

Ketu 2/11(59)

Eesti Psoriaasiliidu häälekandja

EESTI PSORIAASILIIDU JUUBELIKONVERENTS

Eesti Psoriaasiliidu Juubelikonverents toimus 26.-27. märtsil 2011 Nelijärve Puhkekeskuses. Meie liit sai juba 20 aastaseks! Eesti Psoriaasiliidu juhatuse esimees Georg Jurkanov avas konverentsi ja esimesena sai sõna asutajaliige dr.Elle Elberg – teemaks „Arst ja psoriaasahaige viimase 20 aasta jooksul“. Arst peab mõtlema koos patsiendiga, sest me kõik muutume ajas. Mõte võib mõjutada närvisüsteemi, ära kahjusta inimest ravimitega - need olid ettekandja teesid, mis panid kaasa kuulajad kaasa elama.

Põhja-Eesti Regionaalhaigla Naha- ja Suguhaiguste Keskuse juhataja dr.Aime Kangur'i ettekande teema oli psoriaasi ravi. Esineja andis ülevaate psoriaasahaigusest, selle ravist eile ja täna, kasulikest vitamiinidest ja kahjulikest isetegevuslikest ravivõtetest.

Järgmine kutsutud esineja dr. Jevgeni Rubinštein oli kahjuks haigestunud ning teemal „Psoriaasahaige elukvaliteet ja toimetulek“ esines dr.Elle Elberg. Mõelge positiivselt ja ärge olge ühe asja küljes kinni – nii saavutate paremat hingelist tasakaalu. Toimetulek ja elukvaliteet sõltub väga palju meist endast. Dr. Kersti Kivimägi jagas mälestusi ja kogemusi Eesti Psoriaasiliidust. Kui alustasime, olid meile abiks Norra, Rootsi ja Soome Psoriaasiliidud. Soome Psoriaasiliit oli siis 15-aastane. Mõtlesin, et see haigus võiks saada mu elu missiooniks. Psoriaasiliit on õpetanud haiguse taga nägema inimest. Haigus on kombinatsioon geneetilisest eelsoodumusest ja välistingimustest. Haigust ägestab ülemäärane stress, ärevus, mure, hirm ja kadedus. Mõtle positiivselt. Oskate hinnata seda, mis juba olemas on.

Dr. Maritta Loog esitas psoriaasiraviga seondunud probleeme ja võimalusi tulevikus perearstipraktikas.

Esmatasandi meditsiinil on suur roll ennetustegevuses. Psoriaasahaigel on 2-3 korda suurem risk surra südame- ja veresoonkonna haigustesse. Meie igapäevases elus pööratakse väga vähe tähelepanu põletikulistele protsessidele organismis – hüpertoonia, diabeet, liigete haigused. Patsient on sunnitud tihtipeale muutma oma elustiili, et haigusega paremini toime tulla.

Pärast lõunavaheaega said sõna ravimifirmade esindajad.

Pr. Helena Üprus – (AS Sirowa Tallinn) rääkis Linola ja dr.Wolff toode ajaloost. Dr.Wolff farmaatsiavabrik avati 1905.a ja 1938. aastal tuldi turule sarjaga Linola.

Hr. Krister Pöllupüü – (GlaxoSmithKline OÜ) esines teemal „Mina ja psoriaas-me lahkume koos“. Baaskreem on see, mis psoriaasahaigel elada aitab. Ravim on aga see, mis haigust ravib. Ravi on väga individuaalne ja hästi korrastatud. Krister Pöllupüü oli laupäeva säravaim esineja, kes oma haigusega kenasti toime tuleb. Selliseid inimesi oleks Psoriaasiliitu väga vaja.

Hr. Gunnar Laas – (AS Orto) rääkis Ortoja Ortomed toodete ajaloost ja tulevikust. Ettekanne keskendus kolmele põhilisele punktile-kosmeetikatoodete ohutushinnangule ning selle olemusele, trendidele ja tootearenduslikele uuendustele juuksehoolduses, konservantide kasutamisele kreemides-parabeenidele, kas olla nende poolt või vastu. 2011. aasta on Rahvusvaheline Keemia Aasta. AS Orto eesmärk on taotleda uutele toodetele Euroopa lillekese märki.

Pr. Tiina Koidu – (OÜ SN Group) rääkis Avene tootesarja ajaloost. 1736. aastal avastati Avene vee põletikuvastane mõju ja alustati tootmisega.

Pr. Katrin Lätt- (Abbot Laboratories) rääkis lühidalt meie koostöövõimalustest bioloogiliste ravimite osas.

Pr. Kadri Päll – (Merck Sharp&Dohme OÜ) tegi ettekande Essex toodete arengust. Kuna metalltuubis salv säilib paremini kui plastmasstuubis, siis uusimad kreemid ongi metalltuubis. Väga kena, et meie kunagist koostööd Essex toodete osas saab ilusti jätkata ! Pr. Anu Adermann – (MEDA Pharma SIA) jagas infomaterjale uute ravimite kohta. Psoriaasiliidu asutajaliikmetest oli juubelikonverentsil kohal seitse.

Nad kõik said Psoriaasiliidu sümboolikaga kruusi ja tee/kohvi paki. Autasustati ka liidu vanimat liiget – Valde Suvinõmm'e.

Kõik esinejad ja paljud meie liidu tublid tegijad said mälestuseks Astangu Kutse-ja Rehabilitatsioonikeskuse puuetega inimeste käsitööringis valmistatud kaunistusi. Ringi juhendab meie liidu liige Tiia Salum. Aitäh Tiia'le kenade esemete eest !

Terve õhtupooliku oli meie käsutuses Järvemaja koos kahe saunaga. Kell 20.00 algas sealsamas pidulik õhtusöök. Sellist üheskoos istumist, vestlemist, laulmist ja tantsimist oli väga vaja, sest oli mida meenutada ja mille üle rõõmus olla !

Pühapäevahommik algas hommikusaunaga.

Esimene seminari tegime "vaba mikrofoni" vormis. Georg Jurkanov luges ette meile saadetud e-tervitused: EMSL-ist, dr.Taimi Pohlak'ult , Maire Sirel'lt Eesti Südameliidust, Pille-Katrin Levin'ilt Sclerosis Multiplex Ühingust, Aive Antson'ilt Eesti Tsökaaliaseltsist, Anne Veskimeistrilt Eesti Patsientide Esindusühingust. Ene Mäetalu Eesti Reumaliidust, kes mõlemal päeval konverentsil osales tervitas meid juubeli puhul ja andis üle kingituse-Tallinna Kaubamaja kinkekaardi. Jätkasime päeva programmiga.

Meie vastne juhatuse liige Raini Plado esines teemal "Minu elu ihtüoosiga". See oli põhjalik ja mõtlemapanev esinemine. Nahahaigustel on nii puutepunkte kui ka suuri erinevusi. Näiteks paljud pole varem teadnud, et ülekuumenemine on mõnele haigele väga suureks probleemiks.

Pr. Karin Hanga (Eesti Puuetega Inimeste Koja tegevjuht) tegi ettekande puuetega inimeste õigustest, käsitledes mis on puue, sotsiaaltoetused ja töövõime kaotus. Soovitus oli lugeda infot Sotsiaalministeeriumi ja Eesti Haigekassa kodulehekülgedel. Küsimusi oli kuulajatelt nii palju, et otsustati järgmistel kokkusaamistel teemaga jätkata.

Pr. Getter Tiirik (Eesti Puuetega Inimeste Koja projektijuht) tutvustas ühingu arengukava koostamise aluseid: kellele ja milleks? Mõtlesime koos ja pabertahvlile sai kirjutatud ühingu missioon ja visioon aastani 2015. Vähemalt algus sai tehtud ja märkused kaasa võetud. Nüüd peame moodustama üheskoos arengukava koostamise töögrupp.

Kaks päeva olid väga sisutihedad ja möödusid kiiresti.

Suur tänu kõigile juubelikonverentsi toetajatele!

Vilve Vain

PSORIAASI KLIIMARAVI VÕIMALUSED TAIS

Tai Bangpakoki 9.Haiglas viiakse läbi uus põnev raviprogramm, millest võivad psoriaasiga inimesed suurt kasu saada. Bangpakoki 9.Haigla pakub psoriaasiravi läbi kliimaravi ja fototeraapia, kasutades looduslikku päikesevalgust ja sobilikku kliimat. Psoriaasiravi hõlmab nahale antavat looduslikku päikesevalgust, sobilikke kliimatingimusi ning spetsiaalseid lõdvestus- ja tehnikaprogramme. Raviprogramm on dr.Wannasri Sindhuphaki järelevalve all, kes on üks Tai tippdermatolooge, samuti on ta abiprofessor ja õpetaja meditsiinikoolis (Chulalongkomi Ülikoolis). Programmi direktor on dr.Tongchai Thavichachart, Tai Riikliku Farmatseutide Organisatsiooni endine tegevjuht ja endine Tai Eluteaduste Kvaliteedikeskuse juht. Dr.Thongchai Thavichachart algatas kliimaprojekti ja toetab rahaliselt kliimateraapia teaduslikku uurimist Tai Rahvatervise Ministeeriumis. Selle uuringu tulemusena selgus, et mõnedes Tai piirkondades on sobilik UV tase ja kliimatingimused psoriaasi raskusastme leevendamiseks. Projekti jätkab erahaiglana Bangpakoki 9.Haigla. Nimetatud haigla on esimene haigla Tais, mis algatas psoriaasiravi kliimaraviga, kasutades sobivaid kliimatingimusi ja omab enam kui rahuldavaid tulemusi PASI taseme parandamisel (PASI on psoriaasiraskuse näitaja).

Edasise informatsiooni saamiseks külastage palun järgnevat interneti lehekülgi:

www.psoriasis-bangpakok9.com

email: bpk.marketing@gmail.com

või kontakteeruge otse haiglaga +6628771111121

Lugupidamisega,

hr. Hasanai Chanlongbut

Inglise keelest tõlkinud Evelyn Vill

VALGUS – ELU ALLIKAS

Päikese valgus – see on energia. See on elutsükli põhialus meie planeedil ja seepärast sobibki ta kõige paremini tervise tugevdamiseks, ning organismi kõikide teiste protsesside toetajaks.

BIOPTRONI VALGUSTERAAPIA

Tänu BIOPTRONI valgusterapia innovatiivsele ja unikaalsele tehnoloogiale on see ökonoomne, ning efektiivne meetod terviseprobleemide lahendamisel. BIOPTRONI valgusterapia seadet on väga lihtne ning mugav kasutada oma kodus.

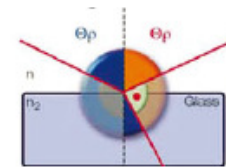
BIOPTRONI valgusterapia optilised seadmed genereerivad erilist valguse liiki, millel on loomulikule valgusele sarnased kasulikud omadused, kuid ilma UV-kiirgusest ja selle võimalike kahjulike kõrvalmõjudeta.



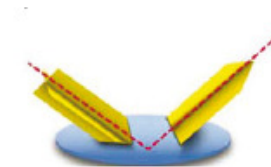
BIOPTRONI VALGUSE ISELOOMUSTUS

1. Polariseerimine

BIOPTRONI valgus on polariseeritud valgus, selle lained liiguvad (võnguvad) paralleelselt tasapindadel. Lineaarne polariseerimine mitmekihilise peeglisüsteemiga on väga tõhus, sellega saavutatakse polariseerimise tase 95%



Polariseerimise aste 95%
of the emitted spectrum



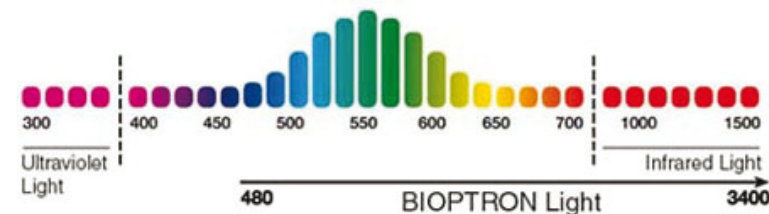
Polariseerimine peeglite abil

2. Polükromaatsus

BIOPTRONI valguse lainepikkus on 480nm kuni 3400nm.

Spekter sisaldab endas nähtavat valgust ja osa infrapunasest kiirgusest.

BIOPTRONI valguse elektromagneetiline spekter ei sisalda UV-kiirgust.



3. Mittekoherentsus

BIOPTRONI valgus on mittekoherentne ehk faasist väljas valgus.

Valguslained pole sünkroniseeritud.

Koherentne valgus ehk faasis olev valgus – laservalgus



Mittekoherentne ehk faasist väljas olev Valgus – Bioptoni valgus

4. Madala energiaga valgus

BIOPTRONI valgus on madala energiaga, energiatihedus on keskmiselt 2,4 Dzauli/cm². Bioptoni valgus voogab ravitavale pinnale püsiva ja ühtlase intensiivsusega. Sellisel energiatihedusel on biostimuleeriv ning positiivne mõju meie organismile, nahka kahjustamata ja kõrvalnähtusid põhjustamata.



UUS NAHAHOOLDUSSARI PHYSIOGEL

Meie koostööpartnerid AS-st GlaxoSmithKline soovivad uusi nahasõbralikke tooteid :

Physiogel Cleanser – õrn nahapuhastusvahend, ei sisalda seepi ega alkoholi ja ei kuivata nahka.

Physiogel šampoon on väga pehmetoimeline šampoon õrnade juuste igapäevaseks pesemiseks, niisutab peanahka.

Physiogel PLUS šampoon – väga õrn ja allergiaohutu šampoon, mis on loodud spetsiaalselt tundlikule või rikutud peanahale.

Physiogel dušikreem on tugeva niisutava toimega, mis sisaldab rohkesti karitevõid ja keramiid 3. Dušikreem vahutab vähe, muutes naha pehmeks ja siledaks.

Physiogel kreem – soodustab naha lipiidkihi füsioloogilist uuenemist. Soovitatakse kuivale, tundlikule ja allergilisele nahale.

Toodetega saate tutvuda meie Toompuiestee 10 tööruumis ning soetada neid soodsama hinnaga.

UUS PREPARAAT BOTADYN

Meie koostööpartnerid AS-st Sirowa Tallinn soovivad uut preparaati Botadyn DR N100.

Botadyn toetab maksa ja sapi tegevust, soodustab rasvade lõhustumist ning kergendab seedimist.

Artišoki ekstrakt stimuleerib sapieritust ning sobib hästi seedehäirete, kõhupuhituse ja ebameeldiva täiskõhutunde leevendamiseks. Samuti töötab preparaat kolesterooli alandajana.

Botadyn dražeed toetavad dieeti. Juba üks dražee iga söögikorra ajal aktiveerib rasvade lahustumist ja hoiab figuuri vormis. Iga rasvarikka söögikorra juurde tuleb võtta kaks kuni kolm dražeed.

Botadyn on käsimüügipreparaat ning seda saab soetada apteekides.

Toimetus

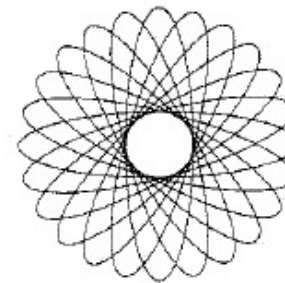
TEATIS 2011.aasta LIIKMEMAKSUST

Vastavalt 12.detsembril 2010 toimunud Eesti Psoriaasiliidu üldkogu koosoleku otsusega on 2011.aasta liikmemaksu suuruseks kõigile 6 € (kuus eurot). Pereliikmemaks on 8 € (kaheksa eurot). See on peredele, kus on kaks või enam Eesti Psoriaasiliidu liiget. Liikmemaksu saab tasuta Eesti Psoriaasiliidu arveldusarvele nr. 10 0520 3258 0002 SEB pangas või sularahas kassasse meie kontoris. Liikmemaksu tasumise tähtaeg on 31.märts 2011.a.

☞ Dr. Kersti Kivimägi ja Dr. Jevgeni Rubinštein vastuvõtt Lasnamäe Tervisekeskuse filiaalis Sadama Medicum, aadressil Sadama 25A, Info ja registreerimine tel. 88 11 300 ja 88 11 301

☞ Psoriaasiliidu kontorit Toompuiestee 10 on võimalik külastada kokkuleppeliselt teile sobival ajal. Palun helistage ette tel. 50 52 455 Georg Jurkanovile.

☞ PSORIAASILIIDU TERVISEPÄEVAD
21-22.mai 2011 Kloogaranna Noortelaagris
☞ SELLE AASTA SUVEKOOL
23-24.juuli Kivi Turismitalus Viljandimaal



EPSoL Tallinn 10137, Toompuiestee 10
kontakttel. 50 52 455 Georg Jurkanov
56 466 069 Sirje Seerman (Viljandi)
53 313 463 Paul Liiv (Saaremaa)
E-mail: epsol@epsol.ee
Veebiaadress: www.epsol.ee
a/a 10 0520 3258 0002