



Диабет

УЧРЕДИТЕЛЬ – САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ ОБЩЕСТВО»

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Перед вами – специальный выпуск газеты, в котором содержится обзор лучших практик социальной адаптации детей с сахарным диабетом из регионов России и стран СНГ.

На страницах газеты «Диабет» наши коллеги из Калининграда и Вологды, Оренбурга, Челябинска, Московской области и Киргизии делятся опытом по сохранению и укреплению здоровья и созданию благоприятных условий для

полноценной жизни детей с диабетом и их личностного развития.

Мы благодарим Диабетические ассоциации регионов России и Киргизии за совместную работу в подготовке этого номера.

Событие месяца

Петербургский стиль

В Санкт-Петербурге прошли Дни диабета для детей и подростков



Проведение детских дней диабета в стенах уникальных музеев Северной столицы стало хорошей и доброй традицией Санкт-Петербургского диабетического общества. В прошлом году День диабета проходил в музее-усадьбе Г.Р.Державина на Фонтанке. А в этом году двери распахнул Санкт-Петербургский музей Хлеба, который год назад переехал в новое здание – отреставрированный дом А. И. Пастухова (первая половина XIX века). Мероприятие было проведено при поддержке фонда КАФ.

Всех ребят, пришедших в этот день, в фойе музея встречали волонтеры – студенты 4-го курса Медицинского колледжа при Петербургском государственном университете путей сообщения во главе с преподавателем Светланой Ягодиной. Студенты сопровождали ребят и на экскурсии в музее, следили за их самочувствием и настроением.

И пока маленькие посетители рассматривали старинную петербургскую кондитерскую, интерьеры петербургской кухни, слушали экскурсовода в зале «Хлеб в культуре восточных славян» и в зале, посвященном особой роли хлеба в блокадном Ленинграде, – главные женщины в их жизни: мамы и бабушки – собрались в конференц-зале. Как решать

проблемы, которые переживают дети с диабетом и их семьи, – об этом шел разговор на семинарах, которые провели для родителей врач-эндокринолог, психолог и представители Санкт-Петербургского диабетического общества.

Отношение детей и подростков к своему диагнозу, как известно, сильно разнится. И поэтому осмотр выставки и консультации для молодых и маленьких проводились отдельно.



(Окончание на стр. 3)

Диабет: шаг навстречу обществу

Говорить о здоровом образе жизни стало модно. Но каждый вкладывает в это понятие свой смысл. Для кого-то это правильное сбалансированное питание, для других – занятия спортом, а многие предпочитают гулять на свежем воздухе и слушать хорошую музыку. Но есть особые люди, для которых здоровый образ жизни – не просто сочетание слов, но залог хорошего самочувствия. Это люди, имеющие инсулинозависимый сахарный диабет.

внимания общества к проблеме диабета и показать ее под совершенно новым углом зрения. Фотопроект, автором которого стал известный российский фотограф Валерий Плотников, не оставляет равнодушным никого, потому что является подлинной историей таких разных жизней, рассказанной универсальным языком человеческих эмоций.

Своеобразным продолжением истории стал международный фотоконкурс «Диабет: кадры моей активной жизни». Этот конкурс стал еще одним шагом на пути преодоления предвзятого отноше-



Выставка «Диабет в лицах» была организована в БКЗ «Октябрьский» при содействии Санкт-Петербургского диабетического общества

Реалии жизни таковы, что диабет стал не только медицинской, но и социальной, гуманитарной проблемой современного мира. Сегодня создано много сообществ в социальных сетях, открыты школы и диабетические центры, где пациенты с диабетом могут общаться, делиться своими переживаниями и опытом, получать консультации врачей. Это помогает принять новую реальность и научиться жить с ней.

В 2013 году российская фармацевтическая компания «ГЕРОФАРМ» инициировала создание уникального фотопроекта – «Диабет в лицах», который стал особенным инструментом привлечения внимания к заболеванию.

Это реальные истории реальных людей, чьи жизни навсегда изменил диагноз «диабет». В галерее представлены люди разных возрастов и профессий, среди которых есть и 8-летняя девочка, и студенты, врачи, преподаватели, артисты. Цель этого проекта – привлечь

внимание к заболеванию и подчеркнул важную мысль, что человек – главная ценность.

Фотоконкурс «Диабет: кадры моей активной жизни» стартовал в августе 2014-го. Главной темой стал активный образ жизни, спорт, необычные хобби и все, что с этим связано. В подготовке конкурса активное участие принимали члены Санкт-Петербургского диабетического общества.

В 2015 году, основываясь на опыте предыдущих акций, «ГЕРОФАРМ» инициировал новый проект, посвященный проблематике сахарного диабета. Книга «Моя новая страница» – уникальный сборник историй людей, которые смогли преодолеть вызов диагноза «инсулинозависимый сахарный диабет». Миссия книги – вселить уверенность, показать десятки примеров счастливой полноценной жизни, чему диабет не помеха.

Подробнее о проектах читайте в подборке материалов «Три этюда о любви» на стр. 4

О наболевшем...

Каждый месяц в Петербурге 17-19 детей заболевает сахарным диабетом 1 типа; уже более 1400 юных жителей нашего города зависят от инсулина. Еще недавно всем детям, страдающим диабетом, устанавливали категорию «ребенок-инвалид». Но с февраля 2016 года больным старше 14 лет стали отказывать в присвоении «особого» статуса.

Изменения в работе медико-социальной экспертизы (МСЭ) привели к волнениям среди родителей детей-инвалидов и многочисленным жалобам.

Получив жалобы на отказ в установлении инвалидности детям с сахарным диабетом, Уполномоченный по правам ребенка в Санкт-Петербурге Светлана Агапитова собрала весной Экспертный совет, пригласив представителей городских властей, бюро Медико-социальной экспертизы, детских эндокринологов и обеспокоенных родителей. А осенью на сайте Уполномоченного заработал форум для общения с родителями.

Об особенностях сегодняшней работы МСЭ, важности наличия статуса «ребенок-инвалид», изменениях в приказах и о настроениях среди родителей – наш разговор с руководителем социального управления аппарата уполномоченного Светланой РАКОВСКОЙ.

– Как часто родители детей-инвалидов обращаются к вам с вопросами и жалобами на работу бюро Медико-социальной экспертизы?

– Мы ежегодно получаем достаточно большое количество обращений от родителей детей-инвалидов по различным заболеваниям, не согласных с решением данной комиссии. В мае этого года к нам обратились родители детей с диабетом. Учитывая остроту проблемы, мы провели Экспертный совет, на который пригласили представителей городского Комитета по здравоохранению, специалистов Городского детского эндокринологического центра при детской городской больнице № 19 им. К.А.Раухфуса и родителей, и определили

Комментарий Марины ШИПУЛИНОЙ, председателя Санкт-Петербургского диабетического общества:

Санкт-Петербургское диабетическое общество благодарит Уполномоченного по правам ребенка Светлану Агапитову за внимание и последовательное участие в поддержке детей с диабетом. Наша совместная работа с аппаратом Уполномоченного по правам ребенка в Санкт-Петербурге продолжается уже более трех лет. Был организован круглый стол в городском Законодательном собрании по проблемам улучшения качества жизни детей с диабетом в Санкт-Петербурге, оказана помощь в открытии специализированных групп для детей с диабетом в детских садах.

В течение последних пяти лет Санкт-Петербургским Диабетическим обществом проводится работа с общеобразовательными учреждениями нашего города по формированию у педагогов знания проблемы, адекватного отношения к детям с диагнозом сахарный диабет и нивелированию страха перед работой с такими детьми. Конечно, эта работа будет продолжена. Тем более, что она приносит конкретный результат.

некоторые проблемы взаимодействия городской системы здравоохранения и федеральной структуры, к которой относится бюро МСЭ.

– В чем именно состоят эти проблемы?

– Например, члены комиссии не могут сделать никакого заключения и вынуждены отказать или направить ребенка на дополнительное обследование, так как пакет документов подготовлен без необходимых обследований и прогнозов течения заболевания. В этих документах должно быть описано не только заболевание, но и как оно протекает, имеют ли место отягощающие моменты, несет ли оно ограничения в общении или передвижении. И самое главное – прогноз, динамика к улучшению или ухудшению. Часто врачи упускают эту информацию при подготовке пакета документов. Между тем, эта информация крайне важна, так как инвалидность устанавливается не по наличию заболевания, а в случае, если заболевание вызывает серьезные и стойкие ограничения жизнедеятельности, и родители вынуждены быть все время при рядом с ребенком.

– Можно ли обжаловать решение комиссии, если родители не согласны с ним?

– На законодательном уровне предусмотрено, что можно обжаловать решение районного МСЭ на уровне городского в течение месяца, а решение же городского МСЭ можно обжаловать на уровне федерального также в течение месяца, и только после этого нужно подавать в судебные инстанции.

– Известна ли эта процедура родителям?

– Недавно я беседовала с мамой, у которой ребенок болен диабетом, и от нее услышала такую фразу: «А откуда я должна была знать, что есть такой порядок обжалования?». Но ведь в помещениях МСЭ такая информация есть на стендах. Стало понятно, что родители ожидают получить такого рода информацию уже от лечащих врачей. Поэтому появилась идея: изготовить памятки и распространить их среди врачей города, а также известить, что в случае претензий родители могут обратиться к нам, в аппарат Уполномоченного по правам детей.

– Многие ли родители высказывают опасения, что останутся без поддержки в случае лишения ребенка статуса инвалида?

– Это нормальная реакция, когда родители как законные представители стремятся защитить своих детей. Однако инвалидность не должна быть самоцелью для родителей. То, что нет поддержки в случае лишения инвалидности – это неправда. Все дети получают социальную поддержку не в связи с наличием инвалидности, а в соответствии с государственной программой: бесплатные инсулиновые помпы, тест-полоски, медицинское обслуживание, инсулиновая терапия. Если состояние ребенка мешает ему сдать на общих основаниях экзамены – ЕГЭ или ГИА, он может пройти психолого-медико-педагогическую городскую комиссию и получить разрешение сдавать экзамен на дому – в спокойной обстановке, соблюдая режим питания.

– Пожалуйста, несколько слов о тех предложениях по изменениям в Приказе Министерства труда и социальной защиты РФ от 17 декабря



Светлана Раковская,
руководитель социального управления аппарата Уполномоченного по правам ребенка в Санкт-Петербурге.

2015 г. N 1024н «О классификациях и критериях, используемых при осуществлении медико-социальной экспертизы граждан федеральными государственными учреждениями медико-социальной экспертизы», которые были разработаны аппаратом Уполномоченного по правам ребенка в Санкт-Петербурге.

– В своих предложениях по усовершенствованию документа мы выделили два аспекта. Первый – ребенок считается несовершеннолетним до 18 лет, а в приказе прописан возрастной барьер в 14 лет. То есть уже с четырнадцати лет ребенок должен полностью осуществлять самостоятельный контроль за течением диабета, хотя по закону лишь в 15 лет подростки могут принимать решение о медицинском вмешательстве. Второй – именно в этом возрасте дети отличаются эмоциональной нестабильностью, упрямятся больше обычного, пытаются скрывать свое заболевание от сверстников. В такие моменты требуется повышенный контроль, усиленная работа с психологами, чтобы дети не навредили себе.

Мы направили эти предложения в Минтруда и получили ответ с разъяснениями, из которых следует, что возраст не имеет никакого значения, и эксперты МСЭ должны делать выводы, исходя из динамики заболевания, прогноза и медицинских показаний. Но мы будем настаивать на том, чтобы из приказа ограничение возраста было устранено.

– Как обстоят дела в городе с социальной адаптацией и реабилитацией детей с диабетом?

– Если говорить о системе образования, то сейчас ситуация улучшилась. Однако организованных групп и классов уже недостаточно: часто они переполнены. Есть очередь на получение санаторно-курортного лечения, но количество путевок увеличивается. Практически нет семей, которые вообще не отправляли детей на отдых.

Помимо путевок от городской системы образования, есть возможность получить путевку через поликлинику, через федеральные медицинские учреждения. Например, Санкт-Петербургская Государственная Педиатрическая Медицинская Академия активно предлагает путевки в федеральные санатории для детей.

Если говорить о системе здравоохранения, то часто услуги и специалисты распределены по различным учреждениям. Родители вынуждены ездить в разные концы города, из-за чего часто предпочитают платные центры, где все услуги идут в комплексе. Поэтому нужно реорганизовать работу бюджетных учреждений,

чтобы они предоставляли сразу комплекс услуг. В направлении социальной защиты работают реабилитационные центры для детей с инвалидностью.

– Что можно сказать о работе диабетологических центров?

– Мы сейчас только начинаем заниматься этим вопросом и пытаемся выяснить, как они работают. И на сегодняшний день у нас складывается впечатление, что они порой не справляются, и мы хотим понять почему. По вине ли родителей, которые не приходят на осмотры, или по другой причине. Например, нас удивил факт, что специалисты центров в летние месяцы уходят в отпуск, когда у родителей и детей есть реальная возможность посетить те же школы диабета.

– Насколько обычные общеобразовательные школы готовы работать с особыми детьми?

– Сейчас мы вместе с Координационным советом по здоровью школьников при Комитете по образованию Санкт-Петербурга в школах начинаем работу в этом направлении. И по нашей инициативе была также выделена тема «Дети с сахарным диабетом, обучающиеся в школе». Был случай, когда ребенок из-за поломки помпы перешел на инъекции. Школьнику стало плохо, чем он сильно напугал учителя, который просто не был готов к такой ситуации. Мы организовали встречу, пригласив эндокринолога, администрацию и учителей школы, где был разъяснен порядок действий в таких ситуациях. Пока же педагоги еще недостаточно готовы. Поэтому родителям надо с помощью медработников школ обсудить с учителями, как поступать им в тех или иных случаях, связанных с проблемой диабета.

– В последнее время у родителей возникли проблемы с получением разрешения для участия в спортивных соревнованиях детей с диабетом. Могут ли родители обратиться в аппарат Уполномоченного с таким вопросом?

– Мы пока не получили обращений и жалоб на отказы принять ребенка в какую-то секцию. Такие разрешения дают медицинские работники в соответствии с состоянием ребенка и динамикой заболевания. У нас в аппарате нет сотрудников с медицинским образованием, и мы можем сколько угодно поддерживать маму, но главное – не навредить здоровью ребенка. Однако думаю, что можно найти выход при условии соблюдения всех необходимых медицинских предписаний.

Беседу вела Рената ИЛЬЯСОВА

Петербургский стиль

В Санкт-Петербурге 22 ноября прошли Дни диабета для детей и подростков

(Окончание. Начало на стр. 1)

«ТЕПЕРЬ ДАЖЕ ДЕТИ ЗНАЮТ...»

О социальной адаптации ребенка с диабетом на встрече с родителями говорила клинический психолог **Анастасия Кедровская**.



Анастасия Кедровская

Когда родители узнают о диагнозе ребенка, они порой испытывают беспомощность и гнев: «Почему это произошло со мной?». Они беспокоятся, как воспримут окружающие заболевание ребенка, какое будущее его ждет. Главная психологическая задача на этом этапе – принять диагноз, признать его и учиться жить с сахарным диабетом.

Состояние ребенка во многом зависит от состояния родителей. И если роди-

Говорит Яна Ларионова, мама Ульяны:



– Когда стало ясно, что у дочери такой диагноз, все изменилось. Я заметила, что стала более дисциплинированной и собранной. Помимо Ульяны я воспитываю еще двух детей, и старшая дочь помогает мне. Всегда тревожит состояние ребенка и беспокоит ее будущее. Иногда думаешь на 10-15 лет вперед. Мало сплю, ведь нужно проверять сахар и колоть инсулин среди ночи. Начинается уже подростковый возраст, но мы вроде как справляемся. Ведь справляемся? – спрашивает и приближает дочку Яна. – А вообще стараемся быть активными, везде участвуем и ведем обычную жизнь.

тели тревожатся, страх и неуверенность передаются и ребенку. А потому, советует психолог, работайте со своими страхами.

– Помните, что дети в момент начала заболевания и в течение всей дальнейшей жизни будут вести себя так, как сейчас ведете себя вы, родители, – добавляет, обращаясь к залу, главный детский эндокринолог города **Елена Башнина**. – Дети есть дети. И они должны вести себя как дети. Вы только посмотрите, насколько оптимистично и здраво малыши с диабетом смотрят на жизнь. Ну, а что родители? Безусловно, им надо прикладывать усилия, поскольку бремя диабета у них в несколько раз выше. И главная ваша задача – найти компромисс между болезнью и детством. Я призываю вас избегать психологического дискомфорта у малыша!

– Возьмите в союзники воспитателей, учителей. Если педагоги будут больше знать об особенностях детей с диабетом,

для ребят будут созданы более комфортные условия в группе детского сада, в школе – подчеркивает председатель Санкт-Петербургского диабетического общества **Марина Шипулина**.

Конечно, добавляет она, за последние несколько лет ситуация заметно изменилась к лучшему. В школьно-дошкольных учреждениях, в том числе и благодаря работе Диабетического общества, теперь хорошо знают, что есть дети с диабетом, и что они требуют к себе особого подхода и внимания. Понимания добавила и грустная статистика: если в 80-х годах в нашем городе было 100 детей с сахарным диабетом, то сейчас уже – полторы тысячи.

«Да, теперь даже маленькие дети понимают и про диабет, и про то, что нужны уколы», – заметила присутствовавшая на семинаре мама шестилетней малышки.

Валентина Лавренчук, мама Вики:



– Мне было легче, чем многим родителям, потому что я – медсестра. Дочери 5,5 лет, она заболела почти год назад. Ходит в обычный детский садик. В садике сама себе измеряет сахар. Следим за питанием – в зависимости от того, какой сахар, определяем, нужен ли ей второй завтрак, нужен ли полный обед или только суп или только второе. После обеда обычно забираем дочку домой. Летом ездили на море – в Анату. На поезде, два дня в пути. Но ничего, не испугались такой дороги, доехали хорошо.

Впрочем, особый подход совсем не означает, что ребенка надо чрезмерно опекать.

– Опека должна быть незаметной, а общение с ребенком – разумным, дружеским и уважительным. При этом надо оценивать внутри себя все ситуации, связанные с течением диабета. Кстати, именно этих качеств мы требовали и от кураторов-добровольцев, которые работали с нашими ребятами в оздоровительных программах, – подвела итог М.Г. Шипулина.

ОТ ДВЕНАДЦАТИ И СТАРШЕ...

Быть другом своему ребенку и его соратником в управлении диабетом – это правило важно, конечно же, и при общении с подростками. Этот сложный возраст требует от педагогов, врачей и родителей особого такта и выдержки.



Елена Башнина



В музее детей сопровождали волонтеры

На семинаре, куда приглашены родители тех, кому от двенадцати и старше, Елена Башнина читает лекцию о комплаентности. Термин «комплаентность», входящий в обиход практических врачей, обозначает верное, а главное, осознанное и последовательное выполнение пациентом рекомендаций, полученных от врача.

Существует ли у подростков проблема комплаентности, и готовы ли они день за днем выполнять то, что им доктор предписал?

– Проблема есть, – говорит главный детский эндокринолог. – И здесь многое зависит как от родителей, так и от детей. Нужно самим знать и понимать, что делать в тот или иной момент лечения. Гипогликемия опасна в той же степени, что и гипергликемия. Вы не всегда должны требовать от ребенка строгой нормы, а это почти недостижимо.

Быстро лекция переросла в общую беседу. И первой вопрос из зала задала **Наталья Валерьевна Исакова**, которая воспитывает 14-летнюю внучку:

– Диагноз у девочки выявился в возрасте полутора лет. И сейчас в подростковом возрасте мы столкнулись с повышенными сахарами, и тут выяснилось, что внучка тайком ест сладкое и пьет газировку.

– В этом возрасте она сама многое уже знает о своем диабете, знает, как снизить сахар, и чувствует, как он у нее повышается. Детями может овладеть легкомысленное отношение к диабету, так как приходит осознание, что они никуда от него не денутся. Надо этого не допускать. Выясните, какие есть приоритеты у ребенка. Например, из-за употребления сладкого придется увеличить дозу инсулина, а значит пострадает стройность фигуры. И, конечно, важно сохранить доверительные отношения. Ругать и причитывать – это не выход, как и всегда с подростками. А как эндокринолог отмечу, что единичные подскоки сахаров не влияют на сосуды. Главное не превратить это в систему, – отмечает Елена Борисовна.

Для девушек есть возможность встать на учет в Центр «Сахарный диабет и беременность» при НИИ акушерства и гинекологии им. Д.О. Отта. Такая цель, как стать в будущем матерью и родить здорового ребенка, тоже является хорошей мотивацией держать уровень сахаров в норме.

Марина Шипулина, которая хорошо знает, что такое воспитывать ребенка с диагнозом диабет, советует:

– И в этом возрасте хорошо будет заинтересовать самого ребенка в подсчете сахаров. Они стремятся быть самостоятельными, и это – хороший шанс привлечь их к контролю за диабетом.

Поддержала беседу и психолог Анастасия Кедровская:

– Каждый ребенок конкурентен. Нужно искать положительные примеры

тех, кто живет с диабетом, среди известных людей или в окружении. А их немало – например, футболист Пеле, актеры Шэрон Стоун, Холли Берри, Евгений Леонов, Юрий Никулин, Нонна Мордюкова, Михаил Боярский, режиссер Эльдар Рязанов, певица Людмила Зыкина. Даже несмотря на то, что у многих известных личностей диабет обнаружился в довольно раннем возрасте, это не помешало им вести обычную жизнь.

Подчеркнула психолог и значение сепарации в подростковом возрасте. Это первый шаг к взрослости, и нужно в чем-то поддержать этот бунт, иначе все достигнутые за годы лечения результаты сведутся на нет.

Всем родителям, когда заболевает ребенок, приходится проявить характер и стойкость. Но не всегда демонстративная твердость нужна:

– Были случаи в моей практике, когда мама показывала стойкость, хотя сама была на грани нервного срыва, и это отзывалось на семье и детях. Покажите, что у вас, родителей, тоже есть чувства и моменты слабости, и вы сблизитесь на этой почве, – предложила Анастасия Кедровская.

Прозвучали и советы, которые тяжело слышать любящим мамам и бабушкам. Сложно, но нужно принять тот факт, что родители не всегда являются авторитетом для ребенка. Детям бывает легче рассказать какие-то негативные моменты психологам или социальным работникам.

Именно с началом подросткового возраста играет важную роль вопрос: как сказать ребенку, что диабет окончательно не лечится? Дети склонны верить в волшебство, и это их защитный механизм. Можно пока оттянуть этот момент, но намеками давать понять, что это сложное хроническое заболевание – такой совет дала психолог.

Елена Борисовна как эндокринолог, подчеркнула, что сейчас во всем мире ведется поиск кардинального способа борьбы с диабетом, контроля сахара крови неинвазивными методами, и следует преподносить эту информацию ребенку как позитивный момент. Было отмечено, что сегодня практически не наблюдаются осложнения по диабету у детей, так как инсулины, компенсация и контроль сильно возросли по качеству за последние десятилетия. Также разрабатывается полностью закрытая система с помпами и датчиками, которая не нуждается в контроле или подсчетах. А активная жизнь, интересы, общения – помогут убрать вопрос о диабете на второй план.

... Экскурсия для детей и беседа для родителей закончились. Ребятам подарили книгу для детей с диабетом 1-го типа «Готовим с Дисней». А взрослые получили информационные материалы.

**Рената ИЛЬЯСОВА
Татьяна ПРОСОЧКИНА**

«Диабет в лицах»



За два года фотопроjekt совершил тур по городам России: Москва, Нижний Новгород, Ярославль, Иваново, Ульяновск, Самара, Санкт-Петербург. В 2013–2014 годах проект был продемонстрирован в формате передвижных фотовыставок в рамках специализированных фармацевтических конференций, пациентских форумов, культурных мероприятий.

Проект занял 2-е место на международной премии в области развития связей с общественностью PROBA-IPRA Golden World Awards 2013 (номинация «Лучший социальный PR проект»); в 2015 году занял 2-е место на премии «Пресс-служба года» (номинация «Лучший социальный проект в бизнесе»).

«Диабет: кадры моей активной жизни»

Впечатлениями об этом международном фотоконкурсе поделилась член жюри Марина Григорьевна Шипулина – председатель Санкт-Петербургского диабетического общества:

«Конкурс и его итоги – это лучшее подтверждение тому, что диабет не может и не должен помешать общаться, дружить, стать тем, кем вы хотите, искать применение своим талантам, а значит, радоваться жизни самим и научить этому других, не забывая при этом ответственно относиться к состоянию своего здоровья».



В номинации «Мое чудесное хобби» 1-е место заняла Ульяна Подпальная, Барнаул.

Ульяна ведет активный образ жизни и основное ее хобби – это спорт. Ульяна – первый мастер спорта России в Алтайском крае по плаванию, победитель чемпионата и первенства России, участник чемпионата мира и Европы, входила в параолимпийскую сборную России по плаванию. Считает, что «диабет – это всего лишь одна из причин показать, что ты сильнее».

ТРИ ЭТЮДА О ЛЮБВИ

А также – о надежде и вере, об успехах и простом человеческом счастье. Интересная, полноценная и насыщенная жизнь возможна, даже если у тебя диабет. Это еще раз доказывают истории участников трех уникальных социальных проектов.

«Моя новая страница»

Эта книга – рассказы людей с сахарным диабетом, каждый из которых, столкнувшись с диагнозом, по-своему пережил этот непростой момент и добился успеха. «В современном мире есть все условия для того, чтобы люди с диабетом могли вести яркую, активную жизнь: эффективные препараты, средства самоконтроля, школы диа-

бета, целый ряд образовательных программ, – говорит генеральный директор фармацевтической компании Петр Родионов, – А книга «Моя новая страница» поможет всем нам еще раз увидеть за непростой социальной проблемой Человека и его надежды, среди которых главная – надежда на лучшее завтра».



Юля Байгузова (Саратов)

Интересы: Зимний триатлон (среди здоровых людей)

Кредо: Для меня важно, чтобы мной гордились не потому, что я что-то смогла с диабетом, а потому, что я себя воспринимаю как здоровую и стараюсь добиваться таких же успехов, как и мои сверстники без диабета

Мечта: Организовать специальную школу для спортсменов с диабетом, чтобы мы смогли выступать на одном уровне со здоровыми спортсменами

Диабет у меня с десяти лет. Первое время, конечно, было страшно, но мне повезло: у меня был замечательный доктор, который мне объяснил, что я могу и дальше заниматься спортом, а она мне поможет и поддержит. Когда я заболела, то поняла, что теперь еще больше хочу продолжить занятия спортом. Родители разрешили, хотя они жутко переживали, потому что лыжные гонки связаны

с дальними расстояниями и за мной нельзя будет следить. Мой тренер взял на себя ответственность и сказал: «Юля, я тебе помогу».

Когда про мое заболевание узнали в школе, это был 4-й класс, мне в больницу принесли огромный плакат, игрушки, подарки, поддерживали, и, когда я вернулась в класс, меня окружили заботой.

Дискриминации я не ощущала: для меня нормально померить сахар, уколоть инсулин: иногда делаю это при друзьях, они спокойно к этому относятся. Мы шутим на эту тему: «померяй и мне». Не чувствую себя обделенной и не хочу, чтобы ко мне как-то особенно относились, вот и не вызываю эти чувства. Главное, как сам человек к этому относится. Когда ты сталкиваешься с диагнозом впервые – важно, чтобы тебя поддержали близкие и не нагнетали ситуацию. Да, диабет – это серьезно, каждый из нас это понимает, близкие должны показать, что ты можешь продолжить свою жизнь, не жертвуя возможностями, и она будет такой же яркой и насыщенной, просто нужно проверять сахар, колоть инсулин. Я не изменила свою жизнь: продолжила ходить на тренировки, в школу, у меня не пропали друзья и знакомые. Все в жизни зависит от нас, я так считаю. Мы управляем своей судьбой, поэтому как мы хотим, так и будет.

Хочу рассказать свою историю, и, возможно, она станет для кого-то стимулом, поддержкой, рывком к жизни или просто примером.

Мне 18 лет, 10 из них я живу с диабетом 1-го типа. Сейчас я студентка второго курса Педагогического колледжа, через два года планирую работать с детишками в садике. Мечтаю открыть садик для детишек, больных сахарным диабетом.

Сейчас я занимаюсь спортом и люблю свою жизнь, ценю каждый день. Но когда-то это было не про меня. Заболела сахарным диабетом, я не стала делать инсулиновые инъекции, потому что не хотела отличаться от здоровых людей, хотела вести обычный образ жизни. Сначала я чувствовала себя хорошо, но через какое-то время все пошло не так, начались больницы и капельницы... Это были мои худшие годы! Из-за начавшихся осложнений мне пришлось бросить тренировки



Виктория Коковихина (Россия, город Киров)

Интересы: Спортивная акробатика

Кредо: Главное – верить в себя, идти по жизни с позитивом, и тогда диабет будет просто привычным образом жизни

Мечта: Открыть садик для детей с сахарным диабетом, где мы будем вместе учиться понимать и принимать себя такими, какие мы есть

по спортивной акробатике. Несколько лет я не занималась спортом вообще. В какой-то момент поняла, что больше так продолжаться не может, и решила бороться, чтобы жить, создать семью и прожить долго и счастливо. Было сложно, но справилась. С новыми силами вернулась в спорт. Сейчас я кандидат в мастера спорта по спортивной акробатике. Еще занимаюсь танцами и воздушными полотнами и очень люблю путешествовать. Я очень рада, что нашла силы и сделала правильный выбор, ре-

шившись начать новую страницу моей жизни! Жалею лишь об одном: что не сделала этого раньше.

Хочу сказать всем: никогда не стесняйтесь своей болезни! Диабет не делает нас слабыми, он делает нас сильнее, помогает ценить жизнь и дорогих нам людей. Благодаря диабету я приучила себя к здоровому образу жизни, по-другому стала смотреть на многие вещи! У меня замечательная семья, лучшая в мире мамочка и веселые подружки, с которыми не соскучишься!



Александра Егорычева

(Россия, город Сновицы Владимирской области)

Интересы: Музыка (скрипка, фортепиано и вокал), танцы, бассейн, велосипед, ролики

Кредо: Движение – жизнь! Унынию – нет!

Мечта: Стать врачом и вылечить диабет

Диабет у меня с трех лет, а сейчас мне тринадцать. С появлением диабета в моей жизни изменилось все и одновременно ничего.

Конечно, появились контроль за сахаром в крови, подсчет хлебных единиц, постоянные уколы, но, с другой стороны, я приобрела новых друзей и знакомых. Стала активно заниматься спортом, хожу в бассейн, увлекаюсь танцами и занимаюсь в музыкальной школе, катаюсь на велосипеде и роликах, участвую в различных конкурсах и соревнованиях.

У нас большая и дружная семья, у меня есть младшие братья и сестры. В свободное от учебы время я помогаю

родителям присмотреть за младшими, навести порядок дома и на огороде.

Сахарный диабет открыл для меня истину, что здоровье – это главная ценность, а все остальное можно купить!

Благодаря диабету я участвовала в Диаспартакиаде, которая проходила в городе Сочи в 2013 году, где наша команда из Владимира заняла первое место. На Диаспартакиаду приехало 12 команд со всей России. В течение недели проходили спортивные, творческие, интеллектуальные и развлекательные мероприятия. Мы встречались с боксером Костей Цзю, писателем Эдуардом Тополем и эндокринологом Валентиной

Петерковой. Мы побывали на экскурсиях и, конечно же, купались в море.

Все мы очень подружились с ребятами и вожатыми, расставаться было грустно. А еще для участия в Диаспартакиаде нужно было лететь на самолете – это был мой первый в жизни полет, да еще и на море! Это было чудесное приключение, о котором я даже и не мечтала.

Как и почему я попала в команду? Наверное, потому, что очень внимательно слежу за собой и за своим здоровьем, на меня можно положиться, родители мне доверяют, и я всегда стараюсь оправдать доверие.

Я умею вести подсчет хлебных единиц, подбирать дозы инсулина, а благодаря школе диабета достаточно уверенно владею ситуацией по самоконтролю.

Тем, кто впервые узнал о своем диагнозе, хочу сказать: это не конец, жизнь продолжается! Смотрите на все максимально позитивно и помните, что стакан наполовину полон, а не наполовину пуст! Мечтайте – любая мысль материальна!

Живи ярко!

С сахарным диабетом можно и нужно жить полноценной и здоровой жизнью: осуществлять свои планы, любить, мечтать и исполнять мечты.

Такова простая и ясная цель проекта, который задумали и с 2009 года совместными усилиями воплощают в жизнь две общественных организации – Калининградская региональная общественная организация «Дети-инвалиды, больные сахарным диабетом» (руководитель – Ирина Яковлева) и Московская областная общественная организация родителей детей-инвалидов и инвалидов с детства «Вера» (руководитель – Елена Воробьева).

Интересный, познавательный, яркий отдых, который они организуют для подростков и молодых людей с диабетом, направлен не только на физическое оздоровление, но и на психосоциальную адаптацию ребят.

Однако организация лагерей отдыха для подростков и молодежи – дело очень даже не простое, требующее особого внимания. Заинтересовать современную молодежь бывает очень сложно. Но сложно – не значит невозможно. Учитывая интересное географическое положение Калининградской области, мы стали организовывать подобные лагеря в Польше. Иногда это были даже международные лагеря с участием польской молодежи и подростков с диабетом. Общаясь со сверстниками, наши дети учатся быть



Московская областная общественная организация родителей детей-инвалидов с диабетом и инвалидов с детства «Вера»

самостоятельными, свободными и уверенными в себе.

Лагеря для подростков и молодежи с тренировкой лидерских качеств – это лучший способ испытать собственные возможности, научиться принимать на себя ответственность за

товарищей, найти свое место в коллективе и ощутить свою значимость.

Елена ВОРОБЬЕВА, председатель совета Московской областной общественной организации родителей-инвалидов «Вера»

Пятый юбилейный Праздник, посвященный Всемирному дню борьбы с сахарным диабетом, прошел в Вологде

С начала этого года в Вологодской области зарегистрировано 395 детей с диагнозом сахарный диабет. 380 из них больны диабетом первого типа (инсулинозависимым). В последние годы количество маленьких пациентов увеличивается, причем чаще заболевают дети младшего и дошкольного возраста.

ЦЕЛЬ – БЫТЬ ЗДОРОВЫМИ

13-летний Иван заболел диабетом в 6 лет. С тех пор он, как и другие маленькие пациенты с диабетом первого типа, вынужден ежедневно измерять сахар в крови, по нескольку раз в день выполнять инъекции инсулина. Но это не мешает подростку, несмотря на трудности, жить полноценной жизнью: учиться в школе, заниматься спортом, ходить в походы с друзьями.

Лизе – девять. Сахарным диабетом она заболела в три года. Семье пришлось перебраться в областную столицу из района. Девочка живет вдвоем с бабушкой. «Мне пришлось полностью погрузиться в эту проблему, – рассказывает Антонина Борисовна, бабушка Лизы. – А когда внучке предложили установить помпу для более эффективного лечения диабета, я освоила и этот вопрос». Ежемесячно на расходные материалы для помпы и специального аппарата для непрерывного контроля сахара требуются

значительные средства, которые одной бабушке из скромного бюджета семьи выделить нереально. Первое время приобретать расходные материалы к помпе помогали спонсоры. А вскоре у девочки появился добрый ангел-хранитель, которого бабушка с внучкой по-домашнему зовут дядя Сережа. Это человек, который, заболев диабетом в сознательном возрасте, по зову сердца помогает другим больным диабетом, находящимся в сложной ситуации. И Ваня, и Лиза, как и другие дети, болеющие сахарным диабетом, проявляют завидное упорство и мужество в борьбе с этим заболеванием. Ведь их цель – как можно дольше оставаться здоровыми.

ОТ ДИАБЕТА НЕ ЗАСТРАХОВАН НИКТО

На пятый ежегодный Международный день борьбы с сахарным диабетом в Театре для детей и молодежи собралось более ста человек. В фойе вместе с актерами ребят ждал рыжий кот по кличке Чубайс. Ему, как и ребятам, пришедшим в театр, поставлен диагноз сахарный диабет первого типа. Чубайс точно также вынужден ежедневно переносить инъекции инсулина, придерживаться правильного питания. «От сахарного диабета первого типа, к сожалению, не застрахован никто, даже кошки. Он бывает и у собак, но гораздо реже, –

рассказывает Жанна Безрукова, главный внештатный детский эндокринолог департамента здравоохранения Вологодской области. – Такие мероприятия очень важны для детей и их родителей, чтобы они знали, что они не один на один с заболеванием, общались между собой, делились нужной информацией».

Пока дети смотрели захватывающий боевик «Остров сокровищ», их родители могли задать все волнующие вопросы по воспитанию детей приглашенному из Москвы психологу, занимающемуся проблемами ребят с диабетом, Екатерине Свистуновой. В этот день в зале прозвучали слова благодарности в адрес детских эндокринологов Татьяны Владимировны Вашкинской, Жаны Германовны Безруковой, Евгения Викторовича Федюкова, а также в адрес тех, кто помогает детям и взрослым с диагнозом сахарный диабет. Большая заслуга в организации праздника принадлежит и Вологодской общественной организации инвалидов «Объединение больных сахарным диабетом».

«МЫ ОБЪЕДИНЯЕМСЯ, ЧТОБЫ ПОМОГАТЬ ДРУГ ДРУГУ...»

Председатель общественной организации Елена Шилова не понаслышке знает все проблемы, с которыми приходится сталкиваться людям с диабетом. Заболев сахарным диабетом 1 типа в девять лет, она хорошо помнит, как пришлось подстраивать свою жизнь под новые обстоятельства. Очень выручали подруги, с которыми она дружна и по сей день. «Когда друзья понимают тебя, это на всю жизнь избавляет от ненужных комплексов, – рассказывает Елена Шилова. – Именно поэтому в нашем регионе мы нарабатываем собственный опыт развития детей с диагнозом диабет: организуем отдых для таких ребят в оздоровительных лагерях без родителей, чтобы они могли не только поправить свое здоровье, но и лучше социализироваться в обществе сверстников, чтобы школьники с сахарным диабетом понимали, что диагноз – это не приговор, а необходимость более тщательно следить за своим здоровьем».

Сама Елена окончила школу с золотой медалью, с красным дипломом – институт. Работает, вместе с мужем воспитывает замечательную дочь. На посту председателя общества больных сахарным диабетом она сменила свою маму Нелли Александровну Мальцеву. «По сути, мы объединяемся для того чтобы помогать друг другу, – рассказывает Елена. – Объединяемся, чтобы решать возникающие вопросы с обеспечением средствами самоконтроля с различными инстанциями, для организации совместных мероприятий, отстаивания своих прав. Мы сами, еще будучи детьми, общались, и до сих пор по жизни шагаем рядом. Хочется, чтоб и нынешние дети общались между собой, приходили на помощь друг другу».

ПРЕДУПРЕЖДЕН – ЗНАЧИТ ВООРУЖЕН

Вологодская общественная организация инвалидов «Объединение больных сахарным диабетом» реализует социально-значимые проекты. Так, на средства выигранного федерального гранта был заключен договор с одним из медицинских центров, в котором каждый желающий мог проверить свой уровень сахара в крови. В случае превышения показателей пациенту предлагалось сдать кровь на гликированный гемоглобин и пройти консультацию эндокринолога. «В итоге результаты исследования ошеломили даже нас. В рамках акции проверили свое здоровье около 3,5 тысяч человек. У 17% выявлен повышенный сахар в крови. В шести(!) процентах случаев выявлен сахарный диабет, преимущественно второго типа, который опасен своими осложнениями, – рассказывает Елена Шилова. – Этим проектом мы еще раз хотели напомнить вологжанам, как важно вовремя проявлять заботу о своем здоровье».

Сахарный диабет – болезнь, которая сопровождает человека всю его жизнь. Именно поэтому Всемирный день борьбы с сахарным диабетом предназначается и для здоровых людей, у которых близкие, друзья, знакомые или коллеги больны диабетом, чтобы напомнить о существовании этой проблемы.



Первый в России



Областной семейный ДиаКлуб «Надежда» был создан в 1991 году в Оренбурге на базе одноименного диабетического общества.

Не имея аналогов в России на момент создания, «Надежда», по существу, стала и продолжает оставаться экспериментальной площадкой с инклюзивным образованием, так как в орбиту своих мероприятий включает волонтеров из числа друзей и родственников ребенка с диабетом.

С 1994 года ДиаКлуб работает на базе Оренбургского областного Дворца творчества детей и молодежи им.В.П.Поляничко. Здесь, продолжая тесно взаимодействовать с государственными и общественными организациями, он вышел на современный уровень психолого-педагогической деятельности, основанный на гуманистической концепции взаимоотношения личности и общества, целостном

Проблема организации помощи родителям в воспитании детей с ИЗСД сегодня очевидна и актуальна для специалистов здравоохранения и образования, социальной защиты и правоохранительных органов. Практика показала, что в обществе растет понимание того, что работа с родителями, а следовательно, и с семьей, требует междисциплинарного подхода, при котором синергизм взаимодействия всех участников процесса обеспечивает ее успешность.

подходе к воспитанию и развитию не только ребенка – инвалида по диабету, но и членов его семьи.

Как явствует из названия клуба, фокус нашего внимания сосредоточен не столько на ребенке-инвалиде по сахарному диабету, сколько на проблеме поддержания достойного качества жизни всей его семьи. Ведь после постановки диагноза именно семье приходится в значительной мере изменить весь свой уклад, а порой даже и мировоззрение, чтобы справиться с новыми, достаточно сложными требованиями жизни: режимами инсулинотерапии, диетотерапии, физических нагрузок.

Нашим клубом руководит Правление, куда входят наиболее уважаемые родители и активисты клуба, достигшие совершеннолетия (из молодежной группы «Лидер»). Правление вырабаты-

вает повестку дня заседаний в «Родительской гостиной», определяет стратегию работы клуба на календарный период, планирует, организует и осуществляет руководство благотворительными и просветительскими акциями, культурно-массовыми мероприятиями, строя сотрудничество с учреждениями культуры, образования, спорта, социальной защиты, здравоохранения, другими пациентскими организациями инвалидов. На мероприятиях для родителей и молодежи обсуждаются новшества социальной политики государства, достижения в медицине, эндозологии, проводятся консультации с ведущими специалистами регионального Минздрава, Минсоцразвития, МСЭ.

Учитывая специфику инсулинозависимого диабета (ювенильная форма) – это постоянное сопровождение ребенка опекуном или родителем (или лицом, заменяющим их), мы проводим с детьми и сопровождающими их взрослыми еще и совместные занятия, тренинги, игровые программы, направленные на объединение усилий в борьбе со страшным недугом. В ходе таких мероприятий легче диагностируются проблемы семьи, промахи в выполнении врачебных рекомендаций со стороны родителей и ребенка, а значит, быстрее и легче происходит их коррекция, процессы абилитации и реабилитации.

С момента образования объединения и до сих пор самой востребованной у нас является такая форма работы с семьей как областной круглосуточный «Диателефон доверия». Вопросы экстренной помощи, решаемые в режиме реального времени, помогают в решении сложных ситуационных задач. Возможность обсудить по телефону любые проблемы по выполнению в семье требований режимов инсулинотерапии, диетотерапии, психосоциальных и учебных нагрузок помогают ребенку и его семье не чувствовать себя одинокими и в значительной степени снижают накал тревожности и у ребенка, и у взрослого.

Волонтеры ДиаКлуба в 2015 году организовали в viber группу «Детки –



конфетки» для общения и группу «Диа-Надежда» – для обсуждения животрепещущих проблем и анонса планируемых мероприятий. В настоящее время в эти группы входят родители не только из Оренбургской области, но и других городов и регионов России.

Десять лет назад, столкнувшись с проблемой организации большого количества мероприятий в рамках одного дня – Международного Дня борьбы с диабетом (14 ноября), ДиаКлуб совмест-

Работа в формате «Родительской гостиной» и «Социально-правового всеобуча» позволяет родителям и ребятам старшего возраста быть в курсе всех новшеств социально-правовой политики, проводимой в области и в целом по стране, получить консультации ведущих специалистов здравоохранения, образования, социальной защиты, пенсионных и налоговых органов.

но с ООДОИ «Надежда» инициировал проведение в Оренбургской области ежегодного месячника «Качество жизни людей с диабетом» (с 14 октября по 14 ноября). Эта инициатива была поддержана губернатором и Правительством Оренбуржья. И с тех пор эта просветительская акция реально консолидирует усилия государственных, коммерческих, общественных структур и, конечно же, семьи. В этот период Диалог на межведомственном уровне в городах области позволяет нам эффективнее взаимодействовать, выработывая согласованные формы работы.

Социальное партнерство позволяет организовать в течение всего года не только бесплатные посещения театров, выставок, концертов, но и проведение по нашим собственным сценариям обучающих игр, шоу-программ, праздников, ролевых игр. К последним относятся такие специфические,

как например, «Суд над госпожой Дидеой Граммурлькой Каллориевной и господином Режимом Мерилевичем Назидалкиным», «Диа-брейн ринг», «Диабол».

Все игровые программы призваны создать у ребенка с диабетом мотивацию на изменение роли пассивного исполнителя рекомендаций эндокринолога (как это должно быть при острых ситуациях) на активного участника терапевтического процесса. При этом в семье реализуется модель ответственного самолечения, вовлечение ребенка и родителей в управление диабетом на правах сотрудничества между собой и с врачом в роли партнера.

Совместное творчество детей и взрослых в ходе таких акций раскрывает потенциал многих родителей с неожиданной стороны, позволяет ненавязчиво изменить некоторые приоритеты в семье, обеспечивает эмоциональную поддержку участникам мероприятий, способствует росту их авторитета, как в собственной семье так и в социуме.

Исходя из вышеизложенного, можно смело утверждать, что в условиях дополнительного образования, инновационность которого обеспечивает возможность появления новых форм работы с семьей, можно и нужно профессионально решать вопросы обучения и воспитания родителей, желающих повысить свою компетентность в вопросах создания и развития духовно богатой, здоровой и культурной семьи.

Людмила Павловна АНИСОВА,
педагог высшей категории
ООДТДМ им.В.П.Поляничко
(г. Оренбург)



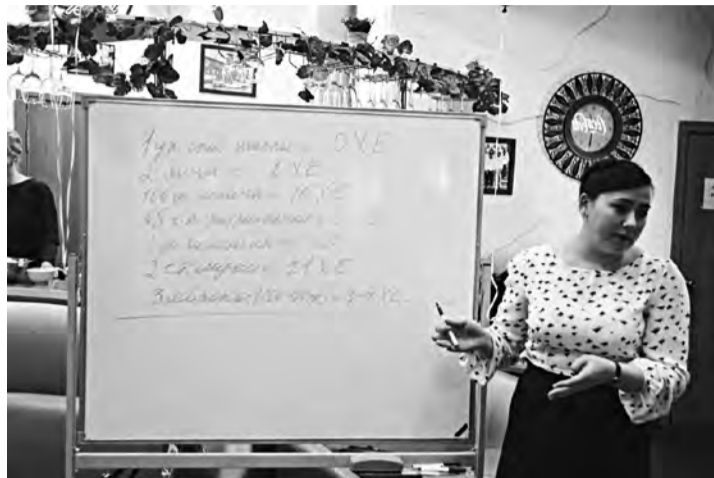
Психолого-педагогическое – одно из главных направлений ДиаКлуба «Надежда». На занятиях «Школы эйдетики» дети и подростки обучаются искусству психосаморегуляции. Развивая образную память, ребенок учится владеть своими эмоциями, распознавать малейшие признаки гипо- и гипергликемических состояний своего организма, что жизненно важно для человека с диабетом. Занятия способствуют пониманию у ребенка ценности здорового образа жизни, при котором красота и гармония помогут ему обрести путь к себе, к своему предназначению, помогут сохранить душевное здоровье, встать на путь духовного саморазвития.

«Кухня здоровья» из Челябинска: с пользой для тела

14 ноября в столице Южного Урала в пятый раз отметили международный день диабета. Впервые для жителей Челябинска была организован мастер-класс «Кухня здоровья».

Такой нестандартный подход был предложен Челябинским диабетическим движением «Вместе». Идею поддержали в министерствах социальных отношений и здравоохранения Челябинской области.

— Это необычное и очень полезное мероприятие организовано, в первую очередь, для детей с сахарным диабетом и их родителей для того, чтобы научить и закрепить навыки подсчета хлебных единиц в сложных блюдах. Конечно, все пациенты с диабетом знают, как посчитать количество содержащихся углеводов в порции гречневой каши или картофельного пюре. А если это, например, пирог с капустой или салат оливье? «Кухня здоровья» наглядно покажет и расскажет алгоритм подсчета хлебных единиц, что позволит лучше контролировать уровень глюкозы крови, расширить пищевой рацион, в любой обстановке действовать самостоятельно, обходиться без помощи врача, — считает



По данным медицинской статистики каждые двенадцать лет число заболевших в регионе вырастает вдвое.

руководитель Челябинского диабетического движения «Вместе» Ирина Исакова.

Согласно официальным данным, сегодня в Челябинской области свыше 90 тысяч пациентов с сахарным диабетом и около девяти сот из них — дети. 33 тысячи заболевших проживают в Челябинске. При этом еще 25 тысяч жителей столицы южного Урала нахо-

дятся в группе риска. Спровоцировать сахарный диабет может неправильное питание, занимающее лидирующее место в образе жизни людей из групп риска.

Именно поэтому организаторы необычного профилактического мероприятия в Челябинске уделили такое внимание теме правильного питания. Прежде чем отправить гостей мероприятия на кухню, им измеряли артериальное давление, вес и уровень глюкозы в крови. А уже потом те, кто следит за здоровьем и фигурой, учились считать хлебные единицы в продуктах, которые составляют структуру сложных блюд.



По мнению главного внештатного эндокринолога управления здравоохранения Челябинска Марины Чередниковой, такой подход позволяет тем, кто находится в группе риска, понимать, как правильно питаться, а у кого выявили диабет, грамотно подбирать необходимую дозу инсулина, что обеспечит качество их жизни.

Чтобы закрепить полученные знания, каждый участник мероприятия получил памятки о правильном питании, физических нагрузках и других алгоритмах здорового образа жизни.

«Лучшее будущее для наших детей!»

В Бишкеке прошла акция по привлечению внимания к проблеме сахарного диабета у детей.

В Киргизии, по последним данным, на учете стоит более 50 тысяч пациентов с сахарным диабетом. 1 821 — больные сахарным диабетом первого типа, из них детей до 14 лет — 331. Но цифра эта официальная и не отражает действительного положения дел.

11 ноября, накануне Всемирного дня борьбы с сахарным диабетом, в Бишкеке прошла пресс-конференция с участием представителя республиканской Диабетической и эндокринологической ассоциации Натальи Добрыниной. Она отметила, что диагноз «сахарный диабет» каждый год ставят впервые около 5 тысячам человек. Для сравнения, в 2010 году в Киргизии зарегистрировали более 28 тысяч человек с сахарным диабетом, а в 2012-м — уже более 37 тысяч. По словам Добрыниной, «многие жители республики больны сахарным диабетом, но не знают об этом».

В рамках Всемирного дня против борьбы с сахарным диабетом. Общественное объединение «Детство без диабета» при финансовой поддержке Всемирного диабетического фонда совместно с организациями «Аплифт» и «Келечек» при содействии мэрии и троллейбусного управления столицы провело социальную акцию «Лучшее будущее для наших детей!»

В столице Киргизии начали курсировать два специально оформленных троллейбуса с информацией о диабете у детей.

Цель акции — привлечь внимание общественности, государственных структур к проблемам детей, страдающих сахарным диабетом.

Организаторы надеются обратить внимание правительства, депутатов и профильных министерств к проблеме доступа к дошкольному образованию детей с диабетом и к проблеме отсутствия условий в школах для детей с данным заболеванием.

«Дети, страдающие сахарным диабетом в Киргизии, вынуждены сталкиваться с проблемами при приеме в государствен-

ные детские сады, так как руководители боятся брать на себя ответственность. В школах и других образовательных учреждениях отсутствуют элементарные условия самоконтроля, — сообщили в общественном объединении «Детство без диабета».

Это общественное объединение было создано в 2012 году для поддержки родителей, детей и подростков, страдающих сахарным диабетом. Деятельность организации направлена на расширение возможностей родителей детей и молодежи, страдающих сахарным диабетом; улучшение доступа к образованию и лечению диабета для детей и молодежи путём обучения в школах диабета; формирование позитивного отношения к детям и молодежи, страдающим сахарным диабетом путём повышения осведомлённости среди широкой публики.

Для улучшения качества жизни маленьких пациентов ОО «Детство без диабета» выступило с предложением:

— обучить заведующих, воспитателей и медсестер дошкольных учреждений в



школах диабета, что поможет снизить боязнь в отношении детей с сахарным диабетом;

— открыть отдельные группы для детей с диабетом в одном или нескольких обычных детских садах, что позволит обоим родителям обеспечивать семью, а также платить налоги государству;

— проводить обучающие семинары для учителей и для медсестер школ.

В развитых странах дети с диабетом ходят в обычные детские сады, для них созданы все условия в школах, так как изоляция ребенка и семьи обходится государству намного дороже. Такие дети в будущем имеют больше шансов вести полноценную жизнь, устроиться на работу.



В 2013 году в республике была частично решена проблема дошкольников — в Бишкеке открылся первый садик для детей с сахарным диабетом «Пчелки». Его организовала и возглавила председатель ОО «Детство без диабета» Нурхан Жумабаева. Четыре года назад диабет был обнаружен у её дочери Назимы в возрасте 1 год 9 месяцев. Перед семьей тогда серьезно встал вопрос, как обеспечить полноценное детство своей любимице. Шаг за шагом удалось создать специализированный детский сад, клуб родителей детей больных сахарным диабетом, ресурсный центр. Сегодня детский сад «Пчелки» стал вторым домом для 12 детей с сахарным диабетом. В основном это дети младшего дошкольного возраста. Половина из них посещает заведение

бесплатно, потому что в семейном бюджете не хватает средств.

В детском саду работают творческие кружки, дети развиваются, готовятся к школе. Там у детей несколько раз в день измеряют уровень сахара в крови, делают им инсулиновые инъекции, ведут дневник питания ребенка. Воспитателями трудятся в основном мамы детей с диабетом, так что эффект от работы двойной.

В начале февраля 2016 года открылась при детском саду «Пчелки» Школа диабета. По словам эндокринолога, группы в школе диабета пользуются спросом. Посещают их и совсем малыши (3-4 лет), и дети постарше (5-6 лет), а также подростки и взрослые. Кроме того, есть группа для мам и отдельная — для пап.

«Для малышей занятия проходят в игровой, доступной для них форме.

С ними мы изучаем, что такое диабет, у нас имеются наглядные пособия в виде фруктов и овощей, по ним учим хлебные единицы. Дети примерно ориентируются, сколько граммов углеводов содержится в определенном фрукте. Они знают, что такое инсулин, что такое глюкоза. Старшие дети сами могут себе измерить сахар, а примерно с 6-7 лет начинают сами себе делать уколы. Подросткам рассказываем о лечении и осложнениях. Для взрослых второго типа диабета занятия немного другие. Атмосфера у нас дружеская, можно просто пообщаться. Благодаря этой школе мы хотели улучшить качество жизни больных», — пояснила врач.

Это частное дошкольное учреждение такого рода и сегодня остается единственным в республике.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ



Roche

**Мы сделали высокое
качество доступным**

Новый глюкометр
Акку-Чек Перформа
по антикризисной цене



Акку-Чек
Клуб

Получайте бонусы за покупки!
www.accu-chek.ru/club
Информационный центр: 8-800-200-88-99

Акку-Чек является товарным знаком Рош. Реклама.
Рег. уд. №ФСЗ 2008/01306
Номер материала BGM-PWD-365 Version 1
* Подробности на сайте www.narodnayamarka.ru

АККУ-ЧЕК®

Живите в привычном ритме!

Глюкометр OneTouch Verio® IQ с функцией выявления трендов* поможет Вам скорректировать терапию и образ жизни

- Цветной экран и подсветка зоны ввода тест-полоски
- Подзаряжаемый аккумулятор
- Интерфейс на русском языке

Узнайте больше:
🌐 www.lifescan.ru ☎ 8 800 200 8353

ONETOUCH®
Навстречу жизни с каждым прикосновением

Реклама. *Тренд (или тенденция) — это серия повторяющихся эпизодов высокого и низкого уровня глюкозы в крови. Товар сертифицирован. Рег. уд. № РЗН 2015/2938 от 11.08.2015. Рег. уд. № ФСЗ 2012/13425 от 24.09.2015. © LifeScan Russia, a division of Johnson & Johnson LLC 2016.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Проект реализован на средства Гранта Санкт-Петербурга

Газета зарегистрирована Решением исполнительного комитета Ленинградского совета народных депутатов. Рег. номер 528. Газета перерегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Северо-Западному федеральному округу. Свидетельство о регистрации ПИ №ТУ78-01879 от 27 мая 2016 г.

Учредитель – Санкт-Петербургская общественная организация «Санкт-Петербургское диабетическое общество инвалидов» (191011, Санкт-Петербург, ул. Рубинштейна, д. 3)
Главный редактор – А.В. КОРНЕЕВ
Выпускающий редактор М.Г. Шипулина



Отпечатано в ООО «Техно-Бизнес», 194362, Санкт-Петербург, пос. Парголово, ул. Ломоносова, д. 113. Заказ №91/1. Номер подписан в печать и в свет 15.11.2016. Время подписания по графику 22.00, фактически – 22.00. Распространяется бесплатно. Тираж – 30000 экз.