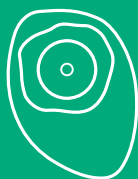
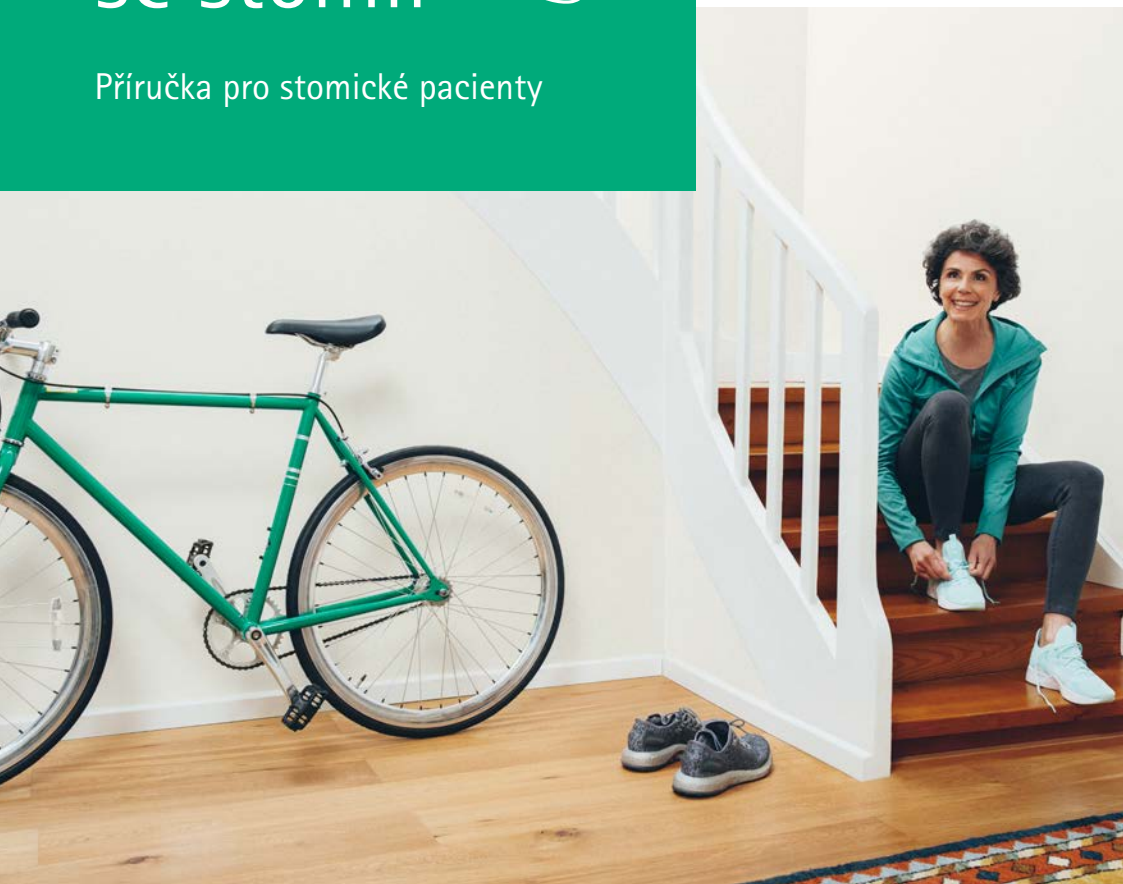


# Život se stomií



Příručka pro stomické pacienty



# Obsah

---

## Co je stomie?

- 4-5 Rozlišení stomií
- 5 Kdo je stomik?

---

## Edukace pacienta

- 6 Co se děje před operací
- 6 S čím vám může pomoci stomická sestra

---

## Kolostomie

- 9 Pomůcky pro kolostomika - uzavřené
- 11 Irigace - výplach střev

---

## Ileostomie

- 13 Pomůcky pro ileostomika - výpustné

---

## Urostomie

- 17 Pomůcky pro urostomika

- 
- 19 Příslušenství
  - 22 Výměna stomického sáčku
  - 23 Co je vhodné konzultovat s lékařem nebo stomickou sestrou?
  - 24 Komplikace
  - 26 Následná ambulantní péče
  - 27 Sport, volný čas, cestování a zaměstnání
  - 28 Rodina, partnerství a sexualita
  - 29 Pomoc a podpora pro stomiky
  - 30 Životní příběhy stomiků
  - 32 Přehled limitů stomických pomůcek

*Milé čtenářky, milí čtenáři,*

*pokud čtete tyto řádky, nejspíše procházíte náročným životním obdobím spojeným s pocity nejistoty, beznaděje a s hlavou plnou otázek. Ale věřte, Vaše obavy jsou normální a přirozené.*

*Onemocnění má velký vliv na současnou kvalitu života, promítá se do Vaší psychiky a odráží se ve vašem chování a prožívání. Často výrazně ovlivňuje zaběhlý chod rodiny, partnerské vztahy, pracovní a společenské povinnosti.*

*Každý nový začátek je těžký a život se stomií není výjimkou. Nyní je důležité najít oporu, mít někoho, komu se můžete svěřit, mluvit otevřeně bez pocitu studu s dávkou porozumění. Nezapomínejte na to, že na nic nemusíte být sami.*

*Již během hospitalizace se o Vás bude starat stomická sestra, která je odborníkem ve svém oboru. Bude Vám nápomocna s výběrem vhodné pomůcky, společně se naučíte o stomii pečovat, pomůže Vám se znovu vrátit do běžného kvalitního života.*

*Praktické informace, rady a typy naleznete i v této brožurce.*



*Spoustu sil a pozitivní energie přeje*

*Mgr. Alena Novotná, Dis  
Stomická sestra Krajské nemocnice Liberec a.s*

# Co je stomie?

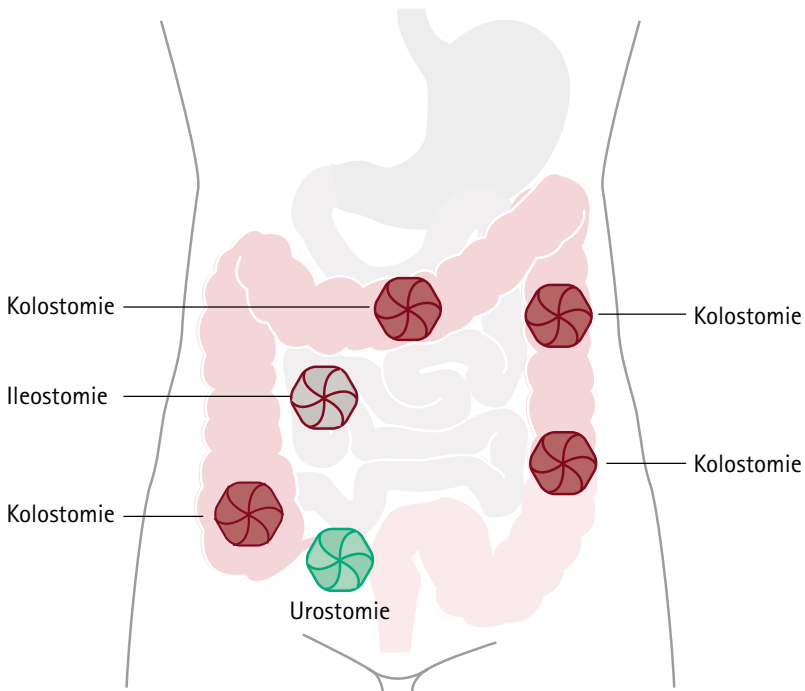
Umělé vyústění dutého orgánu na povrch těla. Existují různé typy stomie podle místa, kde je dutý orgán vyveden, podle doby, na kterou je stomie vytvořena, a podle chirurgické konstrukce.

Vytvoření stomie vždy závisí na technických možnostech při operačním výkonu.

## Rozlišení stomií

**Podle místa, kde je dutý orgán vyveden:**

- **Kolostomie** – umělý vývod výseku tlustého střeva. Kolostomie může být vyvedena kdekoliv na tlustém střevě.
- **Ileostomie** – umělý vývod části tenkého střeva. Ileostomie může být vyvedena na tenkém střevě vpravo i vlevo.
- **Urostomie** – umělý vývod močových. Urostomie se většinou provádí přes odejmutou část tenkého střeva a je vyvedena nejčastěji v pravém podbříšku.



## Podle doby, na kterou je stomie vytvořena, rozlišujeme

- **Dočasnou stomii** – vývod vytvořený na přechodnou dobu. Poté, co onemocnění ustoupí, může být stomie zrušena.
- **Trvalou stomii** – vývod vytvořený nevratně. Stomie je vytvořena z důvodu závažného onemocnění a stomik ji má až do konce života.

## Podle chirurgické konstrukce rozlišujeme

- **Terminální (koncovou stomii)** – vývod tlustého střeva se provádí nejčastěji v oblasti levého podbříšku a zbývající část střeva se odstraní. V břišní stěně pak vznikne pouze jeden otvor (jednohlavňová stomie).
- **Dvouhlavňovou stomii** – chirurgicky vytvořený vývod střeva dvěma otvory (orálním – ústním a aborálním – vzdáleným od úst).
- **Nástěnnou stomii** – přední stěna střeva se vyšije ke stěně břišní.

## Kdo je stomik?

Stomik je člověk s dočasně nebo trvale vyvedeným střevem nebo močovody. Vytvořením vývodu dochází ke změně základních fyziologických funkcí. Stolicе, střevní obsah nebo moč se vyprazdňují nepřirozenou cestou a za nezbytného používání stomických pomůcek. Tato nová skutečnost týkající se pacientova zdravotního stavu nepochybně výrazně zasáhne do jeho každodenního života a nese s sebou významné změny dosavadního životního stylu. Díky neustálému vývoji moderní medicíny mají stomici k dispozici širokou škálu pomůcek a systémů, které jim ulehčí adaptaci na novou situaci a především jim umožní i nadále vést plnohodnotný život.

Společnost B. Braun nabízí komplexní portfolio stomických pomůcek pro potřeby stomických pacientů. Dbáme na maximální bezpečnost pomůcek a komfortní život pacientů. Věříme, že se mezi nimi najdete i Vy tu nevhodnější pro Vaši stomii.

# Edukace pacienta

## Co se děje před operací

Při objednání na plánovanou operaci vás lékař bude podrobně informovat o vašem onemocnění, možnostech chirurgického řešení, vyústění stomie, předoperační a pooperační péči. Současně vám nabídne možnost edukační návštěvy u stomické sestry. Je to služba pro vás a vaše blízké, kterou v některých nemocnicích nabízejí již před hospitalizací a v jiných až před operací. Edukaci můžete přijmout nebo odmítnout. V akutním stavu však většinou nelze tuto přípravu zrealizovat.

**Stomická sestra** je specialistka na ošetřování stomií. Bude vám rádcem a průvodcem minimálně před operací, po operaci a v začátcích života s nově vyústěnou stomií. Rozhovor s ní je důležitou součástí předoperační přípravy. Získáte tak potřebné informace o budoucí stomii a možnostech jejího ošetřování.



TIP

V rámci předpooperační přípravy můžete využít bezplatné konzultace či předoperační edukaci u stomických sester v ambulancích B. Braun Plus nebo volejte Stomickou linku B. Braun +420-777 363 343

## S čím vám může pomoci stomická sestra

- Ukáže vám na modelu konkrétní typ stomie - ileostomie, kolostomie nebo urostomie - a možnosti jejich umístění na těle.
- Vysvětlí vám rozdíly v ošetřování jednotlivých typů stomií.
- Předvede vám různé stomické systémy pro konkrétní typ stomie - jednodílný, dvoudílný mechanický, dvoudílný s adhezivní technologií včetně příslušenství (čisticích a ochranných prostředků).
- Na modelu vám názorně předvede používání jednotlivých typů podložek (plochá, konvexní) a sáčků (uzavřený, výpustný, urostomický, drenážní a noční sběrný).
- V případě vašeho zájmu vám nabídne předoperační edukační balíček, který obsahuje model stomie, stomické sáčky, nůžky a obrazový návod. Balíček je určený pro domácí trénink ošetřování stomie a sestra vám ukáže, jak ho prakticky používat.
- Předá vám písemné edukační materiály - brožurky a obrazové návody.
- Odpoví vám na otázky.
- Vysvětlí vám předoperační přípravu střeva, která je vždy individuální a rozhoduje o ní lékař.

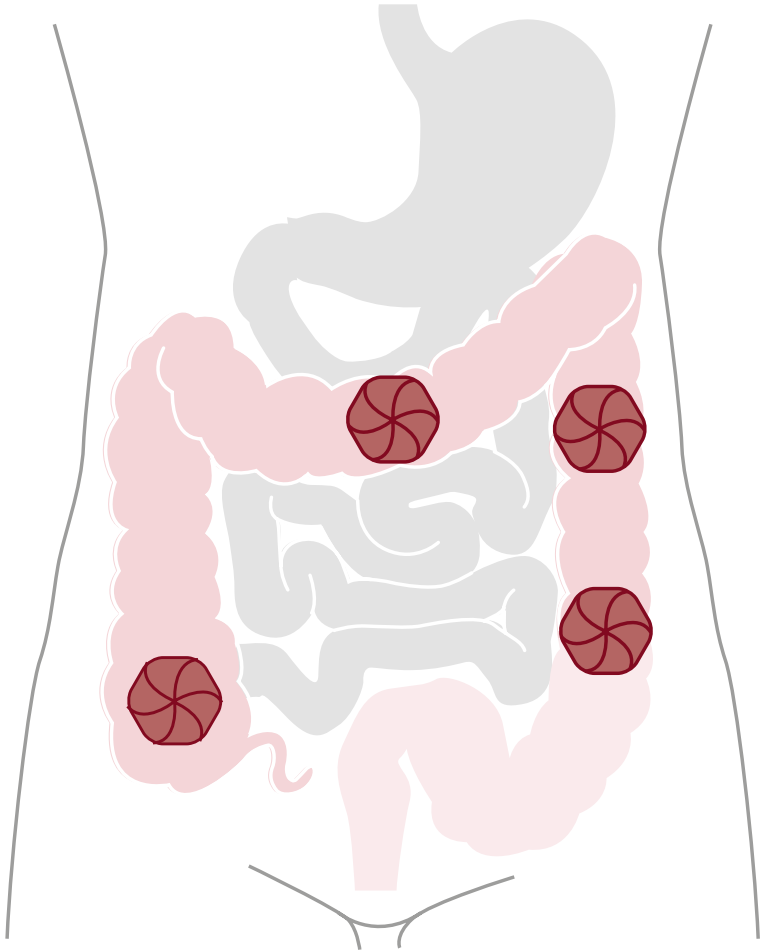
Večer před operací nebo ráno v den operace operatér nebo stomická sestra označí na břicho pacienta možné vyústění stomie. To je důležitou součástí předoperační přípravy. Značí se vždy více možností podle typu operačního výkonu. Pro správné označení je nezbytné pacienta různě napolohovat (sed, leh, úklon, předklon atd.) a také si zjistit některé informace o jeho zvycích při oblékání, sportování, v pracovním, intimním a osobním životě. Umístění stomie, možnost jejího nekomplikovaného ošetření a vhodný stomický systém ovlivní kvalitu vašeho budoucího života.

Stomická sestra vás bude provázet během celé hospitalizace. Postupně vás naučí soběstačnosti při ošetřování stomie. Pomůže vám při výběru vhodného stomického systému a naučí vás s ním správně manipulovat. Pokud byste měli i přesto problém o stomii sami pečovat, stomická sestra poučí i vaše blízké nebo se domluví s agenturou domácí péče.

Po propuštění budete pravidelně docházet do poradny stomické sestry, která vám pomůže řešit případné komplikace spojené s vyústěním nové stomie a zodpoví všechny vaše dotazy.



# Kolostomie





## Pomůcky pro kolostomika – uzavřené

**S výběrem správné stomické pomůcky vám pomůže stomická sestra.**

Jednodílné systémy  
– kolostomický uzavřený sáček

Po operaci kolostomik používá uzavřené sáčky hrazené v limitu zdravotní pojišťovny, ale může používat i výpustné sáčky, také hrazené v limitu zdravotní pojišťovny.

U jednodílných systémů jsou lepicí ochranná podložka a uzavřený sáček navzájem pevně spojeny. Sáček je vybaven filtrem s aktivním uhlíkem pro neutralizaci pachů.

Kolostomické uzavřené sáčky jsou k dostání buď s plochou, nebo vyklenutou (konvexní) ochrannou podložkou. Při naplnění sáčku maximálně do poloviny jeho objemu je nutné tento sáček kompletně vyměnit.

U jednodílných systémů má kolostomik nárok na 60 ks uzavřených sáčků na měsíc.

Flexima® Active Colo



Flexima® Colo (konvexní)



# Kolostomie

Dvoudílné systémy  
– ochranná podložka s uzavřeným sáčkem

Dvoudílné systémy se skládají z ochranné podložky s mechanickým nebo lepicím (adhezivním) uzávěrem a z příslušného uzavřeného sáčku, který se připevňuje k podložce.

Uzavřené sáčky obsahují filtr s aktivním uhlíkem pro neutralizaci pachů a jsou vybaveny odpovídajícím spojovacím (adhezivním či mechanickým) systémem k upevnění na podložku.

K dispozici jsou ploché podložky a konvexní podložky.

Sáčky je nutné při naplnění maximálně do poloviny jejich objemu vyměnit, zatímco ochrannou podložku lze používat několik dnů. K fixaci podložky lze použít pásek.

U dvoudílných systémů má kolostomik nárok na 10 ks podložek na měsíc a 60 ks uzavřených sáčků na měsíc.

Flexima® 3S  
podložka



Flexima® 3S  
sáček uzavřený



Flexima® Key  
podložka



Flexima® Key  
sáček uzavřený



## Irigace - výplach střev

Irigace neboli výplach střev představuje pro pacienty s kolostomií bezpečnou a komfortní péči o vyprazdňování.

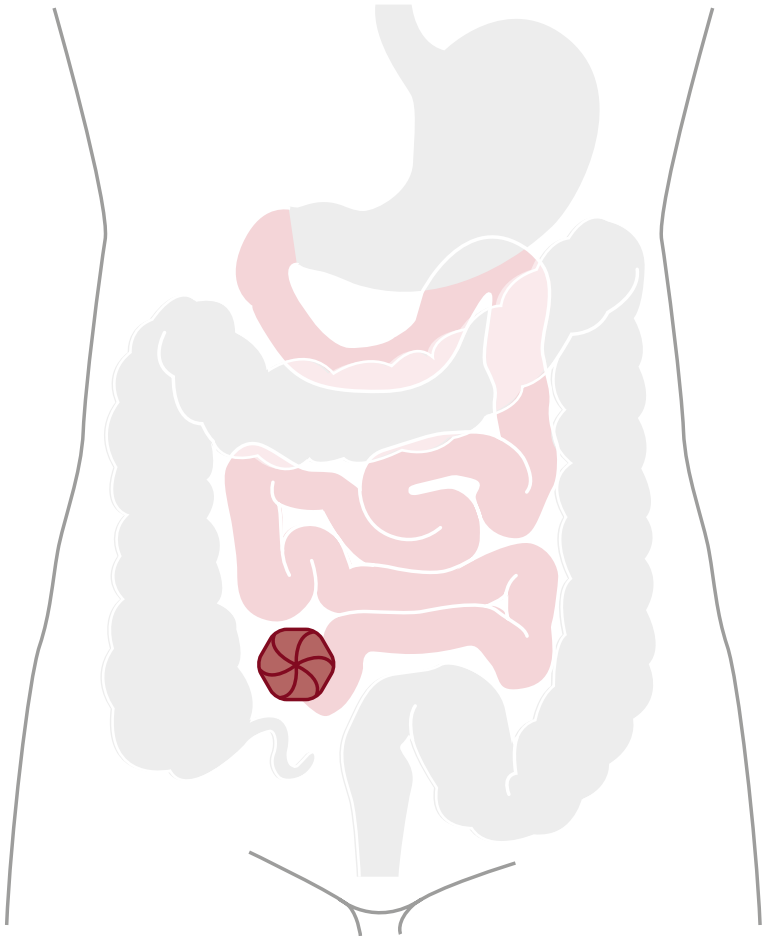
Pravidelnými výplachy střeva docílíte kontrolovaného vylučování stolice. Dosáhnete tak až 48hodinové doby bez nutnosti vyprázdnit se. Můžete tak zredukovat běžnou potřebu kolostomických pomůcek, pocítíte výrazné zlepšení kvality života a získáte i větší nezávislost.

Irigaci lze provádět nejdříve 3 měsíce po operaci. Stomická sestra stomika edukuje, provede nácvik irigace a objedná irigační set ve zdravotnických potřebách. Irigační set podléhá schválení revizním lékařem.

Je nutná konzultace s ošetřujícím lékařem stejně jako následný nácvik výplachu střev za pomoci stomické sestry.



# Ileostomie



## Pomůcky pro ileostomika - výpustné

**S výběrem správné stomické pomůcky  
vám pomůže stomická sestra.**

Jednodílné systémy  
– ileostomický výpustný sáček

Po operaci ileostomik používá výpustné  
sáčky hrazené v limitu zdravotní pojišťovny.

U jednodílných systémů jsou lepicí  
ochranná podložka a výpustný sáček  
navzájem pevně spojeny. Sáček je vybaven  
filtrem s aktivním uhlíkem pro neutralizaci  
pachů.

Ileostomické výpustné sáčky jsou k dostání  
buď s plochou, nebo vyklenutou (konvexní)  
ochrannou podložkou. Při naplnění  
maximálně do poloviny objemu sáčku je  
nutné ho vyprázdnit, případně vyměnit.

U jednodílných systémů má ileostomik nárok  
na 30 ks výpustných sáčků na měsíc.

Flexima® Active  
sáček výpustný



# Ileostomie

Dvoudílné systémy  
– základní podložka s výpustným sáčkem

Dvoudílné systémy se skládají z ochranné podložky s mechanickým nebo lepicím uzávěrem a z příslušných ileostomických sáčků, které se připevňují k podložce. Lepicí podložky jsou k dostání buď v plochém, nebo v konvexním provedení.

Výpustné sáčky obsahují filtr s aktivním uhlíkem pro neutralizaci pachů a jsou vybaveny odpovídajícím spojovacím systémem k upevnění na podložku.

Sáček je nutné při jeho naplnění maximálně do poloviny objemu vyprázdnit, případně vyměnit. Ochrannou podložku lze používat až dva dny.

U dvoudílných systémů má ileostomik nárok na 15 ks podložek na měsíc a 30 ks výpustných sáčků na měsíc.

Flexima® Key  
podložka



Flexima® Key Ileo  
sáček výpustný



Flexima® 3S  
podložka



Flexima® 3S  
sáček výpustný

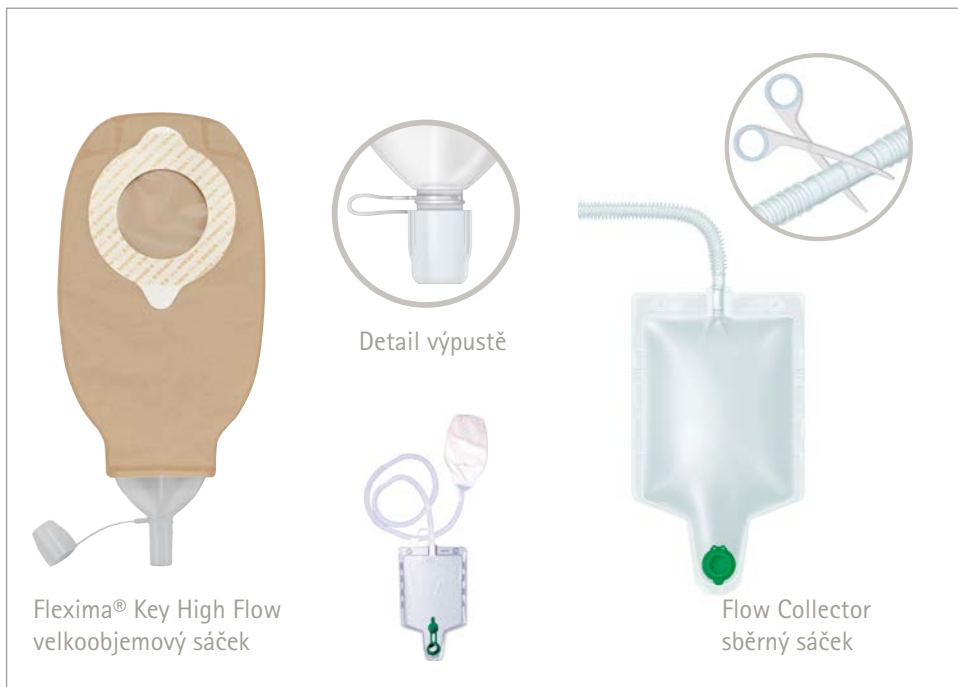




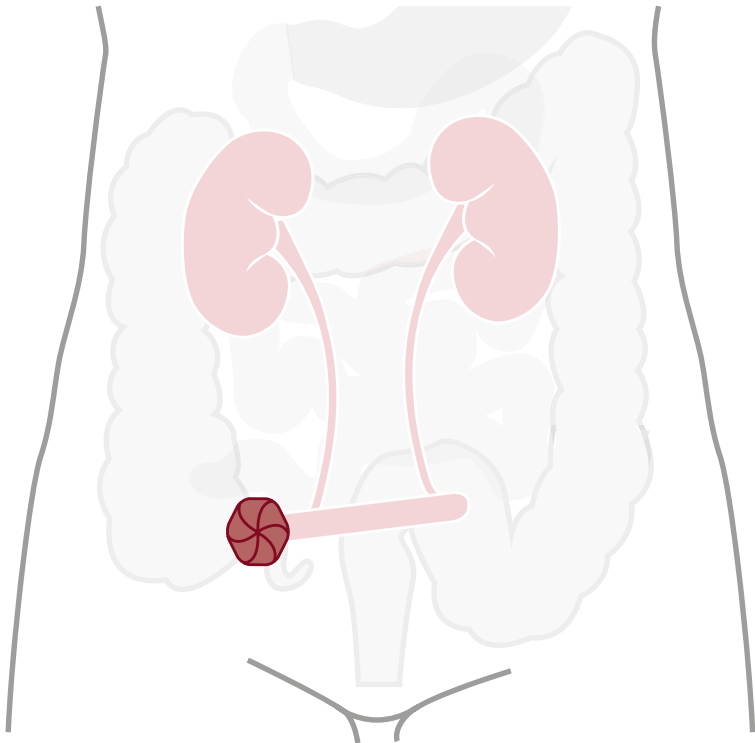
Ploché systémy



Konvexní systémy



# Urostomie





## Pomůcky pro urostomika

**S výběrem správné stomické pomůcky vám pomůže stomická sestra.**

Jednodílné systémy  
– urostomický sáček

U jednodílných systémů jsou lepicí ochranná podložka a urostomický sáček navzájem pevně spojeny. Sáček je vybaven chlopní proti zpětnému odtoku moči a výpustným systémem.

Urostomické sáčky jsou k dostání buď s plochou, nebo vyklenutou (konvexní) ochrannou podložkou. Při naplnění sáčku maximálně do poloviny jeho objemu je nutné jej vyprázdnit, případně vyměnit.

Lze napojit noční sáček.

U jednodílných systémů má urostomik nárok na 30ks urostomických sáčků na měsíc.

Flexima® Uro / Urosilk



Urimed® B'Bag



Univerzální spojka  
k nočnímu sáčku



# Urostomie

Dvoudílné systémy  
– základní podložka s urostomickým sáčkem

Dvoudílné systémy se skládají z ochranné podložky s mechanickým uzávěrem a z příslušného urostomického sáčku, který se připevňuje k podložce. Lepicí podložky jsou k dostání buď v plochém, nebo v konvexním provedení.

Urostomické sáčky jsou vybaveny chlopní proti zpětnému odtoku moči, výpustným systémem a odpovídajícím spojovacím systémem k připevnění na podložku.

Sáčky je nutné při naplnění maximálně do poloviny jejich objemu vyprázdnit, případně vyměnit, zatímco ochrannou podložku lze používat až dva dny.

U dvoudílných systémů má urostomik nárok na 15 ks podložek na měsíc a 30 ks výpustných sáčků na měsíc.

Flexima® 3S  
podložka



Flexima® 3S Uro  
urostomický sáček



Flexima® Key Uro  
podložka



Flexima® Key Uro  
urostomický sáček





# Příslušenství

## Askina® Barrier Cream

### Ochranný krém proti maceraci

Askina® Barrier Cream slouží jako dlouhodobá ochranná bariéra proti maceraci u inkontinentních pacientů. Chrání také proti dráždivým účinkům moči a stolice.

- Vysoce koncentrovaný – aplikace malého množství postačí na poměrně velkou plochu
- Po aplikaci vytváří paropropustnou ochrannou vrstvu
- Nesnižuje savost inkontinentních pomůcek
- Je voděodolný

### Indikace

- Proti maceraci způsobené při inkontinenci a úniku jiných tělních tekutin
- Ochrana citlivé, křehké a suché kůže, včetně okolí rány



## Superfiller

### Pasta na ochranu kůže pro pocit bezpečí ve dne i v noci

- Na nerovné povrchy peristomální kůže
- Pro kolostomiky – ileostomiky – urostomiky – léčbu píštělí

Ideální pro vyplnění mezery mezi kožními záhyby kolem stomie. Prodlužuje dobu nošení pomůcky.

- Snadné nanesení a rozetření pasty. Zbytky se snadno čistí.
- Stabilní a jednotná přilnavost.
- Zabraňuje podráždění kůže. Chrání citlivou peristomální kůži před tekutinami.
- Zabraňuje prosakování. Dobrá odolnost proti rozpouštění tekutinami.
- Vytváří dokonalé těsnění pro zvýšenou bezpečnost.



Níže uvedené produkty jsou zdravotnické prostředky.

Před použitím každého z uvedených zdravotnických prostředků si prosím pečlivě přečtete návod k použití a informace o bezpečném používání zdravotnického prostředku; mohou obsahovat údaje o rizicích spojených s jeho používáním.

---

**Flexima®** je jednodílný sběrný systém pro enterostomické pacienty (kolostomie, ileostomie). Zdravotnický prostředek. Druhy sáčků: uzavřené s plochou či konvexní podložkou (kolostomie), výpustné sáčky Roll'up s integrovanou měkkou svorkou s plochou či konvexní podložkou (ileostomie). Výrobce tohoto zdravotnického prostředku je B. Braun Medical SAS se sídlem na adrese 204 Avenue du Maréchal Juin, 92100 Boulogne-Billancourt, Francie.

**Flexima® Active** je jednodílný systém sběrných sáčků pro enterostomiky. Zdravotnický prostředek. Flexima® Active nabízí unikátní ochranu kůže vyvinutou společností B. Braun (SkinTech®), která poskytuje vysoký komfort díky velké flexibilitě a okamžité přilnavosti. Druhy sáčků: uzavřený sáček s plochou nebo ultra soft konvexní ochranou kůže (kolostomie), výpustný sáček s integrovanou svorkou typu "Roll'up", v ploché nebo ultra soft konvexní verzi (ileostomie). Výrobce tohoto zdravotnického prostředku je B. Braun Medical SAS se sídlem na adrese 204 Avenue du Maréchal Juin, 92100 Boulogne-Billancourt, Francie.

**Flexima® Uro Silk** jsou jednodílné výpustné sáčky pro urostomii, s rovnou nebo konvexní podložkou pro kompletní ochranu pokožky. Zdravotnický prostředek, jehož výrobcem je B. Braun Medical SAS se sídlem na adrese 204 Avenue du Maréchal Juin, 92100 Boulogne-Billancourt, Francie.

**Flexima® Key** je dvoudílný stomický systém, určený pro kolostomie, ileostomie a urostomie. Zdravotnický prostředek. Systém Flexima® Key je tvořen podložkou s vrstvou chránící pokožku a měkkou přírubou, v ploché či měkké konvexní variantě. Druhy sáčků: uzavřené (kolostomie), výpustné s integrovanou výpustí typu „Roll'Up“ či „Flow Control“ (ileostomie) nebo sáčky s uzávěrem ve výpustné části (urostomie), případně velkoobjemové sáčky typu „Maxi Drainable“ nebo „High Flow“. Originálním znakem tohoto stomického systému je integrovaný vodič mechanismus, který umožňuje velmi jednoduché upevnění adhezivního sáčku na flexibilní podložku. Výrobce tohoto zdravotnického prostředku je B. Braun Medical SAS se sídlem na adrese 204 Avenue du Maréchal Juin, 92100 Boulogne-Billancourt, Francie.

**Flexima® 3S** je dvoudílný mechanický systém pro pacienty s enterostomií nebo urostomií. Zdravotnický prostředek. Dvoudílný systém se skládá z ploché nebo konvexní podložky s ochranou kožního krytu a kroužkem na připevnění sáčku. Druhy sáčků: uzavřené (kolostomie), výpustné s integrovanou měkkou svorkou typu „Roll'Up“ nebo s vypouštěcím systémem „High-Flow“, ke kterému lze napojit další sběrný sáček „Flow Collector“ (ileostomie), urostomické s vypouštěcím uzávěrem s napojením na další sběrné močové systémy (urostomie). Výrobce tohoto zdravotnického prostředku je B. Braun Medical SAS se sídlem na adrese 204 Avenue du Maréchal Juin, 92100 Boulogne-Billancourt, Francie.

**Flow Collector** je jednodílný sběrný systém pro enterostomické pacienty. Zdravotnický prostředek. Sběrný stomický systém s možností vypouštění, určený pro velké objemy tekutého střevního obsahu. Výrobek umožňuje zadržení velkých objemů tekuté stolice prostřednictvím stomického sáčku pacienta. Používá se v kombinaci se systémem Almarys® Twin+ High Flow, Flexima®/Softima® High Flow, Flexima®/Softima® Key Maxi a Flexima®/Softima® 3S High Flow. Výrobce tohoto zdravotnického prostředku je B. Braun Medical SAS se sídlem na adrese 204 Avenue du Maréchal Juin, 92100 Boulogne-Billancourt, Francie.

**B. Braun Adhesive Remover** je zdravotnický prostředek. Účelem tohoto zdravotnického prostředku je usnadnění a snížení bolesti při odstraňování zdravotnických náplastí z povrchu kůže, používaných při péči o stomii, u obvazů a u jiných zdravotnických prostředků. Přípravek na bázi silikonu je neдрáždivý a šetrný ke kůži. Výrobce je B. Braun Hospicare Ltd., Collooney, Co. Sligo, Ireland.

**Askina® Barrier Film** je zdravotnický prostředek. Film pro vytvoření bariéry Askina® Barrier Film je sterilní tekuté krytí, které při aplikaci na pokožku vytváří průhledný, bezbarvý film a poskytuje dobrou propustnost pro kyslík a vlhkost. Neobsahuje alkohol. Výrobce je B. Braun Hospicare Ltd., Collooney, Co. Sligo, Ireland.

**Askina® Barrier Cream** je bílý koncentrovaný krém, který po nanesení na kůži vytváří ochrannou vrstvu a zvlhčuje suchou kůži. Zdravotnický prostředek. Výrobce je B. Braun Hospicare Ltd., Collooney, Co. Sligo, Ireland.

Ochranná pasta **Superfiller** je zdravotnický prostředek. Účelem tohoto zdravotnického prostředku je účinná ochrana pokožky v okolí vývodu, určená pro pacienty s kolostomií, ileostomií, urostomií nebo pištělemi. Pastu lze použít též pro úpravu nepravidelného kožního povrchu. Výrobce je B. Braun Hospicare Ltd., Collooney, Co. Sligo, Ireland.



# Co je vhodné konzultovat s lékařem nebo stomickou sestrou?

Se stomickou sestrou konzultujte materiály vhodné pro ošetření.

Vyvarujte se používání materiálů, které vysušují pokožku a omezují její přirozenou ochrannou funkci (benzín, alkohol, dezinfekční prostředky na bázi alkoholu, parfémovaná mýdla).

Při používání výpustných sáčků dejte pozor na látky bránící bezpečnému přilnutí ochranné podložky ke kůži (krémy, masti, oleje, sprchové gely).

Alergizující mohou být i depilační krémy.

Přilnavost podložek ke kůži mohou omezit čisticí a zvláčňující pěny.

Živnou půdou pro bakterie a plísně mohou být mycí houby a žínky, vyvarujte se proto jejich používání.



# Komplikace



V souvislosti se stomií mohou vzniknout časně i pozdní komplikace. Při jakýchkoliv potížích se obraťte na ošetřujícího lékaře a stomickou sestru.

## Časně komplikace

- Jsou řešeny ještě během pobytu v nemocnici

### Kožní komplikace stomií

- Kožní komplikace mohou být různého charakteru
- Mezi nejčastější komplikace patří alergie a podráždění kůže kolem stomie. Tyto komplikace se zpravidla řeší výměnou a úpravou stomické pomůcky

## Pozdní komplikace

### Břišní kýla (hernie)

- V případě, že kýla nečiní stomikovi obtíže a ošetřování stomie je možné, volí se konzervativní postup, např. kýlní pás
- Činí-li kýla stomikovi obtíže, je řešena chirurgickou korekcí

### Výhřez (prolaps) střeva

- Při výhřezu střeva se střevo vysune skrze stomii ven a už se samo nestáhne zpět – tato komplikace se zpravidla řeší operativně

### Zúžení (stenóza) stomie

- Při této komplikaci dochází ke zúžení střevního vývodu
- Průměr stomie se průběžně zmenšuje a vyměšování může být obtížnější a případně i bolestivé





TIP

Volejte,  
rádi vám  
poradíme.



**Stomická linka B. Braun**

**+420-777 363 343**

**Informační linka pro pacienty se stomií**

Provoz patientské linky ve všední dny v čase 9–16 hod.

### Vtažení (retrakce) stomie

- Při retrakci se stomie trychtýřovitě stáhne zpět pod úroveň kůže
- Následkem jsou záněty kůže, neboť peristomální pokožka přijde do styku s výměšky
- Řešením problému může být použití konvexního systému s páskem

### Krvácení

- V případě krvácení je nutné rozlišit mezi povrchovým slizničním a hlubokým střevním krvácením
- Drobné krvácení lze zpravidla zastavit přiložením tlakového obvazu navlhčeného studenou vodou
- Při masivním krvácení je nutné vyhledat odbornou lékařskou pomoc

### Průjem

- Příčinou průjmu může být mikrobiální nerovnováha střeva, infekční onemocnění nebo obnova základního onemocnění

### Zácpa

- Příčinou zácpy může být nevhodná strava či omezený přísun tekutin
- Je nezbytné vyloučit zúžení či neprůchodnost stomie

### Plynatost

- Plynatost může být způsobena spolykaným vzduchem a tvorbou střevních bakterií
- Řešením je dietní opatření

### Poruchy potence (erektilní dysfunkce)

### Vzestupné infekce močových cest

# Následná ambulantní péče

Následné pooperační péči se často neprávem přisuzuje příliš malý význam. Před propuštěním z nemocnice byste proto měli být poučeni o druhu, četnosti a významu jednotlivých opatření v rámci následné péče.

Praktickému lékaři a stomické sestře náleží důležitý úkol provádět systematickou kontrolu jednotlivých opatření. Také pravidelné sledování a kontrola správné péče o stomii by měly být naprostou samozřejmostí.

Pacienti s onkologickým onemocněním jsou sledováni na specializovaných pracovištích.

## Následná rehabilitační péče

Po pobytu v nemocničním zařízení zpravidla následuje lékařské opatření v podobě následné rehabilitační péče. Ta musí být zahájena nejpozději dva týdny po propuštění z nemocnice, často však navazuje přímo na propuštění z nemocnice, kde byla pacientovi poskytnuta akutní péče.

Následná rehabilitační péče může v zásadě probíhat ambulantně, zčásti celodenně nebo plně celodenně. Prostřednictvím ošetřujícího lékaře nebo sociální služby se zařídí vše potřebné, náklady přitom přebírá zdravotní pojišťovna.

## Dostupnost pomůcek

Po propuštění z nemocnice: Pomůcky obdržíte na základě poukazu vydaného praktickým lékařem nebo lékařem v nemocnici. Stomická sestra vás poučí o preskripčních limitech.

Poukaz uplatníte ve zdravotnických potřebách, v lékárně nebo v prodejnách Zelené hvězdy.

Více informací na [www.zelenahvezda.cz](http://www.zelenahvezda.cz)  
Bez poukazu nelze pomůcky vydat.

## Zásilková služba

Pokud potřebujete pomůcky zaslat přímo domů, můžete se obrátit na řetězec zdravotnických potřeb Zelená hvězda, kde vám zkušení odborníci poradí a pomůcky ZDARMA zašlou na požadovanou adresu. Pokud máte již předepsaný poukaz, lze jej zaslat na konkrétní prodejnu Zelené hvězdy a do tří dnů obdržíte pomůcky přímo domů.



**Stomická linka B. Braun**  
**+420-777 363 343**

Informační linka pro pacienty se stomií  
Provoz patientské linky ve všední dny v čase 9–16 hod.

# Sport, volný čas, cestování a zaměstnání

Bezprostředně po operaci mívá mnoho lidí ze života se stomií strach. Chirurgické vytvoření umělého střevního vývodu je však často nezbytné pro stabilizaci zdravotního stavu. Pozitivní postoj k životu a zdravá sebedůvěra vám usnadní novou situaci přijmout.

## Sport a volný čas

Stomie pro vás v zásadě nepředstavuje žádnou překážku pro provozování sportu nebo různých volnočasových aktivit. Právě naopak! Jste-li aktivní lidé a máte rádi pohyb, můžete se sportu nadále věnovat i se stomií, pokud nemáte nějaká zvláštní omezení z důvodu nemoci. Pouze byste se měli vyvarovat zvedání těžkých břemen a provozování sportů, při kterých může dojít ke zraněním a pohmožděním v oblasti stomie (např. silovým a bojovým sportům). O fyzické zátěži se poradte s odborníkem.

K dispozici je vám mnoho zdravotních pomůcek, které vám pomohou situaci usnadnit. Důležité je mít s sebou vždy dostatek stomických pomůcek, abyste kdykoli (i na cestách) byli připraveni na výměnu stomického sáčku. Při vodních sportech



bývají stomické pomůcky podrobeny obzvláště tvrdé zkoušce. V zásadě by měly i ve vodě spolehlivě držet na těle. Želatinový podíl obsažený v materiálu, ze kterého je vyrobena ochranná podložka, má však tu vlastnost, že dokáže tekutinu vstřebat. To je důležité, pokud se může potít a vlhne. Ve vodě však tato vlastnost vede k tomu, že materiál, z něhož je ochranná podložka vyrobena, začne po nějaké době bobtnat. Proto se doporučuje nezůstávat ve vodě příliš dlouho a připevněné stomické pomůcky občas zkontrolovat.

## Na cestách

Vzhledem k tomu, že ne ve všech zemích jsou k dostání obvyklé zdravotnické potřeby pro stomiky, měli byste s sebou na cesty vozit dostatečné množství stomických pomůcek. Zejména při cestování letadlem je vhodné brát si s sebou malou zásobu stomických pomůcek přímo do příručního zavazadla, abyste je měli v případě potřeby po ruce. Tak budete dostatečně vybaveni i v situaci, že vaše zavazadlo nebude do cílové destinace dopraveno včas. Při cestách do zahraničí je výhodou znát pro případ krizové situace několik základních pojmů týkajících se péče o stomii v jazyce příslušné země.

Skvěle se hodí pro stomiky



Vyhnete se všem sportům, které příliš namáhají břišní svaly



# Rodina, partnerství a sexualita

Váš partner, vaše rodina i vaši nejbližší přátelé se musí s novou situací vyrovnat podobně jako vy. Otevřený postoj k tomuto citlivému tématu, jakým je stomie, podpoří vzájemné pochopení.

Psychická zátěž a zábrany mohou vést k narušení intimního života. Nový postoj k sexualitě, důvěrné rozhovory a hodné něžností mohou oběma partnerům pomoci tyto zábrany odbourat. Zvýšená vnímavost vůči druhému a vzájemná komunikace mají často pozitivní vliv na utužení partnerského vztahu.

**Jsem pro svého partnera atraktivní i se stomií? Jak tato situace ovlivní náš sexuální život?**



Na tyto otázky můžete odpovědět jen vy sami. Důležitý je v každém případě otevřený přístup. Rozhovory s partnerem nebo v případě potřeby s lékařem, odborným terapeutem nebo psychologem vám mohou pomoci tyto pochybnosti zažehnat.

Naprostá většina lidí se stomií vede plnohodnotný sexuální život. Po překonání počátečních zábran mnozí z nich zjišťují, že stomie hraje při sexu nepodstatnou roli. Z lékařského hlediska není rozhodně žádné omezování v sexuálním životě nutné.

**Mohu navzdory stomii otěhotnět?**



Umělý vývod střeva nemusí být důvodem nenaplněné touhy po dítěti. V zásadě může mít děti i žena se stomií.

Je však vhodné poradit se o tom předem s ošetřujícím lékařem, aby se zvážila možná rizika. Je nutné brát v úvahu nejen základní onemocnění, kvůli kterému byl proveden umělý vývod střeva, ale také užívání léků, správný okamžik početí (nejméně dva roky po operaci stomie), rozhodnutí pro přirozený porod nebo pro císařský řez a možné narušení stomie.

Během těhotenství se stomie v souvislosti s váhovým přírůstkem a zvětšením objemu břicha nutně změní. Proto se doporučuje stálé sledování těhotné ženy a pravidelné kontroly u specialisty.

V zásadě platí:

- Toužíte-li po dítěti, poradte se bezpodmínečně předem s odborným lékařem.
- Během těhotenství chodte na pravidelná vyšetření a kontroly.
- Pozorně svou stomií sledujte a náležitě o ni pečujte.
- Nevíte-li si rady, vždy se poradte s odborníkem.

# Pomoc a podpora pro stomiky

## Stomické poradny B. Braun plus

### Praha - Budějovická

Poliklinika Budějovická  
Zelená budova, přízemí  
Antala Staška 1670/80  
140 00 Praha 4  
Tel. +420-778 455 871  
+420-770 102 821

### Brno

Budova Klinika Campus, 3. patro  
Kamenice 811/32  
625 00 Brno - Bohunice  
Tel. +420-606 415 766

### Olomouc

Areál nákupního centra Olomouc CITY  
Pražská 255/41  
779 00 Olomouc  
Tel. +420-778 544 066

### Hradec Králové

Bratří Štefanů 895  
500 03 Hradec Králové  
Tel. +420-770 183 101

### Plzeň

Lábkova 921/16  
Skrvnány  
318 06 Plzeň  
Tel. +420-602 943 025

### České Budějovice

Poliklinika JIH  
Matice Školské 1786/16  
370 01 České Budějovice  
Tel. +420-775 864 280

## Stomická linka B. Braun

Informační linka pro pacienty se stomií  
Tel. +420-777 363 343

## Pacientský portál Lepší péče

Zdraví a prevence jsou pro nás na prvním místě, a proto jsme vytvořili webové stránky pro pacienty a jejich blízké, kde se věnujeme řadě témat, od kloubů přes ledviny, hygienu a dezinfekci, kýlu a hemoroidy až po klinickou výživu a péči o seniory.  
[www.lepsipecce.cz](http://www.lepsipecce.cz)

## České ILCO

České ILCO je největší svépomocná organizace pro nositele stomie v České republice. Má zastoupení v celé republice prostřednictvím regionálních sdružení. Hlavním úkolem Českého ILCO je péče o specifické potřeby občanů, kterým byla zavedena stomie, obhajoba jejich zájmů s cílem zajistit jim rovnoprávné postavení ve společnosti a pomoc při jejich zdravotní a sociální rehabilitaci.  
Tel. +420-775 241 074  
[info@ilco.cz](mailto:info@ilco.cz) | [www.ilco.cz](http://www.ilco.cz)

# Životní příběhy stomiků

Následující text pochází z rozhovoru, který poskytla žena se stomií. Tento úryvek byl vybrán proto, aby všem stomikům dodal odvalu a ukázal jim, že i se stomií lze prožít aktivní a plnohodnotný život se vším všudy.

## Můžete se s námi podělit o svůj příběh?

Od sedmi let jsem trpěla Crohnovou chorobou, tedy zánětlivým onemocněním střev. Když mi bylo něco přes dvacet let, šla jsem na operaci. Měla jsem tehdy za sebou už celou řadu neúspěšných léčebných pokusů a prožila jsem mnoho bolesti, než se ošetřující lékaři rozhodli pro operaci.

## Jaké to bylo, když vám udělali stomii?

Bylo mi 23 let a měla jsem, jak se říká, život před sebou. Mé dětství do značné míry určoval život s Crohnovou chorobou. Všechno mě naprosto vyčerpávalo, ať už obyčejné školní výlety, dovolené nebo i setkání s přáteli. Když má člověk neustále průjemy a bolesti břicha, není příliš zdatný a necítí se fit. Měla jsem tou dobou za sebou už bezpočet pobytů v nemocnici a zčásti jsem byla dokonce odkázána na umělou výživu, aby se srovnala má tělesná hmotnost.

Ještě v 18 letech jsem si myslela, že nikdy nebudu chtít žít s umělým vývodem střeva. Ale když k tomu pak nakonec došlo, moji rodiče a můj přítel mi velice pomohli.

V tom okamžiku už jsem neměla žádné jiné východisko. Mimo jiné se mi vytvořila rektální píštěl, která se nedala vyléčit. Dnes mám levostrannou ileostomii.

## Co vám z vašeho pobytu v nemocnici utkvělo v paměti?

Je to už 13 let... Operovali mě tenkrát na jedné specializované klinice. Podle mého názoru by měl člověk v takové situaci vědět, že není jediný, komu se něco takového stalo, a že provedení umělého vývodu je v podstatě rutinní operace. Vzpomínám si, že mi na břicho nakreslili značku, která vyznačovala vhodné místo pro umístění stomie mezi přímým a příčným svalem břišním, aby pak při operaci to místo dobře našli.

## Pečovala o vás specializovaná stomická sestra?

Ano, stomická sestra mě velmi povzbuzovala a dodávala mi odvalu. Sama měla stomii a na povolání odborné stomické sestry se přeškolila až po své operaci. Její postoj ke stomii mi dodal hodně síly a optimismu. Ještě dlouhá léta po operaci, když už jsem dávno sama pracovala, jsem na ni s vděčností vzpomínala.



# Přehled limitů stomických pomůcek

## Úhradové skupiny 03

- Na žádné pomůcky v této kategorii již není potřeba schválení revizním lékařem
- Množstevní limit na sáčky a podložky pro dospělé se nezměnil
- Nově množstevní limit na:
  - vkladací kroužky (60 ks/měsíc, 1 ks k podložce)
  - vyrovnávací pásy (120 ks/měsíc, 2 ks k podložce, lze předepsat pouze s podložkou)
  - adhezivní pasty (1 ks/měsíc)

## Stomické pomůcky – podložky a sáčky – limity

Produkty	Jednodílný systém	Dvoudílný systém	
	Sáčky	Podložky	Sáčky
Uzavřené sáčky	max. 60 ks/měsíc	max. 10 ks/měsíc	max. 60 ks/měsíc
Výpustné sáčky	max. 30 ks/měsíc	max. 15 ks/měsíc	max. 30 ks/měsíc
Urostomické sáčky	max. 30 ks/měsíc	max. 15 ks/měsíc	max. 30 ks/měsíc

## Sběrné sáčky:

Sběrné sáčky se širokou hadicí (Flow Collector)

– zvláštní úhradová skupina

15 ks/měsíc

Urínální sběrné sáčky (Urimed® B'Bags)

15 ks/měsíc



## Příslušenství – limity (ceny jsou uváděny bez DPH)

Příslušenství	Úhradová skupina	Limit
Zátky - bez nároku na současné předepsání sáčků	03.01.02.05	60 ks/měsíc
Irigační soupravy – gravitační	03.07.01.01	2 sady/rok
Irigační soupravy – sáčky	03.07.01.02	300 ks/rok
Adhezivní pasty a gely	03.08.01.03	1 ks/měsíc
Stomické pásky – přídržné	03.08.02.01	2 ks/rok
Prostředky zahušťovací	03.08.03.01	313,- Kč/měsíc
Pohlcovače pachu	03.08.05.01	304,- Kč/měsíc
Ochranné krémy a filmy	03.09.01.01	870,- Kč/měsíc
Odstraňovače stomické podložky	03.08.04.01	261,- Kč/měsíc
Odstraňovače stomické podložky – silikonové	03.08.04.02	435 Kč/měsíc

Stomická linka B. Braun i Zelená hvězda jsou vám k dispozici pro řešení jakýchkoli problémů. Ozvěte se, jsme tu pro vás.



**Stomická linka B. Braun**  
**+420-777 363 343**

Informační linka pro pacienty se stomií  
Provoz patientské linky ve všední dny v čase 9–16 hod.



**ZELENÁ HVĚZDA**

Váš dodavatel zdravotnických prostředků

[www.zelenahvezda.cz](http://www.zelenahvezda.cz)

B. Braun Medical s.r.o. | V Parku 2335/20 | 148 00 Praha 4 | Česká republika  
Tel. +420-271 091 111 | [info@bbraun.cz](mailto:info@bbraun.cz) | [www.bbraun.cz](http://www.bbraun.cz)

Portál pro pacienty: [www.lepsipecz.cz](http://www.lepsipecz.cz)

CZ0007\_2023-01-16



## Cestovní certifikát (do zahraničí) Travel Certificate

Jméno/ Name

Adresa/ Address

Číslo pasu/ Passport No

Podpis/ Signature

Datum/ Date

Lékař/ Name of Doctor

Adresa/ Address

Podpis/ Signature

Datum/ Date

### Pro ty, kterých se může týkat

Tímto se potvrzuje, že osoba uvedená v tomto certifikátu podstoupila chirurgickou operaci, kvůli které je nutné, aby měla neustále na sobě stomickou pomůcku (sáček) připevněnou na břicho sloužící k vylučování ze střeva nebo močového měchýře. Pokud je nutné tento sáček prohlédnout, měl by být přítomen kvalifikovaný lékař, protože jakékoli porušení pomůcky může způsobit únik, velké nepohodlí a rozpaky nositele. Sáček může být podepřen páskem s obsahem kovových částí, které může registrovat detektor kovu. Vlastník tohoto certifikátu také může mít u sebe náhradní set pomůcek obsahující náhradní stomické sáčky, obvazy atd. Je důležité, aby tyto nouzové pomůcky zůstaly neporušené a neztratily se.



### To whom it may concern

This is to certify that the person named on this certificate has had a surgical operation which makes it necessary for him/her to wear at all times, a bag attached to the abdomen to collect excretion from the bowel or bladder. If it is necessary to examine this bag, a qualified medical practitioner should be present, because any interference may cause leakage and great discomfort and embarrassment to the wearer. The bag may be supported by a belt; if so, this may have metal parts which register on a metal detector. The owner of this certificate may also be carrying an emergency supply pack consisting of spare bags, surgical dressings, etc., in addition to his/her main luggage. It is essential that these emergency supplies remain intact and are not mislaid.

### An alle, die es angeht

Es wird hiermit bestätigt, daß die in dieser Bescheinigung genannte Person eine Operation hatte, die es erforderlich macht, daß sie zur Einsammlung von Darm- oder Blasenausscheidungen immer einen Beutel am Unterleib trägt. Wenn dieser Beutel untersucht werden muß, hat das in Gegenwart eines qualifizierten Arztes zu geschehen, weil ein Eingreifen zur Folge haben könnte, daß etwas ausläuft, was für den Träger bzw. die Trägerin großes körperliches Unbehagen verursacht und sehr peinlich ist. Der Beutel hängt manchmal an einem Gürtel, der Metallteile enthalten könnte, die eventuell durch einen Metalldetektor angezeigt werden. Es ist auch möglich, daß der (die) Inhaber(in) dieser Bescheinigung, außer seinem (ihrem) Hauptgepäck, eine Notversorgungspackung bei sich hat, die aus Ersatzbeuteln, Verbandmaterial u. dgl. besteht. Dieser Notvorrat muß unbedingt unversehrt bleiben und darf nicht verlegt werden.

### A quien pueda interesar

Se certifica aquí que la persona cuyo nombre se menciona en este certificado ha sido objeto de una operación quirúrgica que hace indispensable para él/ella llevar siempre una bolsa sujeta al abdomen para retener la excreta del intestino la vejiga. Si es preciso examinar esta bolsa, deberá hacerse el examen en presencia de un médico calificado, porque cualquier intervención puede ocasionar escapes y bastante incomodidad y confusión al paciente. La bolsa puede colgar de un cinturón. De ser así, éste puede tener piezas metálicas que puedan observarse en un detector de metales. El detentor del presente certificado puede llevar también una provisión de emergencia compuesta de bolsas de repuesto, vendajes, etc., además de su equipaje personal y es esencial que tales provisiones de emergencia permanezcan intactas y no se pierdan.



Prosím, potřebuji / Please, I need

