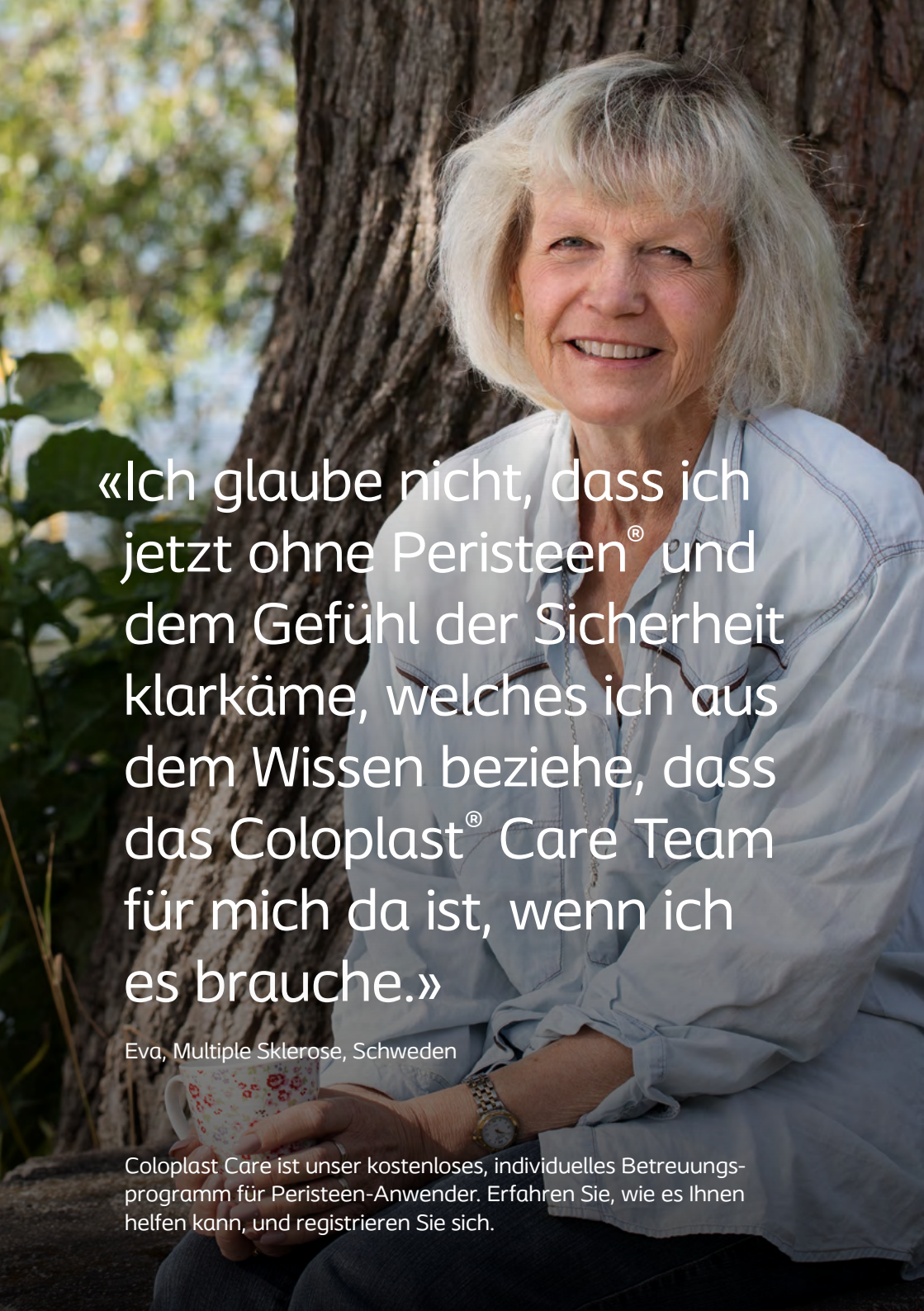




So funktioniert Peristeen® für Sie

Alles für den Start mit Peristeen, praktische Ratschläge
und Unterstützung für eine bessere Darmkontrolle



«Ich glaube nicht, dass ich
jetzt ohne Peristeen® und
dem Gefühl der Sicherheit
klarkäme, welches ich aus
dem Wissen beziehe, dass
das Coloplast® Care Team
für mich da ist, wenn ich
es brauche.»

Eva, Multiple Sklerose, Schweden

Coloplast Care ist unser kostenloses, individuelles Betreuungs-
programm für Peristeen-Anwender. Erfahren Sie, wie es Ihnen
helfen kann, und registrieren Sie sich.

Inhalt

- 04 | *Über diese Broschüre*
So funktioniert Peristeen® für Sie
- 06 | *Den Darm verstehen*
Funktionsweise des Darms
- 12 | *Anwendung von Peristeen*
Grundlagen aneignen
- 18 | *Anwendung von Peristeen*
Routine finden
- 36 | *Leben mit Peristeen*
Welche Ziele setzen Sie sich?
- 38 | *Peristeen*
Häufig gestellte Fragen
- 40 | *Wie starte ich*
mit Peristeen®?
- 42 | *Coloplast® Care*
Unterstützung zur richtigen Zeit

Über diese Broschüre

So funktioniert Peristeen® für Sie

In dieser Broschüre finden Sie alles für den erfolgreichen Start mit Peristeen sowie praktische Tipps und Informationen rund um Peristeen im Alltag.

Bei Coloplast haben wir bereits tausenden Menschen geholfen, mit Peristeen einen besseren Weg zur Darmkontrolle zu finden. Diese Erfahrung hat uns gelehrt, dass die ersten Wochen oder Monate, in denen Sie eine andere Art der Behandlung durchführen, durchaus gewöhnungsbedürftig werden können. Doch wenn Sie sich die Grundlagen aneignen und eine Routine entwickeln, die für Sie funktioniert, kann Peristeen Ihre Lebensqualität verbessern.

Tara, Grossbritannien

Spina bifida



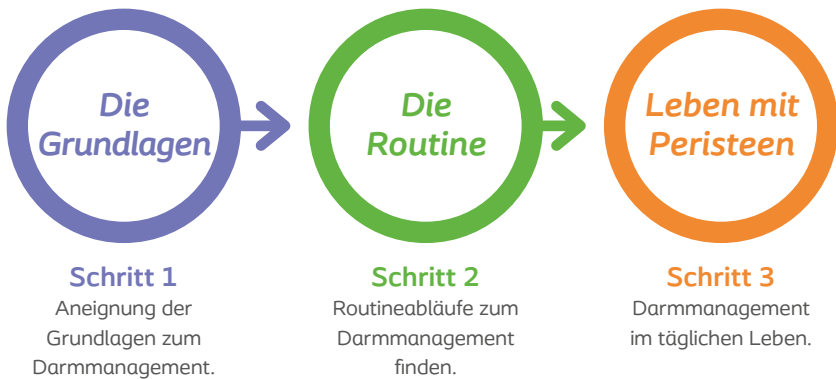
Man darf nicht aufgeben, wenn es am Anfang nicht klappt – es braucht Übung und Ausdauer. Jetzt kann ich meinen Darm entleeren, wann ich will und nicht, wenn mein Darm will.



Ihr persönlicher Weg zu einer besseren Darmkontrolle

Jeder Körper ist anders, und es kann dauern, bis sich der Darm an eine neue Behandlung gewöhnt hat. Daher kann es für manche Anwender schwieriger sein als für andere, sich mit Peristeen® anzufreunden. Diese Broschüre soll Ihnen helfen, diese Anpassung so schnell und problemlos wie möglich vorzunehmen.

Ihr Weg mit Peristeen durchläuft üblicherweise die drei unten beschriebenen Schlüsselphasen. Diese Broschüre enthält allgemeine Ratschläge und Tipps und Tricks von erfahrenen Anwendern, die Ihnen helfen, jede Phase mit Zuversicht zu meistern:



Sie möchten mit Peristeen starten oder haben Fragen rund um Peristeen? Setzen Sie sich mit uns in Verbindung: **0800 777 070** (kostenlos) oder consumercare@coloplast.com

Den Darm verstehen

Funktionsweise des Darms

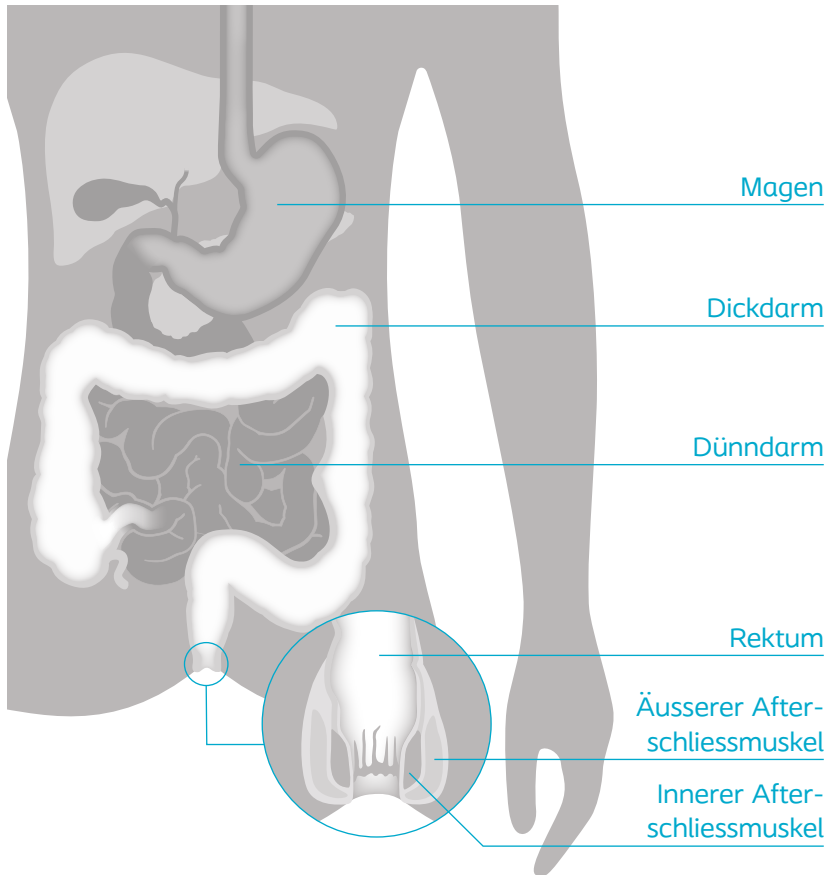
Das Verdauungssystem besteht aus allen Organen, die an der Zerlegung der Nahrung, der Aufnahme von Nährstoffen und der Ausscheidung von Resten beteiligt sind.

Die Verdauung beginnt im Mund mit der Aufnahme von Nahrung. Im Magen wird die Nahrung in kleinere Bestandteile zerlegt, und Verdauungssäfte kommen hinzu. Die nun flüssige Mischung aus Magensaft und Nahrung wird an den Dünndarm weitergegeben, wo die Verdauungsvorgänge weitergehen und die meisten Nährstoffe, Vitamine und Mineralien aufgenommen werden.

Im Dickdarm, auch Kolon genannt, werden das verbliebene Wasser und die noch vorhandenen Salze aufgenommen, wodurch die Reste fester und in Stuhl umgewandelt werden. Anschliessend wird der Stuhl durch eine Reihe von Muskelkontraktionen, Peristaltik genannt, durch den Darm hindurch zum Rektum befördert. Bei einem gesunden Menschen treten normalerweise 3 bis 4 peristaltische Hauptbewegungen pro Tag auf.

Die Zeit, die die Nahrung braucht, um das Verdauungssystem zu durchlaufen, wird Transitzeit genannt. Diese ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich, doch die durchschnittliche Transitzeit beträgt 2,4 Tage bei Frauen und 1,9 Tage bei Männern.

Der Stuhl erreicht das Ende des Kolons, das Sigma genannt wird, und gelangt von dort in das Rektum, wo er gespeichert wird. Mit der Ansammlung von Stuhl wird das Rektum gedehnt, wodurch Nervensignale zum Gehirn gesendet werden, die uns darauf aufmerksam machen, dass es Zeit wird, eine Toilette aufzusuchen. Gleichzeitig erschlafft der innere Schliessmuskel durch einen Reflex, und der Stuhl gelangt in den After. Ist die Darmentleerung gewollt, wird der äussere Schliessmuskel bewusst entspannt und der Stuhl ausgeschieden.



Zwischen den Toilettengängen sind der innere und der äussere Afterschliessmuskel angespannt, wodurch die Kontinenz gewährleistet und ein unkontrollierter Abgang von Stuhl verhindert wird.

Wie die Darmfunktion gestört sein kann

An dieser Stelle werden die beiden häufigsten Symptome in Verbindung mit einer Darmfunktionsstörung kurz beschrieben: Verstopfung und Stuhlinkontinenz.



VERSTOPFUNG

Zu einer Verstopfung kommt es, wenn der Stuhl länger als üblich im Dickdarm verbleibt, d.h. der Stuhlgang erfolgt weniger häufig. Die Symptome sind von Mensch zu Mensch unterschiedlich, doch sie können Schwierigkeiten beim Stuhlgang (evtl. verbunden mit Schmerzen), längere Zeiten auf der Toilette als normal und eine schmerzhafte Darmentleerung bei hartem, trockenem oder umfangreichem Stuhl umfassen.

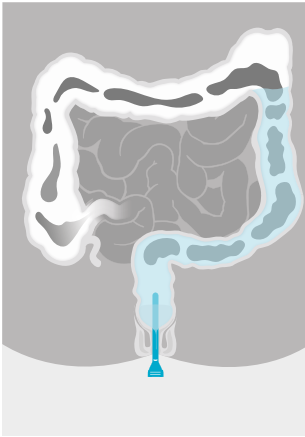
STUHLINKONTINENZ

Eine Stuhlinkontinenz liegt vor, wenn eine Person nicht in der Lage ist, den Zeitpunkt der Darmentleerung zu kontrollieren. Stuhlinkontinenz kann von nicht beabsichtigtem Abgang von Stuhl oder einem starken Stuhldrang begleitet werden. Betroffene Personen merken nicht, wann ihr Rektum gefüllt ist und entleert werden muss, oder sie sind nicht in der Lage, zu verhindern, dass sich das gefüllte Rektum automatisch entleert. Stuhlinkontinenz kann auch auf Grund einer Verstopfung auftreten, wenn es zu einem Abgang von weichem Stuhl um den harten, trockenen Stuhl herum kommt.

Wie Peristeen® hilft

Transanale Irrigation – so funktioniert das

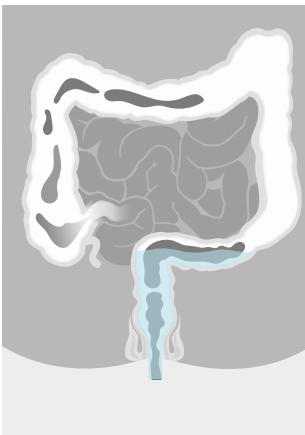
Die transanale Irrigation (TAI) ist ein umfassend dokumentiertes Verfahren zur Darmentleerung, das sehr effektiv ist, um Stuhlinkontinenz und chronischer Verstopfung vorzubeugen.



Die regelmässige Darmirrigation mit Wasser unter Verwendung von Peristeen ist effektiv und effizient.

Es funktioniert folgendermassen:

- Der eingeführte Katheter enthält einen weichen Silikonballon, der für eine Abdichtung sorgt, wenn er im Rektum aufgepumpt wird.
- Sobald die Abdichtung erfolgt ist, kann Wasser langsam in den Darm eingepumpt werden.
- Dadurch wird der Stuhl weich, während gleichzeitig Darmkontraktionen (peristaltische Bewegungen) angeregt werden, die den Stuhl ins Rektum befördern.
- Nach Entfernen des Katheters werden das Wasser und der Stuhl aus dem Rektum ausgeschieden.



Die transanale Irrigation ist effektiv, wenn es darum geht, den Grossteil des Kolons zu entleeren. Wenn das Verfahren täglich oder jeden zweiten Tag angewendet wird, wird es Ihnen helfen, bis zu 48 Stunden stuhlfrei zu bleiben. Das kann Ihnen die Sicherheit geben, Dinge zu tun, die Sie vorher vielleicht nicht tun konnten.

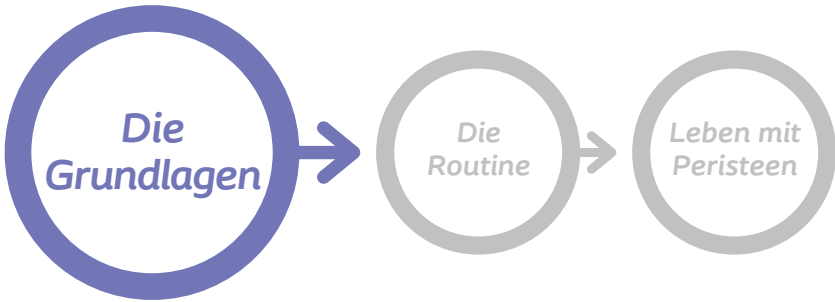




«Ich weiss jetzt, wie lange ich für die Irrigation brauche, also verbringe ich die Zeit damit, auf dem Handy eine Fernsehsendung anzuschauen.»

Sarah, 28, wurde mit Spina bifida geboren. Sarah, die seit 2015 Peristeen® anwendet, hat sich am Anfang mit der Behandlung schwer getan. Doch sie hat durchgehalten. Ein Schlüssel zu ihrem Erfolg war die Festlegung einiger grundlegender Handlungen, die sie bei jeder Irrigation wiederholen konnte. Jetzt sagt sie, dass Peristeen «ihr die Kontrolle über etwas gegeben hat, das sie nie kontrollieren konnte».

Grundlagen aneignen



Da sich Ihr Darm zunächst an Peristeen gewöhnen muss, können die ersten Irrigationen recht unterschiedlich ausfallen. Damit Peristeen in gleichbleibender Weise für Sie funktioniert, müssen Sie sich die Grundlagen aneignen und sich damit vertraut machen, wie das Produkt im Badezimmer vorzubereiten und anzuwenden ist.

Mit Peristeen erfolgreich sein, heisst, eine Technik zu entwickeln, die für Sie funktioniert. Für eine persönliche Betreuung steht Ihnen das Coloplast® Care Team unter 0800 777 070 sowie Ihre medizinische Fachkraft zur Verfügung. Inzwischen wird Ihnen das Meistern der Grundlagen zu einem guten Start verhelfen:

- Lernen, wie das Produkt funktioniert
- Ein «Zuhause» für das Produkt und das Zubehör, das Sie benötigen, schaffen
- Sicherstellen, dass Ihnen vor Beginn alles zur Verfügung steht
- Schnelle und einfache Reinigungsmöglichkeiten finden
- In der Lage sein, zu erkennen, wann Sie eine erfolgreiche Irrigation hatten

Sobald Sie sich die Grundlagen angeeignet haben, verfügen Sie über die optimale Basis, um eine Routine zu entwickeln, die sicherstellt, dass Sie jedes Mal das Optimum aus der Irrigation herausholen.

Allgemeine Tipps zur

Vorbereitung

Für Peristeen® gilt: Je besser die Vorbereitung, desto besser werden die Irrigationen sein.



BEWAHREN SIE DAS SET AN EINEM PRAKTISCHEN ORT AUF

Bewahren Sie Ihr Peristeen-System einschliesslich jeglichen Zubehörs, das Sie für das Verfahren und die Reinigung benötigen, an einem sicheren, leicht zugänglichen Ort auf, sodass Sie mit der Irrigation problemlos beginnen können.



IN GRIFFWEITE LEGEN

Platzieren Sie das Set bestmöglich entsprechend der Einrichtung Ihrer Toilette. Je weniger weit Sie nach etwas greifen müssen, wenn Sie auf der Toilette sind, umso besser.



STELLEN SIE SICHER, DASS EINE ABLAGEFLÄCHE IN DER NÄHE IST

Nutzen Sie Ablageflächen, wenn Sie die Beschichtung des Katheters aktivieren, oder sorgen Sie dafür, dass sich in der Nähe ein Haken für einen Müllbeutel befindet.

Sarah, USA



Spina bifida

Ich weiss noch, als ich Peristeen das erste Mal bekam, dachte ich sofort, ich muss mich organisieren. Eine Sache, die ich als erstes gemacht habe, war, einen Rollwagen zu besorgen – ich nenne ihn meinen Spülzug – den ich einfach ins Badezimmer schiebe, damit ich alles, was ich brauche, da habe.



Allgemeine Tipps zum

Verfahren

Befolgen Sie bei der Irrigation stets die dem Produkt beiliegende Gebrauchsanweisung und die Anordnungen Ihrer medizinischen Fachkraft. Mit den folgenden Tipps können Sie eine noch bessere Entleerung erreichen.



LAGERN SIE DIE BEINE HOCH

Überlegen Sie, ob Sie die Beine auf einem Fusshocker lagern – die Hockstellung kann bei der Darmentleerung hilfreich sein. Vergewissern Sie sich, dass Sie bequem sitzen – einige Anwender legen ein Kissen hinter den Rücken.



BEWEGUNG ZUR STIMULATION DER ENTLEERUNG

Einige Anwender finden es hilfreich, den Oberkörper mehrmals leicht zu drehen, um die Entleerung «anzuschieben». Ein sanftes Massieren des Bauches im Uhrzeigersinn kann ebenso helfen.



VERWENDEN SIE EIN THERMOMETER

Verwenden Sie immer sauberes 37–38 °C warmes Leitungswasser. Überlegen Sie, ob Sie ein Thermometer verwenden.

Tara, Grossbritannien

Spina bifida



Nach der Irrigation prüfe ich mit einem Spiegel die Farbe des Wassers, das aus meinem Rektum tropft. Wenn es klar ist, weiss ich, dass ich leer bin und die Irrigation erfolgreich war. Wenn nicht, könnte noch mehr da sein. Also warte ich eine Weile, dehne meine Arme und massiere meinen Bauch.



Allgemeine Tipps zur

Reinigung

Darmirrigation kann eine unsaubere Angelegenheit sein. Je besser Sie vorbereitet sind, desto geringer wird der Aufwand. Im Folgenden finden Sie einige hilfreiche Tipps.



VERWENDEN SIE PLASTIKTÜTEN ZUR ENTSORGUNG

Halten Sie während des Verfahrens eine Plastiktüte griffbereit – das kann für die Entsorgung gebrauchter Katheter, Handschuhe und Tücher hilfreich sein. Dabei ist die Verwendung parfümierter Plastikbeutel sehr praktisch – sie sind diskret und geruchsneutral im Mülleimer.



VERWENDEN SIE PAPIERTÜCHER ZUR MINIMIERUNG DER REINIGUNG

Wenn Sie Spritzer rund um die Toilette bemerken, überlegen Sie, ob Sie um den Sockel herum Papiertücher auslegen, um den Reinigungsaufwand zu minimieren.



NEHMEN SIE IM ANSCHLUSS EINE DUSCHE

Zu wissen, dass Sie nach der Peristeen®-Anwendung eine Dusche nehmen können, kann Sorgen um die Körperpflege erleichtern.

Pflege des Peristeen-Systems

Abspülen und Reinigen: Ausser dem Katheter können alle Komponenten mit mildem Seifenwasser abgewaschen werden. Der Schlauch mit dem blauen Konnektor lässt sich bei Verschmutzung ersetzen.

Trocknen: Wenn Sie den Wasserbeutel und die Schläuche nach jeder Irrigation für eine Stunde über die Armaturen Ihrer Badewanne oder Dusche hängen, tragen Sie dazu bei, schwarze Flecken zu vermeiden.

Aufbewahrung: Bewahren Sie Ihr Peristeen-System bei Raumtemperatur und vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt auf, und stellen Sie sicher, dass die Schläuche nicht geknickt werden.

Ihr

Peristeen®-System und Anal-Tampon

Peristeen-System

Wechseln Sie
den Wasserbehälter
nach jeweils
15 Anwendungen

Wechseln Sie
Deckel, Pumpe
und Kontrolleinheit
nach jeweils 90
Anwendungen

Wechseln Sie den
Katheter nach jeder
Anwendung



Anal-Tampon

Verhindert
unkontr. Stuhlab-
gang und hilft
Geruchsbildung zu
vermeiden



Um mehr zu erfahren, wenden Sie sich an das
Coloplast® Care Team oder Ihre medizinische Fachkraft.

«Es könnte so einfach sein wie das Anheben eines Beins nach dem anderen – es ist nur so, solange man es nicht versucht, weiss man nicht, wie sich eine kleine Optimierung auf die Peristeen®-Irrigationen auswirkt. Morgen gibt es vielleicht etwas Neues, was ich versuche und was wirklich hilft.»

Obwohl Tara, 51, Peristeen schon seit 10 Jahren erfolgreich anwendet, kann sie noch immer Möglichkeiten finden, um das Verfahren zu optimieren. Nachdem sie sich in den ersten Monaten mit einer guten Entleerung schwer getan hatte, verfügt Tara über Erfahrungen aus erster Hand, indem sie kleine Änderungen an ihrer Routine vorgenommen hat.



Routine finden



Sind die Grundlagen erst einmal vorhanden, kommt es darauf an, eine persönliche Routine bei Ihren Peristeen-Irrigationen zu entwickeln. Es kann sein, dass Sie experimentieren müssen, bevor Sie das Gefühl haben, dass es so funktioniert, wie es sollte. Die meisten Anwender haben bereits nach wenigen Wochen eine fein abgestimmte Routine entwickelt, doch es kann bis zu 12 Wochen dauern.

Es ist evtl. möglich, die folgenden Variablen anzupassen, doch halten Sie **unbedingt immer** mit Ihrer medizinischen Fachkraft Rücksprache, bevor Sie etwas an Ihrer Routine ändern:

- Anzahl der Pumpstöße
- Wassermenge
- Häufigkeit der Irrigationen
- Tageszeit
- Ernährung
- Medikamente, die Sie einnehmen

Die Tipps auf der Seite gegenüber können ebenfalls hilfreich sein, wenn es darum geht, eine individuelle Routine zu entwickeln.

Entwicklung einer Routine



FINDEN SIE DIE BESTE ZEIT FÜR DIE IRRIGATION UND BLEIBEN SIE DANN DABEI

Die ersten Irrigationen werden von Anwendern häufig abends oder am Wochenende durchgeführt, wo sie sich Zeit nehmen können. Mit der Zeit entleeren die meisten Anwender ihren Darm vorzugsweise am Morgen, sodass sie sich während des Tages sicher fühlen. Wenn Sie die Zeit, zu der Sie die Irrigation normalerweise durchführen, ändern, denken Sie daran, dass es einige Zeit dauert, bevor Sie einen dauerhaften Unterschied feststellen.



SICH EINE FREUDE MACHEN

Ziehen Sie in Betracht, sich nach Irrigationen zu belohnen, oder während des Verfahrens die Lieblingsfernsehsendung auf dem Handy oder Tablet anzuschauen.



IRRIGIEREN SIE NACH DEM ESSEN

Wenn Sie die Irrigation 20 bis 30 Minuten nach dem Essen beginnen, kann das hilfreich sein, um die natürliche Aktivität des Darms zu stimulieren und die Entleerung so zu erleichtern. Achten Sie immer auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr – setzen Sie sich zum Ziel, mindestens 6–8 Gläser (entspricht 1,5–2 Liter) Flüssigkeit zu sich zu nehmen.

R / F / M / D / E / T / M / M / S / M / M /	Methode: Polyzoster / Abführmittel / Andere	Wasser (ml) / Pumpenfülle (g / fl.oz)	Typ nach Bristol (1-7)	Unkomfort, Stuhlverstopfung, keine Irrig.	Ergebnis 😊 😐 😞	Anmerkungen	Minuten zur Erleerung	Irrigationen davon (Minuten)
3 / 12 / 10 / 35	600 ml / Andere	700 / 3	4	Nein	😊	Gute Irrigation ohne Wasserzufuhr	viele Ballaststoffe, Nüsse und Samen	25
	Pol / Abf / Andere				😊			
	Pol / Abf / Andere				😊			
	Pol / Abf / Andere				😊			

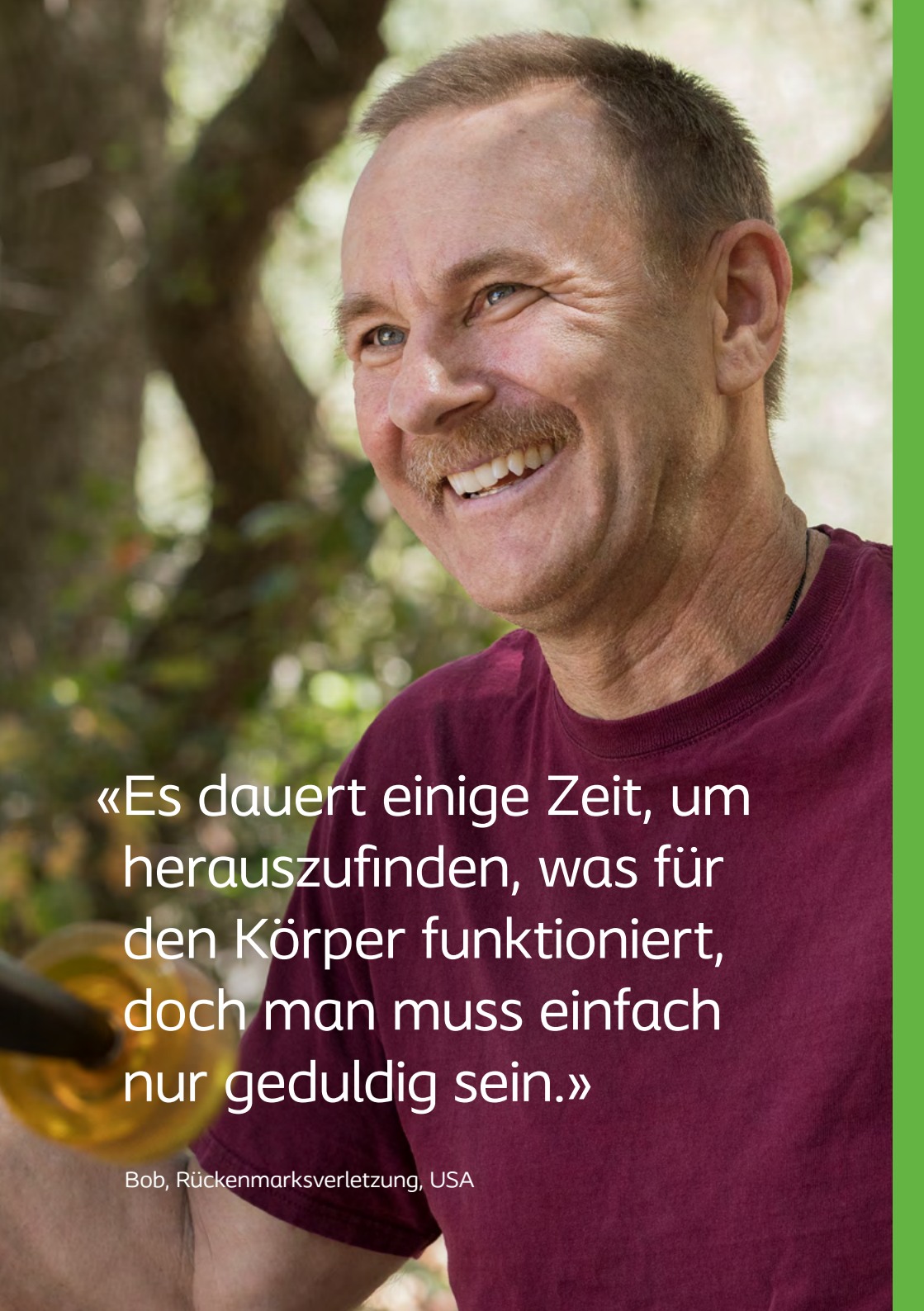
«Peristeen® hat mein Leben völlig verändert.»

Vor Peristeen hat sich Bob oft Sorgen über unkontrollierten Stuhlverlust gemacht. Er sagt, die Behandlung habe geholfen, eine «riesige Last» von seinen Schultern zu nehmen, und erlaube ihm, spontan zu sein. Sein Rat an neue Anwender lautet, bereit zu sein, ihre Routine anzupassen, um so die bestmöglichen Ergebnisse erreichen zu können.

Es hat eine Weile gedauert bis Bob gleichbleibende Ergebnisse mit Peristeen erzielt hat, doch dann begann er mit der Feineinstellung seiner Routine. Unter Anleitung seiner medizinischen Fachkraft experimentierte er mit der verwendeten Wassermenge. Er fing mit 500 ml an und fügte dann schrittweise jedes Mal etwas hinzu, bis er merkte, dass er seinen Darm wirklich entleerte. Er ging auch von einer täglichen zu einer zweitäglichen Anwendung der Irrigation über.

Er fährt fort: «Versuch und Irrtum sind entscheidend. Ich bin jetzt schon seit einiger Zeit verletzt, daher kenne ich so einige Tricks. In den ersten Tagen gab es Zeiten, in denen ich einige unfreiwillige Stuhlabgänge hatte, und du denkst dir «wie mache ich das nur wieder sauber».»

Tatsächlich erwies sich die positive Haltung als entscheidend für Bobs Erfolg: «Bei einem unkontrollierten Stuhlverlust hast du zwei Möglichkeiten... du kannst aufgeben oder du kannst dich säubern und weitermachen. Ich sage mir immer, dass morgen vielleicht der beste Tag meines Lebens ist. Jetzt ist mein Leben sehr viel einfacher geworden, weil der Gedanke daran, ich könnte ungewollten Stuhlverlust haben, nicht ständig im Hinterkopf sitzt.»

A close-up portrait of a middle-aged man with a mustache and blue eyes, smiling warmly. He is wearing a maroon t-shirt. In the lower-left corner, a yellow bowl containing a golden liquid and a wooden spoon is partially visible. The background is a soft-focus outdoor scene with trees and foliage. A solid green vertical bar runs along the right edge of the image.

«Es dauert einige Zeit, um herauszufinden, was für den Körper funktioniert, doch man muss einfach nur geduldig sein.»

Bob, Rückenmarksverletzung, USA

Willkommen zu Ihrem

Peristeen®-Tagebuch

Das Führen eines Tagebuchs ist eine gute Möglichkeit, eine persönliche Routine zu entwickeln. Verfolgen Sie Ihre Fortschritte in den nächsten Monaten, und Sie werden allmählich ein Muster darin erkennen, was am besten für Sie funktioniert und was nicht. Zeigen Sie das Tagebuch Ihrer medizinischen Fachkraft, um fundiert zu besprechen, wie Fortschritte erzielt werden können.

Morgens oder nachmittags? Welche Wassermenge ist optimal? Das Vornehmen schrittweiser Anpassungen und deren Aufzeichnung in diesem Tagebuch – das ist der Weg zum Erfolg. Es kann gut sein, dass Sie am Anfang auf Frustration stossen, doch bleiben Sie hartnäckig, und Peristeen kann Ihnen die Darmkontrolle geben, die Sie sich wünschen. Bringen Sie das Tagebuch zum nächsten Termin bei Ihrer medizinischen Fachkraft mit, um zu besprechen wie Fortschritte erzielt werden können – und denken Sie daran, nie Änderungen an Ihrer Routine vorzunehmen, ohne vorher Rücksprache mit Ihrer medizinischen Fachkraft zu halten.

Von meiner medizinischen Fachkraft empfohlene Routine

Tages-zeit	Wasser-menge (ml)	Anzahl der Pumpstösse	Häufigkeit	Zusätzliche Anmerkungen
Bis 14 Tage				
Nach 14 Tagen				

Den Stuhltyp verstehen

Die Bristol-Skala

Verwenden Sie das Tagebuch auf den folgenden Seiten, um einzutragen, wie Sie bei jedem Gang auf die Toilette zurechtkommen. Es wird Ihnen eine gute Vergleichsbasis liefern, um zu sehen, wie sich die Dinge verbessern. Dem Coloplast® Care Team wird es in einem Gespräch mit Ihnen helfen, zu verstehen, wie Sie zurechtkommen. Verwenden Sie die folgende schematische Darstellung als Hilfe, um im Tagebuchabschnitt «Typ nach Bristol» Ihr Ergebnis einzutragen.

Typ 1



Einzelne, feste Kügelchen (schwer auszuscheiden).

Typ 2



Wurstartig, klumpig.

Typ 3



Wurstartig mit rissiger Oberfläche.

Typ 4



Wurstartig mit glatter Oberfläche.

Typ 5



Weiche Klümpchen mit glattem Rand (leicht auszuscheiden).

Typ 6



Weiche Klümpchen mit unregelmässigem Rand.

Typ 7



Flüssig, ohne feste Bestandteile.

Datum / Uhrzeit TT/MM SS:MM	Methode: Peristeen / Ab- führmittel / Andere	Wasser (ml) / Pumpstöße (Luft)	Typ nach Bristol (1-7)	Unkontr. Stuhl- verlust seit letzter Irrig.
3 / 12 10 : 35	Per / Abf / Andere	700 / 3	4	Nein
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		
___/___ :___	Per / Abf / Andere	/		

Ergebnis   	Anmerkungen	Hinweise zur Ernährung	Irrigationsdauer (Minuten)
	Gute Irrigation ohne Wasseraustritt	viele Ballaststoffe, Nüsse und Samen	25
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			

Datum / Uhrzeit TT/MM SS:MM	Methode: Peristeen / Ab- führmittel / Andere	Wasser (ml) / Pumpstöße (Luft)	Typ nach Bristol (1-7)	Unkontr. Stuhl- verlust seit letzter Irrig.
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		

Ergebnis   	Anmerkungen	Hinweise zur Ernährung	Irrigations- dauer (Minuten)
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			

Datum / Uhrzeit TT/MM SS:MM	Methode: Peristeen / Ab- führmittel / Andere	Wasser (ml) / Pumpstöße (Luft)	Typ nach Bristol (1-7)	Unkontr. Stuhl- verlust seit letzter Irrig.
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		

Ergebnis   	Anmerkungen	Hinweise zur Ernährung	Irrigations- dauer (Minuten)
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			

Datum / Uhrzeit TT/MM SS:MM	Methode: Peristeen / Ab- führmittel / Andere	Wasser (ml) / Pumpstöße (Luft)	Typ nach Bristol (1-7)	Unkontr. Stuhl- verlust seit letzter Irrig.
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		

Ergebnis   	Anmerkungen	Hinweise zur Ernährung	Irrigations- dauer (Minuten)
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			

Datum / Uhrzeit TT/MM SS:MM	Methode: Peristeen / Ab- führmittel / Andere	Wasser (ml) / Pumpstöße (Luft)	Typ nach Bristol (1-7)	Unkontr. Stuhl- verlust seit letzter Irrig.
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		
	Per / Abf / Andere	/		

Ergebnis   	Anmerkungen	Hinweise zur Ernährung	Irrigationsdauer (Minuten)
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			
			

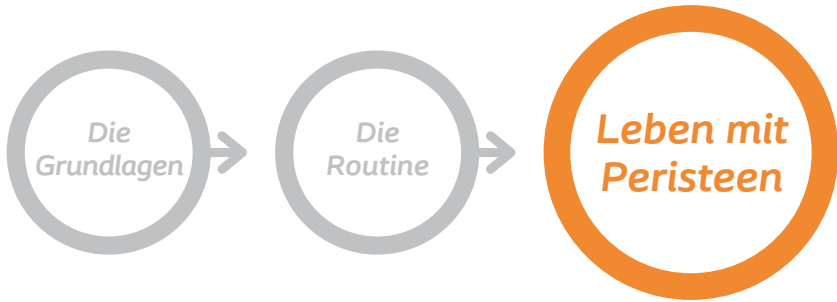


«Peristeen® hat mir zu mehr
Lebensqualität verholfen...
Ich habe mein Leben
zurückbekommen.»

Becky, Rückenmarksverletzung, USA



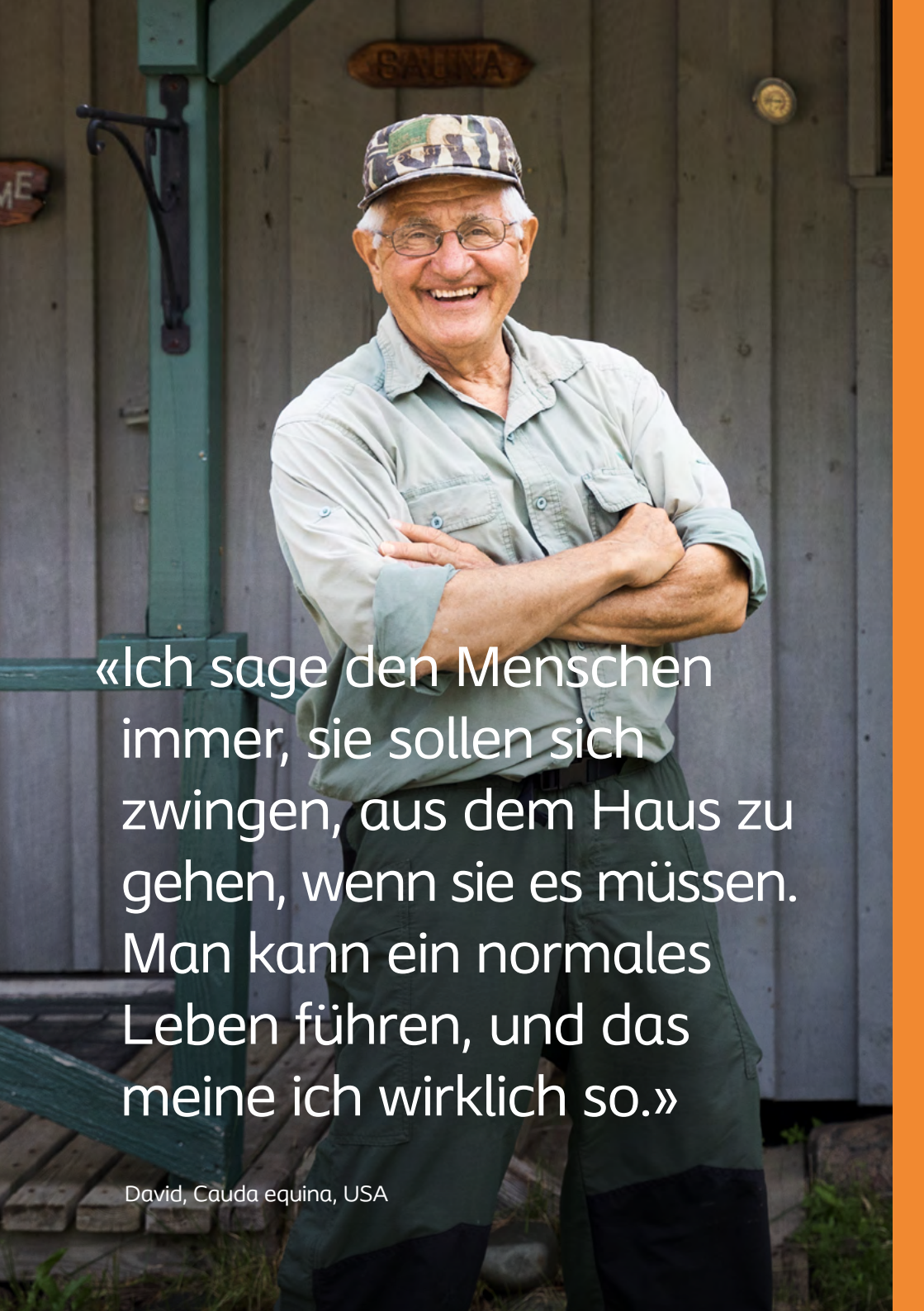
Welche Ziele setzen Sie sich?



Wenn Sie sich gute Grundlagen zum Darmmanagement angeeignet und eine persönliche Routine mit Peristeen entwickelt haben, sind Sie wahrscheinlich bereit, neue Ziele in Angriff zu nehmen. Ob es darum geht, zu reisen, wieder zu arbeiten oder einem neuen Hobby nachzugehen... es ist eine gute Idee, sich immer wieder herauszufordern. Doch es ist wichtig, nicht zu vergessen, die guten Gewohnheiten, die Sie entwickelt haben, einzuhalten.

David, ein Peristeen-Anwender, kann seine Ziele erreichen und einen engen Zeitplan halten, indem er beim Reisen flexible Lösungen findet. So führt er zum Beispiel vor einer langen Reise oft eine zusätzliche Irrigation durch und plant im Voraus, was er mitnehmen muss: «Ich packe vorsichtshalber immer zusätzliche Katheter und einen zusätzlichen Schlauch ein.»

Coloplast® Care bietet Ratschläge und Anregungen für ein erfüllteres Leben mit Peristeen – erfahren Sie mehr und rufen Sie das Coloplast® Care Team unter 0800 777 070 an.



«Ich sage den Menschen
immer, sie sollen sich
zwingen, aus dem Haus zu
gehen, wenn sie es müssen.
Man kann ein normales
Leben führen, und das
meine ich wirklich so.»

David, Cauda equina, USA

Peristeen®

Häufig gestellte Fragen



Auch wenn Sie in der Anwendung von Peristeen sicher sind und gute Ergebnisse erzielen, entstehen häufig Fragen. Falls Ihre Frage hier nicht beantwortet wird, können Sie das Coloplast® Care Team jederzeit unter 0800 777 070 anrufen. Unsere engagierten Mitarbeiter haben schon vielen Peristeen-Anwendern geholfen. Zögern Sie also nicht, uns zu kontaktieren.

F: Soll ich vor oder nach der Anwendung essen?

A: Dafür gibt es keine feste Regel. Wenn Sie die Irrigation 20 bis 30 Minuten nach dem Essen beginnen, kann das hilfreich sein, um die natürliche Aktivität des Darms zu stimulieren und die Entleerung so zu erleichtern. Hilfreich kann auch sein, für die Irrigationen eine feste Zeit zu finden und diese einzuhalten.

F: Was soll ich tun, wenn das Irrigationswasser nicht zurückkommt und/oder die Stuhlausscheidung ausbleibt?

A: Vielleicht sind Sie dehydriert, wodurch der Darm das Irrigationswasser resorbiert hat. Warten Sie einen Tag und versuchen Sie es zur gleichen Zeit noch einmal. Falls das gleiche noch einmal passiert, kann Ihnen Ihre medizinische Fachkraft weiterhelfen.

F: Wie lange sollte jede Irrigation dauern?

A: Das ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Denken Sie daran, in Ihrem Tagebuch Aufzeichnungen über die benötigte Zeit zu machen, und mit der Zeit finden Sie heraus, was für Sie am besten funktioniert. Das Coloplast Care Team kann Ihnen helfen, eine erfolgreiche Irrigation zu erkennen.

F: Ich habe manchmal Unterleibskrämpfe, wenn ich Peristeen® verwende. Ist das normal?

A: Krämpfe können ein Hinweis darauf sein, dass das Wasser zu kalt ist. Sie können aber auch darauf hindeuten, dass der Darm anfängt, sich zusammenzuziehen, was ein gutes Zeichen ist. Versuchen Sie, langsamer zu pumpen, oder unterbrechen Sie das Verfahren für einige Minuten und beginnen Sie wieder, wenn die Krämpfe verschwinden. Warten Sie nach Mahlzeiten 20–30 Minuten, um sicherzustellen, dass der Magen nicht gefüllt ist. Es kann hilfreich sein, dafür zu sorgen, dass Sie vor der Irrigation eine leere Blase haben. Oft lassen die Krämpfe mit zunehmender Gewöhnung an die Behandlung nach, und sie sollten nicht sehr intensiv oder schmerzhaft sein. Falls doch, wenden Sie sich sofort an Ihre medizinische Fachkraft.

F: Was ist, wenn zwischen den Irrigationen Darmentleerungen auftreten?

A: Das kann an einer mangelhaften Entleerung liegen, bedingt durch Verstopfung oder harten Stuhl. Sie müssen vielleicht länger auf der Toilette bleiben, um sicherzustellen, dass das gesamte Wasser herausgelaufen und der Darm genügend entleert ist. Das Coloplast® Care Team kann Sie gerne beraten.

F: Soll ich meine Darmmedikamente (z. B. Abführmittel) weiter einnehmen?

A: Sie sollten alle Medikamente, die Ihnen Ihr Arzt verschrieben hat, weiter einnehmen. Konsultieren Sie unbedingt Ihren Arzt, wenn Sie Änderungen an Ihrer Medikation vornehmen möchten.

F: Wie verhindere ich, dass sich im Schlauch schwarze Flecken bilden?

A: Das lässt sich wahrscheinlich auf Restwasser in den Schläuchen zurückführen. Stellen Sie sicher, dass sie trocknen, indem Sie die Steuereinheit über die Badewannenarmatur hängen, sodass die Schläuche herunterhängen.

Wie starte ich

mit Peristeen®?

Wenn Sie Interesse an der transanalen Irrigation haben bzw. die Anwendung für sich abklären und ausprobieren möchten, gehen Sie folgendermassen vor:



ÄRZTLICHE ABKLÄRUNG UND VERORDNUNG

Im ersten Schritt ist es wichtig, dass Sie Kontakt mit dem behandelnden Arzt aufnehmen und im Rahmen einer Voruntersuchung oder eines Arztgespräches die Möglichkeit einer transanalen Irrigation für Sie abklären. Wenn die Anwendung von Peristeen für Sie in Frage kommt, stellt der Arzt eine Verordnung aus. Zur Unterstützung Ihres Arztes finden Sie am Ende der Broschüre eine Vorlage.



START MIT PERISTEEN

Nach erfolgter Abklärung und Verordnung durch Ihren Arzt, ist der Weg frei für den Start mit Peristeen.

Wie vorgehen:

Schritt 1 – Anmeldung zum Start mit Peristeen

Schritt 2 – Vermittlung einer Fachperson zur Instruktion durch Coloplast und Instruktion mit kostenlosem Peristeen System

Schritt 3 – Unterstützung durch Coloplast® Care

Bei Fragen zu den oben angeführten Schritten, können Sie jederzeit gerne das Coloplast® Care Team per Telefon unter 0800 777 070 oder per Email an consumercare@coloplast.com kontaktieren.

Registrieren Sie sich

für den Start mit Peristeen®

Zur Registrierung für den Start mit Peristeen können Sie eine der zwei unten genannten Möglichkeiten nutzen.

Füllen Sie das beiliegende Formular aus und senden sie es an:
consumercare@coloplast.com oder per Post an
Coloplast AG, Euro 1, Blegistrasse 1, 6343 Rotkreuz

Oder füllen Sie das Registrierungsformular online unter
www.coloplast.ch/startperisteen aus.

Anmeldung

Start mit Peristeen® inklusive Coloplast® Care

☐ Ich melde mich zum Start mit Peristeen inklusive Care Programm an.

Bitte füllen Sie das Anmeldeformular auf der Vorder- sowie Rückseite vollständig aus.

☐ Herr ☐ Frau

Name, Vorname*

Strasse, Hausnummer*

PLZ/Ort*

Telefon*

Mobiltelefon

E-Mail*

Geburtsdatum*

*erforderliche Angaben

Sind Sie Rollstuhlfahrer/in?

☐ Ja ☐ Nein

Um welche Erkrankung handelt es sich?

Krankheitsbild

seit

Welche Produkte verwenden Sie derzeit?

	Produktname/Hersteller	verwendet seit	Anzahl Stück pro Woche
☐ Einmalkatheter			
☐ Kondom-Urinal			
☐ Anal-Tampons			
☐ Sonstiges			

Woher beziehen Sie Ihre Produkte?

- ☐ Orthotec ☐ Apotheke
☐ Publicare ☐ Andere: _____

Vor dem Start mit Peristeen sind folgende Schritte wichtig:

- Untersuchung durch Arzt ☐ Erledigt
Ärztliche Verordnung ☐ vorhanden

Folgende Person hat mir den Start mit Peristeen empfohlen: _____

Bitte kreuzen Sie an:

Coloplast ist ein Unternehmen, das sich für den Schutz Ihrer Daten stark macht. Wir verarbeiten Ihre Daten unter strenger Beachtung der gesetzlichen Vorgaben und betreiben keinen Handel mit diesen. Weitere Informationen können Sie bei Interesse unter www.coloplast.ch abrufen.

☐ Ich bin mit dem Inhalt gemäss dieser Erklärung einverstanden (bitte ankreuzen)*

Ich bin an Informationen zu Coloplast-Produkten und Services interessiert. Ich erteile der Coloplast AG, Blegistrasse 1, 6343 Risch-Rotkreuz, Schweiz, der Coloplast GmbH, Thomas-Kleist-Platz 10, 1030 Wien, Österreich sowie den Coloplast-Gesellschaften in Deutschland, Polen, Frankreich und Italien (nachfolgend alle zusammen als "Coloplast"), die ausdrückliche Zustimmung zur Bearbeitung meiner mit diesem Formular sowie in den folgenden Beratungsgesprächen zur Verfügung gestellten personenbezogenen Daten* zu folgenden Zwecken:

Der Umfang der übermittelten Daten beschränkt sich auf das erforderliche Minimum.

- Durchführung von Umfragen und Marktforschung,
 - Bereitstellung von Marketing- und Informationsmaterialien über Coloplast-Produkte und -Services sowie einer persönlichen Beratung darüber per Post, E-Mail, SMS und Telefon
 - und Verarbeitung von Bestellungen, Musteranforderungen sowie allgemeine Verwaltungszwecke.
- Die Daten werden auf einem Server in der Schweiz und in der EU gespeichert.

**Vgl. für die Adressangaben der einzelnen Gesellschaften die Datenschutzerklärung von Coloplast unter folgendem <https://www.coloplast.ch/de-CH/global/datenschutzerklaerung/>.

***Insbesondere Name, Adresse, Telefonnummer, Geburtsdatum, E-Mail-Adresse, Nationalität, Produktinteressen, Zivilstand, Kinder, Daten über Vorerkrankungen, Grunderkrankungen, Begleiterkrankungen und aktuelle Erkrankungen, biometrische Daten, relevante Mitgliedschaften, Krankenkasse, Ort und Datum der Unterschrift.

Ich erkläre mich ferner damit einverstanden, durch Mitarbeiter der Coloplast im Rahmen der oben genannten Zwecke aktiv kontaktiert zu werden.

Ich kann mein Einverständnis jederzeit kostenfrei und problemlos mit Brief an Coloplast AG, Blegistrasse 1, 6343 Risch-Rotkreuz, Schweiz oder per E-Mail an swissinfo@coloplast.com widerrufen. Ich bin mir bewusst, dass ein Widerruf keine rückwirkende Geltung hat und die Rechtmässigkeit der Datenbearbeitung bis zum Erhalt des Widerrufs nicht berührt wird.

Darüber hinaus nehme ich untenstehende Informationen zur Kenntnis:

- Die Coloplast wird zwecks Bereitstellung geeigneter Patienten-Services und Produkt-Updates im Rahmen der oben angegebenen Zweckbestimmung meine persönlichen Daten Dritten bekannt geben. Dritte können namentlich andere Konzerngesellschaften in der EU sein und beauftragte Dienstleistungspartner in der Schweiz, in den EU-Mitgliedsstaaten, Grossbritannien, den USA und/oder weiteren Übersee-Staaten, wo teilweise ein tieferes Datenschutzniveau als in der Schweiz und der EU besteht. Alle Dienstleistungspartner sind vertraglich dazu verpflichtet, das in der Schweiz gesetzlich geforderte Datenschutzniveau einzuhalten. Sie sind insbesondere gehalten, die von uns erhaltenen Daten vertraulich zu behandeln und ausschließlich zum Zwecke der Services und der Geschäftsabwicklung in unserem Auftrag zu verwenden. Der Umfang der übermittelten Daten beschränkt sich auf das erforderliche Minimum.
- Informationen zum Datenschutzbeauftragten der Coloplast finde ich auf der Coloplast-Homepage unter <https://www.coloplast.ch/de-CH/global/datenschutzbeauftragter/>
- Ich habe ein Recht auf Auskunft über die bei der Coloplast gespeicherten Daten, auf Richtigstellung und auf Löschung dieser Daten. Zudem habe ich das Recht auf Übertragbarkeit meiner Daten.
- Ich habe das Recht, mich bei der Datenschutzbehörde zu beschweren, wenn ich glaube, dass die Bearbeitung meiner personenbezogenen Daten gegen das anwendbare Datenschutzgesetz verstösst.
- Sofern keine weiteren Verwendungsbedürfnisse meiner Daten im Rahmen der oben angegebenen Zweckbestimmung bestehen, werden diese solange gesetzlich zulässig aufbewahrt und dann im System der Coloplast anonymisiert, sofern keine weitere Zustimmungserklärung abgegeben wurde.
- Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie unter <https://www.coloplast.ch/de-CH/global/datenschutzerklaerung/>

Ort, Datum*

Unterschrift*

Unterstützung zur richtigen Zeit

Das Coloplast® Care Programm ist ein telefonisches Betreuungsprogramm, welches Anwendern vom Peristeen® System nach der Einschulung über einen längeren Zeitraum unterstützend zur Seite steht.

Das Coloplast Team wird sich regelmässig mit Ihnen in Verbindung setzen, dabei Fragen beantworten und Unsicherheiten klären sowie bei medizinischen Themen an die einschulende Stelle bzw. an eine medizinische Fachkraft weiterverweisen. Vor allem in der Anfangsphase ist Unterstützung wichtig, um die eigene Routine gemäss Instruktion zu etablieren. Das Coloplast® Care Team ist für Fragen erreichbar und teilt gerne Tips und Tricks von anderen Anwendern, damit auch Ihre Anwendung von Peristeen ein Erfolg wird.

Setzen Sie sich mit uns in Verbindung:
0800 777 070 (kostenlos) oder besuchen sie unsere Website
www.coloplast.ch/startperisteen

A woman with short, light-colored hair and bangs, wearing a white nurse's uniform, is holding a blue folder. She is looking slightly to the right with a calm expression. The background is softly blurred, showing what appears to be a hospital or clinic setting with warm lighting.

«Coloplast® Care kann
Peristeen®-Anwendern ein
grosses Sicherheitsgefühl
geben, weil sie wissen, dass
es immer jemanden gibt,
den Sie bei Problemen
anrufen können.»

Anna-Lena, Krankenschwester

Peristeen® Dauerrezept

☐ Erstverordnung

☐ Folgeverordnung

Diagnose _____

Vorname, Name

E-Mail

Adresse

Telefonnummer / Mobile

PLZ, Ort

Geburtsdatum

Krankenkasse / Unfallversicherung

Versicherungsnummer

☐ Komplettsystem Peristeen Anale Irrigation

Inhalt 1 Steuereinheit, 1 Wasserbeutel

2 Rektalkatheter, 1 Gurt

15.17.01.00.1

MiGel Nr.

Artikel Nr. 291210

Pharmacode 2928255

☐ Verbrauchseinheit Peristeen Anale Irrigation

Inhalt je Einheit 1 Wasserbehälter

15 Rektalkatheter

15.17.01.00.1

MiGel Nr.

Artikel Nr. 291220

Pharmacode 2928261

☐ Verbrauchseinheit Peristeen Anale Irrigation

Small für Kinder

Inhalt je Einheit

1 Wasserbehälter

15 Rektalkatheter small

15.17.01.00.1

MiGel Nr.

Artikel Nr. 291270

Pharmacode 5729409

Datum & Unterschrift

Stempel Klinik / Arzt



Ostomy Care / Continence Care / Wound & Skin Care / Interventional Urology

Coloplast AG, Blegistrasse 1, 6343 Rotkreuz

www.coloplast.com The Coloplast logo is a registered trademark of Coloplast A/S. © 2020-10. All rights reserved Coloplast A/S PM-13255

