

# Helios

Časopis nielen pre ľudí so stómiou  
3/2018

Starostlivosť o stomika  
s herniou

Strana 4

Máte nedostatok pomôcok? Ako si  
zaobstarat' nadlimitné množstvo?

Strana 9

Prehľad stomických  
poradní v SR

Strana 12-13

Nová legislatíva  
Európskej únie o ochrane  
osobných údajov

Ak chcete naďalej dostávať  
časopis Helios,  
prosím pošlite nám vyplnenú návratku,  
v prílohe na strane 2

60  
rokov

Napredujeme  
spoločne



Coloplast

# Obsah

---

**4** Starostlivosť  
o stomika  
s herniou

---

**5** Radíme  
mamičkám

---

**6** Coloplast  
ostomy fórum

---

**7** Stómiu volám  
„krtko“

---

**8** Z vašich  
listov

---

**9** Máte  
nedostatok  
pomôcok?

---

**10** Chirurgické  
oddelenie  
v Komárne

---

**11** Spoločný  
výlet  
stomikov

---

**12** Stomické  
poradne

---

**14** 25 rokov  
Topolčianskeho  
ILCO klubu

---

**15** Liečba dekubitu  
v domácom  
prostredí

---

**16** Bezplatné  
doručovanie  
pomôcok

---

**17** Recepty

---

**18** Obávate sa,  
že si vaše vrečko  
niekto všimne?

---

**19** Krížovka



**Helios - časopis nielen pre ľudí so stómiou**  
číslo 3/2018

Vychádza za odbornej podpory:  
prof. MUDr. Juraj Pechan, Csc.

Redakčná rada Coloplast A/S:  
Mgr. Lucia Ochabová, Mgr. Mária Žiaková,  
Mgr. Marián Korbeľ, Ing. Peter Laudon,  
Mgr. Peter Chmelko

Vydavateľ: Coloplast A/S, Polus Tower II,  
Vajnorská 100/B, 831 04 Bratislava

Časopis Helios je súčasťou služby Coloplast  
Kontakt určenej pre ľudí so stómiou.

Coloplast A/S, SenSura Mio, Brava, Biatain, Comfeel sú  
ochranné známky. Publikovanie článkov, obrázkov, alebo ich  
častí je možné iba so súhlasom vydávateľa. Všetky práva  
vyhradené Coloplast A/S, Humlebaek, Dánsko.

# Milí čitatelia Heliosu!

V rukách držíte prvé číslo časopisu Helios v tomto roku. Na jeho vzniku sme začali pracovať už v zimných mesiacoch. Tvorba nie je činnosť na deň, ale sú to mesiace hľadania inšpirácii, čakania na „šťuchanec od múzy“. Preto si veľmi vážime, Vás čitateľov, že máte záujem o náš časopis, čo nám veľmi pomáha „nakopnúť“ sa a pokračovať v našej práci. Ďakujeme za Vašu vernosť, priazeň, čo nám dávavate najavo Vašou pozitívnou spätnou väzbou - telefonátmi, listami, pohľadnicami, či osobnou návštevou.

V tomto vydaní Heliosu Vám okrem odborných článkov a rád ponúkame príbeh našej čitateľky Idikó Novotnej „Moju stómiu volám krtko“. Na základe viacerých podnetov od mamičiek malých stomikov sme sa rozhodli osloviť „črievkovú doktorku“ Zuzanu Kováčovú, ktorá Vám rada poradí ako správne ošetrovať stómiu. Primár MUDr. Gustáv Škodáček Vám predstaví chirurgické oddelenie v nemocnici Forlife Komárno.

Na záver si môžete vyplniť krížovku a zasúť/ažiť o praktický darček. Tradične nebudú chýbať recepty a niečo na zamyslenie.

Pre vás čitateľov Helios-u máme jednu dôležitú správu. Aby ste mohli dostávať časopis aj naďalej, je nevyhnutné, aby ste nám poslali nový súhlas so spracúvaním osobných údajov. Je to z dôvodu novej legislatívy Európskej únie. Jedná sa o formalitu, pre vás sa nič nemení. V časopise nájdete obálku s návratkou. Prosím, návratku vyplňte a pošlite poštou. Neplatíte nič, poštovné hradí prijímateľ.

V priebehu tvorby časopisu došlo v našich radoch k príjemnej udalosti. Naša milá kolegyňa Lucia Brozmanová vstúpila do stavu manželského a zmenila priezvisko na pani Ochabovú.

Gratulujeme!

Prežite s nami príjemné chvíle.



S úctou,

Mgr. Mária Žiaková  
Zákaznícky servis



Šťastný život tvoria skôr drobné,  
milé momenty než veľké udalosti.  
Maya V. Patel



# Starostlivosť o stomika s herniou a súvisiace komplikácie

Parastomálna hernia sa vyskytuje u pacientov po vyvedení stómie ako jedna z možných pooperačných komplikácií. Je to najčastejšia komplikácia stómie, vyskytuje sa až u polovice pacientov. Určitý stupeň herniácie okolo stómie je taký bežný, že táto komplikácia sa môže posudzovať ako nevyhnutná.



Hernia – ilustračná foto

Dovoľte, aby som sa vám predstavila. Volám sa Alena Tóthová, pracujem na chirurgickej klinike Univerzitnej nemocnice Bratislava Kramáre od r. 1993. Už niekoľko rokov vediem stomickú poradňu, kde sa stretávam aj s problematikou parastomálnej hernie.

Pri vyšíťí stómie sa pretína brušná stena pre vyvedenie čreva, pričom sa oblasť brušnej steny oslabuje. Príčinou parastomálnej hernie je zlé umiestnenie stómie, veľký otvor v brušnej stene, zvýšený vnútrobrušný tlak pri nádorovom procese, oslabenie peristomálnej oblasti v dôsledku infekcie rany, kašeľ, obezita, ascites (nahromadenie tekutiny v brušnej dutine), fyzicky namáhavá práca.

Hernia vzniká postupne, pri každom nežiadúcom zvýšení tlaku v brušnej stene, dochádza k vytlačeniu čreva oslabeným miestom v brušnej dutine. Hernia sa preto časom zväčšuje. Pacient zvyčajne nemá bolesti, ale vyklenovanie je pre neho nepríjemné, môže byť viditeľné aj pod odevom, telo je asymetrické. Neskôr začína zlyhávať fixácia stomických pomôcok, a životný komfort stomika sa znižuje.

Pri veľkých symptomatických herniách, ktoré spôsobujú bolesti, sťažené priechodnosti čriev, prolaps (väčšie vysunutie stómie), obštrukciu až riziko inkarcerácie (zaškrtenie), sa indikuje

operácia. Treba ju dobre zvážiť, lebo nie vždy je úspešná. Percento recidív je vysoké, uvádza sa 50-100%.

Pri malých asymptomatických herniách sa postupuje konzervatívne. Prvý krok spočíva v používaní brušného pásu šitého na mieru s otvorom na stomické vrečko. Otvor v brušnom páse je dôležitý z toho dôvodu, aby brušná opora nestlačovala stomické pomôcky a tým aj samotný vývod. Nežiadúci tlak by mohol spôsobiť problémy s vyprázdňovaním a mechanické podráždenie sliznice čreva. Prevenciou vzniku hernie je vhodné umiestnenie stómie a používanie brušného pásu v pooperačnom období.

#### ALE:

- Nie je vždy možné vymerať stómiu, hlavne pri akútnych operáciách.
- V pooperačnom období sa nedá objednať brušný pás na mieru z dôvodu hospitalizácie, obvod brucha sa môže zmeniť (brucho v pooperačnom období je nafúknuté). Ak sa vystrihne otvor na brušnom páse, otvor sa začne zväčšovať a stráca sa tým jeho oporná funkcia. Pacient má nárok na 2 pásy ročne.

Výber stomickej pomôcky je individuálny. Treba zohľadniť viacero faktorov:

- okolie stómie (mäkké alebo pevné okolie),
- kožné nerovnosti (jazvy, záhyby),
- výška stómie (vpadnutá stómia,

- nástenná stómia, nad úrovňou kože,
- kožné zmeny (macerácie, kožné lézie),
- veľkosť hernie,
- zručnosť stomika pri ošetrovaní,
- limity pomôcok stanovených poisťovňou.

V súčasnosti používame jednodielne či dvojdielne pomôcky, ploché alebo konvexné, s použitím pasty, tesniaceho krúžku, opasku (ak má pomôcka ušká). Stomické pomôcky sa môžu po obvode „vlniť“. Pomáhame si nastrihovaním po obvode, či oblepovaním pomôcky leukoplastom.

Kožné zmeny riešime používaním krémov, zásypov, ochranného rúška, prípadne spolupracujeme s kožným lekárom.

**Stomik s parastomálnou herniou môže mať denne problémy s podtekaním stómie, trápia ho kožné zmeny, bolesť, zápach, stráni sa spoločnosti a stráca sebadôveru. Výsledkom môže byť psychická trauma a spoločenská izolácia.**

**V prípade problémov kontaktujte vašu stomickú sestru.**

Alena Tóthová, stomická poradňa  
Chirurgická klinika, UNB Bratislava,  
Kramáre

## Radíme mamičkám

Milí čitatelia, rodičia, rada by som sa vám predstavila.



**Volám sa Zuzana Kováčová. Pracujem v DFNsP Bratislava na Klinike detskej chirurgie, na oddelení dojčiat,**

**ako úseková sestra.**

Vyštudovala som na SZŠ MUDr. Ivana Hála v Bratislave v odbore detská sestra. Svoje vzdelanie som si zvyšovala v roku 2001 absolvovaním vyššieho odborného štúdia v odbore detská diplomovaná sestra.

Stomickým pacientom sa venujem aktívne od roku 1997, kedy som

absolvovala kurz stomických sestier. Odvtedy si svoje vedomosti dopĺňam účasťou na rôznych vzdelávacích aktivitách. Svoje poznatky odovzdávam sestrám formou prednášok na aktivitách sústavného vzdelávania a príležitostne aj na vzdelávacom programe na SZU v Bratislave.

Na svojom pracovisku sa venujem hlavne edukácii rodičov a blízkych osôb detí so stómiou. Poskytujem im kompletne poradenstvo, edukáciu od prvého ošetrenia až do odchodu domov. Počas 31 ročnej praxe som získala a získavam množstvo skúseností v oblasti ošetrovania detí so stómiou, prakticky od novorodeneckého obdobia až po ich dospelosť.

Rada sa o ne podelím aj formou poradne v časopise Helios, ktorý vám bude prichádzať v pravidelnom časovom období.

Chcem týmto pozdraviť aj moje milé statočné detičky, z ktorých jedno ma milo pomenovalo „črievková doktorka“. Chcem pozdraviť aj ich úžasné mamičky a zároveň ich vyzvať nech nám pošlú svoje životné príbehy, podelia sa o skúsenosti, inovácie počas starostlivosti, ktoré sú také cenné pre ostatných rodičov.

Svoje otázky a životné príbehy môžete zasielať na adresu:

**Coloplast A/S, a.s., Polus Tower II, Vajnorská 100/B, 831 04 Bratislava** alebo mailom [info@coloplast.sk](mailto:info@coloplast.sk)

Teším sa na vzájomnú spoluprácu a všetkým želim len to najlepšie v roku 2018.

# V poslednom období sa stretávam s problémom podtekania

**Veľmi problematické sú stómie u novorodencov.**

Často sú to stómie v úrovni kože a veľmi malým priemerom. Dôležité je chrániť okolie pastou a použiť jednodielny systém, ktorý je poddajný.

Dôležité je kontrolovať veľkosť stómie za pomoci šablóny. Pri podtekaní vymieňať vrečko každé tri hodiny. Netreba sa báť, že odstraňovanie bude dráždiť pokožku. Za pomoci Odstraňovača náplastí Brava to ide veľmi šetrne.

Detské pomôcky sú hračené v neobmedzenom množstve. Zapálenú pokožku, hlavne pri ileostómii (vývod z tenkého čreva), možno hojiť repíkovými teplými obkladmi, použiť Stomický zásyp Brava a Ochranné rúška

Brava, kde vystrihneme otvor na stómiu, zatesníme Pastou a nalepíme na zapálenú pokožku. Na takto ošetrovanú pokožku prilepíme za pomoci Ochranného filmu Prep stomické výpustné vrečko. Ak takto aplikované vrečko vydrží bez podtekania, odporúčam ponechať min 24 hodín, max 48 hodín. Pokožka v okolí stómie by sa mala výrazne zlepšovať. Pri dojčatách odporúčam dvojdielny systém.

Pri neúspechu treba konzultovať so stomickou sestrou.

Ak máte iné skúsenosti alebo vylepšenia, prispajte svojimi radami na: [info@coloplast.com](mailto:info@coloplast.com), alebo napíšte na adresu spoločnosti **Coloplast A/S**

Na ilustráciu uvádzam prípad 2 mesačného dieťaťa



po 5 dňoch



po ďalších 10 dňoch



**Pasta Coloplast**      **Jednodielny systém**

**Odstraňovač náplastí Brava**      **Stomický zásyp Brava**

**Ochranné rúška Brava**      **Ochranný film Prep**

# Stomické sestry sa podieľajú na vývoji nových pomôcok

Z času na čas vám prinášame informácie z „kuchyne“ Coloplast Ostomy Forum (COF). COF sú skupinky sestier vo viac ako 20-tich krajinách sveta, ktoré spolupracujú so spoločnosťou Coloplast na vývoji nových stomických pomôcok. COF združuje viac ako 500 stomických sestier.



Na Slovensku pracuje takáto skupinka sestier od roku 2006. Priebežne sa obmieňa, aby čo najviac sestier mohlo zdieľať svoje skúsenosti z práce so stomikmi. Naposledy sa uskutočnilo takéto stretnutie na jeseň pri Liptovskom Mikuláši.

Tak ako v minulosti, aj teraz sa sestry snažili riešiť najväčší problém stomikov – podtekание. Prevencia podtekания vďaka lepšiemu prilnutiu stomickej pomôcky k individuálnym telesným pomerom je v centre pozornosti pri vývoji každej pomôcky, nakoľko okolie stómie je odlišné u každého stomika. Preto je potrebné vyvíjať stomické pomôcky pre rôzne telesné profily, nielen pre rovné okolie stómie, ale aj pre vpadnuté a vypuklé okolie.

V poslednej dobe mali možnosť využiť

výsledky práce COF aj stomici na Slovensku. Sestry z COF-u pomáhali vyvinúť elastický lepiaci materiál SenSura Mio a flexibilný konvex SenSura Mio Convex, s tromi hĺbkami Soft, Light a Deep. Na poslednom COF-e sa sestry zameriavali na vývoj pomôcky pre vypuklé plochy (vydutie brušnej steny, hernia).

Celé stretnutie sa nieslo v duchu „Napredujeme spoločne“, čo je ústredný motív 60. výročia založenia spoločnosti Coloplast. Veríme, že toto napredovanie pocítite aj vy, užívatelia stomických pomôcok, vďaka inováciám, ktoré vznikli v spolupráci so stomickými sestrami Coloplast Ostomy Forum.

Ing. Peter Laudon  
Marketingový manažér



## Stómiu volám „krtko“

Na začiatku by som sa rada predstavila. Volám sa Ildikó a mám 52 rokov. Mám dve študujúce deti a manžela lekára. Zdravotné problémy u mňa začali asi pred 18 rokmi.

Bola som po laparoskopickej operácii žlčníka a mala som časté nutkania na stolicu. Problém som pripisovala tomu, že častokrát po takejto operácii majú pacienti hnačkovité stolice a určité pokrmy majú takisto na tom aj svoj podiel. Tieto komplikácie by mali ale vymiznúť do 2-och rokov od operácie, alebo skôr. Nestalo sa tak.

U mňa to pretrvávalo ďalej až sa v stolici objavila prímies krvi, neskôr to

sprevádzali úporné bolesti kĺbov, až som absolvovala radikálne vyšetrenie kde mi diagnostikovali Crohnovu chorobu so stenózou (zúženie) na časti hrubého čreva. Bola som v liečbe gastroenterológa, kde sa mi stavy lepšieho a horšieho obdobia striedali, až kým som nedostala ileus (nepriechodnosť čriev) a bola som hospitalizovaná.

Po všetkých vyšetreniach a odobratých vzorkách z čreva bola jedna vzorka zlá.

Tu nastalo radikálne riešenie a to úplné odobratie hrubého čreva. A čo ďalej? Stala som sa na prechodný čas ileostomička.

Časom mi môj gastroenterológ navrhol, že budem sa mať lepšie s vývodom, ale už trvalým. Takéto rozhodnutie je neuveriteľne ťažké. Máte určitý vek a zvyšok vášho života máte prežiť ako stomik. Nie každý to vie prijať a je to veľká zmena. Prechod na iný typ života.



podráždená pokožka v okolí



vyhojené okolie stómie

No a od mája som aj ja stomička.

Ľudia veľakrát majú ostych, pocit menejcennosti, hanby a myslia si že je to vidieť. Ja však môžem povedať, že ak sa vám má skvalitniť život, majú prestať všetky bolesti, zápaly, je treba túto zmenu prijať. Mne sa vďaka tomu život vylepšil. Nie som ničím obmedzená. Nemusím doma sedieť na elektrickom vankúši kvôli krčom a bolesti. Nevieť to ani vysloviť k akej pozitívnej zmene u mňa došlo.

Moju stómiu som pomenovala „Krtko“, a to preto že je skrytý ako krtko pod zemou, len s tým rozdielom, že je pod vreckom, ktoré je nutné párkrát vypustiť. Prijmite svoju stómiu, ako niečo pozitívne. Je to nápomocná vec pre váš lepší život. Určite žiadny lekár vám takéto riešenie nenavrhuje len tak. Stomik sa môže bežne kúpať v mori cestovať a žiť super život.

Preto každému stomikovi, alebo aj tým ktorí sa rozhodujú pre takýto krok prajem veľa študovať, čítať a vzdelávať sa ohľadom ochorenia ktoré majú. Musíte milovať svoje telo, je len vaše a len vy sa dokážete najlepšie oň postarať a ošetriť ho. Všetko čo vám príde do života, hoci je to aj stómia, má nás niečomu naučiť. Prajem každému stomikovi veľa zdravia trpezlivosti, pozitív a dobrých lekárov.

### Čo sa týka ošetrovania ja to robím takto:

Musím však povedať, že pomôcky pre stomikov, ktoré sú na Slovensku sú u všetkých výrobcov kvalitné. V mojom prípade som kvôli podtekaniu zvolila spoločnosť Coloplast, ktorá má veľmi kvalitné konvexné pomôcky a sú vždy dostupné (bez výpadku na 4 mesiace ako od inej firmy). Konvexné pomôcky odporúčam každému, komu menej či viac pomôcka podteká. Spoločnosť Coloplast ich má na výber viac druhov

(Soft, Light a Deep). Ja používam SenSura Mio Convex Light. Sú úžasné, kopírujú pohyb tela. Môžete sa ohýbať ako len chcete, neodlepia sa.

Zároveň používam aj kozmetické pomôcky spoločnosti Coloplast.

Odporúčanie pre stomikov používajúcich dvojdielny systém.

#### Krok č. 1:

Odstráňte podložku a to tak, že použijete odstraňovač náplastí Brava

#### Krok č. 2:

Očistite okolie stómie čistiacim roztokom Comfeel. Ak je pokožka začervenaná a podráždená (ako na obrázku), nechajte pôsobiť ochranný krém Comfeel, ktorý pokožku ukludní (10 min). Po odstránení krému, znova očistite čistiacim roztokom a okolie stómie poprášate framykoinovým práškom. Na to aplikujte stomický zásyp Brava. Jemne vtlačte do pokožky a až tak aplikujte lepiúvú pastu alebo tesniaci krúžok 2 mm. Ak je všetko prilepené do okolia, môžete použiť ochranný film. Má lepiaci účinok a pomôcka lepšie drží.

#### Krok č. 3:

Vystrihnite si otvor ešte pred odstránením starej podložky, prilepte podložku (vypnite bruško a napnite pokožku, takto podložka lepšie prilíne). Podložku prejdite prstom najskôr v okolí stómie jemným pritláčaním dookola, aby dobre držala a až potom pritláčate okolie podložky. Pozor! U ľudí, ktorí majú nariasenú kožu - napnite ju, podložka sa lepšie uloží a prilepí.

#### Krok č. 4:

Ak je už podložka naložená na bruško môžete ešte utesniť okolie otvoru okolo stómie a to tak, že aplikujete ešte trochu lepiacej pasty Brava alebo pastu v prúžkoch Brava, ktoré dotesia okolie, aby nepodtekali výlučky. Až teraz by to malo super tesniť. Nasadíte ihneď vrecko, do ktorého ešte pred nasadením

kvapnete z lubrikačného deodorantu Brava. Ten vám neutralizuje zápach a zároveň výlučky zo stómie pekne padajú a kľžu sa dole do vrecka. Nelepia sa v okolí stómie. Výmena pomôcky je hotová a o dva dni ju môžete zopakovať.

S láskou a úctou  
vaša stomička Ildikó



Odstraňovač náplastí Brava

Comfeel krém



Pasta Coloplast



Comfeel čistiaci roztok



Tvarovateľný krúžok Brava



Stomický zásyp Brava

# Chcete naďalej dostávať časopis Helios a využívať služby Coloplast Kontakt?

Nariadenie Európskeho parlamentu a rady (EÚ) 2016/679 z 27. apríla 2016 o ochrane fyzických osôb pri spracúvaní osobných údajov a o voľnom pohybe takýchto údajov, ktoré vstúpi do účinnosti 25. mája 2018.

Na základe nového nariadenia EU o ochrane osobných údajov, platného od mája 2018, sa chystajú určité zmeny. Pre spoločnosť Coloplast to znamená povinnosť požiadať Vás o nový súhlas so spracovaním osobných údajov, či už ste našim existujúcim alebo novým zákazníkom.

V súvislosti s novou legislatívou si vás dovoľujeme požiadať o nový súhlas so spracúvaním osobných údajov. V prílohe nájdete ofrankovanú obálku s návratkou. Prosím, vyplňte ju a pošlite poštou. Poštovné hradí príjemateľ. Jedná sa o formalitu, ktorou sa pre vás nič nemení.

Odpovedné zaisťenie  
Poštovné hradí adresát

Adresa pre zaslanie návratky:  
COLOPLAST A/S, o.z.s.o.  
Polus Tower II  
Vajnorská 100/B  
831 04 Bratislava

Redakcia časopisu Helios

Vaše osobné údaje spracovávame za účelom Vášho zaradenia do klientskej databázy. Takto získavate možnosť využívať rôzne služby, ako je využívanie bezplatnej infolinky, zasielanie časopisu Helios alebo zasielanie vzoriek produktov. Máte právo nahliadnuť do údajov, ktoré evidujeme a kedykoľvek môžete odvolať súhlas s poskytnutím údajov.

## Z vašich listov

Milí čitatelia,

Radi by sme sa vám poďakovali za vašu priazeň, listy a pohľadnice, ktoré nám posielate. Vždy nám to urobí radosť a rozžiari celý deň. Budeme sa tešiť na Vaše pripomienky, témy, ktoré by Vás zaujímali a vaše osobné príbehy a skúsenosti, ktoré by sme uverejnili v našom aj vašom časopise Helios.

27.X.2017, Tlmače  
Vážená redakcia!  
Úvodom môjho listu mi dovoľte, aby som Vám popriala všetko najlepšie k 60.výročiu založenia spoločnosti Coloplast a k jej veľmi prospešnej činnosti ktorú vykonávate pre onko pacientov a tým pomáhate aj ich rodinným príslušníkom.  
Dovoľte mi, aby som sa Vám predstavila, volám sa Magdaléna a už 15 rokov sa snažím starať o manžela Jaroslava, ktorý prekonal prvú veľmi ťažkú operáciu hrubého čreva a konečníka. Má zavedenú stómiu a aby to nebolo máto tak pred rokom bol na ďalšej ťažkej operácii čriev, kde mu vzali 30cm hrubého a 40cm tenkého čreva. Prosím o prepáčenie, že píšem tak laicky, ale potrebujem sa vyžalovať a dostať do témy v ktorej Vás chcem poprosiť o pomoc. Celá táto 15 ročná záležitosť je ťažká fyzicky, ale najmä psychicky a to z toho dôvodu, že ani ja nie som najzdravšia a liečim sa na 4 rôzne choroby, ale máme to šťastie, že sa obaja povzbudzujeme manžel má ešte jednu dobrú vlastnosť, že sa nestážiže pri každej maličkosti a stómiu si vie zataiť ošetríť sám. Aj teraz , keď Vám píšem je žiaľbohu už na druhej operácii oka, pretože mu odchádzala sieťnica. Dúfam, že to dobre dopadne a že nepride ešte aj o zrak.  
No a teraz by som sa rada vyjadrila k tomu, prečo som sa odvážila Vám písať. Váš časopis odkedy nám ho posielate čítam aj ja a veľa sa z neho dozviem, a poviem Vám, že ma mrzí, že veľa podnetných aktivít o ktorých píšete sa nám zdajú byť nedostupné. Možno je to aj tým, že manžel sa dosť stráni spoločnosti, možno je to preto, že má pocit, že každý hneď spozná, že má stómiu, alebo aj preto, že má pocit menejcnosti. Vždy bol veselej povahy v našej spoločnosti známych obľúbený a teraz sa jej vyhýba. Keď mu lekári, mimochodom veľmi starostlivý Dr. Wies, za čo som mu vďačná, navrhol, aby navštívil onkologickú sestričku, tak on to odmietol. Nedokázala som

Uverejnené so súhlasom autorky listu.



# Máte nedostatok zdravotníckych pomôcok?

Ako si vybaviť nadlimitné množstvo zdravotníckych pomôcok?

Niekedy sa na nás obracajú užívatelia stomických pomôcok s otázkou ako postupovať pri nedostatku pomôcok. Najčastejšie sa jedná o užívateľov základných podložiek a podporných prostriedkov ako sú tvarovateľné krúžky, odstraňovač náplasti a pod.

Zdravotnícke pomôcky sú v súčasnosti plne alebo čiastočne uhrádzané na základe verejného zdravotného poistenia. Pre zdravotnícke pomôcky ako sú stomické pomôcky platia množstvové limity, t.j. hradený je istý počet zdravotníckych pomôcok.

V prípade, že vám tieto počty nepostačujú a je to zo zdravotného hľadiska odôvodnené, je možné požiadať o navýšenie počtu.

Postup je nasledovný:

1. **Žiadosť o súhlas zdravotnej poisťovne s úhradou nadlimitného počtu zdravotníckych pomôcok** (príklad - tlačivo VŠZP).
2. Váš odborný lekár (chirurg, onkolog, urológ, gynekológ alebo pediater) žiadosť vyplní.
3. Vypísanú a ošetrujúcim lekárom potvrdenú žiadosť zaneste na vašu zdravotnú poisťovňu.

Najčastejšie problémy pri vybavovaní žiadostí:

Nekompletne vypísaná žiadosť. Chýba odôvodnenie, žiadosť je nezrozumiteľne napísaná, nie je uvedený počet koľko je limit a koľko žiada lekár navyše a na aké obdobie.

Na žiadosti uviesť telefónny kontakt na ošetrujúceho lekára.

Mgr. Mária Žiaková  
Zákaznícky servis Coloplast Kontakt

**Žiadosť o súhlas zdravotnej poisťovne  
s úhradou zdravotníckej pomôcky  
uvedenej v zozname zdravotníckych pomôcok**

**nadlimitného množstva,  
pri nesplnení preskripčného obmedzenia, indikačného obmedzenia**

V súlade s § 88 ods. 7 zákona č. 363/2011 Z. z. v znení neskorších predpisov

nadlimitné množstvo  nesplnenie preskripčného obmedzenia  nesplnenie indikačného obmedzenia \*)

**Zdravotnícke zariadenie:** .....

Ulica, číslo, mesto, obec: .....PSČ.....

**Meno a priezvisko ošetrujúceho lekára:** .....

Kód ošetrujúceho lekára: .....telef. kontakt:.....

**Meno a priezvisko poistenca VŠZP:** .....

Číslo poistenca (rodné číslo): .....

Trvalý pobyt: .....PSČ.....

Kód pobočky VŠZP: .....

Diagnóza slovom: ..... kód podľa MKCH: .....

**Navrhovaná zdravotnícka pomôcka:**

kód: .....podskupina .....

názov: .....

doplnok názvu: .....

druh limitu:  množstvový  finančný  časový \*)

limitové množstvo (určené): .....

požadované množstvo: .....na obdobie.....

nesplnená podmienka:  preskripčné obmedzenie  indikačné obmedzenie \*)

počet kusov / balení: .....na obdobie:.....

**Zdravotné odôvodnenie:**  
.....  
.....  
.....

Dátum.....

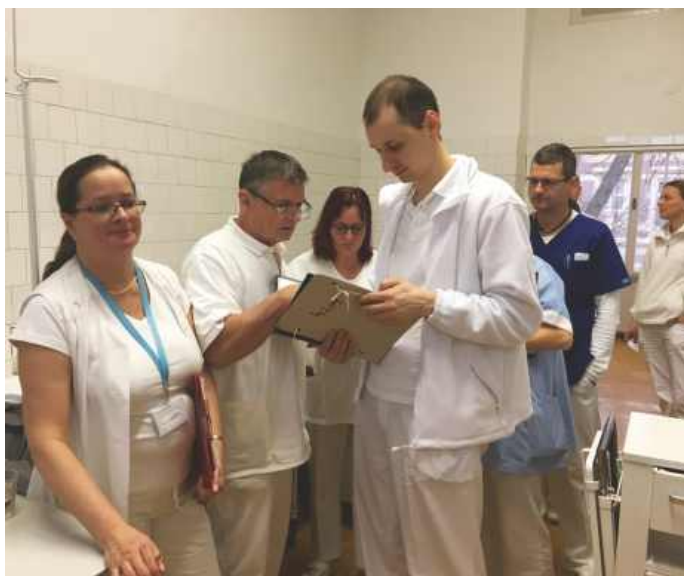
.....  
Podpis a odtlačok pečiatky  
ošetrujúceho lekára

\*) označiť

V prípade problémov kontaktujte ošetrujúceho lekára, revízneho lekára poisťovne a žiadajte vysvetlenie.

# Chirurgické oddelenie vo Všeobecnej nemocnici **FORLIFE n.o. v Komárne**

História chirurgického oddelenia v Komárne sa začína v roku 1902, kedy bola postavená nová 105 posteľová mestská nemocnica, ktorej pavilóny slúžia dodnes. Prvým primárom bol MUDr. Moór Lipscher, ktorý vykonával operácie slepého čreva, žlčníka a vykonával aj operácie štítnej žľazy.



Medzi svetovými vojnami chirurgické oddelenie rozšírilo operácie aj na resekcie žalúdka. Po II. svetovej vojne primár MUDr. Ján Bulla začal prevádzkať aj kostné operačné výkony. V roku 1946 bola vykonaná aj prvá nefrektómia a splenektómia. V 50-tych rokoch MUDr. Karol Rékay okrem všeobecnej chirurgie vykonával operácie obličiek, prostaty, vykonával úrazovú chirurgiu, prevádzal lamiektómie a v roku 1960 previedol osteosyntézu zlomenej stehrovej kosti Kúntscherym klincom.

Od roku 1960 malo chirurgické oddelenie dva operačné sály. Od roku 1972 boli zavedené MUDr. Františkom Baštrnákom rekonštrukčné operácie na cievach vrátane aorty. Rozvoj chirurgie nastal v 80-tych rokoch, kedy bol zriadený ordinariát pre traumatológiu, onkochirurgiu, cievnu a detskú chirurgiu.

V 90-tych rokoch sme začali prevádzkať neanatomické resekcie pečene a sfinkter šetriace operácie pri nádoroch konečníka. Prvá laparoskopická operácia žlčníka sa uskutočnila v roku 1992.

V rovnakom období stúpol počet lôžok chirurgického oddelenia na 93 postelí.

Od 1. marca 2001 je primárom chirurgického oddelenia MUDr. Gustáv Škodáček. Toho času na oddelení so 65 lôžkami, z toho 8 JIS, vykonávame operácie všeobecnej a úrazovej chirurgie. Ročne hospitalizujeme okolo 3500 pacientov a vykonáme vyše 2000 operácií. Štandardne sú vykonávané laparoskopické operácie žlčníka, hernií, slepého čreva a výberovo aj hrubého čreva. Úrazoví chirurgovia okrem operácií hlavy a chrbtice vykonávajú všetky bežné operácie dlhých kostí a kĺbov.

Od roku 2009 pracuje všeobecná nemocnica FORLIFE n.o. v Komárne pod vedením skupiny AGEL. V roku 2011 boli kompletne zrekonštruované operačné sály a bolo vytvorené pracovisko Jednodňovej zdravotnej starostlivosti. V súčasnosti zabezpečuje chod chirurgického oddelenia 14 lekárov a cca 60 sestier a pomocný personál. Okrem bežnej operatívy všeobecnej

a úrazovej chirurgie sa oddelenie zameriava na onkologické operácie vzhľadom na skutočnosť, že skupina AGEL plánuje v nemocnici vytvoriť onkologické centrum. Onkologické a rádioterapeutické oddelenie s technickým zabezpečením bude napomáhať tomu, aby počty onkologických operácií narastali. Výborne vybavené endoskopické pracovisko zabezpečuje včasnú diagnostiku nádorov tráviaceho traktu.

Po dobudovaní pracovísk radiačnej onkológie plánujeme poskytovať vysoko špecializovanú onkologickú starostlivosť aj pacientom zo širokého okolia vzhľadom na nárast onkologických ochorení najmä tráviaceho traktu.



MUDr. Gustáv Škodáček  
Primár chirurgického oddelenia



Správa zo spoločného výletu stomikov z Brna a Bratislavy

## Členovia Bratislavského ilco klubu rozvíjajú družbu so stomikmi z Brna

Začiatkom augusta nás navštívili naši stomickí priatelia z Brna. Do Bratislavy prišli vlakom. Privítali sme ich na stanici a odpovedali na ubytovňu. Po obede sme sa vybrali pozrieť si Bratislavu, lebo pri našich spoločných výletoch navštevujeme iné miesta na Slovensku a prehliadka Bratislavy zostáva len taká okrajová.

Tentokrát sme pripravili okrem prehliadky katedrály sv. Martina /v ňom klenotnicu/ aj celkovú prehliadku mesta z vláčika – Prešporáčika. Prehliadka trvala cca 1 hod. a naši priatelia sa mohli zoznámiť s najzaujímavejšími miestami nášho hlavného mesta. Po absolvovaní prehliadky sme sa pobrali na večeru, ktorá bola vo veľmi príjemnom prostredí. Potom sme sa presunuli na Rudnayovo námestie, kde sa pripravoval koncert skupiny „Kleztmer“. Začiatok koncertu sa

nekonečne pretáhoval, čo bolo veľmi nepríjemné, takže niektorí účastníci koncertu nevydržali a vybrali sa na samostatnú prehliadku starého mesta. My ostatní sme vydržali a po skončení koncertu sme sa vybrali peši po nábřeží Dunaja na večernú prechádzku. Okrem toho sme sa pešo prešli okolo novovybudovaného centra „River park“, čo bolo pre našich priateľov veľmi zaujímavé. Boli prekvapení ako pekne sa buduje naše dunajské nábřežie a my sme boli radi, že naše náhradné riešenie večera bolo dobre prijaté.

Druhý deň sme mali pripravený výlet loďou na Devín. Okrem toho sme mali možnosť vidieť breh Dunaja úplne z inej strany, čo bolo zasa niečo iné. Po 1 ½ hodine plavbe sme pristáli v Devínskom prístavisku a kúsok odtiaľ sme mali pripravený dobrý obed. Naším priateľom,

sa okrem hlavného jedla, veľmi rákala výborná makovo-čerešňová štrúdl'a.

Po dobrom obede a príjemnom posedení sme našich priateľov odpovedali na stanicu, kde sme sa rozlúčili a popriali si pekné prežitie ďalších dní. Naše spoločné stretnutia so stomikmi z Brna sprostredkoval asi pred 10 – 12 rokmi pracovník Coloplastu, za čo sme mu veľmi vďační, lebo tieto stretnutia sú veľmi srdečné, milé a vytvárajú sa na nich dlhodobé priateľstvá. V posledných rokoch sa k nám pridali aj stomici zo Svitav, takže máme možnosť poznávať aj ďalšie oblasti Moravy, čo nás veľmi teší.

Ďakujem za pekné dva spoločné dni a želim si, aby tieto aktivity pretrvali aj do budúcnosti.

Eva Benžová, ILCO klub Bratislava

# Stomické poradne

**FNSP F.D. Roosevelta, Banská Bystrica**  
Nám. L. Svobodu 1  
975 17 Banská Bystrica  
Chir. amb. III., (poliklinika 1. posch.)  
Bc. Inga Koňárová, tel. 048/4413546  
pondelok 7.00 - 15.30 hod.

**NsP Sv. Jakuba, n.o., Bardejov**  
Sv. Jakuba 21, 085 01 Bardejov  
Chir. odd., p. Mária Arendáčová  
tel. 054/4788435  
pondelok - piatok 7.00 - 14.00 hod.

**Národný onkologický ústav**  
Klenová 1, 833 10 Bratislava  
Chir. klinika, tel. 02/59378343  
Len pre stomikov operovaných v NoÚ

**Univerzitná nemocnica Bratislava - Kramáre**  
Limbova 5, 831 01 Bratislava  
Chir. amb., p. Alena Tóthová  
tel. 02/59542467  
pondelok 13.00 - 14.00 hod.

**Univerzitná nemocnica Bratislava - Petržalka**  
Antolská 11, 851 07 Bratislava  
Onko-chir. amb (poliklinika prízemie)  
MUDr. Marián Pribel'ský, CSc.  
tel. 02/68672508  
pondelok, utorok, streda

**Univerzitná nemocnica Bratislava - Ružinov**  
Ružinovská 6, 826 06 Bratislava  
Chir. amb., (1. posch. č. dv. 98)  
Mgr. Edita Jamerneggová  
p. Daniela Kiššová, p. Eva Lengyelová  
pondelok 13.00 - 14.30 hod  
tel. 02/48234801, 02/48234766  
02/48234206  
Súrne prípady denne na chir. oddelení  
(6. posch.)

**Onkologický ústav Sv. Alžbety, Bratislava**  
Heydukova 10, 812 50 Bratislava  
Stomická ambulancia  
(chir. amb., prízemie)  
Mgr. Lada Valová, tel. 02/59249215  
Každá prvá streda v mesiaci

**UNSP Milosrdní Bratia, spol. s r.o.**  
Nám. SNP 10, 814 65 Bratislava  
Chir. amb., Mgr. Iveta Simonová  
tel. 02/57887400, 0902 334 560  
štvrtok 14.00 - 15.00 hod.

**Kysucká nemocnica s poliklinikou, Čadca**  
Palárikova 57, 022 01 Čadca  
Onko-chir. amb.  
vedúca sestra Mgr. Mária Šimčíšková  
tel. 041/4604468  
streda v ordináčnych hodinách

**Dolnooravská nemocnica s poliklinikou, Dolný Kubín**  
Nemocničná 10, 026 14 Dolný Kubín  
Bc. Zlatica Mišúlová, tel. 043/5801276  
Posledný piatok v mesiaci  
13.00 - 15.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica Dunajská Streda**  
Veľkobláhovská 23, 929 01 D. Streda  
Chir. odd., p. Judita Kósa  
tel. 0918 710 035

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica Galanta**  
Hodská 38, 924 22 Galanta  
Chir.odd. (8. posch.)  
Mgr. Renáta Silná, tel. 031/7833872  
p. Rita Sidóová, tel. 031/78333875  
p. Anita Moroczová, tel. 031/7833861  
utorok 13.00 - 14.30 hod.

**Pro Vitae n.o., Všeobecná nemocnica Gelnica**  
Nemocničná 33, 055 06 Gelnica  
Chir. amb., MUDr. Marián Hudák  
tel. 053/4821444 (5)  
pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica Humenné**  
Nemocničná 7, 066 36 Humenné  
Chir. odd., Mgr. Lenka Fencáková  
tel. 057/7706352  
pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.  
Mgr. Jana Rošková, tel. 0918 213868  
1. a 3. stredu 13.00 - 15.00 hod.

**FORLIFE, n.o. ,Všeobecná nemocnica Komárno**  
Mederčská 39, 945 01 Komárno  
Chir.odd. MUDr. Gustáv Škodáček  
Mgr. Alica Zsomborgi, p. Zsuzsanna Bártki  
Fónnad, tel. 035/7909222  
pondelok - piatok 8.00 - 15.00 hod.  
**Onko. odd.** MUDr. Oľga Rosínska  
tel. 035/7909587  
pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**MediKom, s.r.o., chir.amb., Komárno**  
Špitálska 1016, 945 01 Komárno  
MUDr. František Baštrnák  
tel. 0918539495  
p. Alena Kočíšová, tel. 035/7778182

**Univerzitná nemocnica L. Pasteura, Košice**  
Rastislavova 43, 041 90 Košice II.  
chir. klinika, Mgr. Iveta Nagyová  
tel. 055/6152145  
streda a štvrtok 14.00 - 15.00 hod.

**Univerzitná nemocnica L. Pasteura, Košice**  
Rastislavova 43, 041 90 Košice  
urolog. odd., PhDr. Iveta Suchardová

tel. 055/6152863  
utorok a štvrtok 13.00 - 14.30 hod.

**Univerzitná nemocnica L. Pasteura, Košice**  
Trieda SNP 1, 041 90 Košice I.  
chir. klinika, Mgr. Gabriela Chovancová  
tel. 055/6403870, 0905 143969  
pondelok - piatok 8.00 hod - 15.00 hod.

**Univerzitná nemocnica L. Pasteura, Košice**  
Trieda SNP 1, 041 90 Košice  
urolog. klinika, p. Mária Revťáková  
tel. 055/6403596  
streda 13.00 - 15.00 hod.

**Nemocnica Košice -Šaca, a.s., Agel, Košice**  
Lúčna 57, 040 15 Košice - Šaca  
III. chir. klinika - chir. amb.  
p. Anna Rusnáková, tel. 055/7234518  
pondelok - piatok 13.00 - 14.00. hod.

**Nemocnica Levice, s.r.o., Agel, Levice**  
SNP 19, 934 01 Levice  
Chir. príjmová amb.  
p. Katarína Mačuchová  
tel. 0915 246091  
pondelok - piatok 13.00 - 14.00 hod.

**Všeobecná nemocnica s poliklinikou, a.s., Agel, Levoča**  
Preobstnerova cesta 2/3082  
054 01 Levoča  
Chir. odd., Mgr. Renáta Kopkášová  
tel. 0917 424 651  
pondelok - piatok 8.00 - 15.00 hod.

**Liptovská nemocnica s poliklinikou, Liptovský Mikuláš**  
Palúčanská 25, 031 23 Liptovský Mikuláš  
Onko-chir. amb (POKO)  
p. Gabriela Kasanická, tel. 044/5563281  
piatok 8.00 - 14.30 hod.

**Všeobecná nemocnica s poliklinikou, n.o., Lučenec**  
Nám. Republiky 14, 984 39 Lučenec  
Onko-chir. amb., p. Iveta Miklušicová  
tel. 047/4311555  
utorok a streda 8.00 - 14.00 hod.

**Univerzitná nemocnica Martin, Martin**  
Kollárova 2, 036 01 Martin  
Koloproktolog. amb.  
MUDr. Marek Adámik, tel. 043/ 4203307  
pondelok a piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Fakultná nemocnica Nitra, Nitra**  
Špitálska 6, 950 01 Nitra  
Chir. pavilón (č.dv.163), p. Jana Šabíková  
p. Helena Malúchová, tel. 037/6545427  
pondelok 12.00 - 14.00 hod.  
piatok 7.00 - 9.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica Michalovce**

Špitálska 2, 071 01 Michalovce

**Chir. odd.**, Mgr. Anna Matiová

tel. 056/6416710

pondelok - piatok 7.00 - 15.30 hod.

**Onko-chir. amb.**, MUDr. Bohdan Koziak

tel. 056/6416289

štvrtok 7.00 - 14.00 hod.

**Poliklinika sv. Medarda, Nitra**

Špitálska 13, 949 01 Nitra

MUDr. Ľubomír Ševčík, Mgr. Monika

Ševčíková, tel. 037/6942231

pondelok - piatok 8.00 - 12.00 hod.

**Nemocnica s poliklinikou, n.o.,****Nové Mesto nad Váhom**

Ul. M.R. Štefánika 1

915 01 Nové Mesto nad Váhom

Gastroenterolog. amb., (prízemie)

Mgr. Tatiana Skovajsová

tel. 032/7740330

pondelok - piatok 7.00 - 13.00 hod.

**Fakultná nemocnica s poliklinikou Nové****Zámky, Nové Zámky**

Slovenská 11A, 940 34 Nové Zámky

Chir. klinika (9. posch.)

p. Monika Luzsiczová

tel. 035/6912215

**NZZ Ambulancia klinickej onkológie,****Partizánske**

Nádražná 4, 958 01 Partizánske

p. Mária Utekalová, tel. 038/7498830

utorok 13.00 - 14.00 hod.

**NZZ Sv. Vincent, s.r.o., Prievidza**

Hviezdoslavova 3, 971 01 Prievidza

Onko-chir. amb. p. Gabriela Gabovičová

tel. 046/5422765

piatok 10.00 - 12.00 hod.

**POKO Poprad, s.r.o., Adus poliklinika,****Poprad**

Mnoheľova 2, 058 01 Poprad

Mgr. Iveta Šafčáková, tel., 0907438485

p. Lucia Frančeková, tel. 0908501555

pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Nemocnica s poliklinikou, Považská****Bystrica**

Nemocničná 986

017 01 Považská Bystrica

Stomická amb., MUDr. Szikora

P. Janošková, tel. 042/4304426

piatok 10.00 - 14.00 hod.

**Fakultná nemocnica s poliklinikou****J.A. Reimana, Prešov**

J. Hollého 14, 080 01 Prešov

**Onko-chir. amb.**, MUDr. Ľubomír Chomo

Mgr. Katarína Báňasová

tel. 051/7011607

piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Urolog. klinika**, p. Zuzana Tkáčová

tel. 051/7011663

utorok a štvrtok 8.00 - 12.00 hod.

**Neštatná chirurgická ambulancia - Holger****Slovakia, s.r.o.**

Prostějovská 33/B, 080 01 Prešov

MUDr. Slavomír Kvokačka

tel. 0949 718994, kvokacka@zoznam.sk

pondelok - piatok 9.00 - 12.00 hod.

**Poliklinika Pro Care- Sekčov, Prešov**

Jurkovičova 19, 080 01 Prešov

Onko-chir. amb., MUDr. Ján Hanudel'

tel. 051/7563554. Každý deň okrem

stredu od 13.00 - 15.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica R. Sobota**

Šrobárova 1, 979 12 Rimavská Sobota

Chir. odd., vedúca sestra

Mgr. Magdaléna Drugdová

tel. 047/4612337

pondelok - piatok (podľa dohody)

**Svet zdravia, a.s.- Nemocnica****s poliklinikou sv. Alžbety, Rožňava**

Špitálska 1, 048 01 Rožňava

Chir.amb., p. Lenka Plačková

tel. 058/7771733

pondelok - piatok 7.00 - 14.00 hod.

**Ústredná vojenská nemocnica SNP,****Ružomberok**

kul. gen. Miloša Vesela 21

034 26 Ružomberok

Chir. amb., p. Janka Mišíková

pondelok - piatok (podľa dohody)

**Nemocnica Snina, s.r.o., Snina**

Sládkovičova 300/03, 069 01 Snina

Chir. odd., Mgr. Dana Titová

tel. 057/7871215

pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica****Spišská Nová Ves**

Jánskeho 1, 052 01 Spišská Nová ves

Chir. odd., Bc. Ivana Súľovská

tel. 0904 549101

pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Ľubovnianska nemocnica, n.o.,****Stará Ľubovňa**

Orbancov mieru 3, 064 01 Stará Ľubovňa

POKO amb., MUDr. Martina Turčániová

Mgr. V. Plavnická, Mgr. Mária Krafčíková

tel. 052/4317331

pondelok - piatok 7.00 - 14.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica Svidník,****Svidník**

ul. MUDr. Pribulu, 089 01 Svidník

Onkolog. amb., p. Emília Kolesárová

tel. 054/7860434

pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

p. Anna Weisová

**Fakultná nemocnica s poliklinikou****Skalica, a.s., Skalica**

Koreszkova 7, 909 82 Skalica

Onkol. amb., p. Marta Ivičicová

tel. 034/6644365

pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica****Topolčany, Topolčany**

Pavlovova 17, 955 20 Topolčany

POKO II amb.

p. Mária Michnová

tel. 038/5351618

streda 13.00 - 14.00 hod.

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica Trebišov,****Trebišov**

SNP 1079/76, 075 01 Trebišov

POKO amb., p. Oľga Lokošová

tel. 056/6660772

pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Fakultná nemocnica Trenčín, Trenčín**

Legionárska 28, 911 01 Trenčín

Stomická amb., p. Mária Matejíková

p. Adriana Kročilová

pondelok 8.00 - 13.00 hod.

**Fakultná nemocnica Trnava, Trnava**

A. Žarnova 11, 917 75 Trnava

Proktolog. amb., p. Mária Dovičicová

tel.033/5938817

piatok 10.00 - 12.00 hod.

**Hornooravská nemocnica s poliklinikou****Trstená, Trstená**

Bernoláková 24, 028 01 Trstená

Onko-chir. amb.

p. Daniela Dekanovská

tel. 043/5307240

**Svet zdravia, a.s.- Nemocnica Vranov****nad Topľou**

M.R. Štefánika 178/177B

093 27 Vranov nad Topľou

Onkolog. amb., p. Kristína Šul'ová

tel. 057/4865158

pondelok - piatok 8.00 - 14.00 hod.

**Nemocnica Zvolen, a.s. - Agel, Zvolen**

Kuzmányho nábřežie 28

960 89 Zvolen

Chir. odd. (1.posch), vedúca sestra

p. Alena Jurcsiková

tel. 045/5201574

pondelok - piatok

**Svet zdravia, a.s. - Nemocnica****Žiar nad Hronom**

Sládkovičova 11

965 37 Žiar nad Hronom

Chir. odd.

vedúca sestra Mgr. Margita Sedláková

p. Mária Forgáčová

tel. 045/6709201

pondelok - piatok

**Fakultná nemocnica s poliklinikou Žilina,****Žilina**

ul. Vojtecha Spanyola 43

010 01 Žilina

Stomická poradňa

Mgr. Daniela Mičianová, p. Eva Beňová

tel. 041/5110275

8.30 - 13.45 hod.

# Topolčiansky ilco klub, 25-ročný

Prihováram sa Vám v tejto uponáhľanej dobe, aj čas akosi neúprosne rýchlo plynie, nedá sa zastaviť. Uplynulo 25 rokov od založenia nášho klubu stomikov v Topolčanoch. Pri zrode klubu stáli MUDr. Jozef Kotleba, primár chirurgického oddelenia, MUDr. Ján Kubiš, onkochirurg a zakladateľ Topolčianskej onkológie a stomická sestra Mária Michnová.

Prvým predsedom bol Ing. Ivan Marko, druhým Ján Čačko, tretím Jaroslav Čimbora a terajším je Anna Trenčanská. Náš klub má 26 stomikov, 14 dobrovoľných a 2-och čestných členov. Pre našich členov organizujeme rôznu činnosť - posedenia pri guláši, návšteva divadla a výlety. Pred 6-timi rokmi sa náš klub zapojil do zbierky Ligy proti rakovine „Žltý narcis“. Spolupracujeme s mnohými klubmi stomikov - Žilina, Ilava, Považská Bystrica.

8. 12. 2017 sme si pripomenuli založenie nášho klubu v Penziónu Jazmín na Duchonke pri Topolčanoch. Zúčastnili sa takmer všetci naši členovia. Za dodávateľov stomických pomôcok sa zúčastnili Ing. Peter Laudon zo spoločnosti Coloplast A/S a pán Abík zo spoločnosti Dansac.

Ďakujem vám všetkým čo ste 25 rokov venovali svoje sily, čas a um pre rozvoj klubu, aby sa stomici mohli navrátiť do spoločnosti a žiť nový život, pomáhať si, tráviť spoločné chvíle. Ďakujem všetkým za poukázanie 2% z vašich daní. Týmto príspevkom môže klub organizovať rôznu činnosť pre svojich členov. A touto cestou ďakujem Jankovi Čačkovi za seba, za náš klub ale aj všetkých stomikov Slovenska. „Za to, čo pre nás robíš patrí vďaka aj Tvojej manželke, ktorá stojí po Tvojom boku a spoločne pracujete pre nás stomikov. Prajem Vám pevné zdravie a veľa síl do ďalšej práce v našej veľkej



stomickej rodine.“ Topolčianskemu klubu prajem veľa dobrých nápadov, síl, pre vytváranie dôstojného života stomikov a Vám všetkým prajem nech Pán Boh drží nad vami svoju ochrannú ruku, dá vám zdravie, šťastie, spokojnosť, aby ste sa

mohli tešiť zo svojich detí, vnúčat a pravnúčat. Všetkým vám patrí môj obdiv a úcta a obyčajné ľudské ďakujem.

Anna Trenčanská  
predsedkyňa Ilco klubu Topolčany

## Milí priatelia STOMICI!

Dovolím si vás oslovit'. Možno ani neviete, že od roku 1992, teda už 25 rokov máme v Topolčanoch založený klub stomikov. Ved' každý človek, ktorý ma vyvedenú stomiu, má nielen ubolené telo, ale aj dušu. Vyrovnanie sa s novou skutočnosťou nie je ľahké pre stomika, ale ani pre jeho rodinu. Vtedy každý potrebuje podporu lekárov, sestier, rodiny, priateľov, ale aj ľudí s rovnakým osudom. Stomikovi sa zmení život od základov, musí sa vyrovnat' s rôznymi situáciami, ktoré choroba prináša. A preto je tu aj náš Ilco klub, aby sme vám pomohli a poradili. Ved' nie je ľahké začať žiť so stomiou. Neváhajte obráťte sa na nás.

Anna Trenčanská, predsedkňa klubu, tel. 0908 785 771.



# Naše skúsenosti s používaním obväzov Biatain pri ošetrovaní chronických rán

Prípad: Liečba preležaniny - dekubitu v domácom prostredí u 25. ročného pacienta

Do opatery našej agentúry domácej ošetrovateľskej starostlivosti sa dostal 25 ročný imobilný pacient, po operácií chrbtice, s diagnózou skoliózy a s paraplégiou dolných končatín. Podľa slov pacienta sa pravdepodobne udrel do ľavej strany panvy pri vychádzaní z bazéna v polovici septembra, v tom čase bol na dovolenke s bratom. Bolesť v postihnutej oblasti necíti, tak si to nevšimol. Až po príchode domov v polovici októbra zbadal opuch ľavej strany v oblasti koxy.

26. 10. 2017 bol privezený RZP na pracovisko Centrálného príjmu s triaškou a teplotou 38,9 C. Stanovená diagnóza



znela dekubit v oblasti trochantera, centrálna nekróza s fistuláciou a vytekajúcim hnisom .

Na centrálnom prijme mu odstránili nekrotické tkanivo v oblasti ľavej koxy. Ranu vypláchli roztokom peroxidu vodíka, ošetrili Betadine a sterilným krytím. Poslaný bol na chirurgické ošetrenie v mieste svojho bydliska.

S dekubitom v oblasti ľavého trochantera nepravidelného tvaru, sme pacienta prijali v novembri do domáceho ošetrovania. Rana sa vyznačovala masívnym výtokom, bez zápachu. Hĺbka 8 cm, okolie rany bolo opuchnuté. Pacient bolesť neudával, keďže oblasť od pásu dolu necíti.

Cieľom našej liečby bolo zvládnuť masívny výtok z rany, predísť novej bakteriálnej infekcii a podporiť vytváranie nového tkaniva v rane. Po výplachu rany Prontosanom, sme použili alginátový obväz so striebrom Biatain Alginate Ag na vyplnenie dutiny rany.

Na prelepenie rany bol použitý lepidlový obväz so zvýšenou absorpciou Biatain Super.

Frekvencia preväzu bola prvý týždeň dvakrát denne. Pacient mohol len ležať, pri presadení na invalidný vozík sa výtok z rany zintenzívil.

Autor: Mgr. Iveta Christovová, ADOS Fénix s.r.o.

Už po piatich dňoch ošetrovania pozorujeme prvé zlepšenie: rana sa čistí, granuluje výtok je naďalej masívny. Pokračujeme v terapii, preväzy rany jedenkrát denne.



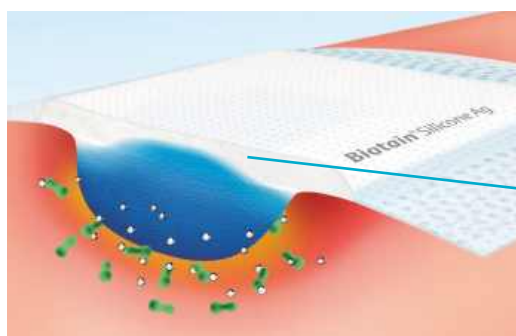
foto 6. 11. 2017: Obväz Biatain Super - po 8 hodinách od preväzu, je vidno mieru nasiaknutej zadržanej tekutiny z rany



Postupne sa pacient cíti lepšie, rana mokrú už len stredne, od 20.12.2017 sa zapája do sebaobslužných činností. Denne asi 4 hodiny presedí. Rana sa postupne vyplňa novovzniknutým tkanivom, po 63 dňoch liečby je hlboká len 2cm, výtok z rany je už len mierny, okolie kľudné. V terapii budeme pokračovať až do úplného zahojenia rany.

## Biatain® Silicone Ag - Silnejšia absorpcia s pretrvávajúcím uvoľňovaním striebra

- Dokázané uvoľňovanie striebra počas celej doby použitia obväzu
- Viac ako 7 dní trvajúci antibakteriálny efekt



Inteligentné exsudátom riadené uvoľňovanie iónov striebra



# Využite bezplatné doručovanie zdravotníckych pomôcok domov

Zjednodušte si život a nechajte si zdravotnícke pomôcky doručiť bezplatne priamo ku vám domov. Zásielková služba výdajne Versus JJ v súčasnosti uľahčuje život stovkám pacientov po celom Slovensku.

Naša výdajňa Versus JJ vznikla v roku 1995 a už v prvopočiatoch sme sa začali venovať predovšetkým starostlivosti o pacientov so stómiou. Neskôr sme rozšírili náš záber na inkontinentných pacientov, liečbu rán a ošetrovanie kože.

Vieme, že ak pre našich pacientov - stomikov chceme zabezpečiť služby na vysokej úrovni, musíme v prvom rade dobre poznať celú problematiku života so stómiou, jeho úskalia, ale aj možnosti ktoré nám moderné stomické pomôcky ponúkajú. Treba povedať, že život stomikov sa za roky, čo sa téme venujeme, výrazne zlepšil. Ich návrat do spoločenského a pracovného života je rýchlejší a stále viac a viac sa vracajú k svojim záľubám a koníčkum, čo je veľmi pozitívne.

Počas práce so stomikmi sme porozumeli tomu, že najdôležitejšie je poskytnutie rady po návrate z nemocnice domov. Je to obdobie, kedy sa pacient potrebuje zorientovať v záplave stomických pomôcok a príslušenstva, ich správneho používania a osvedčených postupoch, ktoré uľahčujú život so stómiou. **Znalosť problematiky nám dáva možnosť poradiť stomikom a ich rodinným príslušníkom, ktorí im pomáhajú. Dlhodobé vzťahy sú pre nás základom a tešíme sa, že niektorí stomici to s nami ťahajú už viac ako 15 rokov.**

**Naším pacientom pomáhame aj doručovaním pomôcok domov**  
Naša zásielková služba vznikla spontánne a vyplynula zo vzájomnej komunikácie a z každodenných potrieb našich stomických pacientov. Často sme počúvali o zložitosti a zdĺhavosti procesu od predpísania pomôcok až po ich



**Versus JJ**  
S. r. o.

Výdajňa Versus JJ –  
o pacientov so stómiou  
sa staráme už viac  
ako 20 rokov

obstaranie a  
prinesenie domov.

**Rozhodli sme sa teda poskytnúť riešenie, zásielkovú službu, ktorá ponúka bezplatné doručenie pomôcok domov na území celého Slovenska. Vďaka nej môžete vaše pomôcky získať rýchlejšie, bez zbytočnej námahy**

**Výhody bezplatnej zásielkovej služby Versus JJ:**

- pohodlné doručenie pomôcok domov
- kompletný sortiment pomôcok skladom
- poradenstvo pre pacientov
- 20 ročné skúsenosti

**z pohodlia vášho domova. Zásielková služba Versus JJ v troch krokoch**

- 1) Predpis poukazov u lekára** - pre získanie pomôcok, je potrebné získať každý mesiac k lekárovi, ktorý vám ich predpíše.
- 2) Odoslanie poukazov do výdajne Versus JJ** - poukazy následne vložíte do obálky výdajne Versus JJ, ktorú odošlete na najbližšej pošte, alebo hodíte do poštovej schránky. Pre získanie obálky Versus JJ s vyplnenou adresou a uhradeným poštovým nás

kontaktujte na telefónnych číslach 02/5479 3937 alebo 02/5479 3938.

- 3) Prevzatie pomôcok u vás doma** - po obdržaní vašich poukazov vo výdajni Versus JJ pre vás pripravíme pomôcky a odošleme vám ich kuriérskou službou domov. V deň doručenia vám príde SMS správa o predbežnom čase doručenia vašich pomôcok a telefonicky vás bude kontaktovať kuriér, s ktorým si môžete dohodnúť prevzatie. Jediné za čo platíte je zákonom určený poplatok za spracovanie zdravotného poukazu vo výdajni 0,17 EUR za každý poukaz. Doručenie pomôcok kuriérom máte od nás zadarmo.

**Opýtajte sa nás**

Ak vás naše nadštandardné služby zaujali a chceli by ste sa dozvedieť viac, prípadne máte otázky ohľadom stomických pomôcok neváhajte a opýtajte sa nás. Náš tím vám rád poskytne odborné rady a svoje skúsenosti. Tešíme sa na vás.

**Versus JJ, s.r.o.**  
Stromová 38  
833 18 Bratislava

tel: 02/5479 3937, 02/5479 3938  
mail: info@versusjj.sk  
web: www.versusjj.sk



# Recepty



## Mrkvovo –zázvorová polievka

1 cibuľa  
250g mrkvy  
1 väčší zemiak  
450 ml zeleninového vývaru  
1-2 lyžice olivového oleja  
štipka rozmarínu  
sol'  
(sladká smotana)

**Postup:** Mrkvu, zázvor a cibuľu ošúpeme a nakrájame na menšie kúsky. Všetko spolu opražíme na olivovom oleji. Potom zmes zalejeme vývarom, osolíme, pridáme rozmarín a necháme asi 25 minút variť. Uvarenú polievku poriadne rozmixujeme. Pri podávaní ju môžeme zjemniť s troškou sladkej smotany.



## Kuracie rezne zapečené so syrom

4 kuracie rezne  
sol'  
mleté čierne korenie  
hladká múka  
2 vajcia  
strúhanka  
rastlinný olej  
300g nastrúhaného syra(eidam, gouda..)  
4 lyžice paradajkového pretlaku (bazalka na ozdobenie)

**Postup:** Mäso umyjeme, osušíme a zľahka naklepeme. Rezne osolíme a okoreníme. Obalíme ich v múke, rozšľahanom vají a strúhanke. Na panvici rozohrejeme olej a rezne opražíme dozlatista. Potom ich preložíme na kuchynské papierové utierky, aby vysali prebytočný tuk. Rezne dáme na plech s papierom na pečenie, posypeme polovicou nastrúhaného syra. Každý plátok potrieme lyžicou paradajkového pretlaku a posypeme zvyšným syrom. Pečieme v rúre predhriatej na 200 °C asi 10 min, až kým sa syr roztečie a začne chytať zlatý nádych. Rezne môžeme ozdobiť lístkami bazalky.



## Hrnčekový ovocný koláč

1 hrnček oleja  
2 vajcia  
¼ hrnčeka kryštálového cukru  
2 hrnčeky polohrubej múky  
1 balenie prášku do pečiva  
1 hrnček mlieka  
Ovocie podľa chuti( čerešne, slivky, marhule..)

**Postup:** Práškový cukor na posypanie (mletá škoricca, vanilka) Zo všetkých surovín okrem ovocia si urobíme cesto. Môžeme pridať mletú škoricu a vanilkový extrakt. Cesto vylejeme na plech vystlaný papierom na pečenie. Nakrájané ovocie poukladáme na cesto. Pečieme vo vyhriatej rúre na 180 °C približne 25 min. Hotový koláč posypeme práškovým cukrom.

Zašlite nám Vaše obľúbené recepty.

5-tím z Vás zašleme malú pozornosť!

# Obávajú sa, že si vaše vrecko niekto všimne?

Tkaná textília šedej farby robí vrecko SenSura® Mio „neviditeľným“ a príjemným na nosenie

Vrecko SenSura® Mio splyva so spodným prádlom, ktorému je látkou a farbou veľmi podobné.



96%

užívateľov sa páči diskretnosť vrecka počas nosenia\*

Obsah vrecka SenSura® Mio nie je vidieť cez textíliu a nepúta pozornosť. Naproti tomu, obsah vreciek telovej farby je viditeľný a robí vrecko nápadným.



SenSura® Mio s tkanou textíliou šedej farby



Vrecko s netkanou textíliou telovej farby

Vrecko SenSura® Mio odpuďuje vodu, látka je stála, aj po sprchovaní alebo kúpaní. Vrecko je príjemné na dotyk.



Vrecko SenSura® Mio pôsobí ako časť oblečenia a nepúta pozornosť.



\*Produktové hodnotenie, 2014, data on file.

Návratku vystrihnite a zašlite na adresu: Coloplast A/S, Polus Tower II, Vajnorská 100/B, 831 04 Bratislava.

Používam pomôcky:

Áno, mám záujem o zaslanie bezplatných vzoriek SenSura® Mio

1-dielne    2-dielne    uzavreté    výpustné    urostomické

Veľkosť (priemer) mojej stómie je ..... cm

Meno a priezvisko: .....

Adresa: .....

Telefónne číslo: .....

Dátum: ..... \*Podpis: .....

ŽIADAJTE  
VZORKY  
ZDARMA



Týmto udeľujem spoločnosti Coloplast A/S, konajúcej na území SR prostredníctvom Coloplast A/S, organizačná zložka zahraničnej osoby, so sídlom POLUS TOWER II, Vajnorská 100/B, 831 04 Bratislava, IČO: 17 056 641 (ďalej len „Coloplast“), aby spracovávala moje nižšie uvedené osobné údaje pre marketingové aktivity, a to formou zasielania informácií o produktoch a službách Coloplast, bezplatného zasielania časopisu Helios, vzoriek produktov Coloplast a následného prieskumu spokojnosti. Týmto udeľujem spoločnosti Coloplast výslovný súhlas so spracovaním mojich nižšie uvedených osobných údajov aj vo vzťahu k osobným údajom, ktoré sa týkajú môjho zdravotného stavu, a to za vyššie uvedeným účelom. Zároveň súhlasím s tým, aby som bol za vyššie uvedenými účelmi kontaktovaný emailom, telefonicky alebo prostredníctvom SMS, MMS. Osobné údaje budú spoločnosťou Coloplast spracúvané len po nevyhnutnú dobu vzhľadom k účelu, za ktorým boli zhromaždené, prípadne do odvolania súhlasu, najviac však po dobu 5 rokov od neposkytnutia súhlasu z mojej strany (napr. neprevzatie zásielky od spoločnosti Coloplast), a to podľa toho, ktorá skutočnosť nastane skôr. Ak budete mať otázky týkajúce sa spracovania a ochrany osobných údajov, obráťte sa na spoločnosť Coloplast prostredníctvom bezplatnej linky 0800 159 159, alebo napíšte na adresu info@coloplast.sk Na podporu účelu uvedeného vyššie spoločnosť Coloplast poskytne osobné údaje v nevyhnutnom rozsahu externým dodávateľom baliacich služieb a dodávateľom zabezpečujúcim distribúciu poštových zásielok. Poskytnutie Vašich osobných údajov je dobrovoľné. Máte právo na prístup k svojim údajom, na opravu či vymazanie Vašich údajov, na obmedzenie spracovania Vašich údajov, namietať voči spracovaniu Vašich osobných údajov, právo na prenosnosť osobných údajov a právo kedykoľvek odvolať. Váš súhlas so spracovaním Vašich osobných údajov. Odvolaním súhlasu však nebude dotknutá zákonnosť spracovania Vašich osobných údajov na základe Vášho súhlasu pred jeho odvolaním. Ak chcete využiť svoje právo, pošlite prosím príslušnú požiadavku poštou na adresu organizačnej zložky Coloplast na Slovensku, prípadne elektronicky na e-mailovú adresu info@coloplast.sk alebo nás kontaktujte telefonicky na čísle 0800 159 159, pre volajúceho zdarma. Odvolať súhlas môžete aj v ambulancii poskytovateľa zdravotnej starostlivosti, u ktorého ste súhlas udělili. Tiež máte právo podať sťažnosť na príslušnom úrade na ochranu osobných údajov, ktorým je Úrad na ochranu osobných údajov Slovenskej republiky.

## Gúľaj sa vajíčko, cez hory a doliny, prines náš srdečný... (tajnička)

Autor: Juraj Mitošinka	skratka ústredného výboru	značka telúru	priliplo (kniž.)	plakala (bás.)	Norbert (dom.)	španielske ženské meno		zaradia, začlenia	padá sneh	sekrét, výlučok
príjemne v súvislosti s bývaním							skr. východo- dosevero- východu skrotla			
<b>1. časť tajničky</b>										
<b>Pomôcky:</b> Spinoza, paraklet, insania	tragéd (zried.)	pomocník (kniž.) <b>4. časť tajničky</b>								
šúchalo, drhlo						Rudolf (dom.) mužské meno				
úloha herca					škodlivý lúčny hmyz striedajú					
Adam (dom.)				oslovenie matky trocha zatne					<b>3. časť tajničky</b>	odstrániť si britvou fúzy z tváre
značka pre gill			pomerne staro holandský filozof							
ťažká duševná choroba (lek.)								citoslovce ľútosti šaty, oblečenie		
zbavoval konárov (zried.)							orgán zraku pahltne (pejor.)			
	sklad, skladisko	Kristína (dom.) atóm, po česky				túžil po niečom (kniž.) vypieral				
povinné platby štátu					zaži, zakús škriepka (zastar.)					
toto, po rusky				všakže, všakver EČV Dol. Kubína						
<b>2. časť tajničky</b>								znížený tón E		
ohmatalo (hovor.)								osobné zámeno		

## Vyriešte krížovku a získajte odmenu!

Znenie krížovky z 9/2017 „Kde človek spadol, tam musí aj vstať, aby sa opäť dostal hore“

Gratulujeme výhercom: **František Herman** - Čadca, **Antónia Kopčanová** - Podlužany, **Ľudovít Solčiansky** - Komárno

Výherca: **Koučovanie životných či kariérnych rozhodnutí podľa vlastného výberu s Erikou Feketovou, certifikovanou koučkou ICF vyhral: Pavol Hanke**

Výhercovia kníh:

**Kazateľnica život:**

Ľubomír Vojtek, Bytča, Miroslava Malovcová, Bratislava, Ing. Michal Varga, Tušická Nová Ves

**Maturita z lásky**

Ladislav Lengyel, Číž, Imrich Bartoš, Veľký Krtíš, Antónia Kopčanová, Podlužany

Vylúštenú krížovku zasielajte na adresu: COLOPLAST A/S, o.z.o., Polus Tower II, Vajnorská 100/B, 831 04 Bratislava

# Telefonická podpora od špecializovaných poradcov – sestier



## Coloplast kontakt

*Ked' je potreba. Kdekoľvek. Kedykoľvek.*



### Webové stránky

Stránky s radami,  
informáciami,  
návody, brožúry  
[www.coloplast.sk](http://www.coloplast.sk),  
[www.kontinencia.sk](http://www.kontinencia.sk)



### Časopis Helios

Aktuálne informácie,  
zdravotná starostlivosť,  
psychologická podpora



### Telefonická podpora

Sestry pripravené  
zodpovedať vaše otázky  
a poskytnúť telefonické  
poradenstvo  
0800 159 159



### Výber vhodnej pomôcky

Prístup ku vzorkám  
a výber optimálnej  
pomôcky