



Stomibräck

RÅD OCH TIPS



Varmt välkommen att kontakta oss för mer information eller gratisprover:



046-29 24 00



M Care



mcare.se



kundservice@mcare.se



@SaltsHealthcare



SaltsHealthcare



www.mcare.se



® Registered trade marks of Salts Healthcare Ltd. © Salts Healthcare Ltd 2019. Products and trade marks of Salts Healthcare Ltd are protected by UK and foreign patents, registered designs and trade marks. For further details, please visit www.salts.co.uk

RM765698 12/19

salts
HEALTHCARE

mcare

LEVA MED STOMIBRÅCK

Om du har ett bråck runt eller bredvid din stomi har du troligen en del frågor och funderingar. *Vad är ett bråck? Vad är orsaken till det? Varför har just du fått det?*

I den här broschyren finner du några av de vanligaste frågorna med svar, råd och tips. Med en klok livsstil och med rätt val av produkter behöver ett bråck inte hindra dig från att leva det liv du vill.



VAD ÄR ETT STOMIBRÅCK?

Vid operationen görs ett hål i magmuskeln där stomin sedan kommer ut på huden. Hålet i muskeln kan ibland göra så att ett bråck uppstår. Det som kallas bråck är en del av tarmen som buktar upp vid sidan om stomin. Man känner det som en bula vid stomin. Bråck kan variera i storlek. Det finns ingen klar orsak till varför bråck uppstår hos en del stomiopererade, men det är lite vanligare hos äldre och överviktiga.

HUR KOMMER DITT BRÅCK ATT PÅVERKA DIG?

Du är inte ensam om att ha bråck, studier visar att upp till 50% av de som har en kolostomi får bråck. I början upplever många obehag och olust, men bråcket behöver inte vara ett stort problem med

tanke på att så många lever ett vanligt liv med sitt bråck. Din stomiterapeut kan ge dig råd och vägledning.

Kom ihåg: håll det inte för dig själv.
Berätta gärna för någon som kan hjälpa dig!

TIPS SOM KAN FÖREBYGGA ATT STOMIBRÅCK UPPSTÅR

Ett stomibråck uppstår en tid efter operation, det kan ske efter veckor, månader eller flera år.

GODA NYHETER:

Mycket tyder på att du kan minska risken för att bråck ska uppstå genom att tidigt börja med enkla magövningar. Be om råd om hur just du ska göra. Det kan också vara bra med promenader eller att simma.

FLER TIPS OM HUR DU KAN MINSKA RISKEN FÖR ATT FÅ BRÅCK:

- ▶ Undvik tunga lyft, åtminstone de tre första månaderna efter operation
- ▶ Stå och sitt alltid rakt
- ▶ Använd stödbälte eller gördel om du måste lyfta, både hemma och på arbetet
- ▶ Tänk på vikten och ät hälsosamt
- ▶ Håll handen som stöd över stomin när du hostar, särskilt de första månaderna efter operationen



Kom ihåg: du bör alltid diskutera med din stomiterapeut innan du påbörjar något träningsprogram.

”TACK FÖR ATT DET FINNS SÅ BRA PRODUKTER”

Så här beskriver Lisa, som är 69 år, sin erfarenhet av ett liv med stomibräck:

”För några år sedan opererades jag på grund av cancer och fick en kolostomi. Jag fick rådet att ta det lugnt de första månaderna och att inte lyfta tunga föremål, ändå fick jag ett bräck. Först var jag väldigt upprörd för att jag skulle behöva ha en stor bula på magen. Ganska snart insåg jag att det fanns hjälp att få och att jag skulle kunna fortsätta leva som vanligt.”



LISA ANVÄNDER CONFIDENCE® NATURAL SLUTEN

”De fem slitsarna på plattan ger fem följsamma flikar som formar sig runt mitt bräck utan att bilda veck. Plattan är också mycket mjuk mot huden.”

*Min stomiterapeut visade mig produkter som var speciellt designade för att passa på stomibräck. Jag tycker om att använda både endels- och tvådelsbandage, så jag provade **Salts Harmony® Duo** och **Salts Confidence® Natural**. Jag har funnit fördelar med båda.”*



LISA SÄTTER PÅ HARMONY® DUO

”Plattan med flexibel häfta av hydrokolloid är mycket lätt att sätta på plats även om bräcket gör att jag inte riktigt ser vad jag gör. Stomin sitter nämligen längst ut på bräcket. Den upphöjda markören och den blåfärgade skåran är en klok lösning – det är lätt att hitta rätt.”

EN BÄTTRE PASSFORM FÖR STOMIBRÄCK

Ett av de största problemen för dig som har stomibräck är att hitta en stomiplatta som sitter tätt och säkert. Bräcket skapar en buktande yta och med en vanlig slät platta kan det vara svårt att få rätt vidhäftning.

För att åtgärda problemet finns olika ”bräckvänliga” produkter som ger god passform, extra säkerhet, större trygghet och ökad bekvämlighet.

Så, oavsett vilken form och storlek ditt stomibräck har, kan du vara lugn med vetenskapen om att du kan hitta produkter med perfekt passform.

Ibland är det nödvändigt att åtgärda bräck med kirurgi, men många gånger räcker det med att man får stöd i form av lite fastare underkläder eller ett stödbälte för stomi. Din stomiterapeut kan dels informera om vad ett bräck är och hur man eventuellt kan förebygga det, dels ge dig information om de olika stödhjälpmedel som finns.

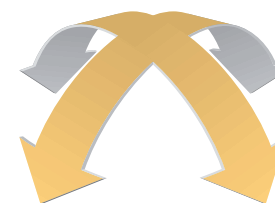


CONFIDENCE® NATURAL ADVANCE

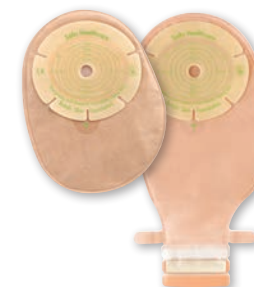
Salts Confidence® Natural Advance är mycket populär hos stomiopererade med bräck. Det finns god anledning till det. Påsarna har samma bekvämlighet, smidighet och flexibilitet som andra endelsbandage, men har dessutom en Flexifit® platta som har 30% högre vidhäftning vilket kan innebära ökad säkerhet samt mindre risk för läckage. Vidhäftningsförmågan fixerar plattan på sin plats runt stomin snabbare.

Plattans unika design med fem slitsar som bildar fem följsamma flikar, gör att den lätt passar runt den buktande yta som ett bräck innehåller. Plattan formar sig runt bräcket och förebygger läckage som kan ge skadad hud. Idealisk för alla som

behöver perfekt passform runt sin stomi. Urostomipåsens platta har en särskild formel med motståndskraft mot rikliga flöden, något som minskar nedbrytning av plattan och förlänger användningstiden.



MAXIMAL FLEXIBILITET FÖR STÖRRE
KOMFORT OCH BÄTTRE SÄKERHET



NATURLIG MJUKHET

Plattan på Confidence® Natural Advance innehåller Aloe Vera, som på ett naturligt sätt hjälper till att lugna och skydda huden runt stomin.

UNIK 2-FÄRGAD SKYDDSFILM

Kraftig blå markering ger en tydlig guide för de som måste klippa hål själva.

STOR HUDSKYDDSPLATTA

Kan klippas upp till 90 mm bredd och 80 mm höjd. (Gäller Sluten och Tömbar)

FLER FINA EGENSKAPER FÖR DIG SOM ANVÄNDER TÖMBAR PÅSE

- ▶ Tömningskanalen har en flik som gör det enklare att öppna och tömma påsen
- ▶ Filtersystem med backventil som förebygger flöde bakåt när man ligger ner
- ▶ Färgad (beige) plast i utloppet – en unik kombination med den glasklara plasten i den delbara framsidan

CONFIDENCE® NATURAL

Confidence® Natural är ett bra val för dig som har en vätskande stomi då den har mycket hög absorptionsförmåga.

- ▶ Plattan innehåller Aloe Vera som kan lindra irriterad hud och skydda huden kring stomin
- ▶ Den unika plattan med fem flikar och ökad följsamhet passar för alla kropps-konturer och ger en perfekt passform
- ▶ Hållbart, snabbtorkande och mycket mjukt non-woven skydd som känns skönt mot huden och som är väldigt diskret under ljus klädsel



HARMONY® DUO MED FLEXIFIT® OCH ALOE VERA



Harmony® Duo är ett perfekt val för dig som uppskattar bekvämligheten hos ett tvädelssystem och diskretionen hos ett endelsbandage.

Med Harmony® Duo blir alla påsbyten enkla och snabba. Med ett bräck kan det vara svårt att se vad man gör vid bandagebyte, men med den här enkla konstruktionen – en upphöjd markör på plattan som matchar en blåfärgad skåra på påsen, blir placeringen enkel och korrekt.

FÖLJSAM FLEXIFIT®

Den unika Flexifit®-plattan har fem flikar och har utvecklats för att ge en perfekt passform. Flikarna gör att plattan anpassar sig efter magens form och kroppens rörelser vilket ökar komforten och minskar risken för läckage.

BRA VID BRÄCK

Flexifit®-plattan är perfekt vid bräck eftersom den anpassar sig efter kroppens form.

HUDVÄNLIG ALOE VERA

Aloe Vera kan bidra till att lugna och skydda huden runt stomin.

LÄTT ATT ANVÄNDA

En blåfärgad flik på påsen passar perfekt mot en upphöjd markör på plattan. Exakt placering varje gång.

EXTRA SÄKERHET

Platta med eller utan hydrokolloidkant för möjlighet att välja extra säkerhet.



PLATTA FLEXIBEL

med hydrokolloid häfta, Flexifit® och Aloe Vera

PLATTA STANDARD

med Flexifit® och Aloe Vera



LÅG PROFIL

Harmony® Duo är ett tvädelssystem som är lika lågt och diskret som ett endelsbandage. Platt och smidigt – syns mindre under kläderna.

DISKRET

Påslåset kan vikas upp och fästas med kardborre under skyddet.



HARMONY® DUO

Vid behov av förklippta hål så erbjuder vi hudvänliga plattor utan Aloe Vera och Flexifit®. Plattorna har givetvis samma fördelar som övriga plattor så som låg profil och enkelt dockningssystem.

Det finns även plattor med mjuk konvexitet som har Flexifit® platta med Aloe Vera. Konvexa produkter ska alltid provas ut av stomiterapeut.



PLATTA STANDARD



PLATTA FLEXIBEL

CONFIDENCE® COMFORT



Salts Confidence® Comfort Tömbär finns med stor oval platta. Den ovala plattan ger god möjlighet att täcka bräcket som omger stomin. Den kan innebära minskad risk för läckage och skadad hud vilket gör att du kan känna större trygghet.

CONFIDENCE® COMFORT TÖMBÄR MED OVAL PLATTA

HUDVÄNLIG Går att klippa upp till
70 x 110 mm.

FILTER Unik placering av filter som är
skyddat av ett extra lager plastfilm.

DISKRET Reducerat "överhäng" upptill
på påsen – mycket uppskattat

DELAD FRAMSIDA Möjlighet till enklare
fastsättning och inspektion av stomin.



SALTS SUPPORT WEAR (SIMPLICITY®)

Salts Support Wear är mjuka, sköna och följsamma underkläder som gör att du kan känna dig riktigt bekväm. Materialet andas och väger inte mycket. En ribbad förstärkning på underklädernas framsida ger extra stöd och bekvämlighet. Inga sömmar eller etiketter som kan ge skav mot huden. Trosa och unisex boxershorts finns i svart, vitt och beige. Tillverkade i ett mjukt och behagligt material som är 'two-way stretch', vilket innebär att det är töjbart på både längden och bredden. Mycket följsamt och smidigt.

- ▶ Inga sömmar eller etiketter
- ▶ Mjukt, ribbad framsida som ger stöd för magen
- ▶ Hög midja, sitter bekvämt över stomin
- ▶ Bred linning för ökad komfort
- ▶ Mjukt och behagligt material mot huden
- ▶ Lätt material som andas
- ▶ Smidiga och osynliga under de flesta kläder



Det finns även stödbälten – tala med din stomiterapeut

SALTS FLANGE EXTENDER

(SECUPLAST® HYDRO MED ALOE VERA OCH SECUPLAST® HYDRO)

Med ett bräck runt stomin kan stomibandagets platta ha en tendens att inte sluta tätt eller lyfta i kanterna. Med Salts Flange Extender säkerhetshäfta motverkas detta genom att plattans kanter hålls på plats. De ger en extra yta av hudvänlig hydrokolloid som skyddar mot läckage och eventuella hudskador. De kan användas till alla typer av stomibandage. Salts Flange Extender (med Aloe Vera) kan vara lämplig om du har extra känslig hud.

- ▶ Lätt att använda – en storlek passar alla
- ▶ Hudvänlig – bra om du är överkänslig mot vanlig häfta
- ▶ Kan användas till alla sorters plattor och bandage
- ▶ Finns som vanlig hydrokolloid eller hydrokolloid med Aloe Vera

