

Ich und mein Stoma

14.03.2024



Kantonsspital
St.Gallen



Themen

1. Interview mit einer Stomaträgerin
2. Alltagsunterstützung für Stomaträger
3. Take Home Message
4. Nützliche Links/ Literatur



Interview mit einer Stomaträgerin

- Julia Stirnimann
- Botschafterin der Firma Mediq Suisse



Alltagsunterstützung für Stomaträger

Websites, Apps, Youtube,
Facebook, Instagram, ...

Institutionen/
Stomaberatungsstellen

Hilfsmittel

Verschiedenes
Anschauungs-
material

Interessens-
gemeinschaft und
Forum

Broschüren,
Flyer, Ratgeber,
Anleitungsvideo

Angehörige

Stomaberatungsstellen



Ostschweiz:

- Ambulante Stomaberatungen in folgenden Spitälern: St. Gallen, Grabs, Wil, Linth, Glarus, Chur, Ilanz
- Ambulante Stomaberatung von Seiten Krebsliga: St. Gallen, Thurgau
- Stomaberatung für Kinder: Ostschweizer Kinderspital St. Gallen

Schweiz:

- Übersicht aller Stomaberatungsstellen/Adressen schweizweit:
 - www.svs-ass.ch (Homepage der Vereinigung Schweizer Stomatherapeut/Innen)
 - www.mediq.ch (Sanitätshaus für Stoma-, Inkontinenz- und Wundartikel)

International:

- z.B. (IOA) International Ostomy Association, <http://ostomyinternational.org/>

Aufgaben Stomaberatung



- Präoperative Stomamarkierung
- Beratung prä-/postoperativ
- Regelmässige Beurteilung postoperativ
- Edukation/ Instruktion zur Selbstversorgung
- Berichte/ Materialrezepte/ Gesuche/ Kostenfragen
- Sprechstunden ambulant/ stationär/ Jahreskontrollen
- Komplikationen Stoma/ Fistel
- Firmenkontakt, Material testen
- Fortbildungen
- Netzwerk Ostschweiz/ Schweiz,...



Interessensgemeinschaft und Forum



ilco Schweiz:

- Interessensgemeinschaft für Menschen mit Stoma
 - Regionale Untergruppe St.Gallen und Appenzell
 - Young Ilco mit Whatsapp-Gruppe
 - Gutes Downloadcenter für Stoma-Broschüren
 - www.ilco.ch
- Voneinander lernen, miteinander stärker werden

Forum:

- Darmkrebs online: www.darmkrebs.de/forum

«Ilco Schweizer
Stomaträger» 
>130 Mitglieder
Private Gruppe

Hilfsmittel



Eurokey 4.4
Pro Infirmis
Entwickelt für iPad
★★★★☆ 2,4 x 19 Bewertungen
Gratis

Kostenlose App

Pro infirmis eurokey:

- Toiletten und Umkleieräume
- Schweiz und teile Europas
- 3400 Eurokey-Anlagen in der Schweiz
- www.eurokey.ch

Stomapass:

- Hilfestellung beim Zoll, um Stoma nicht zeigen zu müssen, kein Beutelschmuggel
- In verschiedenen Sprachen Erklärung über Stoma



Es gibt diverse weitere «WC-Finder Apps»



Hilfsmittel



Stomagürtel:

- in diversen Grössen und Farben
- Hält Versorgung besser an den Bauch



Stomagurt:

- Bauchgurt, Hernienbauchgurt, Neoprengurt
- Mit und ohne Beutelloch
- Diverse Bandagen
- Stomaunterwäsche



Basko
Healthcare



Angehörige



AsFam

→ für pflegende Angehörige



Bei der Versorgung von zu Hause lebenden Menschen mit sehr hohem Pflegeaufwand nehmen pflegende Angehörige eine Schlüsselstellung ein

- Asfam unterstützt pflegende Angehörige
- Unterstützung durch Dipl. Pflegefachperson
- Es wird ein Lohn und ein Sozialversicherungsbeitrag bezahlt
- www.asfam.ch

Weitere nützliche Homepages



Ausschnitt Bildanleitung Versorgungswechsel:

Materialherstellerfirmen z.B. Dansac und Hollister:

- Wissensportal: eStoma, Mediathek
- Bildanleitung und Videoanleitungen für Versorgungswechsel
- Sehr viele gute Informationsbroschüren, Ratgeber, z.B. über Stomaarten oder Reisen mit Stoma
- Alles in vielen verschiedenen Sprachen
- Weltweite Standorte mit Adressen zu finden
- Spannende Erfahrungsberichte anderer Stomaträger,...
- www.dansac.ch, www.hollister.ch



Weitere nützliche Homepages

Firma Mediq Suisse:

- Sehr gute Produkteübersicht mit Publikumspreisen

Allgemein zu Firmen:

- Die meisten bieten Weiterbildungen für Stomaträger an
- Alle haben Produkteübersichten und senden Muster bei Bedarf

Confidence BE Soft Convex Ausstreifbeutel			Salts	10	CHF 167.40
	standard	beige/Fenster > 13-25	XBD1325ST		CHF 16.74
	standard	schwarz/Fenster > 13-25	XBD1325B		
	standard	weiss/Fenster > 13-25	XBD1325W		
	standard	beige/Fenster > 13-38	XBD1338ST		
	standard	schwarz/Fenster > 13-38	XBD1338B		

Adapt Paste		Hollister			
	57g	79300	1	CHF	49.10
	14.2g	79301	6	CHF	80.60
				CHF	13.43

Brava Paste		Coloplast			
	Alkoholfrei 60g	120500	1	CHF	48.80
	60g	026500	1	CHF	48.80

Eakin Cohesive Paste		Eakin			
	ohne Alkohol 60g	839010	1	CHF	40.60
	20g	SP839010	1	CHF	18.60

Weitere nützliche Homepages



- www.crohn-colitis.ch
 - Krankheitsbeschreibung, Behandlung und Alltagsthemen zu Morbus Crohn, Colitis ulcerosa, Kollagene Colitis, Reizdarm übersichtlich dargestellt
 - DE/ FR/ IT
- www.beuteltiernetzwerk.com
 - Seite von Stomaträger-Erfahrungen («Tipps&Tricks» anschauen lohnt sich)



Nützliche App im Stomabereich (Deutsch)

Dansac «Stoma Navi»



- Diverse Ratgeber in diversen Sprachen
- Anatomie von verschiedenen Operationsarten als Bild
- Diverse Anleitungsvideos

*+ übersichtlich, Werbung nicht auf jeder Seite ersichtlich
+ Videos unterwegs schauen
- Aufwändig bis installiert*

«CED FORUM»



- Austausch mit anderen CED-Betroffenen
 - Austausch nach Themen geordnet
- Meine CED
 - Tagebuch: Alle wichtigen Informationen (z.B. Ausscheidung), Daten und Arzttermine festhalten
 - Toilettenfinder (findet alle öffentlichen Toiletten in der Nähe)
 - Lebensmittelampel
 - Themen für den Alltag
 - Export vom ganzen Tagebuch möglich

*+ sehr alltagstauglich
+ schnell auf Mail z.B. für Arzt
+ Einfache Handhabung
+ auch für Stomaträger nutzbar*

Social media



Beuteltier Stoma -Träger

Private Gruppe · 8.047 Mitglieder

Käng-Uros

Private Gruppe · 871 Mitglieder

- **Crohn Colitis Schweiz**
 - >500 Mitglieder, Private Gruppe
- **Crohn Colitis Schweiz – geschlossene Gruppe**
 - >1000 Mitglieder, Private Gruppe



my_little_morbus_crohn

Folgen

N

130 Beiträge

6.395 Follower

3.308 Gefolgt

mrcolitiscrohns

Folgen

Nachricht ser

1.641 Beiträge

238.000 Follower

1.155 Gefolgt



Stomafilm vom Kantonsspital St. Gallen:

- <https://youtu.be/Bh3rzO-ZMrM> (Darmstoma)
- <https://youtu.be/NwoRV4ko6SQ> (Urostoma)

Take Home Message



- Es steckt viel mehr hinter der Alltagsunterstützung für Stomaträger als «nur» den richtige Beutel anzulegen
- Nützliche Websites und Hilfsmittel auch selber anschauen/ kennen, um sie den Stomaträgern besser vorstellen zu können

Danke für eure zukünftige UNTERSTÜTZUNG bei den Stomaträgern!!



Zusammenfassung Links/ Literatur-Tipp

- www.svs-ass.ch
- www.mediq.ch
- <http://ostomyinternational.org/>
- www.ilco.ch
- www.darmkrebs.de/forum
- www.eurokey.ch
- <https://youtu.be/Bh3rzO-ZMrM> (Darmstoma)
- <https://youtu.be/NwoRV4ko6SQ> (Urostoma)
- Diverse weitere Websites, Apps etc. (siehe Powerpointfolien)
- Literatur-Tipp Krebsliga-Broschüre:

