



# FÓLK MEÐ STÓMA

## getur stundað sund eins og aðrir

Um 350 einstaklingar á Íslandi eru með stóma.

Stóma er ekki sjúkdómur heldur lausn á veikindum og gerir einstaklingum fært að lifa góðu lífi.

Allflestir stómaþegar eiga það sameiginlegt að vera við ágæta heilsu eftir að hafa gengist undir aðgerð vegna meltingarsjúkdóma, nýrnaveikinda, krabbameins eða slysfara.

Stómapokar eru fullkomlega öruggir og engin hættu á að þeir leki í vatni.

Stómaþegar sleppa stundum sundferðum enda áberandi poki á maga þeirra.

Því upplýstari sem almenningur er um stóma þeim mun líklegri er að stómaþegar sæki sundstaði landsins og njóti þess.



Nánari upplýsingar á heimasíðu Stómasamtakanna [www.stoma.is](http://www.stoma.is)

Stóma er tilbúið op á kviði eftir aðgerð á ristli eða þvagblöðru.

