ConTatto®

NOTIZIE CONSIGLI E RISPOSTE SULLA STOMIA PER RAGGIUNGERE UN GIUSTO EQUILIBRIO

IN PRIMO PIANO

STOMIA E ATTIVITÀ FISICA

Me+™ recovery: scopri gli esercizi e gli ambulatori certificati su tutto il territorio Nazionale

INSERTO SPECIALE

STOMIA E VACANZE

Godersi il meritato relax

CONTATTO EMOTIVO

IL RUOLO DEL CAREGIVER

La parola alla nostra Psicologa

SERVIZI PER TE

SCOPRI COME RICHIEDERLI

Contattaci per saperne di più

NUMERO 2 Luglio 2021

ConvaTec | CHIAMA IL NUMERO VERDE 800.930.930

CASA EDITRICE
Optima Srl
con sede in Via Paullo, 9/A

DIRETTORE RESPONSABILE
Alessandro Pisati

STAMPA
Optima Srl - Milano

ConTatto®
Periodico telematico

NUMERO LUGLIO 2021
Tutti i diritti sono riservati, in particolare il diritto di duplicazione, nonché il diritto di traduzione. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta in alcuna forma senza il consenso scritto dell'Editore.

I testi dei redazionali proposti rispecchiano il pensiero dei singoli Autori.

ConTatto® è un marchio registrato ConvaTec Inc. AP-031950-MRL-IT

Un'estate all'insegna del relax

Carissimi,
è arrivato finalmente il momento di godersi le meritate ferie e dedicarsi a tutte quelle attività spesso rimandate a causa del poco tempo a disposizione. Se lo sport è la vostra passione, troverete particolarmente utili gli esercizi del programma **me+™ recovery**, pensato da un'atleta stomizzata per rinforzare i muscoli addominali e ridurre il rischio di sviluppare complicanze quali l'ernia parastomale. Vi presentiamo gli stomaterapisti dei centri di riabilitazione di tutta Italia che sono stati certificati all'insegnamento del programma e che possono supportarvi in qualsiasi momento per metterlo in pratica.

Il mare, la montagna o anche il semplice relax della propria abitazione aspettano: in questo numero abbiamo voluto raccogliere anche consigli e suggerimenti utili di operatori sanitari e persone che vivono la vostra stessa esperienza per gestire la stomia in serenità anche quando si decide di intraprendere un viaggio o di dedicarsi alla propria attività preferita, senza temere eventuali inconvenienti legati alla calura estiva. Un inserto speciale tutto da leggere e conservare.

Infine, vi informiamo che il termine ultimo per partecipare alla XVIII edizione di **Great Comebacks™**, il Programma Internazionale di ConvaTec che celebra i "grandi ritorni" alla vita dopo l'intervento che porta al confezionamento di una stomia, è il 31 luglio. La vostra storia può aiutare gli altri a riprendere il timone della propria vita: magari potrete approfittare di un po' di tempo libero di queste vacanze per raccontarcela. Se la vostra storia arrivasse dopo la scadenza, nessun problema: sarà inclusa tra le partecipanti della XIX edizione.
Vi ricordiamo che, anche in questi giorni di ferie, potete contare sul supporto del **Servizio me+** all'indirizzo e-mail **convatel.italia@convatec.com** o al numero verde gratuito **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00.

Buona lettura

Responsabile Comunicazione ConvaTec Italia

SCRIVETECI

Per la Rivista Contatto:
attenzione Laura Meli
laura.meli@convatec.com

Per le consulenti
del Servizio me+:
convatel.italia@convatec.com

La propria destinazione
non è mai un luogo,
ma un nuovo modo
di vedere le cose

Henry Miller

IN QUESTO NUMERO / 2 / LUGLIO 2021

7

GREAT COMEBACKS™

Condividi il tuo "grande ritorno"

15

L'INSERTO

STOMIA E VACANZE

I suggerimenti degli operatori sanitari e le esperienze delle persone stomizzate per un godersi il meritato relax delle ferie

8

IN PRIMO PIANO

STOMIA E ATTIVITÀ FISICA

Il Programma me+™ recovery

19

IL RUOLO DEL CARE-GIVER

A cura di Marina Eramo, Psicologa e consulente me+™

20

STOMIA E PERMESSI LAVORATIVI

La parola all'Avvocato Diego Palazzoli

22

LA SCELTA DEL SISTEMA DI RACCOLTA: I SISTEMI DUE PEZZI

Il parere dei pazienti e degli operatori sanitari

6

Servizi me+

Scopri i nostri servizi gratuiti e come richiederli

25

L'angolo della posta

Il tuo parere è importante: condividilo con noi

26

Da noi per voi

Consigli utili per il proprio benessere

SCOPRI I SERVIZI

me+™

Grazie alla collaborazione con gli operatori sanitari e all'attento ascolto delle tue esigenze, ConvaTec ha realizzato il programma me+, prodotti e servizi gratuiti a tua disposizione

Entra nel mondo me+: compila il modulo online o contattaci al numero verde gratuito **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o all'indirizzo e-mail convatel.italia@convatec.com.

Perché dovresti chiamarci? Ecco le testimonianze di chi ha già utilizzato i nostri servizi.

Antonio
colostomizzato

"**ConvaTec è stata fondamentale nella strada verso la riabilitazione: è stata l'unica che, attraverso il numero verde, mi ha fornito le informazioni di cui avevo bisogno.** Sono 30 anni che sono stomizzato: quando mi sono operato io era difficile reperire indicazioni sulla gestione della stomia. **La rivista ConTatto** è stata l'unica fonte di informazione: ancora oggi, è un importante punto di riferimento. **Gli articoli dell'Avvocato mi permettono di restare sempre informato sui miei diritti**".

Leggi l'intervista completa

Giusy
ileostomizzata

"**Grazie a ConvaTec ho trovato il sistema di raccolta due pezzi più adatto alle mie esigenze.** Scoprire la polvere protettiva è stata una svolta esistenziale. Ma soprattutto, è il servizio me+ ad avermi aiutato: le consulenti del numero verde sono davvero lì pronte ad aiutarti. **Attraverso la rivista ConTatto, gli approfondimenti del legale e la consulenza della Psicologa, solo per citare alcuni servizi, ho scoperto che dietro a ConvaTec c'è sempre qualcuno pronto ad aiutarti**".

Leggi l'intervista completa

Le consulenti del Servizio me+™

Gisella Mantovani
Presidente Associazione AVAS Como

"Con gli esercizi del programma me+ recovery abbiamo condiviso un'esperienza unica, qualcosa che davvero aiuta le persone a sentirsi parte di un mondo. **A ConvaTec va riconosciuto anche il merito** di aver istituito il Programma Great Comebacks: condividere la propria esperienza può aiutare gli altri a riprendere il timone della propria vita"

Leggi l'intervista completa

I recapiti per contattarci:

Numero verde gratuito: 800.930.930, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00.

- **E-mail:** convatel.italia@convatec.com
- **WhatsApp:** 3489412247
- **Facebook:** ConvaTec Stomia e Servizio me+
- **Instagram:** @convatecstomia
- **Twitter:** @ConvaTecStomia
- Sito me+
- **LinkedIn:** ConvaTec
- **YouTube:** canale ConvaTec Italia

Inviaci il tuo "grande ritorno"

Aiuta chi vive la tua stessa esperienza a riprendere il "timone" della propria vita: partecipa alla XVIII edizione del Programma Internazionale Great Comebacks™

Sapevi che la tua testimonianza può essere d'aiuto a chi vive la tua stessa esperienza? Magari tante persone stomizzate, proprio leggendo la tua storia, troveranno la forza per tornare alla loro vita quotidiana. Questo è lo spirito di Great Comebacks™, il Programma Internazionale di ConvaTec che "celebra" le storie più rappresentative di ritorno alla vita dopo l'intervento. Hai tempo fino al **31 luglio 2021** per inviarci il tuo "grande ritorno". Se la tua storia arrivasse dopo la scadenza, nessun problema: sarà inclusa tra le partecipanti della XIX edizione.

GREATCOMEBACKS®

Perché partecipare

Alberto Pagliarulo
colostomizzato
Great Comebacks™ 2013

"ConvaTec con Great Comebacks™, mi ha permesso di conoscere tante persone che vivono la mia stessa esperienza. Per carattere, sono una persona ottimista, ma conoscere altre persone che hanno affrontato lo stesso percorso, mi ha aiutato ancor di più a riprendere il timone della mia vita. Inoltre, quando ho conosciuto persone che ancora non avevano accettato la stomia, mi sono sentito utile: la mia storia è stata loro d'aiuto".
Leggi l'intervista completa

Come partecipare

Invia il tuo "grande ritorno": raccontaci perché hai dovuto affrontare l'intervento, quali persone ti sono state vicino e quali passioni, hobby, attività preferite, ti hanno spinto a riprenderti la tua vita Per la narrazione scegli il modo che più possa rappresentarti.

Puoi:

- chiamarci al numero verde gratuito **800.930.930**
- compilare il modulo online
- mandare un'e-mail all'indirizzo convatel.italia@convatec.com
- inviare un video.

GREATCOMEBACKS · A.I.Stom. Odv · FAIS · AIOSS · ConvaTec

STOMIA E ATTIVITÀ FISICA: IL PROGRAMMA me+ recovery

Scopri tutti gli esercizi per rinforzare l'addome ed evitare il rischio di sviluppare complicanze: ecco gli stomaterapisti accreditati in Italia, per supportarti nella strada verso la riabilitazione

Me+™ recovery è il Programma certificato in Inghilterra dal Royal College of Nursing (corrispondente al nostro Ordine degli Infermieri) che, sulla base di evidenze scientifiche, dimostra come praticare attività fisica dopo l'intervento non sia solo possibile, ma caldamente raccomandato per evitare l'insorgere di complicanze quali l'ernia parastomale. Ideato da Sarah Russell, atleta stomizzata, il Programma si compone di 3 fasi: verde, blu e viola. Gli esercizi della prima sono fondamentali per la corretta esecuzione del programma e per una completa riabilitazione; le altre fasi sono l'una l'evoluzione dell'altra.

ASL Biella – Presidio Ospedaliero degli Infermi di Ponderano (BI)

Ospedale Mauriziano di Torino

ASL Città di Torino
Ospedale Giovanni Bosco

ASL TO 3 - P.O. di Rivoli (TO)

ASL TO 5 Ospedale San Lorenzo di Carmagnola (TO)

Ospedale di Chivasso (TO)

Spedali Civili di Brescia

IRCCS San Raffaele di Milano

A. O. Niguarda di Milano

Casa di Cura San Pio X di Milano

Presidio Ospedaliero di Rho (MI)

A. O. Fondazione Macchi di Varese

A.O.U. Santa Maria della Misericordia di Udine

ULSS 1 Presidio Ospedaliero Santa Maria del Prato - Feltre (BL)

Ospedale Sassuolo (MO)

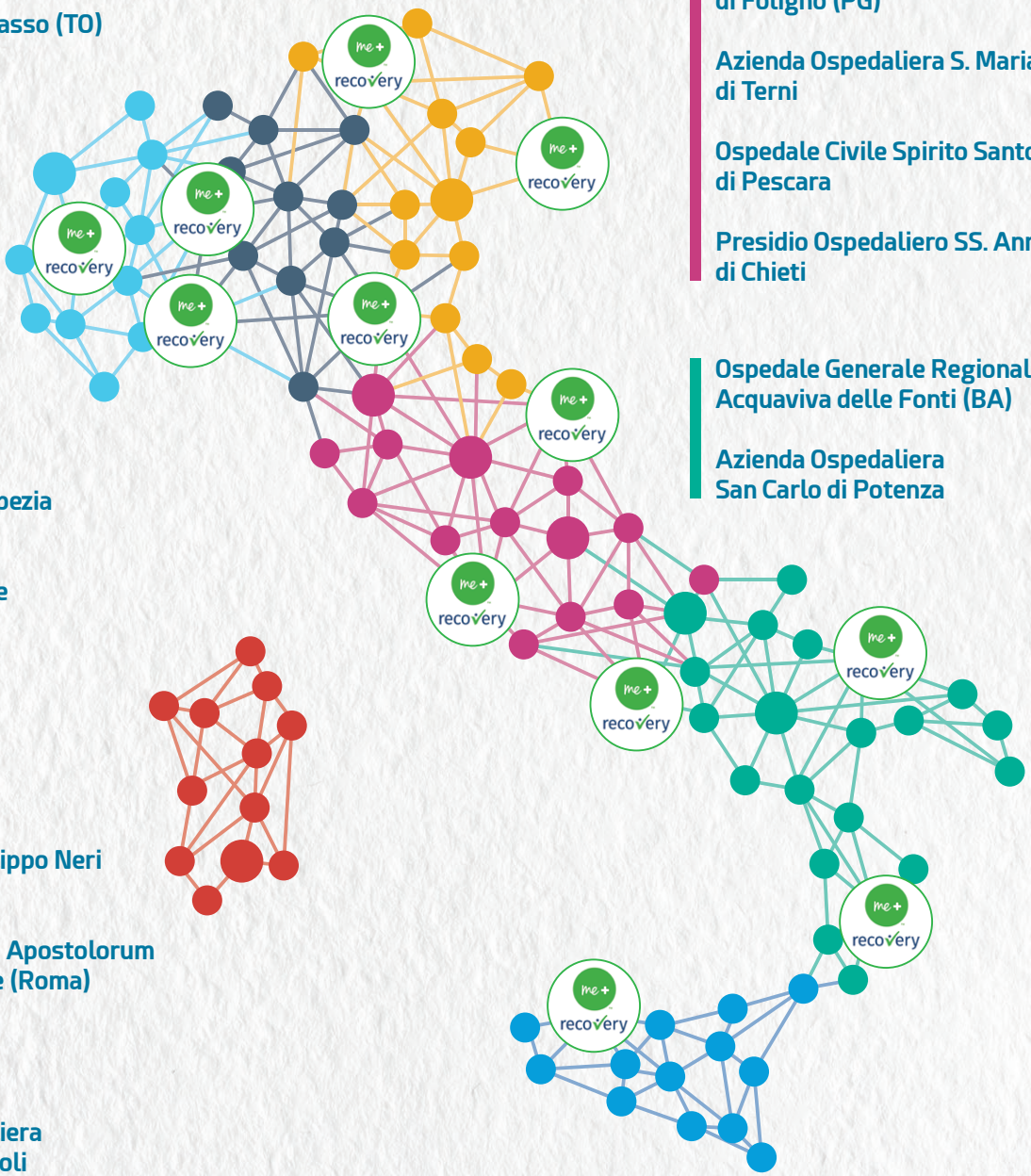
ASUR Marche AV 1 - Pesaro

Ospedale San Giovanni Battista di Foligno (PG)

Azienda Ospedaliera S. Maria di Terni

Ospedale Civile Spirito Santo di Pescara

Presidio Ospedaliero SS. Annunziata di Chieti



Ospedale Generale Regionale Miulli Acquaviva delle Fonti (BA)

Azienda Ospedaliera San Carlo di Potenza

Ospedale di La Spezia
ASL 5 La Spezia

ASL 4 Chiavarese di Lavagna (GE)

Ospedale San Filippo Neri
ASL Roma 1

Ospedale Regina Apostolorum di Albano Laziale (Roma)

Azienda Ospedaliera Cardarelli di Napoli

Azienda Ospedaliera G. Rummo di Benevento

Ospedale Fatebenefratelli di Benevento

Azienda Ospedaliera Pugliese Ciaccio di Catanzaro

ARNAS Ospedale Oncologico di Palermo

ARNAS Ospedali Civico Di Cristina Benfratelli Palermo

Ospedale Civile S. Vito e S. Spirito Alcamo (TP)

Ospedale Giovanni Paolo II di Ragusa (CT)

Azienda Ospedaliera Policlinico di Catania

In Italia sono oltre 40 gli operatori sanitari certificati all'insegnamento degli esercizi: ecco chi sono.

Gloria Bosio
ASL TO 3 - PO RIVOLI
Rivoli (TO)

Patrizia Portalupi
OSPEDALE DI CHIVASSO
Chivasso (TO)

Maria Friio
ASL TO 5 OSPEDALE
SAN LORENZO DI CARMAGNOLA
Carmagnola (TO)

Zelinda Solari
ASL4 CHIAVARESE
Lavagna (GE)

Maurizio Grassi
ASL CITTA' DI TORINO
OSPEDALE GIOVANNI BOSCO
Torino

Roberto Colombo
ASL 5 LA SPEZIA
OSPEDALE DI LA SPEZIA
La Spezia

Cristina Bergo
A.O. NIGUARDA
Milano

Simona Furlan
CASA DI CURA SAN PIO X
Milano

Antonio Valenti
OSPEDALE MAURIZIANO
Torino

Luigi Buccomino
IRCCS SAN RAFFAELE
Milano

Manuela Cecconello
ULSS 1 P. O. S. M. DEL PRATO FELTRE
Feltre (BL)

Simona Facchetti
P.O. RHO
Rho (MI)

Viviana Tantolo
A.O.U SANTA MARIA DELLA MISERICORDIA DI UDINE
Udine

Eliana Guerra
ASST SPEDALI CIVILI DI BRESCIA
Brescia

Daniela Di Nicola
OSPEDALE SASSUOLO
Sassuolo (MO)

Mauro Bergamelli
ASST SPEDALI CIVILI DI BRESCIA
Brescia

Andrea Antonioli
ASUR MARCHE AV 1 - PESARO
Pesaro (PU)

Roberta Brazzale
A.O. FONDAZIONE MACCHI
Varese

Sonia Montefiori
ASL 5 LA SPEZIA
OSPEDALE DI LA SPEZIA
La Spezia

Loretta Gianoglio
ASL BI - PO DEGLI INFERMI
Ponderano (BI)

Massimo Proietto
OSPEDALE CIVILE
SPIRITO SANTO
Pescara

Stefania Lomuscio
AZIENDA OSPEDALIERA
S. MARIA TERNI
Terni

Francesca Meniconi
OSPEDALE SAN GIOVANNI BATTISTA
DI FOLIGNO
Foligno (PG)

Raffaella Giovanetti
PRESIDIO OSPEDALIERO
SS. ANNUNZIATA
Chieti

Antonio Casadei
OSPEDALE SAN FILIPPO NERI
ASL ROMA 1
Roma

Maria Lucia Marinilli
PRESIDIO OSPEDALIERO
SS. ANNUNZIATA
Chieti

Paola Scacchetti
OSPEDALE SAN FILIPPO NERI
ASL ROMA 1
Roma

Ciro De Rosa
AZIENDA OSPEDALIERA
CARDARELLI
Napoli

Tiziana Procaccini
OSPEDALE
REGINA APOSTOLORUM
Albano Laziale (ROMA)

Antonio Crafa
OSPEDALE
FATEBENEFRATELLI BENEVENTO
Benevento

Maura Tifi
OSPEDALE
REGINA APOSTOLORUM
Albano Laziale (ROMA)

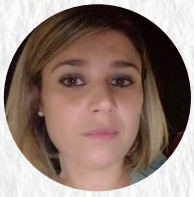
Serafino Girardi
AZIENDA OSPEDALIERA
G. RUMMO
Benevento

Filippo Barone
OSPEDALE GENERALE REGIONALE MIULLI
Acquaviva delle Fonti (BA)

Giuseppa Chessari
OSPEDALE GIOVANNI PAOLO II
Ragusa

Giovanni Sabia
A.O. SAN CARLO
Potenza

Caterina Bassano
ARNAS OSPEDALE ONCOLOGICO
Palermo



Enrica Cittadino
AZIENDA OSPEDALIERA PUGLIESE
Catanzaro

Maria Grazia Forcisi
AZIENDA OSPEDALIERA POLICLINICO CATANIA
Catania

Giuseppa Sasso
A.R.N.A.S. OSPEDALI CIVICO DI CRISTINA BENFRATELLI
Palermo

Mario Ferrara
OSPEDALE CIVILE S. VITO E S. SPIRITO
Alcamo (TP)

Scopri l'ambulatorio più vicino a casa tua

Per conoscere i recapiti del centro di riabilitazione più vicino alla tua abitazione, contattaci al **numero verde gratuito 800.930.930,** dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o all'indirizzo e-mail convatel.italia@convatec.com

SI SCRIVE ESTEEM™+
SI LEGGE MONOPEZZO

Depositata al Ministero della Salute il 13 marzo 2019

ESTEEM TM + Soft Convex fondo chiuso

ESTEEM TM + Soft Convex fondo aperto

ESTEEM TM + Soft Convex per urostomia

NOVITÀ

ESTEEM™+ *Soft* Convex

Sistema monopezzo con barriera cutanea flessibile e convessità soft, per offrirti elevato comfort

ESTEEM TM + Flex Convex fondo chiuso

ESTEEM TM + Flex Convex fondo aperto

ESTEEM TM + Flex Convex per urostomia

ESTEEM™+ *Flex* Convex

Sistema monopezzo convesso che ti offre insieme comfort e discrezione di un prodotto flessibile

© 2019 ConvaTec Inc.™ indica un marchio di fabbrica di ConvaTec

ESTEEM TM + fondo chiuso ritagliabile e pretagliato con finestra ispezionabile

ESTEEM TM + fondo aperto ritagliabile

ESTEEM TM + convesso pretagliato

ESTEEM TM + fondo aperto modellabile

ESTEEM™+

Sacche a fondo chiuso nelle versioni ritagliabile e modellabile; sacche a fondo aperto nelle versioni convessa, ritagliabile e modellabile, per offrirti il comfort e la discrezione di cui hai bisogno

CONTATTA IL SERVIZIO PAZIENTI me+

Per richiedere campioni gratuiti e conoscere i servizi a tua disposizione, contatta il numero verde gratuito **800.930.930*** dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 17:00 o manda un e-mail all'indirizzo **convatel.italia@convatec.com.** Visita il sito **www.convatec.it**

ConvaTec

*Numero verde destinato ad assistenza tecnica.

L'INSERTO DA CONSERVARE

Abbiamo pensato di dedicare queste pagine ai nostri lettori con argomenti e informazioni utili da conservare

VIVERE CON LA STOMIA:

I suggerimenti degli operatori sanitari e le esperienze delle persone stomizzate per godersi il meritato relax delle ferie

Giacomo Ferrarelli, infermiere dell'Ospedale Santa Maria Goretti di Latina

Se vivi con una stomia basta prendere delle accortezze per goderti le ferie in pieno relax: ecco alcune indicazioni che ti saranno utili, qualunque sia il tipo di intervento che hai dovuto affrontare. Se hai scelto di viaggiare in treno o aereo, per una sicurezza emotiva, prenota i posti più vicini alla toilette. Se viaggi in aereo, porta sempre alcuni prodotti nel bagaglio a mano: non ti troverai in difficoltà se la valigia andasse smarrita o arrivasse in ritardo. Poiché non puoi trasportare forbicine, se usi prodotti ritagliabili, preparali già a casa. Porta con te un certificato medico (se vai all'estero, scritto anche in lingua inglese): potrai mostrarlo agli addetti alla sicurezza qualora ti chiedessero di aprire il bagaglio, affinché ciò avvenga nel rispetto della tua privacy.

Attenzione all'alimentazione

Valgono le normali indicazioni dettate dal buon senso: sì a qualche sfizio, senza esagerare. Non eccedere nel consumo di cibi difficilmente digeribili, come quelli che hanno un elevato contenuto di fibre o i derivati del latte. Inoltre, evitare l'abuso di bevande gassate, che possono provocare un rigonfiamento della sacca.
Leggi l'articolo integrale

TENIAMOCI IN CONTATTO

Contatta l'infermiere Giacomo Ferrarelli

Azienda ASL di Latina
Ospedale Santa Maria Goretti,
Via Antonio Canova,
04100 Latina

E-mail
ferrarelligiacomo@libero.it

Webinar

Grazia Maria Agnese Strazzeri
Stomaterapista ed esperta in Wound Care del Policlinico Vittorio Emanuele di Catania

Registrati e guarda il webinar
Vivere con la stomia:
cosigli per viaggiare

VACANZE IN RELAX

Suggerimenti utili per gestire la stomia e sentirsi sicuri e a proprio agio durante le ferie

Non privarti del piacere di trascorrere piacevoli giornate al mare, in montagna o in casa. Per qualsiasi dubbio non esitare a rivolgerti al tuo operatore sanitario di fiducia.

1 **Rimani idratato.**
Con il calore ci si espone a un maggiore rischio di disidratazione e diarrea. Preferisci l'acqua in bottiglia e bevi circa due litri di acqua, specie se sei ileostomizzato.

2 **Usa il bollino coprifiltro.**
Le sacche per stomia sono impermeabili: puoi tranquillamente fare il bagno in mare o in piscina e la doccia. Copri il filtro con l'apposito bollino, in modo che non sia compromessa la funzionalità.

3 **Non temere di fare sport.**
Se il clima è abbastanza caldo da farti sudare più del solito, per maggior sicurezza, può essere utile cambiare la sacca prima e dopo l'attività sportiva.

4 **Conserva bene i dispositivi.**
La calura estiva potrebbe danneggiare i prodotti per stomia. Non lasciarli nel bagagliaio di un'auto o sul sedile di una macchina parcheggiata troppo a lungo, soprattutto nelle ore di punta della giornata.

5 **Porta con te dei dispositivi di ricambio.**
Un suggerimento che non vale solo in vacanza: portare con te un cambio del sistema di raccolta, contribuisce a darti serenità, per essere pronto a sostituirlo all'occorrenza.

6 **Applica la crema solare solo dopo aver indossato la sacca.**
La lozione potrebbe rendere più difficile l'adesione del sistema di raccolta.

Stomia e vacanze: le persone stomizzate raccontano

Enzo
colostomizzato
Great Comebacks™ 2002

"Mi chiamo Enzo, sono un over 70 volontario in una Pubblica Assistenza. Quando ho ricevuto la brutta notizia dell'intervento ero scettico di poter tornare a fare le mie scalate in montagna; non mi sono arreso e non appena mi sono sentito meglio, ho ripreso a praticare sport. **Poiché sudo molto**, prima di iniziare, applico una sacca pulita e mi cambio, subito dopo aver corso. **Quando faccio il bagno o la doccia lascio sempre indosso la sacca senza problemi**. Un valido aiuto viene dal **servizio me+™ di ConvaTec: grazie alla rivista ConTatto®**, ho trovato molte risposte alle mie domande negli articoli **dell'Avvocato, della Psicologa**, nelle storie degli altri pazienti e nei consigli degli stomaterapisti".

Leggi l'intervista completa

Adonella
ileostomizzata
Great Comebacks™ 2013

"Sono Adonella, ho 71 anni e amo sia il mare che la montagna. **In vacanza applico la sacca pulita prima di nuotare o fare sport**; quando esco dell'acqua, mi cambio. **La stomia non ha frenato la mia voglia di viaggiare**: ho preso l'aereo e sono stata in Brasile, alle cascate dell'Iguazú. Ho visto le Canarie: **mi è bastato stare attenta all'alimentazione**, portare un cambio in più: insomma, **non penso di dovermi "premunire" tanto diversamente da chi non vive con la stomia**. Quest'anno conto di fare il giro della Bretagna: se ne avessi bisogno, al limite, potrei anche cambiarmi in macchina! Grazie a **ConvaTec per il supporto, soprattutto emotivo, delle consulenti del numero verde**".

Leggi l'intervista completa

Claudio
colostomizzato
Great Comebacks™ 2018

"Sono Claudio, ho 72 anni e il prossimo anno ne compirò 50 di attività sportiva nella pesistica. Dal 2008 vivo con una colostomia per via di un tumore. In palestra pratico esercizi a corpo libero e con i pesi e 2-3 volte la settimana faccio lunghe camminate in città. Amo, il mare, prendere il sole e camminare sulla spiaggia: ho subito ripreso a fare il bagno e lo snorkeling. **Cerco di mettere in pratica accorgimenti appresi dagli operatori sanitari**. Utilizzo un sistema monopezzo e porto sempre con me sistemi di ricambio; **se sudo molto, cambio la sacca con maggior frequenza**. **ConvaTec mi ha aiutato a ritornare alla vita quotidiana** con i consigli delle consulenti del numero verde, la rivista **ConTatto®**, i video sul sito Internet e gli eventi online".

Leggi l'intervista completa

Stefano
ileostomizzato
Great Comebacks™ 2018

"Sono Stefano ho 63 anni **sono un insegnante di Judo**. Vivo con una ileostomia dal 1990: ho dovuto affrontare l'intervento a causa di una malattia familiare. **Non ho mai smesso di fare sport**; devo solo prendere delle piccole precauzioni, quali **cercare di non prendere colpi diretti sulla stomia e prestare attenzione quando effettuo particolari piegamenti. ConvaTec mi ha aiutato** a tornare alla vita quotidiana grazie al prodotto che utilizzo, un sistema due pezzi con placca modellabile. **Le consulenti me+™** sono cortesi e competenti: **se dovessi dare un voto al servizio, darei 10!**".

Leggi l'intervista completa

VIVERE CON LA STOMIA: IL RUOLO DEL CAREGIVER

La famiglia, gli affetti e le persone care: Marina Eramo, Psicologa e Consulente me+™, illustra l'importanza del supporto di chi si prende cura della persona stomizzata

Le prime difficoltà dopo l'intervento, paradossalmente, si incontrano al rientro a casa. Se da un lato le mura domestiche sono sinonimo di protezione e serenità, dall'altro potresti sentirti a disagio per la paura di non saper gestire correttamente la stomia o di non essere compreso dai tuoi cari. Inoltre, in questa fase, senza l'aiuto di infermieri e stomaterapisti, tutto sembra più complicato. Poter contare sul supporto di una persona che si prenda cura di te (il cosiddetto caregiver) che sia un amico o un familiare o, laddove non fosse possibile, un professionista, è molto importante. Come te, anche lei dovrà imparare a gestire la stomia, ad orientarsi tra le pratiche burocratiche/ amministrative per ottenere gratuitamente la fornitura dei dispositivi, a fronteggiare una situazione di forte impatto emotivo e stress. Insomma, il caregiver è la prima persona a doversi mettere nei tuoi panni ed è importante che anche lei abbia tutto il sostegno e le informazioni necessarie per esserti realmente d'aiuto.

NON TEMERE DI CHIEDERE AIUTO

Anche chi vive di riflesso una stomia può sentirsi inadeguato, provare emozioni quali la rabbia, la tristezza; essere semplicemente stanco. Non c'è niente di male nel chiedere il supporto di un operatore sanitario o di uno specialista nella strada verso la riabilitazione, e questa richiesta d'aiuto può essere necessaria anche per chi si prende cura di te. Il coinvolgimento di chi ti è accanto, può fare la differenza nell'aiutarti a recuperare l'autonomia: non dimenticare che chi ti assiste impara a conoscere il tuo stato d'animo, condivide i tuoi dubbi e le tue paure per aiutarti ad affrontarle e superarle, senza vergogna o tabù. Come te, spesso il caregiver non è preparato ad affrontare questo percorso, non si sente sicuro e potrebbe non riuscire a infonderti sicurezza. Per questo è importante che ci sia una continua e costante collaborazione con il tuo operatore sanitario di fiducia. Inoltre, può essere utile rivolgersi alle Associazioni dei pazienti: l'esperienza di altri pazienti/ familiari che "ci sono già passati" è basilare per acquisire ulteriori informazioni e competenze. Infine, non dimenticare che, puoi contare anche sul supporto delle consulenti del servizio me+™; e questo vale anche per chi si prende cura di te.

TENIAMOCI IN CONTATTO

Contatta la Dottoressa Marina Eramo

Per prenotare la consulenza gratuita con la nostra Psicologa, contatta il numero verde gratuito **800.930.930**, dalle 9:00 alle 17:00 o all'indirizzo e-mail convatel.italia@convatec.com.

STOMIA E PERMESSI LAVORATIVI

L'Avvocato Diego Palazzoli illustra come affrontare le difficoltà che si possono riscontrare nel riconoscimento dei propri diritti

Avvocato
Diego Palazzoli

Cari Amici,
realtà dei fatti e verità giudiziaria sono categorie non necessariamente coincidenti. Questo perché un conto è ciò che avviene sotto i nostri occhi, altro è quel che viene dichiarato essere "vero", a posteriori, da un terzo, sulla base delle allegazioni processuali, filtrate secondo le regole di relativa ammissibilità e preclusione stabilite dalla procedura, cioè dalla legge che regola il processo. Ed è così che, solo con la giuridica definizione del concetto di disabilità adottata in Italia con l'art.3, co.1 della nota legge104 del 1992, secondo cui:

" [...] È persona handicappata colui che presenta una minorazione fisica, psichica o sensoriale, stabilizzata o progressiva, che è causa di difficoltà di apprendimento, di relazione o di integrazione lavorativa e tale da determinare un processo di svantaggio sociale o di emarginazione", che è stato possibile riconoscere "legalmente" quelle situazioni, che pur essendo sotto gli occhi di tutti, avevano difficoltà ad ottenere un preciso inquadramento legislativo e al dunque, ad "esistere" nella legge (e quindi nel "in mundo"), per ottenere le conseguenti tutele [...]".

Tra le tante conseguenze del riconoscimento giuridico della condizione di disabilità v'è, ad esempio, quella delle tutele sul lavoro, quali le norme attinenti i permessi lavorativi, che traggono giustificazione proprio dall'art.3, co.3 della L.104 (la c.d. "connotazione di gravità"), perché è lì che è indicato il presupposto imprescindibile per ottenerli.
In altre parole, è il riconoscimento normativo che ha fatto assurgere nel tempo, a pieno "diritto", quel che inizialmente era una compassionevole concessione fatta ai meno fortunati dalle Opere Pie e dagli Istituti Pubblici di Assistenza e Beneficenza, che al dunque confondevano l'indigente col disabile.

Webinar

Webinar Stomia e aspetti legali
Registrati e riguarda il webinar tenuto dal Cavalier Francesco Diomede, segretario A.I.STOM.
cliccando qui

A.I.Stom. OdV
Associazione Italiana Stomizzati

ASSUNZIONE CATEGORIE PROTETTE

E sempre in tale quadro sistematico che è inserita anche la norma che ha previsto il regime delle assunzioni degli appartenenti alle categorie protette, vale a dire, di coloro ai quali è riservata una quota delle assunzioni che vengono effettuate in proporzione al numero dei dipendenti.
Al riguardo, colgo l'occasione per precisare che, una volta che tale assunzione sia stata effettuata, il dipendente sarà assoggettato alla normativa stabilita dalla legge generale ovvero contrattuale (v. CCNL o contratto aziendale).
Pertanto, nel caso in cui si addivenisse al riconoscimento di un incremento salariale, quale un premio in busta paga di produttività/presenza (strumento di incentivazione, attivabile da parte delle imprese, che spetta ai lavoratori subordinati di aziende private, ove contrattualmente previsto dal CCNL o da contratto aziendale di 2° livello), lo stesso sarà riconosciuto solo a fronte della sussistenza dei relativi requisiti generali, in primis proprio quello della effettiva presenza al lavoro e più in generale, al raggiungimento degli obiettivi aziendali od individuali, non essendo consentita la deroga al salario pattuito nelle su indicate sedi di contrattazione.

PER SAPERNE DI PIÙ SUI TUOI DIRITTI

Segnalaci per e-mail gli argomenti che vorresti che l'Avvocato affrontasse nei suoi articoli all'indirizzo convatel.italia@convatec.com

LA SCELTA DEL SISTEMA DI RACCOLTA: IL SISTEMA DUE PEZZI

La parola a Nicola Giuliani, Coordinatore Infermieristico del Presidio Ospedaliero SS Annunziata di Chieti e Paolo Cantini, ileostomizzato e Great Comebacks™ 2010

Nicola Giuliani
Coordinatore Infermieristico del Presidio Ospedaliero SS Annunziata di Chieti

Il sistema due pezzi si compone di una placca che aderisce alla cute peristomale proteggendola dalle infiltrazioni e che presenta una flangia di plastica, attraverso la quale avviene l'aggancio con la sacca, confermato da un "click sonoro" di sicurezza. Di solito, la placca viene sostituita ogni 2/3 giorni, in assenza di infiltrazioni che ne pregiudichino l'adesività; la sacca, invece, una volta al giorno. Nei sistemi a due pezzi con placca a soffietto l'applicazione è ancora più semplice e sicura. Il soffietto si solleva permettendo di agganciare sacca e placca inserendo le dita tra questa e la flangia, senza "stressare" la cute peristomale e, soprattutto, senza dover esercitare pressione sull'addome, che potrebbe causare complicanze post-intervento. Il soffietto è trasparente: consente alla persona stomizzata, qualora ne

avesse bisogno, di monitorare gli effluenti sia in posizione eretta che seduta. Il materiale plastico è flessibile e resiste ad eventuali urti accidentali (ad esempio, in caso di abiti e accessori che presentino decorazioni, come la cintura dei pantaloni); inoltre, permette una miglior tenuta del sistema di raccolta, si conforma all'addome e segue i movimenti del corpo, per maggiori comfort e discrezione. Questo dispositivo è confortevole sia nella fase di aggancio che di rimozione della sacca, che si elimina facendo forza sulla flangia, evitando di trazionare o spostare la placca. La rimozione atraumatica della barriera cutanea può essere coadiuvata dall'utilizzo di un prodotto rimuovi adesivo, disponibile sia in formato spray che salviette: l'uso di un formato rispetto ad un altro dipende esclusivamente dalle esigenze del paziente. Il sistema a due pezzi con placca a soffietto è disponibile nella versione piana sia ritagliabile che modellabile (la placca si prepara senza dover utilizzare le forbici, allargando il foro centrale con le dita); e nella versione convessa ritagliabile, per gestire le stomie che non sporgono dal piano cutaneo o che sono introflesse. Per qualsiasi dubbio, rivolgersi al proprio operatore sanitario di fiducia.

TENIAMOCI IN CONTATTO

Contatta il Coordinatore Infermieristico Nicola Giuliani

Presidio Ospedaliero
SS. Annunziata

E-mail n.giuliani@live.com.

CONTATTA IL SERVIZIO ME+

Per conoscere l'ambulatorio di stomaterapia più vicino alla tua abitazione e richiedere tutti i nostri prodotti e servizi gratuiti a tua disposizione, chiama il numero verde **800.930.930**, dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00 o manda un'e-mail all'indirizzo **convatel.italia@convatec.com**.

Paolo Cantini
ileostomizzato
Great Comebacks™ 2010

"Sono Paolo, ho 43 anni e lavoro in un'azienda metalmeccanica. Mi piace nuotare: una passione che ho ripreso dopo a 8 anni dall'intervento, che ho dovuto affrontare a causa di una rettocolite ulcerosa; dal 2002 vivo con una ileostomia definitiva. **ConvaTec mi ha aiutato a ritornare alla vita quotidiana con il sistema due pezzi con flangia** che sto usando e devo dire sono molto soddisfatto: la cute è perfettamente integra, l'idrocolloide la protegge alla perfezione. Di questo prodotto apprezzo soprattutto adesività e tenuta; non mi si stacca mai, trovo molto semplice sia l'applicazione che la rimozione. **È confortevole e discreto**: il telino di rivestimento non produce fruscii sotto gli abiti e rimane delicato a contatto con la pelle. Inoltre, la chiusura integrata sul fondo è molto pratica: si srotola facilmente per svuotare la sacca, si pulisce rapidamente per essere di nuovo chiusa, arrotolata e nascosta nell'apposita tasca. Un bel vantaggio, soprattutto quando sono fuori per lavoro o per piacere. **È un sistema di raccolta che mi fa sentire sicuro e a mio agio**. Oltre al dispositivo, adopero la **pasta protettiva**: contribuisce a mantenere integra la cute e a darmi sicurezza. ConvaTec mi ha supportato anche con il **Programma Great Comebacks™**, che mi ha permesso di conoscere altre persone che vivono la mia stessa esperienza e mi ha fatto conoscere l'Associazionismo. Questo è stato molto d'aiuto, soprattutto per eliminare le insicurezze e superare i limiti che, soprattutto all'inizio, mi ero autoimposto. Posso dire che **ConvaTec mi ha dato le basi per vivere con una stomia**: le consulenti del numero verde sono cortesi e competenti e sempre pronte ad aiutarti. A chi vive la mia stessa esperienza dico di non farsi abbattere: ci sono cose peggiori della stomia e sono ben altre quelle di cui vergognarsi".
Leggi l'intervista completa

ACCESSORI
PER GESTIRE LA STOMIA

Niltac

SPRAY	TR 101	09.18.30.009
SALVIETTE	TR 102	09.18.30.009

Aiuta a rimuovere in modo delicato la placca ed a eliminare i residui di adesivo dalla cute

Silesse

SPRAY	TR 103	09.18.30.006	09.18.30.009
SALVIETTE	TR 104	09.18.30.006	09.18.30.009

Crea una sottile barriera protettiva tra cute e placca, proteggendola dal contatto con gli effluenti

Pasta Stomahesive

CODICE	ISO 1999	ISO 2017
7598	09.18.30.003	09.18.30.012

Livella le irregolarità della cute intorno alla stomia migliorando l'adesione della placca

Polvere Stomahesive

CODICE	ISO
7595	09.18.30.006

Protegge la pelle irritata assorbendo l'essudato e favorendo l'adesione del sistema di raccolta

Anello Stomahesive

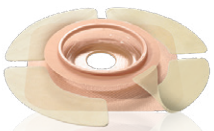
CODICA	ISO 1999	ISO 2017
413503	09.18.30.003	09.18.30.012

Sigilla il contorno della stomia, proteggendo la pelle dal contatto con gli effluenti

Diamons - Bustine gelificanti antiodore

PRODOTTO	CODICE
DIAMONDS	TR 105

Le bustine sono assorbenti, gelificano le feci liquide e ne catturano gli odori grazie alla tecnologia ActivOne™ Odour



Ease™ Strips cerotti idrocolloidali

PRODOTTO	CODICE
EASE™ STRIPS SOTTILI	422160
EASE™ STRIPS CURVE	422164

Sottili strisce idrocolloidali che aiutano a mantenere adesa la placca alla cute e si adattano al corpo del paziente, seguendone tutti i movimenti

Cintura addominale

PRODOTTO	CODICE
CINTURA	6611

Fornisce un ulteriore senso di sicurezza e di tenuta del dispositivo

Messaggi pubblicitari depositati al Ministero della Salute il 17/01/2013 - 19/11/2013 - 7/05/2018 - 24/10/2008

© 2019 ConvaTec Inc.™ indica un marchio di fabbrica di ConvaTec

CONTATTA IL SERVIZIO PAZIENTI me+

Per richiedere campioni gratuiti e conoscere i servizi a tua disposizione, contatta il numero verde gratuito **800.930.930***
dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 17:00 o manda un e-mail all'indirizzo **convatel.italia@convatec.com**. Visita il sito **www.convatec.it**

ConvaTec

*Numero verde destinato ad assistenza tecnica.

L'ANGOLO DELLA POSTA

Questo spazio è riservato a voi: condividiamo le vostre impressioni e le manifestazioni d'affetto che ci inviate ogni giorno. È il nostro modo per ringraziarvi, ma anche per invitarvi ad esprimere sempre il vostro parere, che ci aiuta a fare sempre meglio il nostro lavoro

Ornella e Serenella,
Coordinatrici del Servizio me+™

E-mail di ringraziamento per le consulenti del servizio me+™

Mi ritrovo ovviamente per circostanze poco piacevoli a conoscervi ed avere la vostra consulenza, come in ogni avvenimento poco piacevole posso esprimere che trovarvi è stato un piacere, il supporto, l'aiuto in alcuni passaggi, il consiglio per come utilizzare al meglio i vostri prodotti e queste voci dolci e disponibili al di là della cornetta ci hanno aiutato molto. Sottolineo ci hanno perché non sono la stomizzata, ma bensì la nuora, sono l'addetta alle sostituzioni, quindi serve anche a me il vostro sostegno. Elisa mi è stata di grande aiuto in qualsiasi momento abbia chiamato dandomi semplici consigli messi in atto e trovando giuste soluzioni. Il mio ringraziamento è allargato o esteso a tutti per la vostra completa disponibilità.

Elisabetta

E-mail di ringraziamento per le consulenti del servizio me+™

Buongiorno, vi scrivo per dirvi che mio marito si è trovato molto bene con i prodotti che mi avete inviato per posta: non ha più allergie e continuerà ad usarli. Grazie ancora!

Paola

I nostri contatti

Per ricevere maggiori informazioni, condividere la vostra esperienza e, perché no, inviarci i vostri suggerimenti, non esitate a contattarci:

- **per e-mail,** all'indirizzo convatel.italia@convatec.com;
- **per telefono,** al numero verde gratuito **800.930.930,** dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00;
- **sui social:** pagine "ConvaTec Stomia" e "Servizio me+" di Facebook; @ConvaTecStomia di Twitter; @convatecstomia di Instagram.

Per richiederci campioni gratuiti potete anche compilare il modulo online.

LIBRI CHE FANNO BENE

SuperCamper

Un viaggio nella saggezza del mondo

di Matteo Cavezzali

Un viaggio tra memoria personale e resoconto di tradizioni, miti, credenze, gusti. Ci svela modi di affrontare paure antiche e di mettersi in gioco e di tramonti visti dall'Egeo e di albe baltiche. Modi diversi di pensare alla vita, ai figli, al lavoro e all'amore, di confrontarsi con la solitudine e con la società. E scopriremo la comune umanità che risuona a tutte le latitudini, dalle campagne francesi alle luci di New York, dall'Estremo Oriente all'America Latina.

Il genio non esiste

(e a volte è un idiota)

di Barbascura X

Quelli che definiamo geni non sono altro che esseri umani appassionati, instancabili ricercatori di conoscenza con alle spalle un quantitativo inimmaginabile di errori. Semplici esseri umani, a volte fortunati, a volte approfittatori, altre volte proprio stupidi. Tutti con i loro scheletri nell'armadio. L'autore con comicità, sarcasmo e irriverenza vi porta in un viaggio derisorio attraverso le idee di sei grandi menti della storia.

L'arte della quiete

Come viaggiare stando fermi

di Pico Iyer

Un libro che fa riflettere. Oggi la ricerca incessante di soddisfazione sembra il modo migliore per non trovarla. Ma un'alternativa c'è, ed è la stessa praticata da viaggiatori instancabili: basta scegliere di rimanere immobili. Per mezz'ora o un mese, nella propria stanza o su un eremo himalayano, non importa. Ciò che conta è il coraggio di staccare la spina, di rifugiarsi in uno spazio tutto per sé, per riuscire a osservare la vita dalla giusta distanza e quindi affrontarla con più grinta e saggezza.

Voglia di viaggiare. Italia I LOVE YOU!

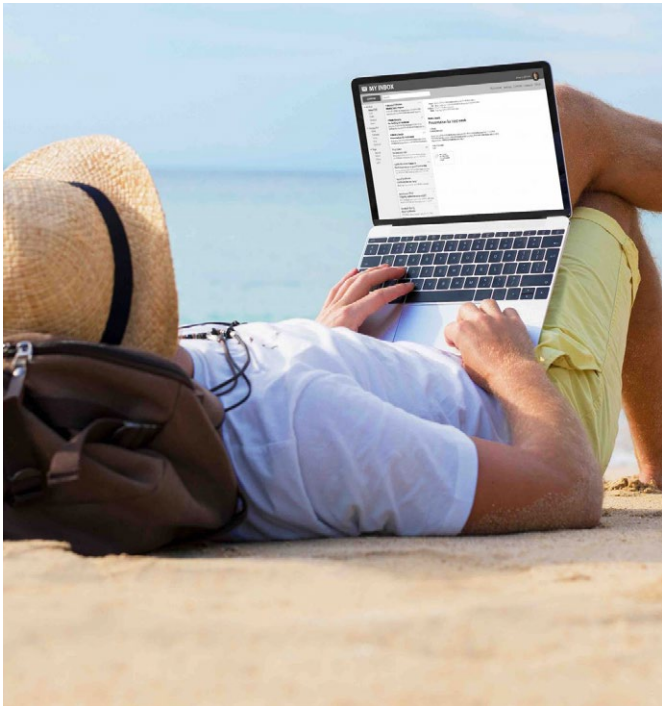
L'Italia quest'anno è la meta preferita delle vacanze estive dal 91% dei connazionali. Per un recente studio del ToringClub, solo il 9% andrà all'estero. Si viaggerà di più fuori dalla propria regione: una preferenza scelta dal 78% degli intervistati contro il 68% dello scorso anno. Il mare resta la destinazione preferita dal 51% degli italiani. Una preferenza che quest'anno ritorna sui livelli di pre-pandemia. La montagna, anche se in calo rispetto al 2020, viene comunque scelta da un quarto dei vacanzieri, il 25%. Gli italiani, insomma, vogliono tornare alla tradizionale vacanza estiva al mare. Quest'anno con meno preoccupazioni sull'affollamento delle spiagge grazie anche al vaccino.

A volte basta un fiore, anzi una rosa.

La rosa è senza dubbio il fiore più usato come dono, reperibile tutto l'anno e con una gamma di sfumature praticamente infinita. Attraverso i suoi splendidi colori potrete aprire il vostro cuore e dire tante cose. Se siete dubbiosi sul colore niente paura: ecco tutti i significati delle rose a seconda della loro tonalità.

- Rosa rossa: simboleggia la passione e l'amore.
- Rosa arancio: rappresenta il fascino e la bellezza.
- Rosa bianca: l'innocenza, l'amore puro e spirituale.
- Rosa rosa: l'amicizia da regalare come segno d'affetto.
- Rosa blu: diventata famosa per la canzone, rappresenta il mistero e la saggezza.
- Rosa gialla: il colore più allegro è simbolo di vivacità, ma anche di gelosia.
- Rosa corallo: desiderio, desiderio, desiderio!
- Rosa muschiata: perfetta per una bellezza capricciosa.
- Rosa carnicina: volete mantenere un segreto? Questo è il colore perfetto.

Si vive una volta sola! E' la YOLO economy



Con la pandemia che ha dato una luce nuova alle nostre priorità. Abbiamo avuto un anno per valutare se la vita che stavamo vivendo era quella che volevamo vivere. Spesso la risposta è stata no. Così molti hanno tirato fuori i sogni dal cassetto. Se non ora, quando mai li realizzeremo? In molti si stanno dando una seconda alternativa e stanno riscrivendo una loro storia più personale. Si vive una volta sola. You Only Live Ones. E la YOLO economy che invita a rischiare, a cambiare vita e a seguire le proprie passioni.

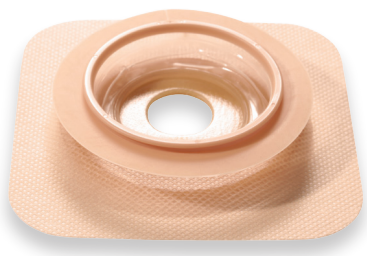
PROTEZIONE CUTANEA, UN DONO DI NATURA™

Natura è il sistema a due pezzi di ConvaTec pensato per offrirti comfort e discrezione.

Un “click” sonoro conferma che placca e sacca sono agganciati correttamente.

Le **placche a soffietto** ti consentono di applicare la sacca senza esercitare pressione sull’addome.

Disponibili nelle seguenti versioni:



MODELLABILE PIANA

RITAGLIABILE PIANA E CONVESSA

ATTENZIONE:
utilizzi il
SISTEMA 2S?

Contattaci al numero verde gratuito **800.930.930***
dal lunedì al venerdì, dalle 9:00 alle 17:00
o all’indirizzo e-mail **convatel.italia@convatec.com**:
abbiamo importanti informazioni da comunicarti.

ConvaTec

*Numero verde destinato ad assistenza tecnica.

Depositata al Ministero della Salute il 13 marzo 2019

© 2019 ConvaTec Inc.™ indica un marchio di fabbrica di ConvaTec