

Bulletin
November
2021

Kostet nichts, ist aber unbezahlbar. Unsere Beratung.

Kostenlos ist übrigens nicht nur unsere Beratung. Das gilt auch für den Versand unserer knapp 13'000 Produkte für Stoma, Wundbehandlung, Inkontinenz und Tracheostoma. Und wir rechnen wenn möglich direkt mit Ihrer Versicherung ab.

publicare.ch



Ihr zuverlässiger Partner
für Beratung und Lieferung
medizinischer Hilfsmittel

publicare

Deutsch

Vorwort des
Präsidenten 5

Monatliche virtuelle Treffen
der young ilco 7

Interview
Wolfgang Göbel 9

Erfahrungsbericht 15

Ihre Meinung ist
Coloplast wichtig 21

Ein Ort zum Reden im
Känguru-Land 22

Sammelstelle für Stoma-
Spendenmaterial 25

Wichtige
Termine 2022 25

Eurokey 27

Adressen ilco Schweiz 60

Mediadatenblatt abrufbar unter
<https://t1p.de/hl01>

Herausgeber: ilco Schweiz,
Sekretariat, Oberdorfstr. 20/b
9512 Rossrüti, Tel. 077 418 33 40
www.ilco.ch, E-Mail: info@ilco.ch,
Mitglied der Verbände: IOA + IOA
EOA. Erscheinungsweise: 2-mal
jährlich, Redaktionsschluss:
20. März und 20. September,
Auflage 2'000 Exemplare
Mitgliederangelegenheiten:
Adressänderungen, Mitteilungen,
Anfragen usw. sind direkt an die
Regionalgruppen zu richten.
Satz und Druck: Druckerei Ruch AG,
Worblentalstrasse 28, 3063 Ittigen

Français

Avant-propos du
président 29

Entretien avec Wolfgang
Göbel 31

Rapport
d'expérience 39

Point de collecte de
matériel de stomie pour
des dons caritatifs 41

Un espace de parole au
pays des kangourous 42

Dates importantes
2021 43

Votre avis compte beau-
coup pour Coloplast 45

Eurokey 47

Adresses ilco Suisse 60

Fiche descriptive des médias
disponible sous <https://t1p.de/hl01>

Éditeur: ilco Suisse, secrétariat,
Oberdorfstr. 20/b, 9512 Rossrüti,
tél. 077 418 33 40, www.ilco.ch,
Mail : info@ilco.ch, membre des
associations IOA + IOA EOA
Fréquence de parution: 2 fois
par année, délai de rédaction:
le 20 mars et 20 septembre,
tirage 2'000 exemplaires.
Communication des membres:
Changements d'adresse, commu-
nications, demandes etc. sont à
adresser directement au groupe
régional. Composition et impression:
Imprimerie Ruch AG, Worblental-
strasse 28, 3063 Ittigen

Italiano

Premessa
del Presidente 49

Intervista a
Wolfgang Göbel 50

Resoconto di un'esperienza
vissuta 54

Un gruppo di parola nel
paese dei canguri 56

Punto di raccolta per la
donazione di materiale
per stomia 58

Date importanti 2021 58

Eurokey 59

Indirizzi ilco Svizzera 60

Scheda informativa con listino prezzi
per inserzioni disponibile all'indirizzo
<https://t1p.de/hl01>

Editore: ilco Svizzera, segreteria,
Oberdorfstr. 20/b, 9512 Rossrüti,
Tel. 077 418 33 40, www.ilco.ch,
E-mail: info@ilco.ch, membro delle
associazioni IOA + IOA EOA
Pubblicazione: Semestrale,
chiusura di redazione: 20 marzo e
20 settembre, tiratura 2'000 copie
Associati: Cambi di indirizzo, comu-
nicazioni, richieste, ecc. sono da in-
viare direttamente ai gruppi regionali.
Composizione e impressione:
Tipografia Ruch AG, Worblental-
strasse 28, 3063 Ittigen

NEHMEN SIE SICH ZEIT

eakin
dot®

Dank der austreifbaren eakin dot® 1-Teiler
- Ein **neues** hautfreundliches Sortiment,
welches sicher und länger hält....

**...um länger unabhängig
zu sein.**



Testen Sie die **NEUEN** austreifbaren 1-Teiler
von eakin dot® mit dem *skinsmart™* Hydrokolloid

Bestellen Sie telefonisch Muster 056 484 15 00
oder besuchen Sie www.publicare.ch

publicare

Vorwort des Präsidenten



Sehr geehrte
Leserinnen und Leser

Der bisherige regnerische Sommer war geprägt von Hochwasser und der nach wie vor unsicheren Situation rund um das Coronavirus.

Trotz der Lockerungen ist die Lage sehr herausfordernd. Anlässe und Gesprächsgruppentreffen wurden in den verschiedenen Regionalgruppen wieder aufgenommen. Einige führten ihre Mitglieder- oder Generalversammlungen schriftlich durch.

Am Samstag, 7. August 2021, führte die ilco Schweiz, unter sehr grossem Zeitdruck, in Olten die Präsidentenkonferenz durch. Die Präsidentinnen und Präsidenten der 13 Regionalgruppen wurden über die Fusion orientiert.

Wie geht es nun weiter?

Zwischen dem 7. August und 30. Oktober führen die meisten Regionalgruppen der Schweiz ihre Mitglieder- oder Generalversammlungen durch. An diesen Versamm-

lungen werden die Mitglieder über die Fusion und deren Vorteile orientiert. Aus 13 Vereinen wird ein Verein zum Wohle der Stomaträger. Wünschenswert wäre natürlich eine Zustimmung zur Fusion.

Wagen wir doch diesen wichtigen Schritt. Es ist die einzige Lösung zum Vorteil unserer Mitglieder, Angehörigen und Stomatherapeutinnen sowie für die Zukunft.

Gewohnheitsmässig schliesse ich mein Vorwort mit der Bitte, um spannende Beiträge für das Bulletin, ab.

Ich wünsche Ihnen beim Lesen des neuen Bulletins viel Spass, einen freundlichen Herbst, einen ganz tollen, beschwerdefreien Winter, schöne und frohe Festtage und einen tollen Rutsch ins neue Jahr.

Bleiben Sie gesund!

P. Schneeberger
Peter Schneeberger
Präsident ilco Schweiz

Sie können unser

Stoma-Wörterbuch

wie folgt bestellen:

unter info@ilco.ch oder Telefon 077 418 33 40



ZU HAUSE **RUNDUM** VERSORGT

Wir beliefern Sie portofrei in der ganzen Schweiz mit Stoma-versorgungsprodukten aller Hersteller und rechnen direkt mit Ihrer Krankenkasse ab.

Schnell, diskret und kompetent.

Wir sind gerne für Sie da, Ihr Wohlergehen steht im Mittelpunkt unseres Wirkens.



Mediq Globomedica homecare

Gewerbestrasse 12 | 8132 Egg

Gratis-Telefon 0800 810 808 | Fax 044 986 21 65

homecare@globomedica.ch | www.globomedica.ch

Monatliche virtuelle Treffen der young ilco

Da wir uns aktuell nicht persönlich treffen können, hat sich die young ilco für eine virtuelle Lösung entschieden.

Monatlich finden neu Skype Meetings für young ilco Mitglieder statt. Der Austausch via Computer, Handy oder Tablet soll die lange Wartezeit bis zum nächsten Treffen verkürzen.

Die bisher durchgeführten Meetings waren ein voller Erfolg. Es wurden unter anderem Themen wie die Verträglichkeit nach dem Essen von Raclette / Fondue, das Eignen von Badeanzügen für Frauen, das Tragen von Bauchgurten, was und wieviel sage ich meinem Chef usw. besprochen.

Auch in der jetzigen pandemischen Situation möchten sich Betroffene austauschen. Aufgrund dessen organisieren wir jeden letzten Freitag im Monat ein Skype Meeting.

Der Link zum Meeting wird jeweils im WhatsApp Chat bekannt gegeben. Du

möchtest gerne an weiteren virtuellen Treffen mit anderen jungen, gleichgesinnten Betroffenen teilnehmen und bist nicht in diesem WhatsApp Chat dabei? Dann melde dich direkt bei:

Marcel Brunner
young ilco Regionalleiter Zürich/St.Gallen
zuerich@young-ilco.ch
Whatsapp: 079 748 95 61

Wir würden uns freuen, dich bei unserem nächsten virtuellen Treffen dabei zu haben.

Marcel Brunner
young ilco Zürich

Weitere Infos:



<https://www.ilco.ch/young-ilco/>

DIE NATURA™ BASISPLATTE MIT AKKORDEON
RASTRING FÜR HÖCHSTEN TRAGEKOMFORT



Hörbares Einrasten für
absolute Sicherheit



Ausgeklappter Rastring für ein
schmerzfreies Anbringen des Beutels



Zusätzlicher Hafttrand für
höchste Flexibilität

Kompetente und unverbindliche Beratung
erhalten Sie per E-Mail unter
convatec.switzerland@convatec.com
oder per Telefon unter 0800 | 55 11 10
(Mo - Fr: 8.30 - 17.00 Uhr)

Jetzt Ihr
kostenfreies
Produktmuster
bestellen unter
convatec.switzerland@convatec.com

Endlich wieder frei und unabhängig

Interview mit Wolfgang Göbel,
Mitglied Crohn Colitis Schweiz und
seit Kurzem Stomaträger

Diagnose Colitis ulcerosa, jahrelange Behandlung mit Medikamenten, starke Nebenwirkungen sowie bleibende Schäden durch die Kortisontherapie und die verzweifelte Suche nach einer Heilung. Wolfgang Göbel befand sich am Tiefpunkt seines Lebens. Auf Schmerzen und Inkontinenz folgten Isolation und Depression. Lange hat sich der 56-Jährige gegen eine Stoma Operation gewehrt – heute betrachtet er diese Entscheidung als seine zweite Geburt.

Die medizinischen Eckdaten haben wir telefonisch erfahren. Einmal mehr haben wir uns gefragt, was ein einzelner Mensch alles durchmachen muss! Und – das ist wohl menschlich – wir haben uns ein Bild unseres Interviewpartners ausgemalt. Umso positiver war die Überraschung: Ein attraktiver, strahlender Mann begrüsst uns in Zuchwil. Wahre Lebensfreude, die Wolfgang Göbel sichtlich geniesst.

Wie alles begann

1998 konsultierte Wolfgang seinen Arzt, da er Blut im Stuhl entdeckte. Der Spezialist diagnostizierte Colitis ulcerosa. Fast acht Jahre konnte er die Krankheit mit relativ einfachen Mitteln in Zaum halten. Doch nach einem starken Schub reagierte



Fotos: Bruno Ruffa

er nicht mehr auf die Medikamente. Kortison wird's richten ... «Im Nachhinein war die Dosis in den Jahren 2006 bis 2010 unverantwortlich.» Kein Wunder, denn ein Grossteil seiner Probleme steht im Zusammenhang mit dieser Behandlung. «Nachweislich durch Kortison habe ich Osteoporose und dadurch einen angebrochenen Brust- und Lendenwirbel, Schmerzen waren mein dauerhafter Begleiter.» Hinzu kamen immense Schlafprobleme, Wasser in den Beinen und der Graue Star ... Ob es auch psychische Auswirkungen gab? «Ja, Kortison ist wie eine Droge. Es veränderte meinen Charakter, liess mich unruhig und aggressiv werden.»

Von 100 auf 0

Der Kortisonentzug wurde im Spital auf einmal durchgeführt und löste bei Wolfgang starke Depressionen aus. Doch das Spiel begann von Neuem, denn sein gesamter Dickdarm entzündete sich. Wieder probierte Wolfgang alle mögli-

chen Medikamente aus. «Mein Magen war total im Eimer, der ganze Darm war ein Geschwür!»

«Man hält sich an jedem Strohhalm und probiert alles, um endlich wieder gesund zu werden.»

«Ich hatte einfach Pech»

Wolfgang betont, dass sein Verlauf kein typischer war. Seine chirurgischen Eingriffe glichen einer Odyssee: 2016 kam die unumgängliche Operation. Aus geplanten zehn Tagen Spitalaufenthalt wurden neun Monate, sechs davon im Spital, die letzten drei in der Reha. Ein Pouch wurde angelegt und ein provisorisches Stoma. Da sein Dünndarm zu kurz war und von der Bauchdecke gelöst werden musste, entstanden Mikrolöcher, Flüssigkeit gelangte ins Becken und es entstanden Fisteln. «Ich hatte unheimliche Angst vor dem definitiven Stoma!» Eine Lösung musste dringend gefunden werden, da Wolfgang nur noch 55 Kilo wog und Suizidgedanken hegte. Unzählige Komplikationen forderten insgesamt elf Operationen,

der Dickdarm wurde komplett entfernt. Er wurde künstlich ernährt und alle zwei Stunden geweckt, um das provisorische Stoma zu leeren.

Bewusst für ein Stoma entschieden

Das Leid wurde zu gross. «Das definitive Stoma war eine meiner besten Entscheidungen.» Man sieht Wolfgang die Erleichterung noch heute an. Vor einem Jahr, genau einen Tag nach seinem Geburtstag, wurde das provisorische Stoma zurückverlegt und ein definitives angelegt. Unmittelbar nach der Operation fühlte er die Veränderung. «Hey, ich hab ja neun Stunden geschlafen! Ich war mega stolz und erleichtert zugleich – jetzt hab ich's geschafft, jetzt geht's endlich vorwärts!» Zehn Tage nach der Operation fuhr er nach Hause, die Unterstützung der Spitex benötigte er nur fünf Mal und machte die Versorgung anschliessend alleine. «Ich wollte endlich wieder frei und unabhängig sein.» Seitdem geht es permanent bergauf. Wolfgang strahlt: «Zuvor habe ich viel gelitten. Jetzt kann ich das Leben geniessen, ohne Panik. Ich habe wieder



Energie, Kraft, Freude am Essen, kann meine Freizeit aktiv gestalten und fahre sogar Harley.» Seine wiedergewonnene Unabhängigkeit schätzt er sehr, nicht zuletzt das Auto- oder Busfahren ohne Angst, dass etwas in die Hose geht.

«Spannend ist, dass der Körper spürt, wenn der Beutel voll ist.»

Motivation durch die Arbeit

Seit 2010 ist Wolfgang als Leiter Bauabteilungen eines Verkehrsunternehmens tätig. «Ich habe auch in gesundheitlich schlechten Phasen immer gearbeitet, das war mein Antrieb, das alles durchzustehen.» Immer, bis Wolfgang beinahe inkontinent wurde. Dass sein Chef und sein Team so tolerant und hilfsbereit reagiert haben, schätzt Wolfgang sehr. «Ich hatte ein riesen Glück, die Firma hat mich bis zuletzt unterstützt und meine Kollegen haben mich regelmässig im Spital besucht.» Ein enorm wichtiger Support, der ihm geholfen hat, sein Selbstwertgefühl zu stärken und an seine Zukunft zu glauben. Heute arbeitet Wolfgang wieder Vollzeit.

Du bist nicht allein

«Ganz ehrlich: Ich hätte nicht gedacht, dass das hilft. Aber die Berichte im Magazin von Crohn Colitis Schweiz haben mir so geholfen! Es gab mir das gute Gefühl, nicht alleine zu sein. Und genau deshalb mache ich nun dieses Interview.» Das Seminar in Nottwil nennt Wolfgang einen «Quantensprung»: Er habe zuerst unheimliche Berührungsängste gehabt und wollte nicht teilnehmen, da er Angst

hatte, nur «Kranke» zu treffen. «Das war eines meiner schönsten Erlebnisse, wir waren wie eine Familie, alle motiviert und ich fühlte mich richtig aufgehoben.»

Information ist das A und O

Wolfgang fühlte sich vor seiner Operation hilflos. «Mir hat die Aufklärung gefehlt. Das Wort Stoma habe ich vorher nie gehört und wusste gar nicht, was das ist!» Umso wichtiger sei ihm ein offener Austausch. Im Spital habe ich sehr viele Unterlagen zum Thema Stoma und Stomapflege erhalten. Ausserdem wurden mir die verschiedenen Versorgungsmöglichkeiten erklärt, wirklich eine Topberatung!» Kein Wunder also, dass er an Infoveranstaltungen unbedingt dabei sein wollte. So kurz nach seiner Operation war der Weg dorthin eine echte Herausforderung. Doch der Aufwand habe sich definitiv gelohnt. Endlich ein Ort, an dem offen über das Stoma gesprochen wurde und Wolfgang einer von vielen war.» Den Gürtel, den ich an einer dieser Veranstaltungen gekauft habe, gebe ich seither zusätzliche Sicherheit bei der Arbeit oder beim Pilates.

«Hab keine Angst vor dem Stoma, es gibt dir mehr, als es nimmt.»

«Ich möchte Mut machen»

Rückwirkend betrachtet sei das lange Leiden unnötig gewesen. «Ich hätte die Operation viel früher machen sollen.» Wolfgang möchte anderen Betroffenen mit seiner Geschichte helfen, die eigene Furcht besser zu bewältigen. Seit der



Stoma
Skin
Soul



Wohlfühlen in
der eigenen Haut

Shelley, Colitis Ulcerosa Bezwingerin

**Der NovaLife TRE Hautschutz wurde entwickelt
um die Haut bei der Erhaltung ihrer natürlichen
Gesundheit zu unterstützen**

- Bietet sicheren Halt und ist dennoch einfach zu entfernen
- Entwickelt zur Absorption von Stomaausscheidung und Schweiß zum Schutz Ihrer Haut
- Entwickelt, um die hautschädigenden Auswirkungen von Verdauungsenzymen auszugleichen



Am besten ist natürlich gesunde Haut

Mehr Informationen zum NovaLife TRE Hautschutz unter
www.dansac.ch

Plan • Soft konvex & Konvex • 2-teilig

Lesen Sie vor der Verwendung die Gebrauchsanleitung mit Informationen zu Verwendungszweck, Kontraindikationen, Warnhinweisen, Vorsichtsmassnahmen und Anleitungen.

Das Dansac Logo, NovaLife und TRE sind Markenzeichen der Dansac A/S.
©2021 Dansac A/S



dansac

Operation gehe es permanent bergauf, er habe noch nie am Entscheid gezweifelt. Früher war sein Alltag von ständigen Schmerzen und Sorgen geprägt. «Heute merke ich fast nichts mehr, ich vergesse mein Stoma sogar und kann mich endlich wieder auf mich und mein Leben fokussieren.» Wenn man bedenkt, dass sich auch Wolfgang lange gegen ein Stoma gewehrt hat – sogar von «Stoma ist mein Tod» gesprochen hat – ist diese neue Einstellung umso erstaunlicher. Was er anderen mit auf den Weg geben möchte? «Habt keine Angst vor dem Entscheid, sondern Vertrauen. Der Gewinn ist um einiges grösser als der Verlust von etwas!» Insbesondere sei er froh, dem Hamsterrad aus Therapien und Medikamenten entkommen zu sein.

Mit der Selbständigkeit kommt die Freude

Drei Monate nach der Stoma-OP wagte Wolfgang seine erste Velotour. So oft er nur kann, tankt der gebürtige Deutsche Energie im Schwarzwald und im Berner Oberland. Bis vor Kurzem wäre dies noch mit grosser Unsicherheit verbunden gewesen. «Meine Krankheit und die ständige Angst haben mich sozial komplett isoliert.» Seit der Stoma-Operation steht ihm die Welt wieder offen. Nun setzt sich der aktive Mann laufend neue, kleine Ziele: vorher waren so viele Barrieren, jetzt gibt es keine Grenzen mehr!»

Anita Steiner Kommunikation



Ein regionaler Betrieb.

druckerei **ruchag**



Worblentalstrasse 28
3063 Ittigen
031 921 11 16
mail@ruchdruck.ch
ruchdruck.ch

STOMOCUR®

Die neuen Ileostomiebeutel mit „Safe and Easy“ Auslass, für noch mehr Sicherheit und Komfort

- » Noch einfachere Bedienung
- » Bessere Reinigung durch einhändige Bedienung
- » Erhöhtes Sicherheitsempfinden
- » Verbessertes Design



Modifiziertes Verschlusssystem



Nur noch 2-maliges Falten
des Auslasses



Sicherer Verschluss



Möglichkeit, den Auslass hinter
dem Vlies zu platzieren



Neuer Auslass



Einfacheres Reinigen durch
einhändiges Öffnen

Erfahrungsbericht

Flugreise ans Meer mit Colostoma

Vor etwas mehr als 2 Jahren erwachte ich aus der Narkose und hatte unerwartet wie unangekündigt ein Fistelstoma auf meiner Brust.

Lange Zeit hatte ich Mühe, dies zu akzeptieren.

Die Stomaversorgung war und ist, durch die Fistel, sehr aufwendig und eigentlich nur im Liegen sicher möglich.

Ferien, Flugreisen, Schwimmen im Meer oder Pool schrieb ich vorsorglich schon ab – die Probleme, Umstände erschienen mir zu gross. Trotzdem kaufte ich mir nach etwa einem halben Jahr einen Neopren-gürtel nach dem Motto: Man kann ja nie wissen und vielleicht brauche ich den Stomaschutz ja auch mal in der Badewanne. Trotzdem, ich getraute mich nie, diesen zu gebrauchen oder gar ins Schwimmbad zu gehen.

Als diesen Sommer die Corona Fallzahlen stark zurückgingen, überkam mich eine starke Sehnsucht nach Meer, Schwimmen im Meer und Reisen überhaupt wie seit Jahren nicht mehr. Aber wie soll das vor sich gehen; so viele Fragen beschäftigten mich?

1. Wie geht die Entleerung im Flugzeug; der Austritt ist ja gleich unterhalb der Rippenbogen?
2. Was, wenn der Beutel undicht wird im Flugzeug, ich kann ihn ja nur liegend wechseln.



3. Was für Stomamaterial darf ich mit ins Flugzeug nehmen?
4. Wie gelange ich reibungslos und zügig durch die Sicherheitskontrolle am Flughafen?
5. Wie geht das mit dem Neoprengürtel, werde ich zum Schau- oder Belustigungsobjekt für die anderen Badegäste?

Trotz all den Fragen buchten wir 14 Tage Urlaub auf Kreta, das wollte ich ausprobieren!

Um meine Fragen und steigende Unruhe zu beruhigen, unternahm ich folgende Abklärungen vor Reiseantritt:

1. Ich erinnerte mich im «Ilco Büchlein über Ernährung nach Stoma und Darmoperation» gelesen zu haben, dass mit dem Medikament Loperamid Darmruhe für mehrere Stunden erreicht werden kann. Also los zum Hausarzt und ich erhielt eine Packung Loperamid. Eine Woche vor dem Abflug probierte ich es mit Einnahme von 2 Tabletten aus und siehe da: Ich hatte für ca. 6 Stunden absolute Ruhe.
2. Weitere Sicherheit brachte mir ein kurzfristig anberaumter Besuch bei meiner

Stoma na und-Produkte bei spiess+kühne

Die selbst entwickelten Stomabandagen, Stomagürtel, Stomabeutel Überzüge, Stoma Dessous, Neoprenbandagen, Neoprengürtel, Funktionsgürtel und Stomaunterwäsche wurden von einer Stomaträgerin entworfen, am eigenen Leib getestet und immer weiter verbessert.

Die bewährten Produkte eignen für besondere Anlässe, wie z. B. Schwimmen, Sport und intime Momente und geben ein sicheres Gefühl und einen angenehmen Tragekomfort. Die einfache und unkomplizierte Handhabung beim Anlegen, Tragen und Leeren kann den Alltag mit einem Ileo-, Colo- und/oder auch Urostoma erleichtern und zudem die Bauchdecke entlasten.

Sämtliche Produkte aus dem Bereich Stoma und Inkontinenz sowie Wundversorgung können bequem per Telefon bei unseren qualifizierten Mitarbeiterinnen bestellt werden. Je nach Wunsch können die Artikel in unseren Sanitätshäusern abgeholt oder diskret verpackt direkt nach Hause geliefert werden. Die Abrechnung erfolgt in den meisten Fällen direkt mit den Krankenkassen.

Scannen Sie den QR-Code für die Stoma na und Broschüre und die Preisliste.



*Es sind die schönen Erlebnisse,
die unser Leben lebenswert machen.*

Stoma- und Inkontinenz-Service

Gerne bedienen wir Sie persönlich in unseren Niederlassungen und liefern diskret und portofrei nach Hause

St.Gallen | Chur | Kreuzlingen | Rapperswil | Winterthur

spiess-kuehne.ch

Stomaberaterin. Sie konnte mir wieder einmal ein paar Tricks vermitteln, wie ich die Narbenkanäle neben dem Austritt zusätzlich dichten und ausebnen könne, um einen zusätzlich modellierbaren Hautschutzring möglichst gleichmäßig ankleben zu können. So sollte die Versorgung über mehrere Tage dicht bleiben.

3. Betreffend dem Stomamaterial im Flugzeug (für den Notfall) verschaffte ich mir im Internet einen Überblick aller Gegenstände, für die aus Sicherheitsgründen besondere Regelungen gelten. In meinem Handgepäck führte ich dann einen bereits zugeschnittenen Beutel, Dichtpaste, einen modellierbaren Hautschutzring, Ringsegmente zur Abdichtung und Ausebnung der Narbeneinbuchtungen, elastische Fixierstreifen sowie Reinigungs- und Pflegetüchlein mit.

Mit all den Abklärungen verging die Zeit sehr schnell und ich stand am Reisetag nervös und das erste Mal mit dem Stoma vor der Sicherheitskontrolle am Flughafen. Natürlich piepste es beim Durchgang durch den Kontrollbogen und ich wurde zurückgeschickt. Der Gedanke, jetzt bloss keine Nervosität zeigen oder Schweissperlen zu bilden, ging es mir durch den Kopf. Es piepste auch beim zweiten Mal. Aber warum eigentlich? Der Gürtel am Beutel ist ohne Metall, der Beutel selbst aus Plastik und trotzdem legte ich mir wohl unbewusst bereits eine Erklärung zum Stoma zu recht, welche ich gleich kommunizieren wollte.

Alles Papperlapapp, es war die Schnalle des Hosengürtels. Die war aus Metall und ohne Gürtel piepste es auch nicht mehr. Fragen zum Stoma, dem Beutel, oder was sich darin befinden könnte, wurden mir keine gestellt. Den Stomapass brauchte ich auch nicht zu zeigen. Hatten die mein Stoma überhaupt bemerkt?

Die folgenden 3 Stunden Flug verliefen völlig problemlos. Seit dem Loperamid nach dem Frühstück war mein Darm inaktiv. Einzig die Flugzeugtoilette war wirklich klein und hätte eine neue Stomaversorgung wohl verunmöglicht. Abends, nach dem Dinner im Hotel, begann dann auch mein Darm wieder ganz sanft zu arbeiten.

Wir erwachten anderntags durch das Rauschen des Meeres. Sofort erwachte auch mein Bedürfnis nach einem Bad im Meer, aber ...

Über dem Stoma Beutel legte ich den Neoprengürtel an. Das ging ganz einfach dank dem Klettverschluss und dem Loch für die Innentasche des Beutels. Darüber ein T-Shirt und ab ging es an den Sandstrand.

Vor lauter Eile und Ungeduld vergass ich die Sonnencreme. Aber bereits zur Mittagszeit wurde ich durch meine krebsroten Arme und Beine daran erinnert. Nach einer Weile überwand ich meine Hemmungen, entledigte mich des T-Shirts und ging Richtung Ufer. Verstohlen schaute ich nach Gaffern oder Badenden, die auf mich zeigten.



Recognising Salts research
into healthy stoma skin



DERMATOLOGICALLY
ACCREDITED



MIT EXTRAKT AUS
ALOE VERA



Gibt Ihnen Vertrauen

Die Confidence Natural Produktlinie von Salts Healthcare hat eine einzigartige Hautschutzplatte, die sich perfekt dem Körper anschmiegt.

- ▶ Einzigartige 5 Seiten Flexifit® Hautschutzplatte, die sich passgenau den Körperkonturen anfügt
- ▶ Mit Aloe Vera Extrakten versetzt, die auf natürlichem Weg helfen, die Haut zu beruhigen und zu schützen
- ▶ Gute Haft- und Absorptionsfähigkeit die hilft, Leckagen zu vermeiden und eine längere Tragezeit zu ermöglichen

**Fragen Sie Ihre Stomaberatung
nach Mustern oder kontaktieren
Sie uns für weitere Informationen:**

T: 044 775 33 44

E: info@morani.ch

W: www.morani.ch

 **salts** **morani** *medical*
HEALTHCARE



© Eingetragene Marken von Salts Healthcare Ltd. © Salts Healthcare Ltd 2021. Produkte und Marken von Salts Healthcare Ltd sind durch britische und ausländische Patente, eingetragene Warenzeichen und Marken geschützt. *Im Vergleich zu früheren Hydrokolloiden von Salts Healthcare. Daten gespeichert bei Salts Healthcare. Weitere Informationen finden Sie unter www.salts.co.uk. 08/21

Aber im Gegenteil, ich war beinahe enttäuscht, denn niemand schenkte mir oder meinem Aussehen die geringste Notiz.

Was war ich doch für ein Angsthase, was bildete ich mir da alles ein, das war echt problemlos und das Schwimmen im Meer konnte ich nach Jahren der Abstinenz richtig geniessen – so schön und angenehm warm.

Natürlich wurde der Stoma Beutel unter dem Neopren Gürtel nass. Dann zog ich zwischenzeitlich den Gürtel unter dem T-Shirt ab und im Handumdrehen war der Beutel wieder trocken. Die Stoma Versorgung hielt übrigens durchschnittlich

3 Tage dicht und trotzte Wasser, Hitze, Schweiss und gutem Essen.

Jetzt sind wir schon längst wieder zurück. Die Heimreise verlief ebenso einfach. Alles funktionierte wie zu Hause, problemlos! Das Einzige, was ich bedaure: Das hätte ich schon viel früher wagen sollen, denn die Lebensfreude ist grenzenlos und der Zusatzaufwand für das Reisen ist eigentlich minimal. Also auf zum nächsten Mal!

Peter Derrer
Sekretariat, ilco Schweiz

all4care

MEHR LEBENSQUALITÄT
DURCH GENAU AUF SIE
ABGESTIMMTE PRODUKTE

- ➔ Inkontinenz - und Stoma-Versorgung
mit allen Herstellern und allen Produkten
- ➔ Lieferung portofrei direkt zu Ihnen nach Hause
- ➔ Individuelle Instruktion und Beratung



tel: 058 255 12 33
fax: 058 255 12 32



info@all4care.ch
all4care@ovan.ch
www.all4care.ch



all4care ag
Route du Verney 18
CH - 1070 Puidoux

»Auf SenSura® Mio
kann ich mich immer
verlassen, denn es
passt einfach zu mir.«

Deidre O'Conner, SenSura® Mio Anwenderin



MACHEN SIE
JETZT DEN
BODYCHECK

Die richtige Passform macht den Unterschied...

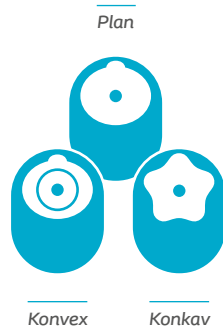
... und ist der Schlüssel zum Schutz vor Undichtigkeiten und Hautproblemen. Jeder Stomaträger ist einzigartig und benötigt eine auf seine Bedürfnisse abgestimmte Versorgung. Der Body-Check von Coloplast hilft Ihnen, die richtige Stomaversorgung zu finden und – bei regelmässiger Wiederholung – Veränderungen an Ihrem Körper rechtzeitig entgegenzuwirken.

Mit dem umfangreichen SenSura® Mio Sortiment haben wir für Sie die optimale Lösung. Die besonderen Hautschutz- und Basisplatten passen sich, dank der BodyFit Technologie, zu jeder Zeit Ihren Körperformen und Bewegungen an. Dadurch bieten sie einen dauerhaft sicheren und komfortablen Halt. *Für ein gutes Bauchgefühl – zu jeder Zeit.*

Haben Sie die richtige Versorgung?

Machen Sie jetzt den BodyCheck: www.coloplast.ch/bodycheck

Weitere Informationen erhalten Sie über unser kostenfreies ServiceTelefon 0800 777 070 oder im Netz unter www.coloplast.ch.



SenSura® Mio



Ihre Meinung ist Coloplast wichtig



Der Medienkonsum ist schon länger im Wandel. Die aktuelle Corona-Pandemie wirkt dabei wie ein Katalysator auf die Digitalisierung und beschleunigt diese noch mehr. Doch wie stark nutzen Sie in Gesundheitsthemen diese digitale Welt?

Coloplast will herausfinden, ob die Digitalisierung auch bei Ihnen an Bedeutung zugenommen hat. Sie können uns dabei helfen, indem Sie bei dieser 10-Minuten-Umfrage teilnehmen. Die Umfrage ist anonym. Ihre persönliche Meinung zählt.

Für jede Umfrage spendet Coloplast einen Betrag an die Ilco. So unterstützen Sie Ihre Ilco. Sie möchten nicht spenden? Dann können Sie als Alternative ein kleines Geschenk auswählen.

Jetzt mitmachen unter:
<http://de.coloplast.ch/media>

Coloplast bedankt sich schon jetzt ganz herzlich für Ihre Teilnahme.

Ein Ort zum Reden im Känguru-Land

Nach einem Jahr virtueller Treffen in der Westschweiz via «Zoom» sind wir nun endlich wieder persönlich in Yverdon. Nathalie und Marie-Claude erkundigen sich zu Beginn des Treffens nach dem Wohlbefinden der Anwesenden. Nach einer kurzen Erinnerung an die Regeln, werden 3 Themen von den Teilnehmern vorgeschlagen.

Das erste Thema wird von der Mehrheit der Teilnehmer gewählt:

Wie teilen wir mit, dass wir Stomaträger sind, wem teilen wir es mit, was hat uns dazu gebracht, es zu sagen oder uns zurückzuhalten? Wie haben wir uns darüber verständigt, dass wir Stomaträger sind?

Die anderen Themen können in einer künftigen Gesprächsgruppe erneut vorgeschlagen werden.

Die betroffene Person erhält das Wort, um ihre Situation zu erläutern:

Zwischen dem Zeitpunkt, an dem sich die Situation verschlechterte, und der Entscheidung, die Operation durchzuführen, ging alles sehr schnell. Meine Lebensqualität hat sich völlig verschlechtert. Es gab keine andere Lösung. Der erste Schritt war, das Stoma zu akzeptieren, um meine Lebensqualität zu verbessern.

Dabei bin ich auf zwei grosse Schwierigkeiten gestossen.



Ich wusste nicht, was ein Stoma ist, und ich dachte, andere wüssten es auch nicht. Ich wusste nicht, wie sie auf meine Ankündigung reagieren würden.

Würden sich die Menschen an dem Geruch stören?

Zunächst beschloss ich, es nur denjenigen zu sagen, die mir am nächsten stehen.

Je mehr Zeit verging, nun sind es fast 2 Jahre, desto mehr gewöhnte ich mich an die Situation, und desto mehr teilte ich sie (mit mehr Menschen als ich dachte).

Ich bin seit 45 Jahren bei den Samaritern tätig, mit allem was dazugehört. Ich habe keine Schwierigkeiten, mich zu äussern und mitzuteilen; ich habe sogar alle meine Ärzte (und es gibt viele) darüber informiert, dass ich eine Informationsperson sein könnte; aber was mich selbst und meinen Bekanntenkreis betrifft, weiss ich nicht, wo ich stehe, im Sinne von: wie informieren? wen? warum?

«Ich muss wissen, wie andere es gemacht haben.»

Bei diesem Austausch wurden viele Ideen geäussert:

- Sich frei fühlen, darüber zu reden

- So weit wie möglich sicherstellen, dass die Menschen in meinem Umfeld diese Nachricht akzeptieren können
- Seien Sie auf die Reaktionen der Menschen vorbereitet (Abscheu, Mitleid, Verständnis, Anerkennung einer besseren Lebensqualität ...)
- Bekanntmachung im Rahmen eines Jobs mit zwei verschiedenen Reaktionen
 - a) den Draht zu den anderen verlieren, als krank angesehen zu werden
 - b) eine Superfrau zu sein, diese beiden Reaktionen passten ihr nicht, weil sie nicht der Realität entsprachen.
- Gespräch mit den Kollegen, die im gleichen Büro arbeiten, um die Geräusche, die vom Stoma kommen könnten, zu erklären und zu klären. Es wird klargestellt, dass diese Geräusche keinen Geruch haben, da der Beutel im Gegensatz zu ihnen einen Filter hat.
- Sagen Sie es allen, und wenn die Leute Bemerkungen machen, ist mir das egal, denn der Beutel ist LEBEN.

- Passen Sie sich den vorherrschenden Ansichten ihres Berufs an, den Besonderheiten der Sportarten, die Sie ausüben, der Angst und dem Ekel, die Sie vermitteln können. Wenn Sie die Situation akzeptiert haben und gelassen sind, werden Sie nicht mehr von der Angst geleitet, übertragen sie nicht mehr, sondern managen sie.
- Je öfter ich es sage, desto mobiler bin ich und desto weniger Einschränkungen habe ich.
- Wenn ich Sport treibe oder reise, sage ich es den Leuten, die mich begleiten, und ich fühle mich freier.

Die Vortragende bedankte sich bei den Teilnehmern für alle Anregungen, die es ihr ermöglichen, gelassen weiterzumachen, wobei sie sich bewusst ist, dass es schwierig sein kann, zuzuhören. Sie war berührt von der Qualität der Interventionen und von der Stimmung, in der trotz der ernststen Situation viel gelacht wurde.



Wir freuen uns, dass wir uns «im wirklichen Leben» getroffen haben und dass einige von uns in Worte fassen konnten, was sie fühlen.

Nathalie und Marie-Claude
die Moderatorinnen dieser
Känguru-Gesprächsgruppe

Diese Diskussionsforen stehen allen offen (Stomaträger, zukünftige Stomaträger, Familienmitglieder oder Freunde von Stomaträgern usw.).

Die einzigartige Kombination aus Passform und Hautschutzmixtur

die Sie verdienen - von Anfang an.



Der zweiteilige soft konvexe CeraPlus Hautschutz mit Remois Technologie*:

Der 2-teilige, soft konvexe CeraPlus Hautschutz wurde entwickelt um:

- eine angenehme Passform zu ermöglichen
- dabei zu unterstützen, Unterwanderungen zu vermeiden
- die Erhaltung einer gesunden Haut zu unterstützen



Weitere Informationen unter www.hollister.ch

Lesen Sie vor der Verwendung die Packungsbeilage, um Informationen zu Verwendungszweck, Kontraindikationen, Warnhinweisen, Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen zu erhalten.

Das Hollister Logo, CeraPlus und «Gesunde Haut. Gute Aussichten.» sind Markenzeichen von Hollister Incorporated. Alle anderen Markenzeichen und Urheberrechte sind das Eigentum ihrer jeweiligen Inhaber. © 2021 Hollister Incorporated.



*Remois ist eine Technologie von Alcare Co., Ltd.

Sammelstelle für Stoma-Spendenmaterial

Habt ihr Stomamaterial (Beutel, Platten, Pflegeprodukte etc.), die ihr nicht mehr benötigt? Dann spendet diese Stomaartikel und helft damit bedürftigen Personen.



Bedingungen:

- Keine verfallenen Waren zurücksenden. Diese müssen selbst entsorgt werden.
- Ware wird ausschliesslich in Originalverpackung angenommen.
- Lose Artikel können nicht weitergegeben werden und müssen selbst entsorgt werden.
- Porto zahlt Absender
- Absender muss angegeben werden mit Name, Vorname und Adresse
- für karitative Zwecke

Lieferadresse:

Publicare AG
«NGO»
Vorderi Böde 9
5452 Oberrohrdorf

Herzlichen Dank!

ilco Schweiz, wichtige Termine 2022

Es ist geplant im Oktober 2022 ein Stomatag durchzuführen

HUESKES
ORTHOPÄDIE



Wir gehen mit einem
Künstlichen Darmausgang
natürlich um.

Schlüsselbestellung

Im Sinne der Hilfe zur Selbsthilfe soll der Schlüssel ausschliesslich an dauernd Behinderte und nicht an Institutionen, temporäre Betreuer usw. abgegeben werden.

Nur die nachfolgend dargestellte persönliche Abgabe ermöglicht den Schutz der für Sie wichtigen Anlagen vor Missbrauch. Der Schutz Ihrer persönlichen Daten ist garantiert, eine anderweitige Verwendung ausgeschlossen.

Eine autorisierte Abgabestelle **eurokey.ch** (wie z. B. ilco Schweiz) beurteilt in der persönlichen Identifikation, ob eine Person die Abgabevoraussetzungen erfüllt. Dies geschieht mittels Angabe der AHV-Nummer bei der Bestellung.

Der Schlüssel zu Toiletten und Liften in Europa. Exklusiv für Menschen mit Behinderungen.

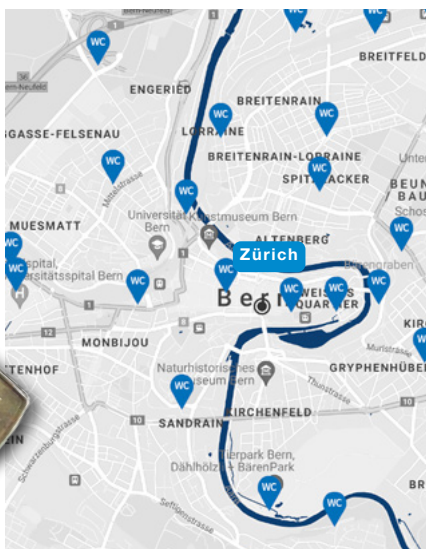
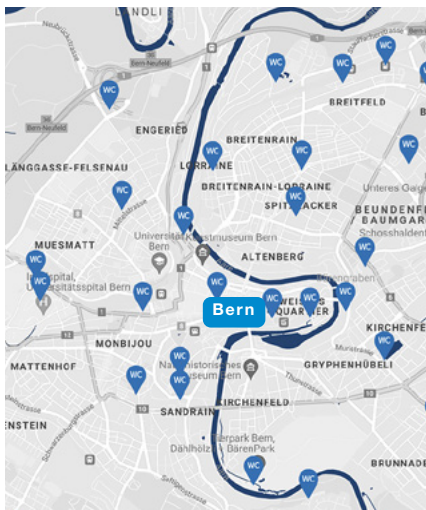
Eine Dienstleistung der ilco Schweiz in Zusammenarbeit mit Pro Infirmis.

Bestellungen an:

ilco Schweiz
Peter Derrer
Oberdorfstr. 20/b
9512 Rossrüti
Telefon +41 77 418 33 40
E-Mail: info@ilco.ch



Alle Standorte
der sanitären
Anlagen in der
Schweiz unter:



SE FOURNIR **AISEMENT** A LA MAISON

Nous vous livrons tous les produits pour la stomathérapie dans toute la Suisse, franco de port et les facturons directement à votre caisse maladie.

Rapides, discrets et compétents.

Nous sommes à votre écoute en tout moment, votre bien-être est au centre de notre travail.



Mediq Globomedica homecare

Gewerbestrasse 12 | 8132 Egg

Téléphone gratuit 0800 810 808 | Fax 044 986 21 65

homecare@globomedica.ch | www.globomedica.ch

Avant-propos du président



Chères lectrices, chers lecteurs,
L'été jusqu'à présent pluvieux a été marqué par les inondations et la situation toujours incertaine autour du coronavirus.

Malgré l'assouplissement, la situation est très difficile. Les événements et les réunions de groupes de discussion ont repris dans les différents groupes régionaux. Certains ont organisé leurs assemblées générales par écrit.

Le samedi 7 août 2021, ilco Suisse a tenu sa conférence des présidents à Olten, dans un planning très serré. Les présidentes et présidents des 13 groupes régionaux ont été informés de la fusion.

Quelle est la suite des événements ?

Entre le 7 août et le 30 octobre, la plupart des groupes régionaux suisses tiennent leurs assemblées générales. Lors de ces réunions, les membres sont informés de la fusion et de ses avantages. 13 asso-

ciations deviennent une seule association pour les bienfaits du stomisé. Bien sûr, l'approbation de la fusion serait souhaitable.

Osons franchir ce pas important. C'est la seule solution pour le bien de nos membres, de leurs proches et des stomathérapeutes, également pour l'avenir.

Comme il est de coutume, je termine mon avant-propos en renouvelant une fois de plus mon appel à contribution avec des sujets intéressants pour ce bulletin.

J'espère que vous prendrez plaisir à lire ce nouveau bulletin et je vous souhaite un merveilleux automne, un hiver doux et paisible, de belles et heureuses fêtes de fin d'année et une excellente entrée dans la nouvelle année.

Prenez soin de vous !

Peter Schneeberger
Président ilco Suisse

Vous pouvez commander notre

Lexique de la stomie

sous info@ilco.ch ou par téléphone 077 8418 33 40



PRENDS TON TEMPS

eakin
dot®

C'est possible avec les poches eakin dot® 1-pièce – une nouvelle gamme respectueuse de la peau qui **reste en place sûrement et plus longtemps...**

... pour vous puissent en profiter pour sortir plus longtemps



Essayez les **NOUVELLES** poches eakin dot® 1-pièce vidable avec l'hydrocolloïde *skinsmart*™

Contactez-nous pour recevoir des échantillons
056 484 15 00 ou visitez www.publicare.ch



publicare

Enfin de nouveau libre et indépendant

Entretien avec Wolfgang Göbel, membre de Crohn Colite Suisse et porteur d'une stomie depuis peu

Le diagnostic d'une colite ulcéreuse, des années de traitement avec des médicaments, de puissants effets secondaires, des séquelles durables du fait de la thérapie à la cortisone et la recherche désespérée d'un moyen de guérison, Wolfgang Göbel était au plus mal. L'isolement et la dépression sont venus s'ajouter aux douleurs et à l'incontinence. Pendant longtemps, Wolfgang, 54 ans, s'est opposé à la pose d'une stomie. Aujourd'hui, il considère sa décision comme une seconde naissance.

Nous avons pris connaissance des principales données médicales par téléphone. Une fois de plus, nous nous sommes demandé comment un homme pouvait supporter tout cela ! Et, c'est un réflexe humain, nous nous sommes fait une idée préconçue de la personne que nous allions interviewer. La surprise a été d'autant plus belle : c'est un homme séduisant et rayonnant qui nous a accueillis à Zuchwil. Wolfgang Göbel respire visiblement la joie de vivre.

Comment tout a commencé

En 1998, Wolfgang consulte son médecin car il a découvert du sang dans ses selles. Le diagnostic tombe : colite ulcéreuse. « J'ai appris que je devais à présent prendre des médicaments à vie, cela m'a fait un choc »,



Foto: Bruno Ruffa

se souvient le natif de Francfort. Pendant presque huit ans, il réussit à maîtriser la maladie avec des moyens relativement simples. Mais après une forte poussée, les médicaments n'ont plus aucun effet. Il doit alors suivre un traitement à base de cortisone ...

« Par la suite, dans les années 2006 à 2010, la dose n'était plus raisonnable. » Wolfgang est pensif. Pas étonnant qu'une grande partie de ses problèmes est liée à ce traitement. « Il s'avère que la cortisone a provoqué chez moi l'ostéoporose, entraînant une fracture des vertèbres cervicales et thoraciques. Mes douleurs étaient quotidiennes. »

Wolfgang souffre aussi de graves troubles du sommeil, il fait de la rétention d'eau dans les jambes et doit prochainement être opéré de la cataracte. Le traitement de Wolfgang a-t-il aussi eu des répercussions sur le plan psychique? « Oui, la cortisone agit comme une drogue. Elle a changé mon caractère, elle me rendait agité et agressif. »

Repartir de zéro

Le sevrage de la cortisone a eu lieu d'un coup à l'hôpital et a déclenché d'intenses périodes de dépression chez Wolfgang. « J'avais l'impression d'être deux personnes

en une seule. Mon corps était épuisé, mon esprit pleinement éveillé. » Mais il a fallu repartir de zéro car l'inflammation touchait la totalité de son côlon. Wolfgang a de nouveau testé tous les médicaments possibles, il a participé à toutes les études qu'il pouvait trouver et a dépensé plusieurs milliers de francs dans des méthodes thérapeutiques alternatives. « Mon estomac était totalement en vrac, un ulcère s'est développé dans tout mon intestin! »

« On se raccroche à la moindre lueur d'espoir et on essaie tout pour retrouver la santé. »

« J'avais tout simplement de la poisse »

Wolfgang souligne que l'évolution de sa maladie n'était pas courante. Les interventions chirurgicales qu'il a subies ressemblent à une odyssée : l'opération inévitable a eu lieu en 2016. Le séjour à l'hôpital qui devait initialement durer dix jours a finalement duré neuf mois : six à l'hôpital et les trois derniers mois dans un centre de rééducation fonctionnelle. Une stomie provisoire a été posée. Comme son intestin grêle était trop court et devait être séparé de la paroi abdominale, des micro-orifices se sont formés, du liquide a pénétré dans le bassin et des fistules se sont formées. « J'avais terriblement peur de la stomie définitive! »

Il fallait trouver une solution de toute urgence car Wolfgang ne pesait plus que 55 kilos et avait des idées de suicide. Suite à d'innombrables complications, il a dû subir onze opérations au total; on lui a retiré la totalité de son côlon. Wolfgang était alimenté artificiellement et devait être réveillé toutes les

deux heures pour vider la stomie provisoire. Pendant cette période, Wolfgang a souffert d'un prolapsus, c'est-à-dire que la partie inactive de sa stomie a formé une protubérance. « J'étais en panique et j'étais écœuré par mon propre corps! » Avec le recul, il a vécu cela comme un traumatisme, il ne pouvait pas se regarder et pleurait très souvent.

La pose d'une stomie: une décision en toute connaissance de cause

La souffrance était devenue insupportable. Wolfgang s'est penché de manière intensive sur sa situation. « La pose d'une stomie définitive a été l'une de mes meilleures décisions. » Encore aujourd'hui, on peut voir ce sentiment de soulagement chez Wolfgang. Il y a un an, le lendemain de son anniversaire, la stomie provisoire a été retirée et une stomie définitive a été posée. Wolfgang a senti le changement immédiatement après l'opération. « Incroyable, j'ai dormi neuf heures! J'étais à la fois très fier et soulagé. J'avais réussi, j'allais enfin pouvoir aller de l'avant! » Dix jours après l'opération, il rentrait chez lui, il a eu besoin du soutien de Spitex seulement à cinq reprises et a ensuite lui-même assuré ses soins. « Je voulais enfin être de nouveau libre et indépendant. » Depuis, il va de mieux en mieux. Wolfgang rayonne quand il raconte son histoire: « J'ai beaucoup souffert. Je peux enfin profiter de la vie, sereinement. J'ai de nouveau de l'énergie et de la force, j'ai de l'appétit, je peux organiser activement mes loisirs et je roule même en Harley. » Il apprécie beaucoup cette indépendance retrouvée. De même, il ne craint plus les problèmes d'incontinence pendant les trajets en voiture ou en bus.

«C'est étonnant de voir que le corps réagit lorsque la poche est pleine.»

Le travail comme source de motivation

Depuis 2010, Wolfgang est responsable des services de construction dans une entreprise de transport. « J'ai toujours travaillé, même quand je n'allais pas bien, le travail m'aidait à supporter tout ce que j'endurais. » Cela a toujours été le cas jusqu'à ce que Wolfgang devienne pratiquement incontinrent. Wolfgang apprécie beaucoup la tolérance et la serviabilité dont son chef et son équipe ont fait preuve. « J'ai eu énormément de chance, l'entreprise m'a soutenu jusqu'au bout et mes collègues m'ont régulièrement rendu visite à l'hôpital. » Un soutien très important, qui l'a aidé à avoir une meilleure estime de lui et à croire en son avenir. Neuf mois après son opération, il a repris le travail avec un taux d'occupation de 30 %. Environ 15 mois après la dernière intervention, Wolfgang travaillait de nouveau à temps plein.

« Tu n'es pas seul »

« Sincèrement: je n'aurais jamais cru que cela me serait utile. Mais les articles dans le magazine de Crohn Colite Suisse m'ont tellement aidé! Ils me donnaient le sentiment que je n'étais jamais seul. Et c'est précisément pour cela que je donne cet interview aujourd'hui. » Wolfgang qualifie de « saut quantique » le séminaire à Nottwil : il avait d'abord beaucoup d'appréhension et ne voulait pas participer car il craignait de ne rencontrer que des «malades». « Cela a été l'une de mes plus belles expériences,

nous étions comme une famille, nous étions tous motivés et j'avais vraiment le sentiment d'être entre de bonnes mains. » Wolfgang a d'ailleurs rendu service en retour avec le service de navette qu'il a mis en place lors de la dernière réunion d'information à Aarau.

Être bien informé, c'est essentiel

Avant son opération, Wolfgang se sentait désemparé. « Je n'étais pas assez informé. Je n'avais jamais entendu parler du mot « stomie » auparavant et je ne savais même pas ce que c'était! » Il attache donc d'autant plus d'importance aux discussions ouvertes. À l'hôpital, on attire son attention sur Coloplast. « J'ai reçu de nombreuses documentations sur le thème de la stomie et sur l'entretien de la stomie. On m'a aussi expliqué les différentes possibilités d'appareillage, j'ai vraiment été très bien conseillé! »

Pas étonnant qu'il voulait impérativement participer à la réunion d'information au Marriott à Zurich. Cet événement a eu lieu peu de temps après son opération; s'y rendre a été un véritable défi. « Ma conseillère chez Coloplast, Gabriela Christellis, a été très surprise de voir que j'avais réussi à venir », raconte Wolfgang avec fierté. Mais ses efforts en ont valu la peine. Enfin un endroit où l'on pouvait parler ouvertement de la stomie et Wolfgang était loin d'être un cas isolé. Au stand de Crohn Colite Suisse, Wolfgang a fait la connaissance de Julia Stirnimann (membre du comité). « Lorsqu'elle m'a dit qu'elle portait elle aussi une stomie, je suis tombé des nues. Une stomie ? Vraiment ? Cela m'a donné du courage car elle disait avec enthousiasme qu'elle ne pouvait plus s'en passer. » La ceinture que Wolfgang

Sicherheit

HydroFrame® & HydroFrame® Mini

Für zusätzlichen Komfort und Sicherheit

Pour un maximum de confort et de sécurité

- ◇ Verringert das Leakage-Risiko sogar bei langer Tragezeit

Risque de fuite diminué, même en cas de port prolongé



Nachtdrainagebeutel mit Universal-
konnektor Easi **flo**

*Poche de drainage avec connecteur universel Easi **flo***

- ◇ Sorgt für einen kontinuierlichen Fluss, selbst wenn sich der Beutel in der Nacht dreht oder einknickt

Assure un écoulement continu même si la poche tourne ou se courbe pendant la nuit

Für zusätzlichen Komfort und Sicherheit

Pour un maximum de confort et de sécurité



**Bestellen Sie
jetzt
Gratismuster zum
Testen**



Sécurité

Hyperseal® Washers

Passen sich den Körperkonturen an

S'adapte aux contours du corps



Mit
ka Honig
Ivec
e Manuka

- ◆ Ideal für peristomale Haut mit Haut-
unebenheiten, Fisteln oder Narben-
geweben, um diese auszugleichen und
eine ebene Hautoberfläche zu schaffen



*Idéals pour les zones péristomiales
présentant des imperfections cutanées,
des fistules ou des tissus cicatriciels
afin de les équilibrés et de fournir une
surface cutanée lisse*

Für einen ungestörten
erholsamen Schlaf

*Pour un profond
sommeil reposant*

**Commandez dès
maintenant des
échantillons
gratuits pour tester**



LE SUPPORT CUTANÉ AVEC BAGUE D'ARRÊT
EN ACCORDÉON NATURA™ POUR UN
CONFORT OPTIMAL



Enclenchement audible pour
une **sécurité absolue**



Bague d'arrêt déployée pour une mise
en place **indolore** de la poche



Bord adhésif supplémentaire
pour une **flexibilité maximale**

Obtenez des informations utiles,
sans engagement, par e-mail à l'adresse
convatec.switzerland@convatec.com ou par
téléphone au 0800 | 55 11 10
(du lundi au vendredi : 8 h 30 - 17 h 00)

Commandez
dès maintenant
votre échantillon
gratuit sur
convatec.switzerland@convatec.com

s'est acheté ce jour-là lui offre une sécurité supplémentaire pendant le travail ou lorsqu'il fait du Pilates.

« Je voudrais donner du courage aux autres »

Avec le recul, il estime qu'il aurait pu s'épargner toute cette souffrance. « J'aurais dû me faire opérer bien avant. » Wolfgang souhaite partager son histoire à d'autres malades pour les aider à surmonter leurs propres craintes. Depuis son opération, il va de mieux en mieux, il n'a jamais douté de sa décision. Auparavant, son quotidien était marqué par des soucis et des douleurs permanents. « Aujourd'hui, je ne ressens pratiquement plus rien, j'oublie même que je porte une stomie et je peux enfin penser à moi et à ma vie. » Quand on sait que Wolfgang s'est longtemps opposé à la pose d'une stomie – « La stomie est ma mort » disait-il – cette nouvelle vision des choses est d'autant plus étonnante. Que souhaite-t-il dire aux autres personnes qui sont dans la même situation? « N'ayez pas peur de votre décision, ayez confiance. Il y a plus d'avantages que d'inconvénients ! » Il se réjouit surtout d'être sorti de cette spirale infernale marquée par les thérapies et les médicaments et de se sentir de nouveau bien dans son corps.

**« N'ayez pas peur de la stomie.
Il y a plus d'avantages que d'in-
convénients. »**

Une situation idyllique?

Tout cela semble trop beau pour être vrai. Nous poursuivons nos investigations ...
« Je suis un véritable esthète, j'attache beaucoup d'importance à mon apparence. »
Et il a encore du mal à accepter son corps.
« Mon ventre est difforme. Les cicatrices ont bien guéri, mais elles ont laissé des traces. »
Mais son mental est encore plus fort. « C'est quand on a enduré une telle situation qu'on se rend compte à quel point la vie est belle. Je profite encore plus de chaque moment. »
Et comment cela se passe sur le plan sentimental? « Si je pouvais partager ma vie avec quelqu'un, ce serait formidable. »

Le bonheur passe par l'indépendance

Il y a trois mois, Wolfgang a fait sa première balade à vélo. Dès qu'il le peut, l'Allemand de naissance recharge les batteries dans la Forêt noire et dans l'Oberland bernois. Jusqu'à récemment, de telles sorties auraient été très incertaines. « Ma maladie et ma peur permanente m'ont complètement isolé socialement. » Depuis son opération, le monde s'offre de nouveau à lui. Désormais, Wolfgang, très actif, se fixe en permanence de petits objectifs : il a pris l'avion pour se rendre à Berlin, sa prochaine destination sera Marrakech. « Cela ne fait pas encore un an que j'ai été opéré ... Il y avait tant de barrières avant, aujourd'hui il n'y a plus de limites ! »

Anita Steiner Kommunikation



Recognising Salts research
into healthy stoma skin



DERMATOLOGICALLY
ACCREDITED



AUX EXTRAITS D'ALOE
VERA



Vous donne confiance

La gamme de produits Confidence Natural de Salts Healthcare possède une plaque de protection cutanée unique qui épouse parfaitement le corps.

- ▶ Plaque de protection cutanée unique à 5 faces Flexifit® qui épouse parfaitement les formes du corps
- ▶ Contient des extraits d'aloé vera, qui contribuent naturellement à apaiser la peau et à la protéger
- ▶ Bonne adhérence et capacité d'absorption qui aide à éviter les fuites et permet une durée de port plus longue

**Demandez des échantillons auprès
de votre stomathérapeute ou
contactez-nous pour plus
d'informations:**

T: 044 775 33 44

E: info@morani.ch

W: www.morani.ch

 **salts** **morani** *medical*
HEALTHCARE



© Marques déposées de Salts Healthcare Ltd. © Salts Healthcare Ltd 2021. Les produits et marques de Salts Healthcare Ltd sont protégés par des brevets britanniques et étrangers, des marques déposées et des marques. *Par rapport aux hydrocolloïdes Salts Healthcare précédents. Données archivées chez Salts Healthcare. Vous trouverez de plus amples informations sur www.salts.co.uk 08/21

Rapport d'expérience

Voyage en avion à la mer avec une colostomie

Il y a un peu plus de deux ans, je me suis réveillé de l'anesthésie avec une surprise : une stomie à fistule sur ma poitrine. Pendant longtemps, j'ai eu du mal à l'accepter. A cause de la fistule, les soins de stomie étaient, et sont toujours, très longs et ne peuvent être effectués en toute sécurité qu'en position allongée.

Par précaution, j'ai renoncé aux vacances, aux voyages en avion, et aux baignades en mer ou en piscine – les problèmes dans ces circonstances me semblaient trop importants. Néanmoins, au bout de six mois environ, j'ai acheté une ceinture en néoprène avec la devise suivante : on ne sait jamais, je pourrais en avoir besoin dans la baignoire. Pourtant je n'ai jamais osé l'utiliser ni même aller à la piscine.

Cet été, lorsque le nombre de cas de corona a fortement diminué, j'ai été envahi par une forte envie de mer, de nager dans la mer et de voyager comme je ne l'avais pas fait depuis des années. Comment s'y prendre, tant de questions me préoccupaient ?

1. Comment vider la poche dans l'avion ?
La sortie est juste en dessous de la cage thoracique ...
2. Que se passe-t-il si le sac fuit dans l'avion ? Car je ne peux le changer qu'en position couchée !



3. Quel type de matériel de stomie puis-je emporter dans l'avion ?
4. Comment passer la sécurité de l'aéroport sans encombre et rapidement ?
5. Comment porter une ceinture en néoprène ? Serai-je un sujet d'exhibition ou un sujet d'amusement pour les autres baigneurs ?

Malgré toutes ces questions, nous avons réservé 14 jours de vacances en Crète, je voulais essayer !

Pour calmer mes interrogations et mon anxiété croissante, j'ai entrepris les démarches suivantes avant le départ :

1. Je me suis souvenu avoir lu dans le bulletin d'Ilco « la nutrition après une chirurgie de la stomie et de l'intestin » que le médicament lopéramide peut assurer le repos intestinal pendant plusieurs heures. J'ai donc visité mon généraliste et j'ai demandé de l'opéramide. Une semaine avant le départ, j'ai essayé en prenant 2 comprimés et voilà : j'ai eu une paix absolue pendant environ 6 heures.

2. Une visite chez ma stomathérapeute m'a rassuré davantage. Une fois de plus, elle a pu m'enseigner quelques trucs sur la façon de coller et d'égaliser les canaux cicatriciels à côté de la sortie afin de pouvoir coller un anneau de protection cutanée moulable supplémentaire de façon aussi régulière que possible. Cela devrait maintenir le pansement serré pendant plusieurs jours.

3. En ce qui concerne le matériel de stomie dans l'avion (pour les urgences), j'ai obtenu un aperçu sur internet de tous les articles pour lesquels, pour des raisons de sécurité, des règles spéciales s'appliquent.

Dans mon bagage à main, j'ai ensuite emporté une poche déjà découpée, de la pâte, un anneau de protection cutanée moulable, des segments d'anneau pour coller et niveler les entailles de la cicatrice, des bandes de fixation élastiques et des lingettes de nettoyage et de protection de la peau.

Avec toutes ces clarifications, le temps a passé très vite. Le jour du voyage, j'étais tendu et nerveux avec ma stomie, pour la première fois, devant le contrôle de sécurité de l'aéroport. Cela devait arriver, le portique a émis un bip quand j'ai passé le contrôle et j'ai dû repasser dessous. L'idée de ne pas montrer de nervosité ou de ne pas former de perles de sueur m'a traversé l'esprit. Le portique a aussi émis un bip la deuxième fois. Mais pourquoi en fait ? La ceinture du sac n'est pas en métal, le sac lui-même est en plastique,

et pourtant j'avais déjà inconsciemment pensé l'explication à donner au sujet de la stomie. Rien à voir : le bip était dû à la boucle de la ceinture du pantalon. Elle était en métal et sans la ceinture, cela ne faisait plus de bruit. On ne m'a posé aucune question sur la stomie, la poche ni sur ce qu'elle pouvait contenir. Je n'ai pas eu non plus à leur montrer mon passeport de stomie. Avaient-ils même remarqué cette spécificité ?

Les 3 heures de vol suivantes se sont déroulées sans problème. Depuis la prise de lopéramide après le petit-déjeuner, mes intestins étaient inactifs. Les toilettes de l'avion étaient vraiment petites et auraient probablement rendu impossible la pose d'une nouvelle poche.

Le soir, après le souper à l'hôtel, mes intestins ont recommencé à fonctionner tout doucement.

Nous nous sommes réveillés le lendemain avec le bruit de la mer. J'ai immédiatement ressenti le besoin d'aller me baigner, mais ...

J'ai mis la ceinture en néoprène par-dessus la poche. C'était très facile grâce à la fermeture velcro et au trou intérieur pour la poche. J'ai mis un T-shirt par-dessus et je suis allé sur la plage de sable.

J'étais tellement impatient et pressé que j'en ai oublié la crème solaire. A l'heure du dîner mes bras et mes jambes rouges écrevisse me l'ont rappelé.

Au bout d'un moment, j'ai surmonté mes inhibitions, j'ai enlevé mon T-shirt et j'ai marché vers le bord de mer. Furtivement, j'ai cherché à repérer les badauds ou les

baigneurs qui me pointaient du doigt. J'étais presque déçu, car personne ne prêtait la moindre attention à moi ou à mon apparence. J'étais une vraie poule mouillée, qu'est-ce que j'imaginai, ce n'était vraiment pas un problème et je pouvais vraiment apprécier de nager dans la mer après des années d'abstinence – si agréable et agréablement chaude. Bien sûr, la poche a été mouillée sous la ceinture en néoprène. Entre-temps, j'ai retiré la ceinture sous mon T-shirt et la poche était à nouveau sèche en un rien de temps. Au fait, la poche a collé en moyen-

ne 3 jours et a défié l'eau, la chaleur, la sueur et la bonne nourriture. Maintenant, nous sommes rentrés depuis longtemps. Le voyage de retour a été tout aussi facile. Tout a fonctionné comme à la maison, sans aucun problème ! La seule chose que je regrette : j'aurais dû oser le faire beaucoup plus tôt, car cette joie de vivre est bonne à vivre et l'effort supplémentaire pour voyager est en fait minime. Alors aux prochaines vacances !

Peter Derrer
Secrétariat, ilco Suisse

Point de collecte de matériel de stomie pour des dons caritatifs

Avez-vous du matériel de stomie (poches, plaques, produits de soins) dont vous n'avez plus besoin ? Donnez ces articles et aidez les personnes dans le besoin.



Conditions :

- Ne renvoyez pas les produits périmés. Merci de les éliminer par vos propres soins.
- Les marchandises ne sont acceptées que dans leur emballage d'origine, ceci pour des raisons de sécurité sanitaire.
- Les articles isolés, ouverts, ne peuvent être transmis et nous vous remercions de les éliminer par vos propres soins.
- Frais de port payés par l'expéditeur
- L'expéditeur doit mentionner son nom, son prénom et son adresse.
- à des fins caritatives

Adresse de livraison :

Publicare AG
« NGO »
Vorderi Böde 9
5452 Oberrohrdorf

Merci beaucoup de votre soutien !

Un espace de parole au pays des kangourous

Après une année de rencontres romanesques virtuelles par « Zoom », nous revoilà enfin en présentiel à Yverdon. Nathalie et Marie-Claude débutent l'animation par une prise de température intérieure. Après un bref rappel des règles, 3 sujets sont proposés par les participants.

C'est le premier sujet qui est choisi par la majorité des participants :

Comment annoncer que l'on est stomisé, à qui l'annoncer, qu'est-ce qui nous a poussé à le dire ou retenu ? Comment avons-nous communiqué sur le fait d'être stomisé ?

Les autres sujets pourront être proposés à nouveau lors d'un prochain espace de parole.

La parole est donnée à la personne concernée pour qu'elle puisse expliciter sa situation :

« Entre le moment où la situation s'est dégradée et la décision de faire l'opération, tout s'est passé très vite. Ma qualité de vie s'est complètement dégradée. Il n'y avait plus d'autre solution. Le premier pas a été d'accepter la poche pour améliorer ma qualité de vie.

J'ai rencontré deux difficultés majeures : Moi, je ne savais pas ce qu'était une poche et je me disais que c'était aussi le cas pour les autres. Et je ne savais pas comment ils allaient réagir à mon annonce.

Est-ce que les gens allaient être dérangés par les odeurs ?

Au début, j'ai décidé que je ne le disais qu'à mes proches.

Plus le temps passe, bientôt 2 ans, plus je m'acclimate à la situation, et plus je le partage (avec plus de personnes que je ne le pensais).

J'ai pratiqué pendant 45 ans les Samaritains et tout ce qui va autour, je n'ai pas de difficultés à parler et à partager ; j'ai même informé tous mes médecins (et ils sont nombreux) que je pouvais être une personne ressource ; mais en ce qui me concerne, et avec mes cercles de connaissances, je ne sais pas où j'en suis, dans le sens, comment informer ? qui ? pourquoi ?

J'ai besoin de savoir comment les autres ont fait. »

Beaucoup de pistes sont énoncées lors de cet échange :

- Se sentir libre d'en parler
- S'assurer dans la mesure du possible, que les personnes autour de moi, peuvent accueillir cette nouvelle
- Être prêt à la réaction des gens (dégoût, pitié, compréhension, reconnaissance d'une meilleure qualité de vie,...)
- Annonce dans le cas d'un travail avec deux réactions différentes
 - a) ne plus être en lien avec les autres, être considéré comme malade
 - b) être une superwoman, et ces deux réactions ne lui convenaient pas, car elles étaient hors réalité.
- Annonce à des collègues, qui travaillent dans le même bureau, pour expliquer et

clarifier les bruits qui pouvaient provenir de la stomie. Précision est donnée sur le fait que ces bruits n'ont pas d'odeur, car la poche est munie d'un filtre, contrairement à eux.

- Le dire à tout le monde et si les gens font des remarques, je m'en fous, car la poche c'est la VIE.
- S'adapter aux représentations de son métier, aux spécificités des sports pratiqués, à la peur et au dégoût que l'on peut véhiculer. Si l'on a accepté la situation, et que l'on est serein, on ne distille plus la peur, on la gère.
- Plus je le dis et plus je suis mobile, et moins j'ai de contraintes.
- Lors d'une activité sportive ou d'un voyage, je le dis aux personnes qui m'accompagnent, et je me sens plus libre.

La personne qui a présenté le sujet traité, remercie les participants pour toutes les pistes proposées qui vont lui permettre d'avancer sereinement en étant sensibilisée sur le fait que cela peut être difficile



à entendre. Elle est touchée par la qualité des interventions, ainsi que par l'état d'esprit où le rire, malgré le sérieux de la situation, était très présent.

Nous sommes heureux de nous être rencontré « en vrai » et que certains aient pu mettre des mots sur ce qu'ils ressentent

Nathalie et Marie-Claude

les animatrices de cet espace de parole des kangourous

Ces espaces de parole sont ouverts à tous (stomisé, futur stomisé, famille ou proche de stomisé, ...)

ilco Suisse, dates importantes 2022

ilco Suisse, Rendez-vous à ne pas manquer en 2022 Octobre :
une journée de la stomie sera prévue

»Je peux toujours me fier
à SenSura® Mio, car il
est tout simplement
ajusté sur mesure.«

Deidre O'Conner, utilisatrice de SenSura® Mio



FAITES LE
BODYCHECK
MAINTENANT

L'ajustement fait toute la différence ...

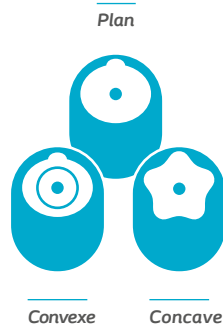
On ne saurait trop insister sur l'importance que revêt un bon ajustement - c'est la clé de la protection contre les infiltrations et les problèmes cutanés. Mais chaque porteur de stomie est différent et requiert un dispositif individuel adapté à ses besoins. Le BodyCheck de Coloplast vous aide à trouver le bon ajustement pour votre stomie. Et pour prévenir à temps les modifications que connaît votre corps, le BodyCheck doit être répété à intervalles réguliers.

Avec la vaste gamme SenSura® Mio, nous avons également la solution optimale pour vous. La protection spéciale de la peau et les plaques de base des produits SenSura® Mio s'adaptent à tout moment à votre morphologie grâce à la BodyFit Technology®. Elles offrent ainsi un maintien sûr et confortable en permanence, même lors des mouvements. *Un bon sentiment intérieur - en tout temps.*

Avez-vous le dispositif approprié?

Faites le BodyCheck maintenant: www.coloplast.ch/bodycheck

Vous obtiendrez les informations complémentaires par téléphone au 0800 777 070 ou sur le site internet www.coloplast.ch.



SenSura® Mio



Votre avis compte beaucoup pour Coloplast



Notre consommation médiatique est en pleine mutation depuis quelque temps déjà. L'actuelle pandémie de Covid-19 agit comme un catalyseur de la numérisation et l'accélère encore davantage. Mais dans quelle mesure utilisez-vous cet univers numérique pour le thème de la santé ?

Coloplast souhaite savoir si la numérisation a également acquis une plus grande importance pour vous. Vous pouvez nous aider en participant à cette enquête de 10 minutes. L'enquête est menée de manière

totalement anonyme. Votre opinion personnelle compte.

Pour chaque sondage, Coloplast verse un montant à l'association Ilco. De la sorte, vous soutenez votre association faîtière. Vous ne souhaitez pas faire de dons ? Vous pouvez également choisir un petit cadeau comme alternative.

Participez dès maintenant sur
<http://fr.coloplast.ch/media>

Coloplast vous remercie d'ores et déjà très cordialement de votre participation.

La combinaison unique d'ajustement & formulation

que vous méritez dès le premier jour



Le protecteur cutané 2-pièces soft convexe CeraPlus™ doté de la technologie Remois*:

Le protecteur cutané soft convexe CeraPlus est conçu pour :

- obtenir un ajustement confortable
- aider à prévenir les fuites
- aider à maintenir une peau saine

Plus d'informations sous www.hollister.ch

Avant utilisation, assurez-vous de lire le mode d'emploi pour obtenir des informations sur l'utilisation prévue, les contre-indications, les mises en garde, les précautions et les instructions d'utilisation.
Le logo Hollister, CeraPlus et « Tout commence par une peau saine. » sont des marques déposées de Hollister Incorporated.
Toutes les autres marques de commerce et droits d'auteur sont la propriété de leurs propriétaires respectifs. © 2021 Hollister Incorporated.



*Remois est une technologie de Alcare Co., Ltd.

EUROKEY

Commande EUROKEY

Afin de favoriser l'autonomie, la clé est remise exclusivement à des personnes durablement handicapées et non à des institutions, des aides temporaires, etc.

Seul le mode de remise personnelle, décrit ci-dessous, permet de préserver les installations contre les déprédations. La protection de vos données personnelles est garantie, leur utilisation à d'autres fins que celles de la remise d'une EURO-clé est exclue.

Un service de remise autorisé **eurokey.ch** (comme ilco Schweiz) détermine, en relevant l'identité personnelle, si une personne remplit les conditions permettant de lui remettre une clé. Pour ce faire, il faut indiquer le numéro d'AVS lors de la commande.

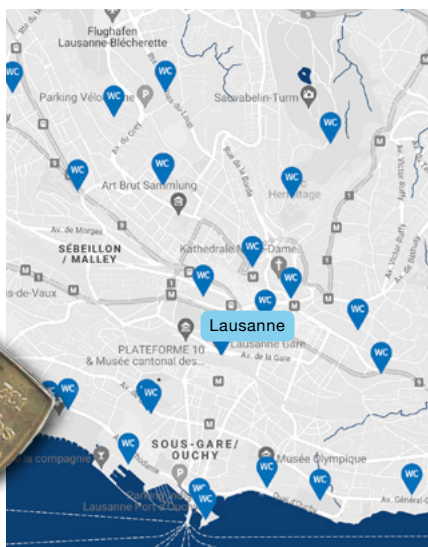
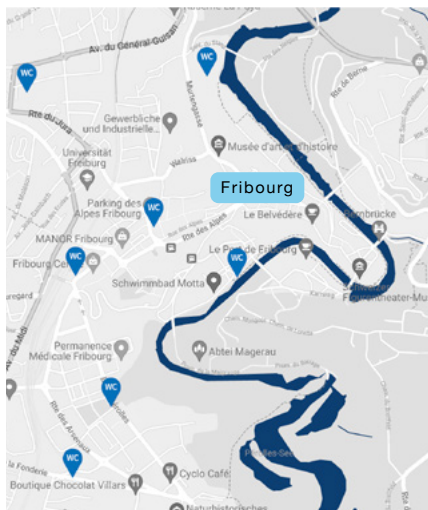
La clé donne l'accès aux toilettes et aux ascenseurs en Europe, exclusivement pour les personnes handicapées.

Une prestation d'ilco Suisse en collaboration avec Pro Infirmis.

Commandes à :

ilco Suisse
Peter Derrer
Oberdorfstr. 20/b
9512 Rossrüti
téléphone +41 77 418 33 40
E-Mail: info@ilco.ch

Trouvez tous les points sanitaires en Suisse en scannant le code QR :



Gratuita ma inestimabile: la nostra consulenza.

Non solo la nostra consulenza è gratuita, ma anche la spedizione di quasi 13'000 prodotti per stomia, trattamento delle ferite, incontinenza e tracheostomia. E, se possibile, li fatturiamo direttamente alla vostra assicurazione.

publicare.ch



Siamo il vostro partner
per la consulenza e la fornitura
di presidi medici

 **publicare**

Premessa del Presidente



Gentili lettrici e lettori
L'estate piovosa vissuta fino ad ora è stata caratterizzata dall'acqua alta e dalla situazione ancora incerta per tutto quello che riguarda il coronavirus.

Nonostante gli allentamenti alle restrizioni, la situazione continua ad essere molto complicata. In diversi gruppi regionali sono ripresi gli eventi e gli incontri dei gruppi di dialogo. Alcuni hanno svolto le assemblee dei soci o le assemblee generali per iscritto.

Sabato 7 agosto, la ilco Svizzera ha svolto in tempi molto serrati, presso Olten, la conferenza dei presidenti. Le presidentesse e i presidenti dei 13 gruppi regionali sono state/i informate/i in merito alla fusione.

Cosa accadrà in futuro?

La maggior parte dei gruppi regionali organizza le proprie assemblee dei soci o le assemblee generali tra il 7 agosto e il 30

ottobre. In tali assemblee, i soci verranno informati sulla fusione e sui relativi vantaggi. 13 associazioni diventano un'unica associazione a beneficio dei portatori di stomia. Sarebbe ovviamente auspicabile il consenso a tale fusione.

Dobbiamo osare questo passo importante. È l'unica soluzione per il benessere dei nostri soci, dei loro famigliari e degli stomaterapisti.

Di solito concludo la mia introduzione con la richiesta di articoli interessanti per il bollettino.

Vi auguro buon divertimento nella lettura dell'ultimo bollettino e vi auguro un felice autunno, un fantastico inverno senza problemi e tanti auguri di buone feste e un bellissimo capodanno.

Restate in salute!


Peter Schneeberger
Presidente ilco Svizzera

Potete ordinare il nostro

dizionario dei termini relativi allo stoma

all'indirizzo di posta elettronica
ticino@ilco.ch o telefonare allo 077 418 33 40



Finalmente di nuovo libero e indipendente

Intervista a Wolfgang Göbel, membro di Crohn Colitis Schweiz e recentemente portatore di stomia.

Diagnosi di colite ulcerosa, anni di trattamento con farmaci, gravi effetti collaterali e danni permanenti dalla terapia con cortisone e la disperata ricerca di una cura. Wolfgang Göbel era nel momento più buio della sua vita. Dopo il dolore e l'incontinenza sono seguiti l'isolamento e la depressione. Il 56enne ha rifiutato a lungo il confezionamento di una stomia – oggi considera la decisione di eseguire l'intervento la sua rinascita.

Per le prime informazioni mediche ci siamo sentiti telefonicamente. Ancora una volta ci siamo chiesti cosa dovesse passare una singola persona! E – questo è probabilmente umano - abbiamo immaginato come potesse essere il nostro interlocutore. La sorpresa è stata grande e molto positiva al momento del nostro incontro: un uomo attraente e raggianti ci ha accolto a Zuchwil. Una vera gioia di vivere, di cui Wolfgang Göbel gode visibilmente.

Come tutto ebbe inizio

Nel 1998, Wolfgang consultò il suo medico perché aveva scoperto del sangue nelle sue feci. Lo specialista diagnosticò una colite ulcerosa. Per quasi otto anni, riuscì a tenere sotto controllo la malattia con



Fotos: Bruno Ruffa

mezzi relativamente semplici. Ma dopo una forte ricaduta, non rispondeva più ai farmaci. Il cortisone sistemerà tutto ... «A posteriori, la dose degli anni dal 2006 al 2010 è stata irresponsabile». Non c'è da meravigliarsi, perché gran parte dei suoi problemi sono legati a questo trattamento. «È stato provato che il cortisone ha causato l'osteoporosi, che ha portato alla rottura delle vertebre toraciche e lombari e il dolore era il mio costante compagno». Inoltre, c'erano immensi problemi di sonno, acqua nelle gambe e cataratta ... Se c'erano anche effetti psicologici? «Sì, il cortisone è come una droga. Ha cambiato il mio carattere, mi ha reso irrequieto e aggressivo».

Da 100 a 0

Il cortisone è stato sospeso di colpo in ospedale, scatenando una forte depressione in Wolfgang. E tutto ricominciò da capo, perché l'intero suo colon si infiammò di nuovo. Di nuovo Wolfgang provò

tutti i tipi di medicinali «Il mio stomaco era completamente rovinato e il mio intestino era un'ulcera unica!»

«Ci si aggrappa a qualsiasi cosa e si prova di tutto pur di stare finalmente di nuovo bene».

«Sono stato solo sfortunato»

Wolfgang sottolinea che il decorso della sua malattia non era tipico. I suoi interventi chirurgici sono stati un'odissea: nel 2016, ha dovuto sottoporsi all'inevitabile intervento. I previsti dieci giorni di ricovero divennero nove mesi, sei dei quali trascorsi in ospedale e gli ultimi tre in riabilitazione. Fu confezionato un Pouch e una stomia temporanea. Dal momento che l'intestino tenue era troppo corto e doveva essere staccato dalla parete addominale, si sono creati dei micro fori, il fluido è fuoriuscito nel bacino e si sono sviluppate delle fistole. «Ero terrorizzato dalla stomia definitiva!» Bisognava trovare urgentemente una soluzione, perché Wolfgang pesava solo ancora 55 chili e aveva pensieri suicidi. Innumerevoli complicazioni hanno

richiesto un totale di undici operazioni, il colon è stato completamente rimosso. Veniva alimentato artificialmente e svegliato ogni due ore per svuotare il sacchetto temporaneo.

Decisione consapevole a favore della stomia

La sofferenza diventò troppo grande. «La stomia definitiva è stata una delle mie migliori decisioni». Ancora oggi gli si legge in viso il suo sollievo. Un anno fa, esattamente un giorno dopo il suo compleanno, è stata tolta la stomia temporanea e confezionata una definitiva. Subito dopo l'operazione, si è reso conto del cambiamento. «Ehi, ho dormito per nove ore! Ero molto orgoglioso e sollevato allo stesso tempo – ce l'ho fatta, ora posso finalmente andare avanti!» Dieci giorni dopo l'operazione, tornò a casa, ha avuto bisogno del supporto dello Spitex solo per 5 volte, dopodiché è riuscito a gestirsi da solo. «Volevo finalmente essere di nuovo libero e indipendente». Da allora le cose sono andate sempre meglio. Wolfgang è raggianti: «Ho sofferto molto in passato,



ora posso godermi la vita senza panico. Ho di nuovo energia, forza e piacere nel mangiare, posso essere attivo nel mio tempo libero e anche guidare una Harley». Apprezza molto la sua riconquistata indipendenza, non da ultimo andare in auto o in bus senza paura che qualcosa vada storto.

«Interessante vedere come il corpo percepisce quando la sacca è piena».

Motivazione grazie al lavoro

Dal 2010, Wolfgang è a capo del dipartimento di costruzione di un'azienda di trasporti. «Ho sempre lavorato, anche quando non stavo bene, è stata la mia spinta a superare tutto». Sempre, finché Wolfgang è diventato quasi incontinente. Wolfgang apprezza molto che il suo capo e il suo team abbiano reagito in modo molto tollerante e siano stati d'aiuto. «Ho avuto molta fortuna, l'azienda mi ha sostenuto fino alla fine e i miei colleghi sono venuti regolarmente a trovarmi in ospedale». Un supporto enormemente importante che lo ha aiutato a rafforzare la sua autostima e credere nel suo futuro. Oggi Wolfgang lavorava di nuovo a tempo pieno.

Non sei solo

«Onestamente, non pensavo che avrebbe aiutato. Ma i resoconti della rivista Crohn Colitis Schweiz mi hanno aiutato così tanto! Mi davano la bella sensazione di non essere solo. Ed è proprio per questo che sto facendo questa intervista ora». Wolfgang chiama il seminario di Nott-

wil un «salto di qualità»: all'inizio aveva una paura incredibile del contatto e non voleva partecipare perché aveva paura di incontrare solo «persone malate». «È stata una delle mie migliori esperienze, eravamo come una famiglia, tutti erano motivati e mi sentivo davvero a mio agio».

L'informazione è molto importante

Wolfgang si sentiva impotente davanti al suo intervento. «Non ho ottenuto le informazioni di cui avevo bisogno. Non avevo mai sentito la parola stomia prima e non sapevo nemmeno cosa fosse!» Per questo uno scambio aperto è per lui ancora più importante. «In ospedale ho ricevuto molta documentazione sul tema della stomia e della sua cura. Le diverse opzioni di intervento mi sono inoltre state spiegate bene, davvero un'ottima consulenza!» Non c'è quindi da meravigliarsi che ha voluto assolutamente partecipare all'evento informativo. Così poco tempo dopo il suo intervento è stata una vera sfida arrivarci. Ma lo sforzo è stato sicuramente ripagato. Finalmente un luogo dove si è parlato apertamente di stomia e Wolfgang era uno dei tanti. «La cintura che ho comprato in uno di questi eventi mi ha dato ulteriore sicurezza al lavoro o quando pratico Pilates».

«Non avere paura della stomia, ti dà più di quello che ti toglie».

«Vorrei dare coraggio»

In retrospettiva, la lunga sofferenza non era necessaria. «Avrei dovuto fare l'intervento molto prima». Wolfgang vorrebbe

usare la sua storia per aiutare altri pazienti ad affrontare meglio le loro paure. Da quando si è sottoposto all'intervento, dice, le cose vanno sempre meglio e non si è mai pentito. La sua vita quotidiana era caratterizzata da dolori e preoccupazioni costanti. «Oggi non mi accorgo quasi di nulla, mi dimentico persino del mio stomia e posso finalmente concentrarmi di nuovo su me stesso e sulla mia vita». Se si considera che Wolfgang per lungo tempo non voleva saperne di avere uno stomia - parlando addirittura di «lo stomia è la mia morte» - questo nuovo atteggiamento è ancora più sorprendente. Cosa vorrebbe trasmettere agli altri? «Non abbiate paura della decisione, ma abbiate fiducia. Il guadagno è molto più grande della perdita di qualcosa!». In particolare, è felice di non dover più sottoporsi a terapie varie e prendere medicinali.

L'indipendenza porta gioia

Tre mesi dopo il confezionamento della sua stomia, Wolfgang ha osato intraprendere il suo primo giro in bicicletta. Ogni volta che può, Wolfgang - che è di origine tedesca - ricarica le sue batterie nella Foresta Nera e nell'Oberland Bernese. Fino a poco tempo fa, questo sarebbe stato associato a una grande incertezza. «La mia malattia e la costante paura mi hanno completamente isolato socialmente». Dopo l'intervento di stomia, il mondo è di nuovo grande. Wolfgang ora è attivo e si pone costantemente nuovi, piccoli obiettivi: Prima c'erano tante barriere, ora non ci sono più limiti!

Anita Steiner Kommunikation



Resoconto di un'esperienza vissuta

Volo in aereo destinazione mare, con colostomia

Poco più di 2 anni fa, mi sono svegliato dall'anestesia e inaspettatamente e senza preavviso mi sono ritrovato con una stomia da fistola sul petto. Per molto tempo ho avuto difficoltà ad accettarla. A causa della fistola, la cura dello stoma richiedeva e richiede ancora molto tempo e può essere fatta in modo sicuro solo da sdraiato. Per precauzione, ho rinunciato alle vacanze, ai viaggi in aereo, ai bagni in mare o in piscina – i problemi e le circostanze sembravano troppo grandi da superare. Tuttavia, dopo circa mezz'anno, ho comprato una cintura di neoprene pensando: «Non si sa mai e potrei averne bisogno per proteggere la stomia anche nella vasca da bagno». Tuttavia, non ho mai osato usarla e nemmeno andare in piscina. Quest'estate, quando il numero di casi di Corona Virus è diminuito significativamente, sono stato sopraffatto da un forte desiderio di mare, di nuotare in mare e di viaggiare come non mi succedeva da anni. Ma come dovrei fare, così tante domande mi preoccupano?

1. come faccio a svuotare la sacca sull'aereo? L'uscita è proprio sotto l'arco costale.
2. cosa succede se la sacca si apre sull'aereo, visto che posso cambiarla solo da sdraiato?
3. Che tipo di materiale per stomia posso portare con me in aereo?

4. come posso passare il controllo di sicurezza all'aeroporto velocemente e senza problemi?
5. come funziona con la cintura in neoprene, diventerò un oggetto da esposizione o di divertimento per gli altri bagnanti?

Nonostante tutte le domande, abbiamo prenotato una vacanza di 14 giorni a Creta, volevo provare!

Per trovare le risposte alle mie domande e calmare l'ansia crescente, ho chiarito i seguenti punti prima della partenza:

1. Mi sono ricordato di aver letto nel «libretto ilco sull'alimentazione dopo un intervento di stomia e intestino» che con il farmaco Loperamide si può ottenere il riposo intestinale per diverse ore. Così sono andato dal medico di famiglia che mi ha prescritto un pacchetto di Loperamide. Una settimana prima della partenza ho provato a prendere 2 compresse e ho avuto assoluta pace per circa 6 ore.
2. Una visita dell'ultimo momento alla mia stomaterapista mi ha ulteriormente rassicurato. Ancora una volta è stata in grado di insegnarmi alcuni trucchi su come sigillare e livellare le cicatrici accanto all'uscita per essere in grado di attaccare in modo uniforme un ulteriore anello modellabile di protezione sulla pelle. In questo modo, il presidio dovrebbe avere una tenuta di più giorni.
3. Per quanto riguarda il materiale per la stomia sull'aereo (in caso di emergenza), navigando in Internet mi sono informato sugli articoli per i quali si applicano norme speciali per motivi di sicurezza. Nel mio bagaglio a mano ho quindi messo un

sacchetto già tagliato, una pasta sigillante, un anello modellabile di protezione, pezzetti di anello per sigillare e livellare le rientranze delle cicatrici, strisce elastiche di fissaggio e salviettine per la pulizia e la cura della pelle.

Con tutto il lavoro per informarmi, il tempo è volato. Il giorno del viaggio al controllo di sicurezza dell'aeroporto ero nervoso, era la mia prima volta con la stomia. Naturalmente, al passaggio di sicurezza, il bodyscanner ha emesso un bip e sono stato rimandato indietro. Ho pensato, ora non mostrare nervosismo e non iniziare a sudare. La macchina ha suonato anche al secondo passaggio. Ma perché? La cintura che tiene il sacchetto non è di metallo, il sacchetto stesso è di plastica, eppure inconsciamente davo per scontato che fosse la stomia e volevo comunicarlo subito. Tutte sciocchezze, era la fibbia della cintura dei pantaloni. Era di metallo e senza la cintura la macchina non ha più emesso alcun allarme.

Non mi è stata fatta nessuna domanda sullo stoma, sulla borsa o sul suo contenuto. Non ho nemmeno avuto bisogno di mostrare il passaporto dello stomizzato. Si sono accorti della mia stomia? Le seguenti 3 ore di volo sono passate senza problemi. Avevo preso la pastiglia di Loperamide dopo colazione e il mio intestino era da allora inattivo. Ho notato quanto fosse piccola la toilette dell'aereo, avrebbe probabilmente reso impossibile un cambio di sacchetto. La sera, dopo la cena in albergo, il mio intestino ha ricominciato dolcemente a lavorare. Il giorno dopo ci siamo svegliati con il suono del

mare. Immediatamente ho sentito il bisogno di una nuotata in mare ... ho fissato la cintura di neoprene sopra la sacca della stomia. È stato molto facile grazie alla chiusura in velcro e al foro per la tasca interna della cintura. Ho messo sopra una maglietta e sono andato in spiaggia. Ero così impaziente e di fretta che ho dimenticato di spalmarmi la crema solare, ma già all'ora di pranzo le mie braccia e le mie gambe rosse come un gambero me lo hanno ricordato. Dopo un po', ho superato le mie inibizioni, mi sono tolto la maglietta e mi sono incamminato verso la riva. Furtivamente cercavo i curiosi o i bagnanti che mi indicavano, ma al contrario – ero quasi deluso – nessuno prestava la minima attenzione a me o al mio aspetto. Ero stato proprio un fifone, cosa mi ero solo immaginato, non c'era veramente nessun problema e potevo davvero godermi il bagno in mare dopo anni di astinenza – era così bello e piacevolmente caldo. Naturalmente, la sacca della stomia si è bagnata sotto la cintura di neoprene. Ho tolto così la cintura tenendo la maglietta e il sacchetto si è asciugato in poco tempo. A proposito, il sacchetto aveva una durata in media di 3 giorni, sfidando acqua, calore, sudore e buon cibo. Ora siamo già da lungo ritenuti. Il viaggio di ritorno è stato altrettanto tranquillo. Tutto ha funzionato proprio come a casa, senza alcun problema! L'unica cosa che rimpiango: avrei dovuto osare molto prima, perché la gioia di vivere è senza limiti e il lavoro di preparazione per viaggiare è davvero minimo. Quindi, alla prossima volta!

Peter Derrer
segretario, ilco Svizzera

Un gruppo di parola nel paese dei canguri

Dopo un anno d'incontri romandi virtuali su «Zoom», ci ritroviamo finalmente di persona a Yverdon. Nathalie e Marie-Claude iniziano chiedendo ai presenti come stanno. Dopo un breve riassunto delle regole, i partecipanti propongono tre argomenti.

La maggioranza dei partecipanti sceglie il primo tema:

Come annunciare di avere una stomia, a chi annunciarlo e che cosa ci ha spinti a comunicarlo oppure a non dire niente? Come abbiamo informato sul fatto di essere stomizzati?

Gli altri argomenti potranno essere riproposti in un futuro incontro.

La parola è data alla persona interessata per spiegare la sua situazione:

«Dal momento in cui la situazione è peggiorata fino alla decisione di fare l'operazione, tutto è successo molto velocemente. La qualità della mia vita si è deteriorata completamente. Non c'era altra soluzione. Il primo passo è stato di accettare la stomia per migliorare la mia vivibilità.

Ho riscontrato due maggiori difficoltà: Non sapevo cosa fosse una stomia e pensavo che lo stesso valesse per gli altri. Non sapevo come avrebbero reagito al mio annuncio.



La gente sarebbe stata infastidita dagli odori?

Inizialmente decisi di dirlo soltanto alle persone più vicine a me.

Più tempo passa, adesso quasi 2 anni, più mi adatto alla situazione e più la condivido (con più persone di quanto pensassi).

Ho esercitato per i Samaritani per 45 anni con tutto ciò che ne consegue e non ho difficoltà a parlare e raccontare. Ho persino informato tutti i miei medici (e sono tanti) di poter esser una risorsa, ma per quanto mi riguarda e con i miei conoscenti, non so, dove mi trovo, nel senso di come informare? Chi? Perché?

«Ho bisogno di sapere come hanno fatto gli altri.»

Durante questo scambio sono state proposte diverse idee:

- Sentirsi liberi di parlarne
- Per quanto possibile, assicurarsi, che le persone intorno a noi, siano in grado di accettare questa notizia.
- Essere preparati alle reazioni della gente (disgusto, pietà, comprensione, riconoscimento di una qualità di vita migliore, ...).

- Avviso nell'ambito di un lavoro con due reazioni differenti
 - a) perdere il legame con gli altri, essere considerati malati
 - b) essere considerati una superdonna
 Entrambe le reazioni non le piacevano, perché fuori dalla realtà.
- Informare i colleghi che lavorano nello stesso ufficio, per spiegare i rumori che potrebbero provenire dalla stomia e precisare, che questi rumori non producono odori sgradevoli, poiché, a differenza di loro, la sacca ha un filtro.
- Dirlo a tutti e se la gente fa commenti, non m'importa, perché la sacca è VITA.
- Adattarsi alle opinioni prevalenti del suo mestiere, alle specifiche degli sport praticati, alla paura e il disgusto, che

possiamo trasmettere. Se accettiamo la situazione e restiamo sereni, la paura non regna più su di noi, non la trasmettiamo più, la gestiamo.

- Più lo dico, più sono libera nelle mie attività e meno limitazioni ho.
- Quando faccio sport o un viaggio, lo dico alle persone che mi accompagnano e così mi sento più libera.

La persona che ha presentato l'argomento trattato, ringrazia i partecipanti per tutti i suggerimenti proposti, che gli permettono di andare avanti con serenità, pur essendo consapevole che può essere difficile da accettare. È stata molto colpita dalla qualità degli interventi, così come dallo spirito e le risate, nonostante la serietà della situazione era molto presente.

Siamo felici che ci siamo incontrati «nella vita reale» e che alcuni di noi sono stati in grado di esprimere a parole ciò che provano.

Nathalie et Marie-Claude

le animatrici di questo gruppo di parola dei canguri.

Questi gruppi di parola sono aperti a tutti gli interessati (stomizzati, futuri stomizzati, famiglie oppure persone vicine agli stomizzati, ...)



Punto di raccolta per la donazione di materiale per stomia

Avete del materiale per stomia (sacchetti, placche, prodotti per la cura, ecc.) che non vi servono più? Potete donare questi articoli e aiutare le persone che ne hanno bisogno.

Condizioni:

- Non donate materiale scaduto. Questo dev'essere smaltito privatamente.
- Il materiale viene accettato solo nella sua confezione originale.
- Singoli prodotti non imballati non possono essere donati e devono essere smaltiti privatamente.
- Il costo della spedizione è a carico del mittente.
- Devono essere indicati nome, cognome e indirizzo del mittente.
- Per beneficenza.



Indirizzo di consegna:

Publicare AG
«NGO»
Vorderi Böde 9
5452 Oberrohrdorf

Grazie di cuore!

ilco Svizzera, date importanti 2022

Si prevede di organizzare la Giornata dello Stomizzato per ottobre 2022

EUROKEY

Ordinazione dell'EUROKEY

Per agevolare realmente l'autoaiuto, la chiave deve essere consegnata esclusivamente a disabili permanenti e non a istituzioni, assistenti temporanei, ecc.

Soltanto la consegna personale, illustrata qui di seguito, consente di proteggere dall'abuso gli impianti per Lei importanti. La tutela dei dati personali è garantita e si esclude qualsiasi altro utilizzo oltre a quello previsto.

Un Ufficio di consegna autorizzato **eurokey.ch** (come ilco Svizzera) valuterà, nell'ambito di un'identificazione personale, se il richiedente soddisfa i requisiti per ricevere la chiave. Questo si fa indicando il numero AVS al momento dell'ordine.

La chiave serve per accedere ai servizi igienici e agli ascensori in Europa. In esclusiva per i disabili.

Un servizio di ilco Svizzera in collaborazione con Pro Infirmis.

Indirizzare le ordinazioni a:

ilco Svizzera

Peter Derrer

Oberdorfstr. 20/b

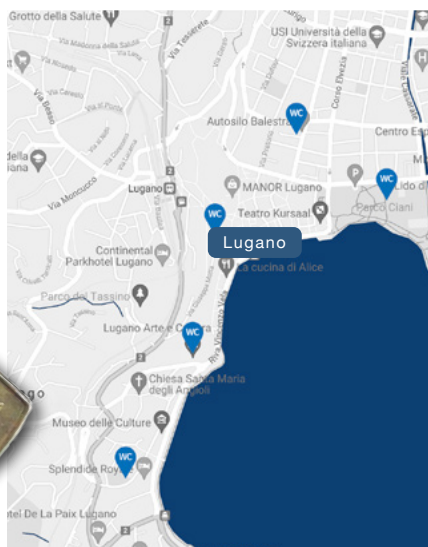
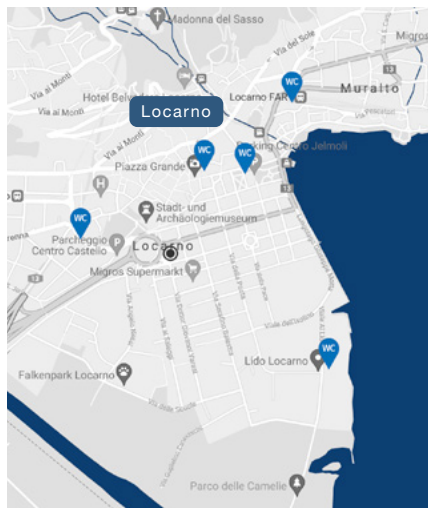
9512 Rossrüti

Telefono +41 77 418 33 40

E-mail: info@ilco.ch



Trova qui tutti i luoghi degli impianti Eurokey in Svizzera:





Vorstand ilco Schweiz / comité ilco Suisse / comitato ilco Svizzera

Präsident/Kassier

Schneeberger Peter
Buchenweg 35, 3054 Schüpfen
Tel. 031 879 24 68

Vizepräsidentin

Belotti Patrizia
Via Cantonale 20, 6618 Arcegnò
Tel. 091 791 46 78

Beisitzer

Chassot Hubert
Rue de la Plaenke 12, 2502 Bienne
Mobile 078 774 03 62

Göbel Wolfgang
Amselweg 44, 4528 Zuchwil
Mobile 079 833 31 90

Sekretariat

Derrer Peter
Oberdorfstr. 20/b, 9512 Rossrüti
Mobile 077 418 33 40
E-Mail: info@ilco.ch

Ärztliche Beratung

Dr. med. Birrer Stefan
Chirurgie Team Bern
Bremgartenstr. 119, 3012 Bern
Tel. G 031 330 45 45
Fax G 031 330 45 46

ilco Regionalgruppen / Groupes régionaux ilco Suisse / Gruppi regionali ilco Svizzera

ilco Aargau

Horr Werner
Postplatz 3, 5610 Wohlen/AG
Tel. 056 622 78 29

ilco Basel

Grieder-Lohr Elisabeth
Bettenstr. 88, 4123 Allschwil
Tel. 061 301 14 53

ilco Bern

Schneeberger Peter
Buchenweg 35, 3054 Schüpfen
Tel. 031 879 24 68

ilco Fribourg

De Montmollin Stéphanie
Présidente ad interim par intérim ilco Suisse
Av. des 4 Marronniers 19
1900 Yverdon-les-Bains
Mobile 078 766 56 46

ilco St.Gallen

Marjan Osterop
Feldstrasse 4, 9621 Oberhelfenschwil
Tel. 071 931 48 60

ilco Grand Genève

Giossi Laure
35, chemin des Mollex, 1258 Perly
Mobile 079 466 30 99

ilco Thurgau

Krebs Fredy
Gärtnerei, 8505 Pfyn
Tel. 052 765 12 08

ilco Neuchâtel-Jura-Jura bernois
Chassot Hubert
Rue de la Plaenke 12, 2502 Bienne
Mobile 078 774 03 62

ilco Ticino
Belotti Tiziano
Via Cantonale 20, 6618 Arcegnò
Tel. 091 791 46 78

ilco Vaud
De Montmollin Stéphanie
Av. des 4 Marronniers 19,
1400 Yverdon-les-Bains
Mobile 078 766 56 46

ilco Wallis
Calabro Maria
Wagenleise 7, 3904 Naters
Mobile 079 438 00 17

ilco Zentralschweiz
Raffa Bruno
Rigiblickstr. 8, 6213 Knutwil
Mobile 078 895 07 00

ilco Zürich
Grob Jakob
Lindenstrasse 1, 8704 Herrliberg
Tel. 044 915 21 14



young ilco BE
Renevey Chantal
bern@young-ilco.ch
Mobile 079 548 54 00

young ilco BS
Gafner Florian
basel@young-ilco.ch
Mobile 076 781 52 00

young ilco SG
Nüesch Stephanie
st.gallen@young-ilco.ch
Mobile 078 845 25 86

young ilco ZH
Brunner Marcel
zuerich@young-ilco.ch
Mobile 079 748 95 61

young ilco Zentralschweiz
Villiger Kathrin
zentralschweiz@young-ilco.ch
Mobile 079 331 25 61

Stomaberatungsstellen / Centres de stomathérapie / Centri di stomaterapia

Aargau

Kantonsspital Aarau
Stomaberatung
Tellstrasse, 5001 Aarau
Tel. 062 838 45 61
Fax 062 838 49 81

Hirslanden Klinik Aarau
Schänisweg, Postfach, 5001 Aarau
Tel. 062 836 70 00

Kreisspital Muri
Stomaberatung
Spitalstrasse, 5630 Muri
Tel. 056 675 11 11

Spital Zofingen
Wund- und Stomaberatung
Mühletalstrasse 27, 4800 Zofingen
Tel. 062 746 51 51

Kantonsspital Baden
Stomaberatung
Im Ergel, 5404 Dättwil
Tel. 056 486 29 39

Basel

Gesundheitszentrum Fricktal AG
Chirurgische Klinik
Stoma-, Kontinenz- und Wundpflege
Riburgerstrasse 12, 4310 Rheinfelden
Tel. 061 835 66 66
Tel. 061 835 61 34 (direkt)

Clarunis Universitätsspital Basel
Stomaberatung
Spitalstrasse 21, 4031 Basel
Tel. 061 777 73 35

Clarunis St. Claraspital
Stomaberatung
Kleinriehenstrasse 30, 4058 Basel
Tel. 061 777 75 76
Fax 061 685 86 59

Kantonsspital Baselland
Liestal, Bruderholz, Laufen
Stomaberatung
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal
Tel. 061 925 21 65
Mobile 078 637 99 76
Fax 061 925 20 93

Praxis am Bach
Frau E. Plattner Gürtler
Ergolzstr. 13, 4460 Gelterkinden
Tel. 061 981 10 60
Mobile 078 815 31 52

Stoma- und Wundheilpraxis
Frau Sibylle Wytenbach
Bahnhofplatz 11, 4410 Liestal
Tel. 061 921 03 09
Fax 061 903 10 16

Bern

Spitalzentrum Biel
Stomaberatungsstelle
Vogelsangstrasse 84, 2501 Biel
Tel. 032 324 41 70
Fax 032 324 41 71

Klinik und Poliklinik für Urologie
Inselsspital, Anna-Seiler-Haus, 3010 Bern
Tel. 031 632 20 45

Universitätsklinik
für Viszerale Chirurgie und Medizin
Bauchzentrum Bern
Ingebäude Geschoss A, E56 B, 3010 Bern
Tel. 031 632 59 00
Fax 031 632 59 19

Klinik Beausite
Wund- und Stomaberatung
Schänzlihalde 11, 3025 Bern
Tel. 031 335 33 72

Lindenhofspital
Stomaberatung
Bremgartenstr. 117, 3012 Bern
Mobile 079 847 61 79

SRO Langenthal
Stomaberatung
St. Urbanstr. 67, 4900 Langenthal
Tel. 062 916 32 64

Spital Emmental
Stomaberatung
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 28 58

Spital Interlaken
Wund- und Stomaberatung
Weissenaustrasse 27, 3800 Unterseen
Tel. 033 826 27 43

Spital STS AG
Krankenhausstrasse 12, 3600 Thun
Tel. 058 636 22 70

Fribourg

HFR Fribourg – Hôpital cantonal
Centre des plaies et stomathérapie
Chemin des Pensionnats 2-6,
1752 Villars-sur-Glâne
Tél. 026 306 23 00

HFR Riaz
Centre des plaies et stomathérapie
Rue de l'Hôpital 9, 1632 Riaz
Tél. 026 306 44 70

HFR Tafers
Stoma-Wundberatung
Maggenbergstrasse 1, 1712 Tafers
Tel. 026 494 44 49
Fax 026 494 44 49

HFR Meyriez
Stoma-Wundberatung
Spitalstrasse 24, 3280 Meyriez
Tel. 026 672 51 19
Fax 026 670 51 15

Genève

Clinique Générale Beaulieu
3ème étage
20, Chemin Beau Soleil, 1206 Genève
Tél. 022 839 56 46

Hôpitaux Universitaires Genevois
Rue Gabrielle-Perret-Gentil 4, 1211 Genève 14
Tél. 022 372 79 79
Fax 022 372 79 09

Hôpital de la Tour
3 avenue Daniel Maillard, 1217 Meyrin Genève
Tél. 022 719 66 27

Glarus

Kantonsspital Glarus
Stomaberatung
Burgstrasse 99, 8750 Glarus
Tel. 055 646 33 33
Fax 055 646 43 00

Graubünden

Kantonsspital Graubünden
Wund- und Stomaberatung
Loestrasse 170, 7000 Chur
Tel. 081 256 62 69
Fax 081 256 62 79

Spital Davos AG
Promenade 4, 7270 Davos Platz
Tel. 081 414 85 37
Zürcher Höhenklinik
Klinikstrasse 6, 7270 Davos-Clavadel
Tel. 081 414 43 65

Regionalspital Surselva
Spitalstr. 6, 7130 Ilanz
Tel. 081 926 51 11

Jura

Hôpital régional de Porrentruy
 Consultation de stomathérapie
 Site de Porrentruy, chemin de l'Hôpital 9
 2900 Porrentruy
 Tél. 032 465 60 49
 Fax 032 465 69 51

Service d'aide et soins à domicile
 Grand Rue 47
 2735 Bévilard
 Tél. 032 492 70 20
 Fax 032 492 70 22

Luzern

Hirslanden Klinik St. Anna
 Stomaberatung
 St. Anna-Str. 32, 6006 Luzern
 Tel. 041 208 34 76
 Fax 041 370 75 76

Kantonsspital Luzern
 Spitalstr., 6000 Luzern 16
 Tel. 041 205 44 65
 Fax 041 205 44 11

Schweizer Paraplegiker-Zentrum
 Stoma- u. Wundberatung
 G-A Zächstr. 1, 6207 Nottwil
 Tel. 041 939 53 54

Neuchâtel

Centre de stomathérapie, NOMAD
 Rue du Pont 25, 2300 La Chaux-de-Fonds
 (Magasin: 032 886 82 52)
 Tél. 032 886 82 50
 Mobile 079 744 52 86
 Fax 032 886 82 56

Schaffhausen

Kantonsspital Schaffhausen
 Stomaberatung
 Geissbergstr. 81, 8200 Schaffhausen
 Tel. 052 634 87 06

St. Gallen

Kantonsspital St. Gallen
 Stomaberatung/Wundzentrum
 Haus 03, Empfang 4
 Rorschacherstr. 95, 9007 St. Gallen
 Tel. 071 494 74 72

Spital Linth
 Gasterstrasse 25, 8730 Uznach
 Tel. 055 285 41 11

Krebsliga Ostschweiz
 Stomaberatung
 Flurhofstrasse 7, 9000 St. Gallen
 Tel. 071 242 70 20
 Fax 071 242 70 30

Spital Wil
 Stomaberatung
 Fürstenlandstr. 32, 9500 Wil
 Tel. 071 914 63 10

Rehazentrum Walenstadtberg
 Stoma-, Wund- u. Kontinenzberatung
 Chnoblisbühl 1, 8881 Walenstadtberg
 Tel. 081 736 21 31/30

Solothurn

Bürgerspital Solothurn
 Wund- und Stomaberatung
 Schöngrünstrasse 42, 4500 Solothurn
 Tel. 032 627 35 76

Kantonsspital Olten
 Wund- und Stomaberatung
 Baslerstrasse 150, 4600 Olten
 Tel. 062 311 51 17

Thurgau

Klinik St. Katharinental
 Stomaberatung
 8253 Diessenhofen
 Tel. 052 631 64 40

Thurgauische Krebsliga
Bahnhofstrasse 5, 8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00
Fax 071 626 70 01

Klinik Schloss Mammern
Stomaberatung
Dr. A. O. Fleisch-Str. 3, 8265 Mammern
Tel. 052 742 11 11

Ticino

ORBV, Ospedale San Giovanni
Stomaterapia
Via Sologgio-ORBV, 6500 Bellinzona
Tel. 091 811 92 08
Fax 091 811 91 63

Ospedale Beata Vergine
6850 Mendrisio
Tel. 091 811 31 11
Fax 091 811 90 63

Ospedale La Carità
Servizio di stomaterapia
Via all'Ospedale 1, 6600 Locarno
Tel. 091 811 44 91

Clinica Moncucco
Servizio di stomaterapia
Via Moncucco 10, 6903 Lugano
Tel. 091 960 81 11

Ospedale Civico, stomatherapia
Via Tesserete 46, 12 piano, 6900 Lugano
Tel. 091 811 67 92

Uri

Kantonsspital Uri
Spitalstrasse 1, 6460 Altdorf/UR
Tel. 041 875 51 51

Valais / Wallis

Ligue valaisanne contre le cancer
Centre de stomathérapie
Rue de la Dixence 19, 1950 Sion
Tél. 027 322 99 74
Mobile 079 469 37 51
Fax 027 322 99 75

Hôpital de Sion
Centre de stomathérapie
Avenue du Grand-Champsec 86, 1950 Sion
Tél. 027 603 83 25

Krebsliga Wallis
Überlandstr. 14, 3900 Brig
Tel. 027 604 35 41
Mobile 079 644 80 18

SZO / Standort Visp und Brig
Pflanzettastrasse 8, 3930 Visp
Tél. 027 970 32 02

Vaud / Waadt

CHUV
Centre de stomathérapie
BH 06-175, 1011 Lausanne
Tél. 079 556 06 84
Fax 021 314 63 01

CMS Aubonne
Stomathérapie
Grand-Rue 10, 1170 Aubonne
Tél. 021 821 52 80
Mobile 079 159 37 25
Fax 021 821 52 81

CMS Avenches
Stomathérapie
Place de la Gare 10, 1580 Avenches
Tél. 026 676 90 00

CMS Moudon
Stomathérapie
Avenue de Cerjat 6, 1510 Moudon
Tél. 021 905 95 95

CMS Payerne
Stomathérapie
Grand-rue 19, 1530 Payerne
Tél. 026 662 41 41
Mobile 079 159 26 47

CMS Rennaz, Site de Rennaz
Stomathérapie
Route es Tilles 6/a, 1847 Rennaz
Tél. 021 966 06 00
Mobile 079 159 34 73 ou 69

Etablissement Hospitalier de la Côte EHC
Hôpital de Morges
Centre de stomathérapie
Chemin du Crêt 2, 1110 Morges
Tél. 021 804 29 00
Mobile 079 172 86 56
Fax 021 804 20 10

Etablissement Hospitalier du Nord Vaudois
ASPMAD Nord-Vaudois et eHnv
Centre de stomathérapie
Rue d'Entremonts 11
1400 Yverdon-les-Bains
Tél 024 424 40 55
Mobile 079 159 14 67

Hôpital Riviera-Chablais Vaud-Valais
Centre hospitalier de Rennaz
Stomathérapie
Route du Vieux-Séquoia 20
1847 Rennaz
Tél. 058 773 21 12
Mobile 079 190 77 75

Zürich

Privatklinik Bethanien
Stomaberatung
Toblerstr. 51, 8044 Zürich
Tel. 043 268 72 20

Spital Limmattal
Stomaberatung
Urdorferstr. 100, 8952 Schlieren
Tel. 044 733 24 19
Fax 044 733 24 05

Kantonsspital Winterthur
Stomaberatungsstelle
Brauerstrasse 15, 8401 Winterthur
Tel. 052 266 24 99
Fax 052 266 45 25

Stoma- und Kontinenz-Zentrum Zürich
Rotbuchstr. 46, 8037 Zürich
Tel. 058 404 36 46
Fax 058 404 39 39

Spital Zollikerberg
Stoma- u. Wundberatung
Trichtenhauserstr. 20, 8125 Zollikerberg/ZH
Tel. 044 397 24 55

Stomaberatung
Weingasse 2, 8303 Bassersdorf/ZH
Tel. 044 836 79 86

Spitex Zentrum Uster
Kontinenz- und Stomaberatung
Wagerenstr. 20, 8610 Uster
Tel. 044 905 70 80
Fax 044 905 70 81

Spitex-Zürich
Witikonstr. 289, 8053 Zürich
Tel. 058 404 47 47

Universitätsspital Zürich
Bereich Abdomen-Urologie
H Nord1, Zimmer 62,
Frauenklinikstrasse, 8091 Zürich
Tel. 044 255 54 24

Universitätsspital Zürich
Bereich Abdomen-Viszeral
Derm E 4, Rämistrasse 100, 8091 Zürich
Tel. 044 255 91 82



Stoma
Skin
Soul



Être à l'aise
dans sa peau

Shelley, battante de la colite ulcéreuse

Le protecteur cutané NovaLife TRE a été conçu pour contribuer au maintien d'une peau naturellement saine

- Assure une tenue sûre et est néanmoins facile à enlever
- Développé pour absorber les effluents et la transpiration afin de protéger votre peau
- Conçu pour équilibrer les effets néfastes des enzymes digestives sur la peau

Une peau naturellement saine, c'est ce qu'il y a de mieux.

Plus d'information concernant le protecteur cutané NovaLife TRE sous www.dansac.ch

Avant utilisation, veuillez lire le mode d'emploi pour prendre connaissance des informations concernant l'usage prévu, les contre-indications, les avertissements, les précautions et autres instructions.

Le logo Dansac et technologie TRE sont des marques déposées de Dansac A/S.
©2021 Dansac A/S



Plane • Soft convexe & convexe • 2-pièce

dansac

Ne coûte rien, mais est inestimable. Notre conseil.

La gratuité ne s'applique pas seulement à notre conseil, mais également à la livraison de nos quelque 13'000 produits pour les stomies, le soin des plaies, l'incontinence et la trachéostomie. Et si c'est possible, nous facturons directement le tout à votre assurance.

publicare.ch



Nous sommes votre partenaire
pour le conseil et la fourniture de
dispositifs médicaux

 publicare