

Dicas para esvaziar a bolsa em um banheiro público

*Chega de sufoco nos
passeios e atividades
fora de casa*



Quem tem uma ostomia pode ter uma
vida completa e feliz! ❤️

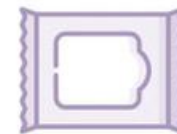
Este documento disponibiliza informações de caráter genérico e meramente educacional, a respeito de prevenção de doenças, promoção de hábitos saudáveis, bem- cuidados pessoais, nutrição, higiene, qualidade de vida, serviços, utilidade pública e solução de problemas de saúde coletiva. Este não é um instrumento p consultas médicas, diagnóstico clínico, prescrição de medicamentos ou tratamento de doenças e problemas de saúde (Resolução CREMESP 97/2001). Se você tem qualquer preocupação com a sua saúde ou a de alguma pessoa próxima, é sempre necessário consultar um médico ou outro profissional de saúde.



Cheque o fluxo
do banheiro



Purificador
de ar



Lenços
especializados



Lenços
antisépticos



Espelho
pequeno



Sacola
opaca



Use banheiro familiar
ou acessível



Coloque o papel sobre
o vaso sanitário



Kit de viagens e
emergencia para
ostomia



Garrafa de água



Tente em pé ou agachado

