



Associazione Stomizzati Toscana

c/o: ISPRO - via Cosimo il Vecchio, 9
50139 – Firenze – 055 32 69 78 04



www.astos.it

info@astos.it

338 766 49 51

NOTIZIARIO 4 / 2021

18 DICEMBRE : APPUNTAMENTO CON L'ASSOCIAZIONE

Siamo arrivati all'appuntamento annuale di dicembre. La soluzione ottimale di organizzare una gita in Firenze e poi un pranzo insieme in una trattoria tipica fiorentina non ci sembra percorribile proprio per le limitazioni del Covid che non ci renderebbero facile trovare una sala per pranzare che rispetti le doverose distanze. Ancora non ci sono divieti o ristrettezze di circolazione ma i contagi aumentano giornalmente e non possiamo che preoccuparci.

Per questo abbiamo voluto confermare comunque l'incontro in presenza ma ci siamo orientati su una soluzione che garantisca che il nostro incontro avvenisse in sicurezza e con il distanziamento necessario.

Così abbiamo riconfermato la scelta della sala presso il Fuligno, perché ampia e spaziosa adiacente a un bellissimo chiostro dove consumare il nostro rinfresco

La mattina una tavola rotonda sulle conseguenze del Covid su tutte le problematiche inerenti la stomia: accesso agli ambulatori, interventi chirurgici, liste di attesa ecc. e sulle difficoltà che abbiamo incontrato.

Un'occasione per rifare il punto di quanto successo quest'anno. Nonostante le difficoltà e i divieti di riunione e incontri siamo riusciti a far partire la campagna pilota "muoversi in libertà e sicurezza". Sono già partite le prime centinaia di lettere con richiesta di aderire a tutte le strutture sanitarie, entro poco a Comuni e

Enti pubblici. Poi di mese in mese si allargherà anche a enti e soggetti privati. Gli effetti negativi della gara per il rifornimento dei dispositivi che hanno imposto sofferenze e gravissimi disagi a svariate persone con stomia, finalmente stanno cessando e si viene affermando una applicazione più rispettosa dei diritti e delle esigenze delle persone con stomia. Non si può e non si deve abbassare la guardia: invitiamo tutti i soci e le persone con stomia, o loro familiari, a segnalarci le difficoltà nel rinnovo del piano terapeutico. Proveremo insieme a superare le difficoltà. Il programma dettagliato di sabato 18 dicembre sarà consultabile nei prossimi giorni sul sito www.astos.it. Sarà anche l'occasione per avviare la campagna tesseramento 2022. Vi aspettiamo.
Il presidente, Monica Sgherri

SABATO 18 DICEMBRE

**IPAAB IUL FULIGNO .
FIRENZE - VIA FAENZA 48**

ORE 10,00 15,00

ASSEMBLEA ASTOS

PARLIAMO DI
COVID, AMBULATORI,
PIANI TERAPEUTICI E PROGRAMMA
DI INIZIATIVE ANNO 2022

BUFFET

PILLOLE DI ESPERIENZE:

MI PRENDO CURA

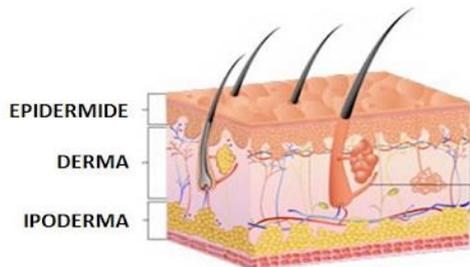
DELLA MIA PELLE

Mi chiamo Vita e sono un'infermiera stomaterapista ormai in pensione, ma non dimentico la mia esperienza lavorativa e quanto mi ha arricchita. Così sono entrata a far parte attiva dell'A.S.TOS. e spero di riuscire a essere di sostegno attraverso questa attività.

Vorrei iniziare una serie di incontri pubblicando queste "pillole" di esperienza e affrontando un argomento per volta riguardo alle molte domande che probabilmente ognuno di voi si fa durante la propria esistenza in compagnia della stomia.

Senza la presunzione di voler risolvere tutti i problemi, e tutti in una volta, vorrei dare indicazioni sulle norme di comportamento per una corretta gestione della stomia.

Il punto focale di queste pillole sarà sempre la cura della cute peristomale, quella porzione cioè di pelle che sta tutto intorno allo stoma e su cui viene applicato il presidio. Questo perché una cute sana è un patrimonio prezioso per tutti, ma in particolar modo per chi deve "usarla" per garantirsi una qualità di vita ottimale.



Come è fatta la pelle (in breve)

La pelle è composta da tre strati principali, ciascuno dei quali svolge funzioni diverse e, a loro volta, sono suddivisi in ulteriori strati:

.L'epidermide è lo strato superficiale ed è divisa in strati che dipendono dallo stato di maturazione delle cellule di cui è composta. Esse originano nello strato più profondo dell'epidermide e migrano verso la superficie subendo un processo di differenziazione definito cheratinizzazione. Lo strato superficiale dell'epidermide è lo strato corneo, solitamente di uno spessore equivalente a 3-4 strati di cellule che assomigliano a "tegole" sovrapposte proteggono le strutture sottostanti. Queste cellule sono destinate a desquamarsi per essere sostituite da cellule nuove.

.Il derma (parte intermedia) è formato da tessuto connettivo, molle ed elastico che permette alla pelle di mantenersi elastica e tesa. È percorso da capillari, vasi linfatici e recettori nervosi responsabili del senso del tatto e del dolore, per esempio in caso di erosione cutanea, o se coinvolti in un processo di infiammazione locale.

.L'ipoderma, ricco di tessuto grasso, si collega ai tessuti interni permettendo l'ancoraggio su muscoli ed ossa ed assecondando l'aderenza della pelle durante il movimento del corpo.

La pelle ha un suo specifico pH (definisce l'acidità o la basicità di una sostanza); il pH cutaneo varia secondo della singola persona e in quale parte del corpo viene rilevato. Generalmente quello sull'addome è intorno a un valore di 4,7.

Il mantenimento ottimale del pH cutaneo riveste un ruolo di fondamentale importanza in quella che è la funzione barriera esercitata dalla nostra pelle, ad esempio nella difesa dai microrganismi "ostili" senza disturbare la flora batterica "buona". Mentre un aumento del pH cutaneo può favorire, specie nelle parti del corpo molto umide, lo sviluppo di infezioni da miceti (funghi) o batteriche. L'epidermide è ricoperta dal **film idrolipidico** le cui funzioni sono numerose. In questo prezioso film idrolipidico sono presenti degli acidi grassi dotati anche di azione tossica nei confronti dei microrganismi capaci di sviluppare patologie. Il film idrolipidico è inoltre responsabile del mantenimento del pH acido ottimale.

Queste brevi note di anatomia sono fondamentali per comprendere tante delle raccomandazioni che seguiranno nelle "prossime puntate"; una per tutte: rispettare la cute a partire dal detergente usato che deve rispettare il pH e non essere aggressivo sul film idrolipidico.

Un esempio è fornito dalla credenza che il sapone di Marsiglia sia ottimo per l'igiene, invece ha un pH che si aggira intorno a 10,5/11 ed ha un'elevata capacità di sciogliere i grassi. Poteva trovare giustificazione quando ci si lavava due volte l'anno e lo strato di sporco era notevole!

Un detergente leggermente acido, liquido, usato in modica quantità e facilmente risciacquabile è invece un buon compromesso fra la necessità di igiene e il rispetto della cute.

In chiusura vorrei sollecitare tutti quanti a inviare a info@astos.it, e sulla pagina facebook, gli argomenti che vorreste vedere trattati nel **notiziario** dell'associazione. A presto, Vita

NASCE ONIS OSSERVATORIO NAZIONALE INCONTINENZA E STOMIA

Una vasta platea di pazienti sconosciuti. Parliamo di più di 5 milioni di persone di cui non conosciamo i loro bisogni reali e soprattutto il gradimento sui servizi a loro erogati. Ha scoperto questo mondo la pubblicità mentre manca la mappatura puntuale di questa realtà e mancano i registri regionali.

Eppure parliamo di una realtà importante, che sta crescendo numericamente contestualmente all'abbassamento dell'età anagrafica delle persone coinvolte. La mancanza di conoscenza dei bisogni reali determina una mancanza di prevenzione e riabilitazione.

75.000 sono le persone stomizzate (dato non molto attendibile perché invariato da anni), 5.000.000 le persone con incontinenza urinaria e 1.300.000 quelle con incontinenza fecale.

La rete assistenziale è insufficiente, la normativa nazionale sostanzialmente inapplicata determinando così una forte disegualianza dei servizi sanitari regionali. A questa situazione fa cornice l'insufficiente informazione e la scarsa sensibilizzazione sui problemi legati alla stomia e incontinenza.

Per colmare un grave vuoto e dare gli strumenti per costruire una risposta nasce ONIS, un centro di raccolta e analisi dei dati e delle esperienze messe

a disposizione di chi programma e gestisce i servizi alla salute.

Mettere al centro i bisogni concreti del paziente, è Indubbiamente un obiettivo ambizioso che potrà essere raggiunto grazie al contributo della FAIS, con le associazioni e le persone che rappresenta, per mettere in contatto chi norma e chi eroga in ambito sanitario, chi amministra la sanità, chi eroga il servizio sanitario.

ONIS vuole anche essere un incubatore di progetti innovativi atti a migliorare i servizi alla persona e la loro qualità di vita in collaborazione con la pubblica amministrazione.

Gli ambiti di attività di ONIS sono : ambito normativo nazionale e regionale, ambito clinico gestionale, e l'ambito sociale che riguarda comunicazione e orientamento di pazienti e caregiver.

In Toscana dopo l'approvazione del PDTA "PERCORSO DI CURA E RIABILITAZIONE ALLA PERSONA CON ENTEROSTOMIA E UROSTOMIA" stiamo costantemente sollecitando la scrittura e approvazione di un PDTA sull'incontinenza urinaria e fecale

Per saperne di più :

***Presentazione progetto ONIS - Osservatorio Nazionale su Incontinenza e Stomia
www.onisitalia.net www.fais.it***

RIPRENDONO GLI INCONTRI IN PRESENZA

Parlare di persona dei propri problemi, incontrarsi, conoscersi : questo lo scopo degli ambulatori gestiti da Astos. Sospesi causa Covid nel 2020, quest'anno riprendono e proprio per garantire la sicurezza degli incontri è necessario un appuntamento. e

PRENOTA AL 338 766 7804

TUTTI I MERCOLEDI

DALLE 13.30 -17.30

C/O ISPRO

Via Cosimo il vecchio 1

SECONDO E QUARTO MERCOLEDI

DALLE 17,00 – ALLE 18.00

C/O NIC (INGRESSO DI CAREGGI)

Stanza delle associazioni

**NON FARCI MANCARE
IL TUO SOSTEGNO
RINNOVA LA TUA
ISCRIZIONE**

*La tua adesione è importante
per dare voce alla difesa dei diritti
e dei servizi delle persone con stomia*

Astos Odv vive unicamente dei contributi che ci vengono dagli iscritti, tramite le quote associative e il 5x1000, siete voi che decidete del futuro dell'associazione. Non farci mancare il tuo sostegno anche per il 2021. Porta un amico o un parente in associazione è importante allargare la cerchia dell'informazione sulle tematiche sulla stomia.

L'associazione siamo noi e siamo impegnati per tutelare i diritti, vigilare su disservizi delle strutture sanitarie, creare momenti di socializzazione e incontro, per tutto questo e per molto altro ancora, l'associazione è qui, l'associazione siamo noi!

BancoPosta

CONTI CORRENTI POSTALI - Ricevuta di Accredito

€ sul C/C n. di Euro

TD 123 IMPORTO IN LETTERE VENTI/00

INTESTATO A
A S T O S O N L U S
V I A C O S I M O I L V E C C H I O 2 F I R E N Z E
CAUSALE

QUOTA ASSOCIATIVA

ESEGUITO DA

VIA - PIAZZA

CAP LOCALITÀ

BOLLO DELL'UFFICIO POSTALE
codice bancoposta

IMPORTANTE: NON SCRIVERE NELLA ZONA SOTTOSTANTE!
numero conto importo in euro

tipo documento

**RINNOVARE L'ISCRIZIONE E' VELOCE: BONIFICO O BOLLETTINO POSTALE
IBAN IT35Y0760102800000015833767 - POSTA: C.C.P. 15833767**

5 x 1000: CONTRIBUTO 2019 E 2020 .

**RINGRAZIAMO CHI HA PENSATO AD ASTOS NELLA DICHIARAZIONE DEI REDDITI.
SUL SITO WWW.ASTOS.IT COME ABBIAMO IMPIEGATO LE RISORSE.**

NOTIZIARIO: VERSIONE CARTACEA O EMAIL?

Alcuni soci ci hanno invitato a inviare il **notiziario** con email anziché in versione cartacea per posta. Questa opzione garantirebbe un risparmio economico da investire in ulteriori iniziative e un risparmio di carta, contribuendo così anche noi alla sostenibilità ambientale della terra. Non tutti i soci hanno però l'email o non ce l'hanno comunicata.

PERMETTICI DI INVIARTI PER EMAIL IL NOTIZIARIO: COMUNICACI IL TUO INDIRIZZO EMAIL