

АСТОМ

ГИД ПО АКТИВНОЙ ЖИЗНИ

ОСЕНЬ 2014



- Интервью с заместителем руководителя Департамента социальной защиты населения г. Москвы Татьяной Александровной Потяевой
- Десять лет Координационному Совету региональных общественных организаций стомированных пациентов России
- Вести из регионов

АСТОМ

РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ИНВАЛИДОВ СТОМИРОВАННЫХ БОЛЬНЫХ «АСТОМ»

Мы вместе с вами 20 лет

ТЕЛЕФОН: 8 (495) 678 27 30

На нашем сайте www.astom.ru — врачи и специалисты в области **КОЛОПРОКТОЛОГИИ И УРОЛОГИИ** ответят на все ваши вопросы.

На нашем сайте www.astom.ru — работают **СТОМАКАБИНЕТ** и **ИНКОКАБИНЕТ**, в кабинетах можно получить профессиональные ответы медицинских специалистов о стоме и проблемах, связанных с нарушением функций мочеиспускания и недержания мочи. Также можно получить информацию обо всех средствах по уходу за стомой и за кожей вокруг стомы у официальных представителей компаний-производителей — Колопласт, Конватек, Тена, Иакин, ТриО, узнать о лечебном энтеральном питании компании Нестле.

*Давайте решать
деликатные проблемы
профессионально и вовремя!*

На нашем сайте www.astom.ru — работает **ФОРУМ**, мы приглашаем стомированных людей, их родственников, близких и всех, кого интересует информация о стоме. Вы можете общаться, знакомиться, задавать интересующие вас вопросы, получать полезные советы и консультации специалистов, обмениваться опытом, найти необходимую литературу, познакомиться с опытом зарубежных стран и многое другое.



ДОРОГИЕ ДРУЗЬЯ!

С грустью понимаю, что пришла осень. Лето, что так радовало нас своим теплом, а с ним и сезон отпусков — закончились, а рабочие будни как раз начались.

Есть в этом номере и радостные, и печальные новости. В августе исполнилось 10 лет созданному в 2004 г. по инициативе РООИСБ «АСТОМ» Координационному Совету российских региональных общественных организаций стомированных пациентов. Этот Совет при активной совместной работе всех его членов, руководителей региональных организаций стомированных пациентов, внес большой вклад в развитие

эффективности государственной поддержки стомированных инвалидов Российской Федерации.

Благодаря активной гражданской позиции наших региональных общественных деятелей, в текущем периоде была создана как юридическое лицо общественная организация стомированных пациентов в городе Ростов-на-Дону «АСТОМДОН». Совсем недавно порадовали своей легализацией и регистрацией в Минюсте Узбекистана наши коллеги из Ташкента, из общественной организации «УСТОМ». Но есть и потери среди наших активистов. Этим летом мы потеряли доброго, отзывчивого, болеющего всей душой за дело, очень энергичного молодого человека — Женю Сергеева, руководителя Тамбовской общественной организации стомированных инвалидов «ТАМБОВ-АСТОМ». Вечная ему память.

Как всегда на страницах нашего журнала вы сможете первыми ознакомиться с новинками в области производства технических средств реабилитации и ухода от наших партнеров — компаний-производителей, хорошо себя зарекомендовавших во всем мире.

Наша юридическая страница традиционно окажет содействие в реализации ваших прав в сфере социальной защиты.

Как всегда мы ждем от вас новых историй, предложений и активности. Всем крепкого здоровья и удачи!

Главный редактор
Президент РООИСБ «АСТОМ»

Вячеслав Геннадьевич Суханов



Работаем вместе

В рамках проведения мероприятий по реабилитации стомированных инвалидов специалисты РООИСБ «АСТОМ» осуществляют индивидуальные консультации по социально-бытовым, правовым вопросам, по проблемам, возникающим с использованием средств ухода за стомой, их подбором, применением различных вспомогательных технических средств реабилитации. Также проводятся методические занятия по социальной адаптации и социально-средовой ориентации, в том числе оказывается психологическая помощь и поддержка, в которой нуждаются стомированные люди, особенно в начальный послеоперационный период. Проводятся социокультурные встречи.



для стомированных инвалидов позволили объединить близких по духу людей, попавших в непростую жизненную ситуацию. Многие, даже впервые попавшие на наши встречи, отмечали возродивший интерес к жизни, поднятие настроения, чувство сопричастия и понимания со стороны таких же людей и специалистов по реабилитации.

В течение реализации социокультурной программы РООИСБ «АСТОМ» стомированные инвалиды посетили музей-усадьбу «Кусково», Палеонтологический музей, музей-заповедник «Коломенское», Ботанический сад «Аптекарский двор», музей-усадьбу Лопухиных, музей-заповедник «Царицыно», экскурсию в музей В. Л. Пушкина, выездную встречу «Православные традиции: три Спаса» и многое другое.

Желающих стомированных инвалидов — жителей Москвы, принять участие в дальнейших мероприятиях РООИСБ «АСТОМ», мы рады встретить в нашем офисе.

А также записаться и задать все вопросы вы можете по телефону 8 /495/ 678-27-30.

Подводя итоги первой половины 2014 года, хочется отметить, что благодаря поддержке Департамента социальной защиты населения города Москвы мероприятий и программ РООИСБ «АСТОМ» более 1000 человек получили поддержку и высококвалифицированную помощь.

Социокультурные мероприятия



АстомДон приступил к работе!

В Ростовской области создана и начала осуществлять свою деятельность Ростовская региональная общественная организация инвалидов и стомированных больных — АстомДон.

АстомДон — некоммерческое объединение стомированных инвалидов и лиц, перенесших операцию с наложением стомы, созданное для содействия их социальной реабилитации и адаптации к новым условиям жизни, а также для защиты их прав и законных интересов.

Для достижения этих целей АстомДон сотрудничает с органами социального обеспечения и здравоохранения; с представителями производителей средств ухода за стомой и технических средств реабилитации; с близкими по направлению деятельности общественными объединениями России; с РОИИСБ «АСТОМ» — базовой организацией Координационного совета общественных региональных организаций стомированных пациентов России; с региональными организациями и фондами, занимающимися благотворительной деятельностью.

Членами организации АстомДон могут быть стомированные инвалиды — достигшие 18 лет граждане Российской Федерации, проживающие на территории Ростовской области и граждане, перенесшие операцию с наложением временной или постоянной стомы, а также родители или опекуны несовершеннолетних стомированных инвалидов.

Членство в организации является добровольным. Прием в члены организации АстомДон осуществляется безвозмездно, без вступительного взноса, на основании личного письменного заявления.

В отношении членов организации основными направлениями деятельности АстомДон являются:

- содействие в получении информации и/или справочно-информационных материалов по всем проблемам, возникающим у инвалидов со стомой в послеоперационный период и в повседневной жизни;
- организация индивидуальной работы со стомированными пациентами и членами их семьи по вопросам социально-бытовой адаптации.
- проведение лекций, бесед и семинаров с привлечением специалистов по вопросам социально-бытовой адаптации, а также адаптации членов семьи к изменениям в жизни стомированного пациента;
- работа телефона «горячей линии»;
- оказание моральной поддержки и психологической помощи во взаимодействии со специалистами в области психологической реабилитации инвалидов;
- содействие в обеспечении современными средствами ухода за стомой;
- оказание консультативной помощи инвалидам со стомой и службам МСЭ в части заполнения Индивидуальной программы реабилитации (ИПР);
- оказание благотворительной помощи в виде средств медицинского назначения, а также предметов санитарно-гигиенического назначения;
- в порядке, установленном законом, — защита прав и законных интересов членов организации по вопросам, курируемым организацией;



- организация посещений культурных мероприятий, организация экскурсий, вечеров отдыха;
- проведение дружеских встреч стомированных пациентов с целью взаимной помощи и обмена опытом;
- привлечение членов организации и членов их семей к активной деятельности в АстомДон.

Контактная информация:

Телефон: 8–9282703565, E-mail: astomdon@mail.ru

Юридический адрес: Россия, 344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 53, оф.8.

Председатель Ростовской региональной общественной организации инвалидов и стомированных больных «АстомДон» — Рыбина Елена Витальевна, заместитель председателя — Онишкова Валентина Михайловна.

АстомДон принята в члены Координационного Совета региональных общественных организаций стомированных пациентов России

Ростовская общественная организация инвалидов и стомированных больных АстомДон принята в члены Координационного Совета региональных общественных организаций стомированных пациентов России. Протокол заседания Координационного Совета от 18 августа 2014 года.

Координационный Совет по поддержке деятельности региональных общественных организаций стомированных пациентов в Российской Федерации, созданный в августе 2004 года является координационно-советательным и информационно-консультативным органом. В состав Совета входят Председатель Координационного Совета, его заместитель, руководители региональных общественных организаций стомированных пациентов Российской Федерации.

Одной из целей Координационного Совета является оказание методического и организационного содействия региональным общественным организациям стомированных пациентов Российской Федерации в решении вопросов медико-социальной реабилитации стомированных пациентов, распространения передового опыта работы в области реабилитации, имеющегося в региональных общественных организациях стомированных пациентов, содействие в создании и развитии новых общественных организаций стомированных пациентов в регионах России.

Поздравляем организацию АстомДон и желаем активной, плодотворной работы по развитию реабилитационного процесса в регионе, защите прав и интересов стомированных людей, проживающих в г. Ростове-на-Дону и Ростовской области.

Члены Координационного Совета российских региональных общественных организаций стомированных пациентов:

«АСТОМ»	г. Москва	«КУБСТОМ»	г. Краснодар
«УРАЛСТОМ»	г. Пермь	«БУРАСТОМ»	г. Улан-Удэ
«СТОМАСТ»	г. Астрахань	«АССТОМ-Вологда»	г. Вологда
«АССКОЛ»	г. Санкт-Петербург	«АРМСТОМ»	г. Армавир



Недержание мочи у мужчин

Наша медицина устроена так, что пациенты не с желанием идут к врачу за помощью, а чаще просто терпят свою проблему до последней возможности. А если пациент — мужчина, да еще и с таким деликатным недугом, как недержание мочи, шансов, что он обратится за консультацией к урологу становится еще меньше. Вот так и прячется больной от доктора, делая хуже не ему, а самому себе и не думая о том, что недержание — проблема, имеющая решение.

Тяжесть инконтиненции (недержания мочи) у мужчин варьирует от частичной, до полной потери функции мочевого пузыря. Например, некоторые теряют капли мочи во время физического напряжения или смеха, а другие испытывают постоянное подтекание мочи. Мужское недержание мочи не является заболеванием или неотъемлемой частью старения. Фактически, инконтиненция возникает как симптом какого-либо другого заболевания, как правило, неврологического, но может быть и последствием операций на предстательной железе. Сейчас инконтиненция не является фатальной проблемой и, если вы или кто-то, кого вы любите, страдает недержанием мочи, не отчаивайтесь — прогресс в медицинских технологиях и разработка новых специальных средств, делающих проявления заболевания менее заметными для окружающих, позволяют решить проблему.

Специальные приспособления — уропрезервативы и мочеприемники торговой марки «Конвин», датской компанией «Колопласт» являются уникальными в ряду продукции для пациентов страдающих недержанием мочи. Каждый вид изделий имеет незаметные на первый взгляд, но такие важные и необходимые для людей с особыми потребностями детали, как, например, удобная упаковка и приспособления, облегчающие её вскрытие.

Ассортимент компании «Колопласт» включает уропрезервативы и мочеприемники разных видов и из различных материалов, предоставляя возможность каждому пациенту сделать индивидуальный выбор в зависимости от его предпочтений.

Уропрезерватив «Конвин» с пластырем крепится на пенисе при помощи пластыря,



имеющего гидроколлоидную основу. Свойство гидроколлоида впитывать избыток влаги позволяет эффективно защищать кожу от раздражения и мацерации.



Самоклеющийся уропрезерватив «Конвин» фиксируется при помощи адгезива, нанесенного на внутреннюю сторону изделия, и имеет специальную раскручивающую ленту, облегчающую крепление. Такой вид уропрезервативов идеально подходит для людей с ограниченной подвижностью рук и незаменим в случае помощи ухаживающего персонала.

Уропрезервативы и пластырь изготавливаются из гипоаллергенных латексных и безлатексных материалов. Это позволяет пользоваться изделиями даже пациентам, склонным к аллергии. Материал пластыря и уропрезервативов «Конвин» обладает исключительной эластичностью. Это значит, что уропрезерватив следует за физиологическими изменениями органа — растягивается при кровенаполнении полового члена и не препятствует кровообращению. При уменьшении органа уропрезерватив возвращается к исходному состоянию, сохраняя герметичность крепления и предотвращая протекание мочи.

Материал сливного конца уропрезервативов имеет большую плотность, чем само изделие и даже в случае перекручивания или загибов обеспечивает беспрепятственный отток мочи. Уропрезервативы «Конвин» надежно защищают кожу от раздражающего действия выделений, предназначены для одноразового использования и требуют замены 1 раз в сутки. Размер уропрезерватива подбирается индивидуально для каждого пациента —

в ассортименте имеется пять размеров: 20, 25, 30, 35, 40 мм. Для сбора мочи, вытекающей из уропрезерватива, его сливной конец крепится к мочеприемнику

В ассортименте представлены мочеприемники различных объемов и видов.

Мочеприемники «Конвин» изготовлены из мягкого легкого материала и имеют двойную запайку по контуру для усиления прочности. Задняя сторона мешка покрыта тончайшим нетканым материалом. Эта до-



полнительная «мелочь» незаменима в случае крепления мешка непосредственно к телу, так как позволяет коже «дышать». Все модели мочеприемника имеют дренажную трубку регулируемой длины и снабжены антирефлюксным клапаном, предотвращающим обратный заброс мочи.

Ножные мочеприемники «Конвин Секьюрити+» имеют гофрированную, защищенную от перегибания дренажную трубку, которая, независимо от того, как она изогнута или перекручена, всегда обеспечивает свободный отток мочи. Исключительная гибкость трубки позволяет ей следовать за любым движением ноги, что делает ее незаметной, как и мешок. **Ножные мешки «Конвин Секьюрити+»** являются оптимальными для людей, ведущих активный образ жизни.

Ножные мочеприемники «Конвин контурные» имеют несколько внутренних вертикальных полостей для равномерного распределения мочи и незаметны под одеждой. Дренажная трубка имеет гладкую внутреннюю поверхность, которая препятствует развитию восходящей инфекции.

Прикроватные мочеприемники «Конвин» имеют большой объем и более длинную дренажную трубку. Удобны для использования ночью, во время постельного режима, а также когда нет возможности опорожнить мочеприемник в течение длительного времени.

Для удобства фиксации мочеприемников «Конвин», в ассортименте предусмотрены специальные ремешки, позволяющие регулировать высоту крепления мешка к ноге.

Система для сбора мочи «Конвин», состоящая из уропрезерватива, мочеприемника и ремешков, незаметна под одеждой, не вызывает шума при движении и предотвращает появление неприятного запаха. Недержание мочи остается маленьким секретом, о котором знает лишь сам пациент.



Знайте и пользуйтесь своими возможностями!

Традиционно мы обращаемся в Департамент социальной защиты населения города Москвы, для того, чтобы читатели нашего журнала получили достоверную информацию из первых рук о доступных возможностях реабилитации, оздоровления, образования для взрослых. Мы искренне надеемся, что это поможет многим из вас улучшить свою жизнь, быть может, даст толчок к развитию ваших талантов, поможет найти новый круг общения или получить помощь. На наши вопросы согласилась ответить Татьяна Александровна Потяева, заместитель руководителя Департамента социальной защиты населения города Москвы.



Среди стомированных пациентов существенный процент — люди с онкологическими заболеваниями, есть ли программы санаторно-курортного лечения, паллиативной помощи для онкологических больных?

Органы социальной защиты населения обеспечивают граждан федеральных льготных категорий, в том числе инвалидов, санаторно-курортным лечением в рамках набора социальных услуг, установленного Федеральным законом от 17.07.1999 г. № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи».

При этом инвалиды первой группы имеют право на получение второй путевки на санаторно-курортное лечение для сопровождающего их лица.

Сумма средств, направляемых на оплату предоставления социальных услуг, удерживается из состава начисленной гражданину ежемесячной денежной выплаты (ЕДВ), осуществляемой территориальными органами Пенсионного фонда Российской Федерации.

По условиям государственных контрактов, заключаемых Департаментом по итогам конкурсных процедур, ветеранам и инвалидам гарантируется размещение в стандартном 2-х местном номере со всеми удобствами, 5-ти разовое диетическое питание, предоставление медицинских услуг и лечебных процедур, предусмотренных утвержденными стандартами санаторно-курортной помощи по профилю заболевания, обозначенному в путевке, дополнительных медицинских услуг по лечению сопутствующих заболеваний, а также бесплатные культурно-досуговые мероприятия.

В то же время, по желанию отдыхающих, за дополнительную плату здравницы могут предоставить дополнительные услуги как по размещению (одноместные номера или номера повышенной комфортности), так и по предоставлению медицинских процедур на коммерческой основе.

Поскольку здравницы, в большинстве своем, являются самостоятельными субъектами, либо находятся в ведении различных министерств и ведомств, обязать их оборудовать свои помещения специальным сантехническим оборудованием для приема стомированных инвалидов, к сожалению, не представляется возможным.

Учитывая, что оплату стоимости социальных услуг все получатели ЕДВ производят в одинаковом размере, предоставить стомированным инвалидам улучшенные условия для проживания возможности не имеется.

Согласно ст. 6.3. названного Федерального закона гражданин, имеющий право на получение социальных услуг, может получать их в денежном выражении, обратившись с заявлением в территориальный орган Пенсионного фонда Российской Федерации, осуществляющий ему ежемесячную денежную выплату (ЕДВ).

Заявление об отказе от получения набора социальных услуг (социальной услуги) на период с 1 января года, следующего за годом подачи указанного заявления, и по 31 декабря года, в котором гражданин обратиться с заявлением о возобновлении предоставления ему набора социальных услуг (социальной услуги) подается до 1 октября текущего года.

Заявление о возобновлении предоставления набора социальных услуг (социальной услуги) подается до 1 октября текущего года на период с 1 января года, следующего за годом подачи заявления.

По данным Департамента здравоохранения г. Москвы в Москве насчитывается почти одиннадцать тысяч стомированных пациентов и каждый год их число увеличивается приблизительно на две с половиной тысячи человек после стомирующих операций. Какова оценка сотрудничества Департамента с общественной организацией стомированных инвалидов АСТОМ и в целом — деятельности нашей организации? Есть ли перспективы расширения этого сотрудничества?

Региональная общественная организация инвалидов стомированных больных «АСТОМ» активно сотрудничает с Департаментом социальной защиты населения города Москвы в разработке и реализации государственных социальных программ Правительства Москвы по поддержке лиц с ограничениями жизнедеятельности.

Организация имеет большой опыт реализации социально значимых проектов и мероприятий в городе Москве.

РООИСБ «АСТОМ» осуществляет свою деятельность с 1993 года, является единственной общественной организацией инвалидов, занимающейся решением вопросов социальной интеграции и адаптации лиц с ограничением в здоровье со стомой.

За весь период работы благотворительной организации «АСТОМ» оказана медико-социальная, психологическая и иная помощь около 10 тыс. стомированным инвалидам и их родственникам.

Благодаря положительному опыту работы, в 2000 году РООИСБ «АСТОМ» была принята в члены Международной Ассоциации стомированных пациентов.

РООИСБ «АСТОМ» совместно с подведомственными Департаменту социальной защиты населения города Москвы учреждениями организует и проводит обучающие курсы по программе «Особенности ухода



за лежачими больными на дому» для работников центров социального обслуживания.

Со своей стороны, Департаментом, в целях поддержки социально значимой деятельности некоммерческих и других организаций в рамках Государственной программы «Социальная поддержка жителей города Москвы на 2012 — 2018 гг.» на конкурсной основе предоставляет субсидии из бюджета города Москвы в сфере социальной защиты населения города Москвы.

Кроме того, в 2013–2014 году по итогам проведения открытого конкурса Департаментом заключены государственные контракты с РООИСБ «АСТОМ» на предоставление дополнительных услуг по социальной реабилитации инвалидов с нарушениями функций выделения.

Согласно условиям контрактов РООИСБ «АСТОМ» проводит персональные консультации (в том числе по телефону «горячей линии») для стомированных инвалидов и членов их семей, проживающих в городе Москве, по направлениям послеоперационной реабилитации, в том числе:

- консультации по социально-средовой реабилитации;
- консультации по социально-психологической реабилитации;
- консультации по социально-бытовой адаптации.

Также при поддержке Департамента РООИСБ «АСТОМ» организует и проводит мероприятия по социокультурной реабилитации стомированных инвалидов включая:

- обучение стомированных инвалидов навыкам проведения отдыха и досуга;
- проведение мероприятий, направленных на удовлетворение социокультурных и духовных запросов стомированных инвалидов, расширение общего и культурного кругозора, сферы общения (посещение театров, выставок, экскурсии, встречи с деятелями литературы и искусства).

В дальнейшем сотрудничество с Региональной общественной организацией инвалидов стомированных больных «АСТОМ» в целях повышения качества жизни людей с ограничениями здоровья будет продолжено.

Мы знаем, что отделом социальной защиты населения Москвы осуществляется программа «Лучшая половина жизни», существуют ли в ее рамках модули, направленные на поддержку людей старшего возраста и инвалидов с различными видами нарушения функции выделения?

Общественная организация АСТОМ в своей деятельности исходит из постулата о том, что стомированные люди могут вести полноценную жизнь, что включает и занятия спортом и оздоровительной физкультурой. Однако стомированным пациентам психологически сложно осуществить это на практике. Возможно ли организовать групповые или индивидуальные занятия для стомированных, например, на базе оздоровительных ресурсов ТЦСО?

В целях оказания реальной помощи гражданам пожилого возраста в центрах социального обслуживания в рамках комплекса мер «Лучшая половина жизни» реализуется программа «Университет 3-го возраста» для адаптации граждан пожилого возраста к стремительно изменяющимся социально-экономическим, политическим условиям жизни, а также, при желании, возвращение их к активной профессиональной деятельности.

В рамках реализации программы «Университет 3-го возраста» функционирует:

— программа «Творческое самовыражение»: целью программы является преодоление ограниченных возможностей, социокультурная реабилитация инвалидов и пенсионеров различными средствами культуры и искусства (студии и секции прикладных видов искусства, поэтическое творчество, исполнительские виды искусства, посещение театров, музеев, выставок);

— программа «Социальное партнерство»: целью программы является культурно-досуговая деятельность, взаимовыгодное взаимодействие между государственными, предпринимательскими структурами и общественными организациями с целью реализации интересов инвалидов и граждан пожилого возраста посредством активного обмена информацией, ресурсами и технологиями по их социокультурной и физической реабилитации;

— программа «Веков связующая нить»: в центрах социального обслуживания регулярно проводится цикл мероприятий, направленных на формирование активного досуга, развития культурного наследия и традиций, патриотическое воспитание молодого поколения, привлечение ветеранов Великой Отечественной войны к активной деятельности;

— программа «Школы безопасности»: цель программы — проведение разъяснительной работы с клиентами, распространение среди населения памяток, организация и проведение лекций и мероприятий с представителями правоохранительных органов. Тесная взаимосвязь с участковыми полицией ОВД районов;

— программа «Школы здоровья»: главная цель проекта — приобщение пожилых граждан к активной жизни, восстановление способности к самостоятельной, общественной, семейной, бытовой деятельности, повышения качества жизни.

Одним из новых направлений является внедрение образовательной программы «Школы ухода», направленной на обучение родственников и сотрудников уходу за тяжелобольными гражданами с привлечением специалистов медицинского профиля и организаций, выпускающих продукцию по уходу за больными.

При отделениях социального обслуживания на дому создаются клубы по интересам для обслуживаемых граждан, не способных выйти из дома по состоянию здоровья;

— «Курс компьютерной грамотности», где обучение направлено на получение теоретических и практических навыков работы на компьютере для пенсионеров и инвалидов.

— клубы изучения иностранных языков; французского языка, английского языка, немецкого, китайского направлены на лучшую адаптацию пожилых людей в современных условиях;

— программа «Православные основы духовного и физического здоровья населения»: знакомство с кратким курсом истории христианства, с архитектурой, убранством и богослужением в Русском православном Храме. Встречи проходят как в ЦСО, так и в Храме;

— профилактика социального одиночества, улучшение социального положения граждан пенсионного возраста, создание условий для повышения качества жизни пожилых людей, реализации их прав на полноценное участие в экономической, общественной, культурной и духовной жизни России.



Кафедра правоведения, в рамках которой проводится цикл встреч с юрисконсультантом «Информирован — значит вооружен», который включает в себя проработку правовых вопросов и тем, интересных для данной возрастной категории. В том числе, юрисконсульт проводит индивидуальные консультации по вопросам семейного и гражданского права, оказывает помощь в подготовке и сборе документов. Регулярные встречи со специалистами отдела жилищных субсидий и пенсионного отдела повышают информированность населения.

Кафедра гуманитарных наук, в рамках которой организован цикл тематических познавательных встреч, где жители района делятся своим жизненным опытом.

Кафедра медицинских наук, в рамках которой проводится курс лекций подобранный медицинским работником с учетом возрастных изменений.

Кафедра физической культуры, в рамках которой проводятся занятия в зале ЛФК и на тренажерах, дыхательная гимнастика, суставная гимнастика и индивидуальные упражнения под руководством профессионального тренера.

Большим успехом пользуется факультет Изобразительного искусства, где организуются выставки работ пенсионеров, встречи с художниками, проводятся мастер-классы, видеосалоны.

С целью более широкого охвата людей старшего поколения учреждениями социального обслуживания при активном взаимодействии с учреждениями образования и культуры города Москвы организована работа по обучению людей старшего поколения и инвалидов основам компьютерной грамотности на базе колледжей, библиотек и других организаций.

В настоящее время в центрах социального обслуживания города Москвы работает более 1000 клубов и кружков различной направленности, которые охватывают более 100 тыс. человек.

Одновременно сообщаем, что отделения дневного пребывания центров социального обслуживания, при которых реализуются вышеуказанные программы (кафедры) в рамках «Университет 3-го возраста», предназначены для граждан старшего поколения и инвалидов, сохранивших способность к самообслуживанию и активному передвижению, и имеющих заключение лечебно-профилактического учреждения об отсутствии медицинских противопоказаний к их посещению. Основными функциями отделений является организация культурно-досугового обслуживания, горячего питания, отдыха и досуга, наблюдение за общим состоянием граждан с целью оказания им доврачебной помощи, т.к. проходящие в отделениях оздоровительные мероприятия проходят в общей группе и не направлены на профилактику отдельных видов заболеваний.

Существуют ли в Москве курсы переобучения и специализированные программы трудоустройства для людей старшего возраста, для людей с ограничениями жизнедеятельности? Если есть, то куда нужно обращаться и как действовать, чтобы пройти переобучение или найти работу?

В соответствии с постановлением Правительства Москвы от 8 февраля 2012 г. № 33-ПП вопросы трудоустройства инвалидов возложены на Департамент труда и занятости населения города Москвы.

Необходимая информация размещена на официальном сайте Департамента <http://trud.mos.ru/>.





ConvaTec

Технология пластичных пластин с моделируемым отверстием для стомированных людей



2-х компонентная
система **Combihesive™ 2S**
(Комбигезив 2S)

2-х компонентная система
Esteem Synergy™
(Эстим Синерджи)

8-800-200-80-99
звонок по России бесплатный
Информационная Линия Поддержки
ConvaTec для стомированных людей

Часы работы:
понедельник-пятница, 9:00-17:00,
автоответчик - круглосуточно.



Простота использования. Больше не нужны ножницы.

Без использования ножниц создается подходящее отверстие для стомы.



Уникальная защита от протечек.

Пластичная пластина с моделируемым отверстием принимает форму стомы, деликатно и мягко "обнимая" ее. Эффект "Черепастья шея"* способствует устранению мест для возможных протечек кишечного содержимого.



Комфорт и надежность.

Пластичный адгезив подстраивается под изменяющиеся в течение суток размеры стомы.

ОТСУТСТВИЕ ПРОТЕЧЕК – ЗАЛОГ ЗДОРОВОЙ КОЖИ ВОКРУГ СТОМЫ.

* Эффект "Черепастья шея" - особое свойство, присущее этому адгезиву. Адгезив набухает и образует воротник, мягко окружающий стому.

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ

Уважаемые читатели!

На сегодняшний день на Информационную Линию Поддержки КонваТек достаточно часто поступают звонки по вопросам правильного подбора фланцевых пластин, а также сроков использования средств по уходу за стомой.

Многие стомированные люди не знают, как правильно подобрать размер фланцевого кольца в соответствии с размером стомы. Мы бы хотели пояснить и рассказать основные принципы подбора пластин с фланцевым кольцом, а также отметить средние нормы использования средств по уходу за стомой. Ниже представлена информация с ответами на вопросы, которые были затронуты выше.

Очень надеемся, что она вам поможет, и в дальнейшем вы будете ее использовать как «подсказку».

Принципы подбора пластин Combihesive® 2S

Пластина Combihesive® 2S классическая

Диаметр фланцевого кольца (мм)	Подходящий диаметр стомы (мм)
32	до 22
38	22-28
45	28-35
57	35-47
70	47-60
100	60-90

Плоская пластиковая пластина с моделируемым отверстием Combihesive® 2S

Диаметр фланцевого кольца (мм)	Подходящий диаметр стомы (мм)
45 (малое стартовое отверстие)	13-22
45 (среднее стартовое отверстие)	22-33
57	33-45
70 (с овальным стартовым отверстием, для стом овальной формы)	от 33-45 мм до 45-56 мм

Основные принципы

1. Диаметр фланцевого кольца пластины должен быть минимум на 10 мм больше диаметра стомы.
2. При вырезании отверстия необходимо убедиться, что ширина полоски адгезива между вырезанным отверстием и фланцевым кольцом не менее 5 мм со всех сторон.

Какое в среднем количество изделий по уходу за стомой необходимо одному стомированному человеку в месяц?*

Вид изделия	Кол-во в месяц (шт.)
Однокомпонентные системы по уходу за стомой	
Дренируемые (открытые)	30
Недренируемые (закрытые)	60
Двухкомпонентные системы	
Пластины	10
Дренируемые (открытые) сборные мешки	30
Недренируемые (закрытые) сборные мешки	60

* Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 7 мая 2007 года № 321 "Об утверждении Сроков пользования техническими средствами реабилитации, протезами и протезно-ортопедическими изделиями до их замены".



Информационная Линия Поддержки ConvaTec для стомированных людей

Специалисты Информационной Линии Поддержки ConvaTec для стомированных людей помогут ответить на следующие вопросы:

- как правильно использовать продукцию ConvaTec для стомированных людей
- как получить продукцию Ostomy, ConvaTec на основе социальных льгот и гарантий
- как приобрести продукцию Ostomy, ConvaTec в розничных точках продаж
- как можно оформить подписку для получения материалов Ostomy, ConvaTec

 **8-800-200-80-99**
звонок по России бесплатный

Информационная Линия Поддержки
ConvaTec для стомированных людей

Часы работы: понедельник-пятница, 9:00-17:00



Обновлен порядок проведения медико-социальной экспертизы федеральными государственными учреждениями, подведомственными Минтруду России

Приказ Минтруда России от 29.01.2014 N 59н «Об утверждении Административного регламента по предоставлению государственной услуги по проведению медико-социальной экспертизы»

Результатами экспертизы, в частности, являются:

— при установлении инвалидности — выдача справки, подтверждающей факт установления инвалидности;

— при определении степени утраты профессиональной трудоспособности пострадавшего в результате несчастного случая на производстве и профессионального заболевания — выдача справки о результатах установления степени утраты профессиональной трудоспособности в процентах;

— при определении нуждаемости по состоянию здоровья в постоянном постороннем уходе (помощи, надзоре) отца, матери, жены, родного брата, родной сестры, бабушки, дедушки, бабушки или усыновителя гражданина, призываемого на военную службу (военнослужащих, проходящих военную службу по контракту) — выдача соответствующего заключения;

— при установлении причины смерти инвалида, а также лица, пострадавшего в результате несчастного случая на производстве, профессионального заболевания, катастрофы на Чернобыльской АЭС и других радиационных или техногенных катастроф либо в результате ранения, контузии, увечья или заболевания, полученных в период прохождения военной службы — выдача заключения об установлении причины смерти.

Срок проведения экспертизы не может превышать одного месяца с даты подачи заявления со всеми необходимыми документами.

Признан утратившим силу приказ Минздравсоцразвития России от 11.05.2011 N 295н, которым был утвержден ранее действовавший регламент проведения медико-социальной экспертизы.

Подписан закон о создании общественного контроля в России



Владимир Путин подписал закон о создании общественного контроля в России. Текст документа размещен на официальном портале правовой информации.

Подписанный президентом России закон устанавливает нормы общественного контроля за деятельностью органов государственной власти, местного самоуправления, государственных и муниципальных организаций.

Закон регулирует отношения между гражданами и государством в сфере ЖКХ, образования, культуры и других

областях. Так, в частности, закон устанавливает право общественных палат отстаивать в судах права граждан, если они нарушаются органами власти.

Общественный контроль будет проводиться в виде мониторинга, проверок, экспертиз или общественных слушаний. Документ также предусматривает участие граждан в организациях, которые проверяют деятельность властей.

«Принятый закон — это правовой и демократический прорыв», — заявил в интервью ИТАР-ТАСС первый заместитель секретаря Общественной палаты России Владислав Гриб. По его словам, подобного закона нет ни в одной стране мира.

Он подчеркнул, что новый документ дает право каждому гражданину участвовать в управлении государством. Владислав Гриб выразил уверенность в том, что реализация положений нового закона повысит эффективность работы власти и поможет в борьбе с коррупцией.

По материалам сайта «Москва 24»



ПРЕДОТВРАЩАЮТ ПРОТЕКАНИЕ, ОБЕСПЕЧИВАЮТ КОМФОРТ И НАДЕЖНОСТЬ
ПРЕДНАЗНАЧЕНЫ ДЛЯ ВСЕХ ТИПОВ, ФОРМ И РАЗМЕРОВ СТОМ

Кожа вокруг стомы через 3 дня после начала применения кольца из Когезива

Первый случай (пациент 1)



Второй случай (пациент 2)



Кожа вокруг стомы через неделю после начала применения кольца из Когезива

Третий случай (ребёнок в возрасте 1 год)



Кольца из Когезива Cohesive®

Фирмой Еакин (Великобритания) разработан и много лет производится материал «Когезив». Кольца (кольцевые прокладки) из Когезива успешно используют для устранения мацераций у стомированных больных, пластины из Когезива лечат большие мацерированные поверхности вокруг операционных ран. В нашей стране Когезив еще не получил широкого применения.

Приводим примеры успешного использования Когезива в Иркутском Областном Онкологическом Диспансере.

Работа выполнялась врачом-хирургом отделения проктологии Поповой Надеждой Владимировной.

Кольцевые прокладки (кольца) «Когезив СЛИМС» применялись у пациентов с перистомальным дерматитом после оперативных вмешательств с выведением коло- или илеостомы.

ПАЦИЕНТКА И. 47 лет прооперирована по поводу рака прямой кишки с выведением привентивной колостомы. На фоне проведения химиотерапии клиника перистомального дерматита — кожа вокруг стомы гиперемирована с мелкими язвками до 2 мм, отечна. Жалобы на зуд, жжение вокруг стомы, калоприменники не приклеиваются. Для лечения использована кольцевая прокладка из Когезива. В соответствии с рекомендациями, калоприменник с кольцевой прокладкой не снимали в течение трех суток. Калоприменник на кольцевой прокладке не отклеивался. При смене калоприменника через 3 суток отмечена выраженная положительная динамика — значительное уменьшение гиперемии, кожа чистая, высыпаний нет, язвочки не визуализируются. В связи с полученными положительными результатами кольцевые прокладки из Когезива применяли в течение всего курса химиотерапии.

ПАЦИЕНТ К. 32 года прооперирован по поводу рака ободочной кишки, диффузного семейного полипоза — колэктомия с выведением концевой илеостомы. Перистомальный дерматит беспокоит в течение всего послеоперационного периода. Применение кольцевых прокладок из Когезива дало положительный результат — уменьшилась гиперемия и воспалительные высыпания на коже. Рекомендовано постоянное применение кольцевых прокладок.

ПАЦИЕНТ Д. 62 года прооперирован по поводу рака ректосигмоидного отдела толстой кишки с выведением концевой десцендостомы. Часто беспокоило раздражение кожи вокруг стомы. Кожа краснела и мокла. После применения кольцевых прокладок клиника перистомального дерматита купирована.

ПАЦИЕНТ В. 59 лет прооперирован по поводу рака прямой кишки с выведением привентивной трансверзостомы. Беспокоил перистомальный дерматит. Планируется восстановление кишечной непрерывности. Здоровая кожа вокруг стомы — одно из условий в подготовке к оперативному лечению по закрытию стомы. Применение кольцевых прокладок в течение 2 недель привело к существенной положительной динамике — кожа чистая, высыпаний нет, пациент подготовлен к операции.

В заключение хотим отметить, что только кольца из Когезива оказывают лечашее действие. Конкурентов у этого продукта пока нет. В 2013 г. фирмой Еакин было продано около 15 миллионов колец.

Вы можете получить подробную информацию о кольцах из Когезива у эксклюзивного представителя фирмы Еакин в России ООО «Фогт Медикаль» в Москве по адресу: Мичуринский проспект, д. 47 (тел. 8 495 921 15 81).

Купить кольца и пластины из Когезива можно в специализированном магазине для стомированных больных «АСТОММЕД» по адресу: Москва, Ковров пер., дом 28, стр. 1. Тел.: 8 906 736 25 25; 8 495 678 51 16; 8 495 678 46 29
www.astommed.ru.

«Уралстом» взял на себя заботу об инвалидах с проблемами мочевыводящих путей

В структуре Пермского общества инвалидов «Уралстом» с января 2012 года начал работать урологический реабилитационный кабинет, обслуживающий инвалидов г. Перми и Пермского края с проблемами мочевыводящих путей. Прием пациентов ведется на волонтерской основе врачом-урологом высшей категории Михаилом Валерьевичем Токаревым и медсестрой-психологом Юлией Алексеевной Самаркиной. Прием проходит один раз в неделю по субботам с 9:00 до 11:00 часов. Помещение для работы (кабинет врача, смотровая, туалетная комната) выделены Госкомимуществом на безвозмездной основе согласно Договору в городской поликлинике №3.

За два с половиной года работы кабинета (с 2012 года по настоящее время) за помощью обратилось 455 пациентов и их родственников. Специалистами оказывается консультативная помощь по уходу и реабилитации стомированных урологических больных, выдаются рекомендации для получения средств реабилитации и правильному их использованию. Нуждающиеся пациенты получают средства реабилитации (катетеры, мочеприемники, уроприемники, подгузники, пеленки и др.) до оформления ИПР. Больным, а также их родственникам оказывается психологическая помощь.

Согласно Распоряжению министра здравоохранения Пермского края, все нуждающиеся пациенты (только что прооперированные и больные со стажем) направляются в реабилитационный кабинет, это дает возможность вести статистику всех урологических стомированных больных.

Среди стомированных имеется значительное число пациентов, которым требуется постельный режим. В основном это тяжелобольные люди. Поэтому необходимые медицинские процедуры и манипуляции приходится выполнять в домашних условиях. С этой целью с августа текущего года при урологическом кабинете начинается работу выездная служба по обслуживанию пациентов на дому.

Сейчас на учете в урологическом кабинете состоят 263 пациента по г. Перми и 385 по Пермскому краю. Обслуживаться на дому будут нуждающиеся больные г. Перми, а в дальнейшем такую помощь получают и остро нуждающиеся пациенты Пермского края. Обслуживание больных будет бесплатным.

Пациенты получают навыки по самостоятельному использованию средств реабилитации, замене нефростомических катетеров. Вместе с этим нуждающимся больным будет оказываться помощь, а родственники получают рекомендации по правильному уходу за лежачими больными.

Как же мы планируем начать работу с больными на выездах? Обслуживание будут осуществлять медсестра и врач-уролог. Медсестра станет выезжать к больным во все рабочие дни недели, а врач будет навещать тяжелобольных пациентов раз в неделю. Таким образом, раз в квартал помощь на дому получают все больные, состоящие на учете в урологическом кабинете.

Организация выездной службы ни в коем случае не отменяет работу реабилитационного кабинета, он будет работать в прежнем режиме.

Все это возможно только при тесном сотрудничестве нашей общественной организации и государственных служб здравоохранения.

Продолжительное время медицинский персонал и психологи ОО «УРАЛСТОМ» работали безвозмездно, но сейчас совместными усилиями удалось най-

ти достойное финансирование медсестре стомакабинета и медсестре урологической выездной службы.

У нас пока не ясно, как будут компенсироваться транспортные расходы медсестры (обслуживание собственной машины), сколько времени уйдет на обслуживание одного пациента, но мы надеемся эти проблемы решать по мере того, как будет развиваться и совершенствоваться наша работа.

Феликс Шпаковский.

Сила жизни в Самаре

26 августа 2014 года, на базе Самарской областной общественной организации профилактики и помощи онкологическим больным «Сила Жизни», в конференц-зале, по адресу улица Часовая 6, прошла школа пациента на тему «Реабилитация стомированных пациентов».

Со вступительным словом и освещением темы «Роль общественной организации в процессе социальной реабилитации стомированных инвалидов» выступил президент СОООППОБ «Сила Жизни» Карпова Наталья Васильевна.

С докладом «Реабилитация стомированных пациентов» выступила врач-хирург колопроктолог, руководитель службы реабилитации стомированных больных Клиник СамГМУ — Комарова Лидия Александровна. С сообщением «Индивидуальная программа реабилитации инвалида. Правовые основы её разработки и реализации» выступила начальник организационно-методического отдела Чигорева Анна Владимировна, которая рассказала об изменениях в законодательстве и предстоящем переформировании индивидуальной программы реабилитации инвалида, людям с бессрочной группой инвалидности. Ответила на возникшие вопросы инвалидов.

Далее выступил с докладом: «Об обеспечении техническими средствами реабилитации пациентов со стомой», представитель Министерства демографии и семейной политики, он рассказал о задержке в поставке ТСР и примерных сроках их закупки. Также постарался ответить на многочисленные вопросы по выдаче ТСР и компенсации средств за самостоятельно приобретенные средства.

С презентацией «Программа поддержки стомированных пациентов», выступила региональный представитель фирмы «Coloplast» — Богатикова Ольга, она рассказала стомированным пациентам куда и как можно обратиться с возникшими вопросами в послереабилитационный период, ознакомила с продукцией.

Об «Актуальности и особенностях реабилитации стомированных пациентов в Самарском онкодиспансере», выступила врач-стоматерапевт Миненко Татьяна Владимировна. Пригласила пациентов на еженедельные практические школы по правильному использованию ТСР и уходу за кожей вокруг стомы.

Практическую часть провела стома-терапевт регионального центра колопроктологии ГБ № 1 г. Тольятти Донец Татьяна Борисовна. Она также рассказала о «Решении проблем пациентов в послеоперационный период. Важность индивидуального подбора ТСР и средств ухода за кожей вокруг стомы. Использование ТСР».

На школе присутствовали представители бюро МСЭ, представительница Министерства демографии и семейной политики Самары, стомированные инвалиды Самары и Самарской области. Семинар был проведен по инициативе президента СОООППОБ «Сила жизни» Карповой Н.В. и члена общества в направлении реабилитации стомированных пациентов Борисовой Т.А.



Однокомпонентные системы Moderma Flex



 Hollister

Почувствуйте свободу и комфорт с калоприемниками фирмы **Hollister**:



- большой выбор стандартных и конвексных устойчивых к эрозии пластин, в том числе и пластин с вырезаемым овальным отверстием;
- пластины не травмируют кожу при частых заменах;
- фильтр не требует заклеивания при принятии ванны или купании;
- удобная и надёжная застёжка позволяет герметично закрыть мешок;
- бесшумный материал мешка и гипоаллергенная нетканая подкладка.

 Hollister

Внимание к Детям. Внимание к Жизни.

HARTMANN

Средства по уходу за стомой Hollister

Многолетний опыт компании Hollister (Холлистер) помог создать инновационные продукты для ухода за стомой, которые известны стомированным пациентам во всём мире. Продукция фирмы Hollister (Холлистер) по многим параметрам превосходит аналогичную продукцию премиум-класса других производителей. Вы с лёгкостью подберёте однокомпонентную или двухкомпонентную систему, которая подойдёт именно Вам.



Большой выбор аксессуаров Hollister поможет сделать уход за стомой проще.

ГЕРМЕТИЗИРУЮЩАЯ ПАСТА КАРАЙА С РАНОЗАЖИВЛЯЮЩИМ ЭФФЕКТОМ

Ранозаживляющее действие

изготовлена на основе натурального гидроколлоида и образует герметичный защитный барьер для кожи. Благодаря своему уникальному составу, она не только защищает кожу от раздражения и заполняет её неровности, но и оказывает выраженное заживляющее и успокаивающее действие на перистомальную кожу.



АБСОРБИРУЮЩИЙ ПОРОШОК КАРАЙА С РАНОЗАЖИВЛЯЮЩИМ ЭФФЕКТОМ

используется для поглощения влаги с повреждённой кожи вокруг стомы. Добавление натуральной смолы КАРАЙА делает этот продукт незаменимым в уходе за осложнённой перистомальной кожей.

Уход за осложнённой кожей



Hollister — Внимание к деталям. Внимание к жизни

Эксклюзивный импортёр в РФ
ООО ПАУЛЬ ХАРТМАНН

115114, Москва, ул. Кожевническая, д. 7, стр. 1
Тел +7 (495) 796 9961, факс +7 (495) 796 9960

Имеются противопоказания.
Перед применением ознакомьтесь с инструкцией

Ловись рыбка, большая и маленькая!

В ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ ВСЕ БОЛЬШУЮ ЧАСТЬ РЫБНЫХ БЛЮД МЫ ГОТОВИМ ИЗ МОРСКОЙ РЫБЫ — НОРВЕЖСКАЯ ФОРЕЛЬ, СЕМГА, ВЫРАЩЕННАЯ НА РЫБНЫХ ФЕРМАХ, МАСЛЯНАЯ РЫБА, ДОРАДА — ИМЕННО ОНИ ЧАЩЕ ВСЕГО ПОПАДАЮТСЯ НА ПРИЛАВКАХ МАГАЗИНОВ, А КУЛИНАРНЫЕ САЙТЫ И ЖУРНАЛЫ НАПЕРЕБОЙ РАЗМЕЩАЮТ ВСЕ НОВЫЕ РЕЦЕПТЫ ДЕЛИКАТЕСОВ. ТЕМ ВРЕМЕНЕМ НЕЗАСЛУЖЕННО ЗАБЫТОЙ ОКАЗЫВАЕТСЯ ТРАДИЦИОННАЯ ДЛЯ РУССКОЙ КУХНИ РЕЧНАЯ РЫБА — КАРАСЬ, СУДАК, СОМ, ЩУКА.

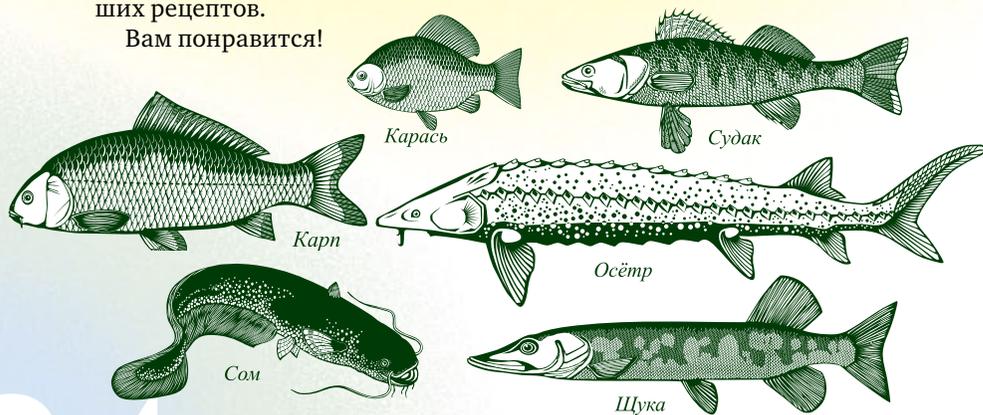
Все знают о карасях в сметане, например, но знают скорее из русской классической литературы, чем на собственном опыте. Котлеты из сома или судака можно встретить разве что в ресторане, а из меню домашней кухни они ушли, и очень жаль — это одно из самых сбалансированных блюд диетического питания.

Нелишне будет добавить, что в речной рыбе есть все микроэлементы, необходимые человеку, идеальный баланс полиненасыщенных жирных кислот омега три и омега шесть, легкий для усвоения полноценный белок.

Кроме того, речную и озерную рыбу добывают в относительно небольших количествах, далеко от места добычи или разведения не возят, она попадает на прилавки в минимальные сроки, соответственно, она свежая, сохранившая все полезные вещества.

И еще — осенью и зимой речная и озерная рыба наиболее жирная и вкусная, так что сейчас самое время приготовить ее по одному из наших рецептов.

Вам понравится!



СУДАК, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СУХАРЯХ

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 судак весом 1,2 кг
- 50 грамм панировочных сухарей
- лимон
- 50 грамм масла сливочного
- 4 веточки петрушки
- соль
- 3 зубчика чеснока
- 1 небольшая тыква
- 1 небольшой кабачок
- 2 веточки укропа
- масло растительное

Судака выпотрошить, сделав по брюшке продольный разрез от головы до хвоста, тщательно промыть. Очистить рыбу от чешуи, удалить голову. Еще раз промыть рыбу внутри и снаружи. Положить ее брюшком вверх и небольшим ножом подрезать с двух сторон реберные кости. Раскрыть рыбу как книгу. Делая небольшие подрезы, удалить хребет, ребра и крупные кости.

Из лимона выжать сок. Петрушку и укроп вымыть, обсушить и очень мелко нарезать. Чеснок очистить и нарезать небольшими кубиками, 0,5 чайной ложки чеснока отложить. Оставшийся чеснок смешать с нарезанной зеленью и хлебными крошками. Добавить 3 столовые ложки растительного масла и 1 столовую ложку лимонного сока. Перемешать.

Разогреть духовку до 160°C. Противень накрыть антипригарным ковриком. Выложить рыбу и обильно смазать хлебной массой. Запекать 30 мин.

Приготовить овощной гарнир. Тыкву и кабачок очистить от кожицы и семян. Нарезать мякоть соломкой. Отварить в кипящей подсоленной воде 3 мин., отбросить в миску с холодной водой. Через 1 мин. воду слить.

Сливочное масло поставить на 10 мин. в морозильную камеру. Сделать несколько «завитков». Оставшимся маслом заправить «спагетти» из кабачка и тыквы.

Готовую рыбу выложить на блюдо. Сверху положить «завитки» из масла. Отдельно подать гарнир.



ХЕ ИЗ САЗАНА

Ингредиенты:

- 1 свежий крупный сазан (весом около 2 кг)
- 1 маленькая редька-дайкон
- 1 крупная морковь
- 1 маленький сладкий красный перец
- 1 столовая ложка уксусной эссенции
- 2 столовые ложки
- растительного масла
- 1 столовая ложка соевого соуса
- 5 зубчиков чеснока
- щепотка кунжута
- молотый кориандр на кончике ножа
- черный перец
- острый красный перец
- крупная соль

Рыбу разделайте на филе, снимите кожу, мякоть нарежьте кусками размером примерно 2 см. Сложите в миску, заправьте уксусной эссенцией и оставьте на 1 ч в холодильнике, время от времени перемешивая.

Затем выньте миску из холодильника, посолите рыбу и поперчите черным перцем, перемешайте, переложите в дуршлаг. Накройте пленкой, прижмите не очень тяжелым грузом и поставьте в холодильник на блюдо, куда бы мог стечь сок вместе с излишками уксуса, на 30 мин.

Морковь и редьку очистите и тонко нашинкуйте. Смешайте морковь и редьку с рыбой, добавьте соевый соус и измельченный чеснок. Нагрейте почти до кипения растительное масло с кориандром, острым перцем по вкусу и кунжутом и, не дав закипеть, залейте этим маслом хе. Перемешайте.

Сладкий перец вымойте, удалите семечки вместе с плодоножкой, мякоть тонко нарежьте. Подавайте хе, украсив сладким красным перцем.

Совет:

Самое вкусное хе получается из крупной рыбы — от 2 до 5 кг. Подойдет щука, толстолобик, белорыбица, кефаль, сом. Из мороженой рыбы хе тоже делают, но тогда резать ее нужно замороженной, как на строганину, полосками, а не кубиками, иначе рыба развалится.



Живите комфортно!



БАНДАЖИ ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЕ ДЛЯ СТОМИРОВАННЫХ ПАЦИЕНТОВ

Б-341

**ГАРМОНИЯ
ЗДОРОВЬЯ И
КРАСОТЫ ДВИЖЕНИЯ
В ЛЮБОЙ МОМЕНТ
ВАШЕЙ ЖИЗНИ**

Аналогов
на рынке
нет

Б-339

Лучшая
цена на
рынке

www.kreitspb.ru;
www.lady-kreit.ru

СУДАК В КУНЖУТЕ

Ингредиенты:

- целый судак, весом около килограмма
- соль
- 30 грамм кунжута
- масло оливковое
- половинка средней луковицы
- сушеный розмарин
- 2 чайные ложки лимонного сока
- смесь перцев



Рыбу почистить, обрезать плавники, отрезать голову, вымыть тушку. Сделать надрез вдоль хребта и аккуратно срезать филе. Нарезать филе на небольшие полоски.

Посолить, добавить перец и чуть-чуть розмарина.

Полить соком лимона и оливковым маслом (рыба будет более сочной). Оставить мариноваться минут на 20.

Каждый кусочек обвалить в кунжute и обжарить до золотистой корочки в раскаленном растительном масле.

СУДАК В ГРЕЦКИХ ОРЕХАХ И ЦЕДРЕ

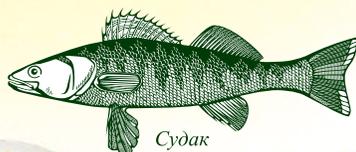
Ингредиенты:

- 1 лимон
- 100 грамм муки
- 50 грамм грецких орехов
- 4 столовые ложки растительного масла
- соль
- 50 грамм панировочных сухарей
- филе судака — 4 куса по 180 г
- перец болгарский — по вкусу
- 2 яйца

Лимон вымыть и насухо вытереть. При помощи терки снять с половины лимона цедру. Из мякоти выжать сок.

Орехи растолочь в ступке или измельчить в блендере. Добавить к натертой цедре панировочные сухари и толченые орехи. Перемешать.

Филе судака промыть под струей воды, обсушить и сбрызнуть соком лимона. Натереть солью и перцем.



Яйца взбить до состояния однородной массы, слегка приправить солью и перцем. Орехово-лимонную панировку пересыпать в плоскую тарелку.

Филе выложить на подложку для теста. Муку пересыпать в специальное сито для муки. Присыпать рыбу мукой с обеих сторон, оставить на 5 мин.

Присыпанное мукой филе окунуть сначала в яйца, затем в панировку, прижать к панировке руками. Разогреть в сковороде растительное масло. Обжаривать в нем рыбу по 4 минуты с каждой стороны.

КАРАСИ В СМЕТАНЕ И БЕЗ КОСТЕЙ

4 ПОРЦИИ

Ингредиенты:

- 1 килограмм небольших карасей
- 1 луковица
- сок 1/2 лимона
- растительное масло
- 1 стакан сметаны
- 1/2 стакана сливок 22%
- соль
- черный перец



Карасей для этого блюда лучше брать не самых крупных — размером с ладошку или чуть меньше будут в самый раз — и непременно самых свежих. Их следует очистить и выпотрошить, удалить жабры и для удобства отрезать плавники. Теперь подготовить рыбу к запеканию. Для этого надсеките каждую рыбу с обеих сторон ромбиком с расстоянием между насечками около 0,5 см, сбрызните лимонным соком и отложите в сторону. На лимонный сок мы возлагаем сразу несколько задач: во-первых, облагородить карася тонким ароматом лимона, во-вторых, частично размягчить кости.

Минут через двадцать оботрите каждую рыбу салфеткой и приправьте солью и перцем. Влейте в сковороду растительное масло так, чтобы его глубина была около 0,5 сантиметра, как следует разогрейте, обжарьте сперва нарезанный кольцами лук, а затем — карасей, по три минуты с каждой стороны до золотистого цвета.

Уложите карасей с луком в форму для запекания, размешайте сливки со сметаной до однородности (если смесь получилась слишком густой — добавьте больше сливок), и залейте этой смесью содержимое формы. Выпекайте в духовке, разогретой до 180 градусов, в течение 20–30 минут, до тех пор, пока сметана как следует не зарумянится. Подавайте карасей, посыпав их измельченным укропом.



Координационному Совету региональных общественных организаций стомированных пациентов России 10 лет!!!

В августе 2004 г. по инициативе РООИСБ «АСТОМ» был создан Координационный Совет российских региональных общественных организаций стомированных пациентов с целью осуществления деятельности, направленной на создание и развитие службы помощи стомированным пациентам в России.

В 2007 году Координационный совет России был принят полноправным членом во Всемирную Ассоциацию стомированных пациентов на XII Всемирном Конгрессе организаций стомированных пациентов в Пуэрто-Рико.

Координационный Совет по поддержке деятельности региональных общественных организаций стомированных пациентов в Российской Федерации является координационно-совещательным и информационно-консультативным органом.

В феврале 2005 г. был подписан «Протокол о сотрудничестве между Ассоциацией колопроктологов РФ и Координационным советом российских региональных общественных организаций стомированных пациентов по созданию и развитию службы помощи стомированным пациентам в России».

На протяжении всех 10-ти лет взаимодействие между всеми членами Координационного Совета происходило весьма эффективно и продуктивно. РООИСБ «АСТОМ», как организация с большим опытом работы, являясь базовой организацией Координационного Совета, последовательно занималась вопросами социальной политики, направленной на адаптацию и реабилитацию стомированных людей в формате социального партнерства с законодательными и исполнительными органами власти, с органами здравоохранения и социальной защиты как на федеральном, так и на региональном уровне. Членам Координационного Совета, благодаря активной и слаженной работе на местах, удалось реально воплотить решения, казалось бы поначалу, нерешаемых задач. Удалось активизировать общественный интерес и привлечь внимание к нуждам и проблемам стомированных людей, объединить вокруг себя заинтересованные структуры, несмотря на особую деликатность вопросов, связанных с жизнедеятельностью стомированных пациентов.

Через Координационный Совет оказывается методическое и организационное содействие региональным общественным организациям стомированных пациентов Российской Федерации в решении вопросов медико-социальной реабилитации стомированных пациентов, распространяется передовой опыт работы в области реабилитации, имеющийся в региональных общественных организациях стомированных пациентов. Также оказывалось и продолжает оказываться содействие в создании и развитии новых общественных организаций стомированных пациентов в регионах России. Осуществляется защита прав и интересов стомированных пациентов в любом регионе России как при индивидуальных, так и коллективных обращениях граждан.



Координационный Совет выявляет проблемы, затрагивающие интересы региональных общественных организаций стомированных пациентов, вырабатывает предложения по их решению.

Как сам Координационный Совет, так и его члены по отдельности участвуют в подготовке аналитических материалов, экспертизе и разработке проектов нормативных правовых документов, методических рекомендаций федеральных и региональных министерств здравоохранения, социальной защиты, Федерального Бюро медико-социальной экспертизы, Фонда социального страхования РФ по вопросам медико-социальной реабилитации стомированных пациентов. Осуществляют мониторинг эффективности государственной поддержки стомированных инвалидов.

Координационный Совет состоит из руководителей региональных общественных организаций стомированных пациентов: «АСТОМ» (г. Москва), «АССКОЛ» (г. Санкт-Петербург), «КУБСТОМ» (г. Краснодар), «БУРАСТОМ» (г. Улан-Удэ), «УРАЛСТОМ» (г. Пермь), «АССТОМ-Вологда» (г. Вологда), «СТОМАСТ» (г. Астрахань), «АРМСТОМ» (г. Армавир), «ТАМБОВ-АСТОМ» (г. Тамбов), «АСТОМДОН» (г. Ростов-на-Дону).

Никто не застрахован от болезней и от возможной инвалидности и чем позитивнее наше общество относится к этим вопросам, проявляя должное милосердие, тем более защищенным будет себя чувствовать каждый человек. Социальная адаптация стомированных людей требует постоянной работы и пристального внимания, сотрудничества самых разных организаций и создания доброжелательного социального климата.

Создано Общественное Объединение Стомированных Инвалидов Ташкента



В столице Узбекистана Ташкенте 22 августа 2014 было создано и начало свою деятельность Общественное Объединение Стомированных Инвалидов Ташкента (ООСИТ) «USTOM».

Общественное Объединение Стомированных Инвалидов города Ташкента «USTOM» является негосударственной некоммерческой организацией в организационно правовой форме общественного объединения. Объединение создано для совместной реализации целей и задач, защиты гражданских, политических, экономических, социальных и культурных прав и свобод Стомированных инвалидов, их участия в управлении государственными и общественными делами, удовлетворения моральных и других нематериальных потребностей, а также защиты и охраны здоровья, законных прав и интересов своих членов (участников).

Членство в объединении является добровольным. Лица, ознакомившиеся с Уставом и желающие вступить в члены объединения, подают об этом письменное заявление. Членами организации «USTOM» могут быть лица достигшие 18 лет на основании личного письменного заявления.

Объединение осуществляет свою деятельность на территории города Ташкента с последующей перерегистрацией для осуществления своей деятельности на всей территории Республики Узбекистан (по мере накопления практического опыта в деятельности «USTOM»). Любой гражданин Республики Узбекистан может обращаться по всем вопросам о содействии в получении информации и/или справочно-информационных материалов по всем проблемам, возникающим у инвалидов со стомой и членов их семей и родственников, в послеоперационный период, в повседневной жизни и по вопросам социально-бытовой адаптации.

Основные цели Объединения:

- Деятельность на принципах гуманизма и милосердия, добровольности, самоуправления и законности, защиты прав и законных интересов стомированных больных инвалидов, обеспечение им равных с другими гражданами возможностей, решение задач общественной интеграции членов объединения и осуществление ими полезной общественной деятельности в обществе;
- Осуществление деятельности, для решения проблем лечения и профилактики заболевания, социальной реабилитации онкологических стомированных больных и инвалидов.
- Основные задачи Объединения:
- Участвовать в конференциях, круглых столах, развивать контакты и сотрудничество с общественными объединениями, международными организациями, принимающими участие в жизни стомированных инвалидов, оказывающими благотворительную помощь и помогающими в реабилитации и интеграции стомированных инвалидов в общество;
- Принимать участие во внедрении и реализации целевых мероприятий и программ медико-социальной реабилитации стомированных больных и инвалидов;



- Содействовать созданию Базы медико-социальной, психологической реабилитации стомированных больных и инвалидов, в частности стомакabinета;
- Привлекать к работе в Объединении учёных-медиков, врачей проктологического и урологического профиля и других специалистов;
- Содействовать обучению стомированных, их близких и родных по уходу за стомой, медико-санитарному обслуживанию стомированных пациентов;
- Оказывать содействие в обеспечении каждого стомированного больного современными средствами по уходу за стомой по проектам государственной программы социального заказа, грантов, так и по линии гуманитарной помощи;
- Содействовать в разработке и развитии отечественного производства современных средств по уходу за стомой;
- Участвовать в разработке и внедрении новых научных, технических, конструкторских образцов, технологий, технологических линий, модернизации производства медицинского назначения;
- организация посещений культурных мероприятий, организация экскурсий, вечеров отдыха;
- проведение дружеских встреч стомированных пациентов с целью взаимной помощи и обмена опытом.

Возглавляет ООСИТ «USTOM»
генеральный координатор
Зубенко Владимир Павлович.

Контактная информация:
Юридический адрес:
Республика Узбекистан, 100174,
г. Ташкент, Шайхантахурский район,
улица Фаробий 383.
Телефон: +998 71 256 88 04
Сот. тел.: +998 90 993 88 04
e-mail: UstomTashkent@gmail.com



ВОДОРОСЛИ ЛЕЧАТ

Кожа — удивительный орган человеческого тела, защищающий его от механических повреждений, инфекций и перепадов температур. Однако и сама она нуждается в защите.

Альгинат — природный полисахарид, выделяемый из бурых морских водорослей — стал основой альгинатных покрытий и позволил разработать совершенно новый подход к лечению поврежденной кожи.



Покрытие на раны и ожоги **Альгипор-М** представляет собой рассасывающуюся ранозаживляющую повязку. Благодаря уникальным биологическим свойствам препарат ускоряет очищение и заживление ран самого различного происхождения. **Альгипор-М** эффективен при местном лечении ран, в том числе длительно незаживающих, ожогов, трофических язв, пролежней, то есть ран, которые зачастую плохо поддаются лечению и осложняют жизнь больных и их родных.

Альгипор-М представляет собой герметично упакованные стерильные листы пористого материала размером 5х5см или 6х8см, готовые к немедленному применению. При контакте с раной повязка приобретает гелеобразное состояние, что делает перевязку безболезненной, а в конце лечения рассасывается, поэтому отпадает необходимость ее удаления. **Альгипор-М** поглощает раневой экссудат, ускоряет очищение раны, стимулирует процессы регенерации кожи. Он не вызывает аллергических реакций, хорошо переносится больными.

Альгипор-М прошел клинические испытания в крупнейших хирургических клиниках и ожоговых центрах страны, преимущества альгинатных покрытий перед традиционными повязками были высоко оценены специалистами.

На основе альгината выпускается также порошкообразное перевязочное средство **Статин**, которое предназначено для обработки кожи вокруг стомы, для закрытия поверхностных ран и ожогов. **Статин** образует на ране нежный гелеобразный слой, рельефно покрывающий пораженные ткани любой конфигурации.

Статин обладает удивительными гемостатическими свойствами: он останавливает капиллярные кровотечения в момент нанесения, а кровотечения средней интенсивности — за 8-ю секунд.

Современные ранозаживляющие средства на основе альгината **Альгипор-М** и **Статин** должны быть в каждой домашней, туристической и автомобильной аптечке, чтобы в любой момент прийти на помощь.

Производитель ООО «ГК Пальма», www.palma-med.ru



Однокомпонентные калоприемники **АБУЦЕЛ®**

Полностью защищают от проникновения жидкости и запаха

Материал липкого слоя оказывает ранозаживляющее действие на кожу вокруг стомы

Надежная фиксация на коже обеспечивает длительное ношение калоприемника

Выпускаются из прозрачной или непрозрачной пленки



Производитель — ООО «ГК ПАЛЬМА»
(495) 921 37 19 www.palma-med.ru



СОЦИАЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ

Главный редактор — **Суханов Вячеслав Геннадьевич**
к. с. н., Президент РООИСБ «АСТОМ», Председатель Координационного Совета российских региональных общественных организаций стомированных пациентов; член Экспертного общественного совета при Фонде социального страхования РФ по вопросам обеспечения инвалидов техническими средствами реабилитации; член Общественного Совета по защите прав пациентов при Минздравсоцразвития РФ; Сопредседатель Общественного консультативного совета по взаимодействию органов социальной защиты населения с общественными и иными некоммерческими организациями при Департаменте социальной защиты населения г. Москвы

Издаётся:

РООИСБ «АСТОМ»

109544, Москва, Ковров переулок, дом 28, стр. 1

+7 (495) 225 25 03

astom_astom@hotmail.com

www.astom.ru

Журнал издаётся при поддержке

Комитета общественных связей при Правительстве города Москвы
Департамента социальной защиты населения города Москвы

Тираж 1500 экз.

При поддержке:

ConvaTec — www.convatec.com

ООО Coloplast — www.coloplast.ru

ООО «Группа компаний Пальма» — www.palma-med.ru

Компании ООО «Фогт Медикаль» — www.vogt-medical.ru

ООО «ПАУЛЬ ХАРТМАНН» — www.paulhartmann.ru

ООО «Крейт» — www.kreitspb.ru

Журнал зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).

Свидетельство о регистрации СМИ ПИ №ФС77-37930 от 29 октября 2009 года

Концепция, пре-пресс и производство — ИД «Ардис Медиа»

Генеральный директор ООО «Ардис Медиа» — **Панов Вячеслав Анатольевич**

Заместитель главного редактора — **Яковлев Николай**

Арт-директор — **Горбунов Сергей**

Редактор — **Карлова Жанна**

+7 (495) 505 14 96, +7 (495) 729 12 81

105082, Москва, Переведеновский переулок, дом 18

info@ardismedia.ru

www.ardismedia.ru



Памяти Жени Сергеева

Координационный Совет региональных общественных организаций стомированных пациентов России глубоко скорбит о безвременной кончине Евгения Викторовича Сергеева.

После тяжелой и продолжительной болезни на 41-м году жизни скончался президент Региональной общественной организации инвалидов и стомированных больных города Тамбова «ТАМБОВ-АСТОМ» Евгений Викторович Сергеев.

В это трудно поверить. Среди нас не стало доброго, отзывчивого, веселого, неугомонного и темпераментного человека. У Евгения всегда была активная и жизнеутверждающая позиция, вопреки его тяжелому недугу. Заражал своим примером других людей вокруг себя, которые оказывались в тяжелой жизненной ситуации. Евгений активно включился в очень важный процесс становления реабилитационного процесса стомированных людей Тамбовской области. Внес огромный вклад в его развитие. Благодаря активной деятельности Евгения, в Тамбове был создан и начал свою работу кабинет реабилитации стомированных пациентов, начался учет данной категории лиц, начал налаживаться процесс планомерного обеспечения стомированных инвалидов жизненно важными техническими средствами реабилитации.

Все, кто знал Женю Сергеева, будут помнить его таким всегда.

Земля ему пухом и вечная память в наших сердцах.

Выражаем глубокое соболезнование родным и близким покойного.

Координационный Совет региональных общественных организаций стомированных пациентов России.
РООИСБ «АСТОМ»



**Специализированный магазин
для людей с нарушениями
функции выделения:**

для стомированных
и страдающих различными
формами недержания

**Бесплатные консультации
специалистов:**

по продукции, по питанию,
по психологической реабилитации,
по социальным
и правовым вопросам

Подбор продукции:

Колопласт, Конватек, Холлистер,
Тена, Еакин, Трио, 3М,
Пальма, Нестле

У нас вы можете купить:

калоприёмники, уроприёмники,
средства по уходу за кожей вокруг стомы и аксессуары,
катетеры, уропрезервативы, мочеприёмники,
подгузники и урологические прокладки

новинка — специальное лечебное питание

**Доставка по Москве, России и странам СНГ
Звоните или заказывайте на сайте магазина**

www.astommed.ru

8 (495) 678-51-16, 678-46-29

8 (906) 736-25-25

