

ILC(o)pis

GLASILO OSEB S STOMO



ILCOPIs je glasilo
Invalidskega društva
ILCO Ljubljana
www.ilco-si.org
20. številka
december 2019

sms donacija

Pošljite SMS sporočilo s ključno besedo STOMA5 na številko 1919 in prispevali boste 5 EUR za zbiranje sredstev za izvedbo socialnih in rehabilitacijskih programov oseb s stomo in njihove svojce v društvu.

Prispevajo lahko uporabniki mobilnih storitev Telekoma Slovenije, Izi mobila,

Si.mobila, T-2 in Telemacha.

Pogoji in navodila za sodelovanje pri storitvi SMS-donacija so objavljeni na spletni strani www.ilco-si.org.

Člani Invalidskega društva ILCO Ljubljana se vam iskreno zahvaljujemo za vašo donacijo.

donacija

Vsi, ki bi hoteli donirati za delovanje društva in izvedbo socialnih in

rehabilitacijskih programov, ki jih

v društvu izvajamo, lahko svojo

donacijo nakažete na naš

TRR: 0222 2001 9146 108.

Dobrodošel je vsak evro.

Pravne osebe, ki bi želele postati naš

donator, nam lahko pišete na

drustvo@ilco-lj.org in poslali vam

bomo donacijsko pogodbo.



Invalidsko društvo ILCO Ljubljana

Parmova 53, 1000 Ljubljana, 01 436 21 90, drustvo@ilco-lj.org, www.ilco-si.org
Uradne ure: vsak pon. 09.00 – 12.00, telefonska dosegljivost: pon.– pet. 09.00 – 14.00



Drage stomistke in stomisti, bralke in bralci, pred vami je že dvajseta številka našega ILCOpis-a, kar pomeni, da vas že peto leto uspešno seznanjamo z dogodki in aktivnostmi našega društva, pa tudi s pravicami oseb s stomo in različnimi strokovnimi članki.

Seveda smo bili tudi pretekle tri mesece zelo dejavni, zato boste v tej številki lahko prebrali, kako smo, tako kot vsako jesen, čistili obrežje Ljubljane, kako smo si v Laškem obnovili moči in se pogovorili o tegobah pa tudi o lepih plateh našega življenja. Poskrbeli smo tudi za bolj aktivno druženje, saj smo se udeležili pohoda po Kopah, kjer smo imeli delavnico z bioterapevtom in še kaj zanimivega boste našli v tej številki.

Seznanjanje s stomo in skrb za kakovostno življenje z njo, je poslanstvo našega društva. Tu smo zato, da vam povemo in pokažemo, da se življenje s stomo ne konča.

Po izkušnjah zdravnikov in enterostomalnih sester novo operirane osebe s stomo hitreje okrevajo in so v boljši psihofizični kondiciji, če so včlanjene v enega izmed ILCO društev. Prav prostovoljci naših društev nudijo novo operiranim pomembno psihično oporo, za katero zdravstvenemu osebjem pogosto zmanjka časa. Osebe s stomo s svojimi osebnimi izkušnjami so pomemben vir informacij in napotkov, še posebej v situacijah, s katerimi tisti, ki stome nimajo, nimajo izkušenj.

Mogoče vas ravno zgornje vrstice spodbudijo k včlanitvi v naše društvo. Prelistajte ILCOpis, v njem boste našli tudi prijavnico zase in za svoje bližnje.

Dragi moji, leto 2019 je minilo kot blisk in že je tukaj veseli december in prav kmalu bomo zakorakali v leto 2020. V prihajajočem letu vam želim veliko zdravja, sreče, zadovoljstva, razumevanja, poslovnih uspehov in še enkrat zdravja.

Želim vam prijetno branje,

Predsednik društva ILCO Ljubljana
Zoran Terglav

AMBULANTA ZA OBOLENJA PARASTOMALNE KOŽE NA DERMATOVENEROLOŠKI KLINIKI V UKC LJUBLJANA

Anita Jelen

Na 20. svetovnem kongresu WCET v Gotenburgu na Švedskem, junija 2014, je bilo s strani gospoda Calum Lyona, specialista dermatologa iz bolnišnice v Yorku v Veliki Britaniji, predstavljeno delo v ambulanti, kjer zdravijo paciente z obolenji parastomalne kože oziroma poškodovano parastomalno kožo. Predstavil je sodobne načine zdravljenja pacientov s stomo z botoksom in krioterapijo. Doktor Calum Lyon je v Veliki Britaniji pionir na področju dermatološkega ter interdisciplinarnega zdravljenja pacientov z obolenji in poškodbami parastomalne kože. Od tod tudi ideja o ustanovitvi ambulante za obolenja parastomalne kože na Dermatovenerološki kliniki (DK) v UKC Ljubljana, ki deluje že od februarja, leta 2016 in sicer enkrat na mesec (ponedeljek).

Interdisciplinarna obravnava pacientov s stomo

Kakovost zdravstvene oskrbe pacientov zahteva konstruktivno in učinkovito medpoklicno sodelovanje med vsemi strokovnjaki različnih profesij v zdravstvu. Delo je najbolj učinkovito takrat, ko se združijo znanje in spretnosti vseh strokovnjakov za skupni cilj, na podlagi dialoga in sodelovanja ter v duhu spoštovanja, zaupanja in kolegialnosti.

Erwin Toth et al. (2010) navajajo, da ima 30 do 60 % ljudi s črevesno stomo probleme s parastomalno kožo. Preprečevanje poškodb in oskrba parastomalne kože predstavlja velik izziv za zdravstvene delavce kot tudi za posameznike s stomo. Podatki iz literature kažejo, da so najbolj pogosti dejavniki za nastanek sprememb na parastomalni koži naslednji: kemični vplivi, okužbe, mehanske poškodbe, bolezni povezane z imunskim odzivom. Tako so najbolj pogosti iritantni dermatitisi, poškodbe kože zaradi mehanskih dejavnikov ter glivične okužbe (*Candida albicans*). Sledijo spremembe na parastomalni koži, ki nastanejo zaradi slabo konstruirane stome (stoma v nivoju kože), parastomalne hernije, nepravilnega izreza kožne

podloge, uporabe konveksne kožne podloge (Erwin Toth et al., 2010).

V Veliki Britaniji, v bolnišnici v Yorku, že od leta 1998 deluje ambulanta za obolenja parastomalne kože, kjer sodelujejo specialist dermatolog, dve MS ET ter administrator. Lyon (2013) navaja, da ima dve tretjini pacientov s stomo občasne težave s parastomalno kožo. Vse te paciente obravnavajo v omenjeni ambulanti. V letih delovanja ambulante za obolenja parastomalne kože je Lyon naredil več raziskav in svoje izsledke tudi objavil. Rezultati so pokazali, da težave s parastomalno kožo najpogosteje nastanejo zaradi kemičnih dražljajev izločkov iz stome, najpogosteje nastane iritantni dermatitis pri pacientih z ileostomo. Zaradi kronične iritacije nastane pri 6 % pacientih s stomo granulom, bodisi kot boleče hipergranulacije ali pa kot metaplazija osnovne bolezni. Hipergranulacije se uspešno zdravijo s krioterapijo ali kemično kauterizacijo. Okužbe kože predstavljajo 6 % obolenj parastomalne kože, so pa različnega izvora, najpogosteje se kažejo kot stafilokokni folikulitis ali impetigo, streptokokni celulitis in glivične okužbe (kandidoza in tinea). Za postavitev diagnoze je potrebo odvzeti bris ali košček tkiva. Obstoječe kožne bolezni, kot je psoriaza ali atopični dermatitis, so prisotne pri 5 - 9 % pacientov s stomo. Alergije so redke, pyoderma gangrenosa (PG) pa je presenetljivo pogosta. Pojavile so se tudi nove bolezni, kot je parastomalna Lichen skleroza in parastomalna razjeda zaradi nicorandila (zdravilo za angino pectoris). Več kot 10% parastomalnih kožnih sprememb ni mogoče pripisati primarnim kožnim obolenjem, alergijam ali okužbam. Takšne paciente se zdravi simptomatsko z občasnimi aplikacijami aktualnih steroidnih pripravkov. Razviti so bili tudi novi pristopi zdravljenja parastomalne kože (Lyon, 2013):

- Takrolimus v orabazi - pasta za PG;
- Puder s sukralfatom (aplikacija na erozije, pospešuje obnovo epidermisa);

- Fototerapija za paciente z luskavico (zaščita stome);
- Haelan trak za PG in hipergranulacije;
- Pene in geli z dodanimi steroidi (nemastni);
- Botoks za stome, ki so v nivoju ali vgreznjene;
- Uporaba trajnih sub-dermalnih polnil za izravnavo kožne površine okrog stome;
- Uporaba močnih steroidnih mazil ali takrolimus mazila, ki se jih aplicira za 2 uri na dan (pacient je v ambulanti dve uri, po nanosu mazila se namesti pas z vrečko brez lepila) (Lyon, 2013).

Na parastomalni koži se lahko pojavijo tudi kožne spremembe, ko gre za obolenja, ki potrebujejo medicinsko obravnavo. Takšnih stanj ni tako malo, zato je nujno, da se MS ET povezujejo z dermatologi in se na takšen način pacientom zagotovi optimalno zdravstveno obravnavo, ki je profesionalna in korektna.

Ustanovitev ambulante za obolenja parastomalne kože je rezultat kreativnega sodelovanja med različnimi profesijami v zdravstvenem timu in pomeni za slovenski prostor korak k razvoju interdisciplinarnega sodelovanja ter izboljšanje kakovosti življenja pacientov s stomo.

Pacienti s stomo imajo lahko težave z različnimi oblikami obolenj ali vnetij na parastomalni koži. Zdravljenje obolenj je lahko dolgotrajno in posledično zmanjša kakovost življenja pacientu s stomo, zato je potrebno ob prvih spremembah takoj ukrepati in preprečevati nadaljnje komplikacije. Ko medicinska sestra, bodisi patronažna medicinska sestra ali enterostomalna terapevtka, ugotovi, da pacient s stomo potrebuje intenzivnejšo obravnavo ali celo zdravljenje, je sigurno prava odločitev napotitev pacienta v ambulanto za obolenja parastomalne kože. V ambulanti bosta pacienta pregledala MS ET in specialist dermatolog ter po potrebi vključila še druge specialiste in strokovnjake, ki bodo v procesu diagnosticiranja obolenja ter zdravljenja potrebni.

Literatura in viri

- Erwin Toth P, Stricker LJ, Van Rijswijk L, 2010. *Wound Wise: Peristomal Skin Complications. American Journal of Nursing*; 110 (2): 43-48.
- Lyon CC, 2013. *The Problem Stoma – peristomal skin problems*. Dostopno na: <http://www.acpgbi.org.uk/news/announcements/the-problem-stoma-peristomal-skin-problems/> (20.09.2019).

Anita Jelen, dipl. m. s., mag. zdr. nege, ET, QM

(o) pravice

oseb s stomo

Pred operacijo

Vsaka operacija in priprava nanjo je za človeka velika in stresna preizkušnja. Priporočamo vam, da si zapišete vse, kar vas zanima in o tem povprašate kirurga in enterostomalnega terapevta. Naj vam bojo spodaj naštet vprašanja v pomoč:

- Kje bom imel nameščeno stomo?
- Kako bo z okrevanjem po operaciji in rehabilitacijo?
- Kakšna bo?
- Kako izgleda stomalna vrečka?
- Kje dobim vse medicinsko tehnične pripomočke za oskrbo stome?
- Bo to zame dodaten strošek?
- Bom za oskrbo stome potreboval posebno nego na domu?
- Ali se bom moral vse življenje držati posebne diete?
- Kako bo z aktivnostmi, ki sem jih opravljal do zdaj: prehranjevanje v restavracijah, rekreacija, plavanje, služba, potovanja, druženje s prijatelji, spolnost?

Več vprašanj in odgovorov najdete na naši spletni strani v poglavju Živeti s stomo: www.ilco-si.org

Kodeks pravic

Vsi bolniki na izločilih imajo pravico do:

- predoperativnega svetovanja
- pravilno izbranega mesta stome
- dobro oblikovane stome
- čustvene podpore pred operacijo
- pooperativne zdravstvene nege
- individualnega poduka
- informacij o možnostih pridobitve medicinsko tehničnih pripomočkov za nego stome
- pooperativnega nadzora in doživljenjsko zagotovljene nege
- vseh storitev, ki jih lahko nudijo zdravstveni strokovnjaki
- informacij in nasvetov združenja invalidov z izpeljanim črevesom

Iz knjižice doc. Dr. Pavla Košoroka, *Živeti sproščeno*

Po operaciji

Imejte v mislih, da se vaše življenje zaradi stome ni končalo, ravno nasprotno, prav zaradi stome lahko začnete novo življenje. Kot oseba s stomo imate določene pravice in olajšave, vašemu delodajalcu pa pripada stimulacija za zaposlitev osebe s stomo.

Kot oseba s stomo imate pravico do:

- ocene telesne okvare – TO (postopek prične osebni zdravnik)
- denarnega nadomestila za telesno okvaro – invalidnine je predpisana samo za invalide, ki so stomo dobili zaradi poškodbe na delovnem mestu
- oprostitev plačila cestnine ob registraciji osebnega vozila. Pripada invalidom z 80% telesno okvaro ali več ob registraciji osebnega avtomobila do 150kW.
- pooperativnega zdravljenja v Zdravilišču Rogaška Slatina
- uporabe ustreznih ortopedskih pripomočkov brez doplačila
- oprostitve plačila RTV naročnine v primeru, ko je priznana telesna okvara 100%
- olajšave pri dohodnini, ko je TO 100%

Vse pravice, olajšave in stimulacija za delodajalce so podrobno opisane na naši spletni strani v poglavju Pravna pomoč: www.ilco-si.org

Ocena telesne okvare

Osebam s kolostomo	80 % TO
Osebam z ileostomo	80 % TO
Osebam z urostomo*	70 – 90 % TO

Ocena za telesno okvaro se lahko uveljavlja šest mesecev po operaciji oziroma ko je zdravljenje končano. Postopek prične izbrani osebni zdravnik.

* ZPIZ Slovenije je 5. 5. 2005 spremenil oceno telesne okvare. Vsi, ki imajo urostomo in odstranjen sečni mehur imajo priznano oceno TO 90 %. V primeru, da je ocenjena TO nižja lahko zahtevate ponovno ocenitev TO na ZPIZ Slovenije.

»VPLIV MISLI NA ZDRAVJE«

*Misli
vplivajo na
naše počutje
in zdravje*

26/9/'19 • V četrtek, 26. septembra, smo organizirali predavanje in delavnico »Vpliv misli na zdravje«, ki ju je vodil bioterapevt Darko Jeromel.

Najprej nam je povedal, kako naši možgani srkajo oz. vpijajo od rojstva naprej vse informacije iz okolja, tudi to, kakšne misli nas prešinejo in kaj in kako mislimo. Vse to vpliva na naše psihofizično počutje in posledično tudi na naše zdravstveno stanje.

Predstavil nam je Kirlianovo kamero in kako naše misli vplivajo na naše zdravje. S primeri iz življenja in s Kirlianovo kamero se je to videlo oz. dalo pokazati. Posnetki kamere pokažejo avro in iz te slike se vidi, kateri deli telesa in organi so poškodovani, oboleli oz. v slabšem stanju. Dotaknil se je tudi drugih sevanj, ki vplivajo na zdravje človeka, ško-

dljivih in zdravilnih. Predstavil nam je tudi Teslino ploščico, nastavitve atlasa in odkrivanje škodljivih sevanj. Naredil pa je tudi par nastavitve atlasa in nekaj bioterapij.

Med predavanjem in terapijami, ki so prehitro minili, smo imeli seveda številna vprašanja, na katera smo dobili strokovna in jasna pojasnila.

Prav tako je Darko izvedel kar precej bioterapij, tako po predavanju kot po malici in med druženjem, zato smo se spet veliko novega naučili.

Po Darkovem odhodu smo se še malo pogovorili in se še posebej posvetili novim osebam s stomo, ki so pred kratkim stopile na pot življenja s stomo. Potem smo si privoščili malico in se zadovoljno odpravili domov.



POHOD PO KOPAH

31/8/'19 • V soboto, 31. avgusta 2019, smo imeli v okviru posebnega socialnega programa na državni ravni organiziran enodnevni pohod po Kopah. Pohoda se je udeležilo 186 pohodnikov iz vseh šestih ILCO društev povezanih v Zvezo invalidskih društev ILCO Slovenije. V sončnem vremenu nas je 7 avtobusov z različnih koncev naše Slovenije pripeljalo na zborna mesto pri hotelu pred Grmovškov dom pod veliko Kopo. Tu nas je osebje postreglo s šilcem kratkega in odličnim pohorskim loncem.

Ampak tokrat nismo šli samo na pohod, predstavili so nam tudi »holcarijo« in to na zabaven način, kot tekmovanje v gozdarskih veščinah. Za zdravje pa smo poskrbeli z nastopom bioenergetika, ki je imel kratko predavanje, nas popeljal na energetske točke, nekaterim, ki so želeli pa kar na travniku izvedel terapije. Ves čas nas je spremljalo odlično vreme, sonca na pretek, temperatura pa se je dvignila celo na 30 stopinj. Razdelili smo se v dve skupini. Najprej je šla ena na Velike Kope, nato na »holcarijo«, druga skupina pa ravno obratno.

Na Velike Kope, ki so na nadmorski višini 1.543 m, se je večina odpravila peš. Tisti, ki se zaradi zdravstvenih ali drugih težav tega niso zmogli, so se tja pripeljali s štirisedežnico. Na vrhu so energij-

Željni preizkusa v gozdarskih veščinah, smo sodelovali na "holcariji"

ske točke, pri vsaki pa smo se malo ustavili in meditirali. Bioenergetik Darko je vsako energetske točko razložil, kakšna je energetska moč vsake točke. Med meditiranjem je bioenergetik nekaterim izvedel terapije za pljuča, hrbtenico, sklepe ...

Ko smo se vrnili v Grmovškov dom, smo odšli na zabavni del – »holcarijo«, ki jo je vodil Tomi Verlič. Ogledali smo si film o Pohorju in njegovi zgodovini. Nato smo tudi sami sodelovali na »holcariji«, željni preizkusa v gozdarskih veščinah, so se javili v ekipe in pričelo se je tekmovanje: žaganje debla, zabijanje žebeljev, sestavljanje kosov lesa. Borbe so bile zelo resne, navijači so navijali in se tudi od srca nasmejali.

Po tekmovanju in pohodu sta se obe skupini zbrali na terasi doma, kjer so nas postregli z dobrotami z žara. Najboljšim ekipam iz obeh skupin pa so podelili medalje. Vseskozi pa nam je igral ansambel in ob prijetni glasbi smo se pogovarjali, saj se že dolgo nismo videli. Nekateri so seveda tudi zaplesali. Dan je bil res čudovit. Sončno, čudovito vzdušje in enkraten program, dobre volje in pozitivne energije pa je bilo za izvoz. Pozno popoldne pa smo se prijetno utrujeni, a zadovoljni z lepo preživetim dnevom, odpravili vsak proti svojemu domu.



ČISTILNA AKCIJA »ZA ČISTO LJUBLJANO«

druženje

14/9/'19 • Člani invalidskega društva ILCO Ljubljana smo se v soboto, 14. septembra 2019, udeležili čistilne akcije, ki jo organizira Turistično društvo Ljubljana, s katerim sodelujemo že vrsto let. Pod Prulskim mostom se nas je tokrat zbralo 28. Večina udeležencev se čistilne akcije udeležuje spomladi in jeseni, zato smo se srečanja starih prijateljev tudi tokrat zelo razveselili. Ker je bila ura šele 9.00, smo si najprej privoščili jutranjo kavico, nekateri pa so posegli po »razkužilu« za grlo, ki jih je tudi malo pogrelo.

Preden smo se razkropili po bregovih Ljubljane, smo si razdelili majice, rokavice in vrečke za smeti. Med pobiranjem odpadkov od Špice, ob Grubarjevem prekopu do Kodeljevega, nas je sonce kar pošteno segrelo, saj se je temperatura dvignila skoraj do 25 stopinj Celzija.

V delovni zagnanosti smo napolnili veliko vreč, vendar manj kot prejšnja leta. Veseli nas, da so ljudje vedno bolj ozaveščeni, a žal to še ne pomeni, da čistilne akcije niso potrebne. Še vedno je bilo precej odvrženih plastenk, pločevink, plastičnih vrečk in ostale embalaže. Tokrat smo na veliko razočaranje spet našli že uporabljene medicinske



igle in injekcije. Ob čistilnih akcijah, ki jih izvajamo spomladi in jeseni, vedno znova ugotovimo, da še dolgo ne bomo doživeli čistilne akcije, na kateri bi naše vreče za smeti ostale prazne.

Zbrane odpadke smo odvrgli v za to pripravljene zabojnike. Ob povratku smo si vzeli čas za skupinsko fotografiranje, nato pa smo se ustavili v Afrika lounge baru, kjer smo se odžejali in si malo odpočili.

Ko smo si povrnilo moči, smo se po Poljanski ulici vrnili pod Prulski most, kjer nam je ob 13.00 uri Turistično društvo Ljubljana pripravilo odličen golaž. Za dobro voljo je tudi letos s kitaro in pesmijo poskrbel Bogdan Smrke. S poskočnim takti je v ples zavrtel nekaj plesalcev, nekateri pa so druženje nadaljevali na ladjici, ki jih je popeljala do mesta in nazaj.

Vedno znova ugotavljamo, da nam v prijetnem vzdušju ni težko pobirati odpadkov z bregov Ljubljane. Poleg tega pa smo po čistilni akciji vedno zelo ponosni, zadovoljni in polni energije, saj vemo, da smo spet naredili nekaj dobrega zase in naše okolje.

druženje

Opazili
smo višjo
ozaveščenost
ljudi



PREDAVANJE

»UPORABA ZELIŠČ V VSAKDANJI RABI« IN PLAVANJE V TERMAH LAŠKO



15/10/'19 • Oktober je že prešel v drugo polovico meseca in čeprav je letošnja jesen topla in prijazna, smo se v društvu ILCO odločili, da se še dodatno pogrejemo. V torek 15. oktobra smo se ob 8. uri zbrali na Parmovi ulici v Ljubljani in se z velikim pričakovanjem novih doživetij odpeljali našemu cilju naproti. Pot nas je vodila preko Domžal do Trojan, kjer je že kar obvezna postojanka za jutranjo kavico. Odpravili smo se proti Zasavju, kjer so naš že nestrpno pričakovali naši stomisti iz Zasavja, nato pa smo se odpeljali v Zdravilišče Laško.

Pričakala nas je gospa Vesna Golob iz društva La vita, ki je tokrat vodila predavanje na temo »Uporaba zelišč v vsakdanji rabi«. Najprej je predstavila ekološko kmetijo »Zeleni grič«, nato pa je razlagala o različnih zeliščih in za katere bolezni se lahko uporabijo. Prav tako nam je razložila, kdaj lahko ta zelišča nabiramo in kakšne učinke imajo glede na

to, v katerem letnem času so nabrane. Dotaknila se je tudi predelave in shranjevanja zelišč. Od izdelave olj, tinktur, sušenja in še in še. Po zaključku je bilo veliko vprašanj, na katere nam je gospa Vesna izčrpno odgovorila in svetovala. Nekateri pa so kupili nekaj njenih proizvodov za zdravje in preventivo, saj se približuje zima, v kateri je potrebno okrepiti odpornost in imunski sistem.

Po predavanju smo s kosilom poskrbeli za naše lačne želodčke in se malce odpočili.

Zoran nam je razdelil urice za bazen, v katerem smo tri ure plavali, se knajpali in dobro odmočili.

Utrujeni od vodnih aktivnosti, smo se dobili na avtobusu, ki je peljal proti Zasavju, odložili smo naše prijatelje, potem pa krenili proti Ljubljani. Naše potovanje je bilo sproščeno in v upanju, da se spet kmalu vidimo.

PREDSTAVITEV PRIPOMOČKOV ZA NEGO STOME – BBRAUN, IZMENJAVE IZKUŠENJ MED STOMISTI

12/11/'19 • V torek, 12. 11. 2019, smo se ob 11.30 uri zbrali v gostišču Kum v Zagorju, kjer smo sestali s člani zasavske sekcije našega društva.

Sledila je predstavitev novosti proizvajalca pripomočkov BBraun, ki nam jih je predstavila Ana Zdešar predstavnica podjetja Medis, ki je slovenski uvoznik teh pripomočkov. Predstavila nam je različne pripomočke za nego stome, nas seznanila z nekaterimi novostmi in nam pokazala, kako se z njimi rokuje. Seveda se je prijazno posvetila tudi vsem našim vprašanjem.

Po predstavitvi nam je eneterostomalna medicinska sestra Zdenka Rajovic s kirurškega oddelka Bolnišnice Trbovlje povedala katere pripomočke za oskrbo stome uporabljajo v bolnišnici. Predstavila nam je tudi, kako učijo novo operirane osebe, ki dobijo stomo.

Nato smo še pogovarjali in si izmenjevali izkušnje – osebe s stomo med sabo, marsikaj pa je zanimalo tudi naše partnerje in svojce, ki so se nam pridružili na srečanju. Posebno pozornost smo seveda namenili novo operiranim osebam s stomo, ki se šele privajajo na novo življenje. Razgovori so potekali sproščeno, z veliko vprašanji in zaključki. Diskusije so bile živahne in konstruktivne.

Dotaknili smo se tudi dobave pripomočkov in ugotovili, da je na našem trgu zaenkrat veliko različnih proizvajalcev kvalitetnih pripomočkov za oskrbo stome, kar je zelo pozitivno. Osebe s stomo imamo različno občutljivo kožo, naš pripomoček pa je nanjo prilepljen cel dan. Naša koža na »lepilo« na pripomočku različno reagira. Nekaterim določen pripomoček zelo ustreza, drugim pa koža okrog stome pordí, jih srbi in se celo vname, zato je zelo pomembno, da imamo možnost menjave pripomočkov, da lahko najdemo takega, ki nam popolnoma ustreza. To nam daje občutek varnosti, saj vemo, da nam pripomoček ne bo povzročil nevšečnosti s

*Prijeten
pogovor in
izmenjevanje
izkušenj*

kožo in da se ne bo odlepil ali kako drugače prepustil izločke. Že tako imamo težave s sprejemanjem svoje nove pordobe in smo zaradi tega pogosto nemozavestni, zadržani ali pa nas je celo strah, ker ne vemo, kako nas bodo ljudje sprejeli. Prav zato morajo biti pripomočki za oskrbo stome kvalitetni in tako rekoč brezhibni ter dostopni vsem osebam s stomo.

Dan smo zaključili s kosilom, ki smo ga začinili z dobro voljo in sproščenim klepetanjem v prijetni družbi.

Z novimi informacijami smo se odpravili vsak na svoj dom.



ZGODOVINA KOSTANJEVICE NA KRKI, GALERIJA BOŽIDARJA JAKCA, VINSKA KLET IN MARTINOVANJE

16/11/'19 • Čeprav so nebo prekrivali oblaki, se nam je zdelo, da bomo doživeli še en odličen dan, saj so jesensko obarvane krošnje kar klicale po sprehodih in novih doživetjih. Grozdje je že zdavnaj dozorelo, pridne roke so ga pobrale in sprešale, nastal je mošt, mi pa se že veselimo dne, ko bo iz mošta nastalo vino. Martinovanje je res poseben praznik, ob katerem se vsi veselimo pravkar nastale sladke kapljice, z malo kisline, ki ji vsi nazdravljamo in jo imenujemo novo vino.

Člani društva ILCO Ljubljana smo se odpravili v Kostanjevico na Krki. Odpeljali smo se do parkirišča pri mostu čez Krko, kateri vodi v mesto, kjer nas je že čakala vodnica Marija. Popeljala nas je čez most do župnijske cerkve sv. Jakoba, ki so jo spreminjali in predelovali vse od leta 1220. Vodnica nam je povedala, da je Kostanjevica edino in najmanjše mesto na otoku, imenovano tudi Dolenjske Benetke. V Kostanjevico se pride po dveh mostovih. Vodnica nam je predstavila zgodovino Kostanjevice, podrobnosti o določenih zgradbah in seveda znanih in neznanih osebah, ki so živele v Kostanjevici ali so bili z njo tako ali drugače povezani. Pokazala nam je tudi najvišjo točko vode, ko je Krka poplavlila Kostanjevico.

Prišli smo nazaj do avtobusa in se odpeljali do cistercijskega samostana, ki ga je leta 1234 ustanovil vojvoda Bernard Spanheim, da bi utrdil svoje posesti na Dolenjskem. Danes ima v njem svoj sedež Galerija Božidar Jakac. Okolico samostana krasijo mojstrovine, nastale na kiparskih simpozijih Forma viva. Ogledali smo si čudovito okolico, razne skulpture, arhitekturo in delno razstavo. Po tem pa smo v vinski kleti degustirali različna vina in prigriznili nekaj dobrot, ki so nam jih pripravili.

Polni lepih vtisov smo se odpeljali v gostilno Žolnir, kjer nas je že pričakala glasba in nekateri so kar takoj zaplesali. Kmalu je bilo tudi kosilo, tokrat zelo okusna kmečka pojedina. Popoldne smo nadaljevali s plesom, pogovori, petjem, dobre volje in pozitivne energije pa je bilo celo za izvoz.

Ker je »župnik«, ki bi moral imeti krst vina zbolel, so ta obred zorganizirale in izvedle kar naše tri članice stomistke Marija, Renata in Ksenija. Bilo je zelo izvirno, domiselno in zabavno. Tako tudi letos nismo zamudili krsta vina.

Zaslužili smo si tudi večerjo, potem še malo zaplesali in zapeli, nato pa se malo čez deseto odpravili v avtobuse in se prijetno utrujeni odpeljali proti domu.



V LAŠKEM

Renata Laznik



Jesensko jutro je bilo še ovito v meglice, ko smo se s člani našega društva že odpravljali na kopalni dan v Thermani Laško. Z odhodom smo odlašali, saj smo nestrpno čakali na taksi, ki je pripeljal eno izmed najbolj navihanih članic, brez katere ni prave zabave. Končno je prispela in navdušeno smo se odpravili na pot. Na vmesnih postajah smo pobirali naše člane in se ustavili na kavici, saj mimo Trojan človek ne more kar tako. Že smo se peljali proti Zagorju, Trbovljam in nato prispeli v Laško.

Tam so nas pričakali nasmejani obrazi. Odšli smo v predavalnico, se posedli ter lepo poslušali gospo Vesno Golob, ki nam je predavala o raznih zeliščih – zelo poučno in zanimivo. Nekateri smo kupili nekaj

stvari in zdaj čakamo na blagodejne učinke zdravilnih rastlin, v katere vsi zelo verjamemo.

Po slastnem kosilu smo pohiteli na bazen in triurno uživanje v blagodejni vodi se je začelo. Nekateri pa so si privoščili dolg sprehod.

Ob 17-ih smo na avtobusu ugotavljali, da čas res prehitro mine. Tudi vožnja proti domu je kar hitro minila. Zakaj? Zaradi naše Marije, ki je res pravi zabavljač. Ob njej nam je vedno tako prijetno, da smo svoj odhod domov zavlačevali kar se je dalo. Lahko rečem, da smo bili na ta dan kar dvakrat moki: zaradi kopanja v bazenu in zaradi solz smeha, ki ji je iz nas izvabila Marija. Naš jesenski izlet se je končal s smehom in objemi!

POHOD NA KOPE

Renata Laznik

*Kope so
lepota za
srce, dušo
in oči*

Poletje je bilo zelo raznoliko. Bilo je veliko toplih dni pa tudi nekaj dežja in neviht smo bili deležni. Zadnje soboto v avgustu je za ILCO zvezo sijalo sonce in podali smo se na Kope na naš vsakoletni pohod. Dan je bil kot nalašč za pohodnike. Kope so kraj, kjer ti zastane dih, lepota za srce, dušo in oči.

Seveda smo se morali najprej pripeljati na izhodiščno točko za naš pohod, kjer smo se srečali s prijatelji, s katerimi se že dolgo nismo videli, zato je bilo ob srečanju polno objemov in nasmejanih pozdravov. Hitro so nam pojasnili, kaj vse nas čaka, potem pa so poskrbeli za naše lačne želodčke – in to s pravo poslastico, pohorskim loncem, ki je bil za prste obliznit.

Po obedu smo se razdelili v dve skupini. Ena skupina si je ogledala predstavitev različnih gozdarških del. Ob predstavitvi so nam misli uhajale k mladosti naših staršev, ki so še ročno opravljali to težaško delo, danes pa je vse veliko lažje in hitrejšje zaradi mehanizacije.

Druga skupina pa je šla peš ali z žičnico do energetskih točk, kjer smo lahko hodili v labirintu energije oziroma se ustavili na točki, ki nas je pritegnila. Prišla sem, do prve točke in že me je

bilo treba reševati, obup kakšen krč v ledvice, a z nami je bil bioenergetik, ki mi je priskočil na pomoč in mi z masažo odpravil bolečino. Teh energijskih točk je bilo veliko in pri vsaki je pisalo, katere energije na točki delujejo in kaj povzročajo. Po obisku teh točk smo se odpravili nazaj, eni z žičnico drugi peš. Pohodniki so med hojo nabrali tudi nekaj gob, borovnice in tudi kakšno rožico.

Po povratku na izhodiščno točko, smo se skupini zamenjali. Ogledali smo si tudi filmski prikaz rezanja drv s pomočjo mopedov, s kakršnim so se včasih mladi vozili. Veliko smo se presmejali, še posebej, ko smo tekmovali v žaganju z ročno žago, zlaganju polen in drugih aktivnostih.

Po tem res posrečenem tekmovanju, smo se zbrali v prostoru, kjer so nam pripravili zelo okusne jedi. Seveda smo vse posode v trenutku izpraznili. s polnimi želodci smo se morali še malo razmigati ob prijetni glasbi, da nismo zaspali na zraku, ki je bil tako prijeten in čist, da smo ga vdihavali s polnimi pljuči.

Že je bil čas za odhod ter poslavljanje od prijateljev, vožnja domov je bila za vse prijetna in je hitro minila ob pogovoru o tem, kako uspešen in lep dan smo preživeli!



člani pišejo



Veliko
sma se
presmejali



člani pišejo



IZLET V KOSTANJEVICO NA KRKI

Ksenija Oblak

Kot vedno je tudi tokrat Zoran izbral zelo zanimivo destinacijo za jesenski izlet društva ILCO Ljubljana.

V soboto, 16. 11. 2019, smo se z avtobusom odpravili proti Kostanjevici na Krki. Zaradi pogostih poplav v preteklosti se je mesta prijelo ime »dolenjske Benetke«. Ob prihodu nas je pričakala ga. Marija, domačinka in vodička turističnega društva. Popeljala nas je preko lesenega mostu na otok. Na trgu pred cerkvijo sv. Jakoba nam je na kratko, vendar zelo zanimivo, predstavila mesto Kostanjevica na Krki, ki je najmanjše in hkrati najstarejše mesto na Dolenjskem. Mestna struktura z dvema paralelnima ulicama se je ohranila vse do danes. Mesto je razglašeno za kulturni spomenik prve kategorije in je v celoti zaščiteno.

Cerkev sv. Jakoba je najstarejša zgradba v mestu in kljub številnim prenovam sta njena ladja in prezbiterij okrašena z originalnimi baročnimi poslikavami. Na drugem koncu otoka stoji manjša podružnična cerkev sv. Miklavža, ki jo je poslikal kostanjeviški slikar Jože Gorjup. Po njem se imenuje tudi tamkajšnja osnovna šola.

Prišli smo do hiše tik ob Tercialskem mostu, kjer je zabeležen najvišji nivo reke Krke v času poplav leta 2010. Most uporabljajo le pešci, ime pa je dobil zaradi žensk, ki so se po maši dobivale na mostu in opravljale vsepovprek.

Zgodbo o arhitektu Jožetu Plečniku, ki je naredil načrte za Tercialski most, in kostanjevski farma-



cevtki Emiliji Fon, je gospa Marija pripovedovala zelo srčno in doživeto. Povedala nam je, da se je spomni še iz časov, ko je bila otrok. Bila je zelo prijazna gospa lekarnarice. Plečnik sicer nikoli ni bil v Kostanjevici, pokrajino je poznal predvsem s fotografij. Na Kostanjevico ga je vezalo prijateljevanje z domačinko Emilijo Fon, magistro farmacije, ki je tu vodila lastno lekarno.

Med Plečnikom in Fonovo se je spletlo izjemno bogato pismensko razmerje, ki je trajalo kar četrto stoletje, več kot 300 pisem hrani Arhitekturni muzej Ljubljana. Sprva sta kramljala o vsakdanjem življenju. Povabilo v Ljubljano pa je očitno v njej vzbudilo upanje na kaj več kot le prijateljstvo. A Plečnik se je očitno ustrašil njenih načrtov o poroki, zato je za dve leti prekinil stike z njo. Potem je ona znova navezala stik z velikim mojstrom evropske arhitekture, prosil ga je namreč za načrt za njeno lekarno.

Zasnoval je tudi nekaj nagrobnikov na kostanjeviškem pokopališču ter družinski grob Fonovih, kjer je pokopana tudi Emilija. Plečnik je tudi v dolenjskih Benetkah pustil svoj arhitekturni pečat.

Prišli smo do hiše dr. Ivana Oražna, pomembnega zdravnika porodničarja, ki je pripomogel k ustanovitvi Medicinske fakultete v Ljubljani. Pred hišo v znak spoštovanja in zahvale stoji njegov doprsni kip.

Pot nas je vodila naprej v največjo slovensko galerijo imenovano po slikarju Božidarju Jakcu. Svoje prostore je imel kilometer stran od starega dela

mesta v nekdanjem cistercijskem samostanu in tamkajšnji cerkvi.

V tej največji slovenski galeriji so razstavljena dela uveljavljenih slovenskih umetnikov minulega stoletja – Božidarja Jakca, Franceta in Toneta Kralja, Zorana Didka, Janeza Boljke, Jožeta Gorjupa.

Že od leta 1961 se namreč vsako drugo leto tu zberejo umetniki z vsega sveta in na mednarodnem kiparskem simpoziju »Forma viva« mesec dni ustvarjajo iz hrastovega lesa, ki je značilen za te kraje. V okolici samostana pa tudi po Kostanjevici in njeni okolici stojijo številne lesene skulpture.

Vstopili smo skozi mogočna obokana vrata in se znašli na prostranem grajskem dvorišču. V čudovitem grajskem okolju, kjer si tradicija in sodobnost podata roke, domuje »Cvičkova klet«. V njej so

shranjeni velikanski leseni sodi, ki so nekdaj služili za hrambo vina. Cvičkova klet je svojo prvo zgodbo zapisala v Kostanjevici na Krki že leta 1928. Cviček je posebej med vini, ima pa še veliko drugih lastnosti, zaradi katerih je svojstven in neponovljiv.

V kleti so nas pričakali z degustacijo vin in lokalno specialiteto »cop na lop«, to je bila zelo okusna slana pogača. Gospodinje so včasih kruh pekle doma in so bile take pogače hitro narejene tako, da so odvzele en del testa, ga razvaljale, namazale z maščobo morda dodale še skuto, privihale robove in na hitro spekle v krušni peči. Vzdušje v kleti je bilo zelo prijetno, zato smo ubrano zapeli.

Dobre volje in polni lepih vtisov smo se odpravili na kosilo in Martinovanje, vendar je to že druga zgodba.



razgovor

Če želite imeti razgovor s prostovoljcem
– stomistom v bolnišnici ali na domu,
pred ali po operaciji, se dogovorite z
medicinsko sestro ali enterostomalno
sestro na oddelku, ali pokličite vodji naših
prostovoljcev:

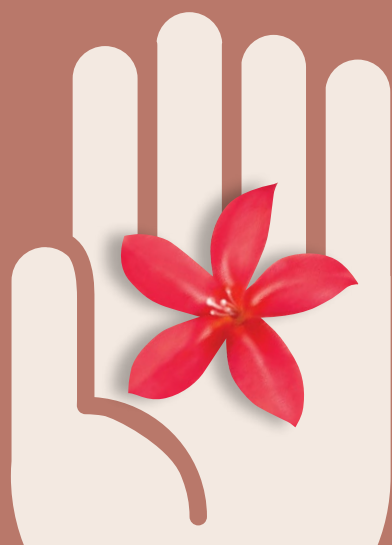
041 800 210 (Renata),

031 848 481 (Zoran)

in se dogovorite za termin.

po operaciji

Pogovore za novo operirane osebe s
stomo in njihove svojce opravljamo
tudi **vsak drugi in četrti ponedeljek v**
mesecu od 10.00 do 12.00 in od 15.00
do 17.00 ure, na sedežu Invalidskega
društva ILCO Ljubljana, Parmova 53
Ljubljana (4. nadstropje).



ČLANI pristopna izjava

Ime

Priimek

Datum rojstva

Ulica | naselje

Pošta, poštna številka

Telefon

Mobitel

E-mail

Zaposlen/a v

Poklic

Ustrezno obkrožite:

1. zaposlen/a

2. upokojen/a

3. nezaposlen/a

4. drugo/opiši

Živim (ustrezno obkrožite):

1. s partnerjem

2. pri otrocih

3. sam

4. drugo/opiši

Moj socialni položaj je:

1. zelo dober

2. dober

3. slab

4. komaj se preživljam

KLUB SVOJCEV pristopna izjava

Ime

Priimek

Datum rojstva

Ulica | naselje

Pošta, poštna številka

Telefon

Mobitel

E-mail

Poklic

Ustrezno obkrožite:

1. zaposlen/a

2. upokojen/a

3. nezaposlen/a

4. drugo/opiši

Bi se hoteli pridružiti skupini prostovoljcev za po-
moč svojcem na novo operiranih?

(ustrezno obkrožite)

DA

NE

S to pristopno izjavo se obvezujem, da bom spoštoval/a
Pravila ILCO društva Ljubljana in se po njih tudi ravnal/a.
Tajnost podatkov zjamčena.

Datum

Podpis

ILC(o) Ljubljana
INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA

Leto operativnega posega:

Imate priznano telesno okvaro:

- NE
- ŠE V TEKU
- DA (ustrezno obkrožite):
70 % 80 % 90 % 100 %

Številka odločbe invalidske komisije o telesni okvari:

ali potrdilo zdravnika o trajni stomi:

ILC(o) Ljubljana
INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA

Vrsta stome (obkrožite):

1. kolostoma
2. ileostoma
3. urostoma

Vzrok (obkrožite):

1. rak
2. Mb. Crohn
3. Ulcerozni kolitis
4. poškodba
5. drugo

S to pristopno izjavo se obvezujem, da bom spoštoval/a
Pravila ILCO društva Ljubljana in se po njih tudi
ravnal/a.
Tajnost podatkov zjamčena.

Datum

Podpis

izpolnjeno/i izjavo/i pošljite na naslov:

Invalidsko društvo ILCO Ljubljana
Parmova 53
1000 Ljubljana
Slovenija

Dodatne informacije:
tel/fax +386 (0)1 436 21 90
drustvo@ilco-lj.org
www.ilco-si.org

ILC(o) Ljubljana
INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA



Izdajatelj: INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA, uredniški odbor: ZORAN TERGLAV, RENATA LAZNIK, MILKA PETROVIČ, KSENIJA OBLAK
oblikovanje: "PADALCI" (IRENA GUBANC, TEJA JALOVEC), na naslovnici: Pošta Ljubljana s kipom Atomske Venere kiparja Janeza Boljke, ilustracija: TEJA JALOVEC, lektoriranje: NATAŠA GAŠI, naklada: 1000 IZVODOV, tisk: GRAPHTECH

ILCO LJUBLJANA

Parmova 53, 1000 Ljubljana
01 436 21 90

ILCO GORENJSKA

Gorenja vas – Reteče 61/a, 4220 Škofja Loka
040 582 992

ILCO za KOROŠKO

Gospodsvetska cesta 3, 2380 Slovenj Gradac
041 583 588

ILCO MARIBOR

Trubarjeva 15, 2000 Maribor
08 205 64 62

ILCO NOVA GORICA

Draga 19a, 5294 Dornberk
041 504 501

ILCO NOVO MESTO

Rozmanova 10, 8000 Novo mesto
031 352 018



sms donacija

Pošljite SMS sporočilo s ključno besedo **STOMA5** na številko **1919** in prispevali boste **5 EUR** za zbiranje sredstev za izvedbo socialnih in rehabilitacijskih programov oseb s stomo in njihove svojce v društvu.

Prispevajo lahko uporabniki mobilnih storitev Telekoma Slovenije, Izi mobila, Si.mobila, T-2 in Telemacha.

Pogoji in navodila za sodelovanje pri storitvi SMS-donacija so objavljeni na spletni strani www.ilco-si.org.

Člani Invalidskega društva ILCO Ljubljana se vam iskreno zahvaljujemo za vašo donacijo.

donacija

Vsi, ki bi hoteli donirati za delovanje društva in izvedbo socialnih in rehabilitacijskih programov, ki jih v društvu izvajamo, lahko svojo donacijo nakažete na naš TRR: 0222 2001 9146 108.

Dobrodošel je vsak evro.

Pravne osebe, ki bi želele postati naš donator, nam lahko pišete na drustvo@ilco-lj.org in poslali vam bomo donacijsko pogodbo.



Invalidsko društvo ILCO Ljubljana
Parmova 53, 1000 Ljubljana, 01 436 21 90, drustvo@ilco-lj.org, www.ilco-si.org
Uradne ure: vsak pon. 09.00 – 12.00, telefonska dosegljivost: pon.– pet. 09.00 – 14.00

Nič vas ne stane, DA STE DOBRODELNI

Zakon o dohodnini (ZDoh-2) vam omogoča, da lahko del svoje dohodnine (do največ 0,5 %) namenite izbranim organizacijam, ki opravljajo družbeno koristne programe. Med temi je tudi **Invalidsko društvo ILCO Ljubljana**. Vabimo vas, da nam namenite svoj delež in s tem pomagate pri izvedbi naših programov (več na www.ilco-si.org).

Pomembno! Odločitev za donacijo **NE POMENI**, da zato plačate več dohodnine. **POMENI**, da se država odpove navedenemu odstotku dohodnine, ki vam jo bo odmerila in ta znesek preusmeri k organizaciji, ki jo izberete. Na ta način lahko vsaj malo vplivate na to, za kakšen namen se bo porabil z davki zbran denar. Če te možnosti ne izkoristite, država celoten znesek razporedi v skladu s svojimi prioritetami. Več o namenjanju dela dohodnine na www.dobrodelen.si.

KAKO DONIRATE DEL DOHODNINE?

V spodnji obrazec vnesite svoje podatke, ga izrežite in pošljite na pristojni Davčni urad, pod katerega spadate glede na svoje stalno prebivališče. Če ne veste pod kateri Davčni urad spadate, preverite na www.durs.gov.si (O davčni upravi/Davčni uradi in uradne ure).

Davčni urad upošteva vašo zadnjo veljavno zahtevo, ki jo od vas prejme do **31. decembra tekočega leta** oz. jo najkasneje do tega datuma oddate priporočeno po pošti.

Prosim, da ta zahtevek za namenitev dela dohodnine posredujete tudi svojim sorodnikom, prijateljem, znancem, sosedom ...

Člani Invalidskega društva ILCO Ljubljana se vam iskreno zahvaljujemo.

ILC(o)
INVALIDSKO DRUŠTVO OSEB S STOMO
Ljubljana

PODATKI O DAVČNEM ZAVEZANCU:

Ime	Davčna št
Priimek	Pristojni davčni urad, izpostava
Ulica naselje	
.....	
Pošta, poštna številka	

ZAHTEVA ZA NAMENITEV DELA DOHODNINE ZA DONACIJE

Ime oz. naziv upravičenca: INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA, Parmova 53, 1000 Ljubljana

Davčna številka upravičenca: 35366346

Odstotek (%): 0,5 %

V..... dne.....

Podpis

razgovor

Če želite imeti razgovor s prostovoljcem
– stomistom v bolnišnici ali na domu,
pred ali po operaciji, se dogovorite z
medicinsko sestro ali enterostomalno
sestro na oddelku, ali pokličite vodji naših
prostovoljcev:

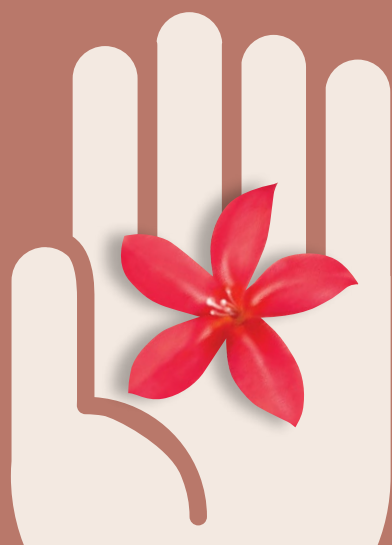
041 800 210 (Renata),

031 848 481 (Zoran)

in se dogovorite za termin.

po operaciji

Pogovore za novo operirane osebe s
stomo in njihove svojce opravljamo
tudi **vsak drugi in četrti ponedeljek v**
mesecu od 10.00 do 12.00 in od 15.00
do 17.00 ure, na sedežu Invalidskega
društva ILCO Ljubljana, Parmova 53
Ljubljana (4. nadstropje).



Živeti polno življenje

Popolna oskrba oseb s stomo pri podjetju NEGA

**V okviru podjetja NEGA d.o.o. deluje
služba medicinskih sester za zdravstveno
nego stome.**



Sestavljajo jo medicinske sestre, ki so dodatno strokovno usposobljene za delo z osebami s stomo in imajo večletne izkušnje. **Na vašo željo vas obiščejo na domu.** Njihova naloga je, da so vam in vašim svojcem v fizično in psihično podporo, vas učijo samonegovanja, informirajo in pomagajo pri izbiri ustreznega pripomočka. **Tak pripomoček vam lahko tudi dostavijo na dom.** Obiske pri vas medicinska sestra za nego stome prilagodi glede na vaše potrebe in **so brezplačni.**

Služba deluje po vsej Sloveniji.

nega

svetovanje | oskrba | zdravstvena nega

Karmen Jazbinšek

GSM 041 677 730

diplomirana medicinska sestra

Tanja Križan

GSM 051 399 830

diplomirana medicinska sestra

Alenka Petek

GSM 041 382 861

diplomirana medicinska sestra
enterostomalna terapevtka

Brezplačni telefona

080 15 45



NOVO

Imate kolostomo, ileostomo ali urostomo? Bi želeli živeti bolj polno, brezskrbno življenje?

Bolj enostavno ne gre!

Flexima 3S - Novi dvodelni pripomočki B.Braun združujejo mehansko spajanje in vodeno nameščanje

Proizvajalec B.Braun je na osnovi 40-letnih izkušenj z izdelovanjem materialov za oskrbo izločalnih stom in v sodelovanju z osebami s stomo in zdravstvenim osebjem izdelal nove pripomočke, ki prihajajo na slovenski trg. **Flexima 3S** je nov, inovativen, zanesljiv, enostaven in diskreten dvodelni sistem. Vrečka se na kožno podlogo namesti z mehanskim spajanjem, nameščanje različnih velikosti vrečk pa je vodeno v treh stopnjah.

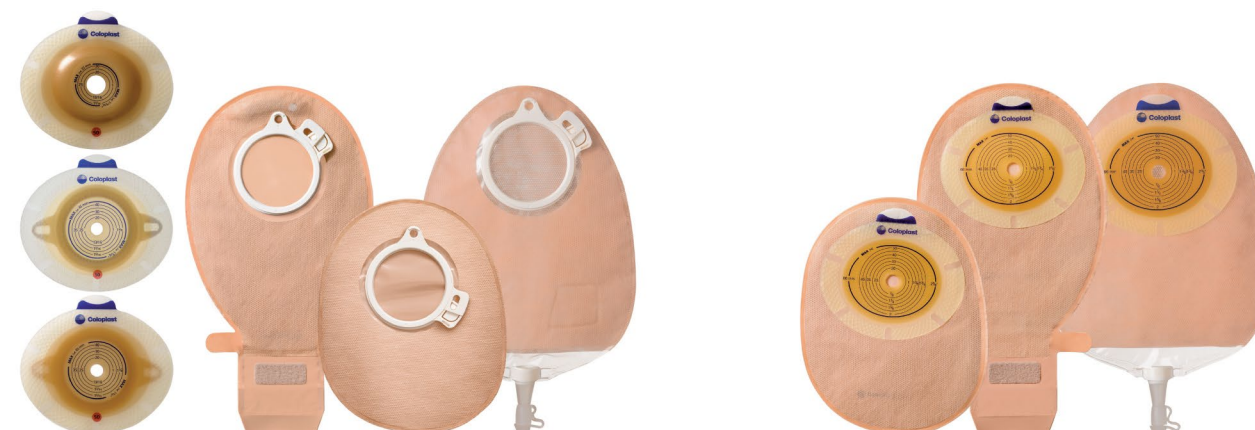
Za popolno nego stome vam nudimo tudi:

- Pasto za izravnavo neravnih površin kože (Superfiller)
- Sprej za zaščito in nego kože (Askina Barrier film sprej)
- Sredstvo za zgoščevanje vsebine vrečke (Ileo gel+)
- Sredstvo za nevtralizacijo neprijetnega vonja izločka (DeOdour)
- Sprej za lažje odstranjevanje kožnih podlog (Askina Remover sprej)

Dodatne informacije in testiranje: brezplačna telefonska številka 080 87 86 ali obiščite www.stoma.si.



Vsak ima pravico do pripomočka, ki ustreza njegovim individualnim potrebam.



SenSura Klik dvodelni sistem

Mehanski sistem pritrdjevanja vrečke na kožno podlogo zagotavlja večji občutek varnosti, saj ob pravilni pritrditvi zaslišite "klik". Odločate se lahko med odprto ali zaprto vrečko, uporabite pa jo lahko tudi s posebno kožno podlogo Convex Light ali kožno podlogo Xpro.

SenSura enodelni sistem

Vam nudi vse v enem – ščiti kožo, je prijeten in udoben za nošenje. Na voljo so zaprte in odprte vrečke.



Coloplast razvija izdelke in storitve, ki izboljšujejo kakovost življenja ljudi z zelo osebnimi zdravstvenimi stanji. Tesno sodelujemo z uporabniki naših izdelkov in ustvarjamo rešitve, ki predstavljajo odziv na njihove posebne potrebe. To imenujemo intimna zdravstvena oskrba. Ukvarjamo se z nego in oskrbo stome, urologijo in oskrbo inkontinence ter nego in oskrbo rane in kože. Delujemo globalno in zaposlujemo preko 8000 ljudi po celem svetu.

Coloplast logo je registrirana blagovna znamka družbe Coloplast A/S © 2013-09. Vse pravice pridržane Coloplast A/S, DK-3050 Humlebæk, Denmark.

Coloplast A/S
Podružnica Ljubljana
Železna cesta 16
1000 Ljubljana
Tel: 01 280 75 30

www.coloplast.si

Zahtevajte svojo **BREZPLAČNO** SenSura toaletno torbico tako, da pokličete na brezplačni telefon: **080 10 07**

V torbici se nahajajo:

- Škarje
- Dva Comfeel vlažilna robčka
- Poučne brošure o stomi
- Vzorci stoma proizvodov, ki jih želite in ustrezajo vaši stomi



Tri najbolj pogoste nadloge
so srbeča, pordela
in vneta koža.

Trio zaščitni film
uspešno premaga
vse!



Za vzorec pokličite ali obiščite spletno stran:

T: 041 / 213 - 087 E: info@medistar.si

www.medistar.si

trio ostomy care™

razgovor

Če želite imeti razgovor s prostovoljcem

– stomistom v bolnišnici ali na domu,

pred ali po operaciji, se dogovorite z

medicinsko sestro ali enterostomalno

sestro na oddelku, ali pokličite vodji naših

prostovoljcev:

041 800 210 (Renata),

031 848 481 (Zoran)

in se dogovorite za termin.



po operaciji

Pogovore za novo operirane osebe s
stomo in njihove svojce opravljamo
tudi **vsak drugi in četrti ponedeljek v**
mesecu od 10.00 do 12.00 in od 15.00
do 17.00 ure, na sedežu Invalidskega
društva ILCO Ljubljana, Parmova 53
Ljubljana (4. nadstropje).

medicinski pripomočki
ortopedski pripomočki
terapevtski pripomočki
pripomočki za nego stome
pomožna zdravila
pripomočki za diabetike
antiastmatični program
antialergijski program
medicinski aparati
sanitarni pripomočki
otroški program
kozmetika in higiena

PROLOCO MEDICO

Življenje v gibanju.

Specializirana prodajalna
z medicinsko tehničnimi
pripomočki

Trgovina:

Hrvatski trg 1, 1000 Ljubljana

tel.: (01) 439 83 00

email: trgovina@proloco-medico.si

Delovni čas poslovalnice:

od ponedeljka do petka: 9.00 - 18.00

ob sobotah: 9.00 - 13.00

Uprava:

Trubarjeva 93, 1000 Ljubljana

tel.: (01) 439 83 03



Širok izbor medicinskih
pripomočkov
v skladu z zahtevami
in priporočili



Pogodbeni dobavitelj
medicinsko-tehničnih
pripomočkov

Še nikoli
se nisem
počutila
bolje!



Tudi ti se lahko ...

medihisa
trgovina in svetovanje

PE LJUBLJANA 1
Gregorčičeva ulica 9
1000 Ljubljana
t: 01 421 26 84
ljubljan1@medihisa.si

PE LJUBLJANA 2
Kržičeva 7
1000 Ljubljana
t: 01 230 81 30
ljubljan2@medihisa.si

PE MARIBOR
Pobreška 8
2000 Maribor
t: 02 300 26 50
maribor@medihisa.si

PE BELTINCI
Panonska ulica 3a
9231 Beltinci
t: 02 542 24 66
beltinci@medihisa.si

ARTUM d.o.o.

Medicinske pripomočke vam lahko na vašo željo brezplačno dostavimo na dom.

www.medihisa.si



ESTEEMTM 
Enodelni sistem

PREDNOSTI

- **IZBOLJŠAN FILTER**
Izboljšan filter zmanjšuje možnost zamašitve, tako deluje dalj časa. Preprečuje naplavljenost vrečke in neprijeten vonj. Priložene so tudi nalepke za prekrivanje filtra.
- **UDOBNEJŠI MATERIAL**
Preoblikovana vrečka ima mehkejšo in prijetnejšo prevleko, ki je vodoodporna.
- **POENOSTAVLJENA OBLIKA**
Inovativna poenostavljena, zaokrožena oblika dodaja vrečki udobje in diskretnost.
- **ENOSTAVNO BRANJE KODE**
Šifra artikla je natisnjena na vrečki za hitro identifikacijo.

*Za brezplačni
vzorec pokličite
080 15 45*

 **ConvaTec**

Zastopnik in distributer v Sloveniji:
Vsm
VALENCIA
Stoma-Medical d.o.o.

Valencia Stoma-Medical d.o.o.
Gregorčičeva 9, 1000 Ljubljana
Tel./fax: (01) 251 24 90
www.vsm.si

V naših trgovinah imamo
široko ponudbo medicinskih pripomočkov,
ki se izdajajo na podlagi naročilnice:

pripomočki za:

- nego in oskrbo stome
- oskrbo sladkornih bolnikov
- oskrbo inkontinence

obvezilni material za oskrbo vseh vrst
- ran in opeklin

pripomočki za oskrbo

- žená po operaciji dojke
(prsne proteze, lasulje, nedrčki)

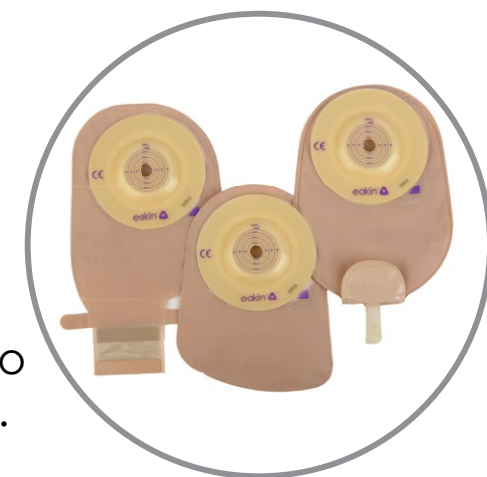
križne in kilne pasove, ortoze, bergle,
sanitarni program...

Imate težave s puščanjem ali z vneto kožo?

Eakin ima pravo **rešitev** za vas.

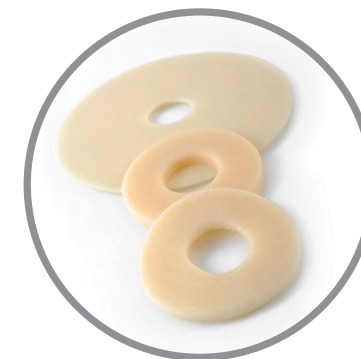
EAKIN VREČKE ZA STOMO

- ✓ Izvrstna zaščita pred puščanjem pri vseh stomah, tudi pri vgreznjenih.
- ✓ Mehak izbočen (konveksni) del je izredno udoben in s tem preprečuje vnetje kože.



EAKIN OBROČKI

- ✓ Preverjeno najboljša zaščita za učinkovito tesnenje, tudi pri najbolj zahtevnih stomah.
- ✓ Preprosto se gnete in oblikuje, tako da se prilega vsem oblikam in velikostim stome.



EAKIN PASTA

- ✓ **Brezalkoholna pasta - ne peče** pri uporabi.
- ✓ Absorbira vlago in s tem varuje kožo ter preprečuje puščanje.



Naročilo brezplačnih vzorcev na:

 **medistar**

Ulica Gradnikove brigade 11,
1000 Ljubljana
Tel: 01 / 511 36 00
www.medistar.si
info@medistar.si

eakin[®] 



do **10%**
nakupa se vrne
na vaš račun

Invalidsko društvo ILCO Ljubljana
Parmova 53, 1000 Ljubljana,
01 436 21 90,
društvo@ilco-lj.org,
www.ilco-si.org

do **1%**
nakupa za delovanje
in programe
društva

Denar nazaj pri vsakem nakupu!

Tudi mi smo postali poslovni partner, myWorld cashback programa.

MyWorld je nakupovalna skupnost z več milijoni članov po vsem svetu in več kot 150.000 myWorld poslovnih partnerjev.

V Sloveniji lahko Cashback kartico uporabljate že v različnih trgovinah z živili, oblekami, tehničnimi izdelki, na bencinskih črpalkah, v hotelih, termah, zdraviliščih, lekarnah, cvetličarnah, restavracijah, gostilnah, pri veterinarjih, vulkanizerjih, optikih, avtomehanikih, frizerjih ...

Med partnerji je tudi veliko spletnih trgovin.

Poiščite vsa myWorld partnerska podjetja v vaši bližini na www.cashbackworld.com. Partnerska podjetja lahko prepoznate po nalepki Cashback pri vходу.

Z ILCO Cashback kartico boste imeli pri vaših nakupih pri partnerskih podjetjih myWorld do **10%** popusta – ta popust se vrne na vaš račun. Do **1%** od nakupa pa gre za delovanje in programe društva.

ILCO Cashback kartico lahko dobite:

na sedežu Invalidskega društva ILCO Ljubljana
pri članih Invalidskega društva ILCO Ljubljana

na www.ilco-si.org (banner - ILCO cashback kartica) brezplačni aplikaciji, na katero dostopate s pomočjo telefona. Preko kode si na telefon naložite brezplačno aplikacijo. Če pa bi želeli kartico, pa jo lahko pridete iskati na društvo.

ILC(o) Ljubljana
INVALIDSKO DRUŠTVO ILCO LJUBLJANA

cb cashback
world



Registracija



Brezplačna aplikacija

