

CONTACT

N° 20

VOUS AIDER À ÉQUILIBRER VOTRE VIE

TÉMOIGNAGE
MAMAN &
ACTIVISTE

ACTUALITÉS
PRÉVENIR
LES FUITES

VIE QUOTIDIENNE
RENTRÉE &
STOMIE

Édito

Dans le contexte de cette année compliquée marquée par la pandémie de la COVID-19, l'équipe du magazine **Contact** est heureuse de vous retrouver !

Voici un nouveau numéro préparé spécialement pour vous, alors installez-vous confortablement, et laissez-nous prendre soin de vous !

N'hésitez pas, si vous le souhaitez, à nous faire part de vos expériences ou de vos recettes pour notre prochain numéro.



Journée nationale
de la **Stomie**

Le 3 mai
2021

Contact

Venez nous retrouver sur internet et n'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez apporter votre témoignage ou vos recettes :

Site internet
www.convatec.fr

Email
me+@convatec.com

Téléphone
0 800 00 47 67
(service & appel gratuits)
Du lundi au vendredi de
9h à 17H hors jours fériés.

Courrier postal
Laboratoires ConvaTec
Service me+™
Libre réponse 53920
92259 La Garenne-Colombes

Réseaux sociaux
f @ConvatecFr
t @ConvatecFr
y ConvaTec France

- 4 **TÉMOIGNAGE** Maman et activiste
La stomie n'est pas un frein !
- 6 **ACTUALITÉS** Prévenir les fuites
Nos gammes d'appareillage, ceinture et renfort
- 8 **VIE QUOTIDIENNE** Rentrée et stomie
Bien vivre avec sa stomie au travail
- 10 **RECETTES** Parmentier de canard
& Gâteau chocolat courgette
- 12 **ASTUCES** Conseils & hydratation
Prévenir la déshydratation
- 14 **STOMIE BUSY**
- 15 **JEUX**





TÉMOIGNAGE

MAMAN ET ACTIVISTE : La stomie n'est pas un frein !



QUESTIONS À :

Paulina Kaszuba,

Designer d'intérieur, blogueuse & écrivaine



<https://www.facebook.com/109238477344841/posts/164689375133084/?d=n>

Je m'appelle Paulina Kaszuba, je vis avec une stomie depuis 23 ans. J'ai déjà publié un livre sur ma biographie et mes voyages. Mon second livre portera sur mon voyage dans plus de 14 pays. Je suis une vraie globe-trotteuse !

Quand et comment avez-vous vécu l'annonce de la stomie ?

Mes problèmes de santé ont débuté à l'âge de 9 ans.

À 13 ans, j'ai subi une colectomie totale le jour de mon anniversaire et l'année suivante, j'ai eu ma première poche de stomie. Ces deux chirurgies m'ont sauvé la vie.

Cependant, à 14 ans j'étais anéantie quand j'ai compris que je devrais avoir une poche de stomie toute ma vie, j'avais peur et j'étais abattue. À cette époque en Pologne, il y avait énormément de tabous autour de ma maladie.

Justement, pouvez-vous nous parler de ces tabous, et cela a-t-il changé ?

En Pologne, il n'était juste pas possible de parler de stomie et de mes problèmes

de santé. Mais j'ai voulu briser ce tabou ! En 2015 pour la première fois, j'ai montré mon corps sans cacher ma stomie, via des photos artistiques, pour la campagne STOMAlife. Celles-ci ont été diffusées dans de nombreux médias polonais et ont permis d'aider de nombreuses personnes en leur donnant de l'espoir !

Aujourd'hui, je gère plusieurs blogs en Pologne avec d'autres personnes ayant une stomie, et nous avons créé une association pour orienter et aider les autres.

Que voulez-vous dire aux personnes stomisées ?

J'adorerais dire aux personnes qui possèdent une stomie, qu'il faut l'accepter pour être heureux et vivre pleinement sa vie. Nous devons nous concentrer sur la beauté de ce que nous avons, et pas sur ce que nous n'avons pas. Même si ma vie est parfois douloureuse, je l'aime, et je souhaite vous inspirer et vous montrer que la stomie n'a pas d'importance.

Si quelqu'un d'extérieur est gêné par ma stomie, peu m'importe. Nous devons toujours être fier de notre histoire et montrer

« Nous devons nous concentrer sur la beauté de ce que nous avons, et pas sur ce que nous n'avons pas. »

aux autres que nous sommes comme tout le monde, mais avec une anatomie un peu différente !

Avez-vous rencontré d'autres personnes stomisées ou non qui vous ont inspirées et données de l'énergie ?

Je suis activiste, donc tous les jours, je suis entourée de personnes exceptionnelles avec une stomie !

Je parlerai donc de certaines personnes de l'association STOMAnostr, avec qui je travaille.

Tout d'abord, Joanna, que j'admire énormément, ses problèmes de santé ne lui permettent pas d'avoir un enfant, alors elle cherche un moyen d'adopter.

Ensuite, Darek, qui, en Pologne, donne gratuitement du matériel de stomie pour les personnes dans le besoin.

Je pense aussi à Ewa, qui a transformé ses problèmes de santé en quelque chose de puissant pour aider les autres à trouver un emploi convenable et adapté à leur souci de santé.

Je citerai aussi ma fille, même si ma grossesse m'a presque coûté la vie. Je suis toujours en rétablissement : j'avais presque oublié ce que cela signifiait

d'avoir la maladie de Crohn, pas d'intestin, des problèmes de reins et des problèmes de colonne vertébrale... Mais elle et son papa me donnent un amour inconditionnel !

Quels sont vos projets à venir ?

Pour l'instant, j'aimerais avoir un camping-car pour que je puisse continuer à voyager !

J'espère bientôt parler français, terminer mon autre diplôme en psychologie, créer une association, et développer mon business, mais la mission la plus importante pour moi est d'être une bonne mère et une bonne compagne ! Je suis déjà heureuse pour tout ce que j'ai et reconnaissante pour ma décision de déménager à Paris.

Et aussi d'avoir rencontré Jean-Claude qui est une personne incroyable, un travailleur social qui avait l'habitude de prendre soin des enfants, et qui maintenant prend soin de notre bébé et me soutient dans ce voyage.



Photographie de la couverture : Jarosław Roś

PRÉVENIR LES FUITES

Nos gammes d'appareillage, ceinture et renfort



NOUVELLE TAILLE DISPONIBLE
à découper
13-54 mm

POCHE UNE PIÈCE VIDABLE CONVEXE SOUPLE

LA CONVEXITÉ SANS PRESSION

2 TAILLES À DÉCOUPER
jusqu'à 35 mm ou 54 mm pour adapter
la convexité à un plus grand nombre de stomies
et notamment les stomies ovales

UN PROTECTEUR CUTANÉ
AUX PROPRIÉTÉS UNIQUES^{1,2}

- Respectueux de la peau
- Épaisseur de 0.9 mm à base d'hydrocolloïde pour absorber l'humidité
- Sur peau saine, sensible ou irritée
- Ajustable pour se conformer au mieux aux contours de la stomie



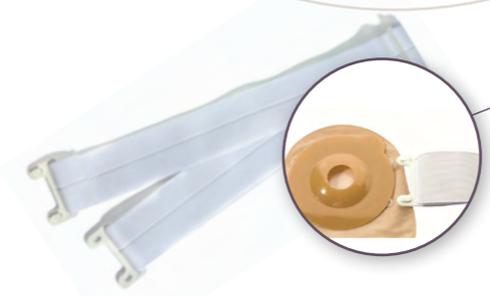
RENFORTS ULTRA-FINS COURBES POUR RENFORCER LA TENUE DE VOTRE APPAREILLAGE

- En hydrocolloïde
- À disposer comme vous le souhaitez
- Imperméable à l'eau
- Nouveau conditionnement de 20 bandes, plus économique



CEINTURE À 4 POINTS D'ATTACHES QUI S'ADAPTE SUR LES POCHE ILEOMATE® POUR PLUS DE CONFORT

- 5 cm de large
- Matériau doux
- Pour un tour de taille allant jusqu'à 130 cm



LES PRODUITS DE LA GAMME CONVATEC SONT DISPONIBLES AUPRÈS DE VOTRE PRESTATAIRE DE SANTÉ OU DE VOTRE PHARMACIEN

DESCRIPTION	RÉFÉRENCE	CODE ACL
Ileomate® poche vidable 1 - pièce convexe souple à découper 13-54 mm – Boîte de 30 poches	422629	3701174002179
Varimate® renforts ultra-fins courbe 3x9 cm – Boîte de 20 bandes	422628	3701174003992
Ceinture Eurotec® 4 points pour un tour de taille jusqu'à 130 cm	421987	3701174000687

1. Rapport d'Évaluation Biologique, produits convexes souples en une pièce pour stomie. Données internes. EuroTec B.V.
 2. Certificat d'analyse ION M0015037, date du test 14/02/2017. Données internes. EuroTec B.V. Les produits de la gamme Ileomate, la ceinture EuroTec et les bandes hydrocolloïdes ultra fines courbes VARIMATE sont des dispositifs médicaux de classe I marqués CE, fabriqués par EuroTec B.V. Les produits de la gamme Ileomate et la ceinture EuroTec sont destinés à appareiller les stomies digestives et urinaires. Ces produits sont remboursables par la Sécurité Sociale au titre 1er, chapitre 1, section 4, sous-section 1 de la LPPR relatif à la prise en charge des dispositifs médicaux utilisés pour le recueil ou le drainage des urines et des selles. Les bandes hydrocolloïdes ultra fines courbes VARIMATE sont destinés à être utilisés sur des peaux saines et pour fixer les bords des supports cutanés ou des pansements dans la prise en charge des stomies, fistules ou des plaies. Ces produits ne sont pas remboursables par la Sécurité Sociale. Lire attentivement la notice d'instruction des produits avant utilisation.
 ®/™ sont des marques déposées de ConvaTec Inc. © 2020 C



RENTRÉE ET STOMIE

Bien vivre avec sa stomie au travail

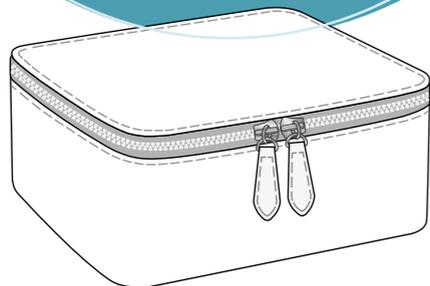
En cette période de rentrée, nous vous proposons des astuces pour bien vivre avec votre stomie au travail.

SÉRÉNITÉ POUR UN CHANGEMENT D'APPAREILLAGE

Conseils :

Il est important d'avoir avec vous du matériel de rechange à savoir quelques poches et/ou supports et poches.

- Des compresses
- Un petit spray pour le nettoyage de votre stomie
- Des lingettes de retrait adhésif type Niltac®
- Des lingettes de protecteur cutané type Silesse®
- Des sac poubelles*
- Une petite trousse*
- Des vêtements de rechange dans un petit sac



SÉRÉNITÉ ET COLLÈGUE DE TRAVAIL

Vous n'êtes pas obligé d'en parler autour de vous. Il s'agit de votre choix personnel. Si vous faites le choix d'en parler, sachez que cela pourra être source de questionnement. Il est important de garder à l'esprit que vous êtes une personne à part entière, que le fait d'être stomisé ne reflète pas votre personnalité ni vos capacités professionnelles.

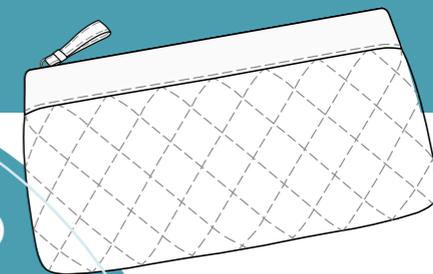
Besoin d'une écoute, de conseils, documentations et échantillons, n'hésitez pas à contacter notre équipe Me+™.

SÉRÉNITÉ LORS D'UN ÉVÈNEMENT EN COLLECTIVITÉ (réunion, séminaire)

Vous devez assister ou bien présenter un événement et vous souhaitez vous sentir en sécurité avec votre appareillage sur votre lieu de travail.

Nous vous recommandons :

- De porter des vêtements de couleurs foncées et plutôt agréables ;
- D'utiliser si vous le désirez des sachets désodorisants, gélifiants et filtrants type Diamonds® pour éviter le gonflement de sa poche ou bien les odeurs et les fuites ;
- Des renforts adhésifs, type Varimate®, à disposer autour de votre support ou bien de votre poche pour un soutien supplémentaire et éviter que l'appareillage se décolle ;
- Une ceinture afin de bien maintenir votre appareillage ;
- Des caches poches en tissus ou bien des bandeaux afin de vous apporter une discrétion supplémentaire ;
- Si vous êtes stomisé urinaire, d'adapter une poche de jambe avec attaches, que vous pouvez dissimuler sous un pantalon ample ou une jupe longue.



SÉRÉNITÉ ET FUITES

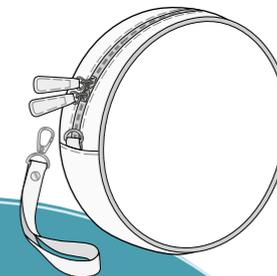
Si les fuites surviennent même avec toutes les recommandations et précautions prises, pas de panique et restez zen « cela est souvent plus facile à dire qu'à faire ».

Munissez-vous de votre petite trousse contenant votre appareillage et matériel, de votre petit sac avec vos vêtements de rechange si vous êtes souillés.

Dirigez-vous vers les toilettes afin d'effectuer votre soin en toute tranquillité.

Sachez qu'il existe des cartes d'accès prioritaires aux wc* valables dans tous les lieux publics.

Il est certain que si cet accident s'est produit lors d'un événement en public, il peut être gênant, malaisant voir même pour certain traumatisant mais il faut vous dire que cela peut arriver à n'importe qui et dans n'importe quelles circonstances que l'on soit stomisé ou non.



me+

* Vous pouvez obtenir gratuitement la trousse de bienvenue au **service Me+™** qui comprend des lingettes, des renforts adhésifs, un spray mais surtout votre stomapass (carte d'accès prioritaire aux WC) et des sacs bleus opaques en contactant l'équipe Me+™ par téléphone au **0800 00 47 67**.



PARMENTIER de canard & purée de courge butternut

- Facile
- Coût moyen
- Temps de préparation et cuisson 1h15

 **Ingrédients** pour 4 pers.

- 1 courge butternut
- 3 cuisses de confit de canard
- 1 œuf
- 1 pincée de noix de muscade
- Sel, poivre
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 50 g de gruyère râpé ou mimolette



 **Préparation**

- Faire cuire les cuisses de canard confit à la poêle pendant 10 min, en vidant régulièrement la graisse ;
- Lavez soigneusement la courge, la couper en 2, et retirer les pépins, puis coupez-la en morceaux et faites-la cuire dans une casserole d'eau bouillante pendant 30 min ;
- Pendant ce temps, émiettez le canard, et retirez le gras et les os ;
- Une fois la courge cuite, réduire la chair de la courge en purée ;
- Hors du feu, mélangez la purée de courge avec un œuf entier, sel, poivre, muscade et les 2 cuillères de crème fraîche ;
- Dans des petits ramequins, ou cocotte, disposez une couche de canard émietté, une couche de purée de courge puis recouvrez de fromage râpé et faites gratiner au four pendant 20 min à 200°.

Bonne dégustation !

GÂTEAU chocolat courgette

- Facile
- Bon marché
- Temps de préparation et cuisson 50 min.

 **Ingrédients** pour 4 pers.

- 200 g de chocolat noir
- 4 œufs entiers
- 1 courgette
- 100 g de sucre
- 80 g de farine



 **Préparation**

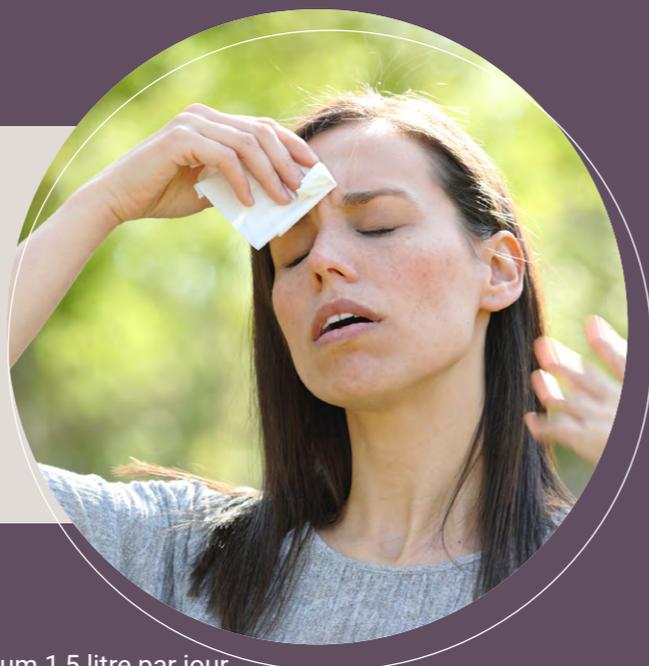
- Préchauffez le four à 180° ;
- Lavez soigneusement et épluchez la courgette ;
- La mixer finement afin de la réduire quasi en purée ;
- Faire fondre le chocolat au bain marie ;
- Dans deux saladiers, séparez les blancs des jaunes ;
- Montez les blancs en neige et réservez ;
- Mélangez les jaunes avec le sucre et fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse ;
- Une fois le chocolat fondu, mélangez-le à la préparation de jaune d'œuf, ajoutez la farine, puis la purée de courgette et enfin incorporez délicatement les blancs d'œufs à la préparation ;
- Versez la préparation dans un moule en silicone ou légèrement beurré et enfournez 30 min à 180°.

Petit + Ajoutez des noix, noisettes, noix de pécan ou copeaux de noix de coco à la préparation pour une touche croquante.

Le saviez-vous ? La courgette a pour but de remplacer le beurre. **Bon appétit !**

CONSEILS & HYDRATATION

Prévenir la déshydratation



Les principaux signes de déshydratation :

- Sensation de soif
- Bouche sèche et langue pâteuse
- Constipation « selles dures dans votre poche de stomie »
- Concentration des urines de couleur foncée et baisse de la quantité
- Sécheresse cutanée
- Fatigue, baisse de la vigilance

1 BOIRE

régulièrement et tout au long de la journée minimum 1,5 litre par jour.

* Sauf contre-indication médicale

2 FAVORISER

les petits contenants, comme les bouteilles de 500 ml, qui vous décourageront moins et vous permettront de boire au goulot si vous le souhaitez.

3 METTRE

en évidence et à portée de main sa bouteille d'eau ou son verre afin d'y penser.

4 SE DONNER

envie de boire. Pourquoi ne pas investir dans une belle bouteille ou une gourde fantaisie, ou encore boire avec une paille réutilisable ?

5 VARIER

les boissons pour varier les goûts : eau gazeuse, eau aromatisée sans sucres, jus de fruits ou légumes frais, thé, café, tisane.

6 FAVORISER

les eaux riches en sels minéraux pour les patients iléostomisés.
(il faudra compenser les carences liées à une plus grande perte d'eau quotidienne).

* Sauf contre-indication médicale

7 NE PAS HÉSITER

à boire quand un membre de votre entourage le fait (petits enfants, conjoint, enfant...).

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'hydratation est primordiale pour un bon transit et une bonne élimination urinaire. De plus, elle est très importante pour votre concentration !

IL EST IMPORTANT

de vous rappeler qu'en cas de signes de déshydratation, il est conseillé de consulter votre médecin traitant.



N'hésitez pas à contacter le service Me+™ pour recevoir un exemplaire de ce livret depuis un poste fixe !
0800 00 47 67
service et appel gratuits
me+@convatec.com



Les aventures de Juliette continuent !
Grâce à ses illustrations humoristiques, elle aide les stomisés à s'accepter.
Découvrez toutes ses petites histoires sur Instagram sous le nom de [@stomiebusy](#)

Du coup, on t'a greffé l'anus sur le ventre ??



Et tu peux être enceinte avec une stomie ?



Mais la stomie, ça concerne que les femmes non ?



Tu peux toujours faire l'amour avec une stomie ?



		6		9		2		
			7		2			
	9		5		8		7	
9				3				6
7	5						1	9
1				4				5
	1		3		9		8	
			2		1			
		9		8		1		

Sudoku

Solution du numéro 20

5	2	9	6	8	4	1	3	7
6	3	8	2	7	1	5	9	4
4	1	7	3	5	9	6	8	2
1	6	3	9	6	4	7	8	2
7	5	4	8	2	6	3	1	9
9	8	2	1	3	5	7	4	6
2	9	1	5	6	8	4	7	3
3	4	5	7	1	2	9	6	8
8	7	6	4	9	3	2	5	1

Solution du numéro 19

6	8	2	5	1	9	4	3	7
1	5	9	3	4	7	8	2	6
7	4	3	6	8	2	1	5	9
8	2	7	9	3	1	5	6	4
9	6	4	7	2	5	3	8	1
5	3	1	8	6	4	9	7	2
4	7	8	2	9	3	6	1	5
2	9	6	1	5	8	7	4	3
3	1	5	4	7	6	2	9	8

U	M	L	S	V	I	E	N	N	E	L	L	I	L	A
O	O	V	E	I	B	A	L	I	D	T	U	N	I	S
D	N	A	N	L	R	D	V	A	U	L	O	P	S	A
N	A	L	E	E	A	O	A	I	B	E	E	E	B	M
A	C	G	H	V	S	L	Q	Y	L	K	S	U	O	A
M	O	E	T	R	I	P	O	L	I	N	I	N	N	D
T	T	R	A	S	L	L	I	N	N	R	I	D	N	A
A	S	V	N	U	I	N	L	E	D	L	I	U	E	M
K	I	D	O	C	A	N	B	E	R	R	A	O	S	M
S	R	B	K	M	O	A	G	E	D	B	E	C	O	A
D	A	K	A	R	G	V	B	A	U	O	R	S	F	N
K	P	N	M	D	T	E	M	J	P	G	A	O	I	E
A	A	M	A	N	A	R	I	T	A	O	A	M	A	M
P	I	D	B	A	S	E	M	O	R	T	U	R	I	O
S	A	C	A	R	A	C	R	A	B	A	T	R	P	L

Mots mêlés

- | | | |
|----------|-----------|-----------|
| ALGER | KABOUL | RABAT |
| AMMAN | KATMANDOU | RIYAD |
| ATHENES | LILLE | ROME |
| BAGDAD | LIMA | SANAA |
| BALE | LISBONNE | SEOUL |
| BAMAKO | LOME | SINGAPOUR |
| BERLIN | LONDRES | SOFIA |
| BOGOTA | MADRID | TEHERAN |
| BRASILIA | MANILLE | TIRANA |
| CANBERRA | MONACO | TRIPOLI |
| CARACAS | MOSCOU | TUNIS |
| DAKAR | PANAMA | VARSOVIE |
| DAMAS | PARIS | VIENNE |
| DUBLIN | PEKIN | VILLE |
| EREVAN | PRAGUE | VILNIUS |

Toutes les performances de la **pâte Stomahésive®** MAINTENANT DISPONIBLE EN ANNEAUX !



3 NOUVEAUX ANNEAUX

Diamètre 48 mm

Diamètre 98 mm



3 nouveaux anneaux
pour s'adapter aux besoins
de chaque patient

Utilisation simple et adaptée à chacun

- À modeler, étirer, couper, ajuster ou superposer
- À utiliser seul ou avec la pâte Stomahésive®
- Sans alcool
- Retrait aisé et sans résidus sur la peau!
- Protection contre les fuites tout en protégeant la peau des effluents

1. A Randomized, Multi-Center, Cross-over Study Comparing the Performance of Three Ostomy Accessory Products. C-0513-12-A739. 2013 Data on file, ConvaTec Inc.

Demandez vos échantillons gratuits !

Vous souhaitez recevoir des échantillons, remplissez ce coupon-réponse et renvoyez le **SANS AFFRANCHIR** à l'adresse suivante :
Laboratoires ConvaTec, Libre réponse 53920, 92259 La Garenne-Colombes



Madame Monsieur

Nom* Prénom*

Adresse*

CP* Ville*

Tél* Email*@.....

**Obligatoire*

En cochant cette case, vous acceptez d'être en relation avec nous dans le cadre du service Me+™, vous permettant ainsi de recevoir gratuitement notre magazine ConTact™, nos livrets conseil, des invitations à participer à des enquêtes, des informations sur nos produits de stomathérapie et d'urologie ainsi que celles relatives à votre vie privée.

La société Laboratoires ConvaTec, Immeuble Le Sigma, 90 boulevard National - 92250 La Garenne-Colombes, est responsable du traitement des informations personnelles collectées dans ce formulaire. Nous collectons vos coordonnées afin de vous faire bénéficier des services offerts par Me+™. La base légale du traitement de vos données et le consentement donné ci-dessous. Celui-ci est libre et peut-être retiré à tout moment. ConvaTec est susceptible de partager vos informations avec des tiers, tels que des prestataires techniques ou informatiques, en lien avec les finalités décrites et conformément à nos instructions uniquement. Nous conserverons vos informations personnelles aussi longtemps que vous nous le permettez, à moins que la réglementation applicable prévoit une durée plus longue. Pour obtenir de plus amples informations, veuillez nous contacter comme indiqué ci-dessous.

Vous disposez d'un certain nombre de droits relatifs à vos informations personnelles. Par exemple, vous avez un droit d'accès à toute information que nous détenons sur vous, le droit de faire rectifier cette information (si elle est incorrecte ou incomplète) ou de la faire effacer, un droit d'opposition ou de limitation du traitement ainsi que le droit de nous demander de partager vos données avec une tierce partie Si vous souhaitez exercer l'un de vos droits ou pour toute question relative au traitement de vos données, veuillez contacter le Délégué à la Protection des Données (« DPO ») du Groupe ConvaTec à l'adresse email suivante dataprivacy@convatec.com Si vous souhaitez introduire une réclamation concernant la façon dont ConvaTec traite vos informations personnelles, vous avez le droit de contacter la Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés (« CNIL ») à l'adresse www.cnil.fr. Nous souhaiterions toutefois avoir la possibilité de répondre à vos préoccupations avant que vous en fassiez part à l'autorité de contrôle et nous vous demandons ainsi de bien vouloir contacter dans un premier temps le DPO du Groupe ConvaTec. Les anneaux protecteurs cutanés Stomahésive® et la pâte Stomahésive® sont fabriqués par ConvaTec. Les anneaux protecteurs cutanés Stomahésive® sont destinés à protéger la peau péristomiale ou à être utilisés comme agent de remplissage externe sur une peau péristomiale irrégulière. La pâte Stomahésive® est destinée à aider à appareiller tous types de stomies ou de fistules en comblant les creux et dépressions cutanés. Le produit Diamonds®, fabriqué par ConvaTec, est destiné à gélifier le contenu d'une poche d'iléostomie afin d'éviter les odeurs. Les produits Nilite® Spray et Lingettes, fabriqués par ConvaTec, permettent le retrait d'adhésif médical. Les produits Silesse® Spray et Lingettes, fabriqués par ConvaTec, sont destinés à protéger la peau péristomiale des effets nocifs, des déchets organiques, des enzymes et des adhésifs médicaux. 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 des produits avant utilisation. En cas de besoin, consulter un professionnel de santé. © 2020 ConvaTec. ® /™ indique une marque d'une société du groupe ConvaTec. Novembre 2020.

Date et signature