

## ROZWIĄZYWANIE PROBLEMÓW ZE STOMIĄ

Salts Healthcare posiada w swojej ofercie produkty, które pomogą rozwiązać Ci każdy problem jaki możesz mieć ze swoją [stomią](#) – podciekanie treści jelitowej pod płytkę, podrażnienia skóry, odklejanie się worka stomijnego, nieprzyjemne zapachy, pielęgnacja skóry wokół stomii. By uzyskać dodatkowe informacje, skontaktuj się z nami pod [darmowym](#) numerem infolinii umieszczonym poniżej.

### \*PORADNIKI STOMIJNE

Nasze poradniki stomijne dostępne są także na stronie internetowej [www.med4me.pl](http://www.med4me.pl)

**By uzyskać próbki naszych produktów,  
ZADZWOŃ POD BEZPŁATNY  
NUMER INFOLINII 800 633 463**  
lub odwiedź naszą stronę internetową  
[www.med4me.pl](http://www.med4me.pl)

### Przydatne informacje

Twoja pielęgniarka stomijna to:

---

---

Stowarzyszenia pacjentów ze stomią w Twoim regionie:

---

---

---

---

### Notatki

---

---

---

---

---

---



**Urostomia** co powinieneś wiedzieć przed i po operacji wyłonienia stomii



© Zastrzeżony znak towarowy Salts Healthcare Ltd. Salts Healthcare Ltd 2012 produkty i znak towarowy Healthcare są chronione angielskim i międzynarodowym prawem patentowym; zastrzeżone wzory i znak towarowy. Dodatkowe informacje znajdziesz na stronie [www.salts.co.uk](http://www.salts.co.uk) RM764276 05/11/3K

**SALTS**  
HEALTHCARE



Recognising Salts research  
into healthy stoma skin

**Med4Me**  
sklepy medyczne

**SALTS**  
HEALTHCARE  
Doskonały w pielęgnacji stomii

## Witam

Właśnie usłyszałeś, że w Twoim przypadku niezbędna jest operacja wyłonienia urostomii. Ten poradnik pomoże Ci zrozumieć dlaczego przeprowadzenie tej operacji jest konieczne i na czym ten zabieg dokładnie polega. Jeśli po przeczytaniu tych informacji będziesz miał jeszcze jakieś pytania, nie krępuj się i porozmawiaj ze swoją pielęgniarką.

## Spis treści

Układ moczowy.....	3
Co to jest urostomia?.....	4
Jak wygląda urostomia?.....	5
Dlaczego mam urostomię?.....	5
Używanie worka urostomijnego.....	6
Po operacji.....	6
Kiedy moja stomia zacznie pracować?.....	7
Jak dobrać odpowiedni worek urostomijny?.....	7
Wymiana worka stomijnego.....	8
Jak często powinienem zmieniać worek stomijny?.....	10
Typy worków stomijnych.....	10
Co zrobić ze zużytym workiem stomijnym?.....	10
Jak i skąd będę otrzymywał sprzęt stomijny?.....	11
Refundacja sprzętu stomijnego.....	11
Pielęgnacja skóry.....	12
Infekcje układu moczowego.....	12
Czy powinienem zmienić swoją dietę?.....	13
Czy mogę ćwiczyć, uprawiać sport?.....	13
Czy mogę podróżować?.....	14
Co z moim życiem intymnym?.....	14
Do kogo mogę zwrócić się po poradę?.....	15
Przydatne informacje.....	16
Notatki.....	16

## Układ moczowy

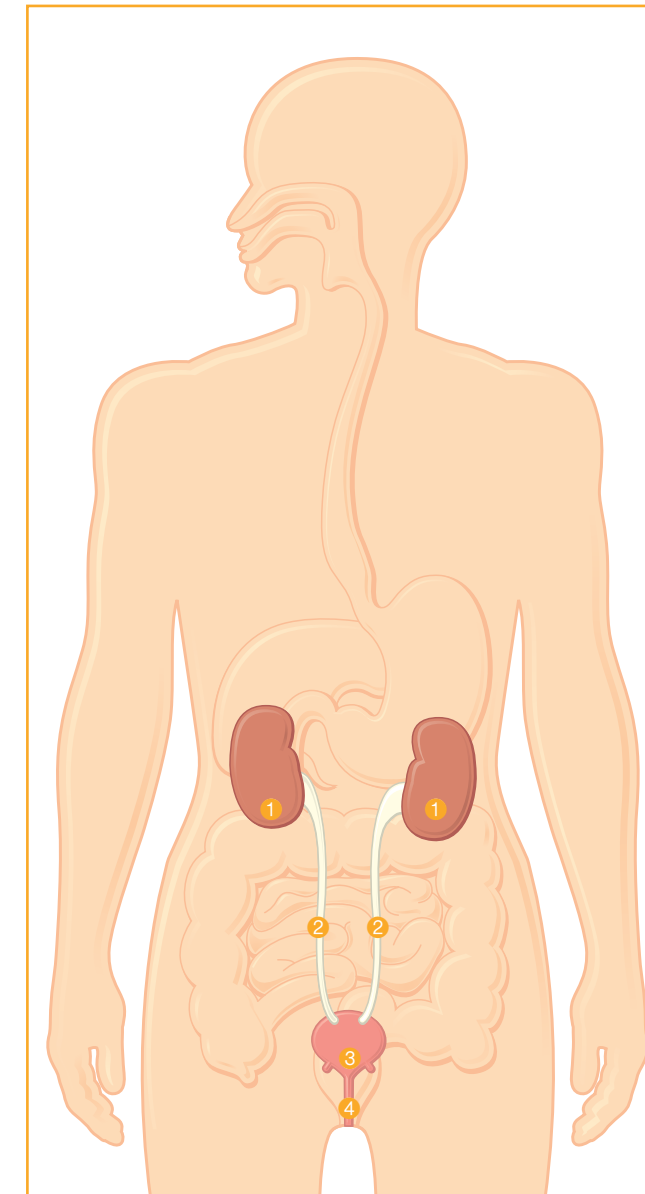
Za każdym razem kiedy jesz lub pijesz, Twój organizm pobiera z pokarmu wszystkie składniki niezbędne do prawidłowego funkcjonowania. Produkty metabolizmu usuwane są z organizmu przez krew i przewód pokarmowy. Układ moczowy oczyszcza krew z produktów metabolicznych, proces ten przebiega w nerkach prowadząc do powstawania moczu.

Mocz wytworzony w nerkach dwoma moczowodami trafia do pęcherza moczowego.

Nerwy w pęcherzu moczowym informują Cię, kiedy pęcherz należy opróżnić. Wtedy mocz usuwany jest z organizmu przez cewkę moczową.

Układ moczowy

- Nerki ①
- Moczowody ②
- Pęcherz moczowy ③
- Cewka moczowa ④



## Co to jest urostomia?

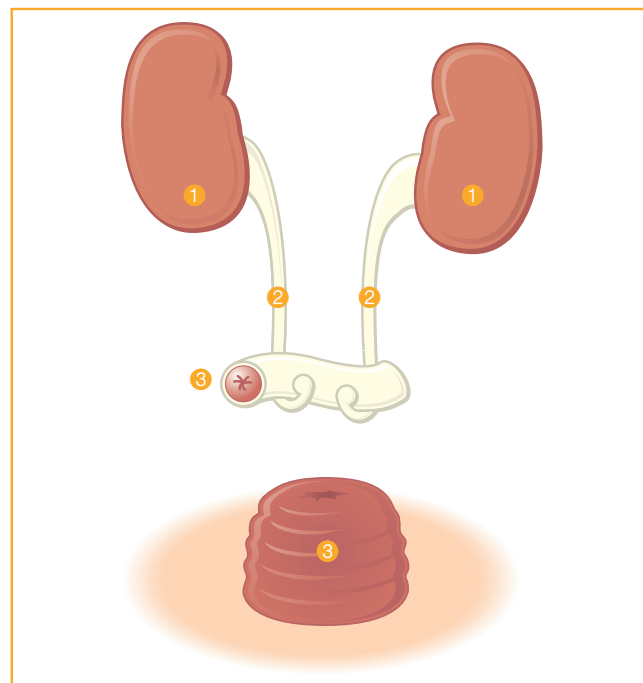
Operacja wyłonienia urostomii prowadzi do utworzenia nowej drogi oddawania moczu z pominięciem pęcherza moczowego. Po operacji będziesz oddawał mocz przez niewielki otwór na brzuchu zwany stomią. Twoja pielęgniarka udzieli Ci niezbędnych informacji na temat przyczyn przeprowadzenia takiego zabiegu u Ciebie.

Zwykle, chirurg wszczepia moczowody do wyizolowanego odcinka jelita. Z jednej strony fragment jelita zostaje zaszyty, a drugi koniec jelita zostaje wyprowadzony na powierzchnię brzucha i zostaje utworzona stomia.

Zwykle urostomię wylania się po prawej stronie ciała. Stomia powinna zaniknąć się w takim miejscu, aby wtedy kiedy stoisz lub siedzisz stomia nie chowała się w fałdzie skórny.

Przed operacją, Twoja pielęgniarka zaznaczy miejsce, w którym powinna być wyłoniona stomia i będzie to wskazówką dla operującego Cię chirurga. Będzie to miejsce na Twoim brzuchu, które będziesz widział, dzięki czemu wymiana worka stomijnego będzie prosta i łatwa. Czasami jednak, wyłonienie stomii w miejscu wyznaczonym przez pielęgniarkę może okazać się niemożliwe.

Po operacji zauważysz, że nie masz kontroli nad tym kiedy oddajesz mocz, dzieje się tak dlatego, że stomia nie jest umięśniona. Mocz będzie wpływał do worka stomijnego automatycznie, a Ty nie będziesz czuł potrzeby oddawania moczu.



Wstawka jelitowa

Nerki ① Moczowody ② Stomia ③

## Jak wygląda urostomia?

Prawidłowa stomia powinna być wilgotna, koloru różowo-czerwonego. Wysokość urostomii waha się od 0,5 – 3 cm.

## Stomia jest nieunerwiona w związku z tym, dotykając jej nie będziesz czuł bólu

Stomia jest nieunerwiona w związku z tym, dotykając jej nie będziesz odczuwał bólu. Na początku będzie opuchnięta, ale w ciągu kilku tygodni jej rozmiar się zmniejszy. Wokół stomii będą szwy, które zwykle po pewnym czasie się rozpuszczą, albo pielęgniarka usunie je w trakcie wizyty kontrolnej.

## Dlaczego mam urostomię?

Konieczność przeprowadzenia u Ciebie operacji wyłonienia urostomii może być spowodowana wieloma przyczynami. Powody dla których przeprowadzono u Ciebie operację wyłonienia urostomii wyjaśni Ci Twój lekarz lub pielęgniarka. W wielu przypadkach, Twój pęcherz moczowy musiał być usunięty w wyniku choroby lub jego uszkodzenia.



*Konieczność przeprowadzenia u Ciebie operacji wyłonienia urostomii może być spowodowana wieloma przyczynami*

## Używanie worka urostomijnego

Po operacji będziesz musiał używać worka stomijnego. Będzie on umieszczony na Twoim brzuchu wokoło wylonionej stomii i do niego będzie trafiał mocz. Worki zaprojektowane są w sposób pozwalający na noszenie ich pod ubraniem, które jesteś przyzwyczajony nosić.

Jest wiele rodzajów worków urostomijnych. Przed podjęciem ostatecznej decyzji w sprawie wyboru odpowiedniego dla Ciebie worka stomijnego powinieneś przetestować zarówno sprzęt jedno jak i dwuczęściowy. W ostatecznym wyborze pomoże Ci Twoja pielęgniarka stomijna. Worki urostomijne mają unikalny system zapobiegający cofaniu się moczu, co redukuje ryzyko infekcji układu moczowego. Worki urostomijne wyposażone są w specjalny kranik, który służy do spuszczenia moczu z worka do toalety.

Worki są wodoodporne, więc możesz je mieć założone podczas kąpieli czy brania prysznica, to zależy wyłącznie od Ciebie.

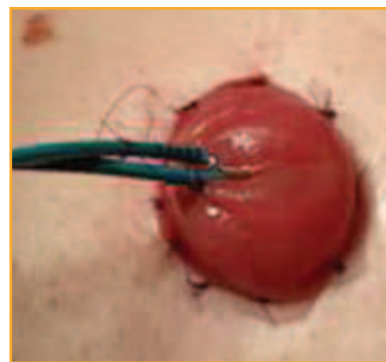
## Twoja pielęgniarka stomijna pomoże Ci wybrać worek urostomijny najlepszy dla Ciebie

## Po operacji

Kiedy obudzisz się po operacji będziesz miał założony worek urostomijny. Najprawdopodobniej będzie to worek przezroczysty tak by pielęgniarka mogła łatwo sprawdzać jak wygląda Twoja stomia. Początkowo stomia może być opuchnięta, ale w ciągu kilku następnych tygodni jej rozmiar się zmniejszy.

Po operacji możesz mieć podłączone kroplówki i dreny. Nie jest to jednak powód do niepokoju. Możesz mieć także włożony w stomię cewnik, który zostanie usunięty po 7-10 dniach od operacji. Wszystko to może powodować u Ciebie dyskomfort, ale pamiętaj, że zostanie to usunięte w odpowiednim momencie.

Po operacji będziesz czuł się zmęczony. Możliwe też, że będziesz odczuwał różnorodne emocje, możesz czuć strach, że nie poradzisz sobie z nową sytuacją. Istotne jednak jest to, byś pamiętał, że jest to zupełnie naturalne i wymaga czasu byś odzyskał równowagę zarówno fizyczną jak i emocjonalną.



Wyloniona urostomia z cewnikami

## Kiedy moja stomia zacznie pracować?

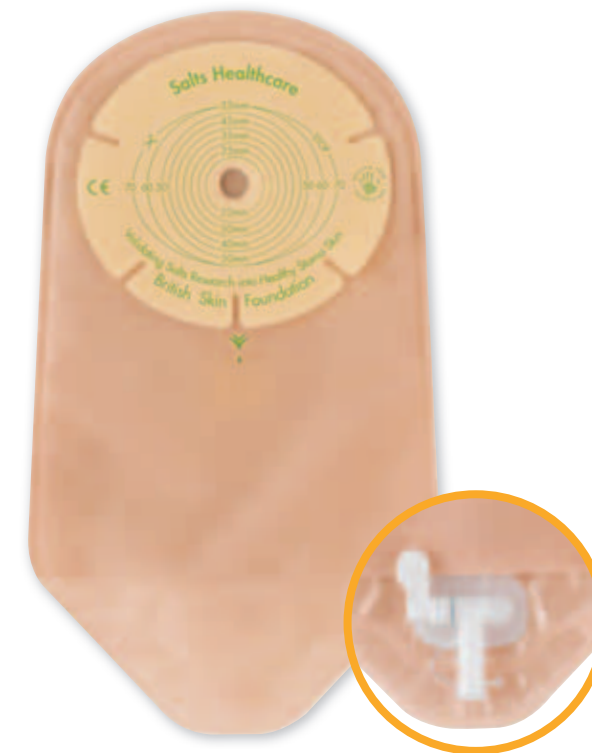
Twoja stomia zacznie pracować zaraz po operacji. Cewnik może pozostawać w stomii od 7 do 10 dni. Początkowo, Twój mocz może być jasno czerwony - nie należy się tym przejmować, po kilku dniach wszystko powinno wrócić do normy. Możesz także obserwować śluz w moczu.

Po operacji możesz mieć zaparcia, jest to zupełnie normalne i związane z zakłóceniem funkcjonowania Twojego przewodu pokarmowego, którego część została wykorzystana do wytworzenia urostomii. Kiedy Twój przewód pokarmowy zacznie pracować ponownie, w początkowym okresie możesz mieć biegunki.

## Twoja stomia zacznie pracować zaraz po operacji

## Jak dobrać odpowiedni worek urostomijny?

Początkowo, zaraz po operacji będziesz miał założony przezroczysty worek urostomijny. Pielęgniarka będzie go opróżniać do momentu kiedy poczujesz się na tyle dobrze by robić to samodzielnie. Do Twojego worka urostomijnego będzie podłączony większy worek służący do nocnej zbiórki moczu.



Worek urostomijny - widok z przodu i z tyłu



## Wymiana worka stomijnego

Z czasem wymiana worka stomijnego stanie się dla Ciebie czynnością rutynową. Dobrym pomysłem jest uproszczenie tego zabiegu tak bardzo jak tylko się da. W związku z tym, że organizm produkuje mocz zarówno w ciągu dnia jak i w nocy, Twoja stomia będzie pracować cały czas. Najlepiej będzie jeśli będziesz wymieniał worek urostomijny rano, gdyż wtedy zwykle produkowana jest mniejsza ilość moczu. Wymiana worka może być pierwszą rzeczą, którą zrobisz rano.

Zanim przystąpisz do wymiany worka upewnij się, że masz przygotowane wszystkie niezbędne rzeczy:

- Nowy worek stomijny
- Delikatne chusteczki lub gaziki (nie używaj waty)
- Nożyczki i wzornik odpowiadający kształtowi Twojej stomii (jeśli jest to konieczne)
- Ciepłą wodę
- Opakowanie na zużyty worek stomijny



8

## Z czasem wymiana worka stomijnego stanie się dla Ciebie czynnością rutynową

### Przygotowanie nowego worka

Przy użyciu wzornika narysuj na płytce kształt odpowiadający Twojej stomii, następnie wytnij otwór. Ważne jest by wycinany przez Ciebie otwór był dobrze dopasowany do kształtu Twojej stomii co zapobiegnie podciekaniu moczu pod płytkę i podrażnieniom skóry. Twoja pielęgniarka nauczy Cię jak robić to prawidłowo. Możesz również używać worków dociętych do określonego rozmiaru stomii.



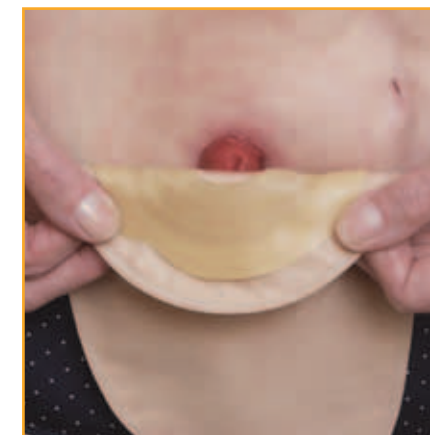
Wycinanie otworu



Odklejanie worka



Zakładanie: ① Odklejanie osłonki



② Dopasowanie płytki



③ Delikatnie dociśnij

### Usuwanie zużytego worka

Ostrożnie odklejaj płytkę - zaczynając od góry ciągnąc w dół i przytrzymując jednocześnie skórę. Zawartość worka usuń do toalety, następnie opróżniony worek stomijny umieść w opakowaniu na zużyty worek i wyrzuć do kosza na śmieci. Oczyszcz skórę wokół stomii używając przeznaczonych do tego celu środków pielęgnacyjnych.

### Zakładanie nowego worka

Przed naklejeniem nowego worka upewnij się, że skóra jest całkowicie sucha. ① Usuń z płytki folię zabezpieczającą ② Zegnij płytkę w pół, dopasuj wycięty wcześniej otwór do stomii. Płytkę przyklejaj od dołu do góry. Delikatnie dociśnij ③ Upewnij się, że w trakcie naklejania płytki nie utworzyły się żadne fałdy i nierówności.

9

## Jak często powinienem zmieniać worek stomijny?

Worek urostomijny wymaga opróżniania około sześciu do ośmiu razy dziennie. Twoja pielęgniarka stomijna poradzi Ci jak często wymieniać worek, bo decyzja o tym jest kwestią indywidualną. Na noc, do worka urostomijnego powinieneś podłączać worek do nocnej zbiórki moczu byś nie musiał wstawać w nocy w celu opróżnienia worka urostomijnego.

### Typy worków stomijnych

Istnieją dwa rodzaje sprzętu stomijnego:

#### Sprzęt jednoczęściowy

Worek jednoczęściowy nakleja się bezpośrednio na brzuch, a płytka klejąca jest na trwałe połączona z workiem.

#### Sprzęt dwuczęściowy

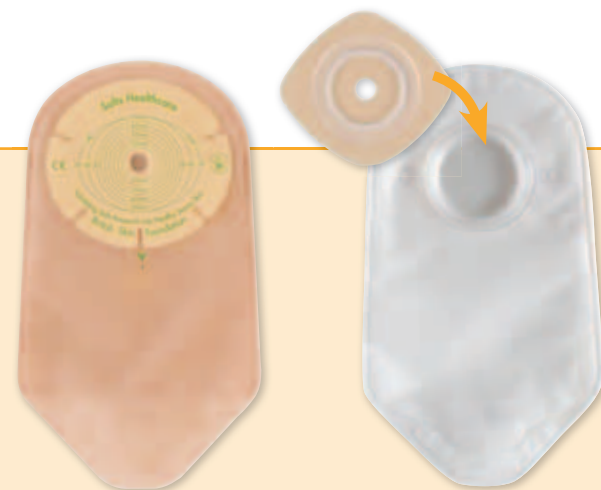
Składa się z worka stomijnego i płytki. Płytkę nakleja się na brzuch a następnie mocuje się do niej worek.

W praktyce oznacza to, że wymiana worka stomijnego nie wymaga usunięcia płytki z brzucha.

Oba typy sprzętu stomijnego dostępne są w różnych rozmiarach i wersjach, więc na pewno dobierzesz sobie taki sprzęt, który będzie Ci najbardziej

## Co zrobić ze użytym workiem stomijnym?

Zawartość worka opróżnij do muszli klozetowej, a następnie pusty worek umieść w opakowaniu na zużyty worek i wyrzuć do kosza na śmieci. Nie spuszczaaj zużytego worka w toalecie, nawet jeśli na worku jest napisane, że jest on "sflukiwalny" może zablokować toaletę.



Worek jednoczęściowy

Sprzęt dwuczęściowy

pasował. Każdy jest inny, jedni preferują duże worki inni mniejsze. W ofercie dostępne są dwie wersje worków stomijnych, przezroczyste, które umożliwiają obserwację stomii przez cały czas oraz worki beżowe, całe pokryte fizeliną ze specjalną "zakładką", która pozwala na "podglądanie" stomii w razie potrzeby.

## Jak i skąd będę otrzymywał sprzęt stomijny?

Wychodząc ze szpitala otrzymasz od pielęgniarki stomijnej próbki różnego rodzaju sprzętu stomijnego, co pozwoli Ci podjąć decyzję jaki sprzęt stomijny jest dla Ciebie najlepszy. Sprzęt stomijny jest refundowany przez Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ). Refundacja sprzętu stomijnego odbywa się na podstawie zlecenia i Karty Zaopatrzenia wydawanej co 12 miesięcy. Wychodząc ze szpitala otrzymasz zlecenie na sprzęt stomijny (zlecenie może być wystawione na okres od 1 do maksymalnie 3 miesięcy). Zlecenie to należy potwierdzić w oddziale NFZ odpowiednim dla Twojego miejsca zamieszkania (informacje na temat NFZ znajdziesz na stronie 15). W NFZ otrzymasz Kartę Zaopatrzenia Comiesięcznego (ważna 1 rok), w której będą potwierdzane dokonywane przez Ciebie kolejne odbiory sprzętu stomijnego. Zlecenia na kolejne miesiące możesz otrzymać od swojego lekarza rodzinnego, chirurga lub pielęgniarki stomijnej. Zlecenie możesz zrealizować w sklepie medycznym lub otrzymać sprzęt stomijny drogą wysyłkową bezpośrednio do domu.

By otrzymać sprzęt stomijny drogą wysyłkową (bezpłatna dostawa do domu) należy zlecenie oraz Kartę Zaopatrzenia wysłać na adres: Creative View Sp. z o.o. ul. Armii Krajowej 16; 09-500 Gostynin dołączając informację na temat rodzaju sprzętu stomijnego jaki chcesz otrzymać.

Dodatkowe informacje uzyskasz dzwoniąc pod bezpłatny numer infolinii 800 633 463.

Masz prawo wyboru zarówno rodzaju sprzętu stomijnego jak i sposobu jego otrzymywania. Dobór sprzętu stomijnego jest kwestią indywidualną, najważniejsze abyś dobrał taki sprzęt, który zapewni Ci komfortowe samopoczucie podczas jego użytkowania, wybieraj taki sprzęt, który jest najlepszy dla Ciebie.

### Refundacja sprzętu stomijnego

Sprzęt stomijny dla osób ubezpieczonych w Narodowym Funduszu Zdrowia jest refundowany w 100%. Oznacza to, że nie ponosisz żadnych kosztów związanych z jego otrzymaniem. Refundacja odbywa się na podstawie ważnego zlecenia (wystawianego przez lekarza rodzinnego, chirurga lub pielęgniarkę stomijną) oraz ważnej Karty Zaopatrzenia Comiesięcznego. Wysokość refundacji zależy od rodzaju stomii, aktualne informacje na temat przysługującego limitu otrzymanie Państwo w NFZ potwierdzając pierwszy wniosek lub możecie skorzystać z naszej bezpłatnej infolinii 800 633 463. W ramach tej kwoty możesz otrzymać zarówno worki, płytki jak i specjalistyczne środki pielęgnacyjne.

## Pielęgnacja skóry

Utrzymywanie skóry wokół stomii w czystości i jej ochrona przed podrażnieniami są niezmiernie ważne. Poniżej przedstawiamy kilka wskazówek dotyczących jak właściwie dbać o skórę:

### • Prawidłowe docinanie worka do wielkości i kształtu stomii

Bardzo istotne jest by płytka dokładnie przylegała we wszystkich miejscach wokół stomii. Jeśli otwór jest zbyt duży wydostający się ze stomii mocz może mieć kontakt ze skórą powodując jej podrażnienia. Ponieważ w początkowym okresie stomia może zmieniać swoją wielkość należy systematycznie sprawdzać prawidłowość wycinanego otworu.

### • Nie używaj zwykłego mydła i kremów

Do mycia skóry wokół stomii używaj ciepłej wody. Najlepiej oczyszczać skórę wokół stomii przy pomocy specjalnie przeznaczonych do tego celu środków pielęgnacyjnych. Zwykłe mydła i żele myjące mogą powodować podrażnienia skóry. Nie stosuj też zwykłych substancji nawilżających ani kremów na skórę wokół stomii, gdyż mogą one zmniejszyć stopień przylegania płytki do skóry.

### • Krwawienia

Może się zdarzyć, że w trakcie mycia stomia krwawi. Nie musisz się tym martwić, to zupełnie naturalne.

*Dodatkowymi informacjami na temat pielęgnacji skóry wokół urostomii, znajdziesz w naszym poradniku zatytułowanym **Pielęgnacja skóry.\****



## Infekcje układu moczowego

Po operacji wyłonienia urostomii, jesteś bardziej narażony na infekcje dróg moczowych. Bardzo ważne jest byś pił około 2-3 litrów płynów dziennie co zapobiegnie odwodnieniu.

Jeśli Twój mocz jest ciemny jest to pierwsza oznaka odwodnienia wtedy powinieneś zwiększyć ilość wypijanych płynów. Jeśli Twój mocz jest mętny może to oznaczać infekcję dróg moczowych i w takim przypadku powinieneś skonsultować się ze swoim lekarzem, który pobierze próbkę moczu bezpośrednio ze stomii.

W worku urostomijnym może pojawiać się śluz, który jest produkowany przez błonę śluzową jelita z którego jest utworzona urostomia, jest to więc zupełnie normalne.



## Czy powinienem zmienić swoją dietę?

Operacja wyłonienia stomii nie wymaga stosowania specjalnej diety. Dla zdrowia organizm wymaga różnorodnego pożywienia a kluczem jest wiedza, co jeść by utrzymać organizm w równowadze. Poniżej umieszczamy kilka ogólnych zasad żywieniowych:



• **Stosuj urozmaiconą i zbilansowaną dietę** spożywaj posiłki regularnie.

• **Pij dużą ilość płynów,** szczególnie wodę.

• **Sok żurawinowy** zapobiega infekcjom układu moczowego. Jednak w wypadku gdy przyjmujesz warfarynę powinieneś unikać produktów zawierających żurawinę.

• **Alkohol** umiarkowanie.

*Dodatkowe informacje na temat diety w przypadku kolostomii znajdziesz w naszym poradniku zatytułowanym **Odżywiaj się zdrowo i żyj zdrowo.\****



## Czy mogę ćwiczyć, uprawiać sport?



Posiadanie stomii nie wyklucza powrotu do takiej aktywności fizycznej, jaką miałeś przed operacją. Okres rekonwalescencji zwykle trwa około 3 miesięcy. Poza tym powinieneś powrócić do tego samego stopnia aktywności fizycznej, jaka towarzyszyła Ci przed operacją. Oczywiście uzależnione jest to od stanu ogólnego Twojego organizmu oraz typu operacji wyłonienia stomii oraz powodu dla którego została ona przeprowadzona.

*Dodatkowe informacje na temat ćwiczeń, aktywności fizycznej znajdziesz w naszym poradniku zatytułowanym **Utrzymanie formy.\****





## Czy mogę podróżować?

Zaleca się przed zarezerwowaniem wyjazdu wakacyjnego skonsultowanie planów z chirurgiem, lekarzem pierwszego kontaktu lub pielęgniarką stomijną. Jeśli od zabiegu chirurgicznego minęło mniej niż 6 miesięcy konsultacja powinna być obowiązkowa.

Poniżej przedstawiono kilka niezbędnych wskazówek:

- **Przygotuj listę niezbędnych rzeczy** – które będą Ci niezbędne w czasie podróży.
- **Przeanalizuj swój dzień** – ustal czego używasz codziennie
- **Ustal liczbę worków stomijnych, które będą Ci potrzebne** – liczbę worków, które zużywasz dziennie pomnóż razy liczbę dni wakacji, a następnie pomnóż je razy dwa. Weź jeszcze kilka dodatkowych worków. Zmiana klimatu i środowiska może spowodować, że będziesz potrzebował znacznie większej ilości sprzętu stomijnego.
- **Zawsze miej większość sprzętu stomijnego przy sobie w bagażu podręcznym**, pozostały sprzęt możesz schować do torby podróźnej.
- **Skontaktuj się z biurem podróży** – upewnij się, że masz wykupione właściwe ubezpieczenie podróźne

Dodatkowe informacje na temat podróżowania znajdziesz w naszym poradniku zatytułowanym **Podróżowanie**.\*



## Co z moim życiem intymnym?

Osoby ze stomią pozostają w związkach partnerskich, zakładają rodziny, mają dzieci, wiodą normalne życie. Fakt posiadania stomii nie powinien mieć wpływu na prowadzenie normalnej aktywności seksualnej. Czasami jednak kontynuowanie dotychczasowej aktywności seksualnej może okazać się niemożliwe. U mężczyzn mogą wystąpić zaburzenia erekcji, u kobiet stosunki płciowe mogą sprawiać ból. W takich wypadkach wypróbowanie różnych pozycji może pomóc.

Twoja pielęgniarka stomijna odpowie na każde nurtujące Cię pytanie, jest przygotowana by rozmawiać na ten temat zarówno z pacjentami jak i z ich partnerami.

Dodatkowe informacje na temat życia intymnego znajdziesz w naszym poradniku zatytułowanym **Życie intymne**.\*



## Do kogo mogę zwrócić się po poradę?

W wypadku jakichkolwiek pytań i problemów zawsze możesz zwrócić się do swojej pielęgniarki stomijnej.

Poniżej umieściliśmy dodatkowe informacje, które też mogą Ci się przydać:

### Potrzebne linki

Narodowy Fundusz Zdrowia [www.nfz.gov.pl](http://www.nfz.gov.pl)

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych [www.pfron.org.pl](http://www.pfron.org.pl)

Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie [www.pcp.r.info](http://www.pcp.r.info)

### Bezpłatna dostawa do domu

Oferujemy bezpłatną, dyskretną dostawę sprzętu stomijnego bezpośrednio do domu. Dostawy sprzętu stomijnego realizowane są w ciągu 24h, oferujemy także:

- Bezpłatna infolinia 800 633 463, gdzie uzyskasz potrzebne Ci informacje.
- Bezpłatne próbki niektórych naszych produktów.
- Bezpłatne poradniki.
- Przy realizacji pierwszego zamówienia dostaniesz kosmetyczkę z niezbędnym do wymiany worka stomijnego sprzętem.
- Biuletyn informacyjny dla pacjentów ze stomią wydawany 3 razy w roku.

Aby otrzymać dodatkowe informacje skontaktuj się z nami pod numerem bezpłatnej infolinii 800 633 463 lub zarejestruj się na naszej stronie internetowej [www.med4me.pl](http://www.med4me.pl)

### Pomocne adresy

Polskie Towarzystwo Stomijne POL-ILKO, jednym z głównych celów działalności Towarzystwa jest zapewnienie jak najlepszej jakości życia osobom ze stomią. Internetowa strona Towarzystwa zawiera informacje o strukturze i działaniach POL-ILKO oraz praktyczne wskazówki dotyczące zasad pielęgnacji stomii – [www.polilko.pl](http://www.polilko.pl) [www.ptps.pl](http://www.ptps.pl) – Polskie Towarzystwo Pielęgniarek Stomijnych – serwis przeznaczony jest głównie dla pielęgniarek, ale również pacjenci znajdą w nim wiele interesujących informacji na temat stomii.