## 73ДОРОВЬЕ

МИНИСТЕРСТВО РАЗЪЯСНЯЕТ

#### Еще раз о наборе социальных услуг

Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации направило во все органы управления здравоохранением разъяснения о правах граждан, которые получают государственную социальную помощь в виде набора социальных услуг (социальный пакет).

Предусмотрены

1.1. частично:

полностью;

1) отказ от получения НСУ

от получения социаль-

п. 1 части 1 статьи 6.2. "обес-

предоставление при наличии

медицинских показаний пу-

тевки на санаторно-курорт-

торно-курортного лечения и

дорожным, авиа), проезд к

предоставленным органами

исполнительной власти субъ-

екта Российской Федерации"

В случае отказа гражда-

1) назначенный размер

2) в течение всего года

нина от предоставления

НСУ полностью или частич-

ЕДВ увеличивается на сумму

приостанавливается право

счет иных источников финан-

3) при отказе от транс-

на санаторно-курортное ле-

4) гражданин, подавший

заявление об отказе от НСУ

(части НСУ), предупреждает-

ности за возможные соци-

(статья 6.1.) восстанавлива

течении года, на который

гражданин отказался от по-

ция о предоставлении

Справочная информа-

Лополнительное лекар-

ственное обеспечение осу-

11,7 тысячи аптек. Только за 9

сумму 1950 рублей. В сред-

мость отдельных лекарствен-

ных препаратов достигает 23

Предоставление гражда-

Количество путевок в са-

натории, по которым проле-

чились граждане, имеющие

право на набор социальных

штук, что в 2 раза больше,

нину набора социальных ус-

изменения суммы, на-

чем за весь 2004 год".

тысяч рублей

она поезлок

5) право на получение НСУ

стоятельно:

часть" НСУ).

"транспортная

от получения социаль-

железнодорожном

ное лечение" (далее

Текст документа приводим без сокращений.

"В соответствии с Феде- текущего года заявление об от отказе от НСУ. ральным законом 17.07.1999 г. №178-ФЗ "О государственной социальной помощи" (в редакции закона №122-ФЗ) с января 2005 года гражданам, из числа категорий, указанных в статьях ной услуги, предусмотренной 6.1. и 6.7. (далее — ссылки на статьи Федерального зако- печение необходимыми лена), предоставляется госу- карственными средствами по дарственная социальная по- рецепту врача (фельдшера) и мощь в виде набора социальных услуг (далее — НСУ). Право на получение НСУ имеют около 15 миллионов граждан Российской Федерации. дицинская часть" НСУ);

Затраты, связанные с предоставлением НСУ, явля- ной услуги, предусмотренной ются расходными обязатель- п.2 части 1 статьи 6.2. "бесствами Российской Федера- платный проезд на пригородции, и необходимые финан- ном совые средства выделяются транспорте без ограничения из федерального бюджета. маршрута и количества поез-Правила финансирования док, а также на междугородрасходов по предоставлению ном транспорте к месту санагражданам НСУ утверждены постановлением Правитель- обратно любым видом трансства Российской Федерации порта (автобусом, железноот 29.12.2004 г. № 864.

Периодом предоставле- месту лечения и обратно по ния гражданам НСУ является путевкам или направлениям, календарный год (статья

Учет права гражданина на получение НСУ осуществляется по месту жительства с момента установления ему в соответствии с законодательством Российской Федерации ежемесячной денежной выплаты (далее — ЕДВ).

В целях реализации прав граждан на получение ЕДВ и стоимости всего НСУ или его предоставления им НСУ Пенсионным фондом России (далее — ПФР) осуществляется ведение Федерального реги- на получение государственстра лиц, имеющих право на ной социальной помощи в виполучение государственной де НСУ или его части и не мосоциальной помощи (статья жет быть предоставлено за

Порядок предоставления сирования субъектов Росгражданам НСУ определен сийской Федерации или мувития России от 29.12.2004 г. №328 "Об утверждении по- портной части НСУ остается рядка предоставления набо- право на получение лекарра социальных услуг отдель- ственных средств и путевки ным категориям граждан".

В состав НСУ, предос- чение, но стоимость проезда тавляемого гражданам в к месту лечения и обратно рамках Федерального за- гражданин оплачивает самокона, включаются следующие социальные услуги:

1) дополнительная бесплатная медицинская помощь, в том числе предусма- ся об его личной ответствентривающая обеспечение необходимыми лекарственны- альные последствия; ми средствами по рецептам врача (фельдшера), предоставление при наличии меди- ется на следующий год по исцинских показаний путевки на санаторно-курортное лечение, осуществляемые в соответствии с законодательством об обязательном социальном страховании (стои- гражданам государственмость социальной услуги в ной социальной помощи в 2005 году составляет 400 **2005 году:** рублей)\*;

2) бесплатный проезд на пригородном железнодорож- ществляется гражданам в ном транспорте, а также на междугородном транспорте к месяцев 2005 года выписано месту лечения и обратно около 100 миллионов рецеп-(стоимость социальной услу- тов на лекарственные средги в 2005 году составляет 50 ства, из которых обслужено рублей)\*. При предоставле- 98.7 процента, каждый гражнии социальных услуг в соот- данин — получатель НСУ ветствии с настоящей стать- обеспечен лекарственными ей граждане, имеющие огра- средствами в среднем на ничение способности к трудовой деятельности III степе- нем стоимость фактически ни, и дети-инвалиды имеют отпущенных лекарственных право на получение на тех же средств превысила показатеусловиях второй путевки на ли 2004 года в 2-2,5 раза. В санаторно-курортное лече- перечень лекарственных ние и на бесплатный проезд средств для дополнительнона пригородном железнодо- го лекарственного обеспечерожном транспорте, а также ния входят более 2000 лекарна междугородном транспор- ственных средств по торготе к месту лечения и обратно вым наименованиям. Стоидля сопровождающего их лица (статья 6.2.).

Дополнительное лекарственное обеспечение осуществляется по рецептам нам транспортной части НСУ врача (фельдшера) при ам- за первое полугодие 2005 булаторном лечении в со- года составило 166,8 миллиответствии с перечнем лекарственных средств, утвержденным Минздравсоцразвития России (статья 6.2 п. 2.) без ограничения стоимости лекарственных услуг, составило 530 тысяч средств.

Федеральным законом (п. 3 и 4 статьи 6.3.) предусмотрены нормы, позволяю- правляемого на оплату щие гражданину отказаться предоставляемого граждаот получения НСУ полностью или частично на следующий луг производятся в установгод, подав в территориаль- ленном законодательством ный орган ПФР до 1 октября порядке (статья 6.5.).

зывается с несколькими фак-

Во-первых, урбанизация населения и связанные с этим психологические чаще всего так и бывает, то покажитесь стрессы. Тяжелых психотравмирую- врачу. Помните, чем меньшего размещих ситуаций в селе гораздо меньше, ра опухоль к моменту постановки диачем в городе. Это немаловажное значение имеет для НА ПРИЕМЕ

развития "предрака" и раковых заболеваний молочной

расположенность.

- Как влияют на состояние груди аборты?

Прерывание беременности для груди просто губительно. Ведь сразу после оплолотворения у женщины начинается гормональная перестройка, цель которой — подготовить организм молодой мамы к родам, а грудь к кормлению. А вот после аборта молочные железы просто обязаны в срочном порядке вернуться в свое "добеременное' состояние. Не у всех это получается. Некоторые из них. как говорится, могут встать на кривую дорожку опухолевого роста, давая начало большим и маленьким доброкачественным узелкам.

Обратите внимание и на травмы. На месте гематомы, то есть синяка, может образоваться киста, наполненная жидкостью. Во что превратится эта киста в дальнейшем, не знает никто.

И еще. Длительный прием оральных контрацептивов до= первой беременности может спровоцировать опухолевый рост. Так что нерожавшим женщинам следует поду- тель излечения составляет 90 проценмать о других методах контрацепции и тов, при опухолях диаметром не более не злоупотреблять противозачаточными таблетками.

Инфекции, радиация, избыточный солнечный свет, неправильное питание — все это может привести к нежелательным процессам в молочной железе. Помните об этом.

— Как самому заметить опухоль? Рак молочной железы
 это наружное заболевание, которое можно прощупать у себя, поэтому надо проводить самообследование на 5-7 день процентах диагноз ставится при про-

филактических осмотрах. распространенный вид женского рака, переносится.

овышение заболеваемости вызывающий наибольшие опасения. раком молочной железы свя- это самая частая причина смерти женщин от 35 до 55 лет. И если вы у себя обнаружили небольшую припухлость, она может быть и доброкачественной,

# вых заболевании молочной железы. Имеет значение неблаго-приятный фактор репродуктивного характера: раннее начало месячных, до 12 лет, поздние роды, бесплодие, поздний климакс. Сопутствующие или перенесенные заболевания женских половых органов, дисфункция печени. Ну, и один из важных факторов — генетическая предрасположенность.

По статистике каждая десятая россиянка заболевает раком молочной железы, и темпы этого недуга, к сожалению, не снижаются. В Орловской области за 15 лет количество впервые заболевших раком молочной железы выросло от 160 до 290 случаев в год. В чем причины заболевания и как его избежать? Сегодня мой собеседник заведующая отделением общей онкологии областного онкологического

диспансера Александра

Павловна РЯБОВА:



всего лечение бывает оперативным.

На ранних стадиях рака молочной же-

лезы мы делаем сохранные операции,

При запущенных стадиях заболева-

ния, когда опухоль больших размеров,

мы не можем сделать сохранную опе-

рацию. Кроме того, к этой радикаль-

ной операции добавляем еще и луче-

вую терапию, и химиотерапию, и не-

редко гормональное лечение. Лечение

составляет почти полгода по времени.

Но женщина сама выбирает себе такой

гноза, тем выше шансы на излечение. При очень маленьких опухолях показасантиметра он равен 70 процентам. Если опухоль велика, и уже затронуты лимфатические железы в подмышечной впадине, прогноз, к сожалению, менее благоприятен

Но вот ведь какой парадокс — даже обнаружив у себя какие-то непонятные титься к районному онкологу. Район- лочной железой. Сначала боятся, боятузелки, женщины не сразу обращаются к ный онколог направляет больную в он- ся, а потом уже кровотечение повторяврачу. А время идет, болезнь наступает... кологический диспансер. Здесь амбу- ется и повторяется. Мы не отказываем

лечения? с момента начала месячных. Кстати, в молочную железу, и нет изменений в ляем план лечения. 90 процентах случаев женщины нахо- подмышечных лимфоузлах, то после дят у себя опухоль сами. И только в 10 лечения бывает практически 100-процентное выздоровление. Когда уже есть измененные лимфоузлы, прогноз Рак молочной железы — наиболее хуже. Лечение длительное и тяжелее

путь, такой длительный этап лечения Трудно представить, чего женщины ждут! Когда растет опухоль, как можно вообще жить спокойно, о чем можно думать?! Допустим, женщина обнару-

жила у себя опухоль или что-то непонятое в молочной железе. Что делать? — Надо незамедлительно обра-

- Насколько благоприятен исход латорно проведут все необходимые в лечении, потому что деваться некуда, исследования. При необходимости де-— Когда опухоль поражает только лаем пункцию опухоли, потом состав-

> В некоторых участковых поликлиниках очень сложно записаться к узкому специалисту, в том числе к онкологу...

— Если у вас нет никакого направления, а вас просто что-то тревожит,

При первой и второй стадиях чаше не нравится, не дает покоя, вы можете обратиться в поликлинику онкологического диспансера и без направления, но не забудьте только паспорт и стране удаляем полностью грудь, а удаля- ховой полис. Эти документы необходием сектор и подмышечные лимфоуз-

> Что представляет собой такое исследование, как маммогра-

Это метод ранней диагностики молочной железы. Специальность врача-маммолога учреждена не столь давно. Но если судить по огромным очередям к этому специалисту, сделать такое нужно было лет сто назал. Сама маммография представляет

> собой метод обследования молочных желез с помощью рентгеновского излучения. Его применяют для выявления мелких образований то есть тогда, когда вероятность излечения особенно Эффективность рентгеномаммографии — 95 процентов. Но из-за лучевой нагрузки этот метод исследования используют не чаще чем 1 раз в полтора — два

года. Но маммография не всегда позволяет поставить правильный диагноз. Когда выражена железистая ткань в молочной железе (чаще у женщин до 30 лет), то лучше проводить ультразвуковое исследование

Маммография проводится в нашем городе в областном онкологическом лиспансере и в больнице им. Боткина. Если обследование проводится по направлению участкового онколога, то оно бесплатно. Без направления врача, то есть по своему желанию, — процеду ра платная

 Насколько эффективно ультразвуковое исследова-

Ультразвуковая (эхографическая) диагностика благодаря своей безвредности не имеет возрастных ограничений. Ее эффективность в сочетании с маммографией – 97 процентов. Ультразвук и маммография не конкуренты: они дополняют друг друга. позволяя врачу вовремя поставить диагноз и наметить оптимальную тактику лече-В народе иногда говорят, что

не надо рак "руками трогать", иначе он будет распространяться

 Очень неумные рассуждения. Хотя иногда это имеет отношение к тем. кто поступает к нам в запушенной 3—4 стадии. В год таких пациентов бывает около 10 — 15 человек, когда приходят с развалившейся, с кровоточащей мои оперируем, но... прогноз уже сомни

тельный. Поэтому не упускайте драгоценное время, обращайтесь к врачам, и вместе вы справитесь с любым недугом.

Светлана КУЗНИК. На снимке: А.П. Рябова.

Фото автора.

#### **ИГРОМАНИЯ**

## Тройка, семерка, туз...

вые заглянувший в салон, ис-

пытывает желание многое по-

пробовать. Все начинается с

небольших ставок, поэтому

мыслей о возможных растра-

тах не возникает. На этом и

роки в самом деле не испыты-

вают особой тяги и приходят в

салоны время от времени по-

щекотать нервы. Никаких из-

менений ни в психике, ни в

ности, ни в семейных отноше-

гория лиц. для которых лишь

нов прекрасно видят таких лю-

лей и ненавязчиво предлагают

Но существует такая кате-

профессиональной деятель-

ниях у них не происходит.

Понятно, что некоторые иг-

держится доход владельцев.

**Никогда не думал, что меня затянет эта трясина. Раньше** заться и в самом деле сложно. я не понимал людей, готовых ощущать в себе избыток адреналина еще и еще. Игровые салоны, карты,

компьютерные забавы... Сколько я слушал таких историй и всегда усмехался, а вот теперь и сам оказался перед чертой. Это как наркотик: хочется все больше и больше. Стоит только один раз попробовать, а если еще и удача улыбнулась, тогда вообще пропал. Но и при

отрицательном результате пробуешь еще и еще: а вдруг получится?.. Но получилась лишь уйма долгов и самое страшное - я чувствую жуткую зависимость от всяких игр. Не могу остановиться, прекрасно понимая, что закончится это скверно, если уже не закончилось...

Это исповедь одного моего пациента. Наверное, каждый из нас в своей жизни испытывал азарт. Если в игре везет, то, конечно, хочется попробовать еще, а если нет, то еще больше хочется отыграться. И начинается зависимость.

Такое состояние имеет медицинское название "людомания", то есть патологическая склонность к азартным играм. Как ни странно, активизируется она во время стрессов, когда человек испытывает непреодолимую тягу выплеснуть избыток отрицательных эмоций.

В первое время игрок может контролировать свое поведение, но потом азарт застилает здравый смысл — и остановиться невозможно. Вне игры человек начинает чувствовать себя беспомощным, особенно когда приходится принимать реальные решения. Он идет на все, чтобы добыть деньги, и чаще всего совершает преступления.

Заметьте, как профессионально с психологической точ- одно посещение салона прики зрения оборудованы наши водит к отрицательному реигровые салоны. Изначально зультату. И сотрудники салоставится задача — создать атмосферу "неотвлекаемости". Как правило, человек, впер- им условия, от которых отка-

человек уже не представляет жизни без игры Бывает, что родственники и коллеги совершенно случайно узнают о пристрастии человека к играм. Чаще всего это заметно снижает качество про-

> вило, не помогают, и игрок изобретает все новые способы получения средств на игру. Причина этого расстройства до конца еще выяснена. Есть предположения, имеют особенное значение воспитание ребенка и его личностные черты. Важную роль играют и генетические

Со временем это затягивает, и

фессиональной деятельности.

Разговоры по душам, как пра-

факторы, то есть если родители отличались неуемной страстью к азартным играм, то высока вероятность, что и ребе-

нок повторит их опыт. Иногда причиной является и расстройство эмоций, то есть скрытая депрессия, мания, тревога, о существовании которых пациент может не подозревать.

Обычно за помощью к врачу игроки не обращаются и до последнего пытаются наладить свой финансовый и психологический комфорт всеми доступными средствами. Они не считают свое состояние болезнью. Тем не менее вовремя начатое лечение этой мании приносит положительные результаты. В большинстве слу-

Александр ЕРОХИН. Врач-психиатр областной психиатрической больницы.

"Уродились мои бобы и крупны, и велики, на все доли, на старых и малых", — поговаривали крестьяне еще во времена Ярослава Мудрого.

#### С ОСЕННЕЙ ГРЯДКИ

## Остаться на бобах

С той древнейшей поры на долгие столетия бобовые служили хорошим подспорьем к хлебу и кашам.

Современные ученые подтверждают, что по содержанию легкоусваиваемых белков бобы не имеют соперников среди огородных растений. Правильно приготовленные бобы хорошо усваиваются, пополняя дефицит не только белка, но и микроэлементов. В бобах нет холесте-



рина. Все говорит о том, что этот продукт просится на стол к больным диабетом, гипертонией, ишемией миокарда, страдающим железодефицитной анемией.

Кроме того, бобы содержат волокна, которые быстро насыщают организм и создают чувство сытости. Эти волокна заставляют интенсивно работать и кишечник. Если бобы вызывают вздутие кишечника, сливайте воду, в которой замачивали бобы, вновь залейте чистой водой и варите на медленном огне, не закрывая крышкой. При варке воды должно быть в 3—4 раза больше, чем бобов,

Фасоль по своим пищевым достоинствам тоже не уступает бобам. Сырую фасоль употреблять нельзя, поскольку в ней содержится вредный гликозид фазин. В процессе же варки он разрушается. В народной медицине отвар фасоли рекомендуют пить при заболеваниях почек и мочевого пузыря. От камней в почках применяют отвар сухих листьев фасоли.

Если различные блюда из фасоли более-менее известны, то бобы еще не стали традиционными в нашем меню, поэтому обратите внимание на такой интересный рецепт.

Бобы зеленые в сметане. Для этого возьмите 300 граммов бобов, 100 — репчатого лука, столько же сметаны, 20 граммов растительного масла. Соль по вкусу. Отварим в течение 5 минут бобы в подсоленной воде, откинем их на сито. Лук мелко нарежем и слегка прожарим в растительном масле, после чего смешаем с отваренными бобами. Зальем сметаной и прокипятим 3 минуты. Подается это блюдо горячим. Оно выглядит очень нарядно, если вы его приготовите в глиняных горшочках, но горшочки не надо закрывать крышкой. И еще. Проследите, чтобы на сметане образовалась румяная корочка.

Итак, бобы в сметане готовы и могут служить украшением вашего осеннего стола. Так что не всегда старая народная поговорка "остаться на бобах" имеет отрицательный оттенок.

м. юрова.

#### Внимание!

К сведению руководителей предприятий, учреждений, организаций, индивидуальных и частных предпринимателей, занимающихся спортивной и физкультурнооздоровительной деятельностью, а также предоставляющих населению физкультурно-оздоровительные услуги на коммерческой осно-

вопросы медицинского обеспечения и указанных видов деятельности, включая контроль за здоровьем занимающихся и адекватностью нагрузки, должны быть согласованы с Орловским областным врачебно-физкульмындут диспансером (г. Орел, ул. Ленина, 9). Телефоны для справок:

76-32-91, 76-36-10

#### ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

Боярышник — иначе боярка, глодь, барыня. Родовое название боярышника произошло от греческого слова, обозначающего «сильный», «крепкий». Это название боярышник получил за свою выдающуюся долговечность, ведь дерево может прожить до 400 лет! Боярышник стоек к неблагоприятным условиям, крепок, имеет твердую древесину и опасные шипы.

Отношение людей к боярышнику различное. Например, жители Бурятии до сих пор с заклинаниями размахивают над колыбелькой заболевшего ребенка веткой шиповника или боярышника. А у древних кельтов, напротив, боярышник — дерево зла и тьмы. В Молдавии его тоже считают воплошением зла, полагая, что причиной всех нарывов и опухолей на ногах служит боярышник. Всем не угодишь.



боярышник применялся при сердцебиениях, бессоннице. Плоды его широко употреблялись в пищу в свежем виде, а также в виде муки, приготовленной из высушенных и размолотых плодов. Из этой муки выпекался хлеб слегка сладковатого вкуса.

Интересно, что во время Великой Отечественной войны плоды боярышника заменяли некоторые сердечные средства. Применяется он и сегодня: цветки и плоды при ослаблении сокращения сердечной мышцы. Они усиливают кровообращение в сосудах мозга и сердца, понижают возбудимость центральной нервной системы, улучшают сон.

В домашних условиях можно приготовить настой из расчета одна чайная ложка цветков или одна столовая ложка плолов на стакан воды. Принимают такой настой по половине стакана 2— 3 раза в день перед едой.

Можно попробовать приготовить и такой рецепт: хвощ полевой — 20 г, горец птичий — 30 г, боярышник кроваво-красный — 50 г. Принимать по трети или четверти стакана 3-4 раза в день при учащенном сердцебиении, раздражительности. бессоннице.

Интересен и такой травяной сбор: корни радиолы розовой, плоды шиповника по 20 граммов, листья крапивы двудомной, плоды боярышника — по 15 граммов, травы зверобоя продырявпенного — 10 граммов. Принимайте настой по трети стакана 2-3 раза в день в качестве тонизирующего сред-

Я думаю, каждый со мной согласится: боярышник красив своей яркой корой, обилием листьев, крупными душистыми соцветиями, и, конечно же, нарядными плодами. А потому его часто высаживают в качестве живой изгороди: и красиво, и защита хороша, не каждый полезет на его острые колючки.

А, кроме того, боярышники прекрасные медоносы. Мед, собранный с их цветков, славится нежным ароматом и целебными свойствами.

Так как теплые осенние дни в нынешнем году затянулись. боярышник можно собирать и сейчас

С. СВЕТЛОВА.

Полосу подготовила Ирина ПОЧИТАЛИНА.