Stomik je člověk, kterému byl ze závažných zdravotních důvodů vytvořen vývod ze střev nebo močovách cest. Díky kvalitním a dostupným pomůckám se může se vrátit k aktivitám, které má rad, chodit do společnosti, sportovat, plavat cestovat. O stomicích koluje spousta mýtů, ty bychom chtěli přednáškou 100 x o 100micích vyvrátit.

Stomici dobře vědí, že zdraví není samozřejmostí. Mají za sebou život ohrožující nemoc. Naučili se ale se stomií žít, naučili se to i jejich nejbližší. Někdy to není cesta jednoduchá. Navzdory nejlepší lékařské péči často stomiky trápí myšlenky na nemoc a omezení s ní související. Trápí je důsledky nemoci pro ně samé a pro jejich rodinu. V této situaci nabízejí pomoc pacientské organizace. Zdravotní profesionální péče nemůže pacientskou organizaci nahradit, protože jen stomik opravdu rozumí druhému stomikovi. Také proto se stomici sdružují, vyměňují si zkušenosti, vzájemně se podporují, a to nejen na regionální, ale i na mezinárodní úrovni.

Naše heslo:

LÉPÉ O NÁS VĚDĚT A NEPOTŘEBOVAT, NEŽ NEVĚDĚT POTŘEBOVAT.

Stomici i jejich blízcí najdou empatické proškolené dobrovolníky z řad zkušených stomiků ve všech 20 regionálních spolcích, kontakt na www.ilco.cz a na bezplatných linkách všech distributorů stomických pomůcek.

Informační centrum pro stomiky a lidi s onemocněním střev bylo zřízeno v roce 2011 v Praze. navštívit nás můžete po předchozí dohodě e-mail ceske.ilco@centrum.cz nebo tel.: 601 324 100 nebo 777 431 953. Kdo do centra chodí: stomici jejich blízcí, studenti zdravotních škol i sestřičky. Potěšila nás reakce jedné naší klietky

Dobrý den milé České ILCO,
chtěla bych Vám poděkovat za to, že jste a pomáháte lidem, kteří se ocitnou tak jako já v situaci, se kterou si nevědí rady.
Na plánovanou gynekologickou operaci jsem šla s tím, že jde o banální zákrok a vůbec jsem nepomyslela na to, že mne mohou potkat nějaké komplikace. Aby mne lékaři zachránili, museli mi udělat dočasný vývod tlustého střeva. Byla jsem zoufalá. Na internetu jsem objevila pacientskou organizaci České ILCO a navštívila jsem Informační centrum pro stomiky.
Najednou jsem zjistila, že nejsem sama, kdo v této situaci je. Že jsou lidé, milí a ochotní mi předat svoje zkušenosti a rady, které jsem se jinde nedozvěděla. Věci z běžného, denního života. A za to jim patří můj obrovský dík. Klára M. (45 let)

Pán přes 80 let, kontaktoval dobrovolníky ILCO brzo po operaci, dva měsíce intentivně sbíral zkušenosti a doporučení chodil do Informačního centra. Na vše se vyptal, vyzkoušel. Manželku nechtěl zatěžovat, byla dost nemocná. Po dvou měsících ze zněho stal zcela spokojený stomik.

Reakce 50 leté stomičky

Chtěla jsem Vám **nesmírně poděkovat za psychickou podporu** na začátku léčby a za cenné rady ohledně ošetřování stomie. Jsem velice ráda, že nás osud svedl dohromady pro mne v tak těžké době.

Takové reakce jsou odměnou za naši dobrovolnou práci ve prospěch stomiků a jejich blízkých

NAŠE PROJEKTY:
- Školení pro dobrovolníky z řad zkušemách atomiků
- Stomie nesmí být TABU - informační kampaň pro laickou i odbormou veřejnost
- Soutěže Básnické střevo, fotosoutěž Lavička - informace ana webu ILCO
- Mezinárodní spolupráce - výměna zkušeností
- Cvičení pro stomiky JAK PŘEDCHÁZET KÝLE PO OPERACI BŘICHA se stažení na webu ILCO
- Cykloakce Překonej své hranice, devitidenní přejezd republiky s 9 zastávkami a besedani se stomiky a mezinárodním týmem cyklistů, akce je pořádána k 9. světovému dni stomiků ve dnech od 1.-9. června 2018
- Mezinárodní sportovní hry 8.- 10. června 2018 v Novém Jičíně
- Mezinárosní konference k 25. letům činnosti Českého ILCO 12.-14. října 2018

AŤ ŽIJÍ STOMICI (název knihy příběhů stomiků)

AKTIVNĚ HÁJÍME PRÁVA STOMIKŮ A ZMÍRŇUJEME JEJICH OBAVY
ZE ŽIVOTA SE STOMIÍ

České ILCO, z. s. je pacientské sdružení stomiků. „ILCO“ znamená zkratku latinských slov ILeum = část tenkého střevo, COlon = tlusté střevo. Stomik je zdravotně postižená osoba, které byl ze závažných zdravotních důvodů vytvořen vývod ze střev nebo močovodu na stěnu břišní. České ILCO bylo zaregistrováno 2. prosince 1992 jako samostatný právní subjekt s humanitárním zaměřením. Kancelář a sídlo má na adrese Polská 1664/15, 120 00 Praha 2, IČ 44994788.

České ILCO, z. s. zastřešuje regionální spolky stomiků v ČR a zastupuje jejich zájmy v mezinárodních organizacích (České ILCO je od roku 1993 členem Světové organizace stomiků IOA a Evropské organizace stomiků EOA), spolupracuje se zákonodárci na tvorbě legislativy, jedná se státními orgány, pojišťovnami, zdravotníky, výrobci stomických pomůcek a dalšími organizacemi. koordinuje práci regionálních spolků stomiků. Smyslem práce Českého ILCO je pomoci řešit problémy zdravotní, sociální a psychické, které jsou spojeny s návratem stomika do normálního života.

Ve vedení Českého ILCO pracují stomici, lidé stejně postižení, kteří již život se stomií zvládli a mají dostatek informací a zkušeností, které mohou předávat dál. České ILCO připravuje a školí dobrovolníky, pořádá přednášky a besedy, účastní se odborných konferencí a akcí, které se zabývají těmito tématy. Zdůrazňuje také význam prevence, vyzývá k preventivním prohlídkám a snaží se častou medializací odtabuizovat téma stomie a stomiků.

Stomici dobře vědí, že zdraví není samozřejmostí. Mají za sebou život ohrožující nemoc. Naučili se ale se stomií žít, naučili se to i jejich nejbližší. Někdy to není cesta jednoduchá. Navzdory nejlepší lékařské péči často stomiky trápí myšlenky na nemoc

a omezení s ní související. Trápí je důsledky nemoci pro ně samé a pro jejich rodinu. V této situaci nabízejí pomoc pacientské organizace. Zdravotní profesionální péče nemůže pacientskou organizaci nahradit, protože jen stomik opravdu rozumí druhému stomikovi. Také proto se stomici sdružují, vyměňují si zkušenosti, vzájemně se podporují, a to nejen na regionální, ale i na mezinárodní úrovni.

Naše heslo:

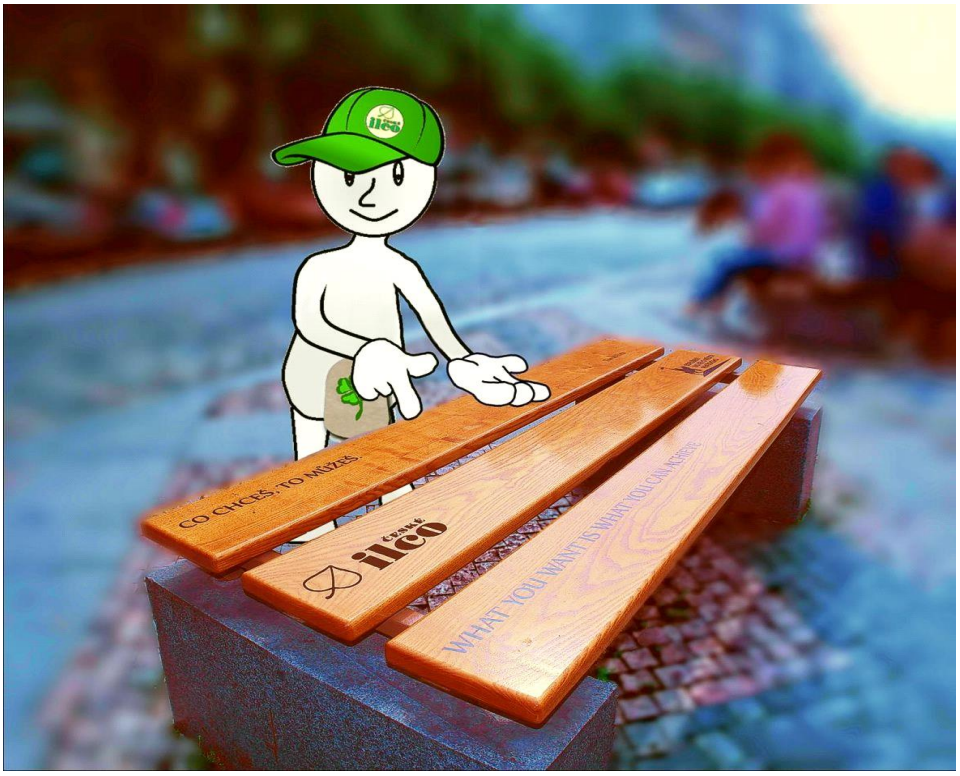
LÉPÉ O NÁS VĚDĚT A NEPOTŘEBOVAT, NEŽ NEVĚDĚT A POTŘEBOVAT.

Od jara 2016 máme nového pomocníka S.Tomíka, který se stal maskotem Českého ILCO. Má pod čepicí spoustu dobrých nápadů, o nichž se zmiňujeme dále v této zprávě.

MASKOT ČESKÝCH STOMIKŮ S.TOMÍK

Léta přemýšlíme, jak zajímavě a vtipně informovat o životě se stomií. Střeva a střevní obsah je téma, které spíše odrazuje a raději se o něm nemluví. Přitom objektivní a včasné informace jsou v každé životní situaci nesmírně důležité.

Stomie, tj. vývod, stále vzbuzuje více obav než je nutné. Málokdo (kromě stomiků) tuší, co vše musí nový pacient se stomií zvládnout. Je dost nesnadné informovat laickou veřejnost o tom, jak se skutečně se stomií žije. Pokud se to člověka netýká, většinou neposlouchá nebo nechce slyšet. Jedním z úkolů Českého ILCO je informovat o životě se stomií.



Lavička na Václavském náměstí adoptovaná Českým ILCO.

S.Tomík vyhlásil fotosoutěž o zajímavé foto na lavičce, kterou má České ILCO pronajatou na Václavském náměstí. Podrobnější informace naleznete ve Zpravodaji ILCO nebo na www.ilco.cz

Stomici ze spolku ILCO Novojičínska u lavičky.

S.Tomík má také básnické střevo a žádá vás, abyste ukázali to Vaše. Pokud jej máte, přihlaste se do soutěže. Básničku s tématikou života se stomií pošlete na e-mail: basnickestrevo@gmail.com nebo na adresu České ILCO, Polská 15, Praha 2. Dodané příspěvky budou vyhodnocovány každoročně.

Víte proč se říká básnické střevo?

"Střevo nejlépe ze všech orgánů vystihuje podstatu, že člověk je plný názorů, pocitů, emocí, které se snaží zpracovat ve slova. Slova se formují do myšlenek, vět, ty potom z něj vycházejí v podobě básně."

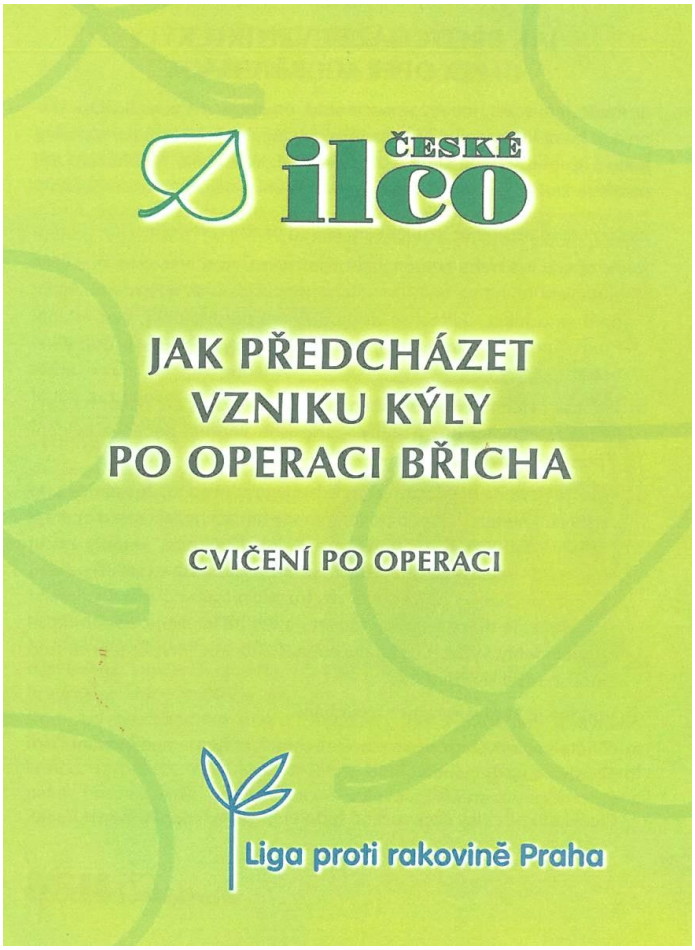
Kontakt:

E-mail: ceske.ilco@centrum.cz

Tel.: 601 324 100 (centrum), 777 431 953 (předsedkyně)

Foto z návštěvy ILCO Novojičínska v Informačním centru

CVIČENÍ PRO ZPEVNĚNÍ BŘIŠNÍ STĚNY A PÁNEVNÍHO DNA

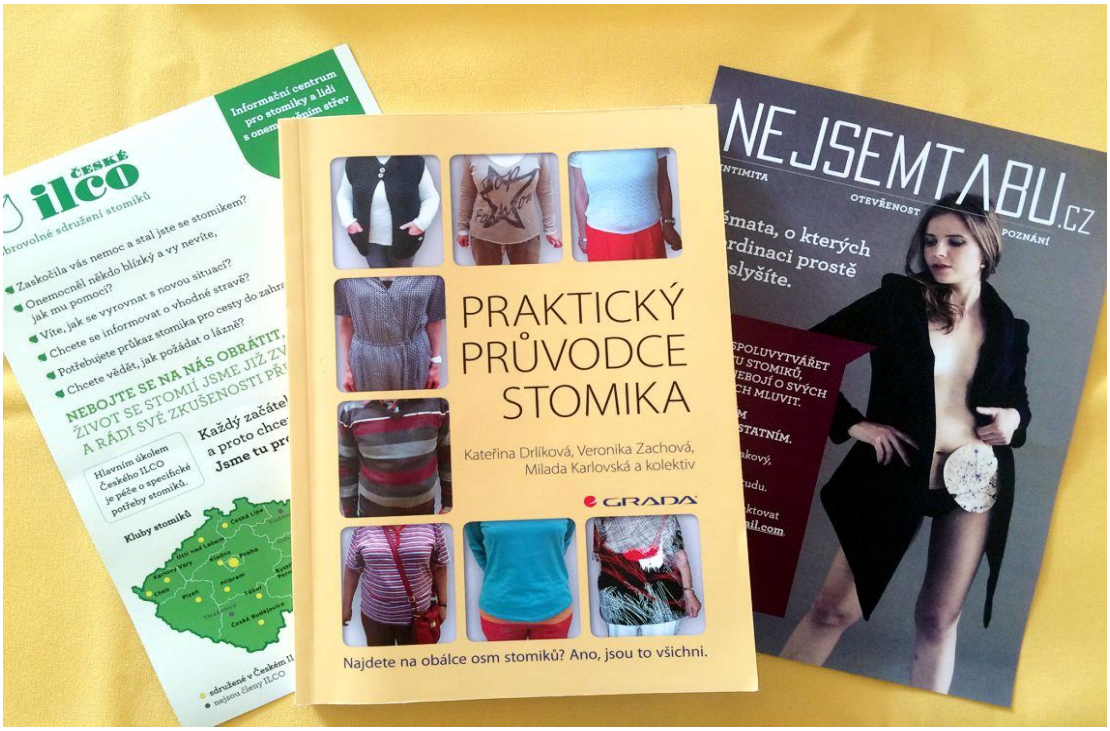


Ve spolupráci s lékařem z Rady lékařů při Českém ILCO panem MUDr. Karlem Tyrpeklem, fyzioterapeutkou paní Mgr. Andreou Tyrpeklovou a za finanční pomoci Ligy proti rakovině vznikla v říjnu 2015 brožura “Jak předcházet vzniku kýly po operaci břicha”. Náklad 5000 výtisků z podzimu 2015 byl rozebrán již v únoru 2016. Českému ILCO se podařilo vydat v roce 2016 a v roce 2017 15 000 výtisků za finanční podpory Ligy proti rakovině Praha a grantu Vládního výboru pro zdravotně postižené. K dispozici bylo koncem roku 2017 ještě 4000 výtisků

Brožuru nabízíme praktickým lékařům, v nemocnicích i stomikům, kteří se obrátí na dobrovolníky ILCO. K dispozici je ve všech spolcích stomiků a u Ligy proti rakovině Praha.

MEDIÁLNÍ A PUBLIKAČNÍ ČINNOST

Publikace



V září 2016 vyšla kniha "**Praktický rádce stomika**", autorky Drlíková, Zachová, Karlovská. Kapitolu o spolcích stomiků a dobrovolnících ILCO u nás i ve světě napsala Marie Ředinová, předsedkyně Českého ILCO, z. s.

NÁVŠTĚVA NEMOCNIC - ROZŠÍŘENÍ SPOLUPRÁCE

Spolupráce mezi Českým ILCO a Všeobecnou fakultní nemocnicí v Praze 2 funguje dobře jako pilotní projekt. S výsledky je spokojeno nejen vedení nemocnice, ale máme i velmi pozitivní ohlasy od pacientů.

Od 1. 1. 2017 je realizován stejný projekt ve FN Ostrava. Konzultace s pacienty realizují tři proškolení dobrovolníci Slezského klubu stomiků Ostrava, z.s..

MEDIÁLNÍ PREZENTACE ČESKÉHO ILCO

NAŠÍM CÍLEM JE O STOMIÍCH A STOMICH INFORMOVAT LAICKOU I ODBORNOU VEŘEJNOST

Spolupravujeme i se zahraničím

ČESKÉ ILCO V ZAHRANIČNÍCH MEDIICH

- Marie Ředinová hovořila v pořadu, který slovenská televize točila k 25. výročí SLOVILCO. Vysílala STV2 dne 5.12.2016
- /%%/%%/%%/%http://www.rtvs.sk/televizia/archiv/10222/112542

- Prezidentce EOA jsme zaslali zprávu o činnosti Českého ILCO v roce 2016.

SEMINÁŘ S MEZINÁRODNÍ ÚČASTÍ - TROJSETKÁNÍ STOMIKŮ NA HRANICI

Cílem mezinárodních setkání je:

- Prohloubení vzájemného poznání a spolupráce mezi organizacemi stomiků v České Republice (České ILCO), Slovensku (SLOVILCO) a v Polsku (POL-ILCO).
- Výměna zkušeností ze života se stomií (vývodem) a srovnání rozsahu sociálního a zdravotního zabezpečení stomiků v zúčastněných zemích.
- Poznání historie a tradic zejména příhraničních regionů.
- Psychická podpora stomiků, povzbuzení, odreagování od každodenních starostí.

Vítězové hry Stomiku, nedej se – poznávej se!

PRVNÍ MEZINÁRODNÍ SPORTOVNÍ HRY STOMIKŮ NA HRANICI

REGIONÁLNÍ SPOLKY A JEJICH ČINNOST

V rámci Českého ILCO pracuje v ČR 20 regionálních spolků stomiků, které mají svoji právní subjektivitu. V dubnu 2016 byl za člena Českého ILCO přijat Svaz stomiků plzeňského kraje, z.s.. Dle Stanov Českého ILCO (viz příloha) se členem ILCO stane spolek na základě demokratického rozhodnutí svých členů. Členské spolky vysílají své zástupce s právem volebním na valnou hromadu Českého ILCO a každý člen spolku stomiků, který je sdružen v ILCO, má právo zúčastnit se činnosti ILCO a podílet se na výhodách, které tato organizace může členům poskytnout. Celkem je v regionálních sdruženích evidováno asi 800 osob. Kromě těchto ILCO spolků se České ILCO snaží spolupracovat i s šesti skupinami stomiků, které pracují samostatně při nemocnicích nebo sdruženích zdravotně postižených.

Spolky splnily všechny naplánované úkoly. Polovina z nich doplnila zákonem předepsané povinnosti pro zapsané spolky až letos. Měnily stanovy a dokládaly na krajské soudy předepsané doklady.

Velmi aktivní byly ve svých činnostech (výlety, rekondice, společenské akce) především spolky z Brna, Prahy, Nového Jičína, Příbrami, Ostravy, Opavy, Tábora, Zlína. Více se o jednotlivých aktivitách konkrétních spolků můžete dozvědět na www.ilco.cz nebo na webových stránkách jednotlivých spolků a ve Zpravodaji ILCO.

Roste počet spolků, které se zapojují do každoroční květnové sbírky Ligy proti rakovině pod názvem Český den proti rakovině. V ulicích svých měst prodávají žluté kvítky měsíčku lékařského, čímž podpoří projekty LPR na prevenci rakoviny, letoští rok věnovala LPR Praha propagaci prevence rakoviny tlustého střeva, dobrovolníci ILCO budou na všech místech putovní výstavy LPR. Doporučuji v září výstavu navštívit, je velice vtipná a každý získá dárek.

Kluby vydávají pro své členy zpravodaje či informační letáky, kde informují o své činnosti, nových zákonných úpravách v oblasti péče o stomiky a novinkách v sortimentu stomických pomůcek.

FACEBOOK A WEBOVÉ STRÁNKY ČESKÉHO ILCO

Informace o stomicích a jejich organizacích, pomůckách pro stomiky najdete na www.ilco.cz.

Facebook Českého ILCO www.facebook.com/ceskeilco/, informuje o akcích klubů Českého ILCO, konferencích a zároveň přinášíme další zajímavé informace.

1. Stomici, soutěž v hodu šipkami. Na fotografii je zachycen reprezentant Maďarska - ILCO Hungary.

2. Stomici hrají stolní tenis. Reprezentanti Polska POL-ILKO.

Stomici pracují, sportují, ze života se radují (pokud to jejich zdravotní stav dovolí – asi 1/3 lidí s vývodem má větší problémy, ale i ty se dají řešit)

3. Kolektivní společenská hra v maxi rozměrech „Stomiku, přidej se!“. Hra je podobná hře Člověče nezlob se, ale její pravidla jsou upravena. Figurky se nevyhazují, stomici si přece navzájem pomáhají.

Zasedání se zúčastnili zástupci 12 spolků.

Na zasedání Českého ILCO se sejdou zástupci 20 spolků stomiků v ČR.