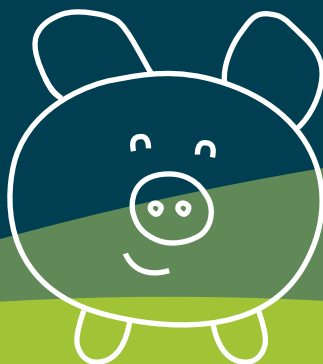


Bulletin
November
2022

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 der Präsidentin 5
 Quo vadis ilco Schweiz 7
 Fabia und Stommy 11
 young ilco – wie lebt ein junger Mensch mit einem Stoma? 15
 Schwimmen mit einem Stoma oder: Ein lehrreicher, vergnügter, unterhalt-samer Nachmittag 19
 Eurokey 23
 Wichtige Termine 23
 Jetzt anmelden und Mitglied werden 25
 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:
 1. März und 1. September,
 Auflage 2'000 Exemplare
 Mitgliederangelegenheiten:
 Anfragen usw. sind direkt an das
 Sekretariat zu richten.
 Satz und Druck: Druckerei Ruch AG,
 Worblentalstrasse 28, 3063 Ittigen

Français

Avant-propos de la Présidente 27
 Quo vadis ilco Suisse 29
 Point de collecte de matériel de stomie pour des dons caritatifs 33
 Nous te cherchons! 33
 Fabia et Stommy 36
 young ilco – comment vit une jeune personne avec une stomie ? 39
 ilco Suisse, dates importantes 2023 43
 Nager avec une stomie ou : Un après midi instructif, amusant et divertissant 44
 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 1 mars et 1 septembre,
 tirage 2'000 exemplaires.
 Communication des membres: de-
 mandes etc. sont à adresser direc-
 tement au secrétariat. Composition
 et impression: Imprimerie Ruch AG,
 Worblentalstrasse 28, 3063 Ittigen

Italiano

Premessa della Presidente 49
 Quo vadis ilco Svizzera 50
 Fabia e Stommy 53
 ilco Svizzera, date importanti 2023 54
 young ilco – come vive una giovane persona con una stomia? 55
 Nuotare con una stomia oppure: Un pomeriggio educativo, piacevole e divertente 58
 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: 1 marzo e
 1 settembre, tiratura 2'000 copie
 Membri: richieste ecc. sono da invia-
 re direttamente alla segreteria.
 Composizione e impressione:
 Tipografia Ruch AG, Worblental-
 strasse 28, 3063 Ittigen



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 Stomaausscheidungen 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

Vorwort der Präsidentin



Liebe Leserinnen
und Leser

Das Jahr 2022 entpuppt sich in mehrfacher Hinsicht als Jahr der Umbrüche. Die Weltpolitik steht

Kopf, der fortschreitende Klimawandel hat uns einen herausfordernden Hitzesommer beschert und das Coronavirus ist auch noch nicht verschwunden. Die Situation erlaubte es jedoch, in diesem Sommer etwas sorgloser unserem Alltag nachzugehen und auch Anlässe wieder in vollen Zügen und ohne Einschränkungen zu geniessen. Das freut mich besonders. Bleibt bitte trotzdem vorsichtig! Im Herbst und Winter könnte uns das Virus nochmals gehörig stören.

Auch bei uns in der ilco Schweiz ist dieses Jahr einiges los. Wie Euch mein Vorgänger Peter Schneeberger in seinem Vorwort im Mai-Bulletin ausgeführt hat, fand Ende April in Solothurn die erste Mitgliederversammlung der neuen fusionierten ilco Schweiz statt. Fast 60 Mitglieder haben sich eingefunden, um am Neustart unseres Vereins mitzuwirken. Weiter hinten im Heft erzähle ich Euch gerne mehr dazu (Seite 7).

Spätestens jetzt ist klar, hier hat nicht mehr Peter Schneeberger, sondern jemand ganz anderes das Wort. Einige von Euch kennen mich bereits, den anderen stelle ich mich gerne kurz vor: Mein Name

ist Maria Calabrò (45), ich wohne in Naters im Oberwallis und habe seit fast 20 Jahren ein definitives Stoma. Ich war vor der Fusion Präsidentin der Regionalgruppe Wallis und kenne die ilco seit Jahren bestens.

An der Mitgliederversammlung wurde ich, zusammen mit den übrigen neuen Vorstandsmitgliedern, zur Präsidentin gewählt. Peter Schneeberger danke ich an dieser Stelle herzlich für seine jahrelange, unermüdliche Tätigkeit als Präsident. Die Fussstapfen, in die ich trete, sind gross und ich hoffe, dass ich die entsprechenden Erwartungen dank meiner Erfahrung erfüllen kann.

Nun wünsche ich Euch erst einmal viel Spass beim Lesen des neuen Bulletins. Für die nächste Ausgabe erwartet unsere Redaktion, wie immer, gerne neue interessante Beiträge aus allen Ecken der Schweiz.

Jetzt halte ich Euch nicht mehr länger auf und wünsche Euch eine beschwerdefreie Zeit, einen angenehm temperierten Herbst und schneereichen Winter sowie frohe Festtage und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Passt gut auf Euch auf und bleibt gesund!

Maria Calabrò
Präsidentin ilco Schweiz

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.mediqsuisse.ch

Quo vadis ilco Schweiz

Wohin gehst du ilco Schweiz?

Diese Frage wird sich auch unser ehemaliger Präsident Peter Schneeberger vor vielen Jahren gestellt haben, als er die ersten Weichen stellte, die zur heutigen neuen ilco Schweiz führten. Die Antwort auf die Frage ist so simpel wie kompliziert zugleich:

«Erfolgreich in die Zukunft!»

Klar ist auch, diesen Weg in eine erfolgreiche Zukunft müssen wir alle zusammen gestalten und beschreiten – alle am selben Strick ziehen.

Die Fusion der Regionalgruppen zur ilco Schweiz im vergangenen April war zwar nur einer von vielen dafür nötigen Schritten, dafür aber einer der wichtigsten. Die Fusion legt den Grundstein für den neuen Weg, den die ilco Schweiz beschreitet. Sie ermöglicht uns, gesamtschweizerisch die vorhandenen Ressourcen zu bündeln, so dass alle Mitglieder, egal aus welcher Ecke der Schweiz, von den gleichen vielfältigen Leistungen und attraktiven Angeboten (siehe Schwimm-Anlass!) profitieren können. Zugleich steht im Vorstand, mit der Verantwortlichen für die Regionen und dem Event-Manager, für alle Anliegen der Regionalgruppen eine Ansprechperson zur Verfügung.

Bis es allerdings soweit war, gab es viel zu tun und irgendwo musste man mal anfangen. Peter Schneeberger recherchierte

und informierte sich und stiess dabei auf «Vereinscoaching», also Training für Vereine. An der Präsidentenkonferenz im Januar 2020 stellte er uns den Regionalpräsidenten Philipp Moor von Vereinscoaching.ch vor und schlug vor, einen Workshop zum Thema «Zukunft ilco Schweiz» abzuhalten. Dieser fand im Februar 2020 statt. Philipp Moor half uns, die aktuelle Situation zu analysieren und unsere Erwartungen, Wünsche und Visionen für eine neue ilco Schweiz zu Papier zu bringen. Dieser Tag zeigte uns unmissverständlich auf, dass wir noch viel Arbeit vor uns hatten. Es wurde eine Arbeitsgruppe gegründet. Ich war selber auch Teil dieser Truppe und wir hatten über die Zeit leider mehrere Abgänge zu beklagen, durften im Gegenzug aber auch neue Leute in der Arbeitsgruppe willkommen heissen. Wir haben viel diskutiert, geschrieben und telefoniert und waren uns mitnichten immer einig. Die Meinungen gingen auch mal diametral auseinander. Wir haben uns aber immer wieder zusammengerauft und einen guten Weg vorwärts gefunden.

Nach Analyse der Vor- und Nachteile mehrerer Varianten, die anfangs in alle möglichen Richtungen gingen und wir uns zwischendurch auch gerne mal in Details verzettelten, kristallisierte sich heraus, dass wir mit dem Instrument der Fusion die erfolgversprechendste Lösung auf dem Tisch hatten.

Damit war's aber nicht getan, im Gegenteil. Die harte Arbeit fing erst an. Denn um die Regionalvereine und die ilco Schweiz

zu einem einzigen Verein zu fusionieren, mussten die Regionalvereine aufgelöst werden. Die Arbeitsgruppe musste jetzt Überzeugungsarbeit leisten, damit die Regionalvereine unseren eingeschlagenen Weg mit uns mitgehen.

An der Präsidentenkonferenz 2021, welche coronabedingt erst im August stattfinden konnte, stellten wir unser Zukunftsprojekt für eine neue ilco Schweiz den anwesenden Regionalpräsidenten vor. Diese bekamen dann Zeit bis zur Delegiertenversammlung Ende Oktober 2021 ihre Generalversammlungen durchzuführen und die Mitglieder darüber abstimmen zu lassen, ob Sie der Fusion mit der ilco Schweiz zustimmen wollen oder nicht.

Die Arbeitsgruppe legte sich bis zur Delegiertenversammlung aber nicht auf die faule Haut, sondern ging aktiv auf die Regionalgruppen zu, um bei deren Generalversammlungen dabei zu sein und den Mitgliedern die Fusion persönlich zu präsentieren und die anfallenden Fragen zu beantworten. Damit wollten wir sicherstellen, dass alle die gleichen Informationen neutral übermittelt bekamen. Das kam leider nicht bei allen Regionalgruppen gut an. Einige waren von Beginn weg sehr negativ eingestellt und arbeiteten aktiv gegen die Arbeitsgruppe und das Fusionsprojekt. So kam es, dass wir uns leider nicht bei allen Generalversammlungen einbringen durften. Persönlich habe ich an insgesamt 4 Generalversammlungen teilgenommen (FR, VD, TI & VS). Die Unsicherheiten waren überall gross und

es gab viele Fragen. Auch Ängste vor dieser grossen Veränderung wurden geäussert. Das ist absolut verständlich und ich habe mich bemüht, so gut wie möglich drauf einzugehen. Dies führte zu sehr guten, konstruktiven Gesprächen und Diskussionen. Ich war jeweils sehr erfreut und dankbar, dass die Abstimmungen, trotz der anfänglichen negativen Einstellungen, am Ende, teilweise sogar einstimmig, zugunsten der Fusion ausfielen.

Zur Freude und Erleichterung von uns allen wurden unsere Bemühungen an der Delegiertenversammlung Ende Oktober 2021 belohnt. Die Fusion wurde angenommen und vereinzelt haben sich Regionalgruppen im Nachhinein doch noch dazu entschieden mitzumachen. Vier Regionalgruppen mussten wir ziehen lassen.

Die Arbeit der Arbeitsgruppe war damit noch lange nicht fertig. Jetzt galt es, mit Blick auf die erste Mitgliederversammlung der neuen ilco Schweiz, neue Statuten zu erarbeiten und auch eine Geschäftsordnung musste her.

Das Wichtigste durften wir natürlich nicht vergessen: Die neue ilco Schweiz brauchte einen neuen Vorstand. Es wurde uns früh klar, dass der zukünftige Vorstand hauptsächlich aus der Arbeitsgruppe hervorgehen wird. Andere Kandidaturen waren nirgends in Sicht.

An der Mitgliederversammlung Ende April in Solothurn haben wir uns dann wie folgt präsentiert und wurden auch alle gewählt.



v.l. Bruno Raffa (Sponsoring), Kathrin Villiger (young ilco), Stephanie de Montmollin (Regionen), Maria Calabrò (Präsidentin), Peter Schneeberger (Vizepräsident & Finanzen), Peter Derrer (Sekretariat), Wolfgang Göbel (Eventmanagement)

Unseren treuen Mitgliedern danken wir für das entgegengebrachte Vertrauen und auch für alle aufmunternden und motivierenden Rückmeldungen.

Zum Schluss der Mitgliederversammlung haben wir es uns nicht nehmen lassen, unsere bisherigen langjährigen Vorstandsmitglieder gebührend zu verabschieden und ihnen noch ein kleines Präsent zu überreichen.

Präsident Peter Schneeberger haben wir zum Ehrenpräsidenten befördert und Hubert Chassot mit einer Ehrenmitgliedschaft für seine jahrzehntelangen Dienste zugunsten der ilco BEJUNE und ilco Schweiz gedankt. Zusammen mit der

abtretenden Vizepräsidentin Patrizia Bellotti bekamen alle drei je eine Smartbox für individuelle Reisen überreicht. Unsere allseits geschätzte Sekretärin Therese Schneeberger durfte sich dagegen über einen Korb Spezialitäten aus dem Wallis freuen. Ich hoffe, es hat geschmeckt!

Und jetzt?

«Auf in die Zukunft!»

In der nächsten Frühlingsausgabe erzählen wir euch dann über das erste Jahr unserer Arbeit im neuen Vorstand.

Maria Calabrò
Präsidentin ilco Schweiz

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.

Tessin, November 2021

Fabia und Stommy

Im Moment der Diagnose und des Vorschlags einen chirurgischen Eingriff durchzuführen, kamen bei mir sofort einige Gedanken auf.

Erstens: Wenn's operierbar ist, ist es lösbar. Ich habe immer an die Chirurgie geglaubt (an die Medizin weniger), die meiner Meinung nach Riesenschritte vorwärts gemacht hat. Deshalb glaube ich, dass das, was operiert, auch geheilt werden kann.

Zweitens: Mir kam immer wieder ein Satz in den Sinn, den ich als Kind einmal gehört hatte, als ein Verwandter, ich weiss nicht mehr welcher, operiert wurde: «Sie haben auf- und sofort wieder zugemacht, weil nichts mehr zu machen war.» Die Tatsache, dass heute CT und MRI garantieren, dass es keine bösen Überraschungen gibt, konnte diese Angst nur teilweise im Zaun halten. Das beschäftigte mich so sehr, dass meine erste Frage nach der Operation war: «Gab es keine Überraschungen?»

Der dritte Gedanke war, dass ich nicht mit einem Scheissbeutel leben wollte. Ich weiss nicht, welche Überzeugungen sich da bei mir aktivierten, jedenfalls waren sie alle erfunden.

Dann erklären mir die Chirurgen den Eingriff: Sie denken, sie könnten einen guten, nicht allzu invasiven Eingriff vornehmen. Es brauche auch den berühmt berüchtigten Beutel, aber nur für 3 Monate, um den Flick zu schützen, den sie machen werden. Ich erfahre, dass sich das Stoma nennt, ja das Wort ist akzeptabler als «Scheissbeu-

tel» und der Chirurg erklärt mir, wie's funktioniert. Eine geniale Lösung! Stolz erzähle ich allen, dass sie diese fantastische Sache machen werden: ein Doppelläufiges! Dann werde ich operiert. Obwohl der Eingriff laparoskopisch durchgeführt wird, ist er lang und invasiv und mein Bauch schmerzt ganz übel.

Auf dieses Leiden war ich nicht vorbereitet. Ich erinnere mich an die erste Nacht auf der Intensivstation, eingewickelt in Decken, vollgestopft mit Schmerzmitteln, die nichts nützten, ich konnte mich keinen Millimeter bewegen und war vollkommen abhängig.

Selbst als ich auf die Station zurückkehrte, dauerte es ein paar Tage, bis die Schmerzen nachliessen und es mir erlaubten, tief durchzuatmen und mich ein wenig zu entspannen.

Unterdessen kümmern sich die Pflegerinnen und Pfleger um meinen Beutel. Der Stuhl läuft aber immer wieder aus und sie müssen, zusätzlich zum Wechsel der Platte, auch die Bettwäsche und das Nachthemd wechseln.

Das passiert mehrmals pro Tag, Nacht inklusive, am Ende bis zu 8 oder 10 Mal. Die Haut um das Stoma juckt durchgehend, und ich, die angefangen hatte kurze Spaziergänge im Gang zu machen, bewege mich nicht mehr, nur damit sich Platte ja nicht löst.

Der Stuhl ist sehr aggressiv und die Haut leidet so stark, dass sie sich entzündet und einreisst, es ist eine offene Wunde. Ich bin absolut demoralisiert: Wie soll man normal leben können, wenn der Beutel nicht dran bleibt?



DIE ERGEBNISSE, DIE SIE LIEBEN,
SEHEN JETZT BESSER AUS
ALS JE ZUVOR!



Niltac™, Silesse™ und Sensi-Care™
sind jetzt

ESENTA™

ESENTA™ ist die optimierte Lösung von Convatec
für reizfreien Hautschutz und Pflasterentfernung.

©2022 Convatec. ®/™ kennzeichnet Marken von
Convatec Inc. Alle Marken Dritter (einschließlich
Logos und Icons), auf die Convatec verweist,
bleiben Eigentum der jeweiligen Inhaber.



Gebührenfreie Kundenberatung:
0800 - 55 11 10 oder
convatec.switzerland@convatec.com

spiess kühne

Ihr Sanitätshaus

Beutelmulle Smile – der fröhlich gemusterte,
hautfreundliche Überzug für Ihren Stomabeutel

Stoma-na-und Bandagen und Beutelüberzüge

Um das richtige Zubehör für Ihre Bedürfnisse zu finden, lassen Sie sich
fachkundig in unserem Sanitätshaus in Ihrer Nähe beraten.



St.Gallen | Chur | Kreuzlingen | Rapperswil | Winterthur

spiess-kuehne.ch

Verzweifelt rufe ich meine Homöopathie-Ärztin an und erzähle ihr vom erbärmlichen Zustand meiner Haut. Sie aber fragt mich, ob ich denn das Stoma akzeptiert hätte. Ich werde auch ein wenig wütend! Meine Güte, ich würde es ja akzeptieren, wenn's denn nur funktionieren würde!!

Sie schlägt mir vor, mir ein Mittel zu schicken, das mir dabei helfen soll, mein Stoma zu akzeptieren. Ich habe grosses Vertrauen in die Homöopathie, die ich gut kenne und seit dreissig Jahren immer wieder anwende. Aber ich frage mich schon, wie zwei oder drei Kügelchen mich dazu bringen sollen, das Stoma zu akzeptieren ...

Dank ein paar glücklichen Umständen und der Mithilfe meines Schwagers gelingt es mir, das Mittel in wenigen Stunden zu beschaffen. Vertrauensvoll nehme ich es ein, aber eine Stunde später verschlimmert sich der Zustand der Haut stark, es nässt so sehr, dass die Platte überhaupt nicht mehr angebracht werden kann. Dann bitte ich mit einer für mich ungewöhnlichen Entschlossenheit, darum die Platte nicht mehr drauf zu machen, sondern die Haut an der Luft zu lassen, damit sie trocknen könne. Ich *verlange* (wirklich, das ist absolut nicht meine Art ...), dass mir genügend Kompressen gebracht werden, um den austretenden Stuhl auffangen zu können, einen Mülleimer in Griffnähe und ich versichere, dass ich, falls nötig, klingeln würde. Ich wirke so überzeugend, dass die Pflegerin auf meine Forderungen eingeht. Ich und mein Stoma bleiben alleine. Und dann passiert das Wunder. Wir lernen uns kennen.

Ich bin immer noch gerührt von dieser authentischen Begegnung. Ich sah das Stoma jeweils bei den Wechseln, also öfters, aber es kümmerten sich immer andere drum.

Endlich waren wir alleine. Sie und ich. Ich zeige ihr den Sonnenuntergang (mein Zimmer war nach Westen gerichtet), gebe ihr einen Namen.

Sie heisst Stommy. Ich kann «Hallo Stommy» zu ihr sagen. Das bedeutet, ich kenne dich, du bist Teil von mir.

Wir schliessen Frieden.

Nach einer Stunde ist die Haut trocken und die Platte hält für fast zwei Stunden.

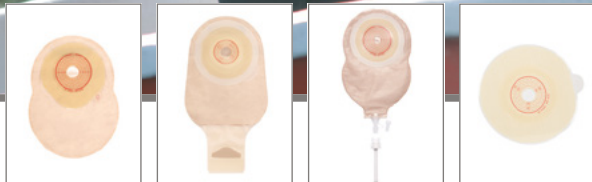
Bereits ein Erfolg.

Ich bitte um eine weitere Stunde mit Stommy. Es ist Nacht, ich zeige ihr die Sterne und den noch fast vollen Mond. Seitdem hält die Platte sehr gut. Drei Tage später bin ich nach Hause zurückgekehrt. Die Haut ist schnell abgeheilt und ich kümmere mich mit grosser Freude um Stommy. Stommy ist wunderbar, aber gelegentlich schimpfe ich sanft mit ihr, wenn sie ausgerechnet während dem Wechseln die Produktion ankurbelt. Der Beutel ist bequem und stört überhaupt nicht. Mühsam ist nur, dass er mehrmals pro Tag geleert werden muss.

Am Montag war ich für eine Kontrolle bei den Chirurgen. Man spricht bereits über die Rückverlegung von Stommy.

Es fehlen noch ein paar Monate. Aber bald werde ich mich auf den Abschied vorbereiten müssen. Sie wird mir fehlen. Das ist unsere Geschichte, und was für eine!

all4care ist Ihr neuer Ansprechpartner für
alle STOMOCUR® Produkte in der Schweiz



Gute Gründe für unsere Stomaprodukte:

- Hochwertige Materialien und Verarbeitung
- In Deutschland produziert
- Einfache und sichere Anwendung

www.forlife.info

all4care

Ihr NEUER Ansprechpartner für alle
STOMOCUR® Produkte in der Schweiz:

all4care AG

Tel. 058 255 12 33

E-Mail : info@all4care.ch

www.all4care.ch

FORLIFE
BERLIN

young ilco – wie lebt ein junger Mensch mit einem Stoma?

In der Schweiz werden jährlich rund 3'500 neue Stoma angelegt. Ein Stoma bedeutet für die Betroffenen einen grossen Lebenschnitt. Kathrin Villiger ist 32 Jahre alt und hat seit Geburt ein Jejunum-Stoma. Sie engagiert sich beim Aufbau der young ilco Schweiz. Im Interview spricht sie über die Herausforderungen einer jungen Stomaträgerin.

Wie leben Sie als junger Mensch mit einem Stoma?

Grundsätzlich gut. Als Frau habe ich oft Probleme mit den Kleidern. Da mein Stoma sehr hoch liegt, zeichnet es den vollen Beutel ab.

Was tragen Sie, damit man den Beutel nicht sieht?

Ich leere den Beutel so oft als möglich, aus kosmetischen Gründen und damit er nicht ausläuft. Es gibt leider immer wieder Situationen, wo das Stoma leckt – ich trage ein Jejunum-Stoma, weil ich einen extremen Kurz-Darm habe. Der Stuhlgang ist flüssig, sodass ich häufig auf die Toilette muss. Auch nachts muss ich zum Leeren aufstehen.

Warum tragen Sie ein Stoma?

Ich bin eine ungewöhnliche Stomaträgerin. Ich leide seit Geburt an einer totalen intestinalen Aganglionose – die sogenannten Ganglienzellen in meinem gesamten



Magen-Darmtrakt sind nicht gebildet worden. Heute habe ich nur noch ca. 30 cm Dünn-Darm. Die meisten StomaträgerInnen leiden jedoch an Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn oder Darmkrebs.

Was ist für Sie als junge Frau die grösste Herausforderung?

Ich gehe gerne in den Ausgang und an Festivals. Wenn das Stoma leckt, muss ich jeweils nach Hause. Ein anderer Mensch mit Stoma würde das Material vielleicht mitnehmen und könnte es vor Ort neu verbinden. Ich kann das nicht. Ich muss aus anatomischen Gründen das Stoma im Liegen neu verbinden und benötige dafür 15 bis 20 Minuten. Das viele Leeren, während ich unterwegs bin oder an Tagen, wo das Stoma mehrmals am Tag leckt und ich es dann jeweils mehrere Male wechseln muss, sind eine psychische Belastung und manchmal sehr frustrierend. Es gibt dann auch Tage, wo ich darum zu Hause bleiben muss.

Können Sie den Stuhlgang mit dem Essen steuern?

Jein. Aber ich esse nur für den «Gluscht». Ich werde seit meiner Geburt über einen

zentralen Venenkatheter parenteral ernährt, da mein Darm nie in der Lage war die lebensnotwendigen Nährstoffe aus dem Essen und Trinken aufzunehmen. Ich esse aber trotzdem sehr gerne, halt einfach nur kleine Mengen. Und es ist dann einfach so, dass ich auch hier, sobald ich etwas esse und trinke oft auf die Toilette muss. Aber daran sind inzwischen Alle gewohnt. Und ich bin froh, kann ich trotz allem am gesellschaftlichen Leben teilnehmen und mal mit Freunden Essen gehen.

Sie sind mit dem Stoma aufgewachsen. Konnten Sie schon früh das Stoma wechseln?

Nein. Meine Eltern haben versucht, mir ein normales Leben zu ermöglichen. Als ich in die Primarschule kam, lernte ich den Beutel, ein Zweikammersystem, zu leeren. Das Verbinden des Stomas habe ich erst seit der Oberstufe selbständig durchgeführt. Vorher wurde mein Stoma von den Eltern oder der Spitex verbunden.

Wie fühlten Sie sich als Kind?

Es war schon schwierig. Ich habe aber nie darüber gesprochen. Es gab Situationen, als das Stoma geleckert hat. Da musste ich halt meinen Freundinnen kommunizieren, dass ich nun nach Hause muss, wegen des Stomas. Aber wie viel meine Freundinnen dazumal genau verstanden haben, was das nun heisst bzw. ist, kann ich nicht sagen. Konkrete Gespräche und Erklärungen zu meinem Stoma unter Freunden haben sich leider erst so in den letzten 8 Jahren ergeben. Vorher habe ich leider nie darüber gesprochen, wenn nicht absolut nötig.

Wie bewältigen Sie Ihre Arbeit?

Ich absolvierte eine Ausbildung zur MPA in der Hausarztpraxis meines Vaters und arbeitete 4 Jahre in einem Altersheim. Seit dem 1. Juli arbeite ich 40 % im Kinderspital Luzern als MPA und Stationssekretärin auf der Intensivstation. Dort habe ich noch nicht kommuniziert, dass ich ein Stoma trage. Ich habe nur gesagt, dass ich an einer chronischen Darmkrankheit leide. Dies werde ich aber bald nachholen.

Es fällt Ihnen schwer über Ihr Stoma zu sprechen?

Ja, das merke ich auch heute noch. Ein Stoma ist ein Tabu-Thema, über das ich mit FreundInnen und Bekannten zuletzt spreche.

Viele Leute wissen auch gar nicht, was ein Stoma ist und sind überfordert.

Fühlen Sie sich manchmal einsam oder ausgegrenzt?

Nein, das nicht. Ich habe eine grossartige Familie und ein gutes Umfeld. Ich musste jedoch selbst lernen, mit meinem Stoma klarzukommen. Auch die Ärzte konnten mir da nicht weiterhelfen. Mit 27 durchlebte ich eine schwere Lebenskrise. Ich war stark gegen aussen, innerlich jedoch erschöpft. Das Problem war, dass ich mich immer mit gesunden Menschen verglichen habe. Ich bin aber trotz allem ein fröhlicher und positiver Mensch geblieben.

Inwiefern beeinflusst das Stoma Ihre Beziehungen?

Bei mir ist es leider so, dass ich noch nie eine Beziehung hatte. Ich war sowieso ein

«Spätzünder». Ich war lange schwer krank, wurde mehrmals operiert und verpasste meine Teenagerjahre. Erst mit 20 ging ich das erste Mal in den Ausgang. Ich merke, dass ich optisch immer noch grosse Probleme habe, falls es intim wird, da ich nebst dem Stoma auch noch sehr viele Narben am Bauch habe. Und mein Körper hält nicht der «gesellschaftlichen Norm» entspricht.

Treiben Sie Sport?

Ja, ich bin lange geritten und viel geschwommen. Mein Material hielt immer sehr gut. Ich verwende eine Wachsplatte und einen Urostoma-Beutel mit Ventil. Den Beutel wechsele ich alle 1 bis 2 Tage. Ansonsten gäbe es noch Stomagürtel zur Verstärkung. Dieser Gürtel übt jedoch grossen Druck auf den Bauch aus. Ich persönlich ertrage das nicht.

Wie kamen Sie zur young ilco?

Ich habe mir immer gewünscht, mit «Gleichgesinnten» in Kontakt zu treten. Ich kannte die ilco lange nicht, weil ich nur selten mit einer Stomatherapeutin in Kontakt war. Vor 4 Jahren erfuhr ich über Umwege und den SRF VIRUS Radiomoderator Robin Rehmann von der ilco. Er leidet an Colitis Ulcerosa und trug damals ein vorübergehendes Stoma. Sein Schicksal hat er via Podcasts und online-Tagebücher verarbeitet. Auch mich hat er in seiner Radiosendung S.O.S. Sick Of Silence, interviewt*. Seit 4 Jahren nehme ich nun an ilco Tagun-

gen teil. Der Präsident der ilco Schweiz hat mich vor 2 Jahren angefragt, ob ich beim Aufbau der young ilco Schweiz mithelfen will. Und seit diesem Jahr bin ich Vorstandsmitglied bei der ilco Schweiz und vertrete dort die young ilco.

Was ist das Ziel der young ilco?

Die ilco Schweiz ist zurzeit im Umbruch und wird neu strukturiert. Das Ziel ist es, vermehrt jüngere Aktivmitglieder zu gewinnen und vermehrt auch auf die Anliegen jüngerer Menschen einzugehen. Das Durchschnittsalter ist 60 plus. Da fühlt man sich als junger Mensch schnell mal deplatziert. Unser Ziel ist es, spezielle Tagungen für junge Menschen zu organisieren. Zusätzlich möchten wir den WhatsApp-Chat und die Facebook-Gruppe für jüngere Mitglieder weiter ausbauen, damit stomaspezifische Anliegen unkompliziert und schnell besprochen werden können. Und dass ein regelmässiger Austausch stattfindet. Die young ilco soll den Erfahrungsaustausch von jungen StomaträgerInnen fördern und emotionale und fachliche Unterstützung bieten.

Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Ich hoffe, dass das Stoma nicht mehr so ein Tabuthema ist. Es wäre schön, wenn die Leute, die nicht wissen, was ein Stoma ist, darüber reden können und sich trauen, Fragen zu stellen. Ich bin ein Mensch, der nur über das Stoma spricht, wenn sich jemand dafür interessiert – dann bin ich jedoch sehr offen.

* Seltene Darmerkrankung: Ein Leben mit künstlichem Darmausgang | Rehmann S.O.S. | SRF Virus: <https://www.youtube.com/watch?v=hTPmemCQOQA>.

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

Schwimmen mit einem Stoma oder: Ein lehrreicher, vergnügter, unterhaltsamer Nachmittag

Schwimmen Sie gerne?

Möchten Sie unter fachkundiger Betreuung als StomaträgerIn für sich in Ruhe ins Wasser gehen, um auszuprobieren wie sich Schwimmen mit einem Stoma anfühlt?

Unter diesem Motto erhielten wir StomaträgerInnen aus der Ostschweiz eine Einladung von Dansac Schweiz (Liberty Medical Switzerland AG / www.dansac.ch) zu einem organisierten Schwimmen im April im Volkshallenbad St.Gallen. Zuvor fand ein solcher Anlass bereits in den Regionen Bern, Lausanne und Genf statt. Weitere Anlässe sind im Tessin, Neuchâtel und Romont geplant; alle in Zusammenarbeit mit ilco Schweiz.

Ja, genau das interessierte mich, vielleicht kann ich profitieren, etwas lernen und so meldete ich mich unverzüglich an.

Am 22. April sah ich beim Eintreffen vor dem Hallenbad bereits ein ungeduldiges, bekanntes Grüppchen StomaträgerInnen warten.

Unter kundiger Führung durch Ruth Villiger und Brigitte Lips von Dansac wie auch der Stomatherapeutin Theresia Sonderer von der Krebsliga Ostschweiz, Annelies Meier, Schwimmlehrerin und Stomaträgerin, und dem Bademeister waren wir schnell umgezogen und schwammen, planschten, spritzen vergnügt im Wasser.

Welch ein ehrwürdiges Bad!

Das Volksbad St.Gallen ist das älteste noch existierende Hallenbad der Schweiz. Es wurde 1906 als damalige zweite Volksbadeanstalt der Schweiz eröffnet (siehe dazu auch die Bilder im französischen und italienischen Teil des Bulletins). Es wurde im Stil eines stattlichen Bürgerhauses mit vielerlei Verzierungen und Stilelementen



»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...

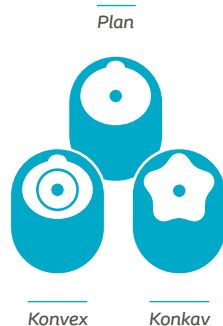
... und ist der Schlüssel zum Schutz vor Undichtigkeiten und Hautproblemen. Jeder Stomaträger ist einzigartig und benötigt eine auf seine Bedürfnisse abgestimmte Versorgung. Der Body-Check von Coloplast hilft Ihnen, die richtige Stomaversorgung zu finden und – bei regelmässiger Wiederholung – Veränderungen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

der Neorenaissance, Neobarock und Jugendstil erbaut. Die Schwimmhalle sieht noch fast so aus wie vor 116 Jahren.

In den Jahren vor dem Stoma war ich eine richtige Wasserratte, konnte nie genug Sprünge wagen und so gefiel es mir ausserordentlich, wieder zu schwimmen und sogar mit meinem Stoma.

Aber eben Sprünge ins Wasser oder gar ein Kopfsprung vom Sprungbrett – geht das mit Stoma und Neoprengürtel?

Übermütig stelle ich diese Frage an Frau Sonderer. Zuerst schien sie etwas skeptisch zu sein, überprüfte aber vorsichtshalber den korrekten Sitz meines Gürtels.

Und was ergab der Augenkontakt des mithörenden Bademeisters?

«Probieren sie es doch aus; ich bin ja dabei, falls etwas passiert», lautete seine Antwort.

Und passieren könnte ja einiges ...

Schnell legte ich die Brille zur Seite und begab mich auf das Sprungbrett.

Hm, jetzt beschlichen mich trotz der Zusage des Bademeisters Zweifel. Und überhaupt ohne Brille sehe ich ja gar nicht richtig. Vielleicht doch nicht, war ich zu übermütig?

Trotzdem sehe ich die wartende Gruppe, die gespannt auf den grossen Moment wartet.

Kneifen war jetzt nicht angebracht.

Etwas unsicher tappte ich zum vorderen Rand des Sprungbrettes, holte nochmals tief Luft und sprang ...

Platsch, ich schnappte arg nach Luft, der erste Griff galt dem Stoma. Ist auch nichts passiert oder etwa doch? Puh, Glück gehabt, alles blieb dicht.

Aber, wo war mein Neoprengürtel. Zumindest nicht mehr da, wo er sein sollte, dort baumelte lediglich der Stomabeutel an meiner Bauchdecke. Der Gürtel schwamm auch nirgends und war auf dem Beckengrund auch nicht sichtbar.

Er flatterte um meine Knie rum. Schnell zog ich ihn hoch und schwamm stolz zu den anderen zurück.

Das Schwimmen fühlte sich genau gleich an wie früher ohne Stoma. Ein grossartiges Gefühl!

Beim anschliessenden Apéro Riche tauschten wir uns lebhaft über die neu gemachten Erfahrungen aus. Alle plauderten fröhlich und freuten sich darüber, wieder einen Schritt in die Selbstständigkeit gemeistert zu haben.

Einen grossen Dank an Dansac für diesen gelungenen Anlass.

Peter Derrer
Sekretariat ilco Schweiz

P.S. Sprungnoten:

Stil	Note 10
Kleidung	Note 10
Winkel	Note 7
Idee	übermütig
Gesamt	gut

FOR ALL YOU WANT TO BE

Wir stellen Ihnen die spannendste Produktpalette vor, die wir je entwickelt haben. Confidence BE® ist als Plane und Soft Convexe Versorgung verfügbar und überzeugt durch eine Reihe von cleveren Eigenschaften, die Ihnen helfen, sich in Ihrer Haut wohl zu fühlen, Vertrauen in Ihre Fähigkeiten zu haben und sich frei und sicher fühlen zu können.

BE COORDINATED Das erste Produkt in drei Farben – schwarz, weiss und beige

BE CONFIDENT Weicher, strapazierfähiger Textilstoff sieht elegant aus – nicht wie ein medizinisches Produkt

BE DISCREET Das Zwei-Weg-Filterssystem hilft das Aufblähen und Zusammenkleben des Beutels zu minimieren sowie Gerüche zu vermeiden

CONFIDENCE BE®

For all you want to be



Recognising Salts research
into healthy stoma skin



DERMATOLOGICALLY
ACCREDITED



Erfahren Sie mehr über diese spannenden, neuen Produkte unter **www.morani.ch**

Oder kontaktieren Sie uns unter der Telefonnummer **044 775 33 44** oder per Email an **info@morani.ch**

 **salts morani** *medical*
HEALTHCARE



Morani Medical AG, Unterrohrstrasse 3, 8952 Schlieren. © Eingetragene Marken von Salts Healthcare Ltd.
© Salts Healthcare Ltd 2022. Produkte und Marken von Salts Healthcare Ltd sind durch britische und ausländische Patente, eingetragene Warenzeichen und Marken geschützt. Weitere Informationen finden Sie unter www.salts.co.uk

EUROKEY

Schlüsselbestellung

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

Bestellungen an:

ilco Schweiz

Peter Derrer

Oberdorfstr. 20/b

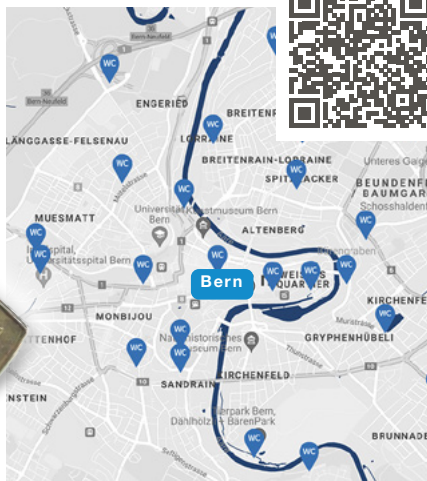
9512 Rossrüti

Telefon +41 77 418 33 40

E-Mail: info@ilco.ch



Alle Standorte der sanitären Anlagen in der Schweiz unter:



ilco Schweiz, wichtige Termine 2023

Mitgliederversammlung im Frühjahr, Ortschaft und Datum folgt

Stomatag, 7. Oktober, Ortschaft folgt

 *Besondere Situationen verlangen professionelle Lösungen.*

 *Les situations particulières nécessitent des solutions professionnelles.*

Innovativer Geruchsbanner für die Stomaversorgung

Barrière olfactive innovante pour les soins de stomie

- ✓ Verbessert deutlich die Lebensqualität der Stomaträger
- ✓ Neutralisiert schnell und zuverlässig üble Gerüche direkt an der Quelle und im Raum
- ✓ Verbessert die Passage durch die Öffnung des Stomabeutels

- ✓ Améliore significativement la qualité de vie des stomisés
- ✓ Neutralise rapidement et de manière fiable les odeurs désagréables directement à la source et dans la pièce
- ✓ Améliore le passage à travers l'ouverture de la poche de stomie



100%
NATUREL

Voneinander lernen, miteinander stärker werden.



SCAN ME

Jetzt anmelden und Mitglied werden

Anmeldung auch online unter www.ilco.ch möglich.

Die Mitgliedschaft in der ilco Schweiz und young ilco kostet CHF 40.– pro Jahr. Mitglieder profitieren von zahlreichen Vorteilen.

Betritt in ☐ Regionalgruppe oder ☐ young ilco-Gruppe

Region _____

Anrede ☐ Frau ☐ Herr

Vorname/Name _____

Strasse/Nr. _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Geburtstag _____

E-Mail _____

Ich bin ☐ Stomaträger/-in

Stoma-Art: ☐ Ileostoma ☐ Colostoma ☐ Urostoma ☐ temporär ☐ dauerhaft
(Mehrfachnennung möglich)

☐ Angehörige/r ☐ Interessierte/r ☐ Fachperson

Korrespondenzsprache: ☐ Deutsch ☐ Französisch ☐ Italienisch

Einsenden an:

ilco Schweiz, Sekretariat
Oberdorfstrasse 20b, 9512 Rossrüti
Mobile: +41 77 418 33 40
E-Mail: info@ilco.ch

Willkommen
in der
«ilco-Familie»
wir freuen uns
auf Sie!



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.mediqsuisse.ch

Avant-propos de la Présidente



Chères lectrices, chers lecteurs

À bien des égards, l'année 2022 s'avère pleine de profonds changements. La poli-

tique mondiale est sens dessus dessous, l'avancée du changement climatique nous a apporté un été de chaleur accablante, et le Corona-Virus n'a pas encore disparu non plus. Toutefois, cet été, la situation nous a permis de vivre notre quotidien un peu plus sereinement et de profiter à nouveau pleinement et sans restriction des événements. Je m'en réjouis particulièrement. Restez prudents quand même! En automne et en hiver, le virus pourrait nous causer de nouveaux désagréments.

Chez ilco Suisse, nous avons également beaucoup de pain sur la planche cette année. Comme mon prédécesseur Peter Schneeberger vous l'a raconté dans son avant-propos du Bulletin de mai, la première assemblée générale de la nouvelle ilco Suisse a eu lieu à Soleure fin avril. Près de 60 membres se sont réunis pour participer au redémarrage de notre association. Je serai ravie de vous en parler plus loin dans ce numéro (page 29).

Maintenant, au plus tard, il est clair que ce n'est plus Peter Schneeberger qui a la parole, mais quelqu'un de complètement différent. Certains entre vous me

connaissent déjà, pour les autres je vais me présenter brièvement : je m'appelle Maria Calabrò (45), j'habite à Naters dans le Haut-Valais et j'ai une stomie définitive depuis presque 20 ans. Avant la fusion j'étais présidente du groupe régional du Valais et je connais très bien ilco depuis plusieurs années.

Lors de l'assemblée générale, j'ai été élu présidente, aux côtés des autres nouveaux membres du comité. Je profite de cette occasion pour remercier Peter Schneeberger pour ses nombreuses années de travail infatigable en tant que président. Les traces à suivre sont grandes et j'espère de pouvoir répondre aux attentes avec mon expérience.

Maintenant, je vous souhaite une bonne lecture du nouveau Bulletin. Pour le prochain numéro, comme d'habitude, notre équipe de rédaction se réjouit de recevoir des nouvelles contributions intéressantes provenant des quatre coins de la Suisse.

Je ne vous retiens pas plus longtemps et vous souhaite une période sans troubles, un automne agréablement tempéré et un hiver enneigé, ainsi que de joyeuses fêtes et une bonne nouvelle année.

Prenez soin de vous et restez en bonne santé !

Maria Calabrò
Présidente ilco Suisse

FOR ALL YOU WANT TO BE

Nous vous présentons la gamme de produits la plus intéressante que nous ayons développée jusqu'à présent. Confidence BE® est disponible en version plane et soft convexe avec une palette de caractéristiques innovantes pour que vous vous sentiez bien dans votre peau, confiants dans vos aptitudes et libres de vivre votre vie.

BE COORDINATED La première gamme à offrir trois couleurs – noir, blanc et beige

BE CONFIDENT Le revêtement textile doux et résistant est élégant et ne ressemble pas à un dispositif médical

BE DISCREET Le système de filtrage intelligent permet d'aider à diminuer le gonflement de la poche, l'effet vacuum et les odeurs

CONFIDENCE BE®

For all you want to be



Recognising Salts research
into healthy stoma skin



DERMATOLOGICALLY
ACCREDITED



Pour en savoir plus sur ces incroyables nouveaux produits, rendez-vous sur **www.morani.ch**

Ou contactez-nous au **044 775 33 44**
ou par e-mail à **info@morani.ch**

 **salts morani** *medical*
HEALTHCARE



Morani Medical AG, Unterrohrstrasse 3, 8952 Schlieren. ® Marques déposées de Salts Healthcare Ltd.
© Salts Healthcare Ltd 2022. Les produits et marques de Salts Healthcare Ltd sont protégés par des brevets britanniques et étrangers, des marques déposées et des marques. Plus d'informations sont disponibles sur www.salts.co.uk

Quo vadis ilco Suisse

Où vas-tu ilco Suisse ?

C'est une question que notre ancien président Peter Schneeberger s'est sans doute posée il y a quelques années, quand il a posé les premiers jalons qui ont conduit à la nouvelle ilco Suisse actuelle. La réponse à cette question est aussi simple que compliquée :

« Réussir l'avenir ! »

Il est également clair que ce chemin vers un avenir réussi, nous devons le former et emprunter tous ensemble – tirer tous dans le même sens.

La fusion des groupes régionaux pour former ilco Suisse en avril dernier n'était qu'une des nombreuses étapes nécessaires, mais une des plus importantes. La fusion jette les bases de la nouvelle route sur laquelle ilco Suisse se lance. Elle nous permet de regrouper les ressources disponibles dans toute la Suisse, afin que tous les membres, quel que soit leur coin du pays, puissent profiter des mêmes prestations variées et des mêmes offres attrayantes (voir événement natation !). En même temps, il y a une personne de contact au sein du comité responsable des régions et une autre pour les événements. Ils sont toujours disponibles pour répondre à tous les besoins des groupes régionaux.

Mais avant d'arriver là, il y avait beaucoup à faire et il fallait bien commencer quelque part. Peter Schneeberger a fait des recher-

ches et s'est informé et est tombé sur le « Vereinscoaching », c'est-à-dire littéralement entraînement pour les associations. Il s'agit bien évidemment d'une « formation ». Lors de la conférence des présidents en janvier 2020, il nous a présenté M. Philipp Moor de Vereinscoaching.ch et nous a proposé d'organiser un atelier au sujet de « Avenir ilco Suisse ». Ceci a eu lieu en février 2020. Philipp Moor nous a aidés à analyser la situation actuelle et à mettre sur papier nos attentes, nos souhaits et nos visions pour une nouvelle ilco Suisse.

Cette journée nous a montré sans le moindre doute que nous avons encore beaucoup de travail à faire. Un groupe de travail a été mis en place. J'ai moi-même fait partie de cette équipe et malheureusement, au fil du temps, nous avons subi plusieurs départs, mais de l'autre côté, nous avons aussi pu accueillir de nouvelles personnes dans le groupe de travail. Nous avons beaucoup discuté, écrit et téléphoné, et nous n'étions pas toujours d'accord. Parfois, nos opinions étaient diamétralement opposées. Mais nous avons toujours trouvé un terrain d'entente et un bon moyen d'avancer.

Après avoir analysé les avantages et les inconvénients de diverses solutions, qui allaient initialement dans toutes les directions possibles, et après nous être parfois perdu dans les détails, nous avons réalisé que la fusion était la solution la plus prometteuse que nous avions sur la table.

Mais ce n'était pas fini, bien au contraire. Le dur boulot ne faisait que commencer.

En effet, pour fusionner les associations régionales et ilco Suisse en une seule association, il est nécessaire de dissoudre les associations régionales. Le groupe de travail devait maintenant convaincre les associations régionales de nous suivre sur la voie que nous avons choisie.

Lors de la conférence des présidents 2021, qui, en raison du coronavirus, n'a pu se tenir qu'en août, nous avons présenté aux présidents régionaux présents notre projet pour une nouvelle ilco Suisse. Ils ont ensuite eu jusqu'à l'assemblée des délégués de fin octobre 2021 pour tenir leurs assemblées générales et de faire voter les membres sur leur volonté d'approuver ou non la fusion avec ilco Suisse.

Le groupe de travail ne s'est pas reposé sur ses lauriers jusqu'à l'assemblée des délégués, mais a activement contacté les groupes régionaux pour être présent à leurs assemblées générales et pour expliquer personnellement la fusion aux membres et répondre aux questions qui se posaient. Nous voulions ainsi nous assurer que tous recevaient les mêmes informations, en toute neutralité. Malheureusement, cela n'a pas été apprécié par tous les groupes régionaux. Certains ont eu dès le départ une attitude très négative et ont activement travaillé contre le groupe de travail et le projet de fusion. En conséquence, nous n'avons malheureusement pas été autorisés à assister à toutes les assemblées générales. J'ai personnellement participé à un total de quatre assemblées générales (FR, VD, TI & VS). Partout, les incertitudes

étaient grandes et les questions nombreuses. Des craintes concernant ce changement important ont également été exprimées. C'est tout à fait compréhensible et j'ai essayé d'y répondre de la meilleure façon possible. Cela a donné lieu à de très bonnes conversations et discussions constructives. J'étais à chaque fois très heureux et reconnaissant que, malgré les attitudes négatives initiales, les votes finissent par être favorables à la fusion, parfois même à l'unanimité.

Pour la joie et le soulagement de nous tous, nos efforts ont été récompensés lors de l'assemblée des délégués de fin octobre 2021. La fusion a été acceptée et quelques groupes régionaux ont adhéré après avoir reconsidéré leur décision initiale. Nous avons dû laisser partir quatre groupes régionaux.

Le travail du groupe de travail était loin d'être terminé. Il fallait maintenant élaborer de nouveaux statuts et un règlement intérieur en vue de la première assemblée générale de la nouvelle ilco Suisse.

Nous ne devons bien sûr pas oublier la partie la plus importante : La nouvelle ilco Suisse avait besoin d'un nouveau comité. Nous avons vite compris que le futur comité serait principalement issu du groupe de travail. Il n'y avait pas d'autres candidats en vue.

Lors de l'assemblée générale de fin avril à Soleure, nous nous sommes présentés comme suit et avons tous été élus.



de gauche: Bruno Raffa (Sponsoring), Kathrin Villiger (young ilco), Stephanie de Montmollin (Régions), Maria Calabrò (Présidente), Peter Schneeberger (Vice-président & Finances), Peter Derrer (Secrétariat), Wolfgang Göbel (Gestion des événements)

Nous remercions nos fidèles membres pour la confiance qu'ils nous ont témoignée et pour tous leurs commentaires encourageants et motivants.

A la fin de l'assemblée générale, nous n'avons pas manqué l'occasion de remercier chaleureusement les membres de nos comités de longue date pour leur travail et de leur remettre un petit cadeau.

Nous avons nommé le président Peter Schneeberger président d'honneur et avons remercié Hubert Chassot pour ses décennies de service en faveur de ilco BEJUNE et ilco Suisse en lui décernant le titre de membre d'honneur. Avec la vice-présidente sortante Patrizia Bellotti,

tous trois ont reçu chacun une Smartbox pour des voyages individuels. Par contre, notre secrétaire appréciée, Therese Schneeberger, a eu le plaisir de recevoir un panier de spécialités valaisannes. J'espère que cela a été apprécié !

Et maintenant?

« En route vers l'avenir ! »

Dans le prochain numéro de printemps, nous vous parlerons de la première année de notre travail au sein du nouveau comité.

Maria Calabrò
Présidente ilco Suisse

all4care est votre nouvel interlocuteur en Suisse pour tous les produits STOMOCUR®



révision 3/2021 / 19-007



Le meilleur choix pour vos produits de stomies:

- Matériel de haute qualité
- Produit en Allemagne
- Utilisation simple et sûre

www.forlife.info

all4care

Votre NOUVEL interlocuteur en Suisse pour tous les produits STOMOCUR®:

all4care SA

tél. 058 255 12 33

e-mail : info@all4care.ch

www.all4care.ch

FORLIFE
BERLIN

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 !



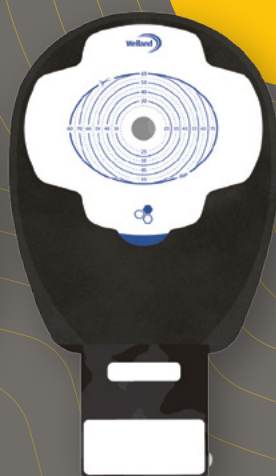
**Nous te
cherchons!**

Engage-toi au sein de notre
organisation

ilco
www.ilco.ch

Die neue Form mit
natürlichem medizinischem
Manuka Honig, für mehr als
nur ein **PLUS!**

- + Mehr Farbauswahl
- + Mehr Sicherheit
- + Mehr Hautschutz
- + Mehr Komfort



Bestellen Sie Ihr
Gratismuster mit
der beiliegenden
Bestellkarte

Ab sofort erhältlich bei:

GRIBI A

Hühnerhubel
CH-3123
Tel. +41 31 8
Fax +41 31 8
info@gr
www.gr

Nouvelle forme avec du
miel de Manuka médicinal
naturel pour plus qu'un seul
PLUS !

- + Plus de choix de couleurs
- + Plus de sécurité
- + Plus de protection de la peau
- + Plus de confort



Disponible dès maintenant chez :

G BELP

strasse 59
Belp
18 40 80
18 40 85
ibi.ch
ibi.ch

Commandez votre
échantillon gratuit
avec la carte de
commande ci-jointe

Tessin, Novembre 2021

Fabia et Stommy

Au moment du diagnostic et de la proposition d'intervention chirurgicale, certaines pensées se sont immédiatement activées en moi.

Pour commencer, si on peut opérer, on peut résoudre le problème. J'ai toujours cru à la chirurgie (moins à la médecine), qui, à mon avis, a fait de très grands progrès. Donc, dans mes croyances, ce qui peut être opéré peut être guéri.

Deuxièmement, je me suis constamment rappelé d'une phrase que j'ai entendue, enfant, lors d'une opération, je ne sais plus de quel parent : « Ils ont ouvert et refermé immédiatement parce qu'il n'y avait plus rien à faire. » Cette peur n'était que partiellement contenue par le fait que les TDM et les IRM garantissaient désormais qu'il n'y aurait pas de mauvaises surprises. Ça m'a tellement occupé, que la première chose que j'ai demandée après l'opération a été : « N'avez-vous pas eu de surprises ? »

La troisième pensée était que je ne voudrais pas vivre avec un sac à merde. Je ne sais pas quelles croyances ont été activées, toutes inventées de toute façon. Puis les chirurgiens m'expliquent l'opération : ils pensent de pouvoir faire une bonne opération, pas trop invasive, et qu'il faudra la fameuse poche, mais seulement pendant trois mois pour protéger le patch qu'ils feront.

J'apprends que cela s'appelle une stomie, le mot est déjà plus acceptable que « sac

à merde », et le chirurgien m'explique comment ça fonctionne. Une solution ingénieuse. Et je dis à tout le monde, assez fièrement, qu'ils vont faire cette chose fantastique : une double ouverture !

Puis on m'opère. L'opération, bien que laparoscopique, est longue et invasive et mon ventre en souffre énormément.

Je n'étais pas préparée à souffrir. Je me souviens de la première nuit aux soins intensifs, enveloppée dans des couvertures, bourrées d'analgésiques qui ne servaient à rien, je ne pouvais pas bouger d'un millimètre et j'étais complètement dépendante.

Même une fois de retour au service, il faut quelques jours pour que la douleur s'atténue et me permettent de respirer profondément et de me détendre un peu.

Entre-temps, les infirmières s'occupent de la poche. Souvent, cependant, les selles s'échappent, et il faut changer les draps et la chemise de nuit, ainsi que rattacher la plaque.

Cela se produit plusieurs fois par jour, y compris la nuit, jusqu'à 8 ou 10 fois. La peau près de la stomie picote constamment et moi, qui avais commencé à faire de courtes promenades dans le couloir, je reste immobile, juste pour éviter que la plaque ne se détache.

Les selles sont très corrosives et la peau est très endommagée, elle s'enflamme, se lacère, c'est une plaie ouverte.

Je suis très démoralisée : comment vivre normalement si la poche ne reste pas attachée ?

Puis, désespérée, j'appelle mon médecin homéopathe, je lui raconte de l'état

pitoyable de ma peau, mais elle me demande si j'ai donc accepté la stomie. Je suis même un peu en colère ! Bon sang, je l'accepterais si ça fonctionnait !! Elle propose de m'envoyer un remède pour l'accepter. J'ai beaucoup de confiance dans l'homéopathie, que je connais bien et que je pratique depuis trente ans, mais je me demande comment deux ou trois boulettes peuvent me la faire accepter ?

Par un enchaînement de circonstances heureuses et avec la complicité de mon beau-frère, j'ai réussi à obtenir le remède en quelques heures. Je le prends en toute confiance, mais une heure plus tard, la peau est bien pire, elle suinte à tel point que la plaque de la poche ne colle plus du tout. Puis, avec une résolution inhabituelle, j'ai demandé de ne pas mettre la plaque et de laisser la peau à l'air libre pour qu'elle sèche. J'*ordonne* (vraiment, ça ne me ressemble pas du tout ...) que on m'apporte suffisamment de compresses pour pouvoir recueillir les selles qui s'échappent, une poubelle à portée de main et je rassure que je sonnerai la cloche en cas de besoin. Je suis convaincant et l'infirmière se plie à mes souhaits. Ma stomie et moi restons seuls. Et là, le miracle se produit.

Nous faisons connaissance.

Je suis encore émue par cette rencontre authentique. Je voyais la stomie à chaque

changement, donc assez souvent, mais c'était toujours les autres qui s'en occupaient.

Nous étions enfin seuls. Elle et moi.

Je lui montre le coucher du soleil (ma chambre était orientée vers l'ouest), je lui donne un nom.

Elle s'appelle Stommy. Et je peux lui dire « Hello Stommy ». Cela signifie : je te reconnais, tu fais partie de moi.

Nous faisons la paix.

Après une heure, la peau est sèche et la plaque reste collée pendant près de deux heures. C'est déjà un succès.

Je demande une autre heure avec Stommy. Il fait nuit maintenant, je lui montre les étoiles et la lune encore presque pleine. Depuis cela, la plaque colle bien. Trois jours plus tard, je suis rentré chez moi. La peau a guéri rapidement et je m'occupe de Stommy avec un grand plaisir. Stommy est super, mais il m'arrive de la gronder gentiment si elle commence à produire juste au moment du changement de la poche. La poche est confortable. Elle ne provoque aucune gêne. Juste le tracas de la vider plusieurs fois par jour.

Le lundi, j'ai rencontré les chirurgiens pour un contrôle. Ils parlent déjà de remettre Stommy en place.

Il reste encore quelques mois. Mais bientôt, je vais devoir me préparer à dire adieu. Et elle va me manquer. Quelle histoire, la nôtre !

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

young ilco – comment vit une jeune personne avec une stomie ?

Environ 3'500 nouvelles stomies sont posées chaque année en Suisse. Une stomie implique un changement de mode de vie important. Une stomie représente un grand changement dans la vie des personnes concernées. Kathrin Villiger, 32 ans, a une jéjunostomie depuis la naissance. Elle est engagée dans la mise en place de young ilco Suisse. Dans l'interview, elle parle des défis d'une jeune porteuse de stomie.

Comment vivez-vous en tant que jeune personne stomisée ?

En principe, bien. En tant que femme, j'ai souvent des problèmes avec les vêtements. Comme ma stomie est située très haut, la poche pleine est visible.

Qu'est-ce que vous portez pour cacher la poche ?

Je vide la poche aussi souvent que possible, pour des raisons esthétiques et pour éviter les fuites. Malheureusement, il y a souvent des situations où la stomie coule – J'ai une jéjunostomie parce que mon intestin est extrêmement court. Les selles sont liquides, je dois donc aller aux toilettes très souvent. Même pendant la nuit, je dois me lever pour vider ma poche.

Pourquoi portez-vous une stomie ?

Je suis une porteuse de stomie inhabituelle. Depuis ma naissance, je souffre



d'une aganglionose intestinale totale – l'absence de cellules du système nerveux entérique dans la paroi intestinale. Aujourd'hui, il me reste environ 30 cm d'intestin grêle. La plupart des patients stomisés souffrent toutefois de colite ulcéreuse, de la maladie de Crohn ou d'un cancer de l'intestin.

Pour vous, en tant que jeune femme, quel est le plus grand défi ?

J'aime sortir et aller à des festivals. Quand la stomie coule, je dois toujours rentrer chez moi.

Une autre personne stomisée emporterait le matériel nécessaire pour changer la plaque et la poche sur place. Je ne peux pas faire ça. Pour des raisons anatomiques, je dois faire le changement en position couchée et j'ai besoin de 15 à 20 minutes. Les nombreuses vidanges lorsque je suis loin de ma maison ou les jours où la stomie coule et que je dois faire le changement plusieurs fois, sont un stress psychologique et parfois très

frustrants. Il y a aussi des jours où je dois rester à la maison.

Êtes-vous capable de contrôler les selles avec la nourriture ?

Oui et non. Mais je ne mange que pour le plaisir. Depuis ma naissance, je suis nourri par voie parentérale au moyen d'un cathéter veineux central, car mon intestin n'a jamais pu absorber les nutriments vitaux contenus dans les aliments et les boissons. J'aime manger quand même, mais seulement en petites quantités. Ainsi, même ici, dès que je mange ou que je bois quelque chose, je dois souvent aller aux toilettes. Mais tout le monde s'y est habitué maintenant. Je suis heureux de pouvoir continuer à participer à la vie sociale et aller manger au restaurant avec des amis.

Vous avez grandi avec une stomie. Pouviez-vous déjà changer la poche lorsque vous étiez enfant ?

Non. Mes parents ont essayé de me faire vivre une vie normale. Quand j'ai commencé l'école primaire, j'ai appris à vider la poche, un système à deux chambres. Je ne me suis occupé du changement de la poche qu'à partir du lycée. Mes parents ou le service de soins à domicile se sont d'abord occupés de ma stomie.

Comment vous vous sentiez quand vous étiez enfant ?

C'était assez difficile, mais je n'en ai jamais parlé. Il y a eu des situations où la stomie coulait. J'ai alors dû dire à mes amis que je devais rentrer chez moi à

cause de la stomie. Je ne peux pas dire jusqu'à quel point mes amis ont compris exactement ce que cela signifiait ou ce que c'était. Malheureusement, les conversations et explications concrètes sur ma stomie, entre amis, ne sont apparues qu'au cours des huit dernières années. Avant, je n'en parlais jamais, sauf si c'était absolument nécessaire.

Comment gérez-vous votre travail ?

J'ai suivi une formation d'assistante médicale dans le cabinet de mon père et j'ai travaillé pendant quatre ans dans une maison de retraite. Depuis le 1^{er} juillet, je travaille à 40 % à l'Hôpital pédiatrique de Lucerne en tant qu'assistante médicale et secrétaire dans l'unité de soins intensifs. Là, je n'ai pas encore communiqué que je porte une stomie. J'ai seulement dit que je souffre d'une maladie intestinale chronique. Mais je vais le faire bientôt.

Vous avez du mal à parler de votre stomie ?

Oui, je le remarque encore aujourd'hui. La stomie est un sujet tabou dont j'en parle en dernier avec des amis et des connaissances. Beaucoup de gens ne savent même pas ce qu'est une stomie et ne savent donc pas comment réagir.

Vous vous sentez parfois seul ou marginalisé ?

Non, pas ça. J'ai une famille formidable et un bon environnement social. Mais, j'ai dû apprendre par moi-même à vivre avec la stomie. Même les médecins ne pouvaient pas m'aider. À l'âge de 27 ans, j'ai traver-

sé une grave crise existentielle. J'étais fort vers l'extérieur, mais épuisé à l'intérieur. Le problème, c'est que je me comparais toujours à des personnes en bonne santé. Mais, malgré tout, je suis restée une personne joyeuse et positive.

Dans quelle mesure la stomie affecte-t-elle vos relations ?

Malheureusement, je n'ai jamais eu une relation. J'étais de toute façon une « retardataire ». J'ai été gravement malade pendant longtemps, j'ai subi de nombreuses opérations et j'ai manqué mon adolescence. Ce n'est qu'à 20 ans que je suis sorti pour la première fois. Je me rends compte que j'ai encore de gros problèmes visuels quand les choses deviennent intimes, car en plus de la stomie, j'ai beaucoup de cicatrices sur le ventre. Et mon corps ne correspond pas aux « normes sociales ».

Faites-vous du sport ?

Oui, j'ai fait du cheval pendant longtemps et j'ai beaucoup nagé. Mon matériel a toujours très bien tenu. J'utilise une plaque de cire et une poche d'urostomie avec une valve. Je change la poche tous les 1 à 2 jours. Des ceintures seraient également disponibles pour améliorer le soutien. Toutefois, cette ceinture exerce une forte pression sur le ventre. Personnellement, je ne la supporte pas.

Comment êtes-vous arrivé à young ilco ?

J'ai toujours souhaité entrer en contact avec d'autres personnes « comme moi ».

Pendant longtemps, je ne connaissais pas ilco, car je n'étais que rarement en contact avec une stomathérapeute. Il y a quatre ans, j'ai appris l'existence de ilco par des voies indirectes et par l'animateur radio de SRF VIRUS, Robin Rehmann. Il souffre de colite ulcéreuse et avait une stomie temporaire à l'époque. Il a traité son sort via des podcasts et des journaux intimes en ligne. Il m'a également interviewé dans son émission de radio « S.O.S. Sick Of Silence »*. Je participe aux événements de ilco depuis quatre ans. Il y a deux ans, le président de ilco Suisse m'a demandé si je voulais participer à la création de la young ilco Suisse. Depuis cette année, je suis membre du comité de ilco Suisse et je représente young ilco.

Quel est l'objectif de young ilco ?

Ilco Suisse se trouve actuellement dans une phase de grands changements et de restructuration. L'objectif d'ilco Suisse est d'attirer un plus grand nombre de jeunes membres actifs et d'être plus à l'écoute des préoccupations des jeunes. L'âge moyen des membres d'ilco Suisse est de 60 ans et plus. En tant que jeune, on se sent vite déplacé. Notre objectif est d'organiser des rencontres spéciales pour les jeunes. En plus, nous voulons développer le chat WhatsApp et le groupe Facebook pour les jeunes membres, afin que les préoccupations spécifiques à la stomie

* Maladie intestinale rare : une vie avec une sortie intestinale artificielle | Rehmann S.O.S | SRF Virus : <https://www.youtube.com/watch?v=hTPmemCQOQA>



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

puissent être discutées rapidement et facilement et qu'un échange régulier ait lieu. young ilco vise à promouvoir l'échange d'expériences entre les jeunes patients stomisés et à leur apporter un soutien émotionnel et professionnel.

Que souhaitez-vous pour l'avenir ?

J'espère que la stomie ne sera plus un sujet aussi tabou. Ce serait bien que les

personnes qui ne savent pas ce qu'est une stomie puissent en parler et osent poser des questions. Je suis une personne qui ne parle de stomie que si quelqu'un s'y intéresse – alors je suis très ouverte.

Interview: Dominique Götz / GastroMag

A propos



Tu es jeune et confronté au thème de la stomie ?

Alors tu es au bon endroit.

Sûrement, tu as beaucoup de questions qui te passent par la tête ... une stomie, et maintenant ?

Tu n'es pas seul : young ilco est là pour toi !

Lors de rencontres personnelles, d'excursions ou en ligne, tu peux échanger avec des personnes de ton âge qui comprennent ce que tu ressens.

Personne de contact : écris-nous en français et Kathrin te redirigera vers la bonne personne qui parle ta langue.

Contact:

young ilco Suisse, Kathrin Villiger
Sagenstrasse 13, 6252 Dagmersellen
k.villiger@ilco.ch
079 331 25 61

Informations complémentaires :



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

ilco Suisse, dates importantes 2023

Assemblée générale en printemps, localité et date à suivre

Journée de la Stomie, le 7 octobre, localité à suivre

Nager avec une stomie ou : Un après-midi instructif, amusant et divertissant

Aimez-vous nager ?

Aimeriez-vous, en tant que porteur de stomie, aller dans l'eau en toute tranquillité, sous la surveillance d'un spécialiste, pour essayer de nager avec une stomie ?

C'est sous ce slogan que nous, stomisés de Suisse orientale, avons reçu une invitation de Dansac Suisse (Liberty Medical Switzerland AG / www.dansac.ch) à participer à une baignade organisée en avril à la piscine Volksbad de Saint-Gall.

Auparavant, un tel événement avait déjà eu lieu dans les régions de Berne, Lausanne et Genève.

D'autres événements sont prévus au Tessin, à Neuchâtel et à Romont, tous en collaboration avec ilco Suisse.

Oui, c'est exactement ce qui m'intéressait, je pourrais peut-être en profiter, apprendre quelque chose et je me suis donc inscrit sans attendre.

Le 22 avril, en arrivant devant la piscine couverte, je voyais déjà un petit groupe impatient et connu de stomisés qui attendait.

Sous la conduite experte de Ruth Villiger et Brigitte Lips de Dansac, ainsi que de Theresia Sonderer, stomathérapeute de la Ligue contre le cancer de Suisse orientale, d'Annelies Meier, professeur de natation et stomisée ainsi que du maître-nageur, nous nous sommes rapidement changés et avons nagé, pataugé et nous nous sommes éclaboussés avec plaisir.

Quel endroit vénérable !

Le bain populaire, Volksbad, de Saint-Gall est la plus ancienne piscine couverte de Suisse encore en activité. Elle a été ouverte en 1906 comme deuxième établissement de bains populaires de Suisse (voir aussi les photos dans les parties allemande et italienne du bulletin). Elle a été



construite dans le style d'une imposante maison bourgeoise avec de nombreuses décorations et éléments de style néo-rennaissance, néo-baroque et art nouveau. Le hall de la piscine est resté presque tel qu'il était il y a 116 ans.

Avant d'avoir la stomie, j'étais un vrai poisson. J'aimais sauter dans l'eau encore et encore, et j'ai donc adoré me remettre à nager, même avec ma stomie. Mais justement, sauter dans l'eau ou même sauter du plongeur, est-ce possible avec une stomie et une ceinture en néoprène ?

J'ai posé cette question à Mme Sonderer. Au début, elle semblait un peu sceptique, mais elle a pris la précaution de vérifier que ma ceinture était bien fixée. Et que m'a dit le maître-nageur qui m'écoutait ?

« Essayez donc, je suis là au cas où il se passerait quelque chose ».

Et il pourrait bien se passer quelque chose ...

J'ai rapidement mis mes lunettes de côté et me suis dirigé vers le plongeur.

Humm, maintenant, malgré l'encouragement du maître-nageur, j'ai des doutes. Et puis, sans lunettes, je ne vois pas bien.

Ai-je été trop téméraire ?

Je vois néanmoins le groupe qui attend avec impatience le grand moment.

Il n'était pas question de me défiler.

Un peu hésitant, je me dirige à tâtons vers le bord avant du plongeur, je prends une nouvelle fois une grande inspiration et je saute ...

Plouf, j'ai eu du mal à reprendre mon souffle, la première chose que j'ai faite est de m'occuper de ma stomie. Il ne s'est rien passé, n'est-ce pas ? Ouf, j'ai eu de la chance, tout est resté étanche.

Mais où était ma ceinture en néoprène ?

En tout cas, elle n'était plus là où elle devait être, seule la poche de stomie pendait à la paroi abdominale. La ceinture ne flottait nulle part non plus et n'était pas visible au fond du bassin.

Elle flottait autour de mes genoux. Je l'ai rapidement remontée et j'ai nagé fièrement vers les autres.

J'ai retrouvé la même sensation en nageant qu'avant ma stomie. Une sensation extraordinaire !

Lors de l'apéro dînatoire qui a suivi, nous avons vivement échangé sur nos nouvelles expériences. Tout le monde a bavardé joyeusement et s'est réjoui d'avoir franchi une nouvelle étape vers l'autonomie.

Un grand merci à Dansac pour cet événement réussi.

Ilco Suisse

Peter Derrer / Secrétariat

P.S. Notes du saut :

Style	10
Tenue vestimentaire	10
Angle	7
Idée	exubérante
Dans l'ensemble	bon



LES RÉSULTATS QUE VOUS AIMEZ,
SONT DÉSORMAIS PLUS BEAUX
QUE JAMAIS !



Niltac™, Silesse™ et Sensi-Care™
sont maintenant

ESENTA™

ESENTA™ est la marque optimisée des produits de protection
cutanée non irritante et de retrait de pansements non irritants.

©2022 Convatec. ®/™ identifie les marques de
commerce de Convatec Inc. Toutes les marques
de commerce de tiers (y compris les logos et les
icônes) auxquelles Convatec fait référence restent la
propriété de leurs propriétaires respectifs.



Conseil gratuits à la clientèle :
0800 - 55 11 10 ou
ch.serviceclient@convatec.com

Ein regi**ON**aler Betrieb.

druckerei**ruchag**



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

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. La clé n'est remise qu'aux membres.

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 Suisse) 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.

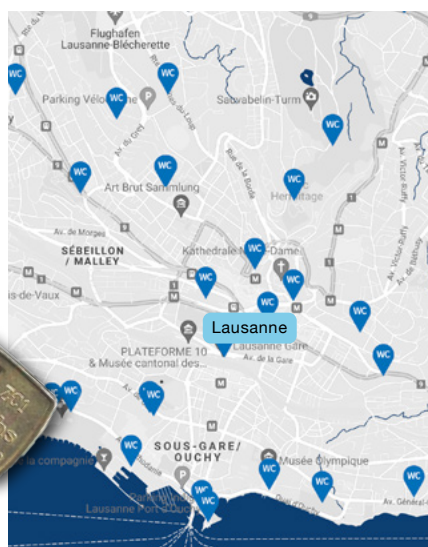
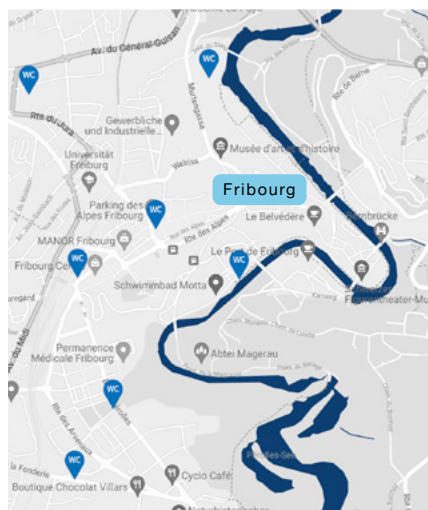
La clé donne l'accès aux toilettes et aux ascenseurs en Europe, exclusivement pour les personnes handicapées.

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 della Presidente



Cari lettori

Sotto molteplici aspetti l'anno 2022 si rivela essere pieno di cambiamenti. La politica mondiale è capovolta, l'avanzare

del cambiamento climatico ci ha portato un'estate di caldo opprimente e neanche il Corona-Virus è ancora scomparso.

Tuttavia, quest'estate la situazione ci ha permesso di vivere la nostra vita quotidiana in modo un po' più spensierato e di goderci nuovamente al massimo e senza restrizioni le manifestazioni. Sono particolarmente compiaciuta di questo. Vi prego, restate comunque prudenti! In autunno e in inverno, il virus potrebbe causarci nuovi disagi.

Quest'anno anche noi della ilco Svizzera abbiamo molte cose tra le mani. Come vi ha raccontato il mio predecessore Peter Schneeberger nella sua premessa nel Bollettino di maggio, alla fine di aprile si è svolta a Soletta la prima assemblea generale della nuova ilco Svizzera. Quasi 60 membri si sono riuniti per partecipare al rilancio della nostra associazione. Sarò lieta di parlarvene più avanti in questo numero (pagina 50).

Ora, al più tardi, è chiaro che non è più Peter Schneeberger ad avere la parola, ma qualcuno di completamente diverso.

Alcuni di voi mi conoscono già, agli altri mi presento brevemente: Mi chiamo Maria Calabrò (45), vivo a Naters nell'Alto Vallese e ho una stomia definitiva da quasi 20 anni. Sono stata presidente del gruppo regionale del Vallese prima della fusione e da anni conosco molto bene la ilco.

All'assemblea generale sono stata eletta Presidente, insieme agli altri nuovi membri del comitato. Colgo l'occasione per ringraziare Peter Schneeberger per i suoi molti anni d'instancabile lavoro come Presidente. Le orme da seguire sono grandi e spero di essere in grado di soddisfare le aspettative grazie alla mia esperienza.

Adesso vi auguro una buona lettura del nuovo Bollettino. Per il prossimo numero, come sempre, la nostra redazione attende volentieri nuovi interessanti contributi da ogni angolo della Svizzera.

Ora non vi trattengo oltre e vi auguro di trascorrere un periodo senza disturbi, un autunno piacevole e un inverno nevoso, nonché Buone Feste e un Felice Anno Nuovo.

Abbiate cura di voi e mantenetevi in salute!

Maria Calabrò
Presidente ilco Svizzera

Quo vadis ilco Svizzera

Dove vai ilco Svizzera?

Questa domanda se la sarà posta anche il nostro presidente precedente Peter Schneeberger anni fa quando ha imposto la rotta, che ci ha portato alla nuova ilco Svizzera di oggi. La risposta a questa domanda è tanto semplice quanto complicata:

«Con successo verso il futuro!»

Chiaramente, questo percorso verso un futuro di successo dobbiamo progettarlo e intraprenderlo insieme – tirando tutti nella stessa direzione.

La fusione dei gruppi regionali per formare la ilco Svizzera avvenuta lo scorso aprile è stato solo uno dei tanti passi necessari, tuttavia uno dei più importanti. La fusione getta le basi per il nuovo percorso che la ilco Svizzera sta intraprendendo. Ci permette di riunire le risorse presenti sul territorio svizzero, in modo che tutti i soci, indipendentemente da quale angolo della Svizzera provengano, possano beneficiare degli stessi svariati servizi e delle stesse offerte interessanti (vedi evento di nuoto!). In contemporanea, nel comitato c'è a disposizione una persona di contatto responsabile per le regioni e una per gli eventi. Sono sempre disponibili per rispondere a tutte le esigenze dei gruppi regionali.

Prima di arrivare fin qui, però, c'è stato tanto da fare e da qualche parte si doveva pur cominciare. Peter Schneeberger ha

fatto ricerche e si è informato e si è imbatuito nel «Vereinscoaching», letteralmente allenamento per associazioni. Ovviamente s'intende come «formazione». In occasione della conferenza dei Presidenti nel gennaio 2020 ha presentato a noi Presidenti regionali il Sig. Philipp Moor di Vereinscoaching, che ci propose di organizzare un seminario sull'argomento «Futuro ilco Svizzera». Ciò è avvenuto nel febbraio 2020. Philipp Moor ci ha aiutato ad analizzare la situazione attuale e a mettere nero su bianco le nostre aspettative, i nostri desideri e le nostre visioni per una nuova ilco Svizzera. Questa giornata ci ha mostrato in modo inequivocabile che avevamo ancora molto lavoro da fare. A questo proposito è stato costituito un gruppo di lavoro. Anch'io ho fatto parte di questa squadra e purtroppo, nel corso del tempo, abbiamo subito diverse partenze, ma in compenso abbiamo anche potuto accogliere nuove persone nel gruppo di lavoro. Abbiamo discusso, scritto e telefonato molto, e non sempre eravamo d'accordo. A volte le nostre opinioni erano diametralmente opposte. Abbiamo però sempre ritrovato la buona strada da seguire.

Dopo aver analizzato i pro e contra di svariate soluzioni, che all'inizio andavano in ogni direzione possibile e noi che talvolta ci impantanavamo nei dettagli, ci siamo resi conto che la fusione era la soluzione più promettente che avevamo sul tavolo.

Ma non era finita lì, anzi. Il lavoro duro era appena iniziato. Infatti, per accorpate le associazioni regionali e la ilco Svizzera in

un'unica associazione, era necessario sciogliere le associazioni regionali. Il gruppo di lavoro doveva ora convincere le associazioni regionali ad accompagnarci sulla strada scelta.

In occasione della conferenza dei presidenti 2021, che a causa del coronavirus si è potuta svolgere solo in agosto, abbiamo illustrato ai presidenti regionali presenti il nostro progetto per una nuova ilco Svizzera. A questi è poi stato dato tempo fino all'assemblea dei delegati di fine ottobre 2021 per tenere le loro assemblee generali e far votare i soci sull'approvazione o meno della fusione con ilco Svizzera.

Tuttavia, il gruppo di lavoro non si è messo con la pancia all'aria fino all'assemblea dei delegati, ma ha contattato attivamente i gruppi regionali per essere presente alle loro assemblee generali e per illustrare personalmente la fusione ai soci e per rispondere alle domande che sono sorte. Così facendo, volevamo garantire che tutti ricevessero le stesse informazioni in modo neutrale. Sfortunatamente, questo non è andato a genio a tutti i gruppi regionali. Alcuni hanno avuto un atteggiamento molto negativo fin dall'inizio e hanno lavorato attivamente contro il gruppo di lavoro e il progetto di fusione. Di conseguenza, purtroppo non ci è stato permesso di partecipare a tutte le assemblee generali. Personalmente ho partecipato ha un totale di quattro assemblee generali (FR, VD, TI & VS). Ovunque le incertezze erano grandi e le domande numerose. Sono stati espressi anche timori per questo importante cambiamento. Ciò è assolutamente com-

prensibile e ho cercato di rispondere nel miglior modo possibile. Questo ha portato a conversazioni e discussioni molto buone e costruttive. Sono sempre stata molto contenta e grata che le votazioni, nonostante gli iniziali atteggiamenti negativi, alla fine fossero favorevoli alla fusione, talvolta anche all'unanimità.

Per la gioia e il sollievo di tutti noi, all'assemblea dei delegati di fine ottobre 2021 i nostri sforzi sono stati premiati. La fusione è stata accettata e alcuni gruppi regionali hanno aderito a posteriori, dopo aver riconsiderato la loro decisione iniziale. Abbiamo dovuto lasciare andare per la loro strada quattro gruppi regionali.

Con questo il lavoro del gruppo di lavoro era tutt'altro che concluso. Ora, in vista della prima assemblea generale della nuova ilco Svizzera, è stato necessario redigere un nuovo statuto e anche un regolamento interno.

Naturalmente, non potevamo dimenticare la cosa più importante: La nuova ilco Svizzera aveva bisogno di un nuovo comitato. Fin dall'inizio ci è parso chiaro che il futuro comitato sarebbe stato composto principalmente da membri del gruppo di lavoro. Non cerano altre candidature in vista.

All'assemblea generale di fine aprile a Soletta ci siamo presentati come segue e siamo anche stati tutti eletti. Ringraziamo i nostri soci fedeli per la fiducia che hanno riposto in noi e per tutti i commenti entusiasti e incoraggianti.



da sinistra: Bruno Raffa (Sponsorizzazioni), Kathrin Villiger (young ilco), Stephanie de Montmollin (Regioni), Maria Calabrò (Presidente), Peter Schneeberger (Vicepresidente & Finanze), Peter Derrer (Segreteria), Wolfgang Göbel (Gestione eventi)

Al termine dell'assemblea generale, non abbiamo perso l'occasione di salutare con affetto i membri del nostro comitato di lunga data e di consegnare loro un piccolo dono.

Abbiamo promosso il Presidente Peter Schneeberger a Presidente onorario e ringraziato Hubert Chassot con una nomina a socio onorario per i suoi decenni di servizio a favore dell'ilco BEJUNE e ilco Svizzera. Insieme alla Vicepresidente uscente Patrizia Bellotti, tutti e tre hanno ricevuto una Smartbox per viaggi individuali. La nostra apprezzata segretaria

Therese Schneeberger, invece, è stata deliziata con un cesto di specialità del Vallese. Spero sia stato gradito!

E adesso?

«Verso il futuro!»

Nel prossimo numero di primavera vi racconteremo il primo anno del nostro lavoro nel nuovo comitato.

Maria Calabrò
Presidente ilco Svizzera

Fabia e Stommy

Al momento della diagnosi, e della proposta di fare un intervento chirurgico alcuni pensieri si sono subito attivati dentro di me.

Primo: se si può operare si può risolvere.

Ho sempre creduto nella chirurgia (meno nella medicina), che credo abbia fatto passi da gigante. Perciò nelle mie credenze ciò che si può operare si può guarire.

Secondo: mi tornava spesso una frase sentita da bambina in occasione dell'intervento a non so più quale parente: «hanno aperto ma poi hanno subito richiuso perché non c'era più nulla fare». Questa paura era solo in parte tenuta a bada dal fatto che ora TAC e RM garantivano che non ci sarebbero state brutte sorprese. Tant'è che la prima cosa che ho chiesto dopo l'intervento è stata: non avete avuto sorprese?

Il terzo pensiero era che non avrei voluto vivere con un sacchetto per la cacca. Non sono consapevole di quali credenze si attivavano, tutte inventate comunque.

Poi i chirurghi mi spiegano l'intervento: pensano di poter fare un buon intervento, non troppo invasivo, e che ci vorrà il famoso sacchetto ma solo per tre mesi, per proteggere il rappezzo che faranno.

Scopro che si chiama stomia, già la parola è più accettabile di «sacchetto per la cacca» e il chirurgo mi spiega come funziona. Una soluzione geniale. E racconto a tutti, piuttosto fiera, che faranno questa cosa fantastica: una doppia canna!

Poi vengo operata. L'intervento, pur se in laparoscopia, risulta lungo e invasivo e la

mia pancia ne esce davvero sofferente.

A soffrire non ero preparata. Ricordo la prima notte in cure intense, stretta nelle coperte, imbottita di antidolorifici che non sollevavano per nulla, non riuscivo a muovermi di un millimetro ed ero dipendente in tutto.

Anche una volta tornata in reparto ci vuole qualche giorno prima che i dolori scemino e mi permettano di respirare profondamente e di «appoggiarmi al materasso».

Nel frattempo sono le infermiere e gli infermieri ad occuparsi del sacchetto. Spesso però le feci fuoriescono, e devono cambiare lenzuola e camicia da notte, oltre che riattaccare la placca.

Questo inconveniente succede diverse volte al giorno, notte compresa, fino ad arrivare a 8 o 10 volte.

La pelle vicino alla stomia pizzica continuamente e io, che avevo iniziato a fare brevi passeggiate in corridoio, rimango ferma immobile per non far staccare la placca.

Queste feci sono molto corrosive e la pelle così si rovina molto, si infiamma, si lacera, è una ferita aperta.

Sono molto demoralizzata: come si potrà vivere normalmente se il sacchetto non resta attaccato?

Allora, disperata, chiamo la mia dottoressa omeopata, io racconto lo stato pietoso della pelle, ma lei mi chiede se io abbia poi accettato la stomia. Mi arrabbio anche un po'! Caspita, l'accetterei se solo funzionasse!!

Lei mi propone di mandarmi un rimedio per accettarla. Ho molto fiducia nell'omeopatia, che conosco bene e che sperimento da

trent'anni, ma mi chiedo come mai potranno fare due o tre palline a farmela accettare ...

Per una serie di circostanze fortunate e con la complicità di mio cognato riesco a procurarmi il rimedio in poche ore. Lo prendo fiduciosa, ma un'ora dopo la pelle peggiora molto, trasuda siero a tal punto che la placca del sacchetto non si attacca proprio per nulla. Allora con una risolutezza inconsueta chiedo di non mettere la placca e di lasciare la pelle all'aria, perché si asciugasse. *Ordino* (veramente, non è da me, eppure ...) che mi vengano portate garze a sufficienza per tamponare la fuoriuscita delle feci, una spazzatura a portata di mano e rassicuro che avrei suonato il campanello in caso di necessità. Sono convincente e l'infermiera asseconda il mio volere.

Io e la mia stomia restiamo da sole. E lì avviene il miracolo.

Ci conosciamo.

Ancora mi commuovo di questo incontro autentico. Vedevo la stomia ad ogni cambio, perciò spesso, ma erano sempre gli altri ad occuparsene.

Finalmente eravamo sole. Io e lei.

Le mostro il tramonto (la mia camera dava proprio a ovest), le do un nome.

Si chiama Stommy. E posso dirle «ciao Stommy». Che voleva dire: ti riconosco, sei parte di me.

Facciamo la pace.

Dopo un'ora la pelle era asciutta e la placca si attacca per quasi due ore. Già un successo.

Chiedo un'altra ora con Stommy. È notte ormai, le mostro le stelle e la luna ancora quasi piena.

Da allora la placca si attacca bene. 3 giorni dopo sono tornata a casa. La pelle è guarita velocemente e mi occupo di Stommy con grande piacere. Stommy è bravissima, ma ogni tanto la sgrido bonariamente se si mette a produrre proprio durante il cambio della sacca. La sacca è comoda. Non dà nessun fastidio. Solo la scoccatura di svuotarla diverse volte al giorno.

Lunedì ho incontrato i chirurghi per un controllo. Già si parla di quando rimetteremo dentro Stommy.

Mancano ancora un paio di mesi. Ma presto dovrò prepararmi a salutarla. E mi mancherà. Che storia la nostra!

ilco Svizzera, date importanti 2023

Assemblea generale in primavera, luogo e data a seguire

Giornata della stomia, il 7 ottobre, luogo a seguire

young ilco – come vive una giovane persona con una stomia?

Ogni anno in Svizzera vengono applicate circa 3'500 nuove stomie. Una stomia comporta un importante cambiamento nello stile di vita. Kathrin Villiger ha 32 anni e ha una jejunostomia già dalla nascita. È impegnata nella realizzazione della young ilco Svizzera. Nell'intervista racconta le sfide legate all'essere una giovane portatrice di stomia.

Come vive Lei da giovane persona con una stomia?

In sostanza, bene. Come donna, ho spesso problemi con l'abbigliamento. Dato che la mia stomia è situata molto in alto, il sacchetto pieno si nota.

Che cosa indossa per non fare notare il sacchetto?

Svuoto il sacchetto il più spesso possibile, per motivi estetici e per evitare fuoriuscite. Purtroppo ci sono spesso situazioni, dove la stomia cola – io porto una jejunostomia, perché il mio intestino è estremamente corto. La defecazione è liquida, quindi devo andare in bagno molto spesso. Anche durante la notte mi devo alzare per svuotare.

Perché porta una stomia?

Sono una portatrice di stomia insolita. Dalla nascita soffro d'aganglionosi intestinale totale – l'assenza nella parete intestinale delle cellule del sistema nervoso enterico.



Oggi ho ancora ca. 30 cm d'intestino tenue. La maggior parte dei portatori di stomie, tuttavia, soffre di colite ulcerosa, morbo di Crohn o cancro intestinale.

Per Lei come giovane donna, qual è la sfida più grande?

Mi piace uscire e andare ai festival. Quando la stomia perde, devo sempre ritornare a casa. Un'altra persona stomizzata porterebbe con sé il materiale necessario per cambiare placca e sacchetto sul posto. Io questo non posso farlo. Per motivi anatomici devo fare il cambio in posizione sdraiata e mi servono 15–20 minuti. I numerosi svuotamenti quando sono fuori casa, oppure i giorni in cui la stomia perde e devo cambiare più volte, sono uno stress psicologico e talvolta molto frustrante. Ci sono anche giorni in cui devo rimanere a casa.

Lei è in grado di controllare la defecazione con il cibo?

Sì e no. Tuttavia mangio solo per sfizio. Fin dalla nascita sono stata alimentata per via parenterale attraverso un catetere venoso centrale, poiché il mio intestino

non è mai stato in grado di assorbire le sostanze nutritive vitali da cibo e bevande. Mi piace mangiare lo stesso, ma solo in piccole quantità. È così che, anche qui, appena mangio o bevo qualcosa, devo andare spesso in bagno. Ma ormai tutti si sono abituati. Sono felice di poter ancora partecipare alla vita sociale e di andare a mangiare fuori con gli amici.

Lei è cresciuta con la stomia.

Era in grado di cambiare il sacchetto già da piccola?

No. I miei genitori hanno cercato di rendermi possibile una vita normale. Quando ho iniziato la scuola elementare, ho imparato a svuotare il sacchetto, un sistema a due camere. Il cambio del sacchetto l'ho gestito soltanto dalle superiori in poi. Prima si sono presi cura della mia stomia i miei genitori o il servizio infermieristico domiciliare.

Come si sentiva da bambina?

Era abbastanza difficile, ma non ne ho mai parlato. C'erano situazioni in cui la stomia colava e dovevo comunicare alle mie amiche, che dovevo ritornare a casa a causa della stomia. Non saprei dire quanto i miei amici abbiano capito esattamente cosa significasse o cosa fosse. Purtroppo, conversazioni e spiegazioni concrete sulla mia stomia, tra amici, sono emerse soltanto negli ultimi otto anni. Prima di allora non ne parlavo mai, a meno che non fosse assolutamente necessario.

Come gestisce il Suo lavoro?

Ho seguito una formazione come assistente medico nell'ambulatorio di mio padre e

ho lavorato per quattro anni in una casa di riposo. Dal 1° luglio lavoro al 40% presso l'Ospedale pediatrico di Lucerna come assistente medico e segretaria nel reparto di terapia intensiva. Lì, non ho ancora comunicato che porto una stomia. Ho solo detto che soffro di una malattia intestinale cronica. Ma a questo rimedierò presto.

Ha difficoltà a parlare della Sua stomia?

Sì, lo noto ancora oggi. La stomia è un argomento tabù di cui con amici e conoscenti parlo per ultimo. Molte persone non sanno nemmeno cosa sia una stomia e così non sanno come reagire.

A volte si sente sola o emarginata?

No, quello no. Ho una famiglia fantastica e un buon ambiente sociale. Tuttavia, ho dovuto imparare da sola a convivere con la stomia. Non mi potevano aiutare nemmeno i medici. A 27 anni ho vissuto una grave crisi esistenziale. Verso l'esterno mi davo forte, ma dentro ero esausta. Il problema era, che mi confrontavo sempre con le persone sane. Però, nonostante tutto, sono rimasta una persona allegra e positiva.

In che modo la stomia influenza le Sue relazioni?

Purtroppo per quanto mi riguarda, non ho mai avuto una relazione. Ero comunque una «ritardataria». Sono stata gravemente malata per molto tempo, ho subito numerose operazioni e mi sono persa gli anni di adolescenza. Sono uscita la prima volta soltanto a 20 anni. Mi rendo conto

che ho ancora grossi problemi dal punto di vista ottico, quando le cose diventano intime, perché oltre alla stomia, ho molte cicatrici sullo stomaco. E il mio corpo non è conforme alle «norme sociali».

Fa sport?

Sì, ho cavalcato per tanto tempo e ho nuotato molto. Il mio materiale ha sempre retto molto bene. Utilizzo una placca di cera e un sacchetto per urostomia con valvola. Cambio il sacchetto ogni 1-2 giorni. In alternativa, sarebbero disponibili delle cinture per migliorare il sostegno. Tuttavia, questa cintura esercita una forte pressione sull'addome. Personalmente non lo sopporto.

Com'è arrivata alla young ilco?

Ho sempre desiderato entrare in contatto con altre persone «come me». Per tanto tempo non sapevo dell'esistenza della ilco, perché solo raramente avevo contatto con una stomaterapista. Quattro anni fa, ho saputo della ilco in modo indiretto e dal conduttore radiofonico di SRF VIRUS Robin Rehmann. Soffre di colite ulcerosa e all'epoca aveva una stomia temporanea. Ha affrontato la sua sorte attraverso dei podcast e diari online. Mi ha anche intervistato nel suo programma radiofonico «S.O.S. Sick Of Silence»*. È da quattro anni che partecipo alle manifestazioni ilco. Due anni fa, il presidente della ilco

Svizzera mi ha chiesto se volevo contribuire alla messa in piedi della young ilco Svizzera. Da quest'anno sono membro del comitato della ilco Svizzera e rappresento la young ilco.

Qual è l'obiettivo della young ilco?

La ilco Svizzera si trova attualmente in una fase di grande cambiamento e di ristrutturazione. L'obiettivo della ilco Svizzera è di attirare un maggior numero di membri attivi giovani e di rispondere maggiormente alle preoccupazioni dei più giovani. L'età media dei soci della ilco Svizzera è di 60 e più anni. Da persona giovane ci si sente presto fuori posto. Il nostro obiettivo è organizzare incontri speciali per i giovani. Inoltre, vogliamo espandere ulteriormente la chat WhatsApp e il gruppo Facebook per i membri più giovani, in modo che preoccupazioni specifiche della stomia possano essere discusse in modo rapido e semplice e anche che avvenga uno scambio regolare. La young ilco mira a promuovere lo scambio di esperienze tra i giovani portatori di stomia e a fornire un supporto emotivo e professionale.

Che cosa desidera per il futuro?

Spero che la stomia non sia più un argomento così tabù. Sarebbe bello se le persone che non sanno cosa sia una stomia ne potessero parlare e osare porre delle domande. Sono una persona che parla della stomia solo quando qualcuno è interessato – in quel caso poi sono molto aperta.

* Malattia intestinale rara: una vita con un'uscita intestinale artificiale | Rehmann S.O.S. | SRF Virus: <https://www.youtube.com/watch?v=hTPmemCQOQA>

Nuotare con una stomia oppure: Un pomeriggio educativo, piacevole e divertente

Le piace nuotare?

Vuole provare in tutta tranquillità e con la supervisione di un esperto come ci si sente a nuotare con una stomia?

Sotto questo motto, noi portatori di stomia della Svizzera orientale abbiamo ricevuto da parte di Dansac Svizzera (Liberty Medical Switzerland AG / www.dansac.ch) l'invito per una nuotata organizzata in aprile presso il Volkshallenbad di San Gallo.



In precedenza, un evento del genere si era già svolto nelle regioni di Berna, Losanna e Ginevra.

Sono previsti altri eventi in Ticino, Neuchâtel e Romont nel canton Friburgo; tutti in collaborazione con ilco Svizzera.

Sì, questo era esattamente quello che m'interessava, forse potevo trarne beneficio, imparare qualcosa e così mi sono iscritto immediatamente.

Il 22 aprile, quando sono arrivato davanti alla piscina coperta, ho già visto in attesa un impaziente e conosciuto gruppetto di portatori di stomia.

Sotto la guida esperta di Ruth Villiger e Brigitte Lips di Dansac, nonché della stomaterapista Theresia Sonderer della Lega contro il cancro della Svizzera orientale, di Annelies Meier, maestra di nuoto e portatrice di stomia, e del bagnino, ci siamo cambiati rapidamente e abbiamo nuotato, sguazzato e spruzzato felicemente in acqua.

Che piscina venerabile!

Il Volkshallenbad di San Gallo è la piscina coperta più antica ancora esistente in Svizzera. Fu inaugurata nel 1906 come secondo stabilimento balneare pubblico della Svizzera (vedi anche le foto nella parte tedesca e francese del bollettino). Lo stabilimento fu costruito nello stile di un'imponente casa borghese con numerosi ornamenti architettonici ed elementi stilistici del neorinascimento, del neobarocco e dello stile liberty. Negli ultimi 116 anni la piscina coperta non è cambiata quasi per niente.

Negli anni prima della stomia, ero un vero topo d'acqua, i salti osati non erano mai abbastanza e così mi è piaciuto molto nuotare di nuovo, anche con la stomia. Ma i salti in acqua o addirittura un tuffo dal trampolino sono possibili con una stomia e una cintura di neoprene? Esuberante rivolgo questa domanda alla Signora Sonderer. All'inizio sembrava un po' scettica, ma poi per precauzione ha controllato la tenuta corretta della mia cintura. E cosa rivelava il contatto visivo con il bagnino che stava ascoltando? «Provateci! Casomai, ci sono io!» fu la sua risposta.

E potrebbero accadere molte cose ...

Misi rapidamente da parte gli occhiali e andai sul trampolino.

Hm, ora qualche dubbio mi s'insinuò nella mente nonostante la conferma del bagnino. E comunque senza occhiali non riesco a vedere bene. Magari no, ero forse troppo esuberante? Tuttavia, vedo il gruppo in attesa, che aspetta con impazienza il grande momento. Scansarsi non era opportuno.

Un po' incerto mi avvicinai al bordo del trampolino, presi un altro respiro profondo e mi lanciai ...

Splash, boccheggiai molto, la mia prima presa fu sullo stoma. Non è successo niente, o forse sì? Fiu! Che fortuna, tutto

ha tenuto perfettamente! Ma, la mia cintura in neoprene, dov'è rimasta? Almeno non dove avrebbe dovuto essere, lì c'era solo ancora la sacca della stomia che penzolava dalla mia pancia. La cintura non galleggiava da nessuna parte e anche sul fondo della piscina non era visibile. Svolazzava intorno alle mie ginocchia. La tirai subito su e tornai con orgoglio dagli altri.

Nuotare è stato esattamente come in passato senza stomia. Una sensazione fantastica!

Durante il seguente aperitivo, abbiamo avuto un vivace scambio d'opinioni sulle nuove esperienze fatte. Tutti hanno chiacchierato allegramente ed erano felici di aver fatto un altro passo verso l'indipendenza.

Un grande ringraziamento a Dansac per questo evento di successo.

Peter Derrer
segreteria ilco Svizzera

P.S. Pagella del salto:

stile	voto 10
abbigliamento	voto 10
angolo	voto 7
idea	esuberante
complessivo	buono



Vorstand ilco Schweiz / comité ilco Suisse / comitato ilco Svizzera

Präsidentin

Calabrò Maria
Wagenleise 7, 3904 Naters
Mobile 079 438 00 17
E-Mail: m.calabro@ilco.ch

Vizepräsident / Finanzen

Schneeberger Peter
Buchenweg 35, 3054 Schüpfen
Tel. 031 879 24 68
E-Mail: p.schneeberger@ilco.ch

Geschäftsstelle / Sekretariat

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

Vertr. Regionalgruppen

de Montmollin Stephanie
Rue du Gymnase 2, 1530 Payerne
Mobile 078 766 56 46
E-Mail: st.demontmollin@ilco.ch

Sponsoring

Raffa Bruno
Rigiblickstr. 8, 6213 Knutwil
Mobile 078 895 07 00
E-Mail: b.raffa@ilco.ch

Leiterin young ilco

Villiger Kathrin
Sagenstrasse 13, 6252 Dagmersellen
Mobile 079 331 25 61
E-Mail: k.villiger@ilco.ch

Eventmanager

Göbel Wolfgang
Bährenackerweg 1a, 4513 Langendorf
Mobile 079 833 31 90
E-Mail: w.goebel@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 Bern

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

ilco Fribourg

de Montmollin Stephanie
Rue du Gymnase 2
1530 Payerne
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 Neuchâtel-Jura-Jura bernois

Botteron Geneviève

Rue du Lac 38, 2525 Le Landeron

Mobile 079 342 91 67

ilco Ticino

Belotti Tiziano

Via Cantonale 20, 6618 Arcegno

Tel. 091 791 46 78

ilco Vaud

de Montmollin Stephanie

Rue du Gymnase 2, 1530 Payerne

Mobile 078 766 56 46

E-Mail: st.demontmollin@ilco.ch

ilco Wallis

Calabrò 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

Göbel Wolfgang

Bährenackerweg 1a, 4513 Langendorf

Mobile 079 833 31 90

E-Mail: w.goebel@ilco.ch



A propos

Du bist jung und mit dem Thema Stoma konfrontiert?

Dann bist du hier richtig.

Bestimmt gehen dir viele Fragen durch den Kopf

... und jetzt?

Du bist nicht allein: young ilco ist für dich da!

Bei persönlichen Treffen, Ausflügen und online kannst du dich mit gleichaltrigen austauschen, die verstehen, wie du dich fühlst.

Kontaktperson:

young ilco Schweiz, Kathrin Villiger

Sagenstrasse 13, 6252 Dagmersellen

k.villiger@ilco.ch

079 331 25 61

Weitere Infos:



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

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/Stomaberatung
Schänisweg, Postfach, 5001 Aarau
Tel. 062 836 77 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 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
 Theresia Sonderer
 Flurhofstrasse 7, 9000 St. Gallen
 Tel. 071 242 70 20 (mit Anrufbeantworter)

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, stomaterapia
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 80, 1951 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
Rue des Rammes 11, 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

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.



Stomathérapie
Tout commence par une peau saine.

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