



Aktiv im Leben

Reisen

 Hollister.

Stomaversorgung
Gesunde Haut. Gute Aussichten.



Vor der Stomaoperation haben vielleicht auch Reisen zu Ihrem Leben gehört. Diese Broschüre soll Ihnen helfen, die erforderlichen Schritte zu unternehmen, um sorgenfrei reisen zu können. Der Schlüssel dazu ist Planung. Mit einer guten Planung und Organisation im Voraus können Sie beruhigt sein, dass Sie auf die neuen Situationen vorbereitet sind, denen Sie begegnen werden. Mit den hier enthaltenen Informationen und Tipps können Sie sich darauf freuen, in die Länder zu reisen, von denen Sie schon immer geträumt haben, und Ihre üblichen Reisepläne wieder aufnehmen.



Inhaltsverzeichnis

- 4 Vorbereitungen für Reisen
- 5 Allgemeine Reisehinweise
- 7 Flugreisen und Reisen mit Auto, Bus oder Bahn
- 9 Besondere Überlegungen für die verschiedenen Stoma-Arten
- 10 Reisen mit Stomaversorgung
- 13 Empfehlungen zu Essen, Trinken und Kleidung
- 15 Sportliche Aktivitäten
- 16 Hilfreiche Adressen
- 18 Glossar

Die in diesem Ratgeber gewählte Form bezieht sich immer auf alle Geschlechter. Auf eine Mehrfachbezeichnung wurde zugunsten einer besseren Lesbarkeit verzichtet.

Am Ende dieser Broschüre finden Sie ein Glossar, um Ihnen einige Begriffe zu erläutern, mit denen Sie vielleicht nicht vertraut sind.



Vorbereitungen

für Reisen

Es gibt keinen Grund, warum ein Stoma Sie davon abhalten sollte, die ganze Welt zu bereisen.

Viele Menschen mit Stoma, insbesondere kurz nach der Operation, empfinden die Aussicht auf eine Reise – selbst eine sehr kurze – als belastend. Sie machen sich beispielsweise Sorgen darüber, dass sie keinen Zugang zu einem sauberen Platz haben, um Ihre Versorgung zu wechseln, dass ihnen die Produkte ausgehen oder verloren gehen oder dass sie in einer unbekanntem Umgebung schlafen müssen.

Im Folgenden finden Sie allgemeine Tipps für Dinge, die vor Reisebeginn zu berücksichtigen sind. Darüber hinaus gibt es natürlich individuelle Bedürfnisse, die von Ihrer Situation und Ihren persönlichen Präferenzen abhängen.

Allgemeine Reisehinweise

Es ist natürlich, wenn Sie sich über die erste Reise nach der Operation Sorgen machen. Eine Möglichkeit ist, mit kurzen Reisen von zu Hause aus zu beginnen, um Ihr Selbstvertrauen zu stärken. Wenn Sie sich dann sicher sind, dass Ihre Stomaversorgung bei normalen alltäglichen Aktivitäten sicher an Ort und Stelle bleibt, können Sie beginnen, weitere Reisen zu unternehmen.

Bereiten Sie ein paar Tage oder sogar Wochen vor der Abreise eine Checkliste mit Dingen vor, die Sie mitnehmen sollten. Beobachten Sie Ihre tägliche Routine beim Versorgungswechsel, um genau zu wissen, was Sie brauchen und verwenden – Beutel, Hautschutz, Zubehör für die Stomaversorgung, Abfallbeutel usw. Denken Sie daran, verschiedene Beutelgrößen mitzunehmen – z. B. einen kleineren für sportliche Aktivitäten oder einen größeren Beutel für längere Zeiträume, in denen sich der Versorgungswechsel verzögern kann.

Nehmen Sie doppelt so viele Stomaproducte mit, wie Sie normalerweise benötigen, damit Sie genügend Zubehör und Beutel dabei haben. Auf diese Weise sind Sie auch auf Unerwartetes vorbereitet – eine Verzögerung bei der Rückkehr nach Hause, verloren gegangene Beutel oder Änderungen von Klima und Umwelt, die häufigere Versorgungswechsel als üblich erforderlich machen.

Falls Sie auf der Reise dennoch Nachschub benötigen, sind die Produkte der meisten Hersteller überall auf der Welt erhältlich. Überprüfen Sie vor der Abreise, wo Sie in Ihrem Reiseziel Nachschub kaufen können.

TIPP

Berechnen Sie, wie viele Beutel Sie normalerweise benötigen würden, und verdoppeln Sie dann die Anzahl, damit Sie auch unterwegs gut vorbereitet sind.



Reise-Unterlagen

Wenn Sie ins Ausland reisen, werden Sie natürlich dafür sorgen, dass Sie wichtige Papiere wie Personalausweis bzw. Reisepass, Fahrkarten, Visa usw. dabei haben.

Auch andere Unterlagen können nützlich sein. Ein Stomapass ist bei Ihrer Stomatherapeutin oder bei den einzelnen Herstellern direkt erhältlich und hilft Ihnen zu erklären, wofür Ihre Beutel, Hautschutzplatten und Medikamente gebraucht werden, sodass weitere Fragen an den Zoll- und/oder Sicherheitskontrollen vermieden werden können. Es ist auch ratsam, ein Schreiben Ihres Arztes dabei zu haben, in dem Ihr Gesundheitszustand erklärt wird. Die Bescheinigungen sind in verschiedenen Sprachen erhältlich, was hilfreich sein kann, wenn auf Reisen im Ausland Nachschub benötigt wird oder medizinischer Rat eingeholt werden muss.

Sie sollten auch eine Reiseversicherung abschließen, um den Verlust von Gepäck oder Geld sowie Stornierungen abzudecken. Prüfen Sie die Versicherungspolice sorgfältig auf Richtlinien zu Altersgrenzen oder Vorerkrankungen. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob Sie ausreichend versichert sind, wenden Sie sich an Ihre Versicherung oder das Reisebüro. Informieren Sie sich vor der Abreise, wie Sie im Ausland medizinische Hilfe erhalten können und halten Sie Notfallkontakte bereit.

Kurz vor der Abreise

Vielleicht überlegen Sie, die Ausscheidung aus Ihrem Stoma auf Reisen zu verringern, indem Sie Ihre normale Routine bei Essen oder Trinken verändern. Es wird jedoch im Allgemeinen nicht empfohlen, die Gewohnheiten bei Essen und Trinken zu ändern. Manche Menschen wechseln vor der Abreise Hautschutz und Beutel, weil ihnen dies Vertrauen und maximale Sicherheit vor möglichen Undichtigkeiten gibt.

Flugreisen und Reisen mit Auto, Bus oder Bahn

In diesem Abschnitt finden Sie Tipps, damit Sie sich wohl fühlen und vorbereitet sind, wenn Sie eine Flugreise oder eine Reise mit dem Auto, Bus oder der Bahn unternehmen.

Gewichtsgrenzen

Wenn Sie mit viel Gepäck reisen, erkundigen Sie sich bei der Fluggesellschaft und den zuständigen Sicherheitsbehörden nach dem zulässigen Gewicht für Gepäck. Einige Fluggesellschaften bieten möglicherweise besondere Freigepäckgrenzen für medizinische Versorgungsgüter an.

Unzulässige Gegenstände

Denken Sie daran, dass gefährliche Gegenstände an Bord nach den Vorschriften der Internationalen Luftverkehrs-Vereinigung (IATA) verboten sind. So sind z. B. Ether, Brennspritus oder brennbare Aerosol-Klebstoffe und Pflasterentferner wegen Brandgefahr nicht erlaubt. Scheren sind unter Umständen nicht erlaubt. Erkundigen Sie sich also vor der Reise bei Ihrer Fluggesellschaft oder schneiden Sie den Hautschutz vorher zu.

Sicherheitskontrollen vor dem Boarding

Handgepäck wird vor dem Einsteigen in das Flugzeug bei der Sicherheitskontrolle überprüft. Wenn Sie Medikamente bei sich haben, lassen Sie sich von Ihrem Arzt eine Bescheinigung ausstellen, in der erklärt wird, dass es sich um medizinischen Bedarf handelt. In manche Länder dürfen bestimmte Medikamente, wie z. B. Kodein, nicht eingeführt werden.

Es kann sein, dass vor dem Einsteigen in das Flugzeug eine körperliche Durchsuchung stattfindet; stellen Sie sich also darauf ein, ggf. Ihr Stoma zu erklären. Zu diesem Zweck sind Stomapässe bei Ihrer Stomatherapeutin oder bei den Herstellern direkt erhältlich.

Benutzung der Flugzeugtoiletten

Auf langen Flügen gibt es Zeiten, in denen viele Menschen die Toilette benutzen wollen, z. B. nach dem Essen. Halten Sie also die Augen offen, damit Sie die Toilette benutzen können, wenn die meisten Menschen auf ihren Sitzen sind. Eine andere Möglichkeit ist, einen Sitzplatz zu reservieren, der leichten Zugang zur Toilette bietet.

Autofahrten

Der Sicherheitsgurt des Autos sollte über Hüftknochen und Becken liegen, nicht über Bauch und Stoma. Wenn Sie Ihr Stoma zusätzlich vor dem Gurt schützen möchten, gibt es im Autozubehörhandel Produkte, die den Komfort mit dem Sicherheitsgurt erhöhen. Beispielsweise kann ein Verlängerungsbügel angebracht werden, um den Winkel, in dem der Gurt über den Körper verläuft, abzusenken.

TIPP

Packen Sie ein separates, kleines Reiseset mit Produkten für einen Versorgungswechsel ein, um den Besuch der Toilette einfach und diskret zu gestalten.

Besondere Überlegungen für die verschiedenen Stoma-Arten

Je nach Art des Eingriffs gibt es eventuell weitere Möglichkeiten, um sicherzustellen, dass Sie sich wohl fühlen und auf mögliche Eventualitäten vorbereitet sind.

Wenn Sie eine Ileostomie haben

In heißen Klimazonen kann Dehydrierung ein Problem sein. Es ist wichtig, viel zu trinken, um für eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr zu sorgen.

Wenn Sie eine Kolostomie haben

Eine Änderung des Kabinendrucks in einem Flugzeug oder eine Änderung der Ernährung kann bei jedem Menschen Blähungen verursachen. Für Menschen mit einer Kolostomie kann dies jedoch ein besonderes Problem sein. Vermeiden Sie offensichtliche Dinge wie kohlensäurehaltige Getränke, zu schnelles Essen, Speisen, die bei Ihnen bekanntermaßen Blähungen verursachen, und alles, was dazu führt, dass Sie Luft verschlucken.

Sie können auch einen Beutel mit einem Filter verwenden, der eine kleine Entlüftung hat, die Darmgase langsam desodoriert, den Geruch absorbiert und die Gase dann aus dem Beutel entweichen lässt.

Wenn Sie eine Urostomie haben

Bei Reisen in heiße Klimazonen sollten Sie viel Flüssigkeit zu sich nehmen, um Ihre gewohnte Urinproduktion aufrechtzuerhalten, damit Ihr System immer gut durchgespült wird.

Pflegen Sie die Haut um das Stoma herum stets sorgfältig, insbesondere bei warmem Wetter. Wenn Sie sich krank fühlen, zögern Sie nicht, Ihren Arzt oder Ihre Stomatherapeutin zu kontaktieren.

Überlegen Sie, ob die Mitnahme eines Bettbeutels für die Nacht oder eines Beinbeutels sinnvoll sein könnte. Dies kann besonders dann nützlich sein, wenn längere Zeitabstände zwischen den Entleerungen des Beutels zu erwarten sind.



Reisen mit

Stomaversorgung

Wenn Sie erst einmal eine Checkliste für die Reise vorbereitet haben, sollte das Packen der Stomaversorgung einfach sein.

Zu Hause bewahren Sie vermutlich Beutel (ggf. Basisplatten) und Zubehör überwiegend zusammen auf. Für die Reise kann es ratsam sein, die benötigten Artikel aufzuteilen und einige in Ihrem Handgepäck aufzubewahren. Den Rest packen Sie in das Gepäck, das Sie bei der Fluggesellschaft aufgeben, oder in das Gepäck der Person, die mit Ihnen reist. Auf diese Weise haben Sie beim Verlust eines Gepäckstücks noch Vorräte im anderen Gepäckstück zur Verfügung.

Ihren kurzfristigen Bedarf sollten Sie ins Handgepäck packen, damit Sie ihn jederzeit bei sich haben und er leicht erreichbar ist. Ein separates, kleines Reiseset mit Artikeln für einen Versorgungswechsel sollten Sie im Handgepäck aufbewahren, um den Besuch der Toilette einfach und diskret zu gestalten.

Einige Fluggesellschaften erlauben keine Scheren an Bord des Flugzeugs, auch nicht für Stomaproducte. Wenn Sie also ein Produkt verwenden, das zugeschnitten werden muss, achten Sie darauf, dass Sie genügend vorgeschchnittene Hautschutzplatten/ Basisplatten zur Hand haben, bis Sie Ihr Ziel erreichen. Ihre Schere können Sie dann in das aufgegebene Gepäck packen.

Erkundigen Sie sich bei Ihrer Fluggesellschaft und informieren Sie sich über die aktuellen Sicherheitsvorschriften.

Lagerung der Stomaprodukte

Auch die Lagerung der Stomaprodukte ist wichtig. Sie sollten unterwegs nicht zu starker Hitze ausgesetzt werden. Wenn Sie mit dem Auto unterwegs sind, insbesondere in warmen und feuchten Klimazonen, sollten Sie Ihre Vorräte nicht im Kofferraum oder Handschuhfach aufbewahren. Dies sind oft die heißesten Stellen im Fahrzeug. Ein nützlicher Behälter für den Transport Ihrer Versorgung kann beispielsweise eine Kühlbox sein.

Die meisten Hersteller geben Hinweise für die Lagerung der Stomaprodukte an. Dies ist besonders dann nützlich, wenn Sie sich an Orten mit heißem Klima aufhalten. Badezimmer sind oft am kühlfesten und, solange sie nicht zu feucht sind, wahrscheinlich die besten Orte für die Aufbewahrung Ihrer Produkte.

Entsorgung

Bei entsprechender Vorbereitung sollte die Entsorgung gebrauchter Stomabeutel unproblematisch sein. Vergewissern Sie sich vor dem Beutelwechsel, dass sich die Waschgelegenheit nicht in einem von der Toilette getrennten Raum befindet und dass eine Möglichkeit zur Entsorgung des Beutels vorhanden ist.

Achten Sie darauf, dass Ihr Reiseset Toilettenpapier zum Einwickeln des gebrauchten Beutels sowie Kunststofffragebeutel enthält, um diese an einem geeigneten Ort und zu einer geeigneten Zeit entsorgen zu können. Mithilfe von Windelbeuteln, die angenehm parfümiert sind, oder Aufbewahrungs- oder Gefrierbeuteln lassen sich gebrauchte Beutel einfach und diskret entsorgen. Führen Sie Reinigungstücher mit, um versehentliche Verschmutzungen zu beseitigen.

Übernachtungen in Hotels sowie bei Familie und Freunden

Eine Übernachtung – sei es bei Freunden oder Verwandten oder in einem Hotel im In- und Ausland – braucht kein Grund zur Sorge zu sein. Zu Hause haben Sie alles, was Sie brauchen, und Sie können sich auf Ihre Privatsphäre verlassen. Mit guter Planung können Sie alle benötigten Artikel ordentlich verpackt in Ihrem Reisegepäck haben. Wenn Sie bei Freunden oder Verwandten übernachten, die Ihre besonderen Bedürfnisse nicht kennen, werden Sie vielleicht überrascht sein, wie verständnisvoll diese sein können. Erklären Sie Ihr Stoma kurz und versuchen Sie, wenn möglich, dann auf die Toilette zu gehen, wenn Sie Ruhe haben und sich nicht beeilen müssen. Achten Sie bei einem Hotelaufenthalt im In- oder Ausland darauf, dass Sie ein eigenes Bad im bzw. für das Zimmer haben. Auf diese Weise können Sie die Beutel leicht ungestört und zu einem passenden Zeitpunkt wechseln.





Empfehlungen zu

Essen, Trinken und Kleidung

Speisen und Getränke

Bei internationalen Reisen sind die allgemeinen Empfehlungen zu Speisen und Getränken für alle Reisende gleich. Sollten Sie Zweifel bezüglich der Qualität des Leitungswassers haben, kaufen Sie Wasser in Flaschen zum Trinken und zur Zahnreinigung. Auch für eine Irrigation der Kolostomie sollten Sie Wasser aus Flaschen verwenden.

Ebenso ist der Verzehr von Speisen, die gut durchgegart oder in sauberem Wasser gewaschen wurden oder aus einer zuverlässigen Quelle stammen, für jeden Reisenden wichtig. Seien Sie sich bewusst, dass in heißen Klimazonen eine Gefahr der Dehydrierung besteht.

Jede Veränderung bei Wasser, Klima oder Nahrung kann die Verdauung durcheinander bringen, seien Sie also darauf vorbereitet. Es ist ratsam, vorsichtshalber einige Medikamente gegen Durchfall oder Präparate zur Herstellung von Elektrolytlösungen einzupacken. Medikamente gegen Durchfall sind ohne Verschreibung in der Apotheke erhältlich und verhindern in der Regel ein Andauern des Problems, wenn sie bei den ersten Anzeichen von Durchfall genommen werden. Besprechen Sie alle Medikamente unbedingt mit Ihrer Stomatherapeutin und Ihrem Arzt.

Durchfall, insbesondere in Verbindung mit Fieber und Erbrechen, kann auch zu einem Salzverlust im Körper führen. Es ist jedoch schwierig zu wissen, wie viel Salz genau ersetzt werden muss.

Nehmen Sie daher nicht allein reines Salz zu sich, sondern fügen Sie es immer Ihrer Nahrung hinzu. Suchen Sie ärztliche Hilfe auf, wenn der Durchfall 24 Stunden lang anhält.

Dehydrierung

Da in heißen Klimazonen die Wahrscheinlichkeit einer Dehydrierung steigt, sollten Menschen mit Stoma mehr Flüssigkeit – vorzugsweise Wasser – zu sich nehmen. Ein Anzeichen für eine Dehydrierung ist, dass weniger Urin als üblich produziert wird. Spezielle Elektrolytlösungen, wie z. B. Sportgetränke, können in Fällen starker Dehydrierung nützlich sein und sind unkompliziert erhältlich. Handelsübliche Sportgetränke enthalten jedoch auch unterschiedliche Mengen an Salz und Zucker. Wenn Sie Medikamente gegen Durchfall dabei haben und darauf achten, was Sie essen und trinken, können Sie die landestypischen Spezialitäten genießen; seien Sie jedoch vernünftig und maßvoll. Denken Sie auch daran: Zu viel Alkohol beschleunigt die Dehydrierung, also übertreiben Sie auch dies nicht.

Ein sicheres Gefühl

Wenn man im Urlaub ist, möchte man sich entspannen und die Zeit genießen. Dazu gehört auch, das anziehen zu können, was einem gefällt. Mit einem Stoma gibt es nur sehr wenige Einschränkungen bei der Kleidung. Achten Sie nur darauf, keine sehr enge Kleidung zu tragen, die die Ausscheidung in den Beutel einschränken könnte. Es gibt keinen Grund, warum Menschen mit Stoma nicht den Strand oder Pool genießen könnten. Abhängig von der Lage Ihres Stomas können Sie die Badebekleidung wählen, in der Sie sich am wohlsten fühlen. Manche Menschen wählen einen Badeanzug mit einem kräftigen Muster, das von den Wölbungen ablenkt, die durch den Beutel entstehen können. Einige finden auch Strand-Wickeltücher und -Ponchos über dem Badeanzug nützlich. Wenn Sie keinen Badeanzug finden, der Ihnen gefällt, gibt es Spezialanbieter, die Badeanzüge für besondere Bedürfnisse herstellen. Ihre Stomatherapeutin kann Ihnen auch hier helfen, die richtigen Anbieter zu finden.



Sportliche

Aktivitäten

Die Stoma-Operation ist ein großer, nicht zu unterschätzender Eingriff. Die ersten Wochen oder Monate sind eine Herausforderung, währenddessen Sie sich allmählich an das Stoma gewöhnen. Solange Sie keine Komplikationen haben und Ihr Arzt und Ihre Stomatherapeutin keine Einwände haben, können Sie zu Hause oder auf Reisen jeder Art von sportlicher Betätigung nachgehen.

Auch Kontaktsportarten und Sportarten wie Bowling und Aerobic, bei dem man sich häufig beugen oder bücken muss, sind möglich. Wenn Sie mit jemandem über eine bestimmte Sportart sprechen möchten, wenden Sie sich an Beratungsstellen bzw. an Ihre Stomatherapeutin. Dort kann man vielleicht den Kontakt zu jemandem herstellen, der Ihre Sportart gerade ausübt und Ihnen einige praktische Tipps geben kann.

Das Wichtigste, was Sie sich merken sollten, ist die Vorausplanung. Bei richtiger Planung wird Ihr Stoma der Freude am Reisen nicht im Wege stehen.

Hilfreiche Adressen

Deutsche ILCO e.V.

Thomas-Mann-Straße 40
53111 Bonn
Tel.: 0228 338894-50
Fax: 0228 338894-75
www.ilco.de

Die Deutsche ILCO e.V. vertritt die Interessen von Stomaträgern und Darmkrebsbetroffenen sowie deren Angehörigen und bietet Beratung und Erfahrungsaustausch im Rahmen regelmäßiger Treffen sowie durch Haus- und Krankenhausbesuche.

Deutsche Krebshilfe e.V.

Buschstr. 32
53113 Bonn
Tel.: 0228 7 29 90-0
Fax: 0228 7 29 90-11
www.krebshilfe.de

Die Deutsche Krebshilfe e.V. ist eine gemeinnützige Organisation, die sich unter dem Motto „Helfen, Forschen, Informieren“ im Kampf gegen den Krebs engagiert.

Deutsche Morbus Crohn/Colitis Ulcerosa Vereinigung (DCCV e.V.)

Inselstraße 1
10179 Berlin
Tel.: 030 2000 392-0
Fax: 030 2000 392-87

ilco Schweiz

Sekretariat
Buchenweg 35
3054 Schüpfen
Tel. : +41 31 879 24 68
www.ilco.ch

Krebsliga Schweiz

Effingerstrasse 40
Postfach
3001 Bern
Tel. : +41 800 11 88 11
www.krebsliga.ch

Crohn Colitis Schweiz 5000 Aarau

Tel. : +41 800 79 00 79
www.crohn-colitis.ch

Österreichische ILCO, Stoma-Dachverband

Obere Augartenstraße 26 – 28
1020 Wien
Telefon: +43 1 332 38 63
E-Mail: stoma@ilco.at
www.ilco.at

Österreichische Krebshilfe

Tuchlauben 19/10
1010 Wien
Tel: +43 1 796 64 50
www.krebshilfe.net

Österreichische Morbus Crohn / Colitis Ulcerosa – Vereinigung

Obere Augartenstraße 26 – 28
1020 Wien
Tel: +43 1 333 06 33
www.oemccv.at

DCCV e.V.

Die DCCV e.V. ist ein Selbsthilfeverband für Menschen mit einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung, die neben der persönlichen Beratung und Unterstützung von Betroffenen und ihren Angehörigen Kontakte zu Selbsthilfegruppen, Ärzten, Krankenhäusern und Kurkliniken vermittelt.

www.dccv.de

Familienhilfe Polyposis Coli e.V.

Am Rain 3a
36277 Schenklengsfeld
Tel.: 06629 1821
Fax: 06629 915193
familienhilfe-polyposis.de

Die Familienhilfe Polyposis Coli e.V. ist eine Selbsthilfegruppe von Patienten mit familiärer adenomatöser Polyposiserkrankung (FAP) und deren Angehörigen, die über die verschiedenen Aspekte der FAP informiert und Kontakte sowie den Erfahrungsaustausch zwischen Betroffenen vermittelt.

Fachgesellschaft Stoma, Kontinenz und Wunde e.V. (FgSKW e.V.)

Nikolaus-Groß-Weg 6
59379 Selm
Tel.: 02592 973141
Fax: 02592 973142
www.fgskw.org

Die FgSKW e.V. ist eine Vereinigung von Krankenschwestern und -pflegern, deren Aufgaben die körperliche, seelische und gesellschaftliche Rehabilitation von Stomapatienten, Inkontinenzbetroffenen und Menschen mit chronischen Wundheilungsstörungen ist.

Stoma-Welt.de

Tel.: 0800 200 320 105
Email: fragen@stoma-welt.de
www.stoma-welt.de

Stoma-Welt.de ist ein unabhängiges Informationsportal von und für Betroffene, die mit einem Stoma leben, für deren Angehörige und für alle, die sich für das Thema Stoma interessieren.

Glossar

Kodein

Wirkstoff, der die Stoma-Ausscheidung verlangsamt und verdickt. In manchen Ländern ist dieses Medikament verschreibungspflichtig und ansonsten illegal. Überprüfen Sie dies vor der Reise.

Colon / Kolon

Anderer Begriff für den Dickdarm, den letzten Teil des Magen-Darm-Trakts.

Kolostomie

Ein Stoma (chirurgisch geschaffene Öffnung), die im Dickdarm (Colon) angelegt wird.

Dehydration

Zu hoher Wasserverlust des Körpers.

Durchfall

Looser wasserähnlicher Stuhlgang, der flüssiger ist als üblich.

Ileostomie

Ein Stoma (chirurgisch geschaffene Öffnung), die im Dünndarm angelegt wird.

Infektiös

Kann von einem Mensch zum anderen übertragen werden; auch „ansteckend“.

Peristomale Haut

Der Bereich um das Stoma herum, der am Übergang vom Stoma zur Haut beginnt und sich über den Bereich, der vom Beutelsystem abgedeckt wird, nach außen erstreckt.

Beutel

Der Beutel, der die Ausscheidungen aus dem Stoma sammelt.

Hautschutz

Der Teil des Versorgungssystems, der unmittelbar um das Stoma herum angebracht wird. Er schützt die Haut und hält das Beutelsystem an seinem Platz. Wird auch als Basisplatte bezeichnet.

Stoma

Eine chirurgisch geschaffene Öffnung im Magen-Darm-Trakt oder in den Harnwegen. Wird auch als künstlicher Darm- bzw. Blasenausgang bezeichnet.

Stuhl

Abfallstoffe aus dem Darm. Wird auch als Kot oder Fäzes bezeichnet.

Urostomie

Ein Stoma (chirurgisch geschaffene Öffnung), das zur Ableitung von Urin angelegt wird.

Tragezeit

Zeitspanne, die ein Beutelsystem getragen werden kann, bevor es versagt. Tragezeiten können variieren, sollten aber beim jeweiligen Menschen recht gleichbleibend sein.

Deutschland

Hollister Incorporated
Niederlassung Deutschland
Riesstraße 25
80992 München

Beratung

Mo.-Do.: 8:00-17:00 Uhr,
Fr.: 8:00-16:00 Uhr
Telefon: 0800 / 101 50 23 – gebührenfrei
E-Mail: beratungsteam@hollister.com

www.hollister.de

Österreich

Hollister GmbH
Bergmillergasse 5/1/1
1140 Wien

Kundenservice

Telefon: 01/877 0 800
Mo.–Do.: 8.00–16.00 Uhr
Fr.: 8.00–14.00 Uhr
E-Mail: hollister.oesterreich@hollister.com

www.hollister.at

Schweiz

Bernstrasse 388
8953 Dietikon

Telefon: 0800 55 38 39 – gebührenfrei
E-Mail: info@hollister.ch

www.hollister.ch

Die Informationen in dieser Broschüre sind nicht als medizinische Beratung gedacht und sollen die Empfehlungen Ihres eigenen Arztes oder anderer medizinischer Fachkräfte nicht ersetzen. Diese Broschüre sollte auch nicht dazu verwendet werden, in einem medizinischen Notfall Hilfe zu suchen. In einem medizinischen Notfall sollten Sie sich sofort persönlich in ärztliche Behandlung begeben. Da sich Bestimmungen ab und zu ändern, besuchen Sie bitte unsere Internetseite für die aktuellsten Informationen. Lesen Sie vor der Verwendung unserer Produkte stets die Gebrauchsanleitung mit Informationen zu Verwendungszweck, Kontraindikationen, Warnhinweisen, Vorsichtsmaßnahmen und Anleitungen. Wenden Sie sich bei Bedarf an Ihre medizinische Fachkraft für weitere Informationen.

Hollister und Logo und „Hollister Stomaversorgung. Gesunde Haut. Gute Aussichten.“ sind Markenzeichen von Hollister Incorporated.

© 2020 Hollister Incorporated

LO9077/09.20