



Bulletin
Mai
2025

Wir liefern bis an die Tür. Ausser Ihr Hund ist dagegen.

Über 14'000 Produkte für die Versorgung von Stoma, Wundbehandlung, Inkontinenz und Tracheostoma. Kostenlose Beratung und Versand. Bis 17 Uhr bestellt, morgen bei Ihnen. Und wenn möglich direkt mit Ihrer Versicherung abgerechnet.

publicare.ch



Ihre zuverlässige Partnerin
für Beratung und Lieferung
medizinischer Hilfsmittel

 publicare

Deutsch

Editorial 5

Liebe ilco Familie 7

Dreiwöchige Reise in die
Südsee mit Urostoma 9

Mein Leben mit einem
Stoma: Eine persönliche
Perspektive 13

Selbstpflege und
Lebensqualität – neue
Erkenntnisse Stoma-
patientInnen 15

Ilco Schweiz, wichtiger
Termin 2025 19

Eurokey 21

Adressen ilco Schweiz 48

Français

Éditorial 23

Chère famille ilco 25

Trois semaines de voyage
dans les mers du Sud avec
une urostomie 27

Ma vie avec une sto-
mie : une perspective
personnelle 32

Soins personnels et
qualité de vie – Nouvelles
perspectives pour les
patients stomisés 35

ilco Suisse, date
importante 2025 37

Adresses ilco Suisse 48

Italiano

Editoriale 39

Cari membri della
famiglia ilco 40

ilco Svizzera, data
importante 2025 40

Eurokey 42

Un viaggio di tre settimane
nei mari del Sud con
un'urostomia 43

La mia vita con la
stomia: considerazioni
personali 45

Cura die sé e qualità della
vita – Nuove scoperte per
pazienti con stomia 46

Indirizzi ilco Svizzera 48

Mediadatenblatt abrufbar unter
<https://lmy.de/nzXbSzvs>

Herausgeber: ilco Schweiz,
Sekretariat, Hauptstrasse 19,
3309 Kernenried, 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 1'600 Exemplare
Mitgliederangelegenheiten:
Anfragen usw. sind direkt an das
Sekretariat zu richten.
Satz und Druck: Druckerei Ruch AG,
Worblentalstrasse 28, 3063 Ittigen

Fiche descriptive des médias
disponible sous
<https://lmy.de/nzXbSzvs>

Éditeur: ilco Suisse, secrétariat,
Hauptstrasse 19, 3309 Kernenried,
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 1'600 exemplaires.
Communication des membres: de-
mandes etc. sont à adresser direc-
tement au secrétariat. Composition
et impression: Imprimerie Ruch AG,
Worblentalstrasse 28, 3063 Ittigen

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

Editore: ilco Svizzera, segreteria,
Hauptstrasse 19, 3309 Kernenried,
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 1'600 copie
Membri: richieste ecc. sono da
inviare direttamente alla segreteria.
Composizione e impressione:
Tipografia Ruch AG, Worblental-
strasse 28, 3063 Ittigen



Stoma
Skin
Soul



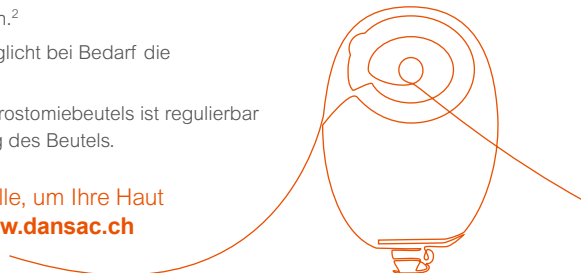
Absorbiert. Quillt auf.
Dichtet ab. Schützt.

NovaLife TRE™ Urostomiebeutel

Konzipiert, um Leckagen zu verhindern, bevor sie entstehen **Treffen Sie die richtige Wahl mit den NovaLife TRE™ Urostomiebeuteln**

- Mit der Kraft von Superabsorbent schmiegt sich NovaLife TRE™ an Ihr Stoma an und sorgt für eine sichere Abdichtung, damit Ihre Haut gesund bleibt.¹
- Das schlanke Beuteldesign verfügt über ein Mehrkammersystem und Diskretionspunkte, die das Ausbeulen des Beutels erheblich reduzieren können.²
- Das EasiView™ Sichtfenster bietet Diskretion und ermöglicht bei Bedarf die Beobachtung von Stoma und Urin.
- Der verbesserte, weiche Auslass des NovaLife TRE™ Urostomiebeutels ist regulierbar und ermöglicht eine sichere und kontrollierte Entleerung des Beutels.

Die Dansac TRE™ Technologie bietet 3 Schutzwälle, um Ihre Haut gesund zu erhalten. Mehr Informationen unter **www.dansac.ch**



1. Daten liegen Dansac vor, LN-06224,07/22.

2. Im Vergleich zu Nova Urostomiebeutel.

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

Dansac, das Dansac Logo, EasiView, NovaLife TRE und TRE sind Markenzeichen der Dansac A/S.

© 2023 Dansac A/S



Editorial



Geschätzte Mitglieder-Innen, liebe LeserInnen

Neue Themen zu finden für das Bulletin ist immer wieder eine grosse Herausforderung.

Ich hoffe es ist uns nach 3 monatiger Vorbereitungszeit bis zum Druck dennoch gelungen, ein Bulletin zu kreieren, das beim Lesen Freude und hoffentlich auch Neugierig macht.

Sicher ist das eine oder andere Thema schon beschrieben, behandelt und diskutiert worden, dennoch gibt es immer wieder neue Erkenntnisse und spannende Details, die wir so noch nicht kannten, noch nicht gehört oder gelesen haben.

Dafür sind wissenschaftliche Studien ebenso wichtig wie der Erfahrungsaustausch aller Betroffenen. Auch wenn uns die gleichen Vorerkrankungen oder sonstigen Schicksale verbinden, so hat doch Jede und Jeder von uns seine eigene Geschichte. Und auch hier gibt es eine grosse Wertschöpfung an Wissen, welches wir immer weitergeben und teilen sollten. Dies machen wir alle schon mehrheitlich und stetig an den vielen Anlässen, welche im Laufe eines Jahres stattfinden.

Anlässe und Treffen in jeglicher Form, wie die Klausur des Vorstandes und das RegionenleiterInnen-Treffen, welche im Februar 2025 stattfanden, oder die Mitgliederversammlung und der Stomatag in Luzern am

14. Juni 2025, sowie alle Anlässe und Treffen der verschiedenen Regionen, müssen gut und frühzeitig vorbereitet und organisiert sowie durchgeführt werden. Dafür braucht es immer wieder freiwillige und ehrenamtliche TeilnehmerInnen.

Diese zu finden ist nicht immer einfach.

Genau diesen Menschen, ausnahmslos ALLEN die sich hier beteiligen, möchten wir, der Vorstand der ilco Schweiz, wieder einmal ausdrücklich DANKE sagen!

Euer Engagement ist nicht selbstverständlich aber sehr, sehr wertvoll!

Nur so gelingt es auch weiterhin, all diese wertvollen Anlässe durchzuführen und ihnen die Bedeutung zu geben, welche ihnen gebührt.

Dies gilt ebenfalls für die tollen Beiträge des Bulletin.

Ich wünsche uns allen ein «weiter so» im Sinne der ilco Schweiz, in unser aller Sinn! Verbunden mit der Hoffnung, dass wir vom Vorstand euch nicht nur mit diesem Bulletin erreichen mögen.

Viel Freude und hoffentlich neue Erkenntnisse beim Lesen.

Wolfgang Göbel

Mitglied im Vorstand / Eventmanager

Design das an Ihre Angehörigen denkt

eakin dot®, entwickelt zur Unterstützung von Stomaträgerinnen und Stomaträgern mit besonderen Bedürfnissen



Längere Tragezeit des Beutels^{1,2}



Einfacher, aber kontrollierter Wechsel des Beutels³



Sicherheit^{1,2}



Hautfreundlichkeit⁴



eakin
dot®



Weitere Informationen
finden Sie auf
unserem Merkblatt für
Pflegepersonen.



1. eakin dot® user evaluations, Data on File, 2019
2. T.G. Eakin Laboratory Testing Summary report, skinsmart hydrocolloid 2020 (Data on file)
3. eakin dot® 2-piece consumer trials on hydrocolloid for longer-life wear (n=162). Data on file (2017-18)
4. T.G. Eakin Product Evaluation, (n=49) 2020 (Data on file)

Liebe ilco Familie

Gerne nutze ich die Gelegenheit mich als neue Sekretärin der ilco Schweiz vorzustellen.

Ich bin Michelle Jost, 26 Jahre jung und stolze Mutter von 3 wundervollen Kindern.

Gemeinsam mit meinem Mann und unseren Kindern, lebe ich in einem Berner-Stöckli auf dem Land. Tierisch begleitet werden wir durch unsere Jack-Russell Hündin und unseren Freiland-Hühnern. Ich verbringe die Zeit sehr gerne in der Natur mit meinen Kindern und unserer Hündin. Wenn mir noch etwas freie Zeit bleibt, lebe ich meine Kreativität gerne beim Sticken aus.

Ich bin gelernte Fachfrau Gesundheit, arbeitete mehrere Jahre im Altersheim und durfte als Berufsbildnerin die Lernenden durch ihre Lehrzeit begleiten.

Seit ich selber Kinder habe, wurde mir erst richtig klar, wie schön der Umgang mit Kindern doch ist. So startete ich noch eine Ausbildung zur zertifizierten body'n brain Trainerin. Im Mai 2024 durfte ich am Anlass der Regionalgruppe Bern im Lindenhofspital Bern einen Infovortrag über body'n brain halten. Gemeinsam das Gehirn spielerisch vernetzen durch koordinative Übungen in Kombination mit Kognition und im Alltag profitieren. Vielleicht magst du dich, lieber Leser, noch daran erinnern. Ab September 2024 durfte ich dann endlich als zertifizierte body'n brain Trainerin durchstarten.



Durch meine Mutter Adriana Del Vecchio, bin ich auf die ilco Schweiz aufmerksam geworden. Frau Del Vecchio kennt Ihr ja auch schon als Sekretärin. Aus gesundheitlichen Gründen musste meine Mutter das Sekretariat leider aufgeben. Im letzten Jahr unterstützte ich Frau Del Vecchio beim Sekretariat immer wieder und jetzt übernehme ich die Stelle komplett.

Ich freue mich, ein Teil der ilco-Familie sein zu dürfen.

Vielleicht hören wir uns mal am Telefon oder kommunizieren per E-Mail miteinander.

Bis dahin wünsche ich euch allen beste Gesundheit, Positivität und eine Prise Humor, bei den nicht immer einfachen Lebenssituationen.

Herzliche Grüsse

Michelle Jost

 *Besondere Situationen verlangen
Professionelle Lösungen.*

Innovativer Reinigungsschaum

für Stoma umgebende Haut

- ✓ Reinigt und pflegt gründlich und sanft
- ✓ Wirkt mikrobiell und beugt Hautentzündungen vor
- ✓ Beruhigt und pflegt gereizte, entzündete Haut
- ✓ Bereitet die Haut optimal auf den sicheren Halt der Stomaanlage vor

 *Les situations exceptionnelles réclament
des solutions professionnelles.*

Mousse nettoyante innovante

**pour la peau autour
d'une stomie**

- ✓ Nettoie et traite en profondeur et avec douceur
- ✓ Empêche les inflammations microbiennes et cutanées
- ✓ Apaise et prend soin de la peau irritée et enflammée
- ✓ Prépare de manière optimale la peau pour une fixation sûre des appareils de stomie



100%
NATUREL



StomFoam®

all⁺care

www.all4care.ch | info@all4care.ch
Tel/Tél: 058 255 12 33 | Fax: 058 255 12 32



Hergestellt in der EU
Fabriqué dans l'UE

Dreiwöchige Reise in die Südsee mit Urostoma

Mein Name ist Walter bin 74 Jahre alt und Urostoma-Träger.

Kurz zu meiner Krankheitsgeschichte die im Dezember 2006 mit einer Brachi Therapie der Prostata begann. Leider wurde durch die Bestrahlung auch die Beckenboden Muskulatur angegriffen und es entstand zwischen Blasenausgang und Schliessmuskel ein Divertikel. Die Folge war, dass ich ab März 2008 an Inkontinenz leiden musste, Schmerzen im Beckenbodenbereich hatte und nicht mehr wandern und reisen konnte. Es folgten diverse Ausschabungen der Harnröhre/Blasenhals,

Entzündungen, Entfernung der Prostata und Einnahme von Antibiotikum.

Mit der Urostoma OP im Februar 2023 wurde ich von der Inkontinenz und den Schmerzen erlöst, konnte wieder wandern und reisen.

Mit der Stoma Beraterin Frau Th. Sonderer von der Krebsliga Ostschweiz lernte ich eine aufgestellte, grossartige Person kennen, die mir hilfreich zur Seite stand.

Beim letzten Besuch erzählte ich ihr von meinen Reisevorhaben, worauf sie mich animierte einen kurzen Bericht zu schreiben.

Am 23. Oktober 2024 verreisten meine Frau und ich für drei Wochen in die Südsee. Lange Flüge und eine 14-tägige Schiffsreise mit vier Hawaii- und vier



Produktneuheit:

Hautschutzring mit innovativem **FLOWASSIST** – für eine verbesserte Hautgesundheit.

Testen Sie den einzigartigen Hautschutzring und
bestellen Sie Ihr **Gratis-Muster***



FLOWASSIST VORTEILE



- ✓ Verbesserter Leckagenschutz
- ✓ Hydrokolloid-Schutz für längere Tragedauer
- ✓ Verbesserte Hautgesundheit
- ✓ Erstklassige Sicherheit und Komfort

FLOWASSIST, entwickelt, um Hautreizungen bei allen Stomatypen zu verhindern.

Ihr **Gratis-Muster*** bestellen Sie telefonisch unter unserer Gratis-Nummer
0800 810 808. Oder per Mail an homecare@mediq-suisse.ch.

* Die Gratis-Musterbestellung gilt einmalig, für eine Hautschutzring-Grösse und solange Vorrat.
Mit der Musterbestellung erklären Sie sich einverstanden, dass Mediq Suisse Sie allenfalls zu Ihrer
Produkt-Erfahrung befragen darf.



Produktinfos, Videos, Studien

Erhältlich bei:



Mediq Suisse

Rosengartenstrasse 25 | 8608 Bubikon
Gratis-Telefon 0800 810 808
homecare@mediq-suisse.ch
www.mediqsuisse.ch

Tahiti-Inseln erwarteten uns. Ein wunderschönes und einzigartiges Erlebnis durfte ich erfolgreich geniessen.

Mit an «Bord» war genügend Stomamaterial und eine positive Einstellung. Während der ganzen Reise bereitete mir das Wechseln des Stomabeutels, sei es auf der engen Schiffkabine oder in den Hotels, absolut kein Problem.

An zwei verschiedenen Tagen machten wir einen Bootsausflug mit integriertem Schnorchel Gang. Der Stomabeutel hielt perfekt. Einzig füllte sich der Beutel nach

einer Stunde Schnorcheln schnell und musste entleert werden. War aber kein Problem. Die Schönheit der Unterwasser Landschaft und sich frei im Wasser bewegen, war wieder ein unvergessliches grossartiges Erlebnis.

Obwohl ich im Vorherein auch skeptisch auf diese lange Reise war, bin ich sehr glücklich, dass alles so positiv verlaufen ist.

Ich denke, dass vieles möglich ist, man muss es einfach machen!

Walter

Ihr Sanitätshaus für Stomaversorgung und mehr.

Mit Herz und Kompetenz begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu einem aktiven Leben.

Bestellen Sie Ihre Stomaprodukte per Telefon oder E-Mail – wir liefern diskret und zuverlässig direkt zu Ihnen nach Hause.

spiess-kuehne.ch



**spiess
kühne**



LeeAnne, CeraPlus™ Anwenderin

CeraPlus™ Stomaprodukte – bieten Sicherheit und Hautgesundheit vom ersten Tag an

- Hautschutzformel mit Ceramiden:
innovativer Schutz der peristomalen Haut
- Flexible Passform für jede Körperform: Die CeraPlus™
Produkte* schützen vor Unterwanderungen
- Einzigartige Kombination aus Hautschutz und Passform –
die ideale Wahl vom ersten Tag an.

Weitere Informationen unter www.hollister.ch

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

Hollister, das Hollister Logo, CeraPlus und "Gesunde Haut. Gute Aussichten." sind Markenzeichen von Hollister Incorporated. Alle anderen Markenzeichen und Urheberrechte sind das Eigentum der jeweiligen Inhaber.

© 2023 Hollister Incorporated.

* Enthält die Remois Technologie von Alcare Co., Ltd



CeraPlus™
Stomaprodukte

Mein Leben mit einem Stoma: Eine persönliche Perspektive

Als Stomaträger möchte ich euch von meiner Erfahrung erzählen und wie ich gelernt habe, mit den körperlichen und seelischen Herausforderungen umzugehen. Es war keine einfache Reise, aber ich habe viel über mich selbst gelernt.

Die ersten Schritte

Am Anfang war es wirklich schwer. Ich musste meine Ernährung umstellen, beim Sport vorsichtig sein und auch mein Sexleben neu entdecken. Aber das Schwierigste war, mich an meinen neuen Körper zu gewöhnen. Ich fühlte mich oft ängstlich, deprimiert und unsicher. Wisst ihr was? Ich bin nicht allein. Fast zwei Drittel der Stomaträger kämpfen mit ihrem Körperbild nach der OP. Das hat mir geholfen zu verstehen, dass meine Gefühle normal sind.

Meine täglichen Herausforderungen Ängste überwinden

Ständig machte ich mir Sorgen:

- Wird der Beutel undicht?
- Riecht man etwas?
- Finde ich rechtzeitig eine Toilette?

Diese Gedanken können einen regelrecht lähmen. Aber ich habe gelernt, einen Schritt nach dem anderen zu machen.

Mit Depressionen umgehen

Es gab Tage, an denen ich mich hoffnungslos fühlte. Meine Stimmung

schwankte, ich schlief schlecht und hatte keinen Appetit. Wenn ihr solche Symptome bemerkt, ist es wichtig, sich Hilfe zu holen.

Was mir geholfen hat

1. *Offen darüber sprechen:* Mit Familie, Freunden und sogar meinem Chef zu reden, hat mir sehr geholfen. Sie verstehen jetzt besser, was ich durchmache.
2. *Selbsthilfegruppen:* Hier traf ich Menschen, die genau wissen, wie ich mich fühle. Das war unglaublich befreiend.
3. *Professionelle Hilfe:* Meine Stomatherapeutin war eine grosse Stütze. Sie hatte immer einen guten Rat parat, wenn ich nicht weiterwusste.
4. *Positive Einstellung:* Ich versuche, meinen Stomabeutel als das zu sehen, was er ist – ein lebensrettendes Hilfsmittel. An manchen Tagen fällt mir das leichter als an anderen, aber ich arbeite daran.

Mein Rat an euch

Denkt immer daran: Ihr seid nicht allein. In der Schweiz leben etwa 2 Millionen Menschen mit psychischen Erkrankungen. Viele von uns Stomaträgern gehören dazu. Aber gemeinsam können wir uns gegenseitig stärken und unterstützen. Scheut euch nicht, Hilfe anzunehmen. Ob Familie, Freunde, Selbsthilfegruppen oder Fachleute – es gibt immer jemanden, der ein offenes Ohr für euch hat. Unser Weg mag nicht einfach sein, aber er macht uns stärker. Lasst uns füreinander da sein und gemeinsam wachsen.

Ein Stomaträger



YOU

& BE®

EINE LÖSUNG FÜR IHRE UROSTOMA-BEDÜRFNISSE

Seit der Einführung von Confidence BE® haben wir uns Ihre Wünsche zu Herzen genommen und einen Urostomabeutel entwickelt, der Ihre Bedürfnisse erfüllt.

Die NEUEN Confidence BE® Urostoma- und Nachtbeutel sind eine Komplettlösung, die Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden morgens, mittags und abends fördern.

EINFACH SO SEIN, WIE MAN SEIN MÖCHTE



HIER SCANNEN

Erfahren Sie mehr über die Confidence BE® Urostoma-Lösung unter: Telefonnummer: **044 775 33 44**, Email: info@morani.ch oder besuchen Sie: www.morani.ch Folgen Sie uns unter @SaltsHealthcare: 

 **salts morani** *medical*
HEALTHCARE



Recognising Salts research
into healthy stoma skin



DERMATOLOGICALLY
ACCREDITED



Morani Medical AG, Unterrohrstrasse 3, 8952 Schlieren. © Eingetragene Warenzeichen von Salts Healthcare Ltd. © Salts Healthcare Ltd 2024. Die Produkte und Marken von Salts Healthcare Ltd. sind durch britische und ausländische Patente, eingetragene Geschmacksmuster und Warenzeichen geschützt. Weitere Einzelheiten finden Sie unter www.salts.co.uk

Selbstpflege und Lebensqualität – neue Erkenntnisse StomapatientInnen

Eine kürzlich veröffentlichte italienische Studie bringt spannende Erkenntnisse für Menschen mit Stoma. Die Forschungsarbeit, die im April 2024 im Fachjournal «Nursing Reports» erschien, untersucht den Zusammenhang zwischen Selbstpflege und Lebensqualität bei Stomapatienten. Lassen Sie uns gemeinsam einen Blick auf die wichtigsten Ergebnisse werfen und darüber nachdenken, was sie für uns bedeuten können.

Die Studie im Überblick

Forschende aus Italien befragten 521 Stomapatienten in sieben verschiedenen Kliniken. Sie wollten herausfinden, wie sich die Selbstpflege des Stomas auf die Lebensqualität auswirkt. Dafür nutzten sie spezielle Fragebögen und fortschrittliche statistische Methoden.

Wichtige Erkenntnisse

Die Ergebnisse der Studie sind ermutigend:

1. Selbstpflege verbessert die Lebensqualität: Die Forscher fanden heraus, dass eine gute Selbstpflege des Stomas einen deutlich positiven Einfluss auf die Lebensqualität hat.
2. Zwei Schlüsselbereiche der Selbstpflege:
 - Tägliche Pflegeroutinen und gesunde Gewohnheiten



- Regelmässige Kontrolle und Beobachtung des Stomas

Beide Aspekte tragen wesentlich zu einer besseren Lebensqualität bei.

Was bedeutet das für uns?

Diese Erkenntnisse bestätigen, was viele von uns vielleicht schon geahnt haben: Unsere täglichen Bemühungen in der Stomapflege zahlen sich aus! Sie verbessern nicht nur unsere Gesundheit, sondern auch unser allgemeines Wohlbefinden.

Tipps für den Alltag

Basierend auf den Studienergebnissen hier einige Anregungen:

1. Entwickeln Sie eine gute Pflegeroutine: Finden Sie heraus, welche Abläufe für Sie am besten funktionieren und machen Sie sie zur Gewohnheit.
2. Bleiben Sie aufmerksam: Beobachten Sie Ihr Stoma regelmässig. Achten Sie auf Veränderungen und zögern Sie

NEU

Schon gesehen?

Es gibt etwas Neues:
SenSura® Mio in black.

SenSura® Mio

Dieser Ausstreifbeutel kombiniert alle Vorteile des bewährten SenSura® Mio und gibt Ihnen gleichzeitig mehr Flexibilität in Ihrem Alltag:

- › Folgt Ihren Bewegungen
- › Reduziert Leckagen
- › Weniger Aufblähen
- › Wasserabweisend und geräuscharm
- › Schwarz oder Lichtgrau – **Sie haben die Wahl.**

Überzeugen Sie sich selbst und bestellen Sie noch heute Ihr kostenloses Muster unter de.coloplast.ch/mioinblack oder der kostenlosen Hotline: 0800 777 070



scannen und bestellen



Ab sofort als 1-teiliger Ausstreifbeutel, in plan und 3 Konvexitäten erhältlich.

nicht, bei Fragen Fachpersonal zu kontaktieren.

3. Setzen Sie sich kleine Ziele: Jeder Schritt in Richtung besserer Selbstpflege kann Ihre Lebensqualität steigern.
4. Tauschen Sie sich aus: Sprechen Sie mit anderen Betroffenen über Ihre Erfahrungen. Oft können wir voneinander lernen.

Ein Wort zum Schluss

Diese Studie zeigt uns, dass wir selbst einen grossen Einfluss auf unsere Lebensqualität haben. Jede kleine Verbesse-

rung in unserer Selbstpflege kann einen Unterschied machen. Lassen Sie uns diese Erkenntnisse als Ermutigung sehen, weiterhin aktiv und positiv mit unserem Stoma umzugehen.

Denken Sie daran: Sie sind nicht allein auf diesem Weg. Gemeinsam können wir voneinander lernen und uns gegenseitig unterstützen.

Quelle: Marcomini, I., Iovino, P., Rasero, L., Manara, D.F., Vellone, E., & Villa, G. (2024). Self-Care and Quality of Life of Ostomy Patients: A Structural Equation Modeling Analysis. *Nursing Reports*, 14(4), 3417-3426.

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

Weitere Infos:



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

 *Besondere Situationen verlangen professionelle Lösungen.*

Innovativer Geruchsbanner

für die Stomaversorgung

- ✓ 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

 *Les situations particulières nécessitent des solutions professionnelles.*

Barrière olfactive innovante

pour les soins des stomies

- ✓ 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



Adressänderung?

Stimmt Ihre Adresse noch? Wir wären froh, wenn Sie Adressänderungen per Mail an: info@ilco.ch, melden könnten.

Selbstverständlich nimmt unser Sekretariat auch telefonische Anrufe unter der Nummer +41 77 418 33 50 entgegen.

Damit helfen Sie uns Portokosten zu vermeiden. Besten Dank.

ilco Schweiz, wichtiger Termin 2025

Stomatag und Mitgliederversammlung am Samstag, 14. Juni 2025, in Luzern



convatec
— forever caring —

Bald verfügbar!

Leckage-Problem? Problem gelöst.



EsteemBody™ mit Leak Defense™ -Technologie

Leak Defense™-Technologie kombiniert unsere Goldstandard-Hydrokolloide mit einer umfassenden Palette an softer Konvexität, die sich dem Körper perfekt anpasst und für eine langanhaltende, sichere Abdichtung sorgt.

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



Februar 2023 / 19407



Gute Gründe für unsere Stomaprodukte:

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

STOMOCUR®

all4care

Ihr 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

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 ist nur für Mitglieder bestimmt.

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

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

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

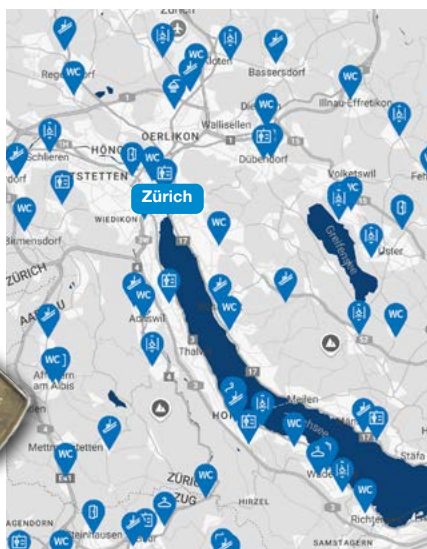
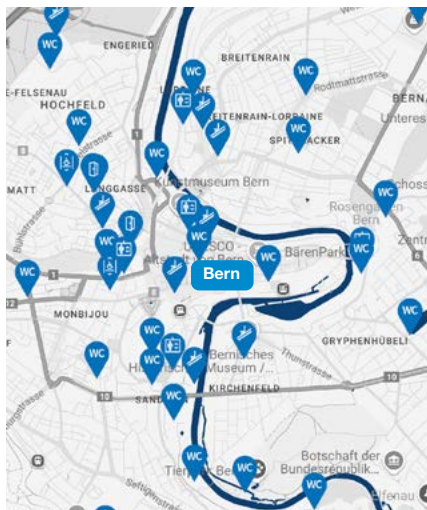
Eine Dienstleistung der ilco Schweiz in Zusammenarbeit mit Pro Infirmis.

Bestellungen an:

ilco Schweiz
3000 Bern
Telefon +41 77 418 33 40
E-Mail: info@ilco.ch



Alle Standorte
der sanitären
Anlagen in der
Schweiz unter:





YOU

& BE®

LA SOLUTION CONÇUE POUR RÉPONDRE AUX
BESOINS DE LA PERSONNE UROSTOMISÉE

Depuis le lancement de Confidence BE®, nous sommes à l'écoute de vos souhaits et avons créé une poche d'urostomie pour répondre à vos besoins. La NOUVELLE poche d'urostomie et la poche de drainage urinaire nocturne Confidence BE® constituent une solution complète pour soutenir votre santé et votre bien-être du matin au soir.

SIMPLIFIER LA VIE DE LA PERSONNE UROSTOMISÉE



FLASHEZ-MOI

Contactez-nous afin d'en savoir plus sur la solution d'urostomie Confidence BE® : Téléphone : **044 775 33 44**, e-mail : **info@morani.ch** ou rendez-vous sur : **www.morani.ch** Suivez-nous : @SaltsHealthcare:

 **salts morani** *medical*
HEALTHCARE



Reconnait la qualité des recherches de
Salts pour une peau péristomiale saine



DERMATOLOGIQUEMENT
APPROUVÉ

CE UK

Morani Medical AG, Unterrohrstrasse 3, 8952 Schlieren. © Marques commerciales déposées de Salts Healthcare Ltd. © Salts Healthcare Ltd. 2024. Les produits et marques commerciales de Salts Healthcare Ltd. sont protégés par des brevets, des conceptions enregistrées et des marques déposées au Royaume-Uni et à l'étranger. Pour plus de précisions, consultez le site www.salts.co.uk



**Chers membres,
chères lectrices et
chers lecteurs,**

Trouver de nouveaux sujets pour notre bulletin représente toujours un grand défi.

J'espère que nous aurons réussi durant ces trois mois de préparation jusqu'à l'impression à créer un bulletin que vous aurez plaisir à lire et qui saura aussi éveiller votre curiosité.

Bien entendu, certains des thèmes présentés ont déjà été fait sujet d'articles et de discussions. Cependant, de nouvelles découvertes y sont présentés et des détails fascinants que nous ne connaissions pas encore ou dont nous n'avions jamais entendu parler.

Les études scientifiques sont alors tout aussi importantes que les échanges entre personnes concernées. Même si nous partageons des antécédents médicaux et des destins semblables, chacune et chacun d'entre nous a son histoire propre. Et ces histoires présentent elles aussi une grande valeur ajoutée qui mérite d'être transmise et partagée. C'est ce que nous faisons au fond déjà pour la plus part d'entre nous lors de nombreuses occasions et manifestations tout au long de l'année.

Ces événements et rencontres sous quelque forme que ce soit doivent être préparés à temps, impliquant une organisation et réalisation avec grand soin : la réunion du Comité et celle des responsables régionales en février

2025, l'Assemblée Générale des membres et la Journée de la stomie à Lucerne en date du 14 juin 2025 mais aussi les manifestations et rencontres régionales diverses. Le travail des volontaires et bénévoles est alors plus que nécessaire. Or, les trouver n'est pas toujours facile.

Nous, le Comité d'ilco Suisse, saisissons l'occasion de cette édition du bulletin pour exprimer nos remerciements sincères à tous les participants qui œuvrent, CHACUNE et CHACUN sans exception, pour la bonne réussite de ces événements !

Votre engagement ne va pas de soi, et il est absolument précieux !

Ce n'est que moyennant votre aide que nous pourrons continuer à organiser ces événements importants et leur donner la place qu'ils méritent.

Bien entendu, ceci vaut également pour les excellents articles de notre bulletin.

Je vous souhaite à tous de continuer ainsi dans l'esprit d'ilco Suisse et dans l'esprit de nous tous !

J'y joins aussi mon espoir que ce bulletin ne sera pas la seule voie par laquelle nous, le Comité, saurons vous atteindre.

Bonne lecture et bonnes découvertes.

Wolfgang Göbel
Membre du Comité /
Gestionnaire d'événements

eakin
freeseal[®]

AUJOURD'HUI EST UN NOUVEAU JOUR C'EST PARTI

Dites **NON** aux fuites
avec eakin **freeseal**[®]!
Trouvez l'anneau qu'il
vous faut dans
la gamme et

**DEVENEZ
INVINCIBLE**

Ant, Royaume-Uni,
Invincible
@ibdlife

**COMMANDEZ
VOS ÉCHANTILLONS GRATUITS**

DÈS MAINTENANT

www.publicare.ch | Tel: 056 484 15 00

eakin
freeseal[®]



5 anneaux, une gamme de tailles et
d'épaisseurs différentes.

**Facile à modeler, facile à retirer,
facile à adopter.**

Chère famille ilco

En tant que nouvelle secrétaire d'ilco Suisse, je profite de ce bulletin pour me présenter.

Je m'appelle Michelle Jost, j'ai 26 ans et je suis fière d'être maman de 3 merveilleux enfants.

Mon mari, nos enfants et moi vivons à la campagne, dans une sorte de chalet bernois que l'on appelle « stöckli », en compagnie de notre chienne, un Jack Russell, et de nos poules. J'aime beaucoup être dans la nature avec mes enfants et notre chienne. Quand il me reste un peu de temps pour mes loisirs, je donne libre cours à ma créativité par la broderie.

J'ai travaillé pendant plusieurs années dans un EMS dans mon métier d'assistante en soins et santé communautaire où j'ai eu l'occasion d'encadrer l'apprentissage de jeunes en tant que maître d'apprentissage.

Depuis que je suis devenue maman moi-même, j'ai seulement réalisé à quel point il est agréable et gratifiant de s'occuper d'enfants. Je me suis donc lancée dans une formation certifiante de coach « Body'n brain » (corps et cerveau). En mai 2024, j'ai eu la chance de présenter la méthode « Body'n brain » lors de la réunion du groupe régional de Berne. Créer ensemble de nouvelles connexions dans le cerveau en s'amusant, par des exercices de coordination combinés à une activité de cognition afin d'en tirer profit au quotidien. Peut-être vous



avez entendu ma présentation, cher lecteur. Depuis septembre 2024, je suis certifiée et j'ai pu enfin démarrer cette activité.

En ce qui concerne mon poste chez ilco Suisse, c'est par ma maman Adriana Del Vecchio que j'en ai entendu parler. Vous la connaissez sûrement comme secrétaire. Malheureusement, des raisons de santé l'ont contrainte à quitter sa fonction. Je l'ai aidé à assumer le secrétariat ponctuellement l'année passée et j'assume maintenant ce poste seule.

Je suis contente de faire partie de la famille ilco.

Peut-être aurons-nous l'occasion de téléphoner ou d'échanger des courriels. Dans l'immédiat, je vous souhaite à tous une bonne santé, un mental positif et de l'humour dans les situations pas toujours faciles de la vie.

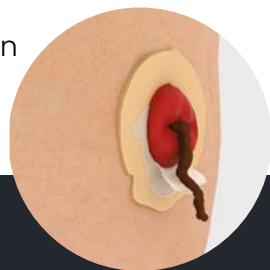
Cordialement,

Michelle Jost

Nouveauté produit :

Anneau de protection cutanée avec **FLOWASSIST** innovant – pour une meilleure santé cutanée.

Testez l'anneau de protection cutanée unique en son genre et commandez votre **échantillon gratuit***



AVANTAGES FLOWASSIST



- ✓ Protection améliorée contre les fuites
- ✓ Amélioration de la santé cutanée
- ✓ Protection hydrocolloïde pour une durée de port prolongée
- ✓ Sécurité et confort de premier choix

FLOWASSIST, conçu pour prévenir les irritations cutanées dans tous les types de stomies.

Vous pouvez commander **votre échantillon gratuit*** par téléphone en appelant notre numéro gratuit 0800 810 808 ou par e-mail à homecare@mediq-suisse.ch.

* La commande d'échantillons gratuits est valable une seule fois, pour une taille d'anneau de protection cutanée et dans la limite des stocks disponibles. En commandant un échantillon, vous acceptez que Mediq Suisse vous interroge éventuellement sur votre expérience avec le produit.



Infos produits, vidéos, études

Disponible chez :



Mediq Suisse

Rosengartenstrasse 25 | 8608 Bubikon

Numéro gratuit 0800 810 808

homecare@mediq-suisse.ch

www.mediqsuisse.ch

Trois semaines de voyage dans les mers du Sud avec une urostomie

Je m'appelle Walter, j'ai 74 ans et je suis porteur d'une urostomie.

Je résume ici brièvement mon parcours médical. Tout a commencé en décembre 2006 par une brachythérapie de la prostate. Malheureusement, la radiothérapie a lésé aussi les muscles pelviens et en plus de ça, un diverticule s'est formé entre la sortie de la vessie et le sphincter. Par suite, à partir de mars 2008, je souffrais d'incontinence, j'avais des douleurs pelviennes et je ne pouvais plus faire de randonnées ni voyager. Suivirent divers curetages de l'urètre/du col vésical, des inflammations, le retrait de la prostate et la prise d'un antibiotique.

La pose de mon urostomie en février 2023 m'a délivré de l'incontinence et des douleurs, je pouvais à nouveau faire des randonnées, voyager.

J'ai eu la chance de faire la connaissance d'une personne formidable, ma conseillère en stomie, Madame Th. Sonderer de la Ligue contre le cancer de Suisse orientale, qui m'a beaucoup soutenu.

Lors de ma dernière visite, je lui ai parlé de mes projets de voyage et elle m'a encouragé à écrire ce petit récit.

Le 23 octobre 2024, ma femme et moi sommes donc partis pour trois semaines dans les mers du Sud. De longs vols et une croisière de 15 jours nous attendaient, avec quatre îles à Hawaï et quatre îles à Tahiti. Une expérience merveilleuse et unique, que j'ai pu pleinement savourer.



Mehr als nur ein Plus...

- + Die hautfreundliche **Wahl**
Hydrokolloid Platte mit Manuka Honig
- + Die elegante **Wahl**
Wählen Sie zwischen Beuteln in schwarz oder sandfarben
- + Die medizinische **Wahl**
Erhältlich in plan oder soft convex
- + Die bewährte **Wahl**
Entwickelt, um das Risiko der Leckage -Bildung zu verringern.



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@gribi.ch |

Il y a plus qu'un plus...

- + **Le choix** respectueux de la peau
Plaqué hydrocolloïde avec du miel de Manuka
- + **Le choix** esthétique
Choisissez entre des poches en noir ou en sable
- + **Le choix** clinicien
Disponible en planes et convexes soft
- + **Le choix** de la confiance
Conçue pour réduire le risque de fuites

Plus
ft Convex



Disponible dès maintenant chez :

G BELP

strasse 59
Belp
318 40 80
318 40 85
www.gribi.ch

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



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



Februn 2023 / 19507



Le meilleur choix pour vos
produits de stomies:

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

STOMOCUR®

all4care

Votre 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

Je suis monté à bord avec suffisamment de matériel pour ma stomie dans mes valises – et un état mental positif. Je n'ai rencontré absolument aucun problème durant le voyage, ni pour changer ma poche dans la cabine étroite du bateau ni dans les hôtels.

Nous avons participé à deux reprises à une excursion en bateau avec une plongée au tuba. La poche a parfaitement tenu. Le seul bémol était qu'au bout d'une heure elle s'est remplie d'eau, ce qui

m'a obligé d'aller la vider. Mais tout s'est passé sans souci. La beauté du paysage sous-marin, et pouvoir évoluer librement dans l'eau ... quelle expérience magnifique, inoubliable !

Bien que sceptique avant de partir, je suis très heureux que tout ce soit si bien passé.

À mon avis, beaucoup de choses sont possibles. Il suffit d'oser !

Walter



Ein regionaler Betrieb.

druckerei **ruchag**



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

Ma vie avec une stomie : une perspective personnelle

Porteur d'une stomie, j'aimerais vous faire part de mon vécu et vous raconter comment j'ai appris à gérer les défis physiques et psychiques. Ce ne fut pas un voyage facile, mais j'ai appris à mieux me connaître.

Les premiers pas

Au début, les choses ont été vraiment difficiles. Il m'a fallu changer mon alimentation, être prudent lorsque je faisais du sport, et aussi repenser ma vie sexuelle. Mais le plus difficile des défis était de m'habituer à mon nouveau corps. Je me sentais souvent anxieux, déprimé, pas sûr de moi.



Et devinez quoi ? Je ne suis pas le seul. Près de deux tiers personnes stomisées ont des difficultés à accepter leur nouvelle image corporelle après l'opération. Cela m'a aidé à comprendre que mes ressentis étaient partagés par d'autres.

Mes défis au quotidien

Surmonter les angoisses

J'étais toujours préoccupé :

- Est-ce que la poche fuit ?
- Est-ce que l'on sent des odeurs ?
- Est-ce que je vais trouver une toilette à temps ?

Ces pensées peuvent être réellement handicapantes. Mais j'ai évolué pas par pas.

Gérer les dépressions

Certains jours j'étais plongé dans le désespoir, d'humeur instable, passant de mauvaises nuits et manquant d'appétit. Si vous ressentez de tels symptômes, il est important de chercher de l'aide.

Ce qui m'a aidé

1. *En parler ouvertement* : parler avec ma famille, mes amis et même avec mon supérieur au travail m'a beaucoup aidé. Maintenant, ils comprennent mieux par quoi je passe.
2. *Les groupes d'entraide* : dans ces groupes, j'ai rencontré des personnes qui savent de quoi je parle. C'était une expérience incroyablement libératrice.
3. *L'aide professionnelle* : ma stomathérapeute m'a été d'un soutien énorme. Elle était toujours de bon conseil quand je ne savais plus quoi faire.

4. *Un mental positif* : j'essaie de considérer ma poche de stomie comme ce qu'elle est – un moyen auxiliaire médical qui me sauve la vie. Certains jours, c'est plus facile que d'autres, mais je m'y efforce.

Un conseil que je souhaite vous transmettre

Ne perdez jamais de vue que vous n'êtes pas seul avec vos difficultés. En Suisse, environ 2 millions de personnes souffrent de maladies psychiques. Nombre de porteurs de stomie comme nous en font

partie. C'est ensemble que nous pouvons nous réconforter et nous soutenir mutuellement. Ne craignez pas de chercher et d'accepter de l'aide. Que ce soit dans la famille, auprès d'amis, dans des groupes d'entraide ou chez des spécialistes – vous trouverez toujours quelqu'un qui sera à votre écoute. Notre parcours n'est pas sans encombre, certes, mais il nous rend aussi plus forts. Soyons présents les uns pour les autres afin de grandir ensemble.

Un porteur d'une stomie



convatec
— forever caring —

Bientôt disponible!

Problème de fuite? Problème résolu.



EsteemBody™

avec la technologie Leak Defense™

La technologie Leak Defense™ associe nos hydrocolloïdes Gold Standard à une gamme complète de convexités douces qui s'adaptent parfaitement au corps et assurent une étanchéité sûre et durable.

© 2025 Convatec. ® / ™ indicate trademarks of the Convatec group of companies.
AP-74073-DEU-FRE-v1



Stoma
Skin
Soul



Absorbe. Gonfle.
Étanche. Protège.

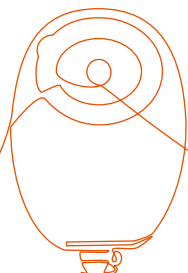
Poche d'urostomie NovaLife TRE™

Conçus pour éviter les fuites avant qu'elles ne se produisent.

Faites le choix gagnant avec les poches d'urostomie NovaLife TRE™

- NovaLife TRE™ est un protecteur cutané unique qui contient des superabsorbants qui gonflent et se dilatent au contact de l'humidité/de l'urine, formant un joint sûr pour protéger votre peau.¹
- La conception de la poche à profil mince comprend les compartiments multiples et les points de discrétion qui permettent de réduire considérablement le gonflement de la poche.²
- La fenêtre de contrôle EasiView™ assure la discrétion et permet d'observer la stomie et l'urine si nécessaire
- Le robinet amélioré de la poche d'urostomie NovaLife TRE™ est réglable et permet une vidange sûre et contrôlée de la poche.

La technologie Dansac TRE™ offre 3 niveaux de protection pour aider à garder votre peau en bonne santé. Visitez le site www.dansac.ch pour en savoir plus.



1. Données Dansac sur fichier, LN-06224,07/22.

2. Comparé à la poche d'urostomie Nova.

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

Dansac, le logo Dansac, EasiView, NovaLife TRE et TRE sont des marques déposées de Dansac A/S

© 2023 Dansac A/S



dansac



Soins personnels et qualité de vie – Nouvelles perspectives pour les patients stomisés

Une étude italienne récemment publiée révèle des constatations fascinantes pour les porteurs de stomies. Le travail de recherche publié en avril 2024 dans la revue spécialisée « Nursing Reports » étudie le rapport entre l'autonomie dans les soins et la qualité de vie des patients stomisés. Jetons ensemble un coup d'œil sur les résultats les plus pertinents et réfléchissons à leur importance pour nous.

Résumé de l'étude

521 porteurs de stomie dans sept cliniques différentes ont été interrogés par les chercheurs italiens. Le sujet de l'étude portait sur les incidences d'une prise en charge autonome des soins de stomie sur la qualité de vie des porteurs. Des questionnaires spéciaux et des méthodes statistiques avancées ont été utilisés pour la réalisation.

Résultats importants

Les résultats de cette étude sont encourageants :

1. Les soins autonomes améliorent la qualité de vie : les chercheurs ont pu établir que la prise en charge autonome des soins de stomie a une nette influence positive sur la qualité de vie.
2. Deux éléments clés de la prise en charge autonome des soins :



- la routine des soins quotidiens et des modes de vie sains
- le contrôle et une observation régulière de la stomie

Les deux aspects contribuent de manière essentielle à une meilleure qualité de vie.

Quels conclusions pouvons-nous en tirer ?

Ces résultats confirment ce dont beaucoup d'entre nous se doutaient probablement déjà : nos efforts quotidiens de soin s'avèrent payants ! Ils améliorent non seulement notre santé, mais aussi notre bien-être général.

Conseils pour la vie quotidienne

Voici quelques suggestions tirées des résultats de cette étude :

1. Adoptez une bonne routine de soins : trouvez les processus qui fonctionnent le mieux pour vous et faites-en une habitude.
2. Restez attentif : observez régulièrement votre stomie. Prêtez attention à chaque

NOUVEAU

Vous l'avez déjà vu?

Nous avons quelque chose
de nouveau pour vous:
SenSura® Mio in black.

SenSura® Mio

Cette poche vidable combine tous les avantages du SenSura® Mio éprouvé tout en vous donnant plus de flexibilité dans votre vie quotidienne:

- › Suit vos mouvements
- › Réduit les fuites
- › Moins de gonflement
- › Silencieux et imperméable
- › Noir ou gris clair – pour la liberté de choisir.

Jugez-en par vous-même et commandez dès aujourd'hui votre échantillon gratuit sous fr.coloplast.ch/mioinblack ou via la hotline gratuite: 0800 777 070



scan et commande



Les poches de stomie
suivantes sont disponibles:

1 pièce vidable, en plan et
dans les 3 convexités.

modification et n'hésitez pas à prendre contact avec des personnes spécialisées si vous avez des questions.

3. Fixez-vous de petits objectifs : chaque pas menant à une meilleure prise en charge autonome des soins peut améliorer votre qualité de vie.
4. Partagez votre vécu : parlez de vos expériences avec d'autres personnes concernées. Souvent, nous pouvons apprendre les uns des autres.

primordiale. La moindre petite amélioration dans notre prise en charge autonome des soins peut faire une différence. Ces conclusions devraient nous encourager à continuer de gérer notre stomie de manière active et positive.

N'oubliez pas que vous n'êtes pas seul*e à être concerné*e. Ensemble, nous pouvons apprendre et nous soutenir mutuellement.

Mot final

Cette étude démontre que notre influence personnelle sur notre qualité de vie est

Source : I. Marcomini, P. Iovino, L. Rasero, D.F. Manara, E. Vellone & G. Villa, 2024. Self-Care and Quality of Life of Ostomy Patients: A Structural Equation Modeling Analysis. Nursing Reports, 14(4): 3417-3426.

Changement d'adresse ?

Votre adresse est-elle toujours valable ? Nous serions heureux si vous pouviez signaler tout changement d'adresse par e-mail : info@ilco.ch. Bien entendu, notre secrétariat accepte également les appels téléphoniques au +41 77 418 33 50.

Vous nous aiderez ainsi à éviter les frais de port.

Merci beaucoup.

ilco Suisse, date importante 2025

Journée de la stomie et assemblée générale samedi, 14 juin 2025, à Lucerne

TRINITY GOLD™ sachets superabsorbant anti-odeurs et gélifiants



Pour iléostomies
ou selles liquides.

- Le dissolvants d'adhésifs avec un jet précis
- Sans sensation de froid sur la peau - sans gaz propulseur
- Sèche en quelques secondes

Editoriale



Cari membri, care lettrici e cari lettori,

Trovare nuovi argomenti per il nostro bollettino rappresenta sempre una grande sfida.

Spero che questa nuova edizione, a cui abbiamo dedicato gli ultimi tre mesi, possa offrirvi il piacere della lettura e stimolare la vostra curiosità.

Alcuni degli argomenti presentati sono già stati oggetto di articoli e confronti in passato, ma vogliamo presentarvi nuove scoperte e dettagli interessanti che ancora non conosceamo o di cui non avevamo mai sentito parlare.

La ricerca scientifica è importante tanto quanto il confronto tra le persone interessate, e anche se condividiamo storie cliniche e vissuti simili, ognuna e ognuno di noi ha una storia personale. Storie dal grande valore aggiunto, che meritano di essere raccontate e condivise, ed è quello che la maggior parte di noi sta già facendo in molte occasioni ed eventi nel corso di tutto l'anno.

Questi eventi e queste occasioni di incontro, in qualsiasi forma essi siano, devono essere preparati per tempo e richiedono grande cura nell'organizzazione e realizzazione: l'Assemblea del Comitato e quella dei responsabili regionali nel febbraio 2025, l'Assemblea generale dei soci e la

Giornata della stomia a Lucerna del 14 giugno 2025, ma anche i molti eventi e incontri regionali. Il contributo dei volontari e dei benefattori è quindi più che necessario, ma trovare persone disponibili non è sempre così facile.

Noi del Comitato di ilco Svizzera desideriamo cogliere l'occasione per esprimere i nostri più sinceri ringraziamenti a tutti coloro che offrono la propria collaborazione, a OGNUNO e OGNUNA senza eccezioni, per garantire il successo di questi eventi !

Il vostro impegno non è affatto scontato e il suo valore è davvero inestimabile.

Solo grazie al vostro aiuto potremo continuare a organizzare questi importanti eventi e dare loro il rilievo che meritano. Lo stesso vale ovviamente anche per gli straordinari articoli del nostro bollettino.

Auguro a tutti voi di continuare a perseguire i vostri obiettivi nello spirito di ilco Svizzera, che è il nostro spirito comune. Oltre a questo bollettino, il Comitato avrà certamente l'occasione di comunicare con tutti voi anche in altri modi.

Buona lettura e buone scoperte.

Wolfgang Göbel

Membro del Comitato / Responsabile Eventi

Cari membri della famiglia ilco

In qualità di nuova segretaria di ilco Svizzera, approfitto dell'invio del presente bollettino per presentarmi a tutti voi.

Mi chiamo Michelle Jost, ho 26 anni e sono fiera di essere madre di 3 bambini meravigliosi.

Vivo in campagna insieme a mio marito e ai nostri figli in uno «stöckli», un tipico chalet in stile bernese, in compagnia della nostra cagnolina, un Jack Russell, e delle nostre galline. Amo vivere a contatto con la natura con i miei figli e la nostra cagnolina. Quando ho un po' di tempo da dedicare ai miei hobby, do libero sfogo alla mia creatività ricamando.

Ho lavorato per diversi anni come operatrice sociosanitaria in una casa di riposo, dove ho avuto l'opportunità di seguire gli apprendisti come formatrice professionale.



Quando sono diventata mamma ho capito quanto sia piacevole e gratificante prendersi cura dei bambini, così ho intrapreso un percorso formativo per ottenere la certificazione di coach «Body'n brain» (mente e corpo). A maggio 2024 ho avuto la fortuna di presentare, durante la riunione del gruppo regionale di Berna, il metodo «Body'n brain», che si propone di creare nuove connessioni nel cervello in

ilco Svizzera, data importante 2025

Giornata della stomia e assemblea generale sabato, 14 giugno 2025, a Lucerna

modo divertente, con esercizi di coordinazione abbinati a un'attività cognitiva, per poterne trarre beneficio nella vita di tutti i giorni. Forse, caro lettore, hai avuto modo di ascoltare la mia presentazione. A settembre 2024 ho ottenuto la certificazione e ho potuto finalmente iniziare questa attività.

Per quanto riguarda il mio lavoro presso ilco Svizzera, avevo sentito parlare dell'associazione da mia madre, Adriana Del Vecchio. La conoscerete tutti perché è stata segretaria di ilco prima di me. Per motivi di salute, purtroppo, ha dovuto lasciare l'incarico. L'anno scorso l'ho

affiancata nelle mansioni di segreteria e ora mi dedico a questo lavoro da sola.

Sono felice di far parte della famiglia ilco.

Non mancheranno occasioni di sentirci per telefono o di scambiarci qualche e-mail.

Nell'attesa auguro a tutti voi di restare in buona salute e di conservare ottimismo e il giusto senso dell'umorismo nelle situazioni non sempre facili che la vita vuole farci affrontare.

Cordialmente

Michelle Jost

A proposito di



Sei giovane e confrontato con il tema stomia?

Allora sei al posto giusto.

Probabilmente hai un sacco di domande che ti frullano in testa ... e ora?

Non sei solo: la young ilco è lì per te!

Durante gli incontri personali, le uscite oppure online, puoi scambiare idee con persone della tua stessa età che capiscono come ti senti.

Persona di contatto:

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

Ulteriori informazioni:



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

EUROKEY

Ordinazione dell'EUROKEY

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

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

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

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

Un servizio di ilco Svizzera in collaborazione con Pro Infirmis.

Indirizzare le ordinazioni a:

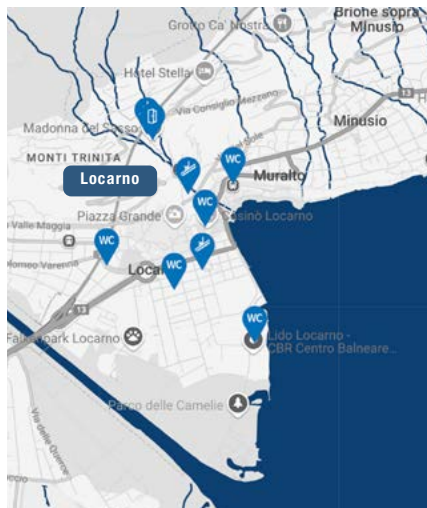
ilco Svizzera

3000 Berna

Telefono +41 77 418 33 40

E-mail: info@ilco.ch

Trova qui tutti
i luoghi degli
impianti Eurokey
in Svizzera:



Un viaggio di tre settimane nei mari del Sud con un'urostomia

Mi chiamo Walter, ho 74 anni e sono portatore di urostomia.

Vi racconto brevemente la mia storia clinica. Tutto ha avuto inizio nel dicembre 2006 con una brachiterapia prostatica; oltre ad aver danneggiato i muscoli pelvici, la radioterapia ha purtroppo causato anche la formazione di un diverticolo tra l'apertura della vescica e lo sfintere uretrale. Nel marzo 2008 ho iniziato a soffrire di incontinenza e di dolori pelvici, e da allora non ho più potuto viaggiare né fare escursioni. Sono seguiti diversi interventi di curettage dell'uretra e del collo vescicale e si sono sviluppate varie infiammazioni, fino alla rimozione della prostata e all'assunzione di un antibiotico.

Grazie all'intervento di urostomia a cui mi sono sottoposto a febbraio 2023 non soffro più di incontinenza e non provo più dolore, e ho potuto riprendere a viaggiare e a fare escursioni.

Ho avuto la fortuna di conoscere una stomaterapista straordinaria, che mi ha sempre sostenuto: Th. Sonderer della Lega contro il cancro della Svizzera orientale.

In occasione della mia ultima visita le ho parlato dei miei progetti di viaggio e lei mi

ha incoraggiato a scrivere questa breve testimonianza.

Il 23 ottobre 2024 mia moglie ed io siamo partiti per un viaggio di tre settimane nei mari del Sud. Ci aspettavano lunghi voli aerei e una crociera di 15 giorni, con tappa in quattro isole delle Hawaii e quattro isole di Tahiti: un'esperienza unica e meravigliosa che ho potuto godermi appieno.

Sono partito con un atteggiamento mentale positivo, dopo avere preparato le valigie con tutto il necessario per la mia stomia. Durante il viaggio non ho riscontrato il minimo problema, né per il cambio della sacca nella stretta cabina durante la crociera, né quando alloggiavamo in hotel.

Abbiamo partecipato per ben due volte a un'escursione in barca per fare snorkeling. La sacca ha tenuto perfettamente. Solo un piccolo inconveniente: dopo un'ora si è riempita velocemente e ho dovuto svuotarla, ma non è stato un problema. La bellezza del mondo sottomarino, potermi muovere liberamente in acqua ... è stata davvero un'esperienza meravigliosa e indimenticabile!

Devo ammetterlo: prima della partenza ero scettico. Ma è andato tutto benissimo e sono veramente contento.

Credo si possano fare molte cose, basta provarci!

Walter

La mia vita con la stomia: considerazioni personali

Sono portatore di stomia e vorrei condividere con voi la mia esperienza e raccontarvi come ho imparato a gestire le mie sfide fisiche e mentali. Non è stato un percorso facile, ma mi ha permesso di conoscermi meglio.

I primi momenti

Inizialmente è stato tutto davvero molto difficile. Ho dovuto cambiare la mia dieta, prestare attenzione quando praticavo attività sportive e anche riconsiderare la mia vita sessuale. Ma la sfida più grande è stata abituarmi al mio nuovo corpo. Soffrivo spesso d'ansia, ero depresso e costantemente insicuro.

E sapete una cosa? Non solo io provo questi emozioni. Circa due terzi dei pazienti stomizzati hanno difficoltà ad accettare il proprio corpo dopo l'intervento, e così mi sono reso conto che molte altre persone condividono il mio stesso stato d'animo.

Le mie sfide quotidiane

Vincere l'ansia

Ero sempre preoccupato:

- La sacca perde?
- Si sentono odori sgradevoli?
- Riuscirò a trovare un bagno in tempo?

Questi pensieri possono essere davvero invalidanti, ma passo dopo passo sono riuscito a vincere le mie paure.



Gestire la depressione

Ci sono stati giorni in cui mi sono sentito senza speranza. Il mio umore era assolutamente instabile, passavo notti insonni e mi mancava l'appetito. Se avvertite simili sintomi, non aspettate a chiedere aiuto. Se noti questi sintomi, è importante cercare aiuto.

Cosa mi ha aiutato

1. *Parlarne apertamente:* parlare con la mia famiglia, con i miei amici e persino con il mio responsabile al lavoro mi ha aiutato molto. Adesso tutti loro sanno cosa sto affrontando.
2. *I gruppi di auto-aiuto:* qui ho incontrato persone che sanno bene di cosa si parla. È stata un'esperienza incredibilmente liberatoria.
3. *Il supporto professionale:* la mia stomaterapista è stata di grande aiuto, sempre pronta a darmi ottimi consigli quando non sapevo più cosa fare.
4. *Un atteggiamento mentale positivo:* cerco di vedere la mia sacca per stomia per quello che è: un ausilio medico indispensabile per la mia vita. Mantene-

re un atteggiamento mentale positivo alcuni giorni è più facile rispetto ad altri, ma ci provo sempre.

Un consiglio che vorrei darvi

Ricordate sempre che non siete soli con queste difficoltà. In Svizzera circa 2 milioni di persone soffrono di disturbi mentali; tra questi si trovano anche molti portatori di stomia, come noi. Insieme possiamo

confortarci e sostenerci a vicenda. Non abbiate paura di chiedere aiuto né di accettarlo. In famiglia, fra gli amici, in gruppi di auto-aiuto o con il sostegno di specialisti, troverete sempre qualcuno che saprà ascoltarvi. Il nostro percorso non è affatto facile, ma ci rende più forti. Dobbiamo essere presenti gli uni per gli altri per crescere insieme.

Un portatore di stomia



**Ti stiamo
cercando!**

Impegnati nella nostra
associazione.

ilco
www.ilco.ch

Cura di sé e qualità della vita – Nuove scoperte per pazienti con stomia

Uno recente studio italiano ha evidenziato risultati interessanti per i portatori di stomia. Pubblicato nell'aprile 2024 sulla rivista specializzata «Nursing Reports», questo studio analizza la relazione tra autocura e qualità di vita dei pazienti stomizzati. Di seguito riportiamo i risultati più rilevanti insieme a una riflessione sulla loro importanza.

Lo studio in sintesi

Alcuni ricercatori italiani hanno intervistato 521 portatori di stomia in sette diverse cliniche. Lo studio, realizzato utilizzando questionari dedicati e metodi statistici avanzati, verteva sull'impatto dell'autocura della stomia sulla qualità della vita dei pazienti.

Risultati importanti

I risultati di questo studio sono decisamente incoraggianti:

1. L'autocura migliora la qualità della vita: i ricercatori hanno potuto stabilire in modo evidente che l'autocura della stomia influisce positivamente sulla qualità della vita.
2. Due fattori sono fondamentali per l'autocura dei pazienti stomizzati:
 - routine delle cure quotidiane e abitudini di vita sane
 - controllo e regolare osservazione della stomia



Questi due aspetti contribuiscono in modo determinante a una migliore qualità della vita.

Quali conclusioni possiamo trarne?

Questi risultati confermano quanto molti di noi già sostenevano: il nostro impegno quotidiano dedicato all'autocura è enormemente ripagato. Non solo miglioriamo la nostra salute, ma anche il nostro benessere generale.

Consigli per la vita di tutti i giorni

Ecco alcuni suggerimenti derivanti dai risultati di questo studio:

1. Adottate una corretta routine di cura: individuate le procedure che per voi funzionano meglio e trasformatele in abitudini.
2. Siate vigili: osservate regolarmente la vostra stomia, prestate attenzione a ogni cambiamento e non esitate a contattare gli specialisti per qualsiasi domanda.
3. Ponetevi piccoli obiettivi: ogni passo verso una gestione migliore dell'autocura

può migliorare la qualità della vostra qualità di vita.

4. Condividete le vostre esperienze: parlatene con altre persone che si trovano nella stessa situazione. Spesso possiamo imparare gli uni dagli altri.

Un'ultima considerazione

Questo studio dimostra che la nostra capacità di influire sulla qualità della nostra vita è fondamentale: anche il più piccolo miglioramento nell'autocura può fare una

differenza. Possiamo considerare questi risultati come un segnale per continuare ad adottare un approccio attivo e positivo nei confronti della nostra stomia. Ricordate che non siete soli in questa situazione; insieme possiamo imparare e sostenerci a vicenda.

Fonte: I. Marcomini, P. Iovino, L. Rasero, D.F. Manara, E. Vellone & G. Villa, 2024. Self-Care and Quality of Life of Ostomy Patients: A Structural Equation Modeling Analysis. Nursing Reports, 14(4): 3417-3426.

Cambio di indirizzo?

Il vostro indirizzo è ancora corretto? Saremmo lieti se ci comunicaste un cambiamento di indirizzo via e-mail: info@ilco.ch. La nostra segreteria accetta naturalmente anche telefonate al numero +41 77 418 33 50.

In questo modo potremo evitare le spese di spedizione.

Grazie mille.



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
Mobile 079 500 89 84
E-Mail: p.schneeberger@ilco.ch

Geschäftsstelle / Sekretariat NEU

Michelle Jost
Bahnhofstrasse 5, 3308 Grafenried
Mobile 077 418 33 40
E-Mail: info@ilco.ch

Sponsoring

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

Eventmanager

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

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

ilco Bern

Schwab Rita
Regionenleiterin
Mobile 079 615 02 60
E-Mail: regio-be@ilco.ch

ilco Fribourg

Poste de responsable régional vacant.
Par intérim, veuillez contacter le groupe
Neuchâtel-Jura-Jura bernois
E-Mail: neuchatel@ilco.ch

ilco St.Gallen

Osterop Marjan
Feldstr. 4, 9621 Oberhelfenschwil
Tel. 079 549 75 87
E-Mail: st.gallen-appenzell@ilco.ch

ilco Grand Genève

Giossi Laure
(uniquement de 14h à 20h)
Mobile 079 466 30 99
E-Mail: grandgeneve@ilco.ch

ilco Neuchâtel-Jura-Jura bernois

Botteron Geneviève
Rue du Lac 38, 2525 Le Landeron
Mobile 079 342 91 67
E-Mail: neuchatel@ilco.ch

ilco Vaud

Poste de responsable régional vacant.
Par intérim, veuillez contacter le groupe
Neuchâtel-Jura-Jura bernois
E-Mail: neuchatel@ilco.ch

ilco Wallis

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

ilco Zentralschweiz

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

ilco Zürich

Grob Jakob
Lindenstr. 1, 8704 Herrliberg
Tel. 044 915 21 14
E-Mail: zuerich@ilco.ch



young ilco

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.

Weitere Infos:



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

Stomaberatungsstellen / Centres de stomathérapie / Centri di stomaterapia

Aargau

Kantonsspital Aarau
Stomaberatung
Tellstr., 5001 Aarau
Tel. 062 838 43 78

Hirslanden Klinik Aarau/Stomaberatung
Schänisweg, Postfach, 5001 Aarau
Tel. 062 836 77 00

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

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

Kantonsspital Baden
Stomaberatung
Im Ergel, 5404 Dättwil
Tel. 056 486 27 95

Basel

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

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

Clarunis St. Claraspital
Stomaberatung
Kleinriehenstr. 30, 4058 Basel
Tel. 061 777 75 76

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

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 Wyttenbach
Bahnhofplatz 11, 4410 Liestal
Tel. 061 921 03 09

Bern

Spitalzentrum Biel
Stomaberatungsstelle
Vogelsangstr. 84, 2501 Biel
Tel. 032 324 41 70

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

Universitätsklinik Inselspital
Bauchzentrum Bern
Wund und Stomaberatung
Ingebäude Geschoss A, E56 B, 3010 Bern
Tel. 031 632 59 00

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
Oberburgstr. 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 28 58

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

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

Stomatherapie Solothurn
Mobile Beratung Kanton Solothurn
und Kanton Bern
Tel. 079 352 36 43
stoma-so@curacasa-hin.ch

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
Spitalstr. 24, 3280 Meyriez
Tel. 026 672 51 19

HFR Tafers
Stoma-Wundbehandlung
Maggenbergstr. 1, 1712 Tafers
Tel. 026 306 60 00

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

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

Glarus

Kantonsspital Glarus
Stomaberatung
Burgstr. 99, 8750 Glarus
Tel. 055 646 33 33

Graubünden

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

Spital Davos AG
Promenade 4, 7270 Davos Platz
Tel. 081 414 85 37
Zürcher Höhenklinik
Klinikstr. 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

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

Luzern

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

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

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

Nidwalden

Spital Nidwalden AG
 Stomaberatung
 Ennetmooserstrasse 19, 6370 Stans
 Tel. 041 618 14 68

Schaffhausen

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

Schwyz

AMEOS Spital Einsiedeln
 Wund- und Stomaberatung
 Spitalstr. 28, 8840 Einsiedeln

Spital Lachen AG
 Wund- und Stomaberatung
 Oberdorfstrasse 41, 8853 Lachen
 Tel. 055 451 31 86

St. Gallen

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

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

Krebsliga Ostschweiz
 Stomaberatung
 Theresia Sonderer
 Flurhofstr. 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
 Schöngrünstr. 42, 4500 Solothurn
 Tel. 032 627 35 76

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

Stomatherapie Solothurn
Mobile Beratung Kanton Solothurn
und Kanton Bern
Tel. 079 352 36 43

Thurgau

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

Thurgauische Krebsliga
Bahnhofstr. 5, 8570 Weinfelden
Tel. 071 626 70 00

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-ORB, 6500 Bellinzona
Tel. 091 811 92 08

Ospedale Beata Vergine
6850 Mendrisio
Tel. 091 811 31 11

Ospedale La Carità
Servizio di stomaterapia
Via dell'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
Spitalstr. 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

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
Pflanzettastr. 8, 3930 Visp
Tél. 027 970 32 02

Vaud / Waadt

CHUV
Centre de stomathérapie
BH 06-175, 1011 Lausanne
Tél. 079 556 06 84

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

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

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

Kantonsspital Winterthur
Stomaberatungsstelle
Brauerstr. 15, 8401 Winterthur
Tel. 052 266 24 99

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

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

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

Universitätsspital Zürich
Stomaberatung Urologie
Frauenklinikstr., H Nord1, 8091 Zürich
Tel. 044 255 54 24

Universitätsspital Zürich
Stomaberatung Viszeralchirurgie
Rämistr. 100, Aufn C 301, 8091 Zürich
Tel. 044 255 91 82



LeeAnne, utilisatrice CeraPlus™

Produits pour stomie CeraPlus™ – offrent sécurité et santé de la peau dès le premier jour

- Formulation avec des céramides :
protection innovante de la peau péristomiale
- Un ajustement flexible pour toutes les formes de corps :
les produits CeraPlus™* protègent contre les fuites
- Une combinaison unique de protection de la peau et
d'ajustement - le choix idéal dès le premier jour.

Plus d'informations sur www.hollister.ch

Avant d'utiliser le produit, assurez-vous de lire le mode d'emploi prévue, les contre-indications, les mises en garde et les précautions.

Hollister, le logo Hollister, CeraPlus et "Tout commence par une peau saine" sont des marques déposées de Hollister Incorporated. Toutes les autres marques déposées et droits d'auteur appartiennent à leurs propriétaires respectifs.

© 2023 Hollister Incorporated.

* Contient la technologie Remois de Alcare Co., Ltd.



CeraPlus™
Produits pour stomie



Stomathérapie
Tout commence par une peau saine.

Nous livrons jusqu'à votre porte. Sauf si votre chien n'est pas d'accord.

Plus de 14'000 produits pour le soin des stomies, le soin des plaies, l'incontinence et la trachéostomie. Conseil et livraison gratuits. Une commande passée avant 17 h 00 est chez vous le lendemain. 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