



Vážení čitatelia.

Október je pôvodne ôsmy mesiac v rímskom kalendári (lat. octo = osem), aj keď sa dnes už toto jeho pôvodné poradie v kalendári nezachovalo. V starovekom Ríme v tomto mesiaci končili vojenské výpravy a hlavným októbrovým sviatkom bolo „armilustrum“ – vyčistenie zbraní a ich uloženie v chráme. My, skôr narodení, sme v tento mesiac v školách oslavovali Veľkú októbrovú socialistickú revolúciu, ktorá sa začala výstrelom dela z križníka Aurora. 28.10. 1918 vznikla aj prvá ČSR – hoci Slováci tento deň príliš neoslavujú, je to jeden z najvýznamnejších krokov na ceste k našej samostatnosti. Okrem týchto zaujímavých dní je október aj mesiacom úcty k starším a mesiacom zdravých zubov. O tom, že už naozaj prichádza zima svedčí aj pranostika: „Na Šimona Judy (30.10.) mrznú v poli hrudy!“ Aj v októbrovom Heliose nájdete pestrú paletu článkov, ktoré sme pre vás pripravili:

- **Predstavujeme ČIK centrum v Žiline**
- **„Čo oceňujem na svojom katetri?“ - z postrehov užívateľov**
- **Speediho stretnutie so zberateľkou vrchnáčikov Kristínkou Valette**
- **Svetový deň Spina Bifida a Hydrocefalus**

Prajeme Vám príjemné čítanie!

Tím Coloplast A/S



Predstavujeme „ČIK“ centrum v Žiline

Spoločnosť Coloplast v spolupráci so Slovenskou urologickou spoločnosťou pomáha vytvárať špecializované centrá pre výuku aj nácvik čistej intermitentnej katetrizácie. Ich úlohou je naučiť tých, ktorí to potrebujú sa správne cievkovať.

Aktuálne v rámci Slovenska funguje sieť 23 takýchto pracovísk.

ČIK centrum zastupuje lekár – urológ, ktorý vie odborne zodpovedať všetky pacientove otázky o ČIK ako metóde vyprázdňovania močového mechúra.

Jeho pravou rukou je samozrejme šikovná zdravotná sestra – profesionál v odbore urológie, ktorá má na starosti hlavne praktickú stránku vecí a to naučiť pacienta, ako sa správne cievkovať. Pacient sa do ČIK centra môže bezplatne objednať nielen vtedy, keď so samocievkovaním začína, ale aj keď si nie je istý správnou technikou, má nejaký problém, alebo chce vyskúšať novší typ katétra...



Pani vrchná sestra PhDr. E. Soláriková z urologického oddelenia žilinskej nemocnice nám poslala tlačovú správu, ktorú oficiálne o ČIK centre vydala FNŠP Žilina. Jej znenie vám prinášame:



TLAČOVÁ SPRÁVA FNŠP ŽILINA

Pomoc pacientom s poruchami vyprázdňovania močového mechúra.

Žilina 3. október 2019 – V žilinskej nemocnici pomáha oddelenie urológie pacientom s rôznymi poruchami vyprázdňovania močového mechúra aj prostredníctvom čistej intermitentnej katetrizácie (ČIK) vďaka jedinečnému ČIK centru. Zväčša ide o pacientov s diagnózou skleróza multiplex, svalovou dystrofiou, pacientov po akútnej mozgovo-cievnej príhode či po úrazoch. „Žilinská urológia je jedným z významných urologických centier a vďaka prístrojovému a personálnemu vybaveniu patríme medzi špičku na Slovensku. Liečime pacientov aj v komplikovanejších a špecifických prípadoch. Ide o rôzne problémy, ktoré sa snažíme riešiť individuálne a liečbu prispôbiť pacientovi na mieru. Aj preto u nás

vzniklo napríklad i ČIK centrum pod záštitou spoločnosti Coloplast," vysvetlil primár oddelenia urológie Fakultnej nemocnice s poliklinikou v Žiline Roman Mráz. ČIK centrum je v žilinskej nemocnici k dispozícii pre dospelých, ale v spolupráci s oddelením pediatrie tiež pre detských pacientov s problémami vyprázdňovania močového mechúra. Ako uvádza vedúca sestra oddelenia urológie FNŠP Žilina Edita Soláriková, problém u pacientov spočíva v tom, že pacienti napriek tomu, že sa dokážu spontánne vymočiť, no v močovom mechúri vždy ostane tzv.reziduum – zvyškový moč, ktorý je podkladom pre chronický infekt, tvorbu močových alebo obličkových kameňov a môže viesť až k akútnemu zlyhaniu obličiek. Doteraz sme takúto situáciu riešili zavedením trvalého močového katétra, čo pre pacienta často znamená mnoho obmedzení, najmä v spoločnosti a na verejnosti. Dnes už je však možnosť využívať i samocievkovanie, ktoré zo začiatku možno naháňa trochu strach, no v ČIK centre sa snažíme pacientov čo najviac edukovať a ukázať im, že je to len o cviku. Po dvoch, troch razoch sa prvotné obavy skutočne vytrácajú a pacienti si to nevedia vynachváliť," priblížila vedúca sestra žilinskej urológie.



V prípade záujmu je dôležité absolvovať prvotnú diagnostiku s lekárom na urologickej ambulancii FNŠP Žilina, na základe ktorej je indikovaná liečba podľa potrieb a ochorenia pacienta.

V prípade samocievkovania poskytuje oddelenie urológie kompletný servis, edukáciu, nácvik i ďalšiu starostlivosť. „Pacient si v tomto prípade denne sám zavádza jednorazový katéter cez močovú rúru do močového mechúra. Na začiatku si vyberie pomôcky, ktoré mu vyhovujú a tie mu každý mesiac domov doručí kuriér. Služba i vybavenie sú plne hrazené zdravotnou poisťovňou, takže nie je potrebné nič doplácať,“ zdôraznila E. Soláriková.

Na prvé vyšetrenie sa môžu pacienti objednať na telefónnom čísle +421 5110 432.

Lenka Záteková
hovorkyňa FNŠP Žilina

SpeediCath® Compact

*Najkompaktnejší katéter pre mužov aj ženy.
Nikto si nevšimne, že ho máš*

„Čo oceňujem na svojom katétri?“

Pýtali sme sa na názor používateľov katétrov

Pri diagnóze „chronická retencia moču“, pri ktorej vám urológ predpísal samocievkovanie ako metódu na úplné vyprázdnenie močového mechúra, máte vykonávať túto procedúru **4 až 6-krát denne**.

Nie je preto jedno, aký typ katétra si denne toľkokrát zavediete do tela. Prvé veľmi dôležité kritérium výberu je **povrch katétra**.

Na Slovensku máte možnosť vybrať si z dvoch typov technológií: povrch potiahnutý géloom, alebo špeciálny hydrofilný povrch SpeediCath®.

Povrch potiahnutý géloom alebo **špeciálny hydrofilný povrch SpeediCath®**?
Odpoveď vám pomôže nájsť dvojica obrázkov:



Na fotografiách pod mikroskopom vidíte rozdiel – géloom nie je na povrchu katétra rovnomerne rozvrstvený a červené šípky ukazujú „suché miesta“ bez lubrikačného géloom. Naproti tomu špeciálny hydrofilný povrch SpeediCath je tvorený rovnomernou vrstvou polyméru bez medzier a „suchých miest“. To má veľký význam pri predchádzaní pocitom pálenia a bolesti pri zavádzaní katétra a tiež pri znižovaní rizika vzniku drobných poranení na sliznici.

Nie je očko ako očko! Na odvod moču z močového mechúra do vnútra katétra slúžia dierky – takzvané „očká“. U mnohých katétrov sú len jednoducho strojom vyseknuté pri výrobe a majú ostré hrany. Tie potom môžu pri zavádzaní katétra poraniť sliznicu močovej rúry a spôsobiť drobné krvácanie. U všetkých katétrov SpeediCath® sú hrany očiek zaleštené a rovnomerne potiahnuté hydrofilným povrchom. Rozdiel opäť vidíte na dvojici obrázkov:



Tol'ko o vlastnostiach katétrov, ktoré možno nevidno hned' na prvý pohľad, ale môžu mať podstatný vplyv na to, ako budete zavádzanie katétra pociťovať .

Teraz dáme priestor niektorým užívateľom, ktorí si vybrali katétre SpeediCath®:



Július: Po úraze musí svoj mechúr vyprázdňovať pomocou katétra. Jeho voľbou sa stali katétre **SpeediCath Compact a Compact Set.**

„Teleskopický katéter je pre mňa ten pravý. Umožňuje mi pevný úchop a bezdotykové zavádzanie. Pri mojej obmedzenej pohyblivosti rúk je to pre mňa veľmi dôležité. Na druhej strane – oceňujem aj ich dizajn a vzhľad –

hlavne to, že nevyzerajú na prvý pohľad ako nejaké hadičky!“



Viktória: Kvôli svojmu ochoreniu – skleróze multiplex, nie je schopná vyprázdniť svoj močový mechúr prirodzenou cestou. Samocievkovanie prijala do svojho života aj vďaka tomu, že dokázala nájsť pre seba ten najvhodnejší katéter – **SpeediCath Compact** pre ženy.

„Je síce malý a nenápadný, ale manipulácia s ním je výborná. Má pevné telo vďaka čomu sa dobre drží v ruke a dobre sa mi s ním manipuluje pri zavádzaní. Keď ho mám pri sebe vo vrecku alebo kabelke, nikto nevie že je to katéter. Práve on mi pomohol prijať cievkovanie do svojho života.“



Milan:

Po náročnej operácii odkázaný na samocievkovanie, ale nestratil chuť do života. Vrátil sa späť do práce v podniku. Ako jeden z prvých začal používať **SpeediCath Flex**

„Mal som možnosť vyskúšať katétre aj od iných výrobcov, ale pre mňa najlepší bol napokon Flex. Keď som sa učil s ním cievkovať, šlo to jednoducho. Vyhovovala mi jeho mäkkosť a ohybnosť – keďže po operácii mám močovú rúru zle priechodnú. Cievkujem sa na toalete bežne aj v práci, preto oceňujem nielen diskretnosť balenia Flexu, ale hlavne tú bezdotykovosť pri používaní katétra. Je to pre mňa to pravé a podstatné, lebo nie vždy sa dá na pracovisku dosiahnuť perfektná hygiena rúk.“



Kristínka:

Musí sa cievkovať 6 krát denne. Je to živé a všetečné dievča, chodí do školy a s rodinou veľa cestuje – niekedy aj pomerne ďaleko.

Jej voľbou je **SpeediCath Compact Set** unikátny katéter s integrovaným zberným vreckom na moč. Teraz z neho navyše zbiera vrchnáčiky, pretože sa zapojila do kampane za zníženie plastového odpadu s gepardom Speedim.



A čo vy, milí čitatelia? Aký je Vami preferovaný katéter a prečo? Môžete nám o tom napísať na skpec@coloplast.com

SpeediCath® Flex

Jednoduchosť v každom detaile

Stále používaš štandardný katéter?

Stáva sa ti, že sa ho často dotkneš pri manipulácii?

Si ochotný skúsiť zmenu?

- Niečo hygienickejšie?
- Niečo diskretnéjšie?
- Niečo jednoduchšie?



SpeediCath® Flex

Získajte vzorky a vyskúšajte si ho už dnes!

Zavolajte na bezplatné číslo **0800 159 159** a nechajte si bezplatne poslať vzorky na vyskúšanie domov.

Svetový deň Spina Bifida - 25. október 2019

Medzinárodná federácia pre Spina Bifida a hydrocefalus vznikla v roku 1979. Založili ju pacienti s touto diagnózou a ich rodinní príslušníci. Počas rokov sa postupne vyvinula cez dobrovoľnícku organizáciu na celosvetovú profesionálnu organizáciu s demokratickou štruktúrou a transparentnými procesmi.

„Väčšina členov IFSBH sú dospelí pacienti s diagnózou Spina Bifida a rodičia detí s touto diagnózou. Deti sa radi veľmi aktívne zúčastňujú všetkých aktivít, ktoré pre ne robíme. Od rôznych stretnutí cez tréningy, workshopy s profesionálmi až po letné tábory nezávislosti. Našu stránku môžete navštíviť tu: <https://www.ifglobal.org/>“



Hlavným poslaním a cieľom IFSBH je zvyšovať kvalitu života ľudí so Spina Bifida a hydrocefalus a ich rodín. Tiež v rámci primárnej prevencie predchádzať vzniku defektov neurálnej trubice.

Členom IFSBH je od roku 2005 aj **Slovenská spoločnosť pre Spina Bifida a Hydrocefalus**, so sídlom na ulici SNP 14, 919 04 Smolenice. Funguje ako občianske združenie, ktorého štatutárnym zástupcom je pani PhDr. Terézia Drdulová, MBA.

Do aktivít združenia sa zapájame aj my so spoločnosťou Coloplast a gepard Speedi je už viacero rokov súčasťou detských letných táborov nezávislosti v Ľubovni.

Pri príležitosti svetového dňa SbaH prajeme za spoločnosť Coloplast všetkým členom občianskeho združenia a tiež všetkým ľuďom s touto diagnózou hlavne veľa elánu a síl do života!

Vážime si vašu prácu a nasadenie, obdivujeme vašu silu a odhodlanie čeliť problémom a chceme byť naďalej vašim partnerom pri uľahčovaní života ľudí s touto náročnou diagnózou.





Je t'ťažké sa
cievkovať, keď
som mimo
domu?



Je t'ťažké sa
naučiť
cievkovať?

Zvládnem to?

Coloplast
Kontakt

Na koľko
katétrov
mesačne mám
nárok ?



Pomôžeme
Vám nájsť
odpovede na
vaše otázky.



Zavolajte nám!



Môžem sa
venovať športu,
aj keď sa
cievkujem ?





Speediho zber plastových vrchnáčikov

Speedi prichádza s novou podpornou kampaňou zameranou na zber plastových vrchnáčikov z katétrov SpeediCath Compact Set a plastových obalov z katétrov SpeediCath Flex. Kampaň má za úlohu upozorniť na ekologický dopad používania plastových katétrov – v prípade, že sa nerecyklujú!

Kristínka Valette z Bratislavy ako prvá nazbierala **360 kusov** vrchnáčikov z katétrov SpeediCath Compact Set, ktoré používa. Cievkuje sa **6 x denne** a tak jej nazbierať potrebné množstvo vrchnáčikov trvalo dva mesiace. Spolu s maminou ich doniesli priamo do kancelárie Coloplastu na Vajnorskej ulici. Kristínka sa stretla s gepardom Speedim – s ktorým sa pravdaže poznajú aj z letných táborov Spina Bífida a dostala od neho odmenu za zber, a pár malých darčiekov, ktoré Speedi rád deťom rozdáva. Okrem vrchnáčikov Kristínka obdarila Speediho aj krásnou kresbičkou.



Vrchnáčikov bolo až za dve igelitové tašky – od Kristínky ich prevzali Speedi a ujo Pet'o z marketingu 😊

Zapoj sa aj ty! Ak ti doktor predpisuje 120 katétrov SpeediCath Compact Set alebo Flex na mesiac, potrebné množstvo 360 kusov vrchnáčikov z nich získaš za tri mesiace.

Ak si z BA môžeš doniesť, alebo zabališ do balíčka a pošleš mi na adresu:

Coloplast A/S – gepard Speedi, Vajnorská 100/B, 831 04 Bratislava.

Ja ti zase na adresu odosielateľa pošlem darček – **poukážku na nákup v hodnote 20 eur.**

Dievčatá a ženy, už ste mali možnosť vyskúšať SpeediCath Compact a Compact Set?

Nenápadné, šikovné, jednoducho použiteľné a vysoko hygienické jednorazové katétre, špeciálne vyvinuté pre ženy. Vo svete získali viaceré prestížne ocenenia. Oceníte ich aj vy?



Máte záujem vyskúšať SpeediCath Compact?

Je to jednoduché!

1. Zavolajte na bezplatnú zákaznícku linku Coloplast
2. Povedzte, že máte záujem o bezplatné zaslanie vzoriek katérov SpeediCath Compact a SpeediCath Compact Set
3. Vyberte si vám primeranú veľkosť ženských katérov
4. Na adresu, ktorú počas hovoru uvediete, Vám bezplatne pošleme po 3ks z každého Vami vybraného typu katétra



Spoločnosť Coloplast vyvíja výrobky a služby, ktoré uľahčujú život ľuďom s veľmi osobnými zdravotnými problémami. Pretože neustále komunikujeme s ľuďmi ktorí naše výrobky používajú, vytvárame riešenia, ktoré veľmi citlivo reagujú na ich mimoriadne potreby. Voláme to intímna zdravotná starostlivosť.

Naše podnikanie zahŕňa starostlivosť o stómie, pomôcky pre urológiu a inkontinenciu a starostlivosť o rany a kožu. Pôsobíme globálne a zamestnávame viac ako 7 000 ľudí.



0800159159 BEZPLATNÁ
INFOLINKA

Ostomy Care
Urology & Continence Care
Wound & Skin Care

SpeediCath, Conveen a logo Coloplast sú registrované obchodné značky spoločnosti Coloplast A/S.
Všetky práva vyhradené Coloplast A/S, Humlebaek, Dánsko. 2018-11



Coloplast A/S, o.z.z.o.
Polus Tower II
Vajnorská 100/B
831 04 Bratislava
www.coloplast.sk
www.kontinencia.sk