Perspectief

Magazine van Welland Nederland BV en
Wellform Medical BV voor stomadragers

EDITIE 1 - 2018

NIEUW

Aurum® Profile, de veelzijdige probleemoplosser bij oneffenheden en parastomale hernia's

INTERVIEW

Lynda en Bob van den Broek

VRAAG & ANTWOORD

Welland Service Team aan het woord

Welland wellform MEDICAL

Inhoud

03 **Lente in het land!**

04 **Productnieuws:** Introductie Aurum® Profile

05 **Productnieuws:** Casuïstiek Aurum® Profile + uitbreiding Wellform assortiment

06 **Aan het woord:** Rogier Oonk & Cees Imthorn

07 **Welland Medical viert feest!**

08 **Interview:** met stomadrager Lynda van den Broek en haar partner Bob

10 **Puzzel**

11 **Vraag & antwoord:** Welland Service Team

Social Media

Handige weetjes, productintroducties, verhalen van anderen en nog veel meer.

Volg Welland via:

Colofon

Redactie
Helena Wooninck
Marleen Elemans-Kloppenburg
Michiel van Kerkhof
Robin Engels

Eindredactie
Marleen Elemans-Kloppenburg

Redactieadres
Welland Nederland BV
Muskushouwsestraat 33
6666 MA Heteren
T 088 - 6670066
I www.welland.nl
E info@welland.nl

Vormgeving
Marker Media Reclamebureau

Drukwerk
Inktvis Media

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enigerlei vorm of op enigerlei wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enigerlei andere wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Welland Nederland BV.

Column

Engels feestje

Dit jaar vieren de 'Engelsen' feest. Niet vanwege de Brexit, de prestatie op het Songfestival of een gewonnen wereldtitel bij het rugby, maar omdat Welland Medical 30 jaar bestaat. In 1988 begon een echtpaar er onder de rook van Londen aan de keukentafel met het zelfstandig in elkaar zetten van stomazakjes. Toen het huis te klein werd, zocht men een geschikte bedrijfsruimte. Deze werd gevonden aan Welland Road. Een serieuze naam voor het bedrijf was er nog niet. En aangezien de Britten nooit verlegen zitten om een grapje, bedacht men dat 'Welland' wel een geschikte naam zou zijn omdat er dan gezegd kon worden dat de zaken zo voor de wind gingen dat de plaatselijke overheid al had besloten een hele straat naar het bedrijf te vernoemen.

Welland richtte zich in eerste instantie op het ontwikkelen van 1-delig materiaal. Om een plekje in de markt te kunnen veroveren moest er natuurlijk onderscheid gemaakt worden. Dat deed men ook door nadrukkelijk in te zetten op de kwaliteit van de huidplaat. Uiterst huidvriendelijk en een groot absorptievermogen. Met recht een succesvol gekozen fundament onder een bouwwerk dat in de jaren alleen maar groter is geworden.

Het niveau van de keukentafel is men allang ontstegen. En ook Welland Road oogt inmiddels verlaten. Na nog een paar omzwervingen, werd twee jaar geleden begonnen met de bouw van een immens grote en vooral hypermoderne fabriek nabij de start- en landingsbaan van vliegveld Gatwick. Het machinepark is een aaneenschakeling van technische hoogstandjes. Het team heeft internationale allure, onderzoek en ontwikkeling krijgen er ruim baan. De slogan 'Innovators in stoma care' streeft men dagelijks na. Het toiletdoorspoelbare zakje is hiervan misschien wel het meest treffende voorbeeld. En uit een iets recenter verleden: de Manuka Honing verwerkt in de huidplaten.

In 1994 besloot Welland Medical buiten de landsgrenzen te gaan. Nederland was het eerste exportland. Tegenwoordig heeft men overal ter wereld zelfstandig opererende distributeurs. Welland Nederland BV is hiervan nog steeds de grootste. Een prestatie van formaat waar we bijzonder trots op zijn. Uiteraard in het volledige besef dat dit zonder al onze trouwe klanten nooit tot stand gekomen was. Bescheidenheid en dankbaarheid blijven zich dan ook van ons meester maken. De toekomst van Welland zie ik met vertrouwen tegemoet. De Engelsen mogen als land dan misschien genoeg hebben van Europa, ze zijn zeker nog niet uitgekeken op ons. Zij zullen zich met passie blijven inzetten voor het verder uitbouwen van hun missie: wereldwijd de kwaliteit van leven voor mensen met een stoma verbeteren door het leveren van innovatieve producten. Voor ons een geruststellende, maar zeker ook uitdagende gedachte om zo'n strategisch partner aan je zijde te weten. Dat is al een vreugd op zich.

Geschreven door:

Michiel van Kerkhof

Directeur Welland Nederland BV

Lente in het land!

Weetjes

- **Wist je dat** mensen niet alleen gelukkiger, maar ook actiever worden in de lente. En dat zet ze weer aan tot de welbekende **voorjaarsschoonmaak**. Heb jij de stofzuiger, mop, dweil en stofdoek al uit de kast gehaald?

- **Wist je dat** het woord lente een **oude afleiding** van het woord lang is? Het heeft betrekking op het lengen van de dagen.

- **Wist je dat:** Keukenhof het **mooiste lentepark ter wereld** is? Ruim zeven miljoen tulpen, narcissen en hyacinten zorgen acht weken lang voor 32 hectare aan geur en kleur. Wanneer? Van 22 maart 2018 tot en met 13 mei 2018 is Keukenhof dagelijks geopend van 08.00 - 19.30 uur.

Gek op vogels?

Op de website van de Vogelbescherming kun je live in vogelnesten kijken. Vanaf 1 maart tot 1 juli kun je het allemaal meebeleven, van het allereerste ei tot het uitvliegen van de jongen. Beleef de Lente is te vinden op **www.vogelbescherming.nl/beleefdelente**.

RECEPT

Lentegroente: raapstelen

Raapstelen is een echte voorjaarsgroente en is van maart tot juni verkrijgbaar. Raapstelen is heerlijk om rauw te verwerken in een salade of stamppot, maar je kunt ze ook koken, stoven en roerbakken.

Ingrediënten voor twee personen
- 500 gram zoete aardappelen
- 200 gram raapstelen
- 200 gram wilde spinazie
- 4 plakken parmaham
- 2 teentjes knoflook
- een halve rode ui en
- 2 el Hüttenkäse

Bereiding

Verwarm de oven voor op 170 graden en bak de parmaham 10 minuten tot de plakken krokant zijn. Kook de aardappelen in 10 tot 15 minuten gaar en stamp ze vervolgens fijn tot puree. Snipper de ui en pers de knoflook. Bak samen met de spinazie in een koekenpan met wat olijfolie even aan tot de spinazie deels geslonken is. Schep de raapstelen samen met de spinazie door de zoete aardappelpuree. Breng eventueel op smaak met wat zout en peper en verdeel alles over twee borden. Garneer met de krokante ham en Hüttenkäse.

Eet smakelijk!

WEDSTRIJD

Maak kans op een lentepakket!

Het voorjaar nodigt altijd uit om eropuit te gaan. Maak een verfrissende wandeling bij de eerste stralen lentezon, neem de fiets voor een tocht door de bloeiende natuur of strijk neer op een terras. Wat doe jij graag? Maak van jouw **favoriete lenteactiviteit** een foto en stuur deze naar ons op. Onder alle inzendingen wordt een lentepakket verloot!

Foto's mogen gestuurd worden naar: info@welland.nl of antwoordnummer 2011 6666 ZX Heteren.

**Bij inzending geeft u toestemming voor het publiceren van uw foto in de volgende editie van het Perspectief.*

Introductie
Aurum® Profile

- Met Manuka Honing
- Inclusief geïntegreerde oogjes (voor het dragen van een gordel)
- Voorzien van een kijkvenster
- Sneldrogend en waterafstotend tissue
- Easy2peel™ tab

Veelzijdige probleemoplosser bij oneffenheden en parastomale hernia's

Stoma's die niet meteen aan het ideaalplaatje voldoen (bijvoorbeeld wanneer er sprake is van een parastomale hernia) vragen doorgaans om extra aandacht. Materiaal met een vlakke huidplaat sluit dan vaak onvoldoende aan, waarmee de kans op lekkage groot is. In zulke situaties wordt een ander soort product gevraagd: een product met een vormbare huidplaat. Die is namelijk in staat om zich te vormen naar de contouren van de huid. De huidplaat kan eenvoudig naar binnen worden gevormd voor gebruik bij elk type parastomale hernia. Door de vormbare huidplaat kan het gebruik van accessoires, als pasta of beschermringen, overbodig zijn. Door de toevoeging van Manuka Honing aan de huidplaat is deze ook nog eens heel huidvriendelijk. Manuka Honing heeft unieke eigenschappen: het is een natuurlijk product en kenmerkt zich door de antibacteriële werking en het ontstekingsremmend effect. Dit kan helpen bij het bevorderen van een gezonde huid rondom de stoma. Met maar liefst vijf verschillende formaten zakjes en vier uiteenlopende plateaumaten een zeer omvangrijke reeks Colo-, Ileo en Uroproducten. Kortom: voor iedere stomauitdaging een toepassing!

Meer informatie: www.welland.nl/aurum-profile

Casuïstiek
Aurum® Profile

Erik van den Houten (57 jaar) is een fervent hardloper en fietser. Hij heeft in 1987 ten gevolge van Colitis Ulcerosa een ileostoma gekregen. Erik heeft veel materialen geprobeerd en is vanwege de huidplaat op materiaal van Welland uitgekomen.

Erik gebruikte al langere tijd de Aurum ileo met vlakke huidplaat. Hierbij heeft hij geen lekkages gehad. Hij merkte echter wel dat er een klein randje ontlasting inwerkte op de huidplaat. Soms zien de stoma en huid er perfect uit en toch ontstaat dan deze klacht. Na overleg met de stomaverpleegkundige van Welland, is Erik de nieuwe Aurum Profile gaan gebruiken.

Hij merkte hierbij dat er geen ontlasting meer onder de huidplaat kwam. Het extra hydrocolloïd in deze flexibele en comfortabele bolling volgt de huid rondom de stoma beter dan de vlakke huidplaat.

Erik is dan ook de Aurum Profile naar tevredenheid blijven gebruiken.

De ileostoma van Erik.

Inwerking van ontlasting rondom de stoma opening bij een vlakke huidplaat.

De flexibele bolling van de Aurum Profile vertoont geen inwerking van ontlasting.

Wellform
Uitbreiding assortiment

NIEUW!
Pasta met alcohol

WELLFORM: NIEUW

- Vult oneffenheden op bij een stoma, wond of fistel
- Huidvriendelijk
- Kan onder de huidplaat worden aangebracht
- Stomapasta met alcohol zorgt voor een goede aansluiting van de huidplaat of het wondmateriaal
- Het is goed te modelleren en hardt goed uit waardoor de kans op lekkages wordt verminderd

Aan het woord
Rogier Oonk

Op 25 mei 2018 is de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) van toepassing. Vanaf deze datum komt de huidige Wet bescherming persoonsgegevens (Wbp) te vervallen. Dit betekent dat er één privacywet voor de hele Europese Unie komt. Rogier Oonk, Coördinator Verkoop Binnendienst, vertelt wat de nieuwe wet inhoudt en hoe Welland zich voorbereid om aan deze wet te voldoen.

Hoe vaak laat u persoonsgegevens achter?

Of het nu bij uw gemeente, werk, school of bijvoorbeeld de sportclub is, overal heeft u wel eens persoonsgegevens achtergelaten. In het digitale tijdperk is dit niet te voorkomen. Als u bijvoorbeeld iets bestelt via een internetwinkel, laat u uw gegevens achter zodat het pakketje bij u thuis kan worden afgeleverd. Privacygevoelige persoonsgegevens zijn er dus overal.

Ook Welland heeft te maken met het verwerken van persoonsgegevens bij, bijvoorbeeld, het versturen van een proefpakket of het verspreiden van ons magazine. Bovendien kan het Welland Service Team u van dienst zijn middels een huisbezoek. In deze gevallen hebben we daarom enkele gegevens van u nodig.

Achter de schermen hebben we bij Welland alle processen in kaart gebracht waarbij persoonsgegevens van belang zijn. Hierop wordt beleid gemaakt om de privacy te waarborgen en zo te voldoen aan de wet. Bovendien wordt de beveiliging van de systemen waar we mee werken constant actueel gehouden, zodat uw gegevens niet elders terecht kunnen komen.

Wat betekent dit voor u?

U heeft de regie over de wijze waarop Welland u mag informeren. Wilt u bijvoorbeeld het magazine Perspectief niet meer ontvangen of wilt u juist wel geïnformeerd worden dan kunt u altijd contact met ons opnemen. Bovendien heeft u het recht om inzicht te krijgen in uw gegevens en deze te laten wijzigen of verwijderen. Welland zal uw gegevens vanzelfsprekend vertrouwelijk verwerken en beschermen. Ook zal Welland duidelijk kenbaar maken voor welke doeleinden de vastgelegde gegevens gebruikt worden.

TIP!
Van een eindgebruiker van Welland

Cees Imthorn heeft sinds 2012 een urostoma: "Nadat ik een ernstige buikbreuk opliep, werd op advies van het Welland Service Team een breukband aangemeten. Het meest vervelende van een breukband en een spijkerbroek dragen is, dat als je bukt, de band omhoog kruipt en de broek juist naar beneden." Dit had als gevolg dat Cees jarenlang in een joggingbroek liep omdat deze wel bleef zitten. Toch wilde Cees graag weer een spijkerbroek kunnen dragen en kwam met een creatieve oplossing: drukknopen!

Zijn werkwijze:

- Plaats op een breukband vier drukknopen, twee op de rug kant en twee in de taille en teken af met een (school)krijtje (zie foto 1);
- Prik vervolgens met bijvoorbeeld een priem vier gaten en bevestig de drukknopen (zie foto 2);
- Trek vervolgens de spijkerbroek aan en teken met een (school)krijtje een puntje op de band van de broek, waar de drukknop van de breukband zit (zie foto 3);
- Trek de spijkerbroek weer uit en prik vervolgens op de witte puntjes de gaten en plaats de drukknopen;
- Het klusje is geklaard, broek en band laten zich eenvoudig koppelen en ontkoppelen (zie foto 4 en 5).

Cees kwam erachter dat het kraantje van zijn stomazakje regelmatig onder zijn kleding uitkwam. Dit lost hij nu op door hem door een riemlus van de broek te steken. En doordat het stomazakje altijd "los" voor de broek bungelt heeft Cees vrijwel nooit lekkages. En door een lang shirt te dragen blijft het uit het zicht: "Inmiddels heb ik op al mijn breukbanden en broeken drukknopen en ben ik zeer tevreden."

Foto 1

Foto 2

Foto 3

Foto 4

Foto 5

HAPPY ANNIVERSARY

WELLAND MEDICAL LTD

WE CONGRATULATE
WELLAND MEDICAL ON
THEIR 30TH ANNIVERSARY

Interview

Stomadrager Lynda van den Broek

Lynda (48 jaar) en Bob (60 jaar) wonen samen in het Noord-Hollandse Twisk. In 2015 werd bij Lynda een ileostoma aangelegd na jaren van ziekte door Endometriose. Bob heeft door een auto-ongeluk een partiële dwarslaesie. Hoe gaan zij als partners met elkaars ziekte en handicap om?

Onder het genot van een kopje koffie komt het gesprek direct op gang: "Ik was ziek toen ik Bob leerde kennen en al snel kwam ter sprake dat er bij mij een stoma zou worden aangelegd." Bob had zelf nog niet eerder een stoma gezien, maar hij kijkt er heel nuchter tegenaan: "We nemen elkaar zoals we zijn." Op de vraag hoe ze elkaar hebben leren kennen, kijken ze elkaar lachend aan: "Ik kwam Bob tegen op zijn werk waar hij werkzaam is als ergotherapeut."

In 2005 is bij Lynda een tijdelijk ileostoma aangelegd, maar na jaren van pijn werd in 2015 definitief de stoma aangelegd. Een dag na de operatie werd Lynda ontzettend ziek. Twee weken ging het erg slecht met haar gezondheid. Beetje bij beetje knapte Lynda op en zorgde zij zelf voor haar stoma: "Dit hoort nu bij mij, door mijn stoma kan ik weer leven."

Net toen het met Lynda beter ging, werd Bob ziek. Zonder te twijfelen nam Lynda in 2016 de zorg over haar man, ondanks dat ze zelf nog niet volledig hersteld was: "Ik vond het mooi maar ook heel zwaar om voor Bob te zorgen. Ik had vooral veel last van vermoeidheid, maar met de stoma zelf heb ik geen moeite gehad." Na een operatie heeft Bob twee weken in het ziekenhuis gelegen en knappen ze na een moeilijke periode beiden geleidelijk op: "We hebben dit samen gedaan." In een korte tijd hebben ze elkaar in zeer kwetsbare en moeilijke situaties meegemaakt en zijn er sterk uitgekomen. Dit bekronen ze door elkaar in 2017 het ja-woord te geven.

Ze zijn blij dat ze samen nu gezond zijn en een lekker leven kunnen leiden. Lynda heeft eigenlijk nooit last en vergeet haar stoma zelfs: "Ik neem nooit extra materiaal mee als we bijvoorbeeld op vakantie gaan naar Frankrijk." Naast dat ze samen graag op vakantie gaan delen ze nog meer passies.

Bob is naast zijn werk fervent fotograaf en heeft een grote liefde voor de natuur, vogels en landschappen. Hij gaat er graag opuit met Lynda en zij bezoeken dan ook regelmatig het prachtige IJsselmeer dat bij hen om de hoek ligt.

Lynda is ook zeer actief en is iedere dag met heel veel dingen bezig: "Ik vind van alles leuk; wandelen, zingen in een koor en het sparen van drollies." Haar grootste hobby is toch wel het maken van katoenen hoesjes voor stomazakjes. Op haar besloten Facebook-pagina Stomatique 2.0 deelt ze haar creaties en kunnen mensen hoesjes bestellen: "Ik vraag niets voor mijn stomahoesjes, maar wil je mij graag steunen dan waardeer ik een donatie aan de Endometriose Stichting omdat er nog veel onderzoek nodig is voor onze aandoening."

Op haar "werkkamer" ziet het een en al kleur van de stoffen. Ook staat er, op het eerste oog, een gedateerde naaimachine op tafel: "Ik heb deze naaimachine 26 jaar geleden tweedehands gekocht en ik wil 'm nooit meer kwijt." Zelf heeft ze zo'n 300 à 400 stomahoesjes: "Voor elke dag een ander hoesje." Naast het naaien van de stomahoesjes blogt ze ook met regelmaat op haar pagina. Ze wil haar leden enthousiasmeren door haar positieve instelling. Dat houdt niet in dat ze blind is voor de nare dingen rondom de ziekte: "Ik weet dat het lang niet altijd makkelijk is, maar ik wil graag laten zien dat je je niet hoeft te schamen voor je stoma." Om er zeker van te zijn dat haar teksten de goede tone-of-voice hebben en geen spelfouten bevatten, kijkt Bob altijd met haar mee.

"Heb je weer iets besteld," vraagt Bob als er een bezorger met een pakketje aanbelt. Het blijkt een bos bloemen te zijn met een bedankkaartje van een van haar leden: "Dit maakt het zo mooi en waardevol om door te gaan met het maken van stomahoesjes. Bij iedere bestelling stop ik een persoonlijke boodschap, dat vind ik belangrijk." Lynda krijgt veel waardering voor wat ze doet en bouwt ook mooie vriendschappen op.

Als Bob zich klaarmaakt om te gaan werken en ze elkaar liefdevol uitzwaaien, mogen we concluderen dat dit echtpaar een prachtig voorbeeld is van hoe je elkaar kunt versterken en er samen iets moois van kunt maken.

> *Dit hoort nu bij mij, door mijn stoma kan ik weer leven.*

Welland puzzel

Doe mee en maak kans op een VVV cadeaubon t.w.v. € 30,-.

E	K	L	E	U	R	E	N	A	E	B	L	O	E	S	E	M
W	I	G	N	N	P	L	U	T	U	I	L	V	R	U	N	K
M	E	T	N	E	L	P	M	D	R	R	O	O	O	F	E	I
L	V	I	N	K	R	R	I	D	A	O	R	N	E	S	T	R
L	I	R	P	A	A	E	R	L	R	U	L	O	D	I	S	E
E	T	E	D	W	K	E	I	J	E	E	W	N	O	V	U	W
T	S	V	E	K	K	A	A	M	N	O	O	H	C	S	R	U
C	E	A	E	K	L	A	V	T	Z	V	S	P	U	R	J	E
E	I	L	I	I	R	G	E	S	A	Z	J	D	I	E	G	E
S	E	K	E	S	P	K	I	E	R	W	A	R	M	D	T	L
N	M	R	B	O	L	O	T	T	B	A	L	E	E	N	H	M
I	N	U	J	O	E	N	Z	K	S	L	A	M	I	I	C	E
O	I	P	K	R	E	W	R	G	E	U	R	J	E	L	I	R
L	E	J	T	L	O	O	I	V	O	W	R	S	R	V	L	E
L	E	N	T	E	K	R	I	E	B	E	L	S	E	O	N	L
N	E	P	L	U	T	G	E	Z	O	N	D	S	N	E	O	S
N	E	S	S	I	C	R	A	N	V	O	G	E	L	R	Z	V

Vul de oplossing in op de bijbehorende antwoordkaart en stuur deze kosteloos naar ons op. Onder alle deelnemers met het juiste antwoord worden drie cadeaubonnen verloot. In de volgende editie van het Welland Perspectief worden de prijswinnaars bekendgemaakt. U kunt uw oplossing inzenden tot en met 31 augustus 2018.

Winnaars puzzel

Editie 2 | 2017

- Mevr. M. Muilman (Delft)
- Dhr. P. Floor (Katwijk)
- Dhr. R. van der Heijde (Rosmalen)

OPLOSSING:

In elk woord zitten minstens twee letters die maar op één manier weg te strepen zijn. Als alle hieronder opgegeven woorden in het diagram zijn weggestreept, blijft er een aantal letters over. Lees deze letters regel voor regel van boven naar beneden, zo vindt u de oplossing. Veel puzzelplezier!

April
Bloei
Bloesem
Dauw
Egel
Eieren
Geur
Gezond
Insect
Juni
Kievitsei
Kikkerdril
Klaver
Kleuren
Krokus
Kwaken
Leeuwerik
Lente
Lenteavond
Lenteklokje
Lentekriebels
Merels
Mei
Mieren
Narcissen
Nest
Roos
Roosje
Rups
Rusten
Rustig
Schoonmaak
Tulp
Tulpen
Viooltje
Vlinders
Vogel
Voorjaarsbui
Voorjaarsvakantie
Warmte
Warm
Wei
Zonlicht
Zwaluwen
Zwoel

**Bij inzending geeft u toestemming voor het publiceren van uw naam en woonplaats in de volgende editie van het Perspectief*

Vraag & antwoord
Welland Service Team

"Kan ik sporten/bewegen met een stoma?"
In de meeste gevallen kunt u zeker sporten/bewegen met een stoma. Het is wel verstandig om uzelf in acht te nemen gedurende de eerste 3 maanden. Binnen deze periode neemt uw stoma zijn uiteindelijke vorm aan. Begin rustig en ervaar wat u prettig vindt. Uiteraard zijn er sporten die niet wenselijk zijn, denk aan intensieve krachtsporten (worstelen, rugby, karate), gewichtheffen en andere sporten waarbij er sprake is van behoorlijke druk op uw stoma en/of buikspieren. Duursporten als joggen of hardlopen vragen enige aanpassing bij met name een ileostoma of een urinestoma. Let erop dat u voldoende en regelmatig drinkt. Ook kunt u iets meer zout tot u nemen voorafgaande aan het duursporten. Een goede tip is om absorberende korrels te gebruiken waardoor dunne ontlasting in stomazakjes zeer snel indikt. Voor sommige sporten kan het prettig en zelfs wenselijk zijn om bepaalde hulpmiddelen te gaan gebruiken. Te denken valt hierbij aan een stomacap of een stomasteunband. Wellform Medical heeft een uitgebreid assortiment stomasteunbanden. Deze kunnen worden ingezet indien er sprake is van een parastomale hernia maar ook om het risico hierop te minimaliseren. Overleg altijd met uw arts of stomaverpleegkundige. Kijk ook eens op de website van de Stomavereniging (www.stomavereniging.nl). Hier kunt u naast adviezen met betrekking tot bewegen en sporten ook gerichte informatie vinden over het versterken van uw buikspieren.

"Sinds november 2017 heb ik een permanent stoma op mijn dunne darm. Voor de operatie ben ik erg ziek geweest en ook na de operatie had ik lange tijd nodig om hier van te herstellen. De eerste maanden had ik bovendien last van huidproblemen door lekkages. Hier werd ik behoorlijk onzeker van, waardoor ik ook niet vaak van huis durfde te gaan. Inmiddels ben ik behoorlijk opgeknapt en ben ik ook weer wat in gewicht aangekomen. Voorheen was ik gewend om regelmatig lange wandelingen te maken en vooral te zwemmen. Ik zou dit graag weer gaan doen, maar weet niet precies waar ik op moet letten."
Goed te horen dat u zich na een vervelende periode weer wat beter begint te voelen. Het is ook verstandig om weer wat te gaan bewegen. Beweging heeft een positief effect op uw gezondheid. Ook met een stoma kunt u prima uw gebruikelijke manier van bewegen of sporten weer gaan oppakken. Wel is het verstandig om met een aantal zaken rekening te houden. U vertelde dat u regelmatig lange wandelingen maakte. Het is prima om weer te beginnen met wandelen, maar wel zo verstandig om de afstanden rustig op te bouwen. Zorg dat u voldoende en regelmatig drinkt en eventueel wat eten en drinken meeneemt. Op deze wijze houdt u uw vocht- en zoutinname op peil. Wandel met name in het begin bij voorkeur samen met anderen en kijk hoe het u bevalt. Ook kunt u overwegen om weer te gaan zwemmen. In het begin kan dit best wat onwennig voor u zijn, maar veel mensen met een stoma zwemmen regelmatig. In een zwembad zijn meestal individuele kleedhokjes en in sommige gevallen biedt speciale kleding uitkomst. Wellicht voldoet een badpak voor u prima. Sommige stomadragers zijn beducht op het loslaten van het stomamateriaal. Dit kunt u bijvoorbeeld met een product als de UltraFrame voorkomen. De UltraFrame is een ultradunne, transparante film waarmee u uw huidplaat extra kunt fixeren. Het is een goed alternatief voor de bekende hydrocolloïde halve maantjes. UltraFrame is zeer discreet te dragen, ademend en zeer huidvriendelijk. Bovendien is het eenvoudig aan te brengen en te verwijderen en geheel waterbestendig. Dit biedt u optimale veiligheid.

"Ik ben een man van 83 jaar en heb sinds 1 jaar een colostoma. Ik gebruik een 2-delig systeem en kan mij hiermee prima redden. Mijn grote hobby is mijn volkstuin. Hier was ik ook weer snel te vinden na mijn operatie. Helaas kreeg ik last van een bult op mijn buik. De huisarts sprak van een breuk en waarschuwde mij voorzichtig te zijn met mijn werkzaamheden in de tuin. Moet ik nu stoppen met mijn hobby? Ik voel mij verder goed en haal hier nog zoveel plezier uit."
Waarschijnlijk bedoelt uw huisarts met een breuk een parastomale hernia. Deze hernia kan zich ontwikkelen bij een verzwakte buikwand en is een bekende complicatie bij mensen met een stoma. Ik adviseer u om een afspraak te maken bij uw stomaverpleegkundige. Deze kan de hernia beoordelen en u een stomasteunband adviseren. Deze steunband geeft de buik stevigheid en kan een uitbreiding van uw breuk of zelfs nieuwe stomabreuken, zoals een parastomale hernia ook wel wordt genoemd, voorkomen. Met een stomasteunband kan het goed mogelijk zijn dat u uw hobby kunt voortzetten. Het is goed dat u actief blijft en als u zoveel voldoening uit uw hobby haalt, zou het jammer zijn als u deze niet meer kunt uitoefenen.

Heeft u vragen over een bepaald product? Heeft u huidproblemen? Bent u op zoek naar een oplossing voor een probleem? Neem dan contact met ons op, wij helpen u graag.

info@welland.nl
088 - 6670066

Welland

1-delig
Aurum® Profile

NIEUW!

Aurum Profile met Manuka Honing

Veelzijdige probleemoplosser bij oneffenheden en parastomale hernia's

- Vormbare huidplaat (bij parastomale hernia's)
- Met Manuka Honing
- Easy2peel™ tab voor eenvoudig verwijderen van de huidplaat
- Voorzien van een kijkvenster

Wenst u graag meer informatie over Aurum Profile of andere producten van Welland?

Kijk dan op www.welland.nl of neem telefonisch contact op via 088 6670066

Distributeur: Welland Nederland BV • Muskushouwsestraat 33 • 6666 MA Heteren
T + 31 (0)88 6670066 • E info@welland.nl • I www.welland.nl