



# Sú pre vás konvexné pomôcky správnou voľbou?

Príručka starostlivosti  
o každý typ stómie



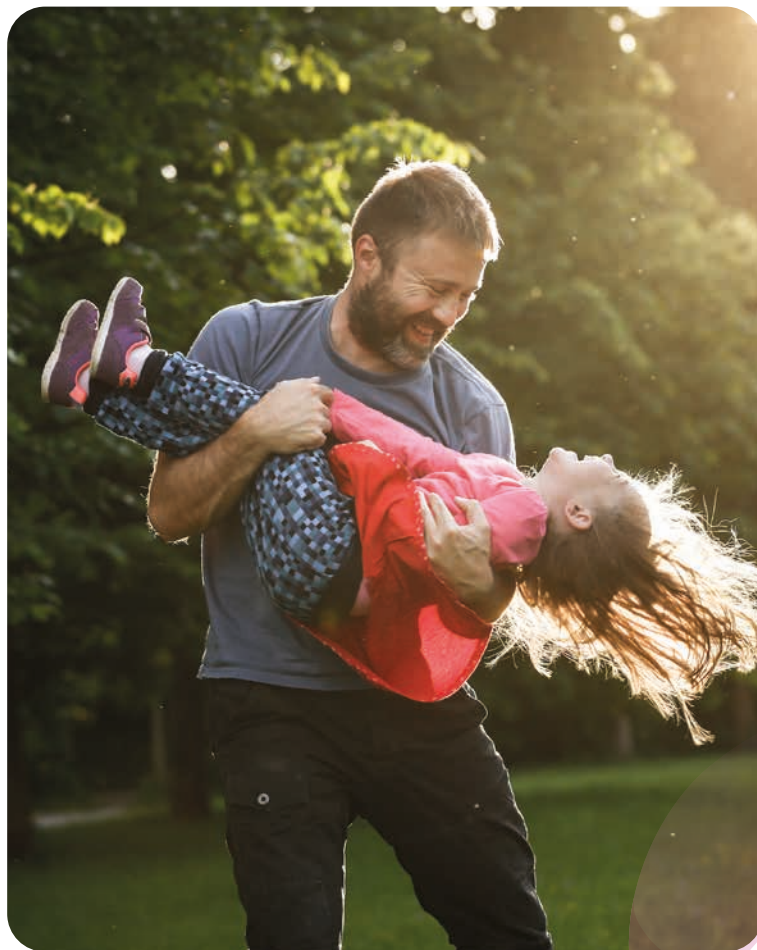
# Starajte sa o svoju stómiu správne a žite život naplno

Stómia znamená určité zmeny vo vašom životnom štýle, ale akonáhle sa zotavíte z operácie, nič by vám nemalo brániť, viesť plnohodnotný a aktívny život.

Po operácii vám sestra poskytne rady o strave, cvičení a pomôckach, ktoré budete potrebovať na starostlivosť o stómiu. Tak ako je každý človek iný, existujú aj rôzne typy stómie. Tri základné typy stómie: stómia nad úrovňou kože, v úrovni kože a pod úrovňou kože (vpadnutá). Každá stómia sa môže časom meniť, najskôr počas rekonvalescencie po vyvedení stómie a potom pri kolísaní hmotnosti alebo pevnosti brucha.

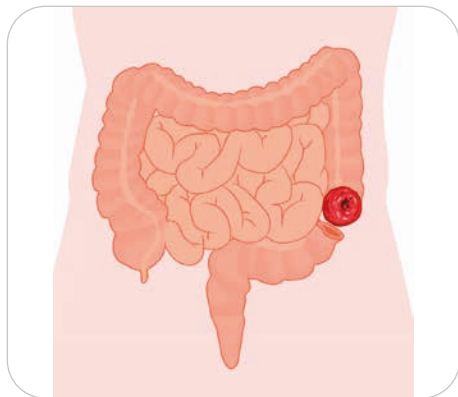
Na výber je i veľa stomických produktov vrátane stomických systémov s konvexnými podložkami, ktoré tlačia na kožu okolo stómie.

V tejto príručke nájdete informácie o rôznych typoch stómii, o dôležitosti pravidelných kontrol aj o tom, ako vám konvexné pomôcky môžu pomôcť pri starostlivosti o stómiu.



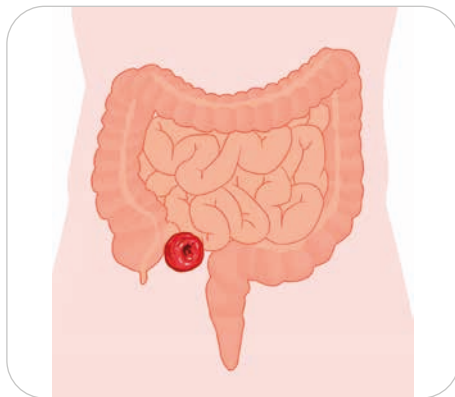
# Základné informácie o stómii

Stómia je otvor po chirurgickom vyvedení čreva alebo iného dutého orgánu na povrch tela. Po operácii prechádza telesný odpad cez stómiu do stomického vrečka. Vyvedenie hrubého čreva sa nazýva kolostómia, tenkého čreva ileostómia a odstránenie močového mechúra a vyvedenie močových ciest je urostómia.



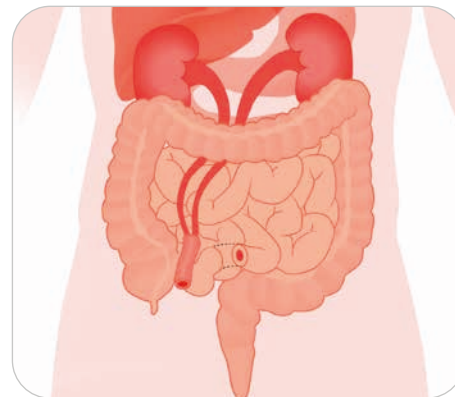
## Kolostómia

Ide o najbežnejší typ stómie a zvyčajne sa nachádza nad úrovňou kože alebo v jej úrovni. Stolica z tohto typu stómie je zvyčajne tuhá a pevná.



## Ileostómia

Zvyčajne sa nachádza v pravej dolnej časti brucha. Je aktívna počas celého dňa a stolica je tekutá až kašovitá.



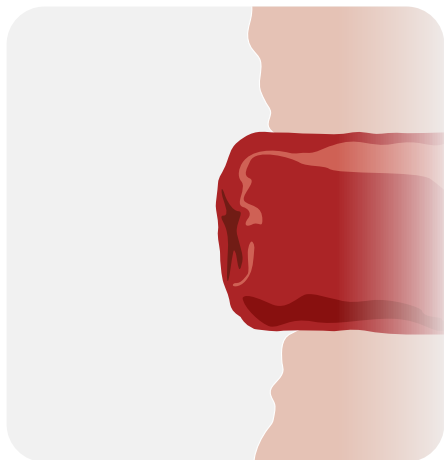
## Urostómia

Po odstránení močového mechúra pripoji lekár časť tenkého čreva k močovodom (dve trubice, ktoré normálne odvádzajú moč z obličiek) na vytvorenie urostómie.

## Ako stómia vyzerá a či je citlivá?

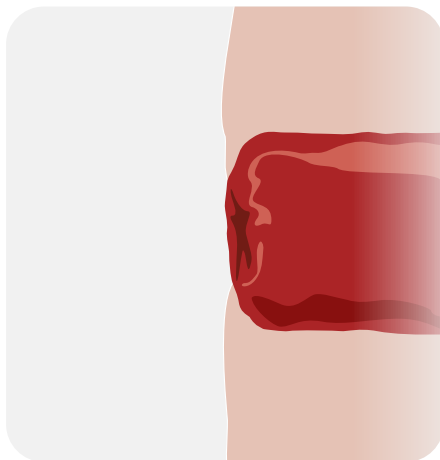
V stómii nie sú žiadne nervové zakončenia, takže po úplnom zotavení po vyvedení stómie by nemala byť citlivá. Stómia má okrúhly alebo oválny tvar, mala by mať tmavoružovú alebo červenú farbu a na pohľad by mala byť ako sliznica vlhká a lesklá.

**Existujú tri hlavné typy stómie - nad úrovňou kože, v úrovni kože, pod úrovňou kože (vpadnutá)**- a pre všetky sú vhodné konvexné produkty, pri ktorých stómia viac presahuje do vrečka.



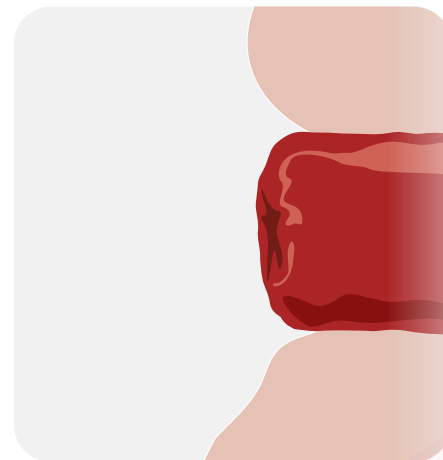
### Stómia nad úrovňou kože

Zvyčajne presahuje 1,5 cm až 3,5 cm nad povrch kože.



### Stómia v úrovni kože

Tento typ stómie nevyčnieva, je v úrovni s kožou brušnej steny.



### Stómia pod úrovňou kože

Nevyčnieva, vyzerá skôr ako vpadnutá do brušnej steny.

## Čo je peristomálna pokožka?

Koža v okolí stómie sa nazýva peristomálna pokožka. Je veľmi dôležité, starať sa o ňu a udržiavať ju čistú, zdravú a suchú. Vzhľad peristomálnej pokožky by sa nemal líšiť od koži na zvyšku tela. Ak sa však v prípade podtekania dostane obsah vrečka do kontaktu s pokožkou, môže byť podráždená, bolieť a spôsobovať nepríjemné pocity.

### Medzi bežné príčiny podtekania patrí:

- nesprávne nasadená podložka, ktorá umožňuje presakovanie obsahu z vrečka
- medzery alebo záhyby okolo podložky v dôsledku zníženia alebo zvýšenia hmotnosti
- tekutá stolica
- hmotnosť plného vrečka spôsobujúca odťahovanie od pokožky
- predchádzajúce podtekanie, ktoré spôsobilo poškodenie pokožky, čo sťažuje príľnutie podložky a umožňuje ďalšie podtekanie



**Naskenujte QR kód a prečítajte si viac informácií o zdravej pokožke**



*Na ošetrovanie peristomálnej pokožky je najvhodnejšia teplá voda a následné vysušenie (jemným poklepávaním) suchými utierkami. Ak používate mydlo, uistite sa, že neobsahuje oleje, krémy a hydratačné látky, ktoré môžu na pokožke zanechať zvyšky a brániť tak správnej príľnavosti podložky.*



# Je konvexnosť najlepšou voľbou?

Stomické systémy sú jednodielne alebo dvojdielne. Konvexná tvarovateľná podložka prilieha k peristomálnej pokožke.

Súčasťou jednodielneho stomického systému sú vrecká Esteem™ Flex Convex a Eurotec Soft Convex (Colomate, Ileomate, Uromate).

Dvojdielny stomický systém tvorí Natura™ konvexná tvarovateľná podložka s hydrokoloidným okrajom.

Každé telo je iné, ale konvexný stomický systém je vhodný pre každého a pre každý typ stómie - nad úrovňou, v úrovni, pod úrovňou (vpadnutú) kože.

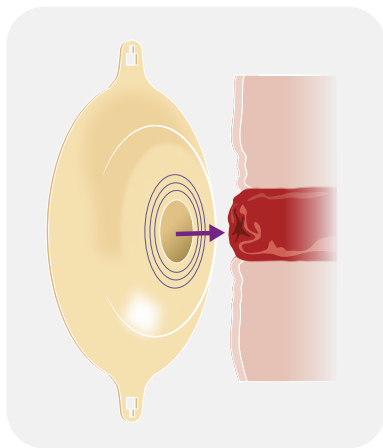
Čím väčšia časť stómie presahuje do vrecka, tým je menšia šanca na podtekanie obsahu pod podložku a jeho kontaktu s pokožkou, a tým aj k jej podráždeniu.

Dokonca aj stómia nad úrovňou kože sa môže časom meniť. Strata pevnosti brucha alebo zvýšenie hmotnosti môže viesť k tvorbe záhybov - a práve v takom prípade je vhodné prejsť na konvexný stomický systém.

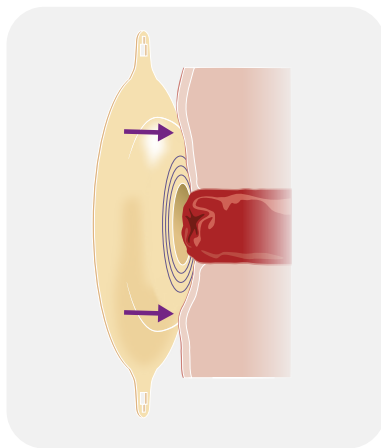
Ak sa chcete dozvedieť viac o konvexných produktoch a či sú pre vás naozaj najlepšie, požiadajte sestru, aby vám poskytla všetky potrebné informácie.



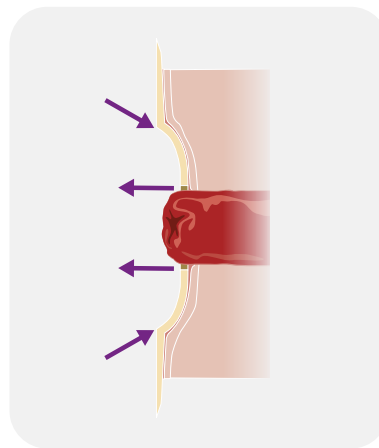
## Ako fungujú konvexné stomické systémy v prípade stómie v úrovni alebo pod úrovňou kože



**1.** Umiestnite podložku nad stómiu v úrovni kože. Rovnako postupujte aj pri stómii pod úrovňou kože alebo v prípade záhybov na koži.



**2.** Konvexná podložka vyvíja tlak na kožu okolo stómie smerom nadol.



**3.** Tlak na peristomálnu pokožku vytvorí väčší presah stómie do vrečka, čo zlepší utesnenie a minimalizuje podtekanie.

# ESTEEM™ Flex Convex

Eurotec Soft Convex (Colomate, Ileomate, Uromate)

**Systém Esteem™+ Flex Convex** sa prispôsobuje kontúram tela a je ideálny na použitie pri stómách v úrovni, pod aj nad úrovňou kože, ako aj v prípade kožných záhybov. Obsahuje podložku s adhezívnou hmotou, ktorá sa dodáva v strihateľnej forme. Vytvorením bezpečného spojenia tela s vreckom môžete robiť činnosti, ktoré chcete.

**Systém Soft Convex** je vhodný na spevnené brucho a pri stómách v úrovni alebo nad úrovňou kože pri minimálnom tlaku. Vďaka kombinácii flexibility s povrchovou konvexnosťou je navrhnutý tak, aby sa dobre prispôbil telu a bol pohodlný na nosenie.



**Naskenujte QR kód**  
a požiadajte si  
o bezplatnú vzorku



# Starostlivosť o stómiu

K dispozícii je celý rad príslušenstva, ktoré vám pomôžu pri bežnej starostlivosti o každý typ stómie.

## Napríklad:

- Na ochranu peristomálnej pokožky - **Ochranný film obrúsky a sprej ESENTA™**, vytvára na pokožke priedušnú bariéru a **Sprej a obrúsky na odstraňovanie náplastí ESENTA™** je možné použiť na rýchle odstránenie adhezíva z pokožky.
- **Páska hydrokoloidná adhezívna ESENTA™** udržuje bezpečné spojenie šetrné k pokožke. Vďaka tomu môžete robiť činnosti, ktoré chcete - plávať, cvičiť, ísť na rande alebo sa vrátiť do práce.
- **Stomahesive™ pasta 60 g** je vhodná ako výplň telesných nerovností, aby sa predĺžila použiteľnosť stomatického vrečka, a chráni pokožku pred podtekaním.
- **Stomahesive™ zäsyp** absorbuje vlhkosť a chráni pokožku pred poškodením a tiež predlžuje použiteľnosť podložky.



**Naskenujte QR kód**  
a požiadajte si  
o bezplatnú vzorku

# Prídržný opasok

Ak máte obavy z pohybu vrečka, zvážte používanie stomického systému s uškami na opasok.

Nastaviteľný elastický prídržný opasok možno pripevniť k uškám na vrečku a nosiť okolo pása, aby vrečko stabilne zostalo na mieste. Ak používate konvexný stomický systém, opasok ešte viac zvýši váš pocit bezpečia.



# Neustála pomoc a podpora



convatec | me+

**Program me+™  
vám toho  
ponúka veľmi  
veľa**

Každý, kto žije so stómiou, má právo užívať si každý deň naplno a žiť svoj život ako sa najlepšie dá.

me+™ je kompletný podporný program pre každého, kto žije so stómiou. Bezplatné prihlásenie, mnohé výhody, medzi ktoré patrí napríklad odborné poradenstvo, vám pomôžu a usmernia vás na každom kroku vašej cesty so stómiou. Podrobnejšie si pozrite všetky služby, ktoré ponúkame a zaregistrujte sa ešte dnes telefonicky alebo jednoduchým naskenovaním QR kódu.



**Pridajte sa do programu me+™ ešte dnes - registrácia je bezplatná**

Keď sa bezplatne zaregistrujete do programu me+™, pripojíte sa k celej komunite stomikov a odborníkov na starostlivosť o stómiu. Nechceme, aby ste sa na svojej ceste so stómiou cítili sami - sme v tom spolu.

# - forever caring -

## Priekopnícke dôveryhodné zdravotnícke riešenia na zlepšenie životov, ktorých sa dotýkame



**Małgorzata Bocheńska**

prezidentka Poľskej komory sestier  
v oblasti stómii

Spoločnosť Convatec by sa chcela poďakovať skúsenej sestre Małgorzate Bocheńskiej za pomoc pri zostavovaní tejto brožúry a kontrole jej obsahu.

Ako vrchná sestra, ktorá dlhé roky vedie oddelenie onkologickej chirurgie, Małgorzata dnes prevádzkuje jednu z najuznávanejších stomických kliník v Poľsku.

Počas desaťročia úzkej spolupráce so stomickými pacientmi napísala tiež množstvo článkov a publikácií a usporiadala mnoho webinárov pre stomických pacientov a sestry.

Ako prezidentka Poľskej komory sestier v oblasti stómii je Małgorzata hrdá na svoju prácu, ktorá formuje profesionálnu stomickú starostlivosť v Poľsku.

Obsah je prevzatý z týchto publikácií: 1. Wound, Ostomy and Continence Nurses Society - CONVEX POUCHING SYSTEMS BEST PRACTICE FOR CLINICIANS  
2. Convexity, Your questions answered- ConvaTec Inc. 2016 AP-016638-MM in consultation with Caroline Rudoni, BSc(Hons) Nursing Studies - 1st Class, ENB 980, ENB 216  
3. McNichol 2021 Characteristics of Convex Skin Barriers and Clinical Application: Results of an International Consensus Panel



Obsah tejto brožúry slúži len na všeobecnú informáciu a usmernenie. Je dôležité absolvovať pravidelné kontroly a/alebo v prípade akýchkoľvek zdravotných problémov sa poradiť so zdravotníckym pracovníkom.

©2025 Convatec Inc. ™ označuje obchodnú známku spoločnosti skupiny Convatec. AP-67527-SVK-SLO-v2