

# Leben mit einer Laryngektomie

**Atos**

Breathing-Speaking-Living  
atosmedical.com

# Über uns

Atos Medical hat ein grosses Ziel: Wir tun alles dafür, tracheotomierten und laryngektomierten Menschen wieder eine Stimme zu geben. Jahrzehntelange Erfahrung und ein tiefes Verständnis für die Bedürfnisse unserer Kunden bilden die Grundlage für die Entwicklung unserer Designlösungen und Technologien. Wir sind stolz darauf, unseren Kunden kontinuierlich innovative Lösungen bieten zu können.

Seit der Einführung der ersten Provox® Stimmprothese im Jahr 1990 hat Atos Medical im Bereich der Versorgung laryngektomierter Menschen eine führende Position übernommen.

Bis heute konnten wir mehr als 100 000 Kehlkopfoperierte aus über 70 Ländern mit unseren Produkten bei der Krankheitsbewältigung unterstützen. Über 30 Jahre Erfahrung in der Entwicklung von Produkten für die Rehabilitation von HNO-Patienten, eine enge Kooperation mit führenden Instituten, Ärzten, Logopäden und Patienten sowie zahlreiche Studien haben dazu geführt, dass Provox heute als führendes System für die stimmliche und pulmonale Rehabilitation gilt. Die Produkte sind wie in einem Baukastensystem miteinander kombinierbar und bieten individuelle Lösungen für unterschiedliche Bedürfnisse.

Im HNO-Bereich verfügen wir über ein umfangreiches Wissen in Hinsicht auf Erkrankungen, Behandlungen und Produkte. Dank eines langjährigen Austausches mit Patienten und Fachärzten können wir immer einen Schritt voraus sein und unser Praxiswissen für eine erfolgreiche Forschungs- und Entwicklungsarbeit einsetzen. Unsere Produkte werden in mehr als 150 von Fachkollegen geprüften Veröffentlichungen erwähnt. Atos Medical unterstützt und initiiert jedes Jahr zahlreiche Veranstaltungen und entwickelt Schulungsprogramme für Fachpersonal, Betroffene und deren Angehörige.

Wir sind stolz auf unsere Geschichte und unsere Leistungen. Und wir freuen uns darauf, unseren Kunden auch weiterhin mit einem umfangreichen Serviceangebot sowie qualitativ hochwertigen Produkten eine optimale Versorgung bieten zu können.



# Inhalt

## **Erster Teil**

Was ist eine Laryngektomie?	4
Vor und nach einer Laryngektomie	5

## **Zweiter Teil**

Sprechen – auf andere Art	7
Sprechen mit einer Provox Stimmprothese	9
Sprechen mit Selbstvertrauen	11
Reinigung Ihrer Provox Stimmprothese	13

## **Dritter Teil**

Die Atemluft nimmt einen anderen Weg	15
Die Provox Life™ HME	17
Zubehör	21
Provox Life™ Adhesives	23
Provox Life™ LaryTube und Provox Life™ LaryButton	25
Hautpflege	27

## **Vierter Teil**

Zurück ins Leben – Joakims Geschichte	28
Kontakt	31



# Was ist eine Laryngektomie?

**Sich einer Laryngektomie unterziehen zu müssen – das kann anfangs zu einem Gefühl der Überforderung führen und Ihr Leben in mancher Hinsicht grundlegend verändern. Doch Sie sind damit nicht allein. Weltweit haben bereits mehr als 100 000 Menschen eine solche Erfahrung durchlebt. Viele von ihnen haben Mittel und Wege gefunden, wieder sprechen, unbeschwert atmen und Ihren Alltag leichter meistern zu können.**

Die Laryngektomie ist ein Eingriff, der bei Krebserkrankungen im fortgeschrittenen Stadium durchgeführt wird. Bei der Operation wird der Kehlkopf entfernt, in der Fachsprache Larynx genannt. Er hat verschiedene wichtige Aufgaben. So enthält er die Stimmlippen, die unsere Stimme erzeugen. Ausserdem ist der Kehlkopf für das Atmen und Schlucken sehr wichtig.

Durch seine Entfernung verändert sich also nicht nur Ihre Stimme, sondern auch die Art und Weise, wie Sie atmen, schlucken und riechen.

Nach einer Laryngektomie werden Sie statt durch Nase und Mund über einen Luftröhrenschnitt, das sogenannte Tracheostoma, atmen, und Sie werden neu lernen müssen, wie Sie wieder Töne zum Sprechen erzeugen können.

Eine der grössten Veränderungen im Anschluss an eine Laryngektomie ist der Verlust der Stimmlippen. Sprechen, wie Sie es bisher gewohnt waren, ist dann nicht mehr möglich. Es gibt jedoch bewährte Methoden zur Stimmrehabilitation, die Sie im zweiten Teil dieser Broschüre kennenlernen.

Auch der Verlust der Nasenfunktion ist eine gravierende Folge dieser Operation. Da Sie nicht mehr durch die Nase atmen, werden Sie sich an den neuen Atemweg anpassen müssen. Vielen Menschen ist nicht bewusst, dass die Nase neben dem Riechen noch weitere Aufgaben hat. Sie spielt eine entscheidende Rolle für die Gesundheit und Funktionsfähigkeit der Lunge. Ohne die Filterung durch die Nase ist die Atemluft kühler und trockener als sie es sein sollte. Dadurch kommt es in den Lungen zu vermehrter Schleimbildung. Glücklicherweise gibt es Hilfsmittel, die die Aufgabe der oberen Atemwege übernehmen und die Luft vorbereiten, bevor sie eingeatmet wird. Es sind spezielle Wärme- und Feuchtigkeitsaustauscher (HME), die vor dem Luftröhrenschnitt platziert werden.

Ihr Alltag wird sich durch die Laryngektomie ändern. Das steht ausser Frage. Aber auch nach einem solchen Eingriff ist ein glückliches und erfülltes Leben möglich. Sie können weiterhin aktiv sein, ob beim Sport oder bei Spaziergängen. Sie können sich mit Freunden treffen und fast alles tun, was Ihnen auch vor der Operation Freude bereitet hat.

# Vor einer Laryngektomie

## Stimmlippen

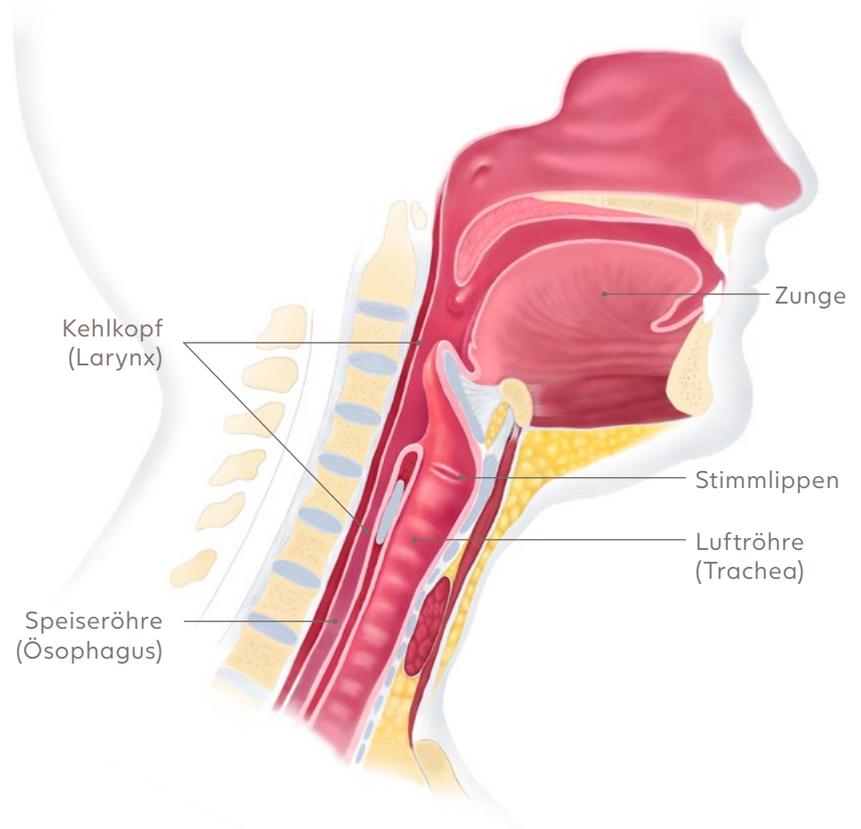
Die Stimm lippen sind Gewebefalten im Kehlkopf. Sie vibrieren in der Atemluft und erzeugen so die Stimme.

## Speiseröhre

Durch die Speiseröhre gelangt die Nahrung vom Mund in den Magen.

## Luftröhre

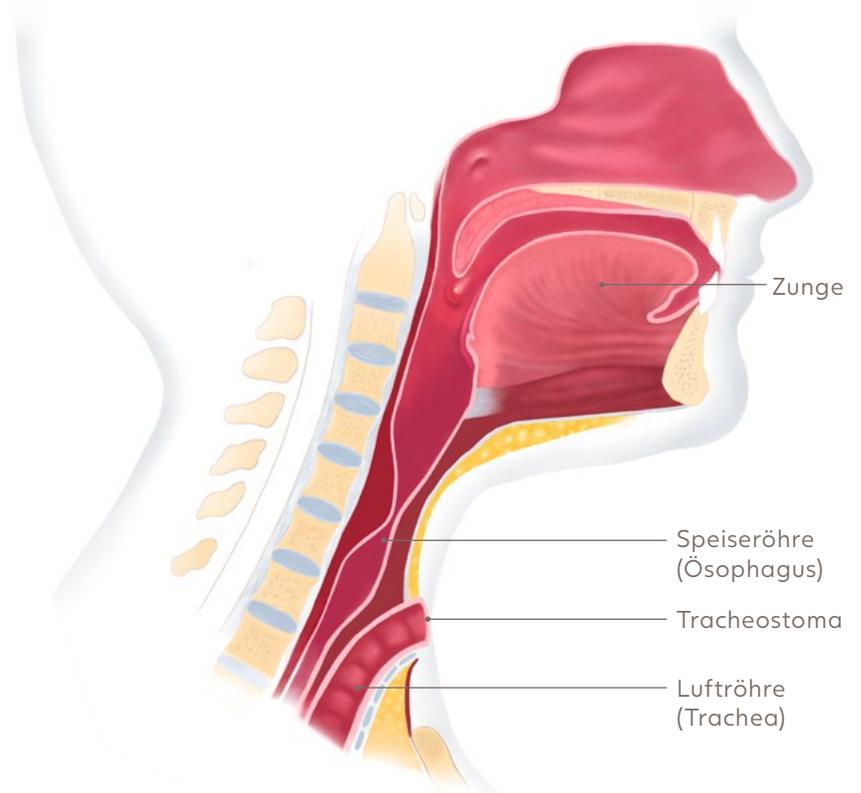
Atemluft strömt vom Rachen durch die Luftröhre in die Lungen und wieder zurück.



# Nach einer Laryngektomie

## Tracheostoma

Ein Tracheostoma ist eine dauerhaft angelegte Öffnung im Hals mit direkter Verbindung zur Luftröhre.





# Sprechen – auf eine andere Art

**Ihre Stimme macht einen grossen Teil Ihrer Identität aus. Mit ihr verleihen Sie Ihren Gedanken, Gefühlen und Ideen Ausdruck. Durch eine Laryngektomie verändert sich Ihr Stimmklang. Sprechen auf die gewohnte Art und Weise ist ohne Kehlkopf nicht mehr möglich. Es gibt jedoch Methoden, die Fähigkeit, mit Stimme zu sprechen, wieder zurückzugewinnen.**

Vor der Laryngektomie wird Ihre Stimme durch die Stimmlippen im Kehlkopf erzeugt. Sie sind die Quelle Ihrer natürlichen Stimme. Während des Ausatmens strömt die Luft über die Stimmlippen, die durch rhythmische Schwingungen Töne produzieren.

Bei einer Laryngektomie werden Kehlkopf und Stimmlippen entfernt. Die Art und Weise, wie Sie sprechen, verändert sich also. Vielleicht hat Ihr Arzt Sie bereits über die verschiedenen Möglichkeiten aufgeklärt: sei es die klassische Speiseröhrenstimme (Ruktus), elektronische Sprechhilfen oder eine Stimmprothese. Das Sprechen mit einer Stimmprothese ist die am häufigsten genutzte Methode, verhilft sie doch dazu, so natürlich und flüssig wie möglich zu sprechen.

Da Ihre Stimme nicht mehr durch die Stimmlippen produziert wird, klingt sie anders als vor dem Eingriff. Sowohl bei der herkömmlichen Methode; dem Ruktus, als auch beim Einsatz einer Stimmprothese entsteht sie in der Speiseröhre.

Eine Logopädin kann Ihnen beim Stimmtraining helfen und Ihnen geeignete Übungen zeigen, mit denen Sie eine möglichst grosse Verständlichkeit erreichen können. Auch wenn es eine Herausforderung ist: Sie werden mit Ihrer neuen Stimme vielleicht schon bald souverän sprechen können.



# Sprechen mit einer Provox Stimmprothese

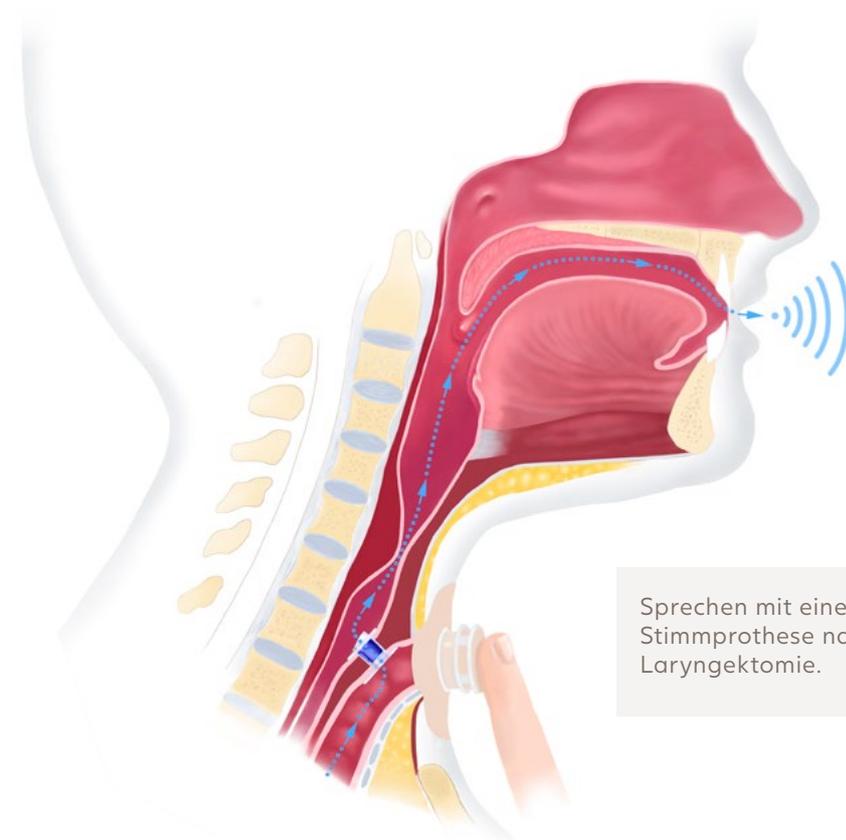
**Vielleicht haben Sie schon viel zum Thema Stimmprothese gehört. Warum ist sie für viele das Mittel der Wahl nach einer Laryngektomie?**

Wir möchten Ihnen helfen, sich eine eigene Meinung zu bilden. Eine Stimmprothese ist ein kleines Ventil aus medizinischem Kunststoff und Silikon, das in den meisten Fällen direkt während der Kehlkopfentfernung eingesetzt wird. Sie wird in eine Verbindung zwischen Speiseröhre (Ösophagus) und Luftröhre (Trachea) eingesetzt und durch zwei Flansche fixiert. Zwischen diesen Flanschen befindet sich also der Shunt mit dem Einwege-Ventil. Dieses Ventil ist nur in einer Richtung aktiv: es öffnet sich beim Sprechen und bleibt beim Essen oder Atmen geschlossen. Dadurch wird verhindert, dass Speichel, Nahrung oder Flüssigkeit in die Luftröhre gelangen.

Wenn Sie Ihr Tracheostoma mit einem Finger verschliessen, strömt die ausgeatmete Luft durch die Stimmprothese in die Speiseröhre. Dadurch wird das Gewebe am Ausgang der Speiseröhre in Schwingungen versetzt und erzeugt einen Ton. Dies wird als tracheoösophageale Stimme oder auch TE-Stimme bezeichnet. Derzeit gilt die TE-Stimme als die Möglichkeit mit der höchsten Erfolgsrate für die Stimmrehabilitation nach einer Laryngektomie.

Vorteile:

- Sehr gute Stimmqualität und Verständlichkeit
- Relativ schnell und einfach zu erlernen
- Kommunikationsfähigkeit oft bereits innerhalb weniger Wochen



Sprechen mit einer Provox Stimmprothese nach einer Laryngektomie.

### Provox® TruTone EMOTE™

Sprechen mit einer elektronischen Sprechhilfe

Nach einer Kehlkopfentfernung wird während des Heilungsprozesses häufig eine elektronische Sprechhilfe angewendet, bis die Stimmbildung mittels einer eingesetzten Stimmprothese möglich ist. Sie kann auch später als vorübergehendes Kommunikationsmittel genutzt werden, z. B. in Situationen, in denen andere Stimmmethoden versagen.

Vorteile:

- Als Ersatz zur Hand, wenn Stimmprothese oder Ruktus mal nicht funktionieren
- Ermöglicht Modulation der Lautstärke – von flüstern bis laut



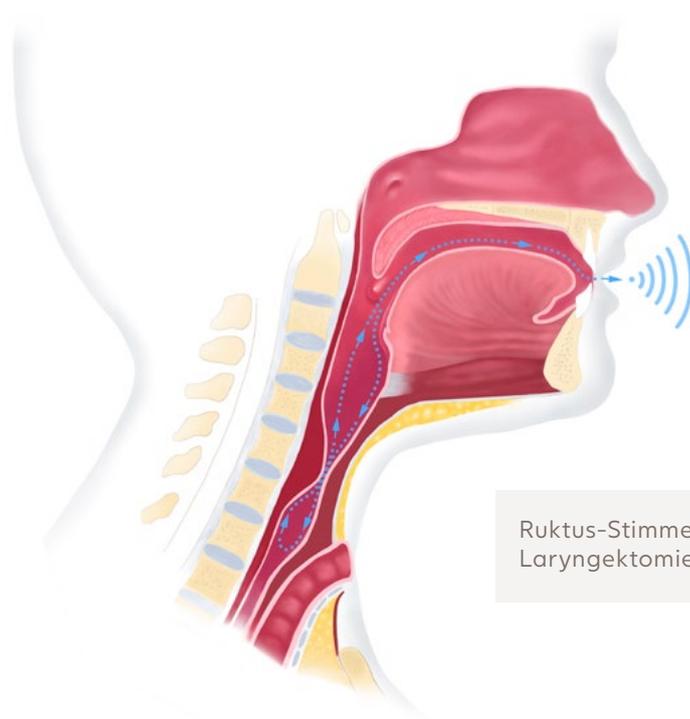
### Ösophagusstimme

Vor der Entwicklung der Stimmprothese war der Ruktus nach einer Kehlkopfentfernung die Methode der Wahl. Auch er nutzt das natürliche Körpergewebe am Speiseröhrenaufgang zur Erzeugung eines Tones. Dazu befördern Sie zunächst kleine Luftmengen in die Speiseröhre und pressen diese im Anschluss in kurzen «Rülpsern» wieder hoch. Die Luft versetzt Gewebe der Speiseröhre und des unteren Rachens in Schwingung, wodurch Töne entstehen, die sich mithilfe von Lippen und Zunge zu Worten formen lassen.

Die Ösophagusstimme ist die älteste und auch die am schwierigsten zu erlernende Methode. Nur einer von drei Patienten, die sich an der Technik versuchen, meistert sie auch. Oft können auch dann nur kurze Sätze gebildet werden, da beim Ruktus im Vergleich viel weniger Luft zur Tonerzeugung zur Verfügung steht. Besprechen Sie mit einer Logopädin, ob der Ruktus für Sie eine geeignete Option sein könnte.

Vorteile:

- Nichtoperative Methode
- Möglichkeit für freihändiges Sprechen



Ruktus-Stimme nach einer Laryngektomie

# Sprechen mit Selbstvertrauen

**Voraussetzung für souveränes Sprechen ist eine langlebige, einfach anzuwendende Stimmprothese, die sich leicht reinigen lässt und eine hervorragende Stimmqualität bietet. Eine Stimmprothese also, auf die Sie sich verlassen können. Provox bietet seit über 30 Jahren ein Komplettportfolio von Stimmprothesen samt entsprechendem Zubehör.**

## **Provox® Vega™**

Vertrauen in eine natürlichere Stimme

Die Stimmprothese Provox Vega wird von tausenden Patienten genutzt, die sich einer Laryngektomie unterziehen mussten. Sie wird wegen ihrer soliden Bauweise, ihrer Langlebigkeit und Zuverlässigkeit und der leichten Reinigung geschätzt.

Zum Öffnen der Stimmprothese ist ein bestimmter Öffnungsdruck während des Sprechens notwendig. Durch die dem Öffnungsdruck entgegenwirkende Schliesskraft wird eine gute Dichtigkeit beim Schlucken erzeugt. Die Strömungseigenschaften sind auf eine exzellente Stimmqualität ausgelegt. Auf diese Weise wird eine Stimme erzeugt, die ähnlich der natürlichen Stimme klingt. Dank dieser Vorzüge ist die Provox Vega eine der gefragtesten Stimmprothesen.



## **Provox® ActiValve®**

Besonders lange Lebensdauer

Die Provox ActiValve wurde speziell für Anwender entwickelt, bei deren Stimmprothesen es ungewöhnlich schnell zu Undichtigkeiten kommt. Das Ventil besteht aus blauem Fluorkunststoff, der um ein Vielfaches widerstandsfähiger gegen das Wachstum von Biofilm ist. Dadurch verlängert sich die Lebensdauer der Stimmprothese. Zusätzlich wird die Stimmprothese mithilfe von winzigen Magneten geschlossen, sodass sie sich beim Atmen oder Schlucken nicht unbeabsichtigt öffnen kann.



## **Provox® Vega™ XtraSeal™**

Vertrauen beim Essen und Trinken – ohne Leckagen

Die Provox Vega XtraSeal kombiniert die Vorzüge der Provox Vega mit einer Lösung zur Vermeidung von einer Undichtigkeit rund um die Stimmprothese herum (periprothetische Leckage). Sie wurde speziell für Patienten entwickelt, deren Shunt sich z. B. in der Grösse verändert und bei denen es daher aussen an der Stimmprothese vorbei zu einer Leckage kommt. Das Grund-Design entspricht dem der Provox Vega, ergänzt um einen zusätzlichen, vergrößerten Flansch auf Seiten der Speiseröhre. Er ist dünn, gewölbt und sehr flexibel, sodass er sich perfekt an das Gewebe der Speiseröhre anpassen kann. Patienten mit Shuntinsuffizienz können damit sicher essen und trinken.





# Reinigung Ihrer Provox Stimmprothese

**Eine sorgfältige und regelmässige Reinigung Ihrer Stimmprothese ist essenziell. Genauso, wie es wichtig ist, die Zähne zweimal täglich zu putzen, sollten Sie auch Ihre Stimmprothese mindestens zweimal pro Tag mit einer Bürste reinigen und anschliessend durchspülen. Dadurch werden Ablagerungen entfernt, die zur Leckage führen können.**

Die Rückseite Ihrer Stimmprothese befindet sich in der Speiseröhre, durch die kontinuierlich Nahrung, Flüssigkeiten und Speichel transportiert werden. Ausserdem befindet sich im Rachen ein Biofilm mit zahlreichen Bakterien und Hefepilzen, die mit der Zeit auch die Stimmprothese besiedeln. Durch diese Besiedelung kommt es nach einer Weile zur Undichtigkeit an der Ventilklappe. Eine tägliche Reinigung verlangsamt diesen Prozess und verlängert die Lebensdauer Ihrer Stimmprothese.

Wir empfehlen, die Stimmprothese morgens, abends sowie nach jeder Mahlzeit mithilfe der Provox Brush und der Provox Flush gründlich zu reinigen.

## **Provox® Brush**

Zur Reinigung der Stimmprothese



Anwendung der Brush

- Befeuchten Sie die Borsten der Provox Brush und führen Sie die Bürste vollständig durch die Stimmprothese.
- Bewegen Sie die Bürste vorsichtig vor und zurück und drehen Sie sie dabei.
- Tauschen Sie die Bürste einmal monatlich aus, gegebenenfalls auch häufiger, falls die Borsten abgenutzt oder überbeansprucht wirken.

## **Provox® Flush**

Zum Spülen der Stimmprothese



Anwendung der Flush

- Verwenden Sie die Provox Flush mit Trinkwasser oder Luft.
- Wenn Sie Trinkwasser verwenden: Drücken Sie auf den Kunststoffballon, um die Pipette mit Wasser zu füllen.
- Führen Sie die Spitze der Pipette in die Stimmprothese. Achten Sie darauf, dass die Stimmprothese gut abgedichtet ist.
- Drücken Sie die Luft bzw. das Wasser vorsichtig in die Stimmprothese.

## **Provox® Vega™ Plug**

Zur vorübergehenden Abdichtung einer mittigen Undichtigkeit (transprothetische Leckage)



Für den häuslichen Gebrauch als Überbrückung während der Mahlzeiten bis zum Stimmprothesen-Wechsel



# Die Atemluft nimmt einen anderen Weg

**Die Lunge ist ein lebenswichtiges Organ. Sie ist zuständig für die Atmung: In ihr wird Sauerstoff aus der eingeatmeten Luft vom Körper aufgenommen und Kohlendioxid in die ausgeatmete Luft abgegeben.**

Vor dem Eingriff haben Sie durch Nase und Mund geatmet, die zusammen mit dem Rachen als die oberen Atemwege bezeichnet werden. Diese oberen Atemwege und insbesondere die Nase wärmen die Atemluft an, sobald sie eingeatmet wird, befeuchten und filtern sie. Nur mit derart klimatisierter Luft können die Lungen richtig arbeiten. Bei einer Laryngektomie wird die Verbindung zu den oberen Atemwegen gekappt. Das wirkt sich auf die Funktionsfähigkeit der Lunge aus.

Nach der Operation werden Sie durch einen im Hals angelegten Luftröhrenschnitt, das Tracheostoma, atmen. Eingeatmete Luft ist auf diesem Weg also weder befeuchtet noch angewärmt, wenn sie in die Luftröhre und dann in die Lungen gelangt. Da sie für die Lungen dadurch zu trocken und zu kalt ist, kann es zu verstärkter Schleimbildung und Hustenreiz kommen. Auch das Risiko für Atemwegsinfektionen kann steigen. Der Atemweg über den Luftröhrenschnitt ist deutlich kürzer als vor der Operation. Dies hat zur Folge, dass der notwendige Atemwegswiderstand geringer ist als über Mund und Nase, so dass die Lungenflügel nicht mehr vollständig belüftet werden können.

Glücklicherweise gibt es Hilfsmittel, die die Aufgabe der oberen Atemwege übernehmen und die Luft vorbereiten und klimatisieren, bevor sie eingeatmet wird. Es sind spezielle Wärme- und Feuchtigkeitsaustauscher (HME), die vor dem Tracheostoma platziert werden.



# Die Provox Life™ HME

**Nase, Mund und Rachen haben einen grossen Anteil daran, die Luft bei der Einatmung anzuwärmen und zu befeuchten. Nach einer Laryngektomie übernehmen Wärme- und Feuchtigkeitsaustauscher (HME) diese Aufgabe.**

Ein HME wird auf das Tracheostoma gesetzt und von der Atemluft durchströmt. Dabei wird die Luft angewärmt und befeuchtet. Im Detail betrachtet speichert ein HME die Wärme und Feuchtigkeit der ausgeatmeten Luft und gibt sie an die eingeatmete Luft wieder ab. Damit ist ein HME im Grunde genommen eine Klimaanlage im Miniaturformat, die dafür sorgt, dass die eingeatmete Luft die richtige Feuchtigkeit und Temperatur für eine optimale Lungenfunktion hat.

Viele Patienten haben die Erfahrung gemacht, dass sich ihre Lebensqualität verbessert, wenn sie rund um die Uhr einen HME tragen. Sie können wieder viele der Dinge tun, die sie auch vor dem Eingriff gemacht haben. Dank des HMEs wird weniger Schleim gebildet, Sie müssen seltener husten, die Luftröhre wird weniger stark gereizt und das Atmen fällt leichter.

Wir haben verschiedene Arten von HME im Sortiment, die jeweils für bestimmte Situationen optimiert sind. Auf den nächsten Seiten finden Sie einen kurzen Überblick über die verschiedenen Einsatzbereiche.

# Ent- spannung



Natürlich sind Sie nicht immer unterwegs. Manchmal möchten Sie sich einfach entspannen und die Dinge ruhig und gemütlich angehen lassen. Vielleicht morgens nach dem Aufstehen, beim Kaffee trinken, während der Zeitungslektüre. Oder beim Kochen, Lesen oder Fernsehen.



## **Provox Life™ Home HME**

Der Home HME eignet sich für alle diese Situationen. Er ist dafür entwickelt worden, die Gesundheit und Fitness Ihrer Lunge zu verbessern, während der Grad Ihrer körperlichen Aktivität überschaubar ist. Dieser HME sorgt für eine besonders gute Befeuchtung der Atemluft, da er durch die kleineren Poren im Schaumstoff viel Wärme und Feuchtigkeit speichern kann.

# Unterwegs



Aktiv zu sein – das bedeutet für jeden etwas anderes. Für manche ist es ein Spaziergang, für Gartenliebhaber ist es vielleicht die Arbeit draussen an der frischen Luft. Für wieder andere ist es ein Treffen mit Freunden oder Sport.



## **Provox Life™ Go HME**

Go HME erleichtert dank der grösseren Poren des Schaumstoffs das Atmen bei normaler körperlicher Aktivität.



## Ruhiger Schlaf

Für die Nacht fällt unsere Wahl in der Regel auf bequeme und anschmiegsame Kleidung. Bei Ihrem Tracheostoma ist das nicht anders: Auch hier sollten Produkte so komfortabel wie möglich für Sie sein. Nichts sollte einem erholsamen Schlaf im Wege stehen. Denn wenn Sie gut schlafen, fühlen Sie sich auch tagsüber besser. Wir empfehlen daher, vor dem Zubettgehen Provox Life™ Night HME zu wählen.

### Provox Life™ Night HME

Der Night HME ist weich und nachgiebig und unterscheidet sich damit deutlich von einem regulären HME für den Tag. Er sorgt für einen komfortablen Schlaf, aus dem Sie am Morgen ausgeruhter aufwachen. Dank seiner hervorragenden Befeuchtungsleistung kann sich Ihre Lunge erholen, und Sie sind optimal für den nächsten Tag gerüstet. Der niedrige Atemwiderstand erleichtert die Atmung im Schlaf. Bei kontinuierlicher Anwendung eines HMEs kann sich die Lungenfunktion bereits nach wenigen Wochen verbessern. Möglicherweise werden Sie auch schon früher eine Reduzierung von Hustenreiz und Schleimbildung bemerken.



## Tempo-wechsel

Vielleicht sind Sie gerade in einer Phase, in der Sie bereit sind, etwas Neues auszuprobieren oder sich wieder an verschiedene Aktivitäten im Leben zu gewöhnen. Ob Sie nun Rad fahren, laufen oder ins Fitnessstudio gehen, Provox Life™ Energy ist ideal für intensivere körperliche Aktivitäten.

### Provox Life™ Energy HME

Energy HME zeichnet ein geringer Atemwiderstand und gute Befeuchtung aus, ist also ideal, wenn Sie körperlich besonders aktiv sind.



# Schützen Sie Ihr Atem- system



Da Sie ungefiltert durch eine Öffnung im Hals atmen, kommt dem Schutz Ihres Atemsystems bei der Einatmung wie auch dem Schutz der Menschen um Sie herum, wenn Sie ausatmen, besondere Bedeutung zu. Gerade dann, wenn Sie unterwegs sind, manchmal auch in grösseren Menschenmengen oder auf engem Raum. Das kann im Bus oder Zug sein, wenn Sie die Enkel von der Schule abholen, wenn Sie in einem gut besuchten Geschäft einkaufen oder im Wartezimmer beim Arzt. Wir haben ein Produkt speziell für solche Situationen entwickelt.



## **Provox Life™ Protect HME**

Protect HME leistet zweierlei: es erwärmt und befeuchtet die eingeatmete Luft, und er filtert besonders effektiv Bakterien, Viren, Staub und Pollen aus der Luft. So können Sie sich mit einer Effektivität von über 98% gegen diese Gesundheitsrisiken, insbesondere während der Grippesaison, schützen.

Bitte beachten Sie, dass die Filterkapazität des Provox Life™ Protect HME von der Grösse, Form und Geschwindigkeit der Schwebstoffpartikel abhängig ist. Da Krankheitserreger auch auf anderem Weg in den Körper gelangen können, kann Provox Life™ Protect HME keinen vollständigen Schutz garantieren.

# Freihändig sprechen



Viele kehlkopflöse Menschen wünschen sich, wieder freihändig sprechen zu können. Sind die Hände frei für Gesten, fühlt sich jedes Gespräch natürlicher an. Zudem ist es im Alltag sehr praktisch, wenn Sie das Tracheostoma zum Sprechen nicht mit dem Finger verschliessen müssen, beispielsweise wenn Sie kochen oder sich unterhalten. Viele Patienten berichten, dass sich das Leben für sie wieder mehr wie vor dem Eingriff anfühlt, wenn sie freihändig sprechen können.



## **Provox Life™ FreeHands HME**

FreeHands HME sind mit FreeHands FlexiVoice kompatibel und ermöglichen das freihändige Sprechen ohne Fingerverschluss.

# Zubehör

## **Provox Life™ Shower™**

Provox Life™ Shower verhindert, dass während des Duschens Wasser in das Tracheostoma eindringt. Sie können dabei wie gewohnt atmen. Vergewissern Sie sich, dass die Basisplatte gut auf der Haut haftet und setzen Sie Shower wie einen HME auf.

Nun müssen Sie sich während des Duschens keine Sorgen mehr um eindringendes Wasser machen. Beachten Sie jedoch: Shower wurde speziell für den Schutz während des Duschens entwickelt. Er ist nicht zur Verwendung beim Schwimmen gedacht.



## **Provox® Adhesive Strip™**

Verwenden Sie während des Duschens Provox Life™ Shower. Falls Sie die wasserlösliche Basisplatte Provox Life™ Night Adhesive tragen, fixieren Sie diese am Rand mit dem Provox Adhesive Strip und sorgen so für eine ausreichende Haftung während des Duschens.





# Provox Life™ Adhesives

Eine selbstklebende Basisplatte ist die gängigste und komfortabelste Methode zur Befestigung eines HMEs vor dem Tracheostoma. Platzieren Sie die Basisplatte einfach genau nach Anweisung um das Tracheostoma und bringen Sie den HME an.

Wir bieten verschiedene Typen von Basisplatten, die jeweils für unterschiedliche Aktivitäten und Hautempfindlichkeiten optimiert sind. Wie ein HME können auch Basisplatten eine gewisse Eingewöhnungszeit erfordern.

## **Konsequent üben**

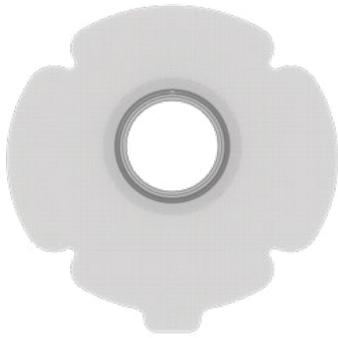
Der richtige Umgang mit Basisplatten erfordert etwas Übung und Sie müssen sie daher anfangs möglicherweise etwas häufiger wechseln. Besonders in der ersten Zeit nach der Operation ist es nicht ungewöhnlich, dass Ihre Lunge mehr Schleim produziert und dadurch die Haftung der Basisplatte beeinträchtigt wird.

Idealerweise kommen Sie mit einer einzigen Basisplatte über den Tag. Dabei ist es wichtig, dass die Basisplatte richtig am Tracheostoma anliegt. Halten Sie die Basisplatte also – zunächst mit der Schutzfolie – vor das Tracheostoma, um die optimale Position zu finden. Erst im zweiten Schritt entfernen Sie die Schutzfolie und platzieren Sie die Basisplatte. Setzen Sie den Klebering direkt unter dem Tracheostoma an und massieren Sie dann die gesamte Basisplatte auf die Haut. Der Ring sollte so nah wie möglich am Tracheostoma liegen. Arbeiten Sie sich von innen nach aussen vor und drücken Sie die Basisplatte sorgfältig auf der Haut fest. Achten Sie dabei darauf, dass keine Blasen oder Falten entstehen.

## **Sauberkeit für optimalen Halt**

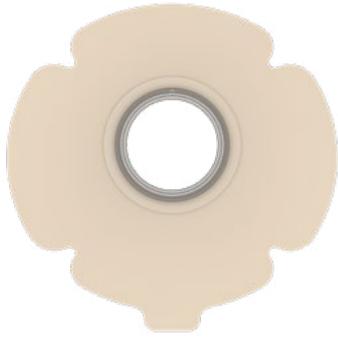
Es ist wichtig, dass sich am Tracheostoma kein Schleim ansammelt. Gelangt Schleim zwischen die Basisplatte und die Haut, kann dies die Klebekraft beeinträchtigen.

Sollten Sie husten müssen: Entfernen Sie, wenn möglich, den HME, husten in ein Taschentuch und reinigen dann das Tracheostoma und die Basisplatte. Achten Sie dabei insbesondere auf den unteren Teil des Tracheostomas, damit das Sekret die Haftung der Basisplatte nicht beeinträchtigt. Auf der nächsten Seite finden Sie einen Überblick über die verschiedenen selbstklebenden Basisplatten.



#### **Provox Life™ Standard Adhesive**

Standard ist eine weiche, flexible und unauffällige Basisplatte für den regelmässigen Gebrauch. Sie sorgt für eine starke Abdichtung um Ihr Stoma und bietet einen sicheren Sitz.



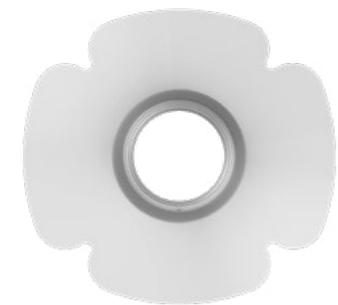
#### **Provox Life™ Sensitive Adhesive**

Sensitive ist eine schonende Basisplatte für empfindliche Haut. Komfortabel und ebenso mit einem flachen Profil bietet sie eine gute Abdichtung und einen sicheren Sitz.



#### **Provox Life™ Stability Adhesive**

Die Stability Adhesive eignet sich ideal für das freihändige Sprechen. Anwender schätzen ihre Stabilität auch in Situationen, in denen sie viel sprechen. Sie ist besonders für Patienten mit tiefliegendem Tracheostoma geeignet.



#### **Provox Life™ Night Adhesive**

Die Night Adhesive Basisplatte wurde speziell für die Nacht entwickelt. Sie besteht aus Hydrogel, welches sich in der modernen Haut- und Wundpflege bestens bewährt hat. Das Hydrogel ist hautfreundlich und sorgt mit seiner kühlenden und beruhigenden Wirkung dafür, dass sich die Haut über Nacht erholen kann. Genauso wie Sie, wenn Sie durch das weiche und anschmiegsame Material ungestört schlafen können.

# Provox Life™ LaryTube™ und Provox Life™ LaryButton™

**Möglicherweise hat Ihr Arzt Ihnen empfohlen, als Befestigungslösung für Ihren HME eine Provox Life™ LaryTube oder den Provox Life™ LaryButton anstelle eines Klebesystems zu nutzen.**

## **Provox Life™ LaryTube**

Provox Life™ LaryTube ist eine flexible Silikonkanüle, mit der Sie den HME einfach vor dem Tracheostoma fixieren können. Gleichzeitig wird das Stoma stabilisiert.

Achten Sie beim Einsetzen der Provox Life™ LaryTube darauf, dass die Kanüle sich nicht an der Stimmprothese verhakt und sie verschiebt. Wenden Sie sich umgehend an Ihren Arzt, falls die Kanüle bei Ihnen zu Irritationen oder einem Engegefühl im Hals führt. Die Kanüle ist dann möglicherweise zu klein oder zu gross und Sie benötigen eine andere Ausführung.



## **Provox Life™ LaryButton**

Provox Life™ LaryButton ist ein kurzer, selbthaltender Tracheostomabutton aus latexfreiem Silikon, der verhindert, dass das Tracheostoma schrumpft. Durch den hinteren Wulst verbleibt der Provox Life™ LaryButton fest in seiner Position und ist besonders für Betroffene mit einer ringförmigen Hautfalte rings um das Tracheostoma geeignet. Bei Bedarf kann er mit Hilfe der seitlichen Flügel zusätzlich fixiert werden.



Provox Life™ LaryButton ist in verschiedenen Schaftdurchmessern und Längen erhältlich.



# Hautpflege

**Gerade am Hals ist die Haut sehr empfindlich und kann unter dem ständigen Wechseln der Basisplatten leiden. Daher sollten Sie dabei so vorsichtig wie möglich vorgehen. Es ist sehr wichtig, sich ein konsequentes und sorgfältiges «Pflegeprogramm» für die Haut um das Tracheostoma anzugewöhnen. Dies reduziert das Risiko von Hautreizungen oder Verletzungen und verlängert die Haftung der Basisplatten.**

## **Provox® Adhesive Remover**

Ist es an der Zeit, die Basisplatte zu entfernen, hilft Ihnen der Provox Adhesive Remover dabei, dies schonend zu tun. Tragen Sie das Lösungsmittel zunächst auf der gesamten Basisplatte auf, um sie einzuweichen. Danach lösen Sie die Basisplatte vorsichtig von der Haut, indem Sie das Remover-Tuch vom Rand her sanft unter die Basisplatte schieben.



## **Provox® Cleaning Towel**

Nachdem Sie die Basisplatte entfernt haben, sollten Sie die Haut um das Tracheostoma reinigen. Dazu können Sie Seife und Wasser oder auch unser Provox Cleaning Towel verwenden. Es sollten sämtliche Fett- und Kleberrückstände entfernt werden.



## **Provox® Skin Barrier**

Bei empfindlicher Haut kann Provox Skin Barrier eine grosse Hilfe sein. Das Produkt hinterlässt einen dünnen Schutzfilm auf der Haut. Aufgetragen wird es nach der Reinigung auf die getrocknete Haut. Ist dann der Schutzfilm auf der Haut ebenfalls getrocknet, können Sie die Basisplatte anbringen und anmassieren, um die Klebekraft zu verbessern. Verwenden Sie Skin Barrier nicht zusammen mit Provox Life™ Night Adhesive.



# Zurück ins Leben – Joakims Geschichte

**Es besteht kein Zweifel daran, dass Ihre Krebsdiagnose, die Behandlung, die Sie durchlaufen haben, und die Laryngektomie einen erheblichen Einfluss auf Ihr Leben hatten. Vielleicht ist es jetzt an der Zeit, nach vorne zu schauen und den Weg zurück ins Leben zu finden. Tausende Menschen mit einer Laryngektomie sind der lebende Beweis dafür, dass ein erfülltes Leben möglich ist, je mehr Sie – Schritt für Schritt – Ihre Situation annehmen. Sie sind nicht alleine, denn wir begleiten Sie auf diesem Weg.**

«Die Patienten, die ihren Weg zurück ins Leben gefunden haben, benutzen die Kehlkopfentfernung nicht als ‹Ausrede›. Gehen Sie vor die Türe! Haben Sie keine Angst vor neuen oder alten Dingen. Ich möchte Sie ermutigen, Dinge auszuprobieren, und es ist okay, wenn es nicht direkt beim ersten Mal klappt. Gibt es Probleme, können wir diese gemeinsam beheben. Ihre Krebsbehandlung ändert nicht, wer Sie sind und was Sie als Mensch ausmacht. Definieren Sie sich nicht darüber.»

– Desireé, Auszubildende Logopädin an der University of Cincinnati Medical Center



## Lernen Sie Joakim kennen

Joakim, 58 Jahre alt, erhielt seine Krebsdiagnose einen Tag vor Silvester 2019. Mitte Januar 2020 wurde Joakim im Universitätskrankenhaus Lund, Schweden, operiert. Heute widmet sich Joakim wieder seiner früheren Arbeit: dem Restaurieren, Reparieren und Stimmen von Klavieren und Flügeln.

### **Was war Ihre grösste Sorge nach der Operation?**

«Es war wirklich nur eine Kleinigkeit, aber meine grösste Sorge war, nicht schwimmen und baden zu können. Ich wohne in der Nähe des Strandes und liebe es, zu baden. Auch wenn es nicht mehr so einfach ist wie früher, gehe ich immer noch ins Wasser – und liebe es. Ich bin natürlich vorsichtig, was das Wasser angeht, und halte einen guten Abstand zwischen dem Stoma

und dem Wasser – aber ich gehe trotzdem hinein. Eine weitere Sorge war, nicht mehr riechen zu können – aber ich versuche, daran zu arbeiten, und fange an, verschiedene Techniken auszuprobieren, die mir helfen können.

Ihre Angehörigen – Ehepartner, Familie und Freunde – sind wahrscheinlich genauso besorgt wie Sie. Aber man ist auch nach der Operation noch derselbe Mensch, trotz der Veränderungen. Meine Partnerin Pia hat sich daran gewöhnt – schliesslich bin ich immer noch ich. Anfangs war es eine Herausforderung, sich an meine neue Stimme zu gewöhnen, aber mit der Zeit wurde es immer selbstverständlicher.»

**Welchen Rat würden Sie laryngektomierten Menschen geben, die mit ihrer Rückkehr ins Leben zu kämpfen haben?**

«Ich habe mich nach der Operation gut erholt, aber ein persönlicher Rat ist, es nicht zu übertreiben, sondern es in einem angemessenen und beständigen Tempo anzugehen. Ich denke, das Risiko eines Rückschlags ist höher, wenn man sich zu viel vornimmt. Ich denke jedoch, dass es gut ist, so schnell wie möglich aus dem Krankenhausbett aufzustehen; ich habe am Tag nach der Operation damit begonnen, etwas Gymnastik mit meinen Armen und Beinen im Bett zu machen und bin so schnell wie möglich aus dem Bett aufgestanden, um spazieren zu gehen. Nach ein paar Tagen konnte ich schon eine Stunde am Tag im Krankenhaus spazieren gehen.»

**Welchen Rat würden Sie jemandem geben, der bei der Verwendung von HME und Basisplatten zögert?**

«Nun, meine grössten Bedenken liegen darin, dass man ohne HME deutlich mehr Schleim produziert und diesen abhusten muss. Das wirkt sich direkt negativ auf die Lebensqualität aus. Für mich steht fest, dass ich nicht mehr ohne HME leben möchte. Durch die neue HME-Serie konnte ich meine Hustenanfälle um die Hälfte reduzieren – das ist eine grosse Erleichterung für mich. Ich benutze den Protect HME auch bei der Gartenarbeit, und nach einer Weile im Garten kann ich Ihnen sagen, dass der Filter alles andere als sauber ist – diesen Schutz möchte ich also nicht missen. Ich kann die Verwendung von HME nur empfehlen.

Das Wechseln und Auftragen der Basisplatten kann meine Haut schon reizen. Aber die Night Adhesive Basisplatte macht den Unterschied für mich, denn so kann sich meine Haut in der Nacht erholen.»

**Wie unterstützt Atos Medical Sie?**

«Ich erhalte viel Hilfe und Unterstützung von Atos, und mein Anwendungsberater ist mir eine grosse Stütze. Ich hatte zudem auch die Möglichkeit, weitere Mitarbeiter im Unternehmen kennenzulernen, beispielsweise aus der Produktentwicklung – das war wirklich sehr interessant. Ich habe viele Tipps erhalten, die mir im Alltag helfen, und ich muss sagen, es ist eine tolle Ergänzung zur Beratung, die ich durch meinen Arzt erhalte.»

**Haben Sie nach Ihrer Operation irgendwelche Gewohnheiten geändert?**

«Nun, nein, nicht wirklich. Ich bade genauso viel – aber auf eine andere Art und Weise. Ich würde sagen, es ist mir möglich, das gleiche Leben zu leben, nur mit ein paar kleinen Anpassungen.»



**«Es ist mir möglich,  
das gleiche Leben  
zu leben, nur mit  
einigen kleinen  
Anpassungen.»**

– Joakim, 58 Jahre alt,  
Patient aus Schweden

### **Riechen und Schmecken neu erlernen**

All die verschiedenen Aromen genießen – das ist einer der wichtigsten Aspekte jeder Mahlzeit. Wenn die Luft jedoch nicht mehr samt den Düften durch die Nase strömt, kann sich Ihr Geruchs- und Geschmackssinn verändern. Aber es ist möglich, das Riechen und Schmecken im Rahmen der Rehabilitation wieder zu verbessern. Dazu brauchen Sie lediglich die richtige Technik. Im Grunde genommen gähnen Sie mit geschlossenem Mund. Dies wird auch als «höfliches Gähnen» bezeichnet. Wenden Sie sich einfach an Ihre Logopädin oder an uns, wenn Sie diese Technik erlernen möchten.

# Kontakt

Hier finden Sie die Adressen und Kontaktdaten unserer Niederlassungen weltweit. Suchen Sie Ihr Land und setzen Sie sich mit uns in Verbindung. Wir helfen Ihnen gerne.

**Hauptsitz & Produktionsstätte:**

Atos Medical AB  
T. +46 (0)415 198 00  
@ info@atosmedical.com  
www.atosmedical.com

**Australien:**

Atos Medical Pty Ltd  
T. +61 1800 286 728  
@ info.au@atosmedical.com  
www.atosmedical.com.au

**Belgien:**

Atos Medical BVBA/SPRL  
T. +32 (0)2 218 55 50  
@ info.be@atosmedical.com  
www.atosmedical.be

**Brasilien:**

Atos Medical Brasil Ltda.  
T. +55 11 2305 2022  
@ info.br@atosmedical.com  
www.atosmedical.com.br

**Deutschland:**

Atos Medical GmbH  
T. +49 800 53 53 667  
@ info.de@atosmedical.com  
www.atosmedical.de

**Frankreich:**

Atos Medical S.A.S.  
T. +33 (0)1 49 08 01 00  
@ info.fr@atosmedical.com  
www.atosmedical.fr

**Italien:**

Atos Medical Srl  
T. +39 049 775 522  
@ info.it@atosmedical.com  
www.atosmedical.it

**Japan:**

Atos Medical Japan Inc.  
T. +81 (0)3 4589 2830  
@ info.jp@atosmedical.com  
www.atosmedical.jp

**Kanada:**

Atos Medical Canada Inc.  
T. +1 833 514 2867  
@ info.ca@atosmedical.com  
www.atosmedical.ca

**Neuseeland:**

Atos Medical Ltd  
T. +64 (0)4 576 2100  
@ info.nz@atosmedical.com  
www.atosmedical.co.nz

**Niederlande:**

Atos Medical B.V.  
T. +31 (0)79 593 5000  
@ info.nl@atosmedical.com  
www.atosmedical.nl

**Österreich:**

Atos Medical Austria GmbH  
T. +43 7472 6659-5  
@ service.austria@atosmedical.com  
www.atosmedical.de

**Polen:**

Atos Medical Poland Sp. z o.o  
T. +48 22 295 00 16  
@ biuro@atosmedical.com  
www.atosmedical.pl

**Portugal:**

Atos Medical Spain S.L.  
Sucursal em Portugal  
T. +351 212 539 281  
@ info.pt@atosmedical.com  
www.atosmedical.pt

**Schweiz:**

Atos Medical Branch Office  
T. +41 (0)44 380 60 90  
@ info.ch@atosmedical.com  
www.atosmedical.ch

**Skandinavien:**

T. +46 (0)415-19820  
@ kundtjanst@atosmedical.com  
www.atosmedical.com

**Spanien:**

Atos Medical Spain S.L.  
T. +34 93 323 91 95  
@ info.es@atosmedical.com  
www.atosmedical.es

**Ungarn:**

Atos Medical AB Magyarorszagi  
T. +36 70 377 2414  
www.atosmedical.com

**USA:**

Atos Medical Inc.  
T. +1 800 217 0025  
@ info.us@atosmedical.com  
www.atosmedical.us

**Vereinigtes Königreich:**

Atos Medical UK  
T. +44 (0)115 784 1899  
@ info.uk@atosmedical.com  
www.atosmedical.co.uk

Wir setzen uns leidenschaftlich dafür ein, tracheotomierten und laryngektomierten Menschen das Leben zu erleichtern, indem wir persönliche Betreuung und innovative Lösungen anbieten.

[www.atosmedical.com](http://www.atosmedical.com)

**Hauptsitz:**  
Atos Medical AB  
P.O. Box 31053  
20049 Malmö  
Schweden  
@ info@atosmedical.com  
www.atosmedical.com

**Schweiz:**  
Atos Medical Branch Office  
T. +41 (0)44 380 60 90  
@ info.ch@atosmedical.com  
www.atosmedical.ch