Umgang und Leben mit einem Stoma nach Tracheotomie

Kantonsspital
St.Gallen

Inhaltsverzeichnis

4	**Einleitung**
4	**Pflege des Stomas**
5	Ablauf der Stomapflege nach Tracheotomie
6	Umgang mit Sekret
6	Befeuchtung
6	Atmen
7	**Der tägliche Umgang und das Leben mit einem Stoma**
7	Funktion der Nase
7	Kommunizieren
7	Mundpflege
8	Für Sicherheit sorgen
10	**Selbsteinschätzungsplan für Menschen mit einem Stoma nach Tracheotomie**
12	**Austritt**
12	Hilfsmittel für unterwegs
12	Lungenliga
13	**Anhang: Rezept**
15	**Anhang: Vorgehen bei Atemnot**
15	Notruf-Kontakte

Veröffentlicht im Januar 2019

Sehr geehrte Patientin, Sehr geehrter Patient

Ein künstlicher Ausgang zur Atmung, das Stoma, ist erfahrungsgemäss mit erheblichen Umstellungen für Sie als betroffene Person und auch für Ihre Angehörigen verbunden. Gerne begleiten und unterstützen wir Sie bei diesem Prozess. Wir möchten Ihnen den Einstieg in das neue Leben erleichtern und bieten Ihnen Hilfestellung bezüglich der Pflege Ihres Stomas.

Um Ihnen den Umgang und das Leben mit dem Stoma näher zu bringen, werden wir während dem Spitalaufenthalt mit dieser Broschüre arbeiten. Mit Hilfe dieser Anleitung werden Sie die Pflege des Stomas erlernen und weiterführende Informationen zum Stoma erhalten. Sie können die Broschüre beim Spitalaustritt mit nach Hause nehmen und haben damit immer alle wichtigen Informationen zur Stomapflege und den benötigten Materialien zur Hand.

Ihr HNO-Team

Einleitung

Bei Unklarheiten dürfen Sie sich während Ihres Spitalaufenthaltes gerne an die diplomierten Pflegefachpersonen wenden. Nach dem Spitalaufenthalt können Sie sich bei Fragen direkt im HNO-Ambulatorium des Kantonsspitals St.Gallen melden.

Angaben zum Patienten

Name: _____

Operationsdatum Stoma: _____

Pflege des Stomas

Bei der Stomapflege wird die Haut gereinigt sowie Sekret und Borken (eingetrocknetes Sekret) entfernt. Die Haut rund um das Stoma bedarf spezieller Pflege, da sie durch das Sekret stark belastet wird.

Das Stoma muss mindestens einmal täglich gründlich gereinigt werden. Ausserdem muss das Sekret entfernt werden. Bei neu angelegtem Stoma empfiehlt sich eine Pflege 2 bis 3 Mal täglich, ebenso bei erhöhter Sekretansammlung.

Die benötigten Materialien sowie die einzelnen Arbeitsschritte zur Stomapflege werden im Instruktionsfilm des Kantonsspitals St.Gallen gezeigt und erklärt unter www.kssg.ch/stoma

Weiterführende Informationen entnehmen Sie bitte dieser Broschüre.

Datum der eingelegten Kanüle	Kanülen Name und CH	Besonderes: bspw. Zeitpunkt des Tragens etc.

Ablauf der Stomapflege nach Tracheotomie

1. Hände waschen oder desinfizieren
2. Cuff kontrollieren und bei Bedarf anpassen (im grünen Bereich)
3. Metalline-Tracheokompresse und Innenkanüle entfernen
4. Haut um das Stoma mit Kochsalzlösung/ NaCl 0.9% reinigen
5. Cavilon Lolly rund um das Stoma auftragen, um die Haut zu schützen (nach dem Auftragen 1 Minute warten, bevor die Metalline angebracht wird)
6. Neues Metalline unter die Kanüle legen
   → Achtung! Kanüle soll auf dem Metalline liegen und nicht auf der Haut, wegen möglichen Druckstellen
7. Neue oder gereinigte Innenkanüle mit einem haselnussgrossen Tracheo Fresh Gel Tropfen einführen
8. Trach Vent aufsetzen

Tätigkeit	Frequenz	Zu beachten
Stoma sauber halten	Mindestens 1 x tägich	• Stoma mit Kochsalzlösung / NaCl 0.9% reinigen • Abgelagertes Sekret mit Pinzette lösen
Innenkanüle wechseln oder reinigen	Mindestens 2 x täglich	• Innenkanüle mit Leitungswasser auswaschen oder neue Kanüle einsetzen
Trach Vent oder feuchte Nase	Bei Verschmutzung (oder mind. alle 12 Stunden)	• Befeuchtet die Atemluft • Schützt die Luftröhre und die Lunge vor Umweltpartikeln aus der Luft • Bewahrt vor Stomaaustrocknung
Cuff kontrollieren	Mindestens 2 x täglich	• Cuff kontrollieren, wenn nötig → Aufpumpen • Bei Husten häufiger kontrollieren

Zu beachten:

- Luftröhre mit einem Halstuch vor Kälte und Austrocknung schützen
- Luftröhre mehrmals täglich mit frischer Kochsalzlösung/NaCl 0.9% befeuchten
- Handspray muss täglich warm ausgewaschen werden. Das NaCl 0.9% wird ebenfalls täglich neu eingefüllt.
- Inhalation: ca. 2–4 x täglich mit NaCl 0.9%
- Sprachproduktion: nur möglich, wenn die Innenkanüle zugehalten wird oder das Sprechventil und die gefensterte Innenkanüle eingesetzt und frei von Sekret sind

Umgang mit Sekret

Der ganze Körper muss sich zuerst an das Atmen durch die künstliche Anlage, das Stoma, gewöhnen. Insbesondere zu Beginn kann es sein, dass viel Schleim und Sekret auftritt.

Wenn der Schleim sehr zäh ist, können Sie diesen durch häufigeres Inhalieren oder durch Befeuchtung mit NaCl 0.9% verbessern und so das Sekret verflüssigen. Grundsätzlich kann festgehalten werden, dass Abhusten dem Absaugen vorgezogen werden soll, da das Sekret so auf natürlichem Weg entfernt wird und das Absaugen die Sekretproduktion wiederum anregt.

Befeuchtung

Das Stoma kann mit einem kleinen Handinhaler mehrmals täglich mit NaCl 0.9% befeuchtet werden. Des Weiteren kann das Tracheofresh Gel auf die Innenkanüle oder direkt ins Stoma zur Befeuchtung der Atemluft gegeben werden.

Atmen

Der Atemvorgang funktioniert nicht mehr über die Nase, sondern über das Stoma. Dies bedeutet, dass sich der Körper an die veränderte Situation gewöhnen muss.

Die Atmung ist lebens- und überlebenswichtig. Treten Schwierigkeiten mit der Atmung auf, sollten Sie mögliche erschwerende Utensilien wie das Trach Vent und die Innenkanüle entfernen. Sie sollten eine aufrechte Haltung einnehmen. Falls Sie bei der Atmung von Sekret oder Schleim behindert werden, sollten Sie diese entfernen durch:

- abhusten
- absaugen
- Inhalation mit NaCl 0.9%
- oder indem 2ml NaCl 0.9% direkt in das Stoma gespritzt werden.

Tritt bei mehrfacher Wiederholung keine Verbesserung ein, haben Sie bläuliche Verfärbungen oder sind Sie unfähig zu handeln, holen Sie sofort Hilfe. Bei akuter Atemnot ohne Besserung alarmieren Sie sofort die Rettung.

Arbeiten Sie hier mit dem Selbsteinschätzungsplan im Anhang und lesen Sie den Abschnitt «Für Sicherheit sorgen» sowie den Broschürenumschlag.

Wichtig für Angehörige und Rettungskräfte:
Da die Atmung über das Stoma sichergestellt wird, muss über das Stoma beatmet werden. Ebenso wird der Sauerstoff über das Stoma verabreicht oder inhaliert.

Der tägliche Umgang und das Leben mit einem Stoma

Funktion der Nase

Die Funktionen der Nase, die Atemluft anzufeuchten sowie vor Partikeln zu schützen, sind nicht mehr vorhanden. Der Trach Vent Aufsatz auf der Kanüle deckt von nun an diese zwei Funktionen ab. Der Druckaufbau ist aufgrund dieser fehlenden Funktion der Nase nicht mehr möglich. Dies macht sich beispielsweise bemerkbar, indem Sie den Stuhlgang nicht forcieren können und eher unter Verstopfungen leiden. Daher sollten Sie besonders auf regelmässigen Stuhlgang oder frühzeitiges Abführen achten.

Kommunizieren

Direkt nach der Operation dürfen und können Sie für einige Tage nicht sprechen, so können die Wunden besser verheilen. Sie können mit Mimik und Gestik und auch mit einem Stift und Block kommunizieren. Des Weiteren gibt es verschiedene Apps, welche die Kommunikation erleichtern können (Tafel, Text to Voice, etc.).

Meist beginnen Sie mit logopädischer Unterstützung mit dem Sprechen. Dafür werden eine gefensterte/gelöcherte Innenkanüle und ein Sprechaufsatz eingesetzt. Betroffene äussern, dass insbesondere am Anfang das Sprechen massive Anstrengung benötigt und nur kurze Sequenzen mit der gefensterten Innenkanüle toleriert werden.

Mundpflege

Die Mundpflege ist sehr wichtig, da sich im Mundraum viele Bakterien befinden. Ab wann das Zähneputzen oder das Einsetzen von Prothesen erlaubt sind, wird Ihnen das Pflegepersonal mitteilen. Die Mundpflege wird für jeden Patienten individuell festgelegt. Ob das Zähneputzen oder das Einsetzen einer Prothese möglich sind, muss daher im Einzelfall bestimmt werden. Das Pflegepersonal wird Sie darüber informieren.

Eine vorsichtige Mundpflege durch das Pflegepersonal mit Wasser und Mundstäbchen zur Befeuchtung und Bakterienabtragung ist in jedem Fall erlaubt.

Für Sicherheit sorgen

Wenn Sie sich bei der Pflege des Stomas unsicher fühlen, nehmen Sie mit der Spitex oder dem HNO-Ambulatorium Kontakt auf. Ausserdem finden Sie im Anhang dieser Broschüre einen Selbsteinschätzungsbogen, mithilfe dessen Sie Symptome einschätzen lernen und wissen, wie Sie adäquat handeln.

Bei medizinischen Fragen können Sie jederzeit Ihren Hausarzt, das zuständige Behandlungsteam oder das HNO-Ambulatorium sowie im Notfall die Zentrale Notfallaufnahme informieren oder alarmieren. **Da Sie über das Stoma atmen, ist ein Wassereintritt in das Stoma für Sie lebensbedrohlich.** Daher müssen Sie insbesondere beim Duschen darauf achten, dass kein Wasser in das Stoma eindringen kann.

Zur Alarmierung von Hilfe können Sie einen Alarmierungsknopf für das Handgelenk beziehen (beispielsweise via Spitex oder Swisscom).

Ausserdem können Smartphone-Applikationen (Apps) wie beispielsweise 112 rettemi.ch oder die REGA-App auf dem Smartphone installiert werden. Bei beiden Apps ist es wichtig, dass Sie das GPS-Signal aktiviert haben und ein eigenes Profil erstellen. Vermerken Sie bitte in Ihrem Profil «tracheotomiert » oder «Halsatmer». Existiert kein Feld für den Eintrag eines Vermerks, erwähnen Sie diese Zusatzinformation direkt nach Ihrem Nachnamen. Dies ist wichtig, damit Sie die Zentrale des Hilferufes nicht zurückruft, sondern gegebenenfalls eine Nachricht schreibt. Weiter kann teilweise eine Chatfunktion genutzt werden.

Hilfe via	Alarmierung via	Wichtiges
Alarmierungsknopf am Handgelenk	Ausgewählte Person oder Institution (selbst einstellbar)	• Falls Privatpersonen angegeben werden, muss bei Nichterreichung die Spitex oder der Notfall alarmiert werden
App: REGA	Chat oder Anruf	• Profil erstellen • Hinter dem Nachnamen einen Vermerk erfassen: «Tracheotomiert» oder «Halsatmer» notieren
App: rettemi.ch	Chat oder Anruf	• Profil erstellen • Im Feld für Vermerke «Tracheotomiert» oder «Halsatmer» notieren

Selbsteinschätzungsplan für Menschen mit einem Stoma nach Tracheotomie

Ziel: Sie können Ihre Symptome in Bezug auf Ihr Stoma nach Tracheotomie einordnen und richtig handeln.

Mithilfe des Selbsteinschätzungsplans nach dem Ampelschema können Sie auf einen Blick feststellen, ob und in welchem Masse sich Ihre Symptome verschlechtert haben. Das Ampelsystem hilft Ihnen dabei, auf eine Situation richtig zu reagieren.

	Alles OK **Probleme lassen sich lösen oder selbst behandeln**	**Achtung!** **Die Symptome sind stärker**	**Handeln Sie!** **Die Symptome sind ausgeprägt**
Atemnot	Es ist keine Atemnot vorhanden. Das Sekret löst sich. Fahren Sie mit der Behandlung wie gewohnt fort: • abhusten • absaugen • inhalieren	Falls keine Besserung oder sogar eine Verschlechterung der Atemnot eintritt, wiederholen Sie solang bis Besserung eintritt: • abhusten • absaugen • inhalieren • 2 ml NaCl Lösung 0.9 % direkt in die Kanüle spritzen • auswechseln (wechseln oder putzen der Innenkanüle) Achten Sie darauf, dass die Kanüle vor und nach der Inhalation frei von Sekret ist. Kontrollieren Sie Ihr Gewicht täglich und notieren Sie es. Ein Gewichtsanstieg könnte mit einer Wassereinlagerung im Körper zusammenhängen.	Die Atemnot lässt nicht nach oder ist so stark, dass keine Massnahme mehr durchgeführt werden kann → NOTFALL → holen Sie Hilfe. Tel.: _____ oder Tel.: 144 Zusätzliche Medikamente: _____ _____ Insbesondere wenn das Tracheostoma sich aus der Luftröhre gelöst hat → NOTFALL
Sekret	Sekret ist wenig zäh. Fahren Sie mit der Behandlung wie gewohnt fort. Notieren Sie sich regelmässig: • Konsistenz • Farbe • Geruch • Menge des Sekrets	Sekretfarbe oder -geruch verändern sich. Beobachten Sie genau, dokumentieren Sie es. Gelbliches und/oder zähes Sekret • inhalieren Sie 2 bis 4 Mal täglich mit NaCl 0.9 % • befeuchten Sie die Kanüle häufiger mit Tracheo Fresh Gel Zusätzliche Medikation: _____ _____ Tritt innert einigen Tagen keine Besserung auf oder sind die Beschwerden unerträglich, kontaktieren Sie das HNO-Ambulatorium oder Ihren Arzt/Ihre Ärztin. Tel.: _____	Das Sekret ist immer wieder stark bräunlich bis rötlich. Sekretfarbe verändert sich nach dem Essen oder in Zusammenhang mit dem Essen → holen Sie Hilfe. Tel.: _____

	Alles OK	**Achtung!**	**Handeln Sie!**
Mund	Die Mundschleimhaut ist intakt, Sie haben keine Schmerzen, Ablagerungen oder ähnliches. Fahren Sie mit der Behandlung wie gewohnt fort.	Sie sehen Ablagerungen im Mund: • beobachten Sie Ihre Mundschleimhaut weiter • putzen Sie sich die Zähne 3 bis 4 Mal am Tag nach dem Essen Offene Stellen im Mund sind vorhanden und schmerzen allenfalls, sind jedoch am Abheilen. Mögliche Massnahmen: _____ _____	Die Mundschleimhaut blutet, ist massiv gerötet und hat offene Stellen, die nicht abheilen oder die Schmerzen sind unerträglich. Holen Sie Hilfe: Tel.: _____
Stomaumgebung	Die Stomaumgebung ist gut gepflegt, nicht gerötet und schmerzt nicht. Die Kanüle liegt auf der Hautschutzkompresse und hat keinen direkten Kontakt mit der Haut. Fahren Sie mit der Behandlung wie gewohnt fort.	Die Stomaumgebung ist gerötet: • Cavilon Lolly allenfalls mehrmals täglich anwenden • mehrmals täglich Stomapflege durchführen • Stoma sollte möglichst trocken sein, Hautschutzkompresse sofort wechseln Melden Sie sich bei Gelegenheit bei: behandelndem Team Tel.: _____ HNO-Ambulatorium Tel.: _____ Spitex Tel.: _____	Die Haut schmerzt, wird rissig & dünn und blutet vielleicht: • Führen Sie die Behandlung wie im «gelben» Ampelbereich vermerkt durch und melden Sie sich bei: Spitex Tel.: _____ HNO-Ambulatorium Tel.: _____
Cuff	Der Cuff-Druck wird mindestens 2 x täglich kontrolliert und befindet sich im «Normbereich» (meist im grünen Bereich zwischen 15 und 20 mmHg).	Bei massiven Hustenattacken: • Cuff häufiger kontrollieren • und Cuff neu aufpumpen	Der Cuff kann nicht mehr aufgepumpt werden und erreicht den grünen Bereich nicht mehr. Holen Sie Hilfe. HNO-Ambulatorium Tel.: _____
Sprechen	Das Sprechen ist möglich, sofern eine gefensterte Aussenkanüle, eine gefensterte Innenkanüle und ein Sprechaufsatz vorhanden sind.	Das Sprechen ist nicht möglich/ oder nicht richtig möglich • gefensterte Innenkanüle reinigen • neuen Sprechaufsatz verwenden	Sprachproduktion funktioniert gar nicht → organisieren Sie Hilfe bei der Logopädie: Tel.: _____
Essen und Schlucken	Die Nahrungsaufnahme funktioniert wie gewohnt (via Mund oder Magensonde) und Sie nehmen eine ausreichende Menge und ausreichende Kalorienanzahl zu sich. Sie verschlucken sich nicht. Ihr Gewicht ist stabil. Der Urin und der Stuhl sind unauffällig (Farbe, Konsistenz, Frequenz).	Bitte melden Sie sich im HNO-Ambulatorium, wenn Ihre Nahrungsaufnahme reduziert ist oder Sie sich beim Essen verschlucken bzw. Husten müssen. Versuchen Sie die folgenden Fragen zu beantworten: • Warum ist die Nahrungsaufnahme reduziert? • Essen Sie weniger oder ist die Sondenkost reduziert? Der Urin ist dunkel → Erhöhung der Flüssigkeitszufuhr unter Beobachtung des Gewichtes.	Die Nahrungsaufnahme funktioniert nicht mehr ausreichend (Sonde verstopft, Erbrechen, Schmerzen etc.). Vielleicht verschlucken Sie sich öfters. Die Stuhl- oder Urinausscheidung funktioniert nicht mehr. Die Stuhlfarbe ist schwarz oder die Urinfarbe ist blutig. Holen Sie Hilfe. Spitex Tel.: _____

Austritt

Am Ende Ihres Spitalaufenthalts können Sie in der Campus Apotheke des Kantonsspitals St.Gallen sämtliche Materialien zur Stomapflege und-versorgung sowie gegebenenfalls auch Medikamente beziehen. Da es sich um Spezialprodukte handelt, können Sie ohne Vorbestellung keine andere Apotheke für den Bezug der Materialien wählen. Bei einer späteren Weiterbetreuung der HNO-Problematik durch das HNO-Ambulatorium am Kantonsspital St.Gallen haben Sie verschiedene Möglichkeiten für den Materialbezug. Sie können die Produkte weiterhin in der Campus Apotheke abholen, oder Sie können sich die Produkte nach Hause schicken lassen.

Hilfsmittel für unterwegs

Wir empfehlen Ihnen, ein Set für die Stomapflege einzurichten, welches Sie bei sich tragen, wenn Sie unterwegs sind. Das Set sollte Materialien für die Stomapflege enthalten (siehe Kapitel «Pflege des Stomas»).

Stellen Sie sicher, dass Sie immer eine neue Innenkanüle und einige feuchte Nasen dabei haben. Zudem wird empfohlen, dass Sie Materialien zur Stomapflege dabei haben.

Stellen Sie sicher, dass einige Ersatzbasisplatten, HME-Kassetten sowie die Provoxbürste mitgeführt werden. Dies soll Sie schützen, wenn Sie plötzlich unter Hustenreiz leiden und gegebenenfalls nicht mehr oder nur sehr erschwert sprechen können. Es wird zudem empfohlen, stets eine Pinzette, eine Taschenlampe sowie einen Spiegel mit sich zu tragen.

Lungenliga

Die Lungenliga liefert Ihnen das Inhalations- und Absauggerät und ist auch für deren Wartung zuständig. Treten Probleme oder Unklarheiten mit den Geräten auf, dürfen Sie gerne die Lungenliga kontaktieren. Instruktionen zu den Geräten erhalten Sie direkt von der Lungenliga.

Ausserdem wird Sie die Lungenliga darüber instruieren, dass Sie die Geräte wöchentlich reinigen und die Schläuche in Octenisept einlegen müssen.

Firma	Materialien	Adresse mit Telefonnummer
Wohnkantonale Lungenliga	Absaug- sowie Inhalationsgeräte	• Profil erstellen • Hinter dem Nachnamen vermerken: «Tracheotomiert» oder «Halsatmer»

Anhang: Rezept

Dauerrezept für:

Patientenkleber

Menge	Artikel	Zu bestellen
1 x	**Tubusfixierungen divers** ☐ Free Vent Neck Strap (Kanülenbandweiss) REF 1580 ☐ Provox Tube Holder REF 7668 ☐ Duo Clip H für Trachealkanülen SAP-Nr. 4003002 ☐ Provox Lary Clips REF 7669	
1 x	**Halsschutz/Halsschaal** ☐ Free Vent Clothing scarf black REF 1410A4 ☐ Free Vent Clothing scarf dark blue REF 1410A15	
1 x	Mundspray transparent SAP-Nr. 4056424	
1 OP	3M Cavilon® Lolly Hautschutz	
2 x	Händedesinfektionsmittel z.B. Manusept Basic® 100 ml	
1 x	Octenisept® Lösung farblos 500 ml	
1 OP	Sterile Watteträger ☐ kleiner Wattekopf (2 x 2 mm) ☐ grosser Wattekopf	
1 x	Tracheo Fresh® Gel (50 g)	
1 x	Wasserstoffperoxid 3 % 100 ml	
2 OP	Kochsalz NaCl 0,9% 20 x 10ml steril z.B. NaCl 0.9% B. Braun	
1 OP	Kompressen 5 x 5 cm steril	
1 OP	Unomedical ProFlow Absaugkatheter CH 14 SAP-Nr. 4020307	
1 OP	Handschuhe unsteril Grösse:	

Menge	Artikel	Zu bestellen
1 OP	Rüsch Innenkanülen ☐ Phonation (gefenstert) 8.5 SAP-Nr. 40231111 ☐ Geschlossen 8.5 SAP-Nr. 4023109 ☐ Niederprofil Phonation 8.5 SAP-Nr. 4026139	
1 OP	Gibeck Trach-Vent Künstliche Nasen ☐ Trach-Vent ohne 02-Anschluss SAP-Nr. 4010741 ☐ Trach-Vent+ mit 02-Anschluss SAP-Nr. 4010742	
1x	Reagenzglasputzer (Reinigungsbürste) SAP-Nr. 4011710	
1 OP	Metalline Tracheo Kompressen steril SAP-Nr. 4002562	
1x	Rüsch Endotest Füll-und Drucküberwachungsgerät (Cuff) SAP-Nr. 4011393	
1x	Baionette Pinzette (Borkenpinzette) Maybach	
1x	Babyliss Kosmetikspiegel beleuchtet 8435E	

Datum:

Unterschrift Arzt
Stempel Arzt

Für Rückfragen zum Sortiment kann die Station _____
Tel. 071 494 _____ kontaktiert werden.

Anhang: Vorgehen bei Atemnot

1. Feuchte Nase entfernen ggf. auch Innenkanüle

2. Mit aufrechtem Oberkörper kräftig aushusten

3. Luftröhre mit 1–2ml NaCl 0,9% befeuchten, während langsamem Einatmen
   → Ruhig und langsam weiteratmen

4. EINE Minute später kräftig aushusten, bei fehlendem Erfolg absaugen

Falls nach zweimaliger Wiederholung keine deutliche Besserung eintritt, sofort Arzt aufsuchen, rufen lassen oder die Rettung alarmieren.

Notruf-Kontakte

- **Notfallnummer Kantonsspital St.Gallen:** 071 494 11 11 (24h erreichbar)
- **Notruf:** 144 (24h erreichbar)
- **HNO-Ambulatorium KSSG:** 071 494 17 25 hno.ambulatorium@kssg.ch (erreichbar zu Bürozeiten)
  → Wenn Sie einen Termin im HNO-Ambulatorium erhalten, bitte stets neue Materialien (Innenkanüle und Trach Vent) mitnehmen.
- **Notfall-App:** RetteMi.ch 112 (App-Store kostenlos verfügbar) oder REGA-App (Im vorgesehenen Feld oder hinter dem Nachnamen den Vermerk «Halsatmer» eintragen).

Professionell
Umfassend
Menschlich

Kontakt

Kantonsspital St.Gallen
Hals-Nasen-Ohrenklinik
Rorschacher Strasse 95
CH-9007 St.Gallen

Tel. +41 71 494 17 25
www.kssg.ch/hno