

STOMA
life

ČASOPIS PRO STOMICKÉ PACIENTY A JEJICH BLÍZKÉ

2022 *1*

MK Čís. 24967 ISSN 2693-9973

ROZHOVOR

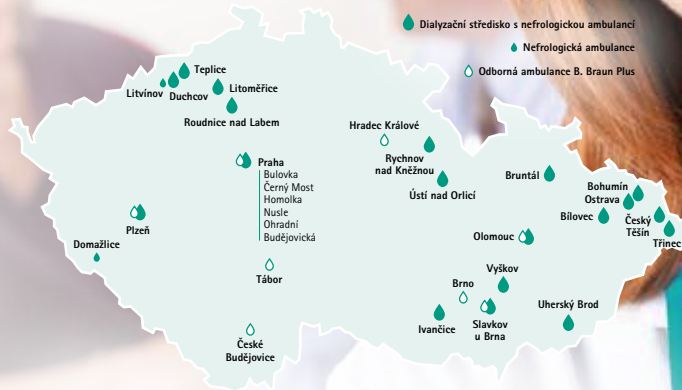
*Nebojte se
cestovat se stomií!*

*Zveme vás na
Toulky s B. Braun
za zdravým pohybem*

*Terapeutický
konzultant
radí a pečuje zároveň*

HLEDÁTE SVÉHO LÉKAŘE?

Přijďte do ambulancí
B. Braun Plus



CHIRURGIE | STOMICKÁ PORADNA
PORADNA HOJENÍ RAN
UROLOGIE | ORTOPEDIE | FYZIOTERAPIE
NUTRIČNÍ PORADNA | NEFROLOGIE

ZAVOLEJTE NÁM A OBJEDNEJTE SE +420-777 363 343



www.lepsipecz.cz/ambulance



Milé čtenářky, milí čtenáři,

po náročných měsících se blíží nejoblíbenější období v roce pro většinu z nás. Děti se rozjedou na tábory, dospělí si na chvíli vydechnou od pracovních povinností a všichni se rádi vydáme na cesty poznávat krásy měst, hor či moří. Spousta z vás již od jara zútulňuje zahrádky a nyní sklízí s radostí i chutí vlastní úrodu a užívá si každé chvíle štěstí se svými nejbližšími a přáteli. Pevně věřím, že se i vy, naši milí čtenáři, s námi podělíte o svá letní dobrodružství a zašlete nám své letošní (foto)zážitky do rubriky „**Moje léto se stomií**“. Své fotografie zasílejte na e-mail: lucie.koznerova@bbraun.com. Už se na ně všichni těšíme.



Inspirací pro letní cestování vám může být rozhovor s naším pacientem panem Josefem Hradeckým, který dokazuje, že i se stomií si můžete velmi pohodlně užít dovolenou, a to nejen v našich končinách. Spolu s Josefem jsme se vypravili do Tasmánie a zjistili jsme, jak se se stomií cestuje a jak si s ní užít nerušenou dovolenou i koupání v oceánu.

Na podzim roku 2021 proběhla naše oblíbená anketa Stoma sestra roku. Tu vyhláší organizace České ILCO, z.s., podporující pacienty s umělým vývodem. Nominaci obdrželo téměř sto sester z České republiky. Mám radost, že se i stomické sestřičky z ambulancí B. Braun probojovaly do nejlepší desítky a jsou tak vizitkou našich stomických poraden! Ve spolupráci s organizací ILCO jsme na jaře podnikli třetí cyklus projektu Toulky za zdravým pohybem, a s mnohými z vás jsme tedy měli možnost se setkat, strávit příjemné chvíle a sdílet potřeby, příběhy a zkušenosti, které zažíváte se stomií. Navíc letos slaví České ILCO krásných třicet let. Podívejte se spolu s námi, jaké projekty chystá a jak chce zlepšovat péči o stomické pacienty v Čechách.

Přeji příjemné čtení, krásné léto a děkuji za vaši přízeň!

Mgr. Iveta Šmídová, MBA

Patient Care Head Ostomy & Continence Care CZ/SK



Tasmánie i Egypt. Nebojte se cestovat se stomií!

Pan Josef Hradecký byl jedním z prvních Čechů, kteří do naší vlasti po revoluci přivezli z Thajska oblečení. Díky své práci poznal mnohá zajímavá místa naší planety a láska k cestování mu zůstala i v důchodu, kdy si exotické cesty užívá dokonce se stomií. Jak se v dnešní době cestuje se stomií? A co jí vůbec v případě pana Josefa předcházelo? Čtěte dále v našem rozhovoru.

Jak se to celé přihodilo? Co vaší stomií předcházelo?

Představte si, že jsem byl celý život zdravý. Opravdu. Lékařům jsem se vyhýbal i na vojně. Jak šel čas, objevil jsem asi před pěti lety na chatě v moči krev. Rakovina močového měchýře. A budu otevřený, snad se nestydíte, paní redaktorko...

Nestydím...

Je to tak, že už s tou stomií umřu. A jsem s tím smířený. Když mi sdělili tu radostnou novinu, že mám rakovinu, řekl jsem panu doktorovi, ať mi to prostě všechno vysvětlí polopaticky – co mi zbývá, kolik mám času a jak nemoc léčit. Já se s tím umím srovnat, ale neumím žít v nejistotě. Pan doktor

mi dal tři možnosti a já zvolil tu třetí, tedy urostomií.

Není to jednoduché rozhodnutí. Jak jste to zvládl?

Operace proběhla naštěstí bez problémů. Musel jsem se však naučit fungovat s vývodem v běžném životě. Sestřička mi v nemocnici vše hezky vysvětlila, dala si záležen. Po návratu z nemocnice jsem doufal, že mi s výměnami bude pomáhat přátelky, ale nechtěla. Náš vztah později stejně skončil i z mnoha jiných důvodů.

Jak jste se nakonec s vývodem sžil?

Docela jsem si zvykl. Jen ze začátku jsem měl trochu problém s lepidlem. Stomická

sestřička paní Čepelková si ze mě dokonce dělala legraci, že místo sprejů na odstranění lepidla používám rovnou kartáč. Já se s tím moc nepatlám, víte co... (smích).

Vím o vás, že jste velký cestovatel.

Podnikat jsem začal po revoluci. Dovážel jsem třeba oblečení z Thajska. Díky práci jsem tak procestoval kus světa – viděl jsem např. Rusko i Čínu. Jsem od přírody zvědavý člověk a cestami za poznáním se hodně naučíte. Proto jsem vyrazil za kamarádem do Tasmánie.

Tasmánie je tedy velká exotika! Jak se vám cestovalo se stomií?

Bylo to tak, že mi jednoho dne zavolal kamarád Tonda, který tam dlouhodobě žije, že prý mám přijet. A mě hned napadlo, jak tam v tom teple budu fungovat, a navíc s tím mým „problémem“. Tonda mě ale nahlodil a zlomil, nesmím si prý nechat ujít krásné místní ženy a musím si trochu odpočinout. Tak jsem vyrazil.

Jak jste řešil výměnu pytlíků? Měl jste s sebou zásobu?

Přiznám se, že jsem pravidelnou výměnu pytlíků malinko protahoval. Ale zvládl jsem to. Dokonce jsem i uvažoval, že bych zůstal déle a poprosil mou stomickou sestřičku, aby mi poslala zásobu. Určitě by se divila, kam má zásilku poslat (smích).

Potřeboval jste navštívit místní zdravotnické zařízení? A co koupání?

Naštěstí ne. Vlastně jsem při svých zahraničních cestách nikdy nepotřeboval lékaře. To musím snad i zaklepat do stolu. Koupání si užívám naprosto bez problému. Kdekoliv, ať už je to moře, oceán nebo rybník v Čechách.

Chtěl byste na závěr vzkázat něco čtenářům?

Ať to nevzdávají. Se stomií život nekončí. A ať si popovídají s nějakým jiným pacientem. Protože nikdo vám nevysvětlí novou situaci lépe než člověk, který ji sám zažil.

Moc rád bych poděkoval své stomické sestřičce paní Čepelkové. Je to staniční sestra z oddělení urologie ve Fakultní Thomayerově nemocnici a moje stomická setra ve stomické poradně B. Braun na Budějovické v Praze 4. Dále chci poděkovat panu doktorovi Jarabákovi ze stejného oddělení a paní doktorce Donátové, díky níž jsem přežil chemoterapii bez větších útrap.

Připravila Kateřina Fišarová

Foto: gettyimages a archiv pacienta



O ŽIVOTĚ SE STOMÍÍ si povídala stomická sestra Jana Čepelková s pacientem panem Josefem Hradeckým. Jak na urostomií reagovala partnerka? Jak se mu cestuje s urostomií? Jak řešil pomůcky v zahraničí? A jak se mu s urostomií sportuje? Odpovědi si poslechněte v další webinář Aesculap Akademie po načtení QR kódu.



Stoma- sestra radí



Foto: Ester Horovičová

Mgr. KATEŘINA DRLÍKOVÁ je edukační sestra v péči o stomické pacienty, lektorka stomických kurzů pro stomické sestry a spoluautorka knih Stomie a Praktický průvodce stomika

*Napište nám,
zeptejte se*

StomaLife,
B. Braun Medical s.r.o.,
V Parku 2335/20,
CZ-148 00 Praha 4

lucie.koznerova@gmail.com

? *Dobrý den, chtěla bych se zeptat, jestli mi budou stačit peníze na úhradu stomických pomůcek. Žiji sama a už teď mám co dělat, abych zaplatila nájem a vše, co potřebuji. Mám téměř minimální důchod a vše uhradit je v dnešní době pro důchodce velmi těžké a téměř nereálné. Děkuji za odpověď. Renata, 71 let*

Paní Renato, všechny stomické pomůcky a příslušenství v péči o stomii jsou (většinou) plně hrazeny ze zdravotního pojištění. Limity na pomůcky i příslušenství na jednoho pacienta najdete na webových stránkách www.lepsipece.cz nebo www.ilco.cz.

Vše také jistě ví i vaše stomická sestra nebo distributor vašich pomůcek. Pokud máte vhodně zvolenou pomůcku a stomická sestra vás naučila se o stomii postarat, množství pomůcek zpravidla stačí.

V případě, že vám pomůcky nestačí, je vhodné kontaktovat stomickou sestru. Pokud stomickou sestru nemáte, volejte Stomickou linku B. Braun, kde vše probereme a najdeme pro vás řešení.
B. Braun +420-777 363 343.

Na co má pacient nárok od pojišťovny?

Více k úhradám za léky a pomůcky najdete přes QR kód v článku:



PORADNA

Pacienti ocenili své nejmilejší stomické sestřičky

Na loňské podzimní konferenci organizace České ILCO byly oceněny nejlepší a nejoblíbenější stomické sestřičky v České republice. Veřejnost o nich v průběhu léta hlasovala s cílem ocenit jejich práci, přístup, empatii a pochopení, které mají naše milé kolegyně pro své pacienty. Nominováno bylo 96 sestřiček a hlasy jim poslalo 306 respondentů. „Mám obrovskou radost, že se na předních příčkách umístily stomické sestry z ambulance B. Braun Plus paní Libuše Suchánková z chirurgické ambulance Brno Campus, paní Soňa Zdvorilá ze stomické poradny v Hradci Králové a paní Milena Drdákova z Olomouce. Ráda bych mezi TOP 10 sestrami zmínila i paní Kateřinu Drlíkovou, která je členkou Vědecké rady Aesculap Akademie za ošetrovatelskou péči,“ komentuje anketu vedoucí patientské péče B. Braun Mgr. Iveta Šmídová, MBA. „Gratuluji všem z TOP desítky, ale i těm, které se umístily na dalších místech. Velký dík patří všem stomickým sestram v celé zemi,“ doplňuje Iveta Šmídová.



Foto: Ester Horovičová

Libuše Suchánková: *Pacienti jsou jako rodinní příslušníci*

Proč si myslíte, že vás mají pacienti rádi?
Pacienti ocení vlídný a trpělivý přístup při edukaci, po operaci i v následné péči. S mnohými z nich se cítím jako s rodinnými příslušníky. Řešíme spolu nejen zdravotní, ale i osobní problémy.

Co byste jim ráda vzkázala?
Přála bych všem pacientům, aby dobře zvládali svoji novou životní situaci, setkali se jen s hodnými ošetřujícími a měli vždy dostatek vhodných stomických pomůcek.



Foto: Ester Horovičová

Soňa Zdvorilá: *Nedokážu si představit, že bych dělala něco jiného*

Proč si myslíte, že vás mají pacienti rádi?
Pacientům se věnuji i nad rámec svých povinností, vždy jsem ochotná jim pomoci a poradit a oni to pociťují. Myslím si, že ode mne cítí ochotu a snahu dělat svoji práci co nejpečlivěji.

Co byste pacientům ráda vzkázala?
Přeji jim do dalších let hodně zdraví a optimismu a žádné černé myšlenky, protože i se stomií se dá dál plnohodnotně žít. Doporučuji zatnout zuby a říct si: „Zvládl i to jiné, tak já to zvládnou taky“.

OCENĚNÍ

Terapeutický konzultant radí a pečuje zároveň



Zdravotní sestra a konzultantka zdravotní péče B. Braun Mgr. Zuzana Šilhánková se pohybuje ve zdravotnictví více než sedmnáct let. Zuzana nejdříve působila na jednotce intenzivní péče Neonatologického oddělení Fakultní nemocnice Plzeň. Odtud vedly její kroky do zahraničí, kde se starala o pacienty s Alzheimerovou chorobou. Během své praxe poznala mnoho bolesti, ale také bezradnosti pacientů. Uniformu sestřičky vyměnila před mnoha lety za obchodní činnost ve společnosti B. Braun Medical, kde začala pracovat na pozici obchodní specialistky v oblasti katetrizace a stomické péče.

„Ze dne na den“ – ze sestry a obchodnice terapeutkou

Možná díky zkušenostem z obou stran péče o pacienty začala Zuzana Šilhánková přemýšlet o tom, jak více a lépe pomáhat lidem se stomií, aniž by musela opustit „obchodní činu“ a vyměnit ji za práci stomické sestry. Náhoda a také nutnost napomohly tomu, že Zuzana spojila obě tyto činnosti do jedné a stala se terapeutickou konzultantkou. Přechod od úvahy k činu nastal ve chvíli, kdy ji jedna ze stomických sester požádala, aby přebrala část jejích pacientů v době dovolené. Šlo o to, aby stomici nezůstali ani na vteřinu bez možnosti se s někým poradit

a konzultovat svoje problémy a starosti. Dnes tuto událost Zuzana vnímá jako zásadní zlom ve své kariéře, kdy se z obchodní specializace posunula více ke stomickým pacientům. Stala se člověkem, který je pro ně důležitou oporou v jejich každodenním boji s nemocí. Tou, která prodává a současně pomáhá. Oporou, která pacientům poradí s péčí o stomii a doporučí jim i předvede vhodné stomické pomůcky v domácím prostředí. Zároveň ji také mohou pacienti s důvěrou kontaktovat a svěřit se jí se svými problémy se stomií.

Zuzana měla z nové práce velký respekt. Nebyla si jistá, zda zvládne reagovat na požá-

TERAPEUTICKÁ konzultantka
Mgr. Zuzana Šilhánková s pacientkou

davky pacientů tak, jak jsou zvyklí od sester ve stomických poradnách B. Braun Plus. Přemýšlela, zda si poradí s komplikovanějšími případy a zvládne nápor v nestandardních situacích. Dívala se pod ruce stomických sester a učila se za pochodu. Na vlastní oči se do dnes denně přesvědčuje, jak velkým přínosem je pro pacienty propojení obou činností.

Správná edukace pacienta je stejně důležitá jako podpora a porozumění

Dobrym příkladem je například konzultace u operovaného urostomického pacienta, který potřeboval edukaci ohledně výživy a péče o stomii. Zuzana telefonicky konzultovala situaci se zkušenou urostomickou sestrou Janou Čepelkovou ze stomické poradny B. Braun Plus, a propojila tak prezenční a distanční péči. Jana on-line posoudila stav pacienta, navrhla mu vhodnou formu výživy a péče o stomii a objednala ho na konzultaci do stomické poradny. Zuzana byla na místě, pacientovu stomii ošetřila, vysvětlila mu de-

tailně následnou péči, doporučila nejvhodnější pomůcky a nestačila se divit, jak velmi byl pacient spokojený.

Konec strachů pacientů

Nemocní lidé často trpí především ostychem zeptat se na některé detaily spojené s jejich onemocněním. I když se k nim dostanou prvotřídní pomůcky od společnosti B. Braun Medical, ještě to není záruka toho, že pacient bude umět využít všechny benefity. Proto je zde nutná opakovaná edukace terapeutickou specialistkou v domácí péči nebo ve stomické ambulanci. Právě terapeutický konzultant, jako je Zuzana, dokáže z pacienta sejmout strach, že o sebe nezvládne pečovat a že nebude mít možnost se s někým poradit.

Terapeutická konzultace jako nový rozměr pochopení obchodu a zdravotní péče

Dnes berou Zuzanu profesionální stomické sestry v poradnách B. Braun Plus jako svoji kolegyni a jsou vždy ochotné podat jí pomocnou ruku. Ona díky tomu v terapeutických konzultacích našla nový rozměr obchodní činnosti a její práce tak dostala další velmi důležitý rozměr. Současně si nemůže vynachvátit ani své kolegy z prodejního týmu, kterého je už řadu let součástí. Zuzaniny vlastní zkušenosti ukazují, že obchod a péče mohou jít ruku v ruce. Obchodník totiž nemusí být jen anonymní prodejce kvalitních produktů a pomůcek. Může se stát pacientovou oporou a neopomenutelnou přidanou hodnotou v jeho každodenní rutině s nemocí.

Za každým produktem, který společnost B. Braun Medical vyrobí a dodá svým pacientům, totiž stojí lidský příběh.

Připravila Magdalena Bamboušková

Toulky s B. Braun za zdravým pohybem

Také milujete procházky v přírodě na čerstvém vzduchu? My tedy rozhodně. Proto dlouhodobě pořádáme pro své stomické pacienty rekondiční procházky. Hýbat bychom se totiž měli všichni, a to do té míry, do jaké nám to dovolí náš zdravotní stav. V loňském roce jsme proto spolu s organizací České ILCO poznávali krásy hned několika měst. „Velice nás těší, že se společně podílíme na přípravě a organizaci akce Toulky s B. Braun za zdravým pohybem. Je to skvělé. Minulý rok jsme společně poznávali půvaby olomouckých parků, zámek Kozel, historické České Budějovice a také další malebná zákoutí České republiky,“ vzpomíná na výlety Petra Michálková z Českého ILCO. Největší radost měli účastníci a organizátoři z toho, že mohli být všichni spolu a užít si příjemné chvíle spojené s poznáváním nových a neznámých koutů naší republiky, často spojených se zajímavými historkami.

A nesmíme zapomenout na to, že jsme si spolu s dalšími spolubojovníky, stomickými pacienty, vyměnili zkušenosti a rady, vzájemně se inspirovali a popovídali si. Stomické sestry ze stomických poraděn B. Braun se také Toulky pravidelně účastní a všem velmi rády poskytují i odborné konzultace a rady či tipy. „Moc jsme si to užili a těšíme se na další ročníky, které budou minimálně tak úžasné jako právě ten minulý,“ uvedli zástupci patientské organizace České ILCO.

České ILCO hájí zájmy pacientů se stomií už třicet let

Letos České ILCO slaví jubileum. Je to přesně třicet let, co jeho zakladatel doc. MUDr. Tomáš Skříčka, který měl jako specializovaný koloproktolog i zahraniční zkušenosti s péčí o stomiky, přišel s myšlenkou založit celostátní sdružení spolků stomiků. Věděl, že stomici potřebují jednotný hlas při prosazování svých zájmů. V té době mohli najít pomoc pouze ve dvanácti klubech, nyní České ILCO sdružuje sedmáct regionálních spolků po celé republice. Mezi jejich stálé aktivity patří pravidelné schůzky, výlety, ale např. i anketa Moje stomická sestra roku, kam mohou pacienti každý rok přihlašovat svou oblíbenou sestru, která je jejich strážným andělem. V květnu se konalo mezinárodní setkání stomiků v Letovicích, kterého se zúčastnili stomici z Čech, Slovenska a Polska, zástupci lokálních klubů ILCO, stomické sestry a lékaři.



ČESKÉ ILCO, stomičtí pacienti a odborníci z B. Braun na Toulkách za zdravým pohybem

Kulaté výročí oslaví velkolepým projektem

Třicet let existence je třeba opravdu velkolepě oslavit. Proto členové organizace České ILCO požádali o podporu norské fondy a byli vyslyšeni. „Jsme moc rádi, že zrovna při příležitosti třiceti let fungování naší pobočky České ILCO se nám podařilo získat velký projekt s názvem „Ano, my můžeme“ financovaný z norských fondů, který budeme realizovat v následujících dvou letech. Dobře víme, jak je obzvláště v počátku těžké se s vývoдем a životem s ním vyrovnat, proto jsme rádi, že díky norským fondům můžeme naši pomoc stomikům ještě zintenzivnit,“ komentuje získání grantu Petra Michálková, zástupkyně organizace.

Následující dva roky tak České ILCO plánuje mnoho zajímavých a vzdělávacích aktivit, které přispějí ke zkvalitnění života stomických pacientů. Ti se mají opravdu na co těšit, v plánu jsou workshopy, vzdělávání členů organizace i dobrovolníků a cílem všech aktivit by měla být ucelenější a komplexní péče o stomiky a také jejich lepší informovanost. Zástupci organizace plánují také odbornou psychologickou péči o stomiky s uznávanou psycholožkou Laurou Janáčkovou na ILCO Lince psychologické pomoci. Pacienti i jejich blízcí tak mohou zavolat na telefon +420 725 556 889 každé druhé pondělí v čase od 16 do 18 hodin. Telefonní hovory jsou účtovány podle standardního tarifu volajícího.

Kurzy advokačních i manažerských dovedností čekají na všechny členy

Členové spolku se dále mohou těšit na kurzy zaměřené na advokační a manažerské dovednosti či dovednosti nezbytné pro obhajobu práv a potřeb stomiků. Zvýší se tak jejich kompetence v komunitní práci napříč republikou. Stranou nestojí ani robustní osvěta. Členové organizace totiž chystají soubor informačních a osvětových aktivit, jejichž cílem bude bořit mýty o stomii a ukázat, že život se stomií nekončí. Ba právě naopak, je to nový začátek. S kampaní se budete moci potkat např. v metru, u obchodních center, v televizi, v nemocničních čekárnách a na dalších zajímavých místech. Dojde také na spolupráci s norským NORILCO v rámci projektu PytlíkART – netradičního malování na stomické sáčky. Výstavy budou probíhat v Česku a Norsku. Držme organizaci České ILCO palce, aby vše, co si předsevzala, bez problémů uskutečnila.



CESTOVNÍ PRŮKAZ STOMIKA
TRAVEL CERTIFICATE
CESTOVNÍ CERTIFIKÁT DO ZAHRANIČÍ



Jméno Name Tomáš Mustermann
Adresa Address Slunná 17,
Semily, Czech Republic
Číslo cestovního pasu Passport No. 00891717-236955
Podpis Signature 
Datum Date 13/05/2022
Typ stomie ostomy type ileostomie / kolostomie / urostomie
jiná other
 trvalá permanent / dočasná temporary
Lékař Name of Doctor MUDr. Vítek Konickeý
Adresa Address Gastroenterolog. odd.
Nemocnice Lazarov, Czech Republic
Podpis Signature 
Datum Date 22/05/2022



NA CESTOVÁNÍ JE
VŽDY DOBRÉ SE
PŘIPRAVIT.
A STOMIK BY NEMĚL
ZAPOMENOUT NA
CESTOVNÍ PRŮKAZ
STOMIKA!

NEBOJTE SE CESTOVAT

POŘÍDĚ SI CESTOVNÍ PRŮKAZ STOMIKA

Využit ho můžete na letištích, při ubytování v hotelech a hodí se i pro cestování po České republice.

Průkaz obsahuje poučení, jak se ke stomikovi chovat, co je stomie, informace o pomůckách a kontakt na lékaře. Informace jsou ve třech jazycích – česky, anglicky, německy.

JAK HO ZÍSKAT?

Cestovní průkaz stomika vám vystaví naše stomické sestry ve stomických poradnách B. Braun nebo si o něj zavolejte či napište.

KONTAKTY NA NAŠE STOMICKÉ
PORADNY NAJDETE
NA WEBOVÝCH STRÁNKÁCH:



Stačí načíst QR kód
chytrým telefonem.

JSME TU PRO VÁS
STOMICKÁ LINKA B. BRAUN

+420-777 363 343

INFORMAČNÍ LINKA
PRO PACIENTY SE STOMIÍ
VE VŠEDNÍ DNY 9-16 HOD.