

Ketu 4/16 (89)

Eesti Psoriaasiliidu häälekandja

EESTI PATSIENTIDE LIIT ON LEIDNUD UUE HINGAMISE

Mittetulundusühing Eesti Patsientide Liit asutati 2001. aastal, tookord kandis ühendus nime Eesti Patsientide Nõukoda. Asutajate hulgas oli 3 aktivisti, kellest tänaseni tegutseb liidu juhatuses Kaido Kolk. Tookord kokku lepitud põhimõtted on aktuaalsed ka täna. Liit seisab selle eest, et kogu tervishoiukorralduses arvestataks rohkem inimeste ootuste ja vajadustega. Tänapäevane süsteem on üles ehitatud Haigekassa poolt rahastatavate teenuste põhiseks. Kuid rahastamine ei ole seotud patsiendi rahulolu ega tervenemisega ja erinevaid teenuseid osutavad spetsialistid ei moodusta tema jaoks ühtset meeskonda. "Meie arstikond on professionaalne ja riigihai glad on eurovahendite eest täidetud tipptasemel aparatuuriga. Järgmine suur eesmärk peaks olema patsiendikesksus ja terviklik käsitlus, mitte nii, et üks arst ei tea, mida teine teeb", arvab Kaido Kolk.

Liikmeskond on kasvanud kordades

Nõukoda panustas aastaid õigusaktide väljatöötamisele ja komisjonides osalemisele, mitmed halvad otsused suudeti patsientide eest ära hoida. Ühingu tunti hästi küll ministeeriumides, aga mitte eriti avalikkuses. Möödunud aasta lõpus otsustas Kaido Kolk, et liidu hääle tugevdamiseks tuleks enam mõelda liikmeskonna kasvatamisele. Seda enam, et iga inimene on oma elus mingil hetkel patsient ja talle saab sel moel pakkuda võimalust süsteemis kaasa rääkimiseks või oma mandaadi andmiseks, et juhtkond seda teeks. Kuna liidul liikmemaksu ei ole ja liikmeks astumisele ID-kaardiga kulub vaid paar minutit, siis ongi liikmeskond viimase poole aastaga kordades kasvanud, ulatudes hetkel ligi 800 liikmeni. Samas saab liikmeks astumiseks kasutada ka vana head paberankeedi täitmise võimalust.

Seoses töömahu suurenemisega kutsus Kaido Kolk juhatusse endise apteegiketi juhi Kadri Tammepuu, kellega koos on välja töötatud liikmetele uusi kasulikke võimalusi nagu sisukas kodulehekül www.patsiendid.ee, hüvesid pakkuv tervisekaart, tasuta õigusnõu ja oma ravimite kohta küsimise võimalus ning infopäevade sari.

Uued põnevad teenused liikmetele

Tervishoiupoliitika on mahukas ja keeruline teema, milles nõrk keskmisel patsiendil on omal käel raske orienteeruda. Seetõttu on täna juba vähese teadlikkuse tõttu võrdlemisi kaitsetus positsioonis.

Liit on seadnud eesmärgiks toimida nagu tõlk, kes muudab tervishoiuküsimused liikmele arusaadavaks – pakutakse tasuta esmast õigusnõustamist ja selgitatakse vajadusel meditsiinisüsteemi võimalusi. Samuti saab tasuta nõu küsida oma ravimite kohta.

Lisaks pakub liit oma liikmetele tasuta liikmekaarti, mil nimeks Tervisekaart ja millega saab erinevate partnerite juures tervisekaupade ja -teenuste ostmisel häid allahindlusi. Soodustusi annavad nii apteegiketid, prillipoed, abivahendite müüjad kui tervisespaad, vana nimega sanatooriumid. Näiteks Euroapteegis saavad Tervisekaardi omanikud parimat võimalikku soodustust – 10%-list allahindlust kõikidelt ostudelt, va retseptiravimid. Ostudel ei ole vanuse ega summapiiranguid. Ajas on partnerite nimekiri järjest pikenemas ja nii on ka Tervisekaart liikmete hulgas väga populaarne.

Alanud aastal alustas liit ka tasuta tervisepäevade sarja korraldamisega. Liikmed saavad kuulata ja küsida tervisepäevadeid oma ala parimatelt spetsialistidelt, mis võimaldab inimestel paremini hoida oma tervist või haigustega toime tulla ja neid õigel ajal märgata. Juunis toimus Tallinnas Kultuurikatlas patsientide liidu aastakonverents, kus vaagiti nii üldist tervishoiukorraldust kui meditsiinieetika põhimõtteid ja patsiendi õiguste teemat. Põnevate esinejate hulgas oli nii poliitikuid (Aivar Kokk, Eiki Nestor), ettevõtjaid (Indrek Neivelt, Ants Nõmper), arste kui teadlasi.

Liit on avatud koostööle

Vaadates tulevikku soovib patsientide liit arendada koostööd teiste organisatsioonide ja aktiivsete kodanikuühendustega. Kui täna on tihedamad sidemed olnud arstide liidu ja perearstide seltsiga, siis tulevikus soovitakse rohkem ühiseid asju ette võtta ka teiste ühendustega. Nii esineb Kaido Kolk sügisel Psoriaasiliidu üritusel ja Kadri Tammepuu sügise hakul proviisorite koja aastakonverentsil. Kuid tulevikuplaane on teisigi, millest täpsemalt saab kõnelda kui kokkulepped tehtud.

Kadri Tammepuu, Eesti Patsientide Liidu juhatuse liige

EUCERIN®UREAREPAIR PLUS

KUIVA JA VÄGA KUIVA NAHA HOOLDUS

Päikese käes viibimine, palav, külm või tuuline ilm, sage pesemine, loomulik vananemine – need on tegurid, mis võivad põhjustada niiskuskadu nahas, tekitades kuiva naha tunnuseid nagu kiskuv, kare, kestendav ja kortsuline nahk.

Eucerin®UreaRepair PLUS tootesari pakub leevendust kuivale ja väga kuivale nahale, vähendab sügelust ja naha kestendamist.

AKTIIVSED KOOSTISOSAD:

Naha loodusliku koostisainena on **uurea** nahasõbralik, seda isegi inimeste puhul, kes kannatavad erakordselt kuiva naha käes. Uurea ja **teised naturaalsed niisutavad ained** (natural moisturizing factors, NMF) seovad niiskust, et varustada sellega naha pindmisi kihte.

Tseramiid-3 tugevdab naha loomulikku kaitsebarjääri, et takistada aurustumisest tekkivat niiskuskadu ja blokeerida põletikku ning sügelust tekitavate ärritavate tegurite juurdepääs nahale. **Glükoglytserool** taastab naha loomuliku niisutusvõrgustiku naha sügavamates kihtides, mille tagajärjel suureneb niiskushulk ka naha välimistes kihtides. Sel moel tagatakse nahas kauakestev niisutus.

Laktaati moodustatakse naha poolt looduslikul teel. Laktaat seob niiskust ja lukustab selle naha ülemisse kihti, ning mängib seetõttu olulist rolli naha füüsiliste omaduste säilitamises.

Kõikide Eucerin Urea kuivale nahale mõeldud toodete kvaliteet on dermatoloogiliselt tõestatud.

Eucerin® UreaRepair PLUS tootevalik kuivale nahale

PUHASTAMINE

UreaRepair pesugeel 5% uureaga – UUS SUURUS 400 ml

- Õrnatoimeline puhastusvahend nii näole kui kehale igapäevaseks kasutamiseks, 5% uurea ja piimhappega
- Kaitseb kuiva ja erakordselt kuiva nahka edasise dehüdreerumise eest ja leevendab sügelust
- Ei sisalda seepi
- Ideaalne igapäevaseks puhastamiseks ka vananevale nahale, samuti psoriaasi või diabeedi all kannatavale nahale.

DermaCapillaire rahustav šampoon uureaga

- Kerge koostis 5% uurea, piimhappe ja polidokanooliga
- Rahustab, leevendab sügelust ja vähendab niiskuskadu
- Ei sisalda kokamidopropüül-betaini.

NÄOHOOLDUS

Urea siluv näokreem

- Päevakreem: õli/vees emulsioon 5% uureaga
- Leevendab kuiva nahka ja vähendab naha pingulolekut
- Ideaalne kasutamiseks jumestuse aluskreemina või pärast raseerimist.

Hyal-Urea kortsudevastane näohooldus

- Päevakreem, öökreem, silmaümbruskreem: õli/vees emulsioon 5% uureaga
- Leevendab kuiva nahka ja vähendab isegi sügavate kortsude ilminguid.

Acute Lip Balm huulepalsam

- Silmapilkselt rahustab ja niisutab kuivi ja lõhenenud huuli
- Sobiv suuümbruse piirkonnale
- Sisaldab Pantenooli, mis niisutab, uuendab ja soodustab paranemist

- Glütserool niisutab intensiivselt ja jätab huulte pehme ja sileda tunde
- Sobiv erinevate nahatingimuste, nagu huulte lakkumisest tulenev ekseem, keiliit või meditsiinilisest ravist tingitud kuivad huuled.

KEHAHOODUS

UreaRepair PLUS ihupiim 10% uureaga

- Vesi /õli emulsioon, 10% uurea, NMF-kompleksi (*Natural Moisturizing Factors*, NMF – looduslikult niisutavad faktorid), glükoglütserooli ja tseramiididega
- Niisutab intensiivselt ja pehmen­dab kohe kuiva, karedat ja ketendavat nahka, pakkudes kauakestvat leevendust
- Vähendab märgatavalt naha pingulolekut ja leevendab sügelust.

UreaRepair PLUS ihupiim 5% uureaga

- Õli/vees emulsioon 5% uurea, NMF-kompleksi (*Natural Moisturizing Factors*, NMF – looduslikult niisutavad faktorid), glükoglütserooli ja keramiididega
- Niisutab intensiivselt ja pehmen­dab kohe kuiva, karedat nahka, pakkudes kauakestvat leevendust
- Rahustab ja vähendab märgatavalt naha pingulolekut.

UreaRepair PLUS kehakreem 5% uureaga – UUS!

- Õli/vees emulsioon 5% uurea, NMF-kompleksi (*Natural Moisturizing Factors*, NMF – looduslikult niisutavad faktorid) ja keramiididega
- Niisutab intensiivselt ja pehmen­dab kohe kuiva, karedat nahka, pakkudes kauakestvat leevendust.

UreaRepair PLUS kätekreem 5% uureaga – UUS KOOSTIS!

- Õli/vees emulsioon 5% uurea, NMF-kompleksi (*Natural Moisturizing Factors*, NMF – looduslikult niisutavad faktorid) ja keramiididega
- Parandab intensiivselt naha seisukorda ja pehmen­dab kohe kuiva, karedat nahka, pakkudes kätele kauakestvat leevendust
- Käed on niisutatud isegi pärast kuut kätepesu.

UreaRepair PLUS jalakreem 5% uureaga – UUS KOOSTIS!

- Õli/vees emulsioon 10% uurea, NMF-kompleksi (*Natural Moisturizing Factors*, NMF – looduslikult niisutavad faktorid) ja keramiididega
- Niisutab intensiivselt ja pehmen­dab kohe kuiva, karedat ja ketendavat nahka, pakkudes kauakestvat leevendust
- Vähendab survejälgi ja nahapaksendeid.

Tooted ei sisalda parabene, lõhna- ega värvaineid.

Eucerini tooted on saadaval ainult apteekides.

Viivika Kasur, koostööpartner Beiersdorf Grupp

LEGANZA – UUS KOSMEETIKASARI

Eestisse on saabunud Bulgaariast uus kosmeetikasari LEGANZA, mille tooted põhinevad lavendli- ja roosiõlil. Lavendel ehk *Lavandula Angustifolia* saabus Bulgaariasse 1907.a. Prantsusmaalt. Lavendliõli on üks kolmest eeterlikest õlidest, mis kõige paremini soodustavad naharakkude uuenemist. Selle õli rahustav jõud aitab stressi maandamisele aktiivselt kaasa.

Bulgaaria kaitstud geograafilise tähisega roosiõli ajalugu on kantud üle 19.sajandil Aasiast. *Rosa Damascena* peeti Kazanlõki piirkonna rikkuseks ning seal kasvatatavad õliroosid erinevad teistest just kliimatiliste ja maapinnaliste olude tõttu. Roosiõli omab omega3 ja omega6 rasvhapete tasakaalustatud toimet. Roosiõliga tooted niisutavad, pehmen­davad ja noorendavad nahka. Leganza tooted sobivad kõigile nahatüüpidele ja saavad häid vastukajasisid eri riikide psoriaasihaigetelt.

- Ultrakomfortne päevakreem sisaldab orgaanilist lavendliõli ning mandli- ja avokaadoõlisisid;
- Taastav ja rahustav öök­reem on toodetud orgaanilise lavendliõli ja mandliõli baasil;
- Lõõgastav duššigeeli koostisesse kuuluvad orgaaniline lavendliõli ja uurea;
- Toitev kätek­reem sisaldab orgaanilist lavendliõli ning mandli-, kampri- ja palmiõlisisid;

- Pehmendav jalakreem sisaldab orgaanilist lavendliõli ning kookoseõli ja uurea;
- Pesemisvaht roosiõliga on mõeldud näo- ja kaelanaha pesemiseks;
- Roosiõliga roosivesi on tõhus vahend näo- ja kaelanaha puhastamiseks;
- Intensiivselt niisutav roosiõliga päevakreem sisaldab lisaks mandli-, jojoba- ja makadaamiaõlisid.

Kõigi toodetega saate tutvuda Eesti Psoriaasiliidu üritustel ja Toompuiestee 10 tööruumis.

OÜ Vitamed Grupp

29. OKTOOBER – ÜLEMAAILMNE PSORIAASIPÄEV

Selle aasta Ülemaailmse Psoriaasipäeva rahvusvaheliseks motoks on „Parim maailm psoriaasihaikele“. Selle raames korraldab organisatsioone ühendav föderatsioon IFPA veebiseminari ja korjab liikmetelt informatsiooni moto elluviimise kohta.

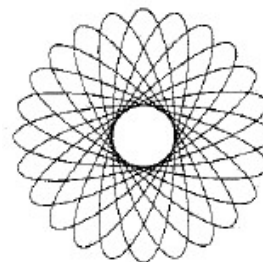
Meie ühing tegutseb juba aastaid aktiivselt psoriaasihaigete nõustamise ja koolitamise osas.

Sellel aastal jätkame tegevusega 19.-20.novembril Pärnus korraldatava sügiskonverentsi raames.

Psoriaasihaikele parema ümbritseva maailma kujundamiseks vajame veelgi tõhusamat koostööd arstide, terviseedendajate ja psühholoogidega. Lähituleviku visiooniks on kaasaráakimine psoriaasi uue ravimetoodika, Eesti tervishoiu globaalsete probleemide ja käivitunud töövõimereformiga tekkivate küsimuste osas.

SOOVIME TEILE ILUSAT PSORIAASIPÄEVA !!!

Toimetus



TEATIS 2016.aasta LIIKMEMAKSUST

Eesti Psoriaasiliidu 2016.aasta liikmemaks on **6 eurot** (pereliikmemaks **8 eurot**).

Liikmemaks palume tasuda IBAN: EE101010052032580002 SEB pangas või sularahas kassasse.

Liikmemaksu tasumise tähtaeg oli **31.märts 2016**.

NB! Allorganisatsioonide liikmeid palume tasuda liikmemaksu vastavate allorganisatsioonide arveldusarvetele.

Tulemas on järgmine üritus:

☞ **Eesti Psoriaasiliidu sügiskonverents toimub 19.-20.novembril tervisekeskuses Viiking, Pärnus**

VALGUSRAVI

Telliskivi tn.1 Perearstikeskuses Tallinnas

Eesti Psoriaasiliidu liikmetele 2,50 €/ seanss, teenindatakse liikmekaardi ettenäitamisel.

Esmase külastamise puhul on vajalik raviarsti soovitus valgusravi protseduuri osas.

EPsOL Tallinn 10137, Toompuiestee 10
 kontakt tel. 50 52 455 Georg Jurkanov
 56 466 069 Sirje Seerman (Viljandi)
 53 303 702 Veronika Allas (Saaremaa)
 E-mail: epsol@epsol.ee
 Veebiaadress: www.epsol.ee
 IBAN: EE101010052032580002