

CONTACT

NUMÉRO 14

VOUS AIDER À ÉQUILIBRER VOTRE VIE



Conseils
vacances

Plage
détente





ConvaTec

Les appareillages 1 pièce **Colodress®** et **Esteem®** des Laboratoires ConvaTec évoluent. Afin de répondre aux attentes de leurs utilisateurs, **ConvaTec** a décidé de remplacer les appareillages 1 pièce des gammes **Colodress®** et **Esteem®** par la nouvelle génération de poche **Esteem+®**, avec un filtre plus performant et un voile douceur amélioré.

Ceci se fera progressivement à partir du mois d'octobre 2017.



Service Me+

Si vous avez des questions sur ce changement ou si vous souhaitez essayer ce produit avant le mois d'octobre : contactez nos infirmières Consejls Caroline et Jessica.

0800 00 47 67

ou par mail

me+@convatec.com

me+

Esteem™

Les produits de la gamme **Esteem™**, fabriqués par **ConvaTec**, sont destinés à appareiller les stomies digestives et urinaires.

Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé.

Esteem™+

Les produits de la gamme **Esteem™+**, fabriqués par **ConvaTec**, sont destinés à appareiller les stomies digestives. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation,

le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé.

Colodress® Plus

Les produits de la gamme **Colodress® Plus**, fabriqués par **ConvaTec**, sont destinés à appareiller les stomies digestives. Ces dispositifs médicaux sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Il est conseillé de lire attentivement la notice d'instruction du produit avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé.



Sommaire

Les appareillages ConvaTec® p2

Désire G.

Bricoleur et Voyageur p 4-5

Conseils p 6

Mots croisés p 7

Edito

**Comme vous l'avez constaté,
votre revue ConTact évolue !**

Afin de s'adapter à votre mode de vie et être au plus proche de vous dans votre quotidien, ConTact a désormais un nouveau format, plus pratique et plus facile à transporter. Et un nouveau look, plus dans l'air du temps avec de nouvelles rubriques pour accompagner votre été.

Nous espérons que cette nouvelle version vous donnera entière satisfaction. Faites-nous savoir ce que vous en pensez. Si vous souhaitez apporter un témoignage sur un sujet du quotidien, n'hésitez pas à nous contacter !

Le Service

me +



Bien préparer ses vacances, Témoignage

Désire G.
Bricoleur et
Voyageur



Voyager et partir en vacances avec une stomie

Désire G., est un retraité de 67 ans qui croque la vie à pleine dent. Et pourtant, il y a 7 ans, on lui annonce un cancer du côlon puis une stomie.

Désire G., optimiste et volontaire dans l'âme, ne fait pas de la stomie une fatalité. Au contraire, il profite pleinement de sa retraite en parcourant le monde. Profitons de son expérience pour dénicher quelques conseils pour partir en voyage.

Comment avez-vous vécu l'annonce du diagnostic de cancer du côlon en 2010 puis celle de la stomie ?

D. G. - Pas très bien. En mai 2010, lorsque l'on m'a diagnostiqué un cancer du côlon, j'étais juste en retraite. Alors ça vous met un coup derrière la tête quand vous l'apprenez. J'ai ensuite été opéré en juin 2010 pour ce cancer. Au mois de juillet, j'ai fait un abcès

digestif suite à une perforation. Deux semaines après je faisais une septicémie qui m'a reconduit à l'hôpital, c'est là que le chirurgien a décidé de faire une stomie.

Après votre opération, redoutiez-vous de voyager de nouveau ?

D.G. – Oui, bien sûr, d'autant plus que j'ai eu quelques problèmes pour trouver le

matériel adapté à ma stomie. J'ai passé des moments très difficiles avec mon épouse. Heureusement, je suis tombé sur un infirmier très compétent qui m'a conseillé d'aller voir une stomathérapeute. Elle a pu m'aider à trouver l'appareillage qu'il me fallait. Dès début 2011, j'étais autonome et je m'occupais de me changer seul à nouveau. Je ne voulais pas que mon épouse soit là pour me changer, je ne voulais pas qu'elle me voit comme ça. J'ai voulu le faire le plus rapidement possible pour n'embêter personne. Il m'a fallu 5 ans pour de nouveau repartir en vacance, le temps d'apprendre à être autonome avec le matériel, d'avoir confiance en lui et en moi.

Aujourd'hui, vous partez en escapade de façon régulière et vous avez récemment pris l'avion pour partir en Martinique. Quels conseils donneriez-vous aux personnes, qui comme vous, souhaiteraient effectuer un voyage en avion ?

D. G. – Il ne faut pas avoir peur de prendre l'avion parce que l'on est stomisé. Il faut partir confiant et anticiper en prévoyant dans son bagage à main le matériel nécessaire en cas de fuite.

Vous êtes partis dans un pays chaud avec des plages magnifiques, est-ce que vous vous êtes baigné ? Quelles astuces donneriez-vous pour effectuer des baignades en mer ?

D. G. - Vous avez un filtre sur la poche. Il y a des petits autocollants à coller dessus pour éviter que l'eau soit absorbée par le filtre lors de la baignade. Une fois la baignade terminée, il suffit de penser à retirer l'autocollant. »

Quels conseils donneriez-vous pour passer des vacances sereines avec une stomie ?

D. G. – Je me suis baigné. Le plus important est d'avoir confiance en soi et savoir anticiper. Par exemple, lorsque je vais faire du vélo, j'ai toujours mon sac à dos avec ma trousse de secours. J'ai également, depuis que j'ai été opéré, une ceinture pour éviter que ma stomie ne bouge de trop.

Aujourd'hui, diriez-vous que vous vous sentez bien avec votre stomie ? Avez-vous un dernier conseil ?

D. G. - Tout à fait ! Je vis comme tout le monde. C'est sûr, on y pense car elle est toujours présente, mais ça ne m'empêche pas d'aller faire du vélo, du sport en salle, de la marche à pied, de la musculation, de bricoler, de tondre, et tous les gestes du quotidien qu'une personne sans stomie fait. A tous les stomisés : ayez confiance en vous et surtout entourez-vous de stoma-thérapeutes. Ils sont de bons conseils et à l'écoute.

Interview réalisée par Charline D., Pharmacien



Conseils

me+

« Comme Désire, pour votre prochain voyage, n'hésitez pas à contacter **me+** pour avoir votre Travel Pass pour faciliter le passage à la sécurité ».



Ce document est traduit en 7 langues, pour faciliter le passage aux contrôles de sécurité à l'aéroport, en toute discrétion.



L'été est enfin arrivé !

Pensez à bien vous hydrater, surtout en cas de fortes chaleurs !

C'est aussi la période des glaces, des fruits frais, des salades de crudités....

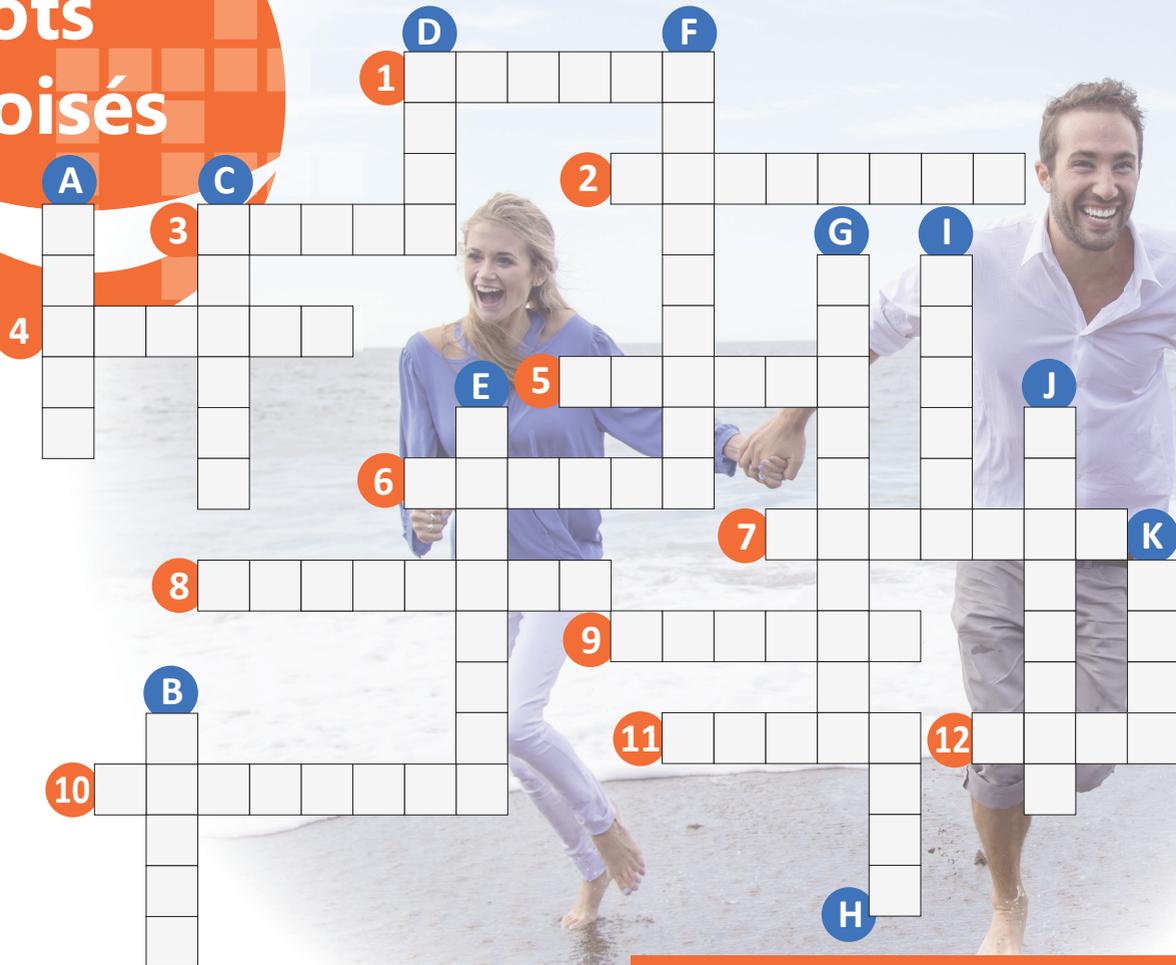
Faites-vous plaisir !

Mais sachez que ces aliments vont accélérer votre transit.

Pensez à contre balancer en mangeant en amont des féculents (pain, pâtes, riz...) « pour tapisser l'estomac » et ralentir votre transit.



Mots Croisés



Verticalement

- A** Absence d'activité ou de mouvement
- B** Navire de croisière
- C** Type de nage
- D** Relief composé de sable
- E** Forte chaleur
- F** Lieu lointain de vacances
- G** Peut survenir après un coup de chaud
- H** Loisir sportif
- I** On y fait des longueurs
- J** Voilier de régates
- K** Léger bronzage

Horizontalement

- 1** Il y règne une chaleur étouffante
- 2** Il chasse sous l'eau
- 3** Consumé par le feu
- 4** Embarcation légère à flotteurs
- 5** Mollusques
- 6** Rouleaux marins
- 7** Soleil brûlant
- 8** Arbre exotique
- 9** Châtaigne de mer
- 10** Activité de nageurs
- 11** Étendue d'eau stagnante, peu profonde
- 12** Première lueur du levant

A : Repos - B : Yacht - C : Brasse - D : Dune - E : Canicule - F : Tropiques - G : Insolation - H : Golf - I : Bassin - J : Dériveur
 K : Hâle - 1 : Désert - 2 : Cormoran - 3 : Brûlé - 4 : Pedalo - 5 : Moules - 6 : Vagues - 7 : Cagnard - 8 : Cocotier - 9 : Oursin
 10 : Baignade - 11 : Etang - 12 : Aube



ConvaTec



me+

Un ENSEMBLE de SERVICES et OUTILS GRATUITS pour votre QUOTIDIEN !

Mise en relation directe avec des infirmières

- Une écoute attentive et confidentielle avec nos 2 infirmières-conseil **Jessica** et **Caroline** du lundi au vendredi de 9h à 17h au
- Une boîte mail dédiée et confidentielle **me+@convatec.com**
- Un site internet : **www.convatec.fr**
- La confidentialité et le respect du secret professionnel (CNIL)

Service & appel
gratuits

0 800 00 47 67