

**me+**<sup>TM</sup>

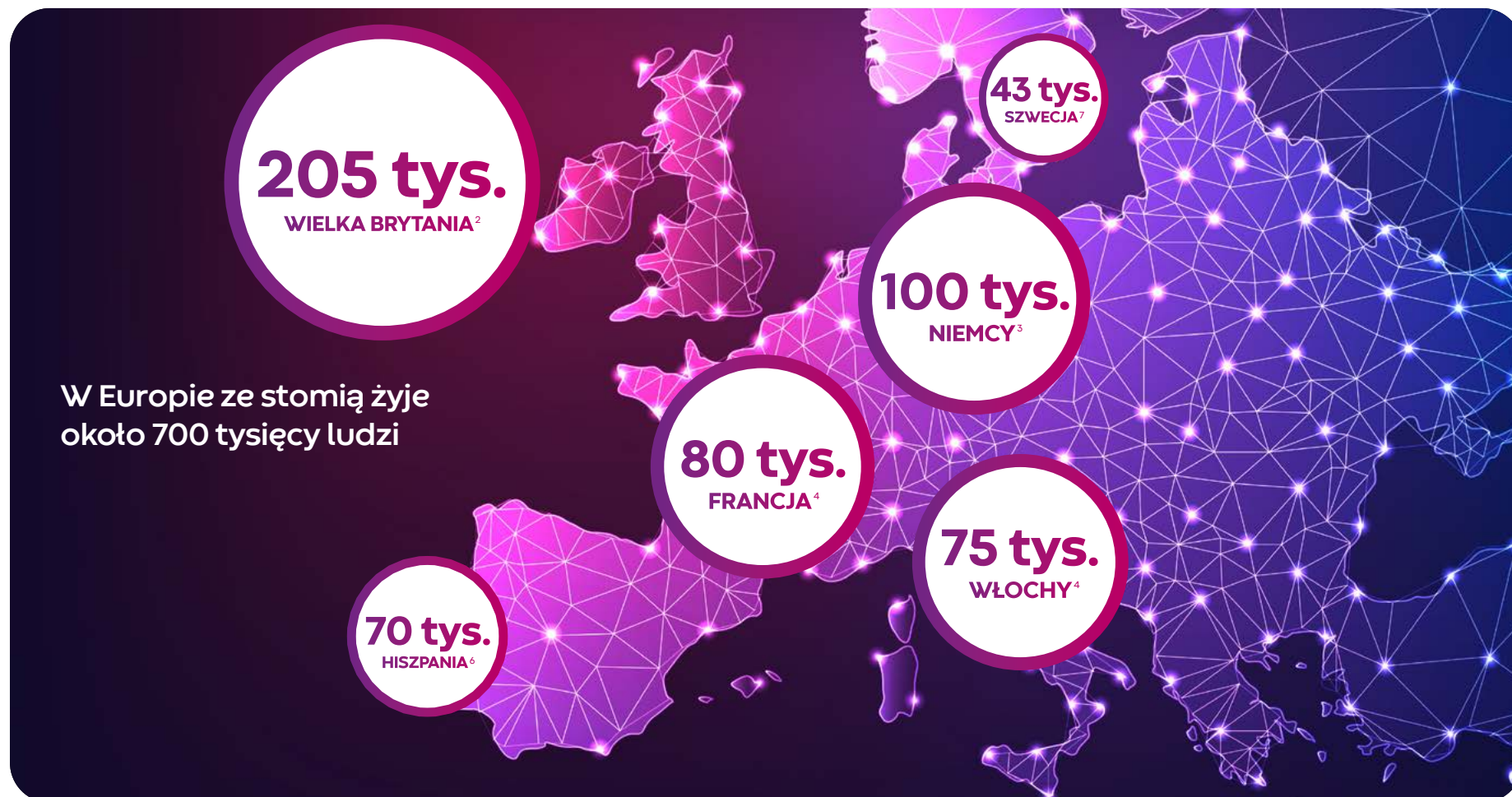
# **Kompleksowy program wsparcia stworzony z myślą o stomikach**

Głównym celem programu me+<sup>TM</sup> jest wdrożenie działań edukacyjnych, które zwiększą świadomość pacjentów stomijnych, co wpłynie pozytywnie na jakość opieki, wyniki leczenia i zmniejszenie liczby ponownych hospitalizacji



# W Europie systemy zdrowotne doświadczają licznych wyzwań związanych z rosnącą populacją osób ze stomią, wymagających specjalistycznej pomocy

Koszty leczenia pacjentów stomijnych z komplikacjami zdrowotnymi powodują coraz większe wyzwania i obciążenia finansowe



1. Eucomed. MedTech Europe 2015. 2. Burch. Br J Community Nurs. 2022; 27(4):165-168. 3. Ambe et al. Dtsch Arztebl Int 2018; 115(11):182-187. 4. Ponthaud et al. Colorectal Dis 2023; 25:128-43. 5. Bernardi et al. Boll SIFO 2023; 69(2):68-78. 6. Gálvez et al. Int J Environ Res Public Health 2020; 17(16):5879. 7. Carlsson et al. BMC Health Serv Res 2023; 23(1):837.

# Osoby żyjące ze stomią doświadczają wielu przewlekłych problemów

Trudne w leczeniu powikłania mogą mieć zarówno charakter fizyczny, psychologiczny i często trwają przez całe życie<sup>1-4</sup>



Powikłania związane ze stomią występują u nawet

**70%** pacjentów<sup>2</sup>



Powikłania mogą różnić się w zależności od rodzaju stomii

- **KOLOSTOMIA**  
Charakteryzuje się najwyższym wskaźnikiem występowania **przepukliny okołostomijnej**<sup>1,2</sup>
- **ILEOSTOMIA**  
**Odwodnienie** jest główną przyczyną ponownej hospitalizacji<sup>3</sup>
- **UROSTOMIA**  
Występuje wysoki wskaźnik **infekcji dróg moczowych**<sup>3</sup>

1. Krishnamurty et al. Clin Colon Rectal Surg 2017; 30(3):193-200. 2. Malik et al. Ann R Coll Surg Engl 2018; 100(7):501-08. 3. Babakhanlou et al. Int J Emerg Med 2022; 15(1):17. 4. Gálvez et al. Int J Environ Res Public Health 2020; 17(16):5879.



# Pacjenci po operacji wyłonienia stomii zmagają się z wieloma komplikacjami i wyzwaniami

Niektóre problemy zdrowotne są krótkotrwałe i występują tuż po zabiegu, podczas gdy inne mają charakter permanentny, skutkując koniecznością ponownych, kosztownych hospitalizacji



Poważne trudności psychiczne i psychologiczne<sup>1</sup>



Obawy przed nieszczelnością przylepca i zapachem z worka stomijnego, mogą prowadzić do depresji<sup>2,3</sup>



Ból i dyskomfort<sup>2</sup>



Ograniczenia związane z posiadaniem stomii<sup>4</sup>



Pogorszenie jakości życia<sup>3,5</sup>

1. Black, Notter. Br J Nurs. 2021 Mar 25;30(6):S20-S32. 2. Rolls N, et al. Int Wound J 2023;20(7):2540-2550. 3. Rethmeier et al. Value in Health 2018; 21: S83. 4. Claessens et al. Gastrointestinal Nurs 2015; 13: 18-25. 5. Krishnamurty et al. Clin Colon Rectal Surg 2017; 30: 193-200.



Średnio  
**97%**

pacjentów  
po operacji  
wyłonienia stomii  
zostaje bez  
wsparcia  
i poza zasięgiem  
profesjonalnej  
opieki  
zdrowotnej<sup>1</sup>

1. Locke et al. Convatec 2010.

# Szacujemy koszty ...

Te dane oznaczają nie tylko spadek jakości życia pacjentów ze stomią, ale też ogromne wydatki dla systemu opieki zdrowotnej



**700**  
tysięcy stomików  
w Europie<sup>1</sup>,

którym w większości  
przypadków konieczne będzie  
zapewnienie wsparcia  
i opieki przez całe życie<sup>1</sup>

**3x**  
większe  
koszty opieki  
zdrowotnej,

jeśli porównujemy pacjentów  
ze stomią do pacjentów  
bez stomii<sup>2</sup>

**400**  
milionów  
funtów,

to szacunkowa kwota  
wydawana rocznie  
w Wielkiej Brytanii na środki  
do pielęgnacji stomii<sup>3</sup>

1. Eucomed. MedTech Europe 2015. 2. Rethmeier et al. Value in Health 2018; 21: S83. 3. Burch. Br J Community Nurs. 2022; 27(4):165-168



# Wskaźniki ponownych hospitalizacji są wysokie i kosztowne

Może to być główny czynnik, który w sposób decydujący obciąża finansowo sektor medyczny

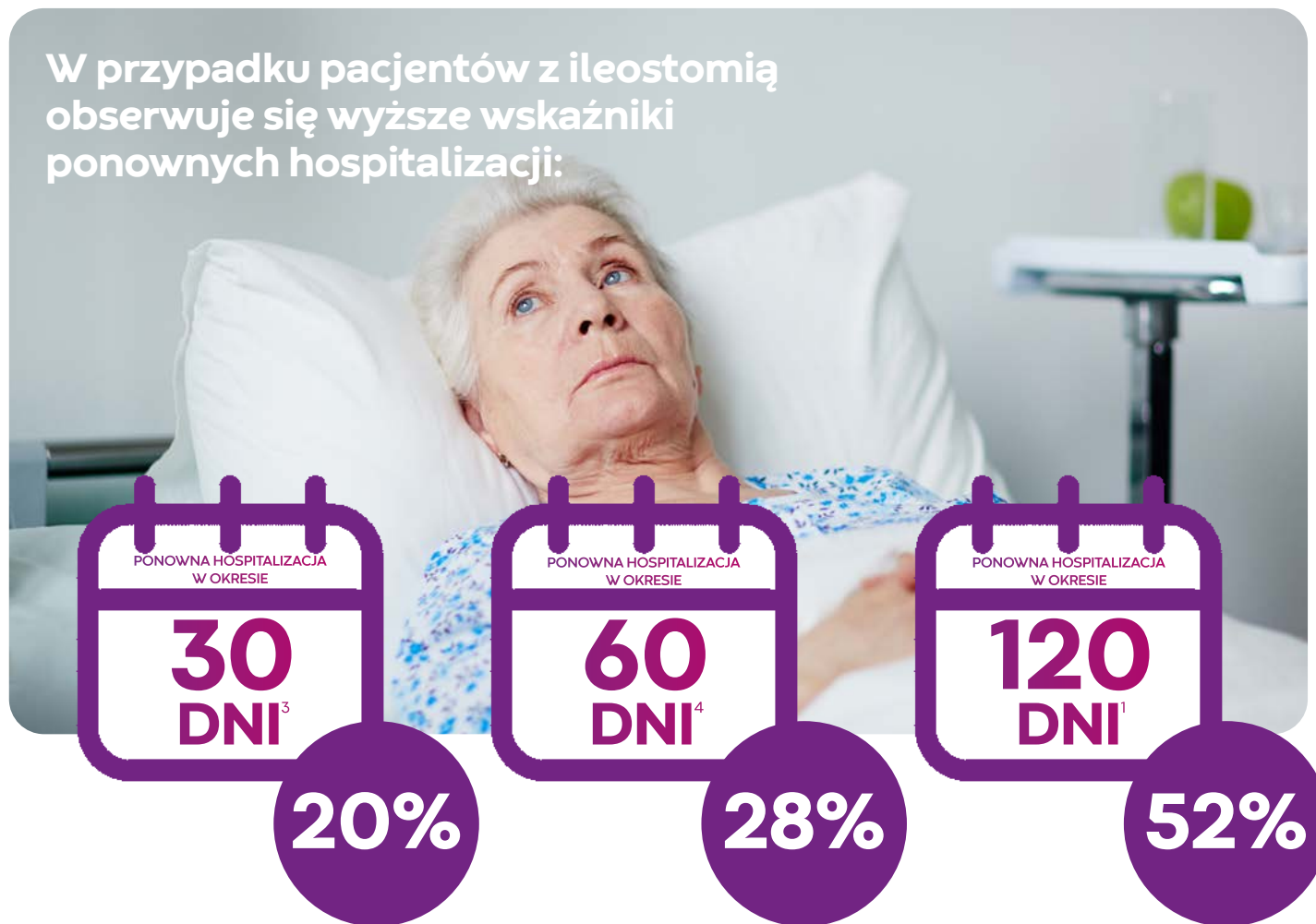
## Nawet 42%

stomików w USA jest ponownie hospitalizowanych w ciągu 120 dni od operacji wyłonienia stomii<sup>1</sup>

W Szwecji **ponowne hospitalizacje** po operacji wyłonienia stomii w pierwszym roku stanowią prawie **60% kosztów opieki zdrowotnej**<sup>2</sup>

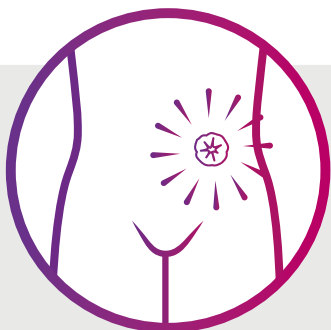


W przypadku pacjentów z ileostomią obserwuje się wyższe wskaźniki ponownych hospitalizacji:



1. Schott et al. J Wound Ostomy Continence Nurs 2022; 49(8): 529-39. 2. Carlsson et al. BMC Health Serv Res 2023; 23(1):837. 3. Vogel et al. Tech Coloproctol 2022; 26(5):333-349. 4. Fish et al. Ann Surg 2017; 265(2):379-87.

# Główne przyczyny ponownych przyjęć do szpitali i kosztów opieki zdrowotnej



## 1. Powikłania skóry wokół stomii

Prawdopodobieństwo ponownej hospitalizacji jest znacznie wyższe u pacjentów z powikłaniami skóry wokół stomii (47%) niż u tych bez tych powikłań (33%)<sup>1</sup>

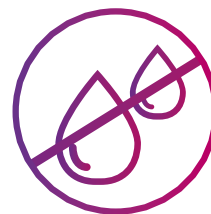
**47%**

prawdopodobieństwo ponownej hospitalizacji

**78 tys.**

dolarów  
w ciągu 120 dni

Pacjenci z powikłaniami skóry wokół stomii w ciągu 120 dni po operacji generują dodatkowe koszty opieki zdrowotnej w wysokości 78 tysięcy dolarów<sup>1</sup>



## 2. Odwodnienie

W USA średni koszt ponownego przyjęcia do szpitala z powodu odwodnienia może sięgać prawie **6 tysięcy dolarów na pacjenta**<sup>2</sup>



## 3. Przepuklina okołostomijna

To najczęstsze powikłanie związane z posiadaniem stomii, które **wymaga ponownej interwencji chirurgicznej**<sup>3</sup>

1. Taneja et al. J Wound Ostomy Continence Nurs 2017; 44(4): 350-57. 2. Vogel et al. Tech Coloproctol 2022; 26: 333-49. 3. Babakhanlou et al. Int J Emerg Med 2022; 15(1):17.



# Korzyści płynące z programów wsparcia pacjenta

W oparciu o analizę z 2016 roku stwierdzono, że programy wsparcia pacjenta, adresowane do osób z różnymi przewlekłymi dolegliwościami (jak choroby sercowo-naczyniowe, nowotwory złośliwe i cukrzyca typu 2), przynoszą jednoznacznie pozytywne rezultaty:



**64%**

pacjentów wykazało poprawę stanu zdrowia<sup>1</sup>



**66%**

pacjentów lepiej przestrzegało zalecenia lekarskie<sup>1</sup>



**64%**

pacjentów doświadczyło poprawy jakości życia lub sprawności<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Among PSPs evaluated for this outcomes 1. Ganguli et al. Patient Prefer Adherence 2016; 10:711-725

# Dzięki programom wsparcia, pacjenci stają się bardziej świadomi i zaangażowani w proces leczenia, co zmniejsza ich problemy zdrowotne



NHS National Health Service  
Publiczny System Opieki Zdrowotnej

W Wielkiej Brytanii NHS dostrzega korzyści z programów wsparcia pacjenta dla osób z chorobami przewlekłymi

**Programy wsparcia pacjenta:**

**Zmniejszają**

ponowne przyjęcia do szpitali<sup>1</sup>

**Poprawiają**

wyniki leczenia<sup>2</sup> i przestrzeganie zaleceń lekarskich<sup>1</sup>

**Wzmacniają**

świadomość i zwiększają zaangażowanie pacjentów w proces leczenia<sup>1</sup>

# Ogromne korzyści dla stomików z programów wsparcia pacjenta

## 1. Specjalistyczne porady, dobór produktów

obniżyły ryzyko powikłań skórnych wokół stomii, redukując koszty leczenia o 30-50%<sup>1,2</sup>



## 2. Odpowiednie działania

łącznie edukację, opiekę domową i codzienny kontakt z telefonicznym centrum wsparcia doprowadziły do zmniejszenia ponownych przyjęć do szpitala z powodu odwodnienia z 65% do 16%<sup>3</sup>



## 3. Regularne ćwiczenia

mięśni brzucha dla pacjentów w zakresie profilaktyki powstawania przepukliny doprowadziły do zmniejszenia częstości występowania przepukliny z 23% do 1% u uczestników w pełni stosujących się do zaleceń<sup>4</sup>



1. Voegeli. Br J Nurs. 2012 ;21(9):517-8, 520-1. 2. Martins et al. Br J Nurs. 2012;21(22):1312-5. 3. Iqbal et al. JSLS 2017; 21(1):e2016.00082. 4. North. Br J Nurs. 2014; 23(5):S14-8





# Nasz bezpłatny program wsparcia pacjenta oferuje stałą pomoc dla osób ze stomią

**Rozmowy z ekspertami, bezpłatne materiały edukacyjne i próbki produktów**



Wizyty domowe pielęgniarki stomijnej



Społeczność stomików



Bezpłatna Infolinia Convatec dla osób ze stomią



Wyprawka po operacji wyłonienia stomii przy wypisie ze szpitala



Porady dotyczące produktów i bezpłatne próbki



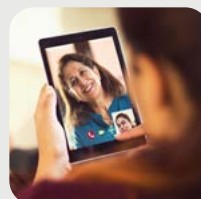
Prenumerata czasopisma dla stomików Nasza Troska



Eksperskie webinary



Filmy z ćwiczeniami, które pomogą w powrocie do zdrowia



Filmy edukacyjne dotyczące wielu różnych zagadnień



Dostęp do materiałów edukacyjnych online



Sklep online z dostawą do domu



Przewodniki o życiu ze stomią napisane przez ekspertów

## Dołącz do wykładów online

Akademia Stomii Convatec to inicjatywa, której celem jest edukowanie i wspieranie w rozwoju pracowników ochrony zdrowia, a w szczególności pielęgniarki/pielęgniarzy stomijnych, opiekunów medycznych oraz studentów medycyny. To świetna okazja na wzbogacenie swojej wiedzy na temat opieki nad pacjentami ze stomią

Zapraszamy na bezpłatne wykłady online, z udziałem ekspertów z różnych dziedzin takich jak pielęgniarstwo, dietetyka i psychologia, podczas których będzie możliwość zadawania pytań



**Akademia Stomii  
Convatec**

# Bezpłatne poradniki dla stomików napisane przez ekspertów

Osoby ze stomią, które przystąpią do Programu me+™ zyskają dostęp do materiałów informacyjnych, kompleksowo omawiających różne aspekty życia ze stomią, które zostały opracowane przez specjalistów z zakresu opieki stomijnej, m.in.



**Prezes Polskiego  
Towarzystwa Pielęgniarek  
Stomijnych  
Małgorzatę Bocheńską**

Przewodnik: Czy sprzęt wypukły  
typu convex jest dla Ciebie  
odpowiedni



**Pielęgniarkę stomijną  
Simonę Furlan**

Przewodnik: Zrozumienie  
przepukliny okołostomijnej



**Fizjoterpatkę kliniczną  
Sarah Russell**

Przewodnik: Zrozumienie  
przepukliny okołostomijnej



**Pielęgniarkę stomijną  
Alenę Bosą**

Przewodnik: Życie z urostomią



**Specjalistę ds. opieki  
konsumenckiej  
Convatec, stomika  
Paolo Adrian Häckl**

Przewodnik: Pielęgnacja skóry  
wokół stomii

# Przygotowaliśmy poradniki, obejmujące różnorodną tematykę związaną ze stomią



## 1. Pielęgnacja skóry wokół stomii

Osoby ze stomią koniecznie powinny zapoznać się z tym materiałem, który oferuje praktyczne i wartościowe porady



Tu możesz zeskanować kod i pobrać nasz bezpłatny poradnik

### Dlaczego warto zwracać uwagę na pierwsze oznaki podrażnień skóry wokół stomii?

W zależności od rodzaju sprzętu stomijnego, jakiego używasz, możesz nie widzieć skóry wokół stomii przez 1-2 dni. Dlatego bardzo ważne jest, aby zwracać uwagę na zmiany lub oznaki zmian skórnych podczas każdej wymiany sprzętu stomijnego.



#### Przepruklina okołostomijna

Inną nieprawidłową zmianą, która może pojawić się w okolicy stomii, jest przepruklina okołostomijna. Jest to wybrzuszenie, które może pojawić się pod skórą obok stomii, ponieważ operacja spowodowała osłabienie mięśni.

Przeprukliny okołostomijne są dość powszechne u osób ze stomią. Zwykle rozwijają się stopniowo - mogą stać się bardziej zauważalne w pozycji stojącej lub podczas uruchomienia toalety brzousznej.

Aty dowiedzieć się więcej o korzyściach płynących z delikatnych ćwiczeń po operacji wykonania stomii, odwiedź stronę internetową: zapoznaj się z programem me™ recovery.

#### Oznaki potencjalnego podrażnienia skóry:

- Świądzenie lub ból pod pytką stomijną/przelecieciem
- Uczucie wilgotności lub rozgrzania skóry
- Skóra wyglądająca na mokro
- Zardzewienie lub zaczerwienienie skóry
- Skóra nie powraca do swojej zwykłej barwy w krótkim czasie po usunięciu pytki stomijnej

### Kiedy zasięgnąć porady lekarza

Paolo Hacki, specjalista obsługi klienta w firmie ConvaTec, przeprowadził operację wykonania stomii w 2018 r. i rozumie, że stomicy nie chcą iść do lekarza przy pierwszych oznakach każdego problemu. Jednak z doświadczenia wie również, że problemy nie zawsze znikają lub rozwijają się same.

Poniżej znajdują się jego porady dotyczące tego, kiedy najlepiej zwrócić się o pomoc medyczną. Jednak jeśli niepokoi Cię jakikolwiek zmiana w stomii lub w okolicy skóry wokół stomii, zawsze należy skonsultować się z pielęgniarką stomijną lub innym lekarzem.

**Długotrwałe podrażnienie**  
Jeśli pomimo odpowiedniej i konsekwentnej pielęgnacji skóra wokół stomii pozostaje zaczerwieniona lub podrażniona bądź zaobserwujesz stały zapalny, może to wskazywać na infekcję lub inny problem stający u podłoża tych zmian.

**Nasilony ból/dyskomfort**  
Odczuwanie silnego bólu lub dyskomfortu wokół stomii nie jest normalną sytuacją. Ból może być objawem zakażenia lub innych stanów wymagających bezwzględnego podjęcia leczenia.

**Nietypowe zmiany skórne**  
Jeśli zauważysz zmiany na skórze, takie jak wysypka, owrzodzenia, pęcherze lub przebarwienia, należy je niezwłocznie skonsultować.



#### Częste podciekanie

Dopasowanie sprzętu stomijnego do problemów z przyczepnością produktów do pielęgnacji stomii. Pielęgniarka stomijna może Ci pomóc, zalecając bardziej odpowiednie produkty.

#### Stres psychiczny

Jeśli operacja wykonania stomii sprawiła, że zmagaś się z poczuciem niskiej samooceny lub niepokojem, pomoc psychologa może zmienić Twoje życie. Porozmawiaj o tym z pielęgniarką stomijną lub z lekarzem.

„Nie musisz być superbohaterem i żyć z bólem - tylko się do specjalisty, gdy zmagasz się z uporczywym dyskomfortem!”  
Paolo Adrian Hacki

### Ćwiczenia i aktywność fizyczna

Aktywność fizyczna jest ważna dla każdego, również dla osób ze stomią. Po prostu dbaj o to, że nie powodujesz obrażeń skóry wokół stomii lub nieczystości worka, ale stonęj krok, które możesz podjąć, aby uniknąć takiego ryzyka.

• Jeśli rozpoznasz jakieś objawy, zatrzymaj się i przemyśl, czy ćwiczenia nie są dla Ciebie zbyt trudne.

• Jeśli masz wątpliwości, porozmawiaj z trenerem personalnym o programie dostosowanym do Twoich potrzeb.

• Jeśli jesteś aktywniejszą osobą, pamiętaj o zabranu ze sobą na wszelki wypadek dodatkowego worka, akcesoriów stomijnych i ubrania na zmianę.



### Dieta i nawadnianie

W przypadku stomii nie należy ograniczać spożycia pokarmów ani napojów, jednak dla zachowania zdrowej skóry wokół stomii kluczowe znaczenie ma unikanie podrażnienia.

Niektóre pokarmy i napoje mogą powodować upłynnienie treści jelitowej, co może prowadzić do podciekania, w związku z czym warto tak zmodyfikować dietę, aby ograniczyć ich spożycie. Oczywiście każdy jest inny - pokarmy sprawujące problemy niektórym osobom, dla Ciebie mogą nie być kłopotliwe. Prowadzenie dziennika żywieniowego to dobry sposób, aby dowiedzieć się, co Ci odpowiada, a co nie. Pokarmy i napoje, które mogą upłynniać treści jelitowe, to m.in.:

- Surowce lub niedogotowane warzywa
- Płatne przekąski
- Suszone słivki i figi
- Czekolada
- Świeże i suszone owoce
- Niektóre pokarmy cięższe się trawią, ponieważ mogą powodować zaparcia, dlatego należy zachować ostrożność podczas ich spożycia i dokładnie je przeżuć. Mogą to być m.in.:
- Orzechy
- Orzechy kokosowe
- Popcorn
- Porzeczki i rodzynki
- Warzywa tarte jak seler, grzyby i kurkuma cukiernia

„Naprawdę nie wiem, dlaczego tak się dzieje, ale zupa i sok owocowy zamieniają moją stomię we wsieki wulkan!”  
Paolo Adrian Hacki

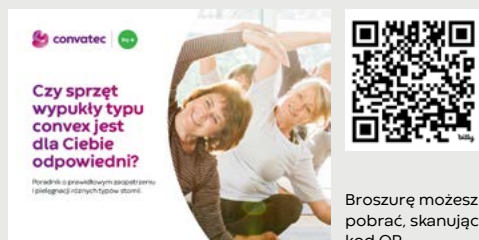
Pielęgnacja skóry wokół stomii to kluczowy aspekt codziennego życia stomików, a nasz poradnik oferuje cenne wskazówki, jak to robić prawidłowo

Publikacja zawiera wytyczne dotyczące bezpiecznej aktywności fizycznej oraz zaleceń żywieniowych, mających na celu wsparcie stomików w dbaniu o zdrowie



## 2. Czy sprzęt wypukły typu convex jest dla Ciebie odpowiedni?

Poradnik o prawidłowym zaopatrzeniu i pielęgnacji różnych typów stomii



Broszurę możesz pobrać, skanując kod QR

### Jak wygląda stomia i jak możesz ją odczuwać?

Stomia nie ma zakończeń nerwowych, więc po ustąpieniu bólu pooperacyjnego nie powinna boleć. Stomia ma okrągły lub owalny kształt.

Wyróżniamy trzy typy stomii - wystającą, płaską i wklęsłą. Produkty stomijne wypukłe typu convex zostały stworzone z myślą o każdym typie stomii, pomagając zachować bezpieczne uszczelnienie pomiędzy skórą a przyśpicem worka.



**Stomia wystająca**

Wysokość od 1,5 cm do 5,5 cm powyżej powierzchni skóry w porównaniu do otaczającej skóry.

**Stomia płaska**

Nie wystaje ponad powierzchnię skóry. Jest uformowana na tym samym poziomie co otaczająca ją skóra.

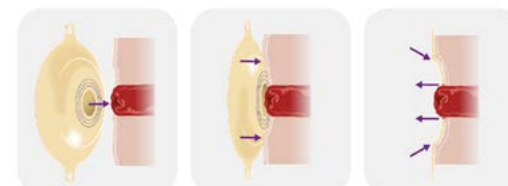
**Stomia wklęsła**

Również nie wystaje, sprawia wrażenie wklęsłego w stosunku do otaczającej skóry.

Wyjaśniamy, jak różnie mogą wyglądać stomie oraz jak dobrać do nich właściwy sprzęt i akcesoria

PRZYKŁAD - STOMIA PŁASKA

### Jak działają worki wypukłe typu convex na stomię płaską lub wklęsłą



1. Wypukły przyśpiczek otaczający stomię, uwalniając ją od skóry, nie wywiera na nią nacisku. Przyśpiczek otaczający stomię, uwalniając ją od skóry, nie wywiera na nią nacisku. Przyśpiczek otaczający stomię, uwalniając ją od skóry, nie wywiera na nią nacisku.

W przewodniku przedstawiamy jak działa sprzęt typu convex i do jakich typów stomii jest zalecany

## 3. Niezbędna wiedza na temat przepukliny okołostomijnej

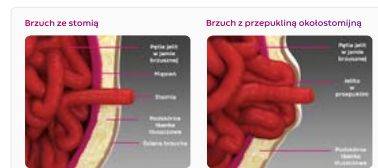
Przybliżamy temat przepukliny okołostomijnej, omawiając mechanizmy jej powstawania oraz dostępne opcje terapeutyczne



Broszurę możesz pobrać, skanując kod QR

### Co to jest przepuklina okołostomijna?

Przepuklina okołostomijna to uwypuklenie pod skórą w okolicy stomii, które może zmieniać rozmiar oraz zniknąć i pojawić się ponownie podczas ruchu. Może to być dość łatwe do zauważenia, ale czasami będzie widoczne tylko wtedy, gdy będziesz w określonej pozycji.



Chociaż przepuklina okołostomijna nie zawsze wymaga wyłączenia opasek chirurgicznych, jeśli zauważysz u siebie jej objawy, skontaktuj się z chirurgiem, lekarzem lub pielęgniarką stomijną - sprawdzi, czy rozmiar opaski jest odpowiedni i zaleci Ci sposób, aby ją bezpiecznie nosić. Jeśli już rozwinęła się u Ciebie przepuklina okołostomijna, ważne jest zgłoszenie jej na regularne badania kontrolne. Jeśli choroba lub

Z naszym przewodnikiem pacjenci z łatwością zauważą oznaki przepukliny okołostomijnej

### Podnoszenie, przenoszenie i przesuwanie cięższych przedmiotów

Jeśli masz przepuklinę lub niepokoi Cię ryzyko jej powstania - to normalne, że masz obawy przed wykonywaniem czynności podnoszenia, pchania, ciągnięcia i przenoszenia cięższych przedmiotów.

Najważniejszą wskazówką jest unikanie podnoszenia, pchania, ciągnięcia i przenoszenia cięższych przedmiotów.

Najważniejszą wskazówką jest unikanie podnoszenia, pchania, ciągnięcia i przenoszenia cięższych przedmiotów.

Najważniejszą wskazówką jest unikanie podnoszenia, pchania, ciągnięcia i przenoszenia cięższych przedmiotów.



Jak żyć na co dzień ze stomią? Poradnik pełen wskazówek

# Badanie dowodzi, że program me+™ ma pozytywny wpływ na jakość życia pacjentów

Zapewnia ciągłość wsparcia, którego potrzebują osoby ze stomią



## Kluczowe spostrzeżenia ze strony specjalistów<sup>1</sup>



Dzięki konsekwentnemu stosowaniu sprzętu zgodnie z zaleceniami programu, zmniejsza się ryzyko powikłań



Program pozytywnie wpływa na pacjentów, co jest szczególnie ważne w ich pierwszym roku życia ze stomią



## Kluczowe obszary zadowolenia pacjenta<sup>2</sup>



**89%**

Stan zdrowia



**86%**

Styl życia



**85%**

Kondycja skóry



**87%**

Zaopatrzenie w sprzęt  
stomijny



**82%**

Odżywianie

# Program me+™ zapewnia Tobie i Twoim pacjentom wsparcie

*Zapisz swojego pacjenta do*



## Kod QR do bezpośredniej rejestracji

Gdy Twoi pacjenci zarejestrują się bezpłatnie do programu me+™, otrzymają wsparcie ekspertów w dziedzinie pielęgnacji stomii doboru sprzętu stomijnego i profilaktyki powstawania powikłań stomijnych.

Nie chcemy, aby kiedykolwiek doświadczył samotności w swoim życiu ze stomią.  
Wspierajmy wspólnie!