



Arzneimittelwirksamkeit | S. 1-2

Leben mit Kurzdarm | S. 2

Gegen Mangelernährung | S. 3

Wie eine zweite Haut | S. 4

Liebe Leserinnen und Leser,

Digitalisierung gilt als die Herausforderung für die Zukunft. Überall geht es um den digitalen Wandel: in Gesellschaft, Medien, Wissenschaft und Wirtschaft.

FORLIFE befindet sich mitten in diesem Wandlungsprozess. Vor gut einem Jahr habe ich hier bei FORLIFE begonnen, als Wirtschaftsinformatiker mit 20-jähriger Erfahrung den neuen Arbeitsbereich „Digitalisierung und Systeme“ aufzubauen. Heute sind wir in diesem Bereich ein dreiköpfiges Team und realisieren schrittweise diese aufwändige und sehr komplexe Umrüstung. Wir erfassen und bewerten vorhandene Unternehmensdaten, wir richten moderne Spezialsoftware ein und stellen so die Weichen für Optimierungen in allen Geschäftsabläufen.

FORLIFE hat erkannt, wie wichtig moderne Steuerungssysteme und die Digitalisierung der Informationen sind, um auch in Zukunft erfolgreich zu bleiben. Die Nachfrage nach den Produkten von FORLIFE für die Versorgung von Stoma, Inkontinenz, Tracheostomie und Wunde steigt ungebrochen. Der digitale Wandel bei FORLIFE hilft uns, diese Nachfrage nachhaltig und wirtschaftlich zu bedienen. Sie profitieren davon durch höchste Qualität und Liefertreue Ihrer Versorgungsprodukte. Und nicht zuletzt werden wir dank der neuen Systeme noch individueller auf Ihre Erfordernisse eingehen können.

Ich wünsche Ihnen
eine schöne Frühlingszeit.

Georg Janke
FORLIFE Leiter Digitalisierung
und Systeme



„Zur Wirksamkeit fragen Sie vor allem Ihren Apotheker!“

Jeder hat den Satz „Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“ in der Werbung für Arzneimittel schon tausendfach gehört und gelesen, vielleicht sogar beherzigt. Doch als Stomaträger sollten Sie darüber hinaus unbedingt Ihren Apotheker um Rat fragen, wenn Sie feststellen, dass ein verschriebenes oder freiverkäufliches Medikament bei Ihnen nicht lang genug oder gar nicht wirkt. Denn gerade für Träger eines künstlichen Darmausgangs ist nicht jedes oral einzunehmende Arzneimittel geeignet – doch es ist möglich, ein alternatives und wirksames Präparat zu finden. Das ist eine interdisziplinäre Aufgabe zwischen Arzt, Stomatherapeut und Apotheker – im Mittelpunkt steht dabei der Stomaträger.

Tabletten, Kapseln, Granulate, Tropfen – die Formen der Medikamente, die über den Mund eingenommen werden, sind sehr vielfältig und das Angebot von Wirkstoffen in dieser Form ist riesig. Die orale Einnahme gilt als besonders patientenfreundlich. Wo liegt also das Problem? Nur bei einem Teil dieser Medikamente wird der eigentliche Arzneistoff schon durch die Schleimhaut des Mundes oder des Magens aufgenommen.

Bei dem Großteil aller Medikamente findet die Resorption erst im Dünndarm statt. Ein erkrankter oder verkürzter Dünndarm kann die Wirkstoffe bestimmter Medikamente jedoch nur eingeschränkt oder gar nicht resorbieren.

Deshalb sind insbesondere Ileostomaträger betroffen, aber nicht ausschließlich. Was sonst an Arzneistoff durch die Darmschleimhaut aufgenommen wird, so in die Blutbahn gelangt und dann am eigentlichen Wirkungsort an der richtigen Stelle des Körpers heilt oder lindert, bleibt bei einigen Stomaträgern ohne erwünschte Wirkung.



Was versteht man unter ... Kurzdarmsyndrom?

Dünn- und Dickdarm erfüllen bei der Verdauung unterschiedliche Aufgaben. Dabei sind die drei Abschnitte des insgesamt vier bis fünf Meter langen Dünndarms ganz besonders wichtig: Zwölffingerdarm (Duodenum), Leerdarm (Jejunum) und Krummdarm (Ileum) sind jeweils auf die Aufnahme ganz bestimmter Nährstoffe und Flüssigkeiten spezialisiert. Wenn bei einem Menschen Teile des Dünndarms von Geburt an fehlen, der Darm erkrankt, geschädigt wird oder operativ entfernt wurde, kann das komplexe Krankheitsbild „Kurzdarmsyndrom“ mit schweren Störungen von Körperfunktionen auftreten.

Zu den typischen Symptomen und Störungen zählen ein vermehrter oder dauerhafter Durchfall, ein damit verbundener erhöhter Flüssigkeitsverlust und eine gleichzeitige schlechte Nahrungsmittel- und Flüssigkeitsresorption des verkürzten Darms. Meist ist dann auch die Wirksamkeit von bestimmten oral einzunehmenden Medikamenten eingeschränkt.

Das Kurzdarmsyndrom betrifft in erster Linie Träger eines Ileostomas, besonders wenn das Stoma im mittleren Bereich des Dünndarms liegt – es wird dann auch präziser als „Jejunostoma“ bezeichnet. Manchmal sind auch Urostomaträger betroffen, wenn für ihre künstliche Harnableitung oder Pouch größere Anteile ihres Dünndarms entnommen wurden.

Nach der operativen Anlage eines Ileostomas und Entfernung von Darmteilen tritt das Kurzdarmsyndrom meist nur vorübergehend ein. Der verbliebene Dünndarm kann sich oft im Laufe des folgenden Jahres anpassen und Funktionen fehlender Darmteile übernehmen.

Der Dünndarm ist zu dieser Adaption umso besser fähig, je mehr von seinem untersten Bereich, dem Krummdarm (Ileum), erhalten ist. In dieser Zeit erhält der Stomaträger meist seine benötigten Nährstoffe über Infusionen oder Injektionen („parenterale Ernährung“) und manchmal auch über Sonden („enterale Ernährung“).

In der anschließenden Phase der Stabilisierung, die noch einmal bis zu einem Jahr dauern kann, zeigt sich, ob ein Patient eventuell weiterhin eine Behandlung u. a. mit Ernährungstherapie benötigt, um ein Kurzdarmsyndrom zu verhindern. Gerade Ileostomaträger, deren verbliebener Dünndarm kürzer als 100 cm ist, bleiben oft lebenslang auf die zusätzliche Ernährung angewiesen.

Eine GHD-Patientin schildert auf YouTube ihre Erfahrungen mit parenteraler Ernährung und ihren Alltag. Sie war Trägerin eines Stomas, das sogar zurückverlegt werden konnte, und lebt seit 1998 mit einem Kurzdarm.

<https://www.gesundheitsgmbh.de/news/ghd-patientenvideo/>



Viele Stomaträger haben bereits mehr als einmal ganze Tabletten im Beutel ihrer Stomaversorgung entdeckt. Wenn Ihnen so etwas passiert, geraten Sie nicht in Panik. Auch Menschen mit komplettem Darm finden zuweilen ausgeschiedene Tabletten in ihrem Stuhl. Oft ist das lediglich die leere Trägersubstanz des eingenommenen Medikamentes – der eigentliche Arzneistoff wurde freigesetzt und aufgenommen. Deutliches Zeichen: Die erwartete Wirkung tritt tatsächlich ein.

Problematisch sind eher die Tabletten oder Kapseln, die ihre Wirkstoffe über einen längeren Zeitraum gleichmäßig freigeben sollen. Würden z. B. starke Schmerzmittel oder Blutdrucksenker ihren gesamten Arzneistoff auf einmal abgeben, käme es zu einer viel zu hohen und gefährlichen Konzentration. Solche Retardpräparate wandern durch den Darm und sollen so kontinuierlich wirken. Bei dem verkürzten Dünndarm eines Stomaträgers kann diese Wirkung oft nicht lang genug anhalten oder setzt zeitweilig aus.

Ihr Apotheker kann Ihnen helfen, ein für Sie geeignetes Medikament zu finden. Informieren Sie Ihren Apotheker, dass Sie Stomaträger sind, welche Darmabschnitte bei Ihnen entfernt wurden und wie groß Ihr Restdarm ist.

Bei weiteren Fragen hilft Ihnen auch gerne die Apothekerin Annika van der Linde. Sie ist Mitarbeiterin der Klinikapotheke am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE). Seit längerer Zeit widmet sie sich dem Problem der Resorption von Arzneimitteln bei Stomaträgern. Voller Engagement informiert und sensibilisiert sie Stomatherapeuten für dieses Thema, wie jetzt im April im Rahmen der 13. Tagung der Initiative „stoma 2020“ der GHD GesundHeits GmbH Deutschland. Auch in Selbsthilfegruppen von Stomaträgern fanden ihre Vorträge stets große Aufmerksamkeit.

Sie können mit der Apothekerin Annika van der Linde am UKE über diese Emailadresse Kontakt aufnehmen: stoma-info@uke.de

Erkennen und behandeln: Mangelernährung bei Stomaträgern

Von Ernährungsberaterin Claudia Hoppe.

Für die GHD GesundHeits GmbH Deutschland berät die Diplom-Oecotrophologin auch sehr viele Stomaträger in Ernährungsfragen.

Aus unseren Lebensmitteln nehmen wir erst über unseren Darm die Nährstoffe und Energie auf, die wir zum Leben benötigen. Wenn wir über längere Zeit zu wenig oder nicht das Richtige essen, entsteht eine Mangelernährung mit weitreichenden Folgen. Dann kann unser Organismus seine körperlichen und geistigen Funktionen nicht aufrechterhalten.

Als Ernährungsberaterin helfe ich vielen Patienten, eine solche Mangelernährung abzuwehren oder zu bekämpfen. Häufig sind es Patienten mit einem Stoma, die ungewollt stark an Gewicht verlieren und so in eine ernsthafte Mangelernährung rutschen könnten.

Entscheidend ist der Abstand zwischen Magen und Stoma: Je kürzer der dazwischen verbliebene Darm ist, desto mehr Nährstoffe werden unverdaut und ungenutzt ausgeschieden.

Meistens entsteht eine Mangelernährung ganz allmählich, und oft werden ihre Symptome gar nicht als solche erkannt. Neben ungewolltem Gewichtsverlust können auch Müdigkeit, Mattigkeit und Verwirrtheit die Anzeichen für eine Mangelernährung sein.

Eine beginnende oder schon ausgeprägte Mangelernährung kann durch Ihren Arzt, Stomatherapeuten oder Ernährungsberater festgestellt werden. Dann ist

es wichtig, dass Sie Ihrem ganz persönlichen Bedarf entsprechend ausreichend Nahrung aufnehmen, um nicht weiter an Gewicht zu verlieren und Ihre Gesundheit zu gefährden. Deshalb berate ich als Ernährungsberaterin jeden Patienten individuell. Dabei sind die Art des Stomas und die Länge des verbliebenen Darms auch entscheidend für eine eventuell notwendige Ernährungsumstellung.

In einer solchen Ernährungsberatung können als erste Schritte bereits die folgenden einfachen Ernährungstipps hilfreich sein, eine Mangelernährung zu verhindern oder gar zu stoppen:

- Essen Sie langsam und kauen Sie gründlich. Der Speichel kann dann seine Wirkung am besten entfalten und der Darm erhält einen gut vorbereiteten Speisebrei zum Verdauen.
- Nehmen Sie fünf bis sechs kleine kalorienreiche Mahlzeiten am Tag zu sich. Dann wird Ihr Darm nicht überfordert.
- Reichern Sie Ihre Speisen mit einer energiereichen Ergänzungsnahrung an (siehe Beispiel-Rezept).
- Essen Sie täglich eiweißreiche Lebensmittel wie Milch und Milchprodukte, Fleisch, Fisch und Eier.

Leider kann trotz Optimierung der Nahrungsauswahl und einer medizinischen Behandlung möglicher Grunderkrankungen eine ausreichende Nährstoffaufnahme nicht immer gewährleistet werden. In diesen Fällen ist zur Ernährungstherapie häufig eine zusätzliche Bereitstellung von energiereicher Trinknahrung wie z. B. Resource® Energy erfolgreich. Diese rezeptfrei in Apotheken erhältliche Ergänzungsnahrung kann dann auch vom Arzt verordnet werden.

Generell sollten Sie sich bei auffälligem Gewichtsverlust immer individuell beraten lassen. Sprechen Sie Ihren Arzt oder Ihren Stomatherapeuten an.

Auch ich helfe Ihnen bei Fragen gerne weiter. Schreiben Sie mir eine E-Mail: ernaehrungsberatung@gesundheitsgmbh.de

So einfach können Sie Ihr Essen mit Ergänzungsnahrung anreichern

Gemüse Eintopf mit Kartoffeln (für eine Person)

100 g Kartoffeln, 100 g Suppengemüse (Sellerie, Lauch, Möhren), 20 g gekochter Schinken, 1 kleine Zwiebel, 1 EL Butter, 100 ml Brühe, 100 ml flüssige Ergänzungsnahrung (z. B. ½ Flasche Resource® Energy in der Geschmacksrichtung „Aprikose“), Salz, Pfeffer, Majoran, Petersilie

Kartoffeln und Suppengrün waschen und klein schneiden. Zwiebel und Schinken fein würfeln. Alle Zutaten in Butter andünsten, mit Brühe aufgießen, ca. 15 Minuten garen. Mit der Ergänzungsnahrung wie Resource® Energy auffüllen. Mit Salz, Pfeffer, Majoran abschmecken. Mit gehackter Petersilie bestreuen.



Mehr Schutz vor Hautreizungen rund um das Stoma: STOMOCUR® Hautschutzfilm-Tücher

NEU

Die neuen STOMOCUR® Hautschutzfilm-Tücher von FORLIFE sind speziell für Stomaträger zum erweiterten Schutz der Haut um das Stoma entwickelt worden. Denn selbst bei einer sorgfältig ausgewählten Stomaversorgung kann es zu Reizungen dieser peristomalen Haut kommen.

Das liegt in vielen Fällen an einer ungünstigen individuellen Hautbeschaffenheit des Stomaträgers. Bei öligem oder schuppender Haut kann die Hautschutzplatte einer Versorgung manchmal nicht optimal anhaften: Der Bereich um das Stoma kommt in den hautschädigenden Kontakt mit Stuhl oder Urin.

Sehr empfindliche und dünne Haut (häufig nach Strahlenbehandlung) ist dagegen beim Versorgungswechsel gefährdet: Wenn die alte Versorgung abgezogen wird, kann die dünne Haut zu wenig Widerstand leisten und wird stellenweise verletzt oder angerissen.

Bei jedem Stomaträger ist die Haut rund um sein Stoma besonders schützenswert. Die neuen STOMOCUR® Hautschutzfilm-Tücher helfen Ihnen, Ihre peristomale Haut gesund zu halten. Sie sind für jeden Hauttyp geeignet und erzeugen einen dünnen elastischen Schutzfilm, der wie eine zusätzliche verstärkende Hautschicht wirkt.

STOMOCUR® Hautschutzfilm-Tücher lassen sich ganz einfach beim Versorgungswechsel anwenden. Entfernen Sie zunächst die alte Versorgung und reinigen Sie wie gewohnt die Haut rund um Ihr Stoma.

Wischen Sie dann behutsam mit dem spezialbefeuchteten STOMOCUR® Hautschutzfilm-Tuch in dem Bereich um Ihr Stoma und tragen Sie so seinen flüssigen Wirkstoff auf. Er trocknet innerhalb von wenigen Sekunden und bildet dabei den zuverlässigen Schutzfilm. Darauf können Sie wie gewohnt Ihre neue Stomaversorgung anbringen: Die Haftfähigkeit von Hautschutzplatten, Hautschutzringen oder Stomapaste wird nicht verringert. Die Haut rund um Ihr Stoma ist jetzt mit dem STOMOCUR® Hautschutzfilm besonders vor Reizungen durch aggressive Körperausscheidungen und vor Irritationen durch Haft- und Klebematerial geschützt. Der Schutzfilm hält bis zum nächsten Versorgungswechsel.

STOMOCUR® Hautschutzfilm-Tücher sind einzeln verpackt und zu 30 Stück im Karton erhältlich.



NEU

For Life
Produktions- und Vertriebsgesellschaft
für Heil- und Hilfsmittel mbH
Wendenschloßstraße 142
12557 Berlin

STOMOCUR®-Kunden-Telefon:
0800-78666287 (gebührenfrei)
Fax: 030-65 72 264
mail@forlife.info
www.forlife.info

Gerne schicken wir Ihnen auch Kataloge und Muster.

Impressum
FORLIFE Kurier ist eine kostenlose Kundenzeitschrift der For Life GmbH. Er wird von FORLIFE direkt vertrieben und kann kostenlos abonniert werden.
Herausgeber: For Life GmbH
Wendenschloßstraße 142, 12557 Berlin
Redaktion: Andreas Maydorn, Berlin
Grafik/Layout: meryll GmbH
Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial wird keine Haftung übernommen.
Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Vervielfältigung, Speicherung und Nachdruck nur mit Genehmigung des Herausgebers. Der Gerichtsstand ist Berlin.



FORLIFE KURIER-Abo

Gratis

Einfach diesen Coupon ausschneiden und senden an:
FORLIFE, Wendenschloßstraße 142, 12557 Berlin
Oder mailen Sie uns: mail@forlife.info
Stichwort: FORLIFE KURIER-Abo

Ja, schicken Sie mir kostenlos immer den neuesten FORLIFE Kurier.

- in gedruckter Form an meine Postanschrift oder/und
 als PDF-Datei an meine E-Mail-Adresse

Meine Daten werden nicht an Dritte weitergereicht und von FORLIFE ausschließlich für das FORLIFE KURIER-Abo verwendet.



Vorname/Name

Straße/Nr.

PLZ/Ort

E-Mail (optional)