

# Raduji se z maličkostí



Pro většinu lidí představa, že by měli mít vývod, znamená konec života. Vývod vám však naopak život prodlouží. To, že se s ním dá žít celkem normálně, vám dokáže paní Irena Lohutínová (52) z Ostravy.

ale já měla tři ještě nedospělé děti a věděla jsem, že mě potřebují. Brala jsem to proto jako nutnost,“ vzpomíná paní Irena. To však ještě nevěděla, co ji čeká. Nikoho se stomií v té době neznala a nevěděla, jak se s vývodem žije. „Velice brzy jsem se však všechno naučila a snažím se přistupovat k životu s optimismem,“ pokračuje Irena.

## Normální život

Vyrovnat se se stomií samozřejmě není nic lehkého a někteří pacienti si na vývod nikdy nezvyknou. Hodně lidí však chodí normálně do práce nebo si aktivně užívají důchodu. Paní Irena vypráví: „Se stomií nyní žiju již 16 let.

**V**ývod neboli stomie je pro mnoho lidí stále ještě tabu. Většina z nás ani neví, co slovo stomie znamená. Mnozí stomici o svém handicapu neradi mluví a často o něm vědí jen jejich blízcí. Díky novým pomůckám se dá dnes s vývodem žít téměř bez omezení. Obvykle si představujeme, že vývod se provádí jen u člověka

s nádorem střev, důvodem stomie však může být i jiné onemocnění. Stejně tomu bylo v případě paní Ireny.

## Děti mě potřebovaly

Vývod z tenkého střeva, tzv. ileostomie, má paní Irena od roku 1994. Trpí totiž Crohnovou chorobou, zánětlivým onemocněním střev, kvůli němuž musela být často v nemocnici. Jednou jí právě při tomto

pobytu prasklo střevo a lékaři rozhodli, že je nutné přistoupit k stomii. „To, že budu mít vývod, jsem se dozvěděla v den svých šestatřicátých narozenin. Jiný by se možná zhroutil,



Lidé, kteří se dozvědí o nutnosti zřízení stomie, mohou hledat pomoc u českého sdružení stomiků – České ILCO ([www.ilco.cz](http://www.ilco.cz)). Jeho součástí je několik klubů rozmístěných po celé republice, např. v Praze, v Ostravě, v Táboře či v Karlových Varech.



## Rodina je pro mě nejdůležitější

Paní Irena trpí Crohnovou nemocí – chronickým zánětlivým onemocněním, které se může projevovat v jakékoliv části trávicího ústrojí, nejčastěji ale v počáteční části tlustého střeva. Nemoc nelze úplně vyléčit. V případě odebrání části střeva se pak často projeví v jiné části. Velkou oporou je paní Ireně její maminka a tři děti. Její nejstarší dceři Katce je 31 let, Renatě 30 a synu Tomášovi 22. Velkou radost jí dělají dvě vnoučata.

Ing. Marie Ředinová,  
předsedkyně  
sdružení České  
ILCO, Praha



## Co je nejčastější příčinou vytvoření stomie?

Důvodem k vytvoření vývodu bývají nejčastěji nádorová a zánětlivá onemocnění střev. Ve zbylých případech jde o nádory na močovodu, komplikace při jiných nádorových onemocněních, úrazy, vrozená porucha střev a jiné nemoci. Odhaduje se, že v České republice žije asi 9000 stomiků. Výzkumem provedeným mezi členy klubů stomiků bylo zjištěno, že 20 % stomiků má založenou stomii kvůli zánětlivým onemocněním střev, asi polovina z nich trpí Crohnovou chorobou. Pro ně před rokem vzniklo Občanské sdružení pacientů s idiopatickými střevními záněty ([www.crohn.cz](http://www.crohn.cz)). U 60 % stomiků sdružených v klubech byl důvodem vývodu nádor v tlustém střevě. Stomiky z celé republiky sdružuje organizace České ILCO v celkem sedmnácti klubech, jež mají 800 členů. Všichni stomici a jejich blízcí najdou v klubech pochození a informace, jež jim usnadní život se stomií a pomohou překonat nelehké začátky.

Když to jde, snažím se chodit do práce. Někdy to sice není úplně ideální, občas se totiž má nemoc přihlásí záněty. Se samotnou stomií však problémy nemám. Zvykla jsem si vývod ošetřovat a nevádí mi už ani tolik nepříjemnosti s ním spojené.“ Důležití jsou i lidé, kteří člověka se stomií obklopují. Paní Irena je členkou Ostravského klubu stomiků, o němž říká: „Poznala jsem tam spoustu lidí, s nimiž se ráda scházím. Je tam bezva parta a vždy se těším na každé setkání. Za mnohé musím poděkovat vedoucímu klubu Pavlu Kremlovi. V okolí

Ostravy jsou tři kluby stomiků, které navzájem spolupracují, takže se mohou zúčastnit i jejich akcí.“

## Pomoc ostatním

Irena Lohutínová se snaží pomáhat a dodat chuf do života i ostatním. „Při občasných pobytech v nemocnici potkávám nové stomiky. Často s nimi i s jejich blízkými hovořím a těší mě, že je tak dokážu trochu uklidnit. Vidí na mně, že se stomií a Crohnovou nemocí se dá žít desítky let. Absolvovala jsem dokonce školení dobrovolníků, které pořádalo České ILCO (sdružení

stomiků). To, co jsem se dozvěděla, mohu nyní využít při rozhovorech s jinými stomiky,“ říká Irena a pokračuje: „Nemoc má i své pozitivní stránky. Naučí vás těšit se z každého dne a všímat si i maličkostí. I když mám teď období, kdy mi není nejlépe, snažím se na to nemyslet. Lékaři zkoušejí nové léky, tak doufám, že zaberou. Raduji se, že nejsem sama, že mám svou rodinu a mohu si psát na internetu s přáteli. Každý den mám tak spoustu důvodů k radosti. Optimismus a vůle vše zvládnout tak přejí i všem ostatním.“ ●

## Druhy stomie

■ Slovo stomie pochází ze slova stoma, jež znamená ústa, v přeneseném významu pak otvor. Stomici jsou lidé, kteří mají dočasný nebo trvalý vývod střeva nebo močovodu na povrch těla. Vyprazdňování pak člověk vědomě neovládá, moč či stolice odchází z těla samovolně. Je nutné používat určité „stomické“ pomůcky. Rozlišují se tři druhy stomií. Nejčastější je vývod z tlustého střeva, tzv. kolostomie. Méně častější je vývod tenkého střeva – ileostomie. Urostomie (vývod močovodu) je nejméně častý typ stomie.