

Moja prvá podprsenka a epitéza po mastektómii prsníka



Sprievodca pre ženy po mastektómii
prsníka.

Základné informácie, rady a odporúčania pre pacientky po mastektómii prsníka.

Každý deň sa stretávame so ženami, ktoré nemajú dostatočné informácie o tom, čo všetko môžu ako onkologické pacientky využívať a na čo všetko majú nárok z poisťovne. Pripravili sme Vám preto stručný prehľad základných informácií, ktoré Vám pomôžu zorientovať sa v oblasti hrađených pooperačných pomôcok.

- 1. Prsná epitéza textilná** – volajú ju aj ako „**prvá**“ alebo „**dočasná**“. Máte na ňu nárok ihneď po mastektómii a to len 1- krát v rámci operácie. Je **hradená poisťovňou v plnej výške** a predpisuje ju Váš onkológ. Lekársky poukaz, ktorý dostanete od lekára si následne môžete uplatniť v špecializovanej predajni a to najneskôr do 30 dní odo dňa vystavenia poukazu. **Kód pre poisťovňu: H92641**
- 2. Parochňa** – príspevok od poisťovne na parochňu je vo **výške 28,91 eur** . Máte na neho nárok ihneď počas liečby. Lekársky poukaz Vám aj v tomto prípade predpisuje Váš onkológ. Lekársky poukaz je potrebné uplatniť v špecializovanej predajni najneskôr do 30 dní odo dňa vystavenia poukazu.
- 3. Prsná epitéza silikónová** - alebo tiež označovaná ako „**trvalá**“ . Príspevok na prsnú epitézu poisťovňa čiastočne prepláca v maximálnej **výške 47,10 Eur** a máte na neho **nárok 1 x ročne**. Rozdiel medzi predajnou cenou epitézy a príspevkom od poisťovne si musíte doplatiť Vy. Aj v tomto prípade ide o lekársky poukaz a vystaví Vám ho Váš onkológ. Je potrebné následne poukaz uplatniť v špecializovanej predajni najneskôr do 30 dní odo dňa vystavenia poukazu.
Kódy pre poisťovňu: H52641, H20002, H20003, H53709
- 4. Protetická podprsenka** – čiže „zdravotná spodná bielizeň“ . Príspevok na protetickú podprsenku dostávate od poisťovne vo **výške 8,68 Eur** a máte na neho **nárok 1x ročne**. Ako vo všetkých prípadoch ide o lekársky poukaz a vystaví Vám ho Váš onkológ. Uplatniť si ho môžete v špecializovanej predajni a to najneskôr do 30 dní odo dňa vystavenia poukazu.
Kód pre poisťovňu: H27691

V prípade, že Vám lekárske poukazy nepredpíše Váš onkológ automaticky, nebojte sa a neváhajte si ich vyžiadať. Máte na ne nárok a neváhajte ich využiť!

Všetky dostupné informácie nájdete na:

www.zdravotna-podprsenka.sk

OZ Zdravotná podprsenka,
BRATISLAVA
t.č.: 00421 905 671 081

www.ozamazonky.sk

OZ AMAZONKY
BRATISLAVA, MARTIN
t.č.: 00421 948 352 592

Kompresívna podprsenka

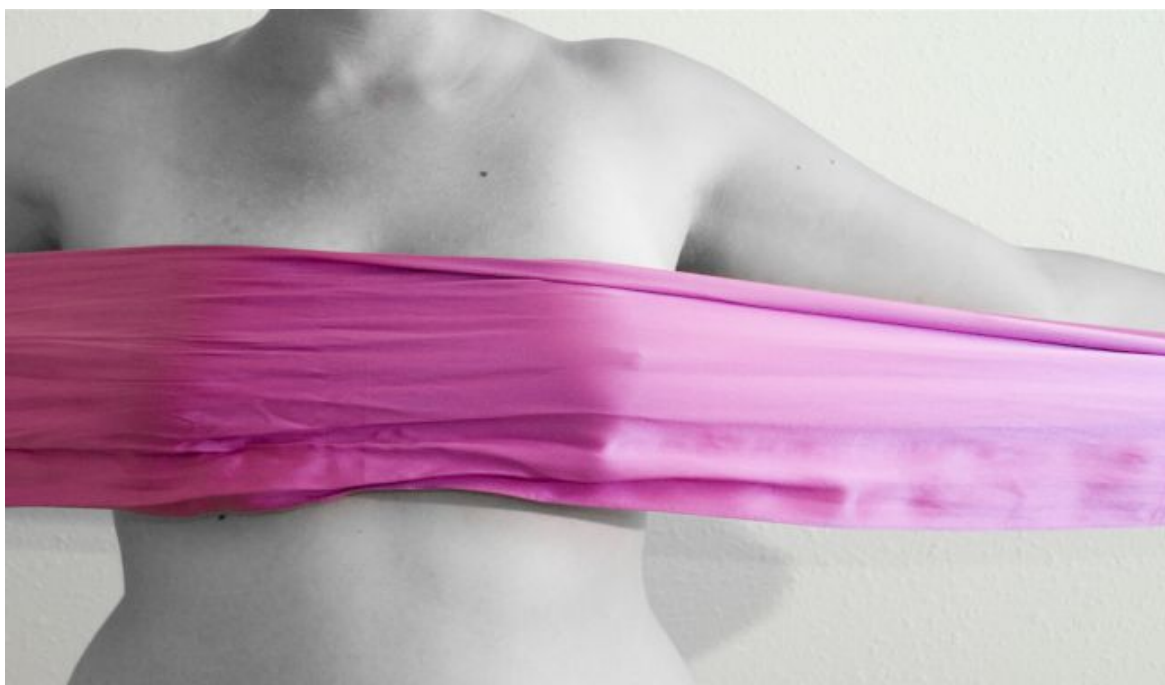
Vhodná spoločníčka už do nemocnice

Vedeli ste o tom, že sa odporúča prísť do nemocnice už s pripravenou kompresívnou podprsenkou?

Zaujímá Vás prečo a v čom je táto podprsenka iná, špeciálna? Prinášame Vám preto stručné vysvetlenie čím sa takáto podprsenka odlišuje a prečo je odporúčaná.

Táto podprsenka je hladká s jemnými švami a je vhodná pre obdobie po operácii ako aj počas liečby. Poistovňa neprispieva a ani čiastočne neprepláca túto podprsenku, je na Vás, či si ju zadovážite alebo nie.

Kompresívne podprsenky sú výnimočne tým, že sú s vysokým podielom bavlny a poskytujú podporu v priebehu hojenia, ožarovania či chemoterapie. Výhodou tejto podprsenky je, že obmedzuje nepríjemné pocity a tlak na oblasť rany a jaziev po operácii a takto predchádza dráždeniu a zápalu v okolí rany. Kompresívne podprsenky znižujú riziko vzniku pooperačného opuchu, hematómu a lymfedému. Vďaka širokým a upraviteľným ramienkam sa nezarezáva. Pohodlné modelované košíčky a jemné ploché švy nedráždia pokožku ani jazvu. Zapínanie vpredu je pohodlné kvôli ľahšiemu prístupu k operovanej ploche a obliekaniu zároveň. Zapínanie je na háčiky a zips zároveň, z dôvodu čo najlepšieho uchopenia a stiahnutia, aby maximálne spĺňala svoju funkciu kompresívnej podprsenky. Vyznačuje sa optimálnym tlakom a podporou bez obmedzenia pohybu. Je vhodná pre ženy **po operácii prsníka ale aj po rekonštrukcii prsníka.**



Pooperačná – textilná prsná epitéza.

Obnovená symetria ihneď po operácii.

Táto epitéza je často označovaná aj ako prvá alebo dočasná textilná prsná epitéza.

Ide o mäkkú, ľahkú a bavlnenú epitézu, ktorá Vám zabezpečí lepší pocit komfortu ihneď po operácii. Prvotná prsná epitéza je určená na počiatočné obdobie po operácii a zároveň je vyvinutá tak, aby Vám zabezpečila opätovnú symetriu, komfort a lepší pocit v prvotnom období po mastektómii. Textilná prsná epitéza je špeciálne vyvinutá tak, aby nedráždila citlivú pokožku v oblasti jazvy. Je vyrobená zo špeciálneho medicínskeho fliesu, a vrchná časť je z antibakteriálnej bavlny.

Vkladá sa do kompresívnej alebo protetickej podprsenky určenej pre ženy po mastektómii prsníka. Táto pooperačná textilná epitéza je plne hrađená poisťovňou. Neodporúča sa na plávanie a ani na dlhodobé používanie.

UPOZORNENIE:

Epitéza je veľmi ľahká a preto nerovnomerne zaťažuje chrbticu. Doporučujeme ju používať iba v pooperačnom období, maximálne však do 7 týždňov po operácii. / alebo podľa stavu zahojenia jazvy/. Po tomto období je potrebné túto epitézu vymeniť za prsnú epitézu silikónovú.



Protetická spodná bielizeň

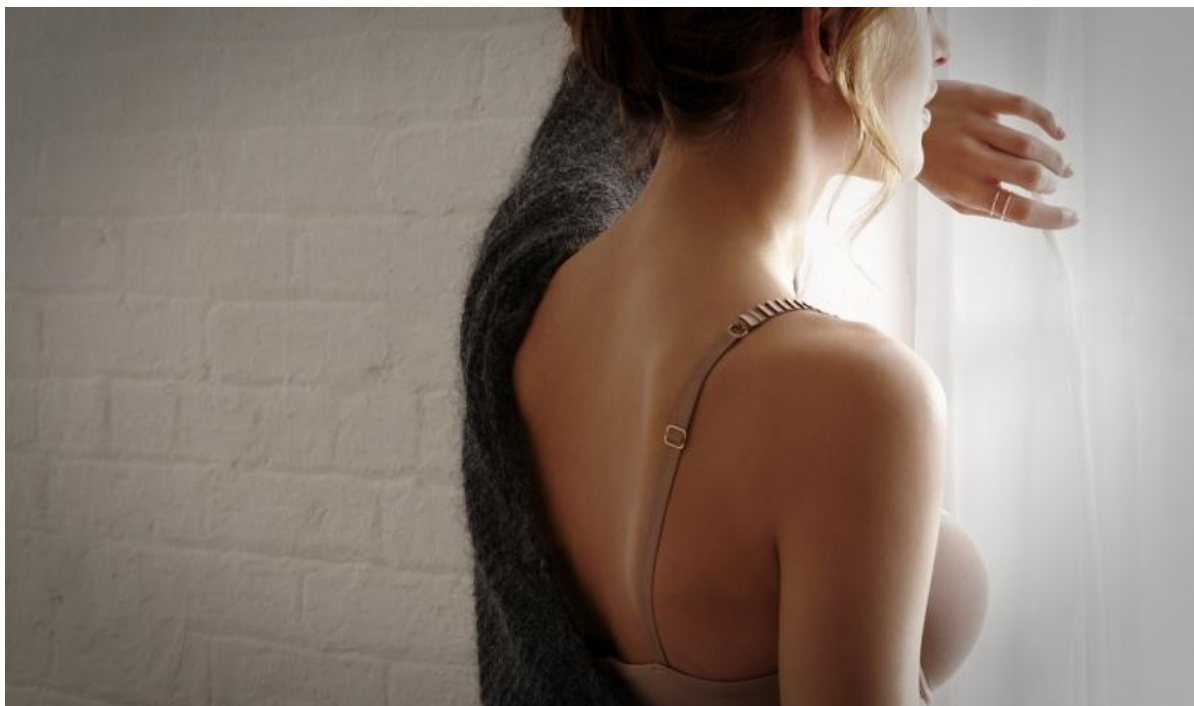
Vaša nová spoločníčka

Protetická spodná bielizeň je každodenný nenahraditeľný pomocník, ktorý Vám zabezpečí maximálny komfort aj napriek prekonanej nepríjemnej chorobe. Protetická spodná bielizeň už nie je len o podprsienke s rovnými vreckami na prsnú epitézu ako kedysi. Aj v tejto kategórii sa svetový výrobcovia posunuli vpred a každoročne prichádzajú s novinkami, ktoré Vám zabezpečia sebadôveru, pocit pohodlia a komfortu počas celého dňa. Protetická bielizeň je vyrábaná zo špeciálnych, jemných textílií. Vrecúška na vkladanie prsných epitéz sú vyrobené z antibakteriálnej bavlny a podprsienky zvyknú byť už obojstranné bez potreby strihania nepotrebného vrecúška, nakoľko košík ako aj vrecúško sú modelované tak, aby sa pekne prispôbili Vášmu prsníku.

Protetické podprsienky sa delia :

- **Soft** – bez vystuže : s koticou / bez kostice
- **Vystužené** - s koticou / bez kostice
 - **Kompresívne** – pooperačné
 - **Športové**

Príspevok od poisťovne na protetickú podprsienku predstavuje **8,68 Eur** a máte na neho nárok **1x ročne**. Lekársky poukaz Vám vystaví Váš onkológ.



Prsná epitéza silikónová

Predpokladom pre dokonalú siluetu je výber správnej epitézy.

Pocit, že ani pri objatí nik nepozná, že nosíte epitézu Vám určite posilní Vaše sebavedomie.

Zo širokej ponuky silikónových prsných epitéz je možné vybrať vhodný výrobok požadovaných vlastností ako aj tvaru a veľkosti pre každú ženu.

V ponuke sú epitézy delené nasledovne:

- Štandardné **neodľahčené**
- **Odľahčené** – označené „Light“ / odporúča sa pri väčších veľkostiach /
- **Korekčné** – pri čiastočnej mastektómii, alebo v prípadoch, keď má žena korekčný problém / napr.: po tehotenstve a dojčení /
- **Aqua** – určené na aktívne plávanie
- **Energy / Active** – určené pre pohybovo aktívne ženy
- **Samodržiace** – nalepovacie prsné epitézy
- **Plniace** – určené ženám, ktoré potrebujú vyplniť aj vnútornú stranu epitézy / napr. v prípade ak sa odstráni tkanivo a vznikne priehlbina na hrudníku /

Na prsnú epitézu silikónovú máte nárok **1x ročne**. Poistovňa Vám ju prepláca do maximálnej výšky **47,10 Eur**. Predpisuje Vám ju Váš onkológ. Lekársky poukaz si musíte uplatniť do 30 dní odo dňa vystavenia poukazu.



Doplňky a pomôcky pre ženy po mastektómii prsníka.

Vedeli ste o tom, že aj napriek nepríjemnej diagnóze a ochoreniu ktorému čelíte, môžete aj naďalej pokračovať vo svojich obľúbených aktivitách?

***Ste športový typ a máte rada športové hry ?
Nosievali ste šaty na ramienka alebo letné tričká na ramienka?***

Radi plávate a chcete si aj naďalej užívať teplé letné dni pri vode alebo si doprajete wellnes pobyt?

Žiadnej z týchto obľúbených aktivít sa nemusíte vzdávať aj napriek diagnóze s ktorou bojujete.

V dnešnej dobe už nájdete na trhu rôzne doplnky, ktoré sú prispôsobené ženám po mastektómii ako napríklad :

- protetické plavky,***
- protetické športové oblečenie,***
- protetické tielka,***
- protetické šaty,***
- domáce oblečenie alebo nočná spodná bielizeň***
- rôzne doplnky, ktoré Vám zabezpečia komfort a maximálnu podporu počas nosenia.***

Aj napriek tejto nepríjemnej diagnóze, sme presvedčené a chceme Vám ukázať, že sa môžete cítiť príťažlivo, komfortne a sebavedomo.

Ak potrebujete viac informácií alebo hľadáte odpovede na svoje otázky neváhajte sa na nás obrátiť.

Radi Vám pomôžeme!

Nie ste v tom sama!

Potrebujete poradiť, alebo sa len tak porozprávať?

Obráťte sa na nás:

OZ Zdravotná podprsenka

t.č.: 0905 671 081

E-mail: info@zdravotna-podprsenka.sk

Šusteková 2

841 04 Bratislava

OZ Amazonky

t.č.: 0907 54 24 74

E-mail: rok.amazonky@gmail.com

Námestie SNP 13

811 06 Bratislava

OZ Amazonky

t.č.: 0907 037 111

E-mail: michaelakrbatova@azet.sk

Pobočka: Martin

OZ Viktorky

t.č.: 0903 066 219

E-mail: zupepi@gmail.com

Karpatská 6,

974 11 Banská Bystrica

