

lumea mea



REZULTATELE CAMPANIEI
SOCIALE „ÎMPREUNĂ PENTRU
VIAȚĂ!”, PRILEJUITĂ ZILEI
INTERNAȚIONALE DE
COMBATERE A CONSUMULUI ȘI
TRAFICULUI ILICIT
DE DROGURI - 26 IUNIE

ALEXANDRA VOLGHIN: UITAȚI-
VĂ LA MINE - VOI AVEA 40 DE ANI
ANUL VIITOR. E INCREDIBIL!

FIALCOVSCHI FIODOR: ÎMI
DORESC FOARTE MULT SĂ
OBTIN O EXPERIENȚĂ POZITIVĂ,
PENTRU CĂ PÂNĂ ACUM AM
AVUT PARTE DOAR DE UNA
NEGATIVĂ

cuprins

IULIE-SEPTEMBRIE 2018



6



14



16



21

Știri

- 5 O femeie din Moldova, din cauza neglijenței medicale, a fost lipsită de posibilitatea de a avea copii. Acum ea va primi despăgubire pentru daunele morale în mărime de 800.000 lei
- 5 Un fost deținut al Penitenciarului nr. 13 va primi o despăgubire în valoare de 100.000 lei pentru faptul că a fost supus torturii

Advocacy Comunitar

- 6 Rezultatele campaniei sociale: „Împreună pentru Viață!”, prilejuate Zilei Internaționale de Combattere a Consumului și Traficului Illicit de Droguri

Sănătatea sexual-reproductivă

- 12 Micile probleme. Cea mai esențială informație despre cauzele, simptomele și tratamentul cistitei

Copiii noștri

- 14 Copil foarte activ. Întrebări rușinoase despre sindromul hiperactivității și deficitului de atenție la copii

Sfaturile psihologului

- 16 Îl pierdem. 6 semne că vă stricați relația cu copilul dumneavoastră

Rubrica juristului

- 18 Cine este vinovat și cum trebuie de procedat. Avocata Institutului pentru Drepturile Omului din Moldova se pronunță asupra celor mai frecvente încălcări ale drepturilor pacienților

Istории de viață

- 21 Cum trăiesc persoanele cu dizabilități în Transnistria? Trei istorii reale

Asupra ediției au lucrat
Redactor principal, jurnalist Elena Derjanschi
Traducere versiune rusă în limba română Rotari Marina
Design, tipar IS „Tipografia Centrală”
Tiraj 1523 exemplare

 Inițiativa
POZITIVĂ

Adresa redacției: Republica Moldova, mun. Chișinău, str. Independenței 6/2,
Asociația Obștească „Inițiativa Pozitivă”, Tel.: +373 22 00 99 74
www.positivepeople.md
f <https://www.facebook.com/initiativapozitiva/>
g <https://ok.ru/initiativapozitiva>

Oaspetele ediției

- 28 Alexandra Volghin: Uitați-vă la mine – voi avea 40 de ani anul viitor. E incredibil!
- 32 Bruse Richman, fondatorul campaniei „N=N, Nedetectabil = Netransmisibil”: pe parcursul a câtorva ani, pentru întreaga campanie noi am cheltuit apx. 100.000 USD, dar această sumă este mult prea mică și insuficientă

Totul despre hepatită

- 34 Boală fără simptome. Tot ce-i mai important despre cancerul hepatic

Viața fără droguri

- 37 În Olanda timp de 18 ani funcționează camerele de consum de droguri în siguranță. Pe parcursul acestei perioade de timp, nicio persoană nu a decedat din cauza supradozajului
- 40 Arina Korzhikova: Astăzi pot curajos să recunosc că eu, ca mama unui consumator de droguri, am trecut prin cele șapte cercuri ale infernului

Fața de pe copertă

- 44 Fialcovschi Fiodor: Îmi doresc foarte mult să obțin o experiență pozitivă, pentru că până acum am avut parte doar de una negativă

Viața după gratii

- 48 5 motive pentru a trece un curs de reabilitare în Comunitatea Terapeutică „Catharsis” din cadrul Instituției Penitenciare nr. 9 Pruncul



Materialul a fost elaborat și tipărit în cadrul Programului „Fortificarea Controlului Tuberculozei și Reducerea Mortalității SIDA în Republica Moldova 2018-2020”, finanțat de Fondul Global pentru Combaterea SIDA, Tuberculozei și Malariei (Grantul MDA-C-PCIMU). Recipient Principal - Instituția Publică „Unitatea de Coordonare, Implementare și Monitorizare a Proiectelor în Domeniul Sănătății” (IP UCIMP DS), Sub-Recipient – A.O. „Inițiativa Pozitivă”. Materialul nu poate fi distribuit în afara teritoriului Republicii Moldova și nu poate fi comercializat. Donatorii nu poartă responsabilitate pentru conținutul acestui material. DISTRIBUIRE GRATUITĂ. Chișinău, 2018

Experiența Moldovei a fost inclusă în cadrul Compendiului celor mai bune practici din sistemul de sănătate ca răspuns la epidemia HIV în Regiunea Europeană

Organizația Mondială a Sănătății (OMS) a elaborat un ghid / compendiu al celor mai bune practici în sistemul de sănătate ca răspuns la epidemia HIV în Regiunea Europeană a OMS. În cadrul acestuia, de asemenea, a fost inclusă și experiența Moldovei în furnizarea / oferirea de servicii de reducere a riscurilor pentru populațiile-cheie, care sunt finanțate din sursele Centrului Național de Asigurări în Medicină (CNAM).

Conform datelor publicate, numărul cumulativ al cazurilor HIV, înregistrate în Moldova la sfârșitul anului 2017 a fost de 11.877 (cifra cuprinde inclusiv și numărul persoanelor HIV-pozitive decedate – nota redacției). Dintre acestea, 3.728 au fost înregistrate în Transnistria. Prevalența HIV în republică este de 0,20%. Epidemia HIV este concentrată în trei grupuri-cheie: consumatorii de droguri injectabile, bărbații care practică sex cu bărbați și lucrătoarele sexului comercial.

Până în anul 2017, serviciile de reducere a riscurilor au fost finanțate

exclusiv din resursele financiare ale Fondului Global pentru Combaterea SIDA, Tuberculozei și Malariei. În conformitate cu planul de tranziție la finanțarea de stat, după negocieri îndelungate, în anul 2017, Compania Națională de Asigurări în Medicină a alocat organizațiilor neguvernamentale două granturi pentru finanțarea serviciilor de reducere a riscurilor.

Căștigătoare au fost desemnate două organizații – A.O. „Inițiativa Pozitivă”, care a primit 47.600 euro pentru a acoperi cu servicii 718 beneficiari, inclusiv bărbați care practică sex cu

bărbați, lucrătoare ale sexului comercial și persoane care consumă droguri injectabile; și A.O. „Tinerii pentru Dreptul la Viață”, care au primit un grant de 48.000 de euro pentru a acoperi 1.000 de beneficiari, și anume persoane care consumă droguri.

Potrivit opiniei autorilor acestui raport, este prea devreme pentru a vorbi despre eficiența acestei practici, dar se preconizează ca incidența HIV în rândul populației să scadă datorită acoperirii sporite a grupurilor-cheie cu servicii.

Oamenii de știință de la Institutul din Singapore au găsit leacul pentru tratamentul cancerului la ficat

Un grup de oameni de știință din diferite țări au efectuat o serie de cercetări în baza Institutului din Singapore și au creat un preparat unic. Acest medicament, potrivit experților, poate lupta eficient împotriva cancerului hepatic.

Medicamentul în cauză este capabil să oprească dezvoltarea carcinomului hepatocelular, care este un cancer de ficat ce se dezvoltă foarte rapid. Persoanele care sunt diagnosticate cu această boală decedază în medie peste 11 luni.

Potrivit publicației „Medical Express”, oamenii de știință au creat medicamentul în baza proteinei SALL4, care cauzează creșterea tumorilor atunci când interacționează cu alte proteine. Experții au dezvoltat o biomoleculă specială care poate bloca legătura

dintre SALL4 și alte proteine, care în rezultat duce la moartea celulelor tumorale. Se menționează că noul preparat practic nu are efecte secundare (adverse).

Până în prezent, pentru tratamentul cancerului hepatic, medicii

prescriu pacienților terapia cu medicamentul „Sorafenib”. Din păcate, acest medicament prelungeste, de obicei, supraviețuirea cu numai 3 luni și provoacă numeroase efecte secundare.

Anual, peste 600.000 de persoane din întreaga lume mor din cauza carcinomului hepatocelular (CHC). CHC este al șaselea la număr ca fiind cea mai frecventă tumoare malignă din lume. Este pe locul cinci în ceea ce privește frecvența în organismul uman la bărbați și pe locul opt - la femei. De asemenea, CHC este pe locul trei ca frecvență de deces din cauza cancerului, după cancerul pulmonar și de stomac. Principalii factori de risc pentru dezvoltarea CHC este infecția cronică cu virusurile hepatice B sau C.



O femeie din Republica Moldova, din cauza unei neglijențe medicale, a fost lipsită de posibilitatea de a avea copii. Acum ea va primi despăgubire morală în mărime de 800.000 lei.

Ofemeie din Republica Moldova va primi 800.000 lei (aproximativ 42.000 de euro) drept despăgubire pentru daunele morale ca urmare a neglijenței medicale. Din materialele acestui caz, care au fost publicate pe site-ul Institutului pentru Drepturile Omului (IDOM) rezultă că în anul 2014 o tânără pacientă a fost internată într-un spital din republică cu plângeri de dureri abdominale acute.

Ca rezultat al examinării, domnișoara a fost diagnosticată cu sindromul „abdomenului acut” și cu obstrucție intestinală. Medicii au decis să efectueze o intervenție chirurgicală de urgență.

În ciuda faptului că ecografia a arătat inclusiv și unele boli ginecologice, ginecologul nici nu a consultat pacienta.

În timpul operației, trei chirurghi au determinat sursa de infecție în domeniul ginecologiei și au invitat în sala de operație un ginecolog, care a decis să efectueze o anexectomie bilaterală - o intervenție chirurgicală, în timpul căreia sunt îndepărtate: uterul, trompele uterine și ovarul.

În declarațiile ulterioare ale chirurgilor s-a constatat că decizia de a îndepărta trompele și ovarele aparține ginecologului, iar ceilalți chirurghi l-au susținut. Ginecologul a afirmat însă că nu a fost implicat în diagnosticarea pacientei înainte de operație. O astfel de intervenție chirurgicală a provocat debutul precoce al menopauzei și infertilitatea completă la pacientă.

În timpul studierii cazului s-a constatat că înainte de operație pacienta

nu a fost informată despre posibilele riscuri și nu i s-a luat acordul în scris privind efectuarea operației, chiar dacă ea era în stare conștientă.

Permișiunea pentru operație a fost luată de la mama ei, în timp ce aceasta din urmă nu a fost avertizată că fiicei sale îi vor fi îndepărtate organele genitale feminine interne.

În anul 2017, pacienta și mama acesteia au acționat în judecată instituția medicală, cerând despăgubiri morale și materiale. Expertiza judiciară independentă a constatat

că decizia de a efectua anexectomie a fost nejustificată, iar instanța a dispus o hotărâre prin care obligă instituția medicală să plătească reclamantei 800.000 lei pentru prejudiciul moral și 14.328 lei drept pagube materiale. Apărătorii reclamantei intenționează să atace această decizie la Curtea de Apel, deoarece, în opinia lor, această sumă este mult prea mică pentru a compensa prejudiciul suferit.

Cazul a fost examinat de către dna Olesia Doronceanu, avocata Institutului pentru Drepturile Omului din Moldova.



Un fost deținut al Penitenciarului nr. 13 va primi o despăgubire în valoare de 100.000 lei pentru faptul că fost supus torturii.

Judecătoria sectorului Buiucani din Capitală a satisfăcut parțial cererea fostului deținut, Bogdan Alexandru, împotriva foștilor gardieni ai instituției penitenciare și fostului șef adjunct al Penitenciarului nr. 13 din Chișinău.

Acuzații vor fi nevoiți să-i plătească lui Bogdan Alexandru daune morale în mărime de 100.000 lei, transmite forum.md.

Reclamantul a acționat în judecată trei angajați ai Administrației Naționale a Penitenciarelor (ANP) cu cererea de a i se recupera daunele morale în mărime echivalentă cu cele acordate de către Curtea Europeană a Drepturilor Omului în astfel de cazuri.

Cererea privind despăgubirile morale a fost depusă după ce Curtea Supremă de Justiție a respins recursul învinuitorilor de tortură împotriva deciziei Camerei de recurs, adoptată la data de 1 decembrie 2015.

Potrivit deciziei Curții de Apel, colaboratorii ANP au fost recunoscuți vinovați, unul dintre acuzați a fost condamnat la 4 ani de închisoare, alții doi au fost condamnați la câte 3 ani

de detenție.

Curtea de Apel a mai constatat că folosirea forței fizice împotriva lui Bogdan Alexandru nu a fost justificată.

Amintim că în august 2013, Bogdan Alexandru a fost torturat de către trei angajați ai ANP, care l-au lovit cu mâinile, picioarele și cu băta.

Acest lucru s-a întâmplat în cadrul Instituției Penitenciare nr. 13 din Chișinău.

Rezultatele campaniei sociale „Împreună pentru Viață!”, prilejuate Zilei Internaționale de Combatere a Consumului și Traficului Ilcit de Droguri – 26 iunie

Perioada desfășurării:
14 iunie - 14 iulie 2018

Organizatori: Direcția Antidrog a Inspectoratului General al Poliției și Asociația Obștească „Inițiativa Pozitivă”

Sub egida Comisiei Naționale ANTIDROG

În parteneriat cu: Ministerul Sănătății, Muncii și Protecției Sociale; Ministerul Justiției; Ministerul Afacerilor Interne; Ministerul Educației, Culturii și Cercetării.

În colaborare cu: Administrația Națională a Penitenciarelor; Inspectoratul General al Poliției; Inspectoratul Național de Probațiune; IMSP „Spitalul de Dermatologie și Maladii Comunicabile”; IMSP „Dispensarul Republican de Narcologie”; Direcția Sănătate a Consiliului Municipal Chișinău; Centrul de Sănătate Publică din municipiul Chișinău; UNAIDS Moldova; UNODC Moldova; Agenția Națională de Sănătate Publică; Centrele Prietenoase Tinerilor; A.O. CI „Zdorovoie Budushee” (Tiraspol); A.B. „Miloserdie” (Bender); A.O. CI „Trinită” (Rîbnița); A.O. „Pentru prezent și viitor” (Chișinău); A.O. „Pas cu Pas regiunea Sud” (Cahul); A.O. „ADEPT” (Comrat); CSR „Împreună

pentru Viață” (Comrat); CSR „Renașterea” (Chișinău); Asociația „Pro-mo-LEX” (Chișinău); CCF Moldova (Chișinău); A.O. „IDOM” (Chișinău); Club TACTICS, sub patronajul Asociației de Paintball ACP MOLDOVA; U-Report sub egida Consiliul Național al Tineretului din Moldova (CNTM); Bercut Fight Club; Rețeaua de Farmacii „Felicia”; Clubul „Terra Valahia”; A.O. „Sporter”.

Cu suportul financiar al: UNICEF și IP „UCIMP” DS.

DESPRE CAMPAНИЕ

În fiecare an, începând din anul 1987, la data de 26 iunie, toate țările



ÎMPREUNĂ PENTRU VIAȚĂ

26 iunie

Ziua Internațională împotriva Consumului și Traficului Ilcit de Droguri



Materialul a fost elaborat și tipărit în cadrul Programului „Fortificarea Controlului Tuberculozei și Reducerea Mortalității SIDA în Republica Moldova 2018-2020”, finanțat de Fondul Global pentru Combaterea SIDA, Tuberculozei și Malariei (Grantul MDA-C-PCIMU). Recipient Principal - Instituția Publică „Unitatea de Coordonare, Implementare și Monitorizare a Proiectelor în Domeniul Sănătății” (IP UCIMP DS), Sub-Recipient - A.O. „Inițiativa Pozitivă”.

Materialul nu poate fi distribuit în afara teritoriului Republicii Moldova și nu poate fi comercializat. Donatorii nu poartă responsabilitate pentru conținutul acestui material. DISTRIBUIRE GRATUITĂ. Chișinău, 2018



membre ale Organizației Națiunilor Unite au marcat Ziua Internațională împotriva Consumului și Traficului Ilicit de Droguri. Deja de câțiva ani, la nivel național, la data de 26 iunie se organizează diferite activități de informare, conștientizare și educare a populației cu privire la problematica drogurilor în Republica Moldova, pentru marcarea Zilei Internaționale împotriva Consumului și Traficului Ilicit de Droguri.

Anul acesta, 26 iunie, ziua de combatere a consumului și traficului ilicit de droguri a fost recunoscută pentru prima dată printr-o decizie relevantă a Guvernului Republicii Moldova ca o zi marcantă la nivel național.

În acest sens, în perioada 14 iunie – 14 iulie 2018 în Republica Moldova au fost desfășurate o serie de evenimente prilejuite zilei de 26 iunie.

În cadrul campaniei, în 6 orașe ale Moldovei (Chișinău, Comrat, Cahul, Tiraspol, Rîbnița și Bender) au fost organizate și desfășurate diverse evenimente cu caracter informativ, printre care: training-uri pentru tineri, activități sportive, cursuri de informare cu caracter profilactic pentru părinți, întâlniri cu reprezentanții comunității CDI, flash-mob-uri și live-uri în rețelele de socializare.





Scopul campaniei din acest an - consolidarea interacțiunii dintre factorii de decizie și atragerea atenției publicului larg asupra soluționării problemelor legate de consumul de droguri, alternativa la pedeapsă pentru persoanele care suferă de dependență de droguri, sporirea gradului de informare a populației generale, în special în rândul tinerilor / adolescenților referitor la prevenirea, tratamentul și eficiența economico-socială a tratamentului contrapuz încălcării, precum și fortificarea capacităților organizațiilor active în domeniul HIV în oferirea serviciilor sensibile la tineri și la parentingul pozitiv.

ACTIVITĂȚILE

Spoturi video sociale

În cadrul campaniei „Împreună pentru Viață!” au fost elaborate două spoturi video ale căror protagoniști sunt copii, adolescenți, precum și persoane care au experiență în domeniul consumului de substanțe psihoactive.

Scopul principal al acestor spoturi video este de a arăta relația existentă în familie, relația dintre părinți și copii, riscul dezvoltării dependenței, precum și alte situații periculoase. Spoturile

au fost elaborate după principiul unui interviu.

Materialele video au fost și sunt în continuare difuzate în rețelele-inter-net, precum și pe resursele partenerilor media.

Training-uri tematice

În perioada campaniei, au fost desfășurate activități de instruire / training-uri în domeniul parentingului pozitiv și în prevenirii comportamentelor riscante în rândul adolescenților / tinerilor.

Acestea au avut loc în cadrul Centrelor de Sănătate Prietenoase Tinerilor și instituțiile penitenciare din republică.

Scopul: de a învăța părinții cum să practice abilitățile parentingului pozitiv, iar copiii și adolescenții - cum să distingă situațiile riscante, pentru a avea un comportament corect în cazul în care se vor ciocni cu asemenea situații, precum și de a construi viața în așa fel încât să se atingă obiectivele și succesele dorite, fără a recurge la un comportament riscant.

Ședințe de lucru

Tradițional, în perioada campaniei au fost desfășurate ședințe de lucru cu





participarea reprezentanților comunității, reprezentanților structurilor de stat și persoanelor de decizie, organizate cu scopul de a discuta mai multe aspecte legate de consumul de droguri, printre care: decriminalizarea consumului de droguri, reducerea nivelului de stigmă și discriminare față de persoanele dependente de consumul de droguri sau cele care s-au confruntat cu această dependență în trecut, precum și prevenirea timpurie a comportamentului riscant în rândul copiilor și adolescenților prin prisma parentingului pozitiv și consolidarea relațiilor axate pe încredere în familie.

Membrii clubului au prezentat niște exerciții demonstrative. De asemenea, în zona sportivă a fost și o prezentare de Laser Tag ca una din direcțiile unei odihne active. Activitatea a fost prezentată de către Clubul TACTICS, care activează sub patronajul Asociației de Paintball ACP MOLDOVA.

Zona medicală - în care fiecare doritor a avut posibilitatea să-i fie măsurată tensiunea, înălțimea și greutatea, precum și să consulte medicul-narcolog și psihologul cu privire la tratamentul dependenței de droguri.

Zona pentru copii - special pentru copii în zona respectivă erau animatori. Picioarele s-au jucat în diferite jocuri intelectuale, au desenat, au colorat, precum și au confecționat, cu mâinile proprii, împreună cu părinții adevărate căsuțe pentru pășări.

Zona de testare HIV și sifilis - pe parcursul întregii manifestări orice doritor a putut trece un test expres la HIV sau sifilis în bază de sânge capilar. Testarea s-a efectuat absolut gratuit, anonim și confidențial.

Acțiunea „Împreună pentru Viață!”

La data de 07 iulie 2018, în Piața Marii Adunări Naționale a fost desfășurată acțiunea „Împreună pentru Viață!”, prilejuită Zilei Internaționale de Combateră a Consumului și Traficului Illicit de Droguri.

În această zi, pentru toți doritorii au funcționat câteva zone de divertisment:

Zona sportivă - în care au participat luptătorii clubului „Bercut Fight Club”, precum și reprezentanții Federației Naționale Sportive de Armwrestling.





Zona de informare despre serviciile de reabilitare și psihosociale pe care le oferă organizația „Inițiativa Pozitivă”. Aici a fost prezentat complexul de servicii prestate de organizație persoanelor consumatoare de substanțe psihoactive, precum și anturajului lor.

Zona de prezentări - aici au fost expuse mașinile cu destinație specială ale Inspectoratului General de Poliție. Colaboratorii IGP au vorbit celor interesați despre munca lor și despre serviciile pe care le prestează.

Cel mai strălucit moment al acțiunii a fost apariția Gărzii de Onoare a Armatei Naționale a Republicii Moldova. Membrii gărzii de onoare și-au demonstrat abilitățile de utilizare a armelor, au mărșăluit frumos și chiar au tras câteva focuri de arme în aer cu ocazia zilei internaționale marcate.

Transmisiuni tematice online (live-uri)

Pe durata campaniei, pe pagina de Facebook a asociației „Inițiativa Pozitivă” au fost difuzate două live-uri pe următoarele tematici:

Adolescenții – necesitățile și riscurile acestora;

„Parentigul pozitiv” – o nouă metodă de educare a unor copii fericiți.





În cadrul acestor live-uri, oaspeții și spectatorii au avut posibilitatea să discute pe marginea unor teme importante, cum ar fi: prevenirea comportamentelor riscante, legătura dintre relațiile în familie și dezvoltarea adolescentului.

Mediatizarea campaniei

Pentru a asigura o acoperire media maximă cu privire la activitățile derulate în cadrul campaniei, în calitate de parteneri media au fost implicați următorii parteneri: compania „Simpals”, platformele: allmoldova și Locals, posturile de televiziune: TV8, TVR.

Rezultatele

În perioada derulării campaniei, șapte organizații din opt regiuni ale Republicii Moldova au desfășurat circa 54 de evenimente diferite. Datorită eforturilor comune, am reușit să implicăm în procesul de desfășurare a evenimentelor campaniei peste 4.000 de persoane și să informăm circa 44.000 de persoane.

Mulțumim tuturor și fiecărei persoane în parte care a participat în cadrul campaniei „Împreună pentru Viață!” și a contribuit personal la desfășurarea unui șir de evenimente atât de importante. Împreună într-adevăr vom putea schimba foarte multe lucruri! ■



Micile probleme.

Cea mai esențială informație despre cauzele, simptomele și tratamentul cistitei

Potrivit statisticilor, jumătate dintre femei, cel puțin o dată în viață, au suferit de cistită. Iar fiecare a zecea femeie se confruntă în mod inevitabil cu reapariția bolii. Astăzi o să vă relatăm cele mai importante lucruri despre cistită, inclusiv cum să o tratați.

CE ESTE CISTITA?

Cistita este o afecțiune când se inflamează peretele vezicii urinare. Cistita în sine nu este o boală gravă, aceasta este însoțită de niște simptome foarte neplăcute și poate duce la complicații, dacă nu este tratată la timp.

În cele mai multe cazuri, cistita este cauzată de o infecție bacteriană. În formă ușoară, boala va trece de sine stătător timp de câteva zile. Dar dacă după 4 zile cistita nu a trecut este necesar să vă adresați la medic și să începeți tratamentul cu antibiotice.

Cistita apare atunci când în uretră și vezica urinară pătrund bacterii. Anume bacteriile provoacă iritarea și inflamarea organelor pelvine.

Cistita afectează persoanele de ambele sexe și de toate vârstele. Dar este mai frecventă la femei din cauza caracteristicilor fiziologice ale uretrei.

Aproximativ 80% din numărul total al cazurilor de cistită, aceasta este cauzată de bacteriile din intestin, care din diverse motive pătrund în tractul urinar. Majoritatea acestor bacterii fac parte dintr-o floră intestinală sănătoasă, dar odată ce pătrund în spațiul steril al uretrei și vezicii urinare, acestea pot provoca o cistită.

SIMPTOME:

- Urme de sânge în urină;
- Urină întunecată, tulbure sau cu un miros puternic;

- Disconfort sau durere deasupra osului pubian, în partea inferioară a spatelui sau abdomenului;
- Senzație de usturime în timpul urinării;
- Urinare frecventă sau senzație urgentă de micțiune;
- Dificultăți în eliminarea urinei, eliminarea lichidului în cantitate mică;

La vârstnici, cistita poate fi însoțită de febră și slăbiciune.

Copiii care se îmbolnăvesc de cistită pot avea vomă și pot simți o slăbiciune totală a corpului.

CUM APARE CISTITA?

De regulă, inflamația peretelui vezicii urinare este cauzată de bacterii. Anume acestea duc la apariția cistitei. Cu toate acestea, unii factori de risc, de asemenea, pot duce la apariția acestei boli. Aceștia sunt:





- Utilizarea tampoanelor;
- Utilizarea cateterului urinar (în special pentru o perioadă lungă de timp);
- Utilizarea diafragmei (de cauciuc sau latex în formă de cupolă (calotă) cu un resort flexibil) ca metodă de contracepție;
- Devastarea incompletă a vezicii urinare. Acest lucru este tipic pentru femeile gravide și bărbații a căror prostată este mărită;
- Creșterea apetitului sexual (contacte sexuale frecvente);
- Boli ale rinichilor și ale vezicii urinare;
- Radioterapia;
- Menopauza (scăderea nivelului de estrogen în corpul unei femei).

TRATAMENTUL

Dacă cistita nu trece în decursul a câteva zile, medicul va prescrie antibiotice. Tratamentul standard, conceput pentru 7-10 zile, va ajuta la reducerea / diminuarea simpto-

melor neplăcute ale cistitei. Dacă, după terminarea tratamentului simptomele nu au dispărut, trebuie neapărat să consultați un medic. Posibil că medicul o să vă prescrie un tratament suplimentar. Dacă cistita apare în timpul sarcinii, tratamentul trebuie început cât mai curând posibil.

Acest lucru este relevant și în cazul persoanelor vârstnice, deoarece acestea prezintă un risc mai mare în vederea apariției complicațiilor.

În timpul tratamentului este important să renunțați la alcool și contacte sexuale. Pentru a reduce simptomele și a accelera procesul de tratare, trebuie să consumați mult lichid, de preferință apă purificată.

ESTE POSIBIL DE A PREVENI APARIȚIA CISTITEI?

Bineînțeles că da. Pentru a vă proteja, respectați câteva reguli importante:

- Întotdeauna faceți duș după fiecare contact sexual;
- Folosiți doar produse speciale pentru igiena intimă;
- Nu răbdați atunci când doriți

să mergeți la toaletă și goliți-vă întotdeauna vezica urinară;

- Nu purtați lenjerie intimă îngustă, precum și pantaloni sau sorți strâmți;
- Cumpărați doar lenjerie de corp din bumbac;
- După vizitarea toaletei, utilizați întotdeauna o hârtie igienică moale, folosind-o corect: de sus în jos, și nu invers.
- Utilizați în timpul sexului un lubrifiant pe bază de apă;
- Dacă utilizați un cateter - consultați un medic sau o asistentă medicală despre faptul cum să reduceți riscul de a dezvolta o cistită.

Din păcate, cistita va apărea absolut la fiecare femeie, cel puțin o dată în viață. Prin urmare, trebuie să fim atenți la igiena organelor sexuale. În ceea ce privește bărbații, în cazul lor, boala poate duce la consecințe mai grave. În orice caz, dacă aveți simptome de cistită - consultați imediat un medic. Nu vă ocupați de autotratament! ■

Copil foarte activ.

Întrebări rușinoase despre sindromul hiperactivității și deficitului de atenție la copii

In lume, mai mult de 6 milioane de copii trăiesc cu sindromul hiperactivității și deficitului de atenție. Potrivit datelor prezentate de Centrul American pentru Controlul și Prevenirea Bolilor (Centers for Disease Control and Prevention), numărul copiilor cu acest diagnostic la nivel mondial crește în fiecare an cu 5% (date din 2005 până în 2011). Experții subliniază faptul că diagnosticul, cel mai adesea, nu provoacă nicio îngrijorare copiilor înșiși. Însă foarte mult acesta este neplăcut celor din jur, adulților. Astăzi vom răspunde la cele mai frecvente întrebări, uneori chiar rușinoase despre acest sindrom.

COPILUL MEU ÎNTOTDEAUNA UNDEVA ALEARGĂ, NU POATE STA ÎN ACELAȘI LOC NICI CINCI MINUTE, DIN ACEASTĂ CAUZĂ PERMANENT CADE ȘI CU EL SE ÎNTÂMLĂ DIFERITE SITUAȚII NEPLĂCUTE. ACEASTA ESTE O HIPERACTIVITATE, NU?

Poate da, poate nu. Faptul este că nu există teste de sânge sau alte examinări medicale prin care putem cu o precizie de până la 100% diagnostica hiperactivitatea. De obicei, acest diagnostic este stabilit de către medic după o îndelungată examinare și observație a copilului sau a adolescentului. Cel mai adesea, acest diagnostic este stabilit la

vârsta de la 3 până la 6 ani.

Copiii cu sindrom de hiperactivitate și deficit de atenție, mai des decât ceilalți (și anume timp de cel puțin 6 luni consecutive):

- Ceva pierd și / sau uită;
- Sunt nervoși și moftoroși;
- Vorbesc mult;
- Ușor de distrag;
- Săvârșesc fapte nechibzuite și riscante, fără să se gândească la consecințe;
- Nu pot sta mult timp într-un singur loc și permanent se mișcă, rătăcesc jur – împrejur;



- Nu ascultă când cineva vorbește cu ei direct;
- Întâmpină dificultăți în timpul cititului sau altor activități monotone, cum ar fi efectuarea temei pentru acasă.

Dar chiar dacă copilul dvs. are toate simptomele menționate mai sus - acest lucru nu înseamnă că persistă sindromul de hiperactivitate și deficit de atenție. În mod obișnuit, acest sindrom este pus în situația în care comportamentul neobișnuit dăunează copilului, dacă din acest motiv întâmpină dificultăți în procesul de învățare, în comunicarea cu cei din jur.

DACĂ ACEASTA ESTE LEGAT DE PSIHIC, ÎNSEAMNĂ CĂ EXISTĂ, CU SIGURANȚĂ, NIȘTE PASTILE MINUNATE CARE POT TOTUL VINDECA. AȘA E?

Nu e chiar așa. Deoarece vorbim despre un sindrom și nu despre o boală, nu există niciun tratament pentru hiperactivitate. Părinții ar trebui să înțeleagă că un copil cu sindrom de hiperactivitate și deficit de atenție are nevoie permanent de îngrijire, ceea ce implică unele reguli stricte, de exemplu:

- Regim al zilei bine stabilit;
- Restricție de alegere (de exemplu, nu oferim copilului 3-5 lucruri / haine înainte de a merge într-o vizită, dar doar două lucruri, de culori diferite);
- Încurajarea unui comportament bun;
- Claritate și coerență în comunicare;
- Crearea unui mediu sigur (astfel încât copilul să nu se rănească, dacă va cădea sau va alerga brusc într-o altă cameră);
- Interacțiune minimă cu gadget-urile (televizorul, tableta și smartphone-urile pot agrava simptomele).

În unele cazuri, medicul poate prescrie o terapie medicamentoasă. În asemenea caz, este necesar să se înțeleagă în mod clar validitatea



tratamentului și să se monitorizeze schimbările comportamentale ale copilului.

O altă componentă importantă a terapiei - un stil de viață sănătos. Copiii cu sindrom de hiperactivitate și deficit de atenție ar trebui să primească o porție suficientă de somn. Ei au nevoie de o dietă sănătoasă (multe legume, fructe și cereale) și de exerciții fizice obligatorii, cel puțin o oră pe zi.

DACĂ HIPERACTIVITATEA NU ESTE TRATATĂ, ATUNCI PERSOANA SE VA MATURIZA ȘI VA DEVENI SCHIZOFRENICĂ, CU SIGURANȚĂ!

Categoric nu. La unii copii, sindromul de hiperactivitate și deficit de atenție se manifestă mai aproape de adolescență. Doar la o treime dintre copii acest diagnostic se păstrează și în timpul unei vieți mature. Cu toate acestea, datorită metodelor psihologice și medicamentoase, persoanele cu un astfel de sindrom pot trăi o viață absolut normală și completă.

Este important să subliniem și un alt lucru. Adesea, în afară de sindromul de hiperactivitate și deficit de atenție, copilul este diagnosticat cu astfel de complicații, precum: probleme comportamentale, anxietate crescută, depresie, tulburări legate de autism, sindromul Tourette (tulburare neuropsihiatrică). Cu cât mai repede părinții vor remarca la copiii săi aceste anomalii și se vor adresa medicului, cu atât va fi mai bun prognosticul pentru copil și pentru boala acestuia.

APROPO DE MOTIVE, COPII HIPERACTIVI SE NASC LA MA-MELE CARE NU AU AVUT GRIJĂ DE SĂNĂTATEA SA ÎN TIMPUL SARCINII. E ADEVĂRAT?

Din păcate, cauza exactă a acestui sindrom este încă necunoscută oamenilor de știință. Cu toate acestea, unii factori pot crește riscul de naștere a copiilor cu acest sindrom de hiperactivitate și deficit de atenție. Acești factori sunt:

- Traumă a capului în copilărie;
- Influențarea mediului înconjurător (de exemplu, nivelul ridicat de plumb în sol, apă, etc.) în timpul sarcinii sau la o vârstă fragedă;
- Utilizarea alcoolului și a tutunului în timpul sarcinii;
- Naștere prematură;
- Greutate mică la naștere.

Contrar miturilor, sindromul hiperactivității nu poate fi cauzat de consumul prea mare de zahăr sau de vizualizarea necontrolată a televizorului. Nivelul de prosperitate și principiile de educație, de asemenea, nu influențează asupra apariției acestui sindrom.

Un copil cu sindrom de deficit de atenție și hiperactivitate se poate naște în orice familie, indiferent de venit, vârsta părinților și statutul social al acestora. De aceea este foarte important să monitorizați îndeaproape modul în care copilul se dezvoltă și, la primele simptome neobișnuite, să consultați un medic. ■

Îl pierdem.

6 semne că vă stricați relația cu copilul dumneavoastră



Contactul emoțional dintre părinte și copil este fundamentul relațiilor de familie, pe care este construită o casă cu mai multe nivele, numită „educație”. Fiecare părinte are potențialul de a face acest fundament unul durabil, totuși, uneori, contactul dintre părinte și copil se pierde. Psihologul Asociației Obștești „Inițiativa Pozitivă”, Anastasia Ivanova a povestit despre cele mai frecvente greșeli comise de către părinți, care pot duce la pierderea intimității cu copilul. Citiți-le și străduiți-vă să nu le repetați.

1 Îi acordați atenție copilului numai în cazurile în care acesta face ceva greșit.

Din anumite motive, lucrurile rele sau greșite sunt mai adesea observate, iar cele bune sunt percepute ca fiind ceva absolut

ordinar. Când copilul scapă ceva jos, noi vedem imediat asta și-i facem observație, dar când el ține cu atenție un obiect în mână sa micuță, noi nu-i zicem nimic sau nici măcar nu observăm. Merită să înțelegem că copilul memorează că atunci când face ceva greșit, părintele îi acordă imediat atenție. Concluzia sa: „o gafă = atenție”. Numărul de observații este proporțional cu dorința copilului de a se ascunde și de a se îndepărta de părinte.

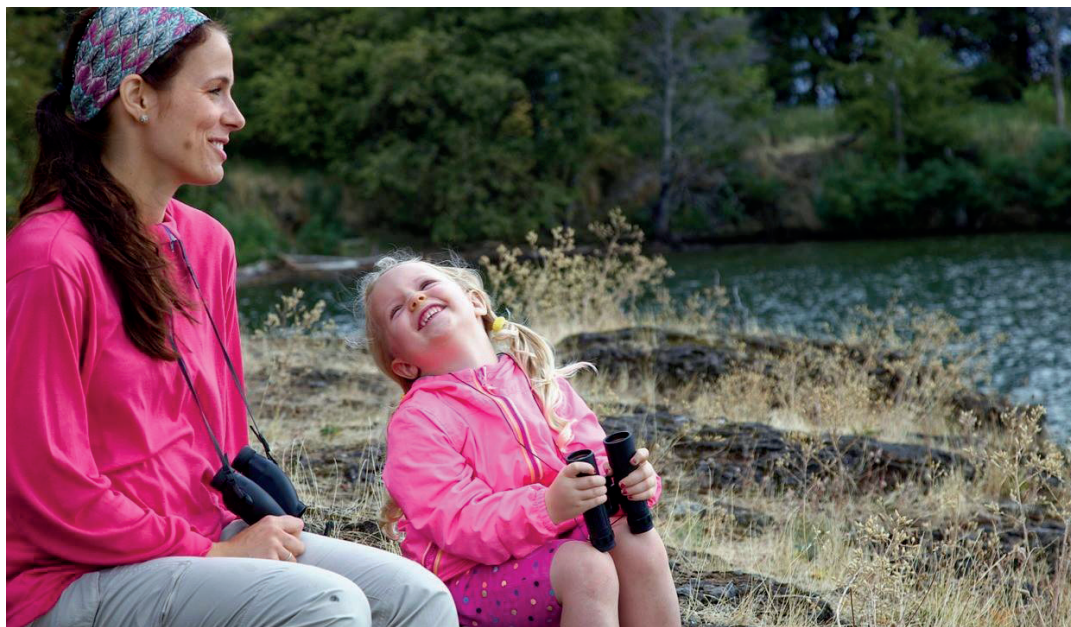
Sfat: Atrageți atenție la comportamentele copilului pe care doriți să le vedeți din nou. Ecuația este simplă: vedeți un comportament pozitiv - acordați atenție copilului. De exemplu: „Îmi place când văd că te joci calm și concentrat”.

2 Nu vă lăudați copilul.

Cel mai probabil, acum toți

părinții se vor gândi: „Nu este vorba despre mine, eu întotdeauna îl laud pe copilul meu”. Cuvintele de laudă ca „Bravo”, „Bine” și „Super” pentru a sută oară sunt percepute de copil ca un sunet gol. O astfel de laudă are un dezavantaj – deprecierea copilului. Noi doar vorbim despre laudă „calitativă”, atunci când părintele este atent la copil și vede că acesta ceva i-a reușit. Este important să lăudați copilul pentru un comportament anume, deoarece în acest fel dezvoltăm în copilul dvs. încrederea de sine și capacitatea de a vedea rezultatul acțiunilor sale.

Sfat: Înlocuiți un obișnuit „Bravo” cu fraza: „Îmi place cum ai colorat această casă!”, de fiecare dată observând detalii pe care copilul dvs. le-a făcut bine, chiar și cele mai mici.



3 Nu discutați despre copil și despre emoțiile voastre.

„Nu plânge”, „nu fi trist”, „sunt niște fleacuri”, „cu mama totul e-n regulă, pur și simplu mi-a nimerit ceva în ochi” – anume expresiile de acest gen îndepărtează copilul departe de părinte. Copilul simte că emoțiile lui nu sunt acceptate, iar părintele îl minte despre emoțiile sale. Ce concluzie poate deduce? Doar una de tipul: „Da, e rău să-ți arăți emoțiile, chiar și părinții nu mă vor înțelege”. Este important să vorbiți despre emoțiile dvs., iar să oferiți copilului ocazia de a vorbi despre necazurile sale fără comentarii este mai important de două ori.

Sfat: Încercați să denumiți emoțiile copilului. Dacă vedeți că copilul este trist din cauza unei dispute cu prietenii, îi puteți spune: „Ar trebui să fie foarte trist și neplăcut să te certî cu prietenii tăi” sau „Văd că ești trist”. În așa mod, îi spuneți că îl acceptați oricum, că a simți e ceva normal, și că îi sunteți mereu alături.

4 Considerați copilul încă prea mic pentru a face o alegere independentă.

Anecdotal: „Mamei îi este frig - îmbracă un pulover”. Copiii, într-adevăr, cunosc mai bine ce vor. Copilul poate alege singur ce pantaloni să îmbrace, cu cine să se joace, ce care jucării să se împartă - această listă poate fi continuată la nesfârșit. A oferi copilului o alegere, înseamnă să-i dezvoltați independența și responsabilitatea și, în același timp, să-i fiți aproape, ca un susținător din partea căruia el poate simți sprijin. Și încă ceva, noi toți, inclusiv copiii, au dreptul să comită greșeli. Copiii au dreptul să facă o alegere greșită și să deducă concluzii din asta (nu fără ajutorul părinților desigur), după care să continue să facă alegeri mai departe.

Sfat: Permiteți-i copilului să aleagă și să se confrunte cu consecințele alegerii sale, susținându-i astfel independența. Există situații în care este posibil să-i oferiți



copilului o „alegere fără alegere”, doar una din două: „Vrei orez sau piure din cartofi la cină?”.

5 Folosiți metode violente de educație.

Corpul copilului dvs. este teritoriul său sacru, cu limite corespunzătoare. Dacă încălcați aceste limite, îi arătați lipsa de respect față de personalitatea sa. Bătăia sau pedepsirea violentă sunt metode inacceptabile de educație pentru un adult care posedă darul de a vorbi pentru a-și exprima gândurile. Și, în general, părintele nu are dreptul să-și bată copilul, indiferent ce ar face și cum ar fi acesta.

Sfat: Respirați adânc, dați-vă timp să vă liniștiți și să vă gândiți cum puteți influența comportamentul copilului, fără a folosi violența. Calmul, chiar tonul vocii și verbalizarea comportamentului specific pe care doriți să îl vedeți - vă pot ajuta în această situația dificilă.

6 Voi petreceți puțin timp împreună.

Timpul când stați alături, uitându-vă în telefon în timp ce copilul colectează puzzle-uri - nu poate fi considerat ca timp petrecut împreună cu copilul. Și nici atunci când veniți la copil în timp ce el colectează puzzle-uri și le colectați în locul lui. În timpul jocului cu copilul dvs. îl puteți învăța ceva sau, cel puțin, puteți afla de ce anume este inte-

resat copilul și ce-l îngrijorează. Timpul calitativ este abilitatea de a urma inițiativa copilului în timpul unui joc, ceea ce îl va face să se simtă important, iar în părintele său să vadă un prieten.

Sfat: Petreceți în fiecare zi cel puțin 10 minute în jocuri de calitate, în cadrul cărora copilul alege jocul, iar părintele îi urmează inițiativa.

Rețineți: Copiii au nevoie de iubire necondiționată și de acceptare. Nu uitați de importanța contactului cu dvs., chiar dacă sunteți obosit (ă) și copilul nu este chiar așa cum vi-l doriți, veți putea face față dificultăților și să păstrați intimitatea cu el.

Pentru cei care au citit articolul până la sfârșit, avem o ofertă - o consultare gratuită la un psiholog pe probleme legate de relațiile copil-părinte, în cadrul unui proiect de dezvoltare a parentingului pozitiv. De asemenea, noi organizăm diferite cursuri de instruire pentru părinți!

Iar dacă de la frageda copilărie aveți o relație caldă și de încredere cu copilul dvs. și nu vă confrunțați cu dificultăți, atunci vă așteptăm să ne împărtășiți experiența dvs. valoroasă.

Ne puteți contacta la următorul număr de telefon: +373 796 37 027 sau ne puteți scrie la următoarea adresă de email: ivanovaad94@gmail.com

Cine este vinovat și cum trebuie de procedat.

Avocata Institutului pentru Drepturile Omului din Moldova se pronunță asupra celor mai frecvente încălcări ale drepturilor pacienților



Fiecărui cetățean al Republicii Moldova îi este garantat prin Constituție dreptul la ocrotirea sănătății. Din păcate, în realitate, acest drept este adesea încălcat. Este încălcat atât de des, încât cu timpul aceste încălcări devin o normalitate. Am colectat cele mai frecvente încălcări ale drepturilor pacienților și am rugat-o pe Olesia Doronceanu, avocata Institutului pentru Drepturile Omului (IDOM) să le comenteze. Vă recomandăm neapărat să le memorați.

Copilul meu este internat în Secția de Reanimare și Terapie Intensivă. Și mie nu mi se permite să stau lângă el. Eu am dreptul să stau lângă copil atâta timp cât vreau?

Da. În iunie 2017, Ministerul Sănătății a elaborat și aprobat un Regulament cu privire la accesul reprezentanților legali în Secțiile de Reanimare și Terapie Intensivă. Regulamentul prevede expres dreptul reprezentanților legali (părinții, tutorele) de a se afla alături (nelimitat, atât ziua, cât și noaptea) de minorul până la vârsta de 3 ani în Secția de Reanimare și Terapie Intensivă.

Totodată, Regulamentul prevede și obligațiile impuse părintelui însoțitor pe perioada aflării împreună cu minorul (spre exemplu obligațiile de a purta mască, halat, bahile, semnarea acordului de confidențialitate, interzicerea înregistrărilor video, audio), precum și cazurile când personalul medical poate interzice accesul reprezentanților legali în Secția de Reanimare (aflarea în stare de ebrietate, bolnavi de boli contagioase, în timpul resuscitărilor etc.).

Când eu am născut, copilul a fost vaccinat fără consimțământul meu. Medicii au avut dreptul să facă acest lucru?

Nu, personalul medical nu este în drept să imunizeze copilul în lipsa acordului informat și exprimat în formă scrisă al părintelui.

Există o Hotărâre de Guvern nr. 1113 din 06.10.2016 cu privire la aprobarea Programului Național de Imunizări pentru anul 2016-2020 ce prevede categoriile de populație, vârsta și lista imunizărilor obligatorii ale copiilor.

Totodată, conform art. 13 al Legii nr. 263 din 27.10.2005 cu privire la drepturile și responsabilitățile pacientului:

- 1) O condiție obligatorie premergătoare intervenției medicale este consimțământul pacientului, cu excepția cazurilor prevăzute de prezenta lege.
- 2) Consimțământul pacientului la intervenția medicală poate fi oral sau în scris și se perfectază prin înscrierea în documentația medicală a acestuia, cu semnarea obligatorie de către pacient sau reprezentantul său legal (ruda apropiată) și medicul curant. Pentru intervențiile medicale cu risc sporit (caracter invaziv sau chirurgical), consimțământul se perfectază obligatoriu, în formă scrisă, prin completarea unui formular special din documentația medicală, denumit „acord informat”. Lista intervențiilor medicale care necesită perfectarea acordului informat în formă scrisă și modelul formularului respectiv se elaborează de către Ministerul Sănătății, Muncii și Protecției Sociale.

(3) Acordul informat trebuie să conțină în mod obligatoriu informația, expusă într-o formă accesibilă pentru pacient, cu privire la scopul, efectul scontat, metodele intervenției medicale, riscul potențial legat de acesta, posibilele consecințe medico-sociale, psihologice, economice etc., precum și privind variantele alternative de tratament și îngrijire medicală.

(4) Pacientul sau reprezentantul său legal (ruda apropiată) are dreptul de a renunța la intervenția medicală sau de a cere încetarea acesteia la orice etapă, cu excepția cazurilor prevăzute la art.6, cu asumarea responsabilității pentru o atare decizie.

De asemenea, Ordinul Ministerului Sănătății nr. 303 din 06.05.2010 privind Lista intervențiilor medicale care necesită perfectarea acordului informat, în Anexa nr.2 sunt specificate intervențiile parenterale, inclusiv imunizări la lista de intervenții pentru care acordul informat al reprezentantului legal este obligatoriu.

Vecina mea a fost internată în spital cu un copil. Mama este obligată să cumpere medicamente, catetere și scutece. Acest lucru este legal?

Nu, deoarece conform Legii nr. 1585 din 27.02.1998 cu privire la asigurarea obligatorie de asistență medicală, copiii beneficiază de asistență medicală gratuită prevăzută în Programul unic al asigurării obligatorii de asistență medicală, elaborat de Ministerul Sănătății Muncii și Protecției Sociale și aprobat de Guvern.



Astfel, instituțiile medicale trebuie să fie dotate cu medicamente (caterere, perfuzii etc.) necesare acordării asistenței medicale calitative și în volum deplin.

În privința scutelelor pentru copii - instituția medicală ar putea oferi părinților scutece, dar totuși pentru o perioadă scurtă de timp, deoarece sarcina instituției medicale constă în acordarea asistenței medicale, nu și asigurarea materială a minorilor cu produse de igienă personală.

La școală / grădiniță copiii li se cere să treacă o examinare medicală, spunându-li-se că acest lucru este obligatoriu. Ei pot să efectueze examinarea copilului fără consimțământul meu? Și eu pot să refuz efectuarea unei astfel de examinări?

Total depinde de tipul controlului medical al copilului. Dacă examinarea medicală este doar una vizuală

și nu are un caracter invaziv, atunci acordul părintelui nu va fi solicitat.

Dacă copilul urmează să fie supus unei examinări medicale cu risc sporit, caracter invaziv sau chirurgical, atunci acordul reprezentantului legal exprimat în formă scrisă este obligatoriu. De asemenea, reprezentantul legal are dreptul să refuze examinarea copilului.

*Vezi art. 13 din Legea nr.263 din 27.10.2005 cu privire la drepturile și responsabilitățile pacientului și Ordinul Ministerului Sănătății nr.303 din 06.05.2010 privind Lista intervențiilor medicale care necesită perfectarea acordului informat.

Când am fost internați cu copilul în spital, soțului meu nu i se permitea să intre în salon și să stea cu copilul, argumentându-i-se că copilul trebuie să stea doar cu mama. În acest fel,

au fost încălcate drepturile mele?

Nu există nici o restricție legală vizavi de faptul cine anume are dreptul să stea cu copilul în instituția medicală, mama sau tatăl.

De regulă, minorul va fi internat împreună cu unul dintre părinți, în funcție de disponibilitatea acestora. În practică, deseori mama stă împreună cu copilul și din acest considerent personalul medical este mai rezervat în privința tatălui, însă această situație nu reprezintă un argument întemeiat pentru a refuza accesul tatălui în salonul unde este internat minorul.

Recent, am solicitat o ambulanță, care a luat copilul (care este adolescent) cu apendicită la spital și imediat l-au dus în sala de operație. Medicii ar fi trebuit să obțină de la mine

consimțământul scris? Și sub ce formă?

Da, pentru intervențiile chirurgicale este obligatoriu acordul informat și exprimat în formă scrisă al reprezentantului legal.

Această obligație a personalului medical este prevăzută în art. 13 din Legea nr. 263 din 27.10.2005 cu privire la drepturile și responsabilitățile pacientului și Ordinul Ministerului Sănătății nr. 303 din 06.05.2010 privind Lista intervențiilor medicale care necesită perfectarea acordului informat.

(2) Consimțământul pacientului la intervenția medicală poate fi oral sau scris și se perfectează prin înscrierea în documentația medicală a acestuia, cu semnarea obligatorie de către pacient sau reprezentantul său legal (ruda apropiată) și medicul curant. Pentru intervențiile medicale cu risc sporit (caracter invaziv sau chirurgical), consimțământul se perfectează obligatoriu, în formă scrisă, prin completarea unui formular special din documentația medicală, denumit „acord informat”. Lista intervențiilor medicale care necesită perfectarea acordului informat în formă scrisă și modelul formularului respectiv se elaborează de către Ministerul Sănătății, Muncii și Protecției Sociale.

Suntem o familie cu venituri foarte mici. Recent, copilul s-a îmbolnăvit. Am chemat medical, care ne-a spus că nu sunt medicamente gratuite. Într-adevăr nu ni se cuvine nimic în asemenea caz?

Acordarea asistenței medicale nu poate fi condiționată de nivelul de trai sau venitul unei familii.

În Moldova există un Programul unic al asigurării obligatorii de asistență medicală, elaborat de Ministerul Sănătății Muncii și Protecției Sociale și aprobat de Guvern, precum și o Listă a denumirilor comerciale a me-

dicamentelor compensate, elaborată și publicată anual. Dacă medicul a stabilit o diagnoză și a prescris tratament minorului din lista medicamentelor compensate, atunci minorul trebuie să beneficieze în mod gratuit de aceste medicamente.

Când am fost diagnosticată cu tuberculoză / HIV, medicul de familie a telefonat imediat la grădinița / școala, pe care copilul meu o frecvențează și a spus tuturor despre diagnoza mea. Din acest motiv, copiii au încetat să mai prietenească cu copilul meu. Medicul a avut dreptul să procedeze astfel?

Nu, deoarece informația cu privire la starea de sănătate a unei persoane este confidențială și poate fi divulgată terților doar în cazuri excepționale prevăzute de lege.

Conform art. din Legea nr. 263 din 27.10.2005 cu privire la drepturile și responsabilitățile pacientului:

(1) Toate datele privind identitatea și starea pacientului, rezultatele investigațiilor, diagnosticul, pronosticul, tratamentul, precum și datele cu caracter personal sânt confidențiale și urmează a fi protejate și după moartea acestuia.

(2) Confidențialitatea informații-

lor cu privire la solicitarea de asistență medicală, examinare și tratament, inclusiv a altor informații ce constituie secret medical, este asigurată de medicul curant și specialiștii implicați în acordarea serviciilor de sănătate sau în cercetarea biomedicală (studiul clinic), precum și de alte persoane cărora aceste informații le-au devenit cunoscute datorită exercitării obligațiilor profesionale și de serviciu.

(6) Persoanele care, în exercițiul funcțiunii, au primit informații confidențiale, de rând cu personalul medico-sanitar și farmaceutic, poartă răspundere, în conformitate cu legislația, pentru divulgarea secretului medical, luându-se în considerare prejudiciul adus prin aceasta pacientului.

Legea nr. 264 din 27.10.2005 cu privire la exercitarea profesiei de medic prevede:

Articolul 13. Secretul profesional

(1) Medicul este obligat să păstreze secretul profesional.

(2) Informațiile despre solicitarea asistenței medicale, despre starea sănătății, diagnostic și alte date obținute de medic în examinarea și tratamentul pacientului constituie informații personale și secretul profesional al medicului și nu pot fi divulgate. ■





Cum trăiesc persoanele cu dizabilități în Transnistria?

Trei istorii reale

In Transnistria trăiesc 23.000 de persoane cu dizabilități. În raport cu numărul total al populației actuale, aceasta înseamnă că fiecare al 20-a transnistrean trăiește cu un handicap. Anul curent a fost declarat în Transnistria „Anul oportunită-

ților egale”. Aceasta înseamnă că pe tot parcursul anului problemele persoanelor cu dizabilități vor fi discutate în mass-media, la diferite întâlniri și alte evenimente deschise. Ce se va întâmpla în anul 2019, când „Anul oportunităților egale” se va finisa - nimeni nu știe. Dar persoa-

nele, care trăiesc cu diferite tipuri de dizabilitate, încă mai speră că schimbările vor avea loc. Jurnalista Elena Derjanschi a făcut cunoștință cu trei locuitori ai Transnistriei, care sunt în scaune cu roțile și i-a întrebat cum le reușește să trăiască, ci nu să supraviețuiască.

„Sunt la fel ca toți ceilalți. Pur și simplu am o particularitate specială – mă deplasez în alt mod, extravagant, într-un scaun cu rotile”.

Dumitru Kuzuk, șeful Fundației Republicane de Caritate pentru Promovarea Reabilitării și Socializării Active a Persoanelor cu Dizabilități de Deficiență a Sistemului Musculoscheletic „Lumea oportunităților egale”, 48 de ani, or. Bender.

ÎNCEPUTUL SCHIMBĂRILOR

Aveam 23 de ani când am fost implicat într-un accident. Medicii, la început, desigur că mă linișteau, spunându-mi că totul va fi bine. Iar eu o perioadă de timp chiar am trăit cu speranța că încă voi putea să mă ridic și să duc o viață normală.

Internet pe atunci nu era. Acum este foarte ușor să fii o persoană cu dizabilitate - deschizi Internetul și ai acces la toată informația necesară, astfel încât să-ți poți elabora propriul plan de reabilitare. Atunci însă mai întâi am fost dus la spital, apoi la altul, apoi am fost externat acasă. Și mai departe? Aveam doar un televizor, stăteam acasă culcat și așteptam momentul când picioarele mele din nou vor merge. Dar nu au mers și eu nu înțelegeam de ce, care este problema (zâmbește). La un moment dat, mi-am dat seama că trebuie urgent să încep să fac sport și destul de intens.

Cunoscuiții mei tocmai m-au chemat să merg la o sală de sport, care se afla la celălalt capăt al orașului, la care ajungeam timp de o oră și jumătate și tot atâta timp înapoi. Drumul era foarte obositor, dar ajungând acolo, eu căpătam dispoziție și motivație. Acest lucru era minunat. Dar nu aveam niciun progres. În plus, în timpul iernii nu puteam merge în oraș din cauza zăpezii și viscolului. Iată atunci am început să mă gândesc cum să-mi deschid propria sală de sport. Împreună cu prietenii am găsit un subsol care nu trebuia nimănui, am cumpărat niște bucăți de fier de la un punct de colectare a deșeurilor metalice și am început să ne antrenăm acolo.

Mai târziu, eu împreună cu alți doi prieteni entuziaști, am creat un grup de inițiativă - ne adunam, practicam

tenisul de masă, ne antrenam în clubul nostru, comunicam. Îmi amintesc primul nostru turneu - am adus de acasă o vază veche pentru flori, am legat-o împrejur cu panglici colorate și aceasta a devenit premiul nostru (zâmbește).

În acea perioadă am început să citesc mult. Adesea mă culcam ca să mă trezesc dimineața și să iau din nou cartea în mână. Treptat, valorile vieții au început să mi se schimbe și am decis că trebuie să încetez să mă ascund.

Era vara, cald, eu luam o carte, găseam în parcul de lângă casă cel mai năpădit de buruieni loc și citeam acolo toată ziua. Apoi m-am hotărât totuși să ies în lume și odată m-am dus la piață, în centrul orașului și asta a fost groaznic. Toți cei care treceau pe alături - toți se uitau la mine. Cel puțin așa mi se părea. Nu înțelegeam ce se întâmplă, pentru că nu mă simțeam că sunt un ratat. Au trecut câteva zile și mi-am dat seama că așa nu mai poate continua. Și am început să merg prin oraș, să merg la piață, să cumpăr diferite produse, să mă plimb. Uite în așa mod, treptat, a început socializarea mea.

MOSCOVA

La un moment dat, o vecină m-a invitat la Moscova. Pentru mine această invitație a fost o adevărată provocare. N-am spus nimic nimănui și m-am dus, singur, în scaunul cu rotile. A fost în anul 2005. M-au întâlnit, m-au dus în apartament și au plecat.

La Moscova, am rămas timp de 8 luni. Primele două săptămâni le-am stat în casă (vecina care m-a invitat se afla într-o deplasare), iar apoi am început treptat să ies în oraș. După un timp am învățat cum să mă folosesc de metrou, după care am început foarte liber să mă deplasez prin oraș. Mi-am găsit un loc de muncă, de fapt, am schimbat mai multe locuri de muncă, iar când câștigurile mele au început să scadă și eu m-am săturat de toate astea, m-am întors acasă. Dar anume la Moscova pentru prima dată am vizitat competițiile sportive pentru persoanele aflate în scaune cu rotile. M-au impresionat!

După ce m-am întors acasă, împreună cu președintele organizației „Miloserdie”, Maria Țurcan am organizat primele concursuri similare și la Bender. A fost în 2006, aveam trei

participanți, o încăpere mare și rece, și eram mândri de faptul că toate ne reușise. În 2016, am fost deja 35 de persoane din toată Moldova și aceasta a fost dezvoltarea noastră.

LUMEA OPORTUNITĂȚILOR EGALE

În 2011, eu și încă câteva persoane cu care gândeam la fel (Victor Kulaev, Natalia Bordan), am decis din grupul de inițiativă să înființăm fundația „Lumea oportunităților egale”. Aveam deja o viziune clară a organizației și a dezvoltării acesteia.

Astăzi, în cadrul fundației suntem noi trei și fondatori, și directori creativi, și executori. În fundație sunt 15 persoane cu care lucrăm.

Nu avem careva donatori mari. Trăim din donațiile oamenilor obișnuiți și din banii proveniți din proiectele rare pe care le câștigăm din când în când.

Eu însumi nu primesc salariu. Câștigurile mele - pensia de invaliditate și bursa pentru realizările în sport în cadrul competițiilor internaționale.

Fundația noastră are mai multe domenii de activitate. În primul rând, schimbăm stereotipurile, iar în acest sens, o dată la doi ani organizăm festivalul de film „Ecoul festivalului de film fără bariere”. Am elaborat un program pentru instituțiile de învățământ mediu privind schimbarea stereotipurilor față de persoanele care nu seamănă cu alții. În cadrul acestui program organizăm diferite evenimente pentru elevi, îi ajutăm să-și formeze o atitudine corectă și adecvată față de persoanele cu anumite particularități.

A doua noastră direcție clubul de reabilitare sportivă cu echipament profesional și formatori profesioniști. Clubul este absolut gratuit, iar antrenamentele au loc de trei ori pe săptămână. La noi se antrenează în mod regulat 15 persoane. Aceste persoane suferă atât cu tulburări ale sistemului musculoscheletal, cât și de tulburări psihice. Suntem vizitați atât de adulți, cât și de copii.

În sfârșit, a treia direcție - un mediu accesibil. Facem parte din Consiliul Consultativ al Ministerului Protecției

Sociale și Muncii din Transnistria. O dată în trimestru, reprezentanții autorităților locale din orașe și raioane ne expediază informații cu privire la obiectele date în exploatare. Noi analizăm informația respectivă și o dată la jumătate de an realizăm monitorizarea acestor obiecte pentru a vedea personal dacă la nivel local acestea au accesibilitate arhitecturală pentru cetățenii mai puțin mobili. Iar în continuare, le sugerăm careva recomandări.

În 2014, în cadrul organizației am elaborat un program urban „Mediu accesibil 2014-2019”. Unul dintre punctele importante ale acestuia este includerea unui reprezentant al organizației obștești a persoanelor cu dizabilități în cadrul Consiliului Urbanistic, precum și includerea unei persoane cu dizabilități în cadrul Comitetului de Admitere. Am reușit să promovăm programul, acesta a fost aprobat ca o lege, dar numai în orașul nostru. Poate că acesta este motivul pentru care orașul Bender este acum cel mai accesibil oraș pentru persoanele cu dizabilități, nu numai în Transnistria, ci și în întreaga Moldova.

De asemenea, avem un mic centru de instruire în care desfășurăm cursuri de motivare pentru persoanele cu dizabilități.

Nu pot spune că facem ceva mai mult sau ceva mai puțin. Toate cele trei direcții sunt importante pentru noi.

Din păcate, totul este încetinit de faptul că în țara noastră activismul în rândul persoanelor cu dizabilități este unul foarte scăzut. Din cele 23.000 de persoane cu dizabilități din Transnistria, îi poți număra pe degete pe cei care doresc să participe la viața societății, nu ca consumator, ci ca membru cu drepturi depline al acestei societăți.

OAMENII LE ESTE FRICĂ

Doar unii vin singuri. Majoritatea persoanelor sunt aduse de părinți, prieteni, soții. Era la noi un băiat. Timp de jumătate de an, rudele și prietenii acestuia mă telefonau și veneau la mine, o dată a venit chiar și președintele sindicatului întreprinderii, unde lucra mama acestui băiat. Și toți mă



rugau să-l iau sub tutela mea. În același timp, însuși băiatul nu venea, lui și așa îi plăcea totul, la el totul era bine. El se simțea confortabil în „căsuța” sa și, din păcate, o mulțime de oameni în scaune cu roțile anume așa și trăiesc: într-un apartament cu geamuri, pe o pensie mizeră, ieșind afară numai de sărbători sau când nimeni nu-i vede.

Un alt băiat venea la mine la consultație doar noaptea, pentru că în timpul zilei toată lumea se uita la el și acesta se simțea incomfortabil. Acesta este modul în care societatea influențează asupra persoanelor cu dizabilități. Oamenii se stânjenesc de sine înșiși și nu se pot accepta așa cum sunt.

Eu sunt o persoană cu dizabilități, eu sunt așa cum sunt. E ca și cum aș fi chel, cu păr creț sau cu mustață.

ASTĂZI

Dacă aș avea ocazia să mă întorc în trecut și să schimb totul ca să continui să merg fără cărucior - nu aș face asta. Viața mea de azi este una deplină, eu am pentru ce să trăiesc, eu primesc satisfacție în fiecare zi. Da, am uitat cum e să merg, dar eu pot să fac aproape orice. Am învățat asta. Mă pot adapta și acum îi învăț și pe alții. Pot crea oportunități nu numai pentru mine.

Viața mea a devenit interesantă, bogată, am ceva nou în fiecare zi și nu întotdeauna e ceva de bine, dar asta-i viața. Sunt la fel ca toți ceilalți. Pur și simplu am o particularitate specială – mă deplasez în alt mod, extravagant, într-un scaun cu roțile”.

„Suntem puțini oameni activi în scaune cu roțile, anume de aceea pe noi toată lumea ne cunoaște la înfățișare”.

Vitalie Slipcenko, 36 de ani, Tiraspol.

VIAȚA „PÂNĂ LA” ȘI „DUPĂ”

Sunt în scaunul cu roțile de la vârsta de 19 ani. Cum m-am mutat pe acesta? Acest lucru s-a întâmplat când aveam 17 ani. Eram împreună cu prietenii mei, ne odihneam la natură, când eu m-am scufundat în râu și iată urmările. Medicii m-au diagnosticat cu fractură a regiunii cervicale și paralizie a membrilor inferioare. Din acel moment, viața mi-a fost împărțită în „până la” și „după”.

Cei mai importanți oameni care m-au ajutat au fost părinții mei, tatăl meu permanent se ocupa cu mine, făcându-mi diferite masajе și proceduri. A fost o perioadă grea, mama munea singură, dar ei, părinții, niciodată nu-și pierdeau speranța și credința.

O lungă perioadă de timp eu am stat culcat, acasă, pentru că îmi era greu din punct de vedere psihologic. Noi aveam o casă de odihnă înafara orașului, unde eram dus pentru toată vara, departe de oameni. Iar în oraș, în general, nu mergeam nicăieri, așa vroiam eu, deoarece în mintea mea mereu era aceeași întrebare: „Cum mă vor privi oamenii din jur? Dar abia acum am înțeles că toate acestea sunt doar niște stereotipuri. Omul singur își construiește obstacole în jurul său. La noi oamenii sunt foarte deschiși, săritori la nevoie și nu atrag o atenție deosebită la scaunul cu roțile.

La câțiva ani după traumă, eu am făcut cunoștință cu niște băieți de la un club local de sport, și anume de la clubul de tenis de masă, care a fost fondat de niște băieți ca și mine: cineva se deplasează cu ajutorul scaunului cu roțile, cineva are probleme cu sistemul musculo-scheletic. Am primit o parte din experiența lor, am învățat din nou să prietenesc, să mă distrez, să fac sport, să mă deplasez în cărucior prin oraș. Acum sunt mai mult sau mai puțin independent și pot fi un exemplu pentru alții.

La început, mergeam la club fiind însoțit de o persoană care mă ajuta, mai apoi mă însoțeau doar până la troleibuz

și mai departe mă descurcam de sine stătător.

După o perioadă de timp, s-a întâmplat un lucru serios, așa spune chiar unul foarte important pentru mine, când am decis să merg singur, de sine stătător la acest club. Îmi amintesc cum am ieșit din troleibuz, fără a fi însoțit de cineva, cum am început cu mâinile să rotească roțile căruciorului. Am mers circa 50 de metri și mâinile au început să-mi cadă de oboseală. În acel moment m-am gândit la ce bun am nevoie de acest tenis? (zâmbește) Dar cumva încet, încet am început să fiu mai bun. După ceva timp, am început mult mai ușor și mai rapid să mă deplasez.

Acum eu practic zbor pe acest cărucior și de multe ori mă deplasez doar pentru sine, pentru ca mâinile mele să devină mai puternice. Dintr-o parte pare că este greu, dar mâinile deja s-au obișnuit.

ZIUA DE AZI

Când am început să merg la clubul sportiv, unii băieți deja își făceau studiile la universitate. Exemplul lor m-a inspirat, astfel încât și eu aveam o asemenea vis, dar îmi era frică. Ca rezultat, acum trei ani am fost admis la Universitatea de Stat din Transnistria și acum totul este minunat. Deși acolo nu sunt rampe, colegii mei de fiecare dată mă ridică în mâini și, în general, foarte mult mă ajută.

Care este venitul cu care eu astăzi trăiesc? Venitul de bază este pensia de invaliditate. Este imposibil, fiind în scaun cu roțile, să te angajezi oficial la un loc de muncă. Am o pensie mică, aproximativ 1200 de lei. Nu pot cumpăra nimic pentru mine cu acești bani. De exemplu, nu-mi pot cumpăra un nou cărucior cu o asemenea sumă. Căruciorul cu care acum mă deplasez mi-a fost cumpărat de o cunoștință din Germania. Trăiesc cu părinții mei toată viața, împreună totul nu este atât de dificil.

În următorii 5-7 ani nu văd perspective în ceea ce privește obținerea unui loc de muncă oficial. Dar, în același timp, nu-mi este frică, anume din acest motiv atâta timp cât există o oportunitate eu învăț. Întrucât viitoarea mea specialitate ține de domeniul administrării de stat și municipale, după terminarea studiilor, eu trebuie să primesc un post de lucru, o funcție în structura statului.

Nu mă aștept că voi putea obține astăzi un loc de muncă pe specialitate. Acest lucru e aproape imposibil.

Pentru a aranja o persoană într-un scaun cu roțile la un loc de muncă – acesta are nevoie de anumite condiții. Dacă aceasta este o afacere, atunci legea prevede doar 4 ore de muncă pe zi, care angajator va fi de acord cu asemenea condiții? Acesta ar trebui să fie om de afaceri entuziast nu alta.

Desigur că dizabilitatea mi-a marcat viața. Eu, de exemplu, am vrut să slujesc în armată. Am vrut să am o familie, copii. Și nu numai că eu am suferit, dar a suferit întreaga mea familie. Datorită părinților care m-au sprijinit și, de asemenea, datorită prietenului meu apropiat, care îmi este întotdeauna alături – iată datorită lor, eu am trecut peste toate.

ACCESIBILITATEA

Accesibilitatea mediului înconjurător este un concept mult prea amplu. Există accesibilitate absolută - atunci când ai intrat într-o anumită instituție și poți să te duci la o ospătarie, la toaletă, fără a apela la ajutorul cuiva. Accesibilitate absolută au poate 1% dintre clădirile din Transnistria.

Cu siguranță mai multe au accesibilitate parțială, atunci când cel puțin este instalată o rampă la intrarea în clădire. Și bineînțeles că suntem în război cu aceste rampe. Nu pot numi nicio instituție de stat în care să pot intra singur, fără ajutor. În linii generale, aceste rampe sunt foarte abrupte și trebuie întotdeauna să ceri ajutorul cuiva.

Chiar recent, mi s-a propus să fiu membru al unei Comisii care se va preocupa de acceptarea / aprobarea instalațiilor / edificiilor date în exploatare, care va evalua accesibilitatea clădirilor din Tiraspol. Această funcție mi-a fost propusă de către Dumitru Kuzuk, șeful Fundației Republicane de Caritate „Lumea oportunităților egale”, care însuși este în scaun cu roțile.

Nu primesc careva remunerații pentru asta, totuși această funcție este foarte responsabilă. Esența acesteia constă în următoarele: a fost construită o clădire și aceasta este evaluată pentru a fi dată în exploatare, iar în documentele de evaluare trebuie să fie o mulțime de semnături, inclusiv a mea. Dacă



în clădirea respectivă poți intra fiind într-un scaun cu roțile – eu semnez documentele, dacă clădirea nu este dotată cu toate cele necesare pentru accesul persoanelor în scaune cu roțile - eu nu semnez documentele și, ca urmare, intrarea în clădirea respectivă va trebui remodelată. Dacă rampa nu poate fi instalată din cauza unor circumstanțe diferite, atunci este permisă (în cazuri rare) instalarea unui buton de apelare.

Situații sunt diferite. Uneori sunt telefonat ca să vin să semnez un anumit permis, iar eu văd că nu este instalată nicio rampă și mie mi se spune: „Ce fel de rampă, eu în general nu cunosc nimic despre asta!”. Sau un alt caz: am venit la obiect, văd că la intrare este o treaptă nu prea înaltă de vreo 8 cm și nu este nicio rampă, iar această clădire se preconizează a fi una de divertisment - o cafenea cu o verandă. Le-am spus proprietarilor despre această nerespectare a normelor, iar ei chiar în prezența mea au frământat beton, au turnat o rampă, au făcut totul conform cerințelor. Respectiv, eu le-am semnat documentele. După o perioadă de timp, băieții cu care mă antrenez la club au decis să meargă în această cafenea și mi-au spus că rampa deja nu mai este.

Uite așa de urât au procedat!

Când am timp liber, eu pur și simplu mă plimb prin oraș și atrag atenția la toate aceste borduri, rampe, intrări, câteodată chiar în stradă mă cert cu muncitorii care repară sau fac drumurile, pentru că instalează aiurea aceste borduri. Fac asta, în primul rând, pentru mine, pentru că mie nu-mi este indiferent. Și dacă mie ceva nu-mi place, fac imediat poze și le public pe pagina mea de Facebook.

(NE) ACCEPTAREA

Am avut un caz când mi s-a refuzat să urc în troleibuz. Eu atunci am finisat studiile la o școală de seară și plecam după certificat, cu flori, bine dispus, iar șoferul, văzându-mă, pur și simplu a închis ușa troleibuzului chiar în fața mea și a pornit.

Acel șofer acum deja nu mai lucrează, nu cunosc din care motive. Dar după felul în care a procedat atunci, mi-a fost foarte neplăcut.

În general, când ies în oraș, nimeni nu mă privește ciudat. Suntem puțini oameni activi în scaune cu roțile, anume de aceea pe noi toată lumea ne

cunoaște la înfățișare. Unii oameni ne salută, copiii întotdeauna vreau să ne ajute. Acest fapt ne bucură.

VISUL

Visez să fiu cât mai independent și de sine stătător. Când văd cum alții se mișcă, se deplasează cu ajutorul unui însoțitor, înțeleg că nimic nu poate fi mai plăcut, decât atunci când ești în stare să le faci pe toate singur - să te îmbraci, să ieși din casă, să mergi undeva.

Și aș vrea foarte mult să mă rup de acasă și să plec undeva departe. Pur și simplu să-mi iau pașaportul și să zbor undeva. Dar deocamdată totul se rezumă la insuficiența de bani.

EXEMPLU PENTRU ALȚII

Chiar ieri (interviul a avut loc în iulie 2018 – nota red.) s-au împlinit 18 ani din ziua în care am primit trauma. Astăzi deja nu mai am careva suferințe, sunt foarte fericit că mă pot mișca, mă pot îmbrăca și dezbrăca, că există un minim de activități pe care le pot face fără ajutorul altora. Acest cârlig psihologic – deja demult a fost rupt. Astăzi pot fi deja un exemplu pentru alte persoane aflate în scaune cu roțile.

„Nu în zadar despre noi se spune că suntem oameni cu posibilități nelimitate. Într-adevăr este așa”.

Andrei Moor, 42 de ani, Tiraspol

ACCIDENTUL

Când aveam 30 de ani, în urma unui accident, am căzut de la etajul cinci. În rezultat - fractura coloanei vertebrale, paralizia picioarelor. Medicii noștri de la Tiraspol au făcut tot posibilul și practic m-au scos din lumea cealaltă.

Înainte de accident, am slujit în armata rusă și am avut noroc - am fost trimis la Moscova, la Institutul Vişnevsky, iar acolo sunt neurochirurghi de la Dumnezeu, care au făcut imposibilul. Când toate operațiile s-au terminat, ei mi-au spus imediat: „Andrei, tu acum ai mânăuțe în loc de picioare și trebuie să le faci din ce în ce mai puternice, pentru că de acum înainte toată viața ta vei fi purtat pe aceste mâini.”

Îmi amintesc cum mama se apropia de mine și-mi spunea: „Of, lasă-mă să-ți ridic piciorușul”, iar eu îi răspundeam: „Mamă, nu trebuie”. Apoi soția mea tot începea cu: „Of, hai să-ți întorcem mânăuța”, iar eu insistam: „Eu trebuie să fac totul de sine stătător”. În decurs de un an după externare, eu practic nu depindeam de nimeni, am învățat să fac totul singur.

SOȚIA

Svetlana a fost cu mine în tot acest timp. După ce a devenit deja clar ca eu nu mă voi ridica în picioare, mama și sora mea i-au spus: „Dacă vei putea să ai grijă de bolnav - e bine, dar dacă vrei să pleci - noi vom înțelege totul”. Ca răspuns, soția mea le-a înjurat cu niște cuvinte bune și de atunci, cum am trăit în armonie și iubire, așa și trăim.

La noi totul este bine, peste toate greutățile și dificultățile trecem împreună, pentru că ne-am cunutat înaintea lui Dumnezeu și în fața Lui am promis că vom fi împreună, indiferent de situațiile care ni se pot întâmpla în viață.

Când cu mine s-a întâmplat nenorocirea, soția studia la universitate, mergea spre o diplomă roșie, reușea peste tot.

Dacă mai devreme erau situații în care noi nu puteam găsi compromisuri și nu puteam ajunge la un numitor comun, atunci acum noi ne înțelegem mult mai bine. Desigur, acest lucru nu a fost cel mai bun motiv pentru asta (râde). Dar dacă există o idilă, atunci aceasta este așa cum e relația azi între noi.



FIICA

Când toate acestea s-au întâmplat, Adelina avea doar șase ani. Desigur, a trebuit să-i explicăm că tata deja va face lucrurile puțin diferit, decât le făcea până acum, însă de aceste discuții cu fiica se preocupa mai mult soția mea.

Un an de zile am fost purtat prin diferite spitale, iar când am ajuns în sfârșit acasă - fiica mea avea deja șapte ani și eu am văzut cât de mult ea s-a maturizat în această perioadă.

Schimbările care mi s-au întâmplat ea le tratează cu înțelegere și atitudinea ei față de persoanele cu dizabilități este foarte bună acum. Ea a trecut peste acestea și acum îi învață și pe toți prietenii săi că dacă o persoană cu dizabilități merge pe stradă, trebuie să te apropii de ea și să-i oferi ajutor. Nu trebuie să o arăți cu degetul, să o compătimești, dar trebuie doar să te apropii și să o susții în măsura posibilităților. Mila este ultimul lucru pe care ar vrea să-l audă o astfel de persoană.

O ALTĂ LUME

M-am născut și am crescut aici, la Tiraspol. Înainte să se întâmple toate acestea, am slujit în armată, am fost un pacificator rus, tot aici lucram, n-am călătorit îndeosebi nicăieri mai mult. În fiecare zi - la serviciu, acasă, familia, niciun fel de romantism. Ei bine, am fost la mare, m-am odihnit și din nou aceeași rutină zilnică. Soția nu muncea, era acasă în vremea aceea, familia o întrețineam eu, ne ajungea pentru toate.

Deja după accident, de la început am petrecut câțiva ani acasă. Apoi am întâlnit un băiat la fel ca mine, care m-a invitat să vin la un club de tenis

sportiv. Și când am început să merg acolo - am văzut că există o altă lume.

Atitudinea asupra lumii se schimbă complet, atunci când devii cu dizabilitate, așa spune - se schimbă chiar cardinal. Înainte de a face cunoștință cu ei eu mă gândeam: „Uf, legat, ca o legumă, locul meu este pe pervazul de lângă fereastră”. Apoi am văzut că mai sunt băieți ca mine, ei se mișcă, călătoresc, muncesc, merg la sport și iată atunci rutina zilnică a dispărut. Au început călătoriile, cunoștințele cu oameni noi - toate reprezintă o întreagă lume, o altă lume, în care trăiesc aceiași oameni și totul este același, fericire - nefericire, dragostea - ură, doar că într-o dimensiune puțin diferită.

Adesea mergem la concursuri din țările CSI. Tocmai recent am revenit din Belarus, au luat parte la un raliu turistic - am fost mai mult de 150 de participanți în scaune cu roțile. A fost foarte interesant!

La început, când de-abia încercam să ies în oraș, oamenii și chiar cunoșcuiții își manifestau mila față de mine, ceva de genul: „Vai, vai, vai, săracul de tine!”. Dar, cu timpul, ei au văzut că eu permanent sunt în mișcare, sunt permanent în drum, permanent undeva plec sau de undeva vin ca o mătură electrică. Și iată că acum eu nu mai văd milă din partea celor din jur, ci sprijin.

O ZI OBIȘNUITĂ

Eu mă trezesc devreme, la ora 6 dimineața. Dacă este o zi de lucru, atunci soția se pregătește să plece la serviciu. Eu între timp îi gătesc ceva și o petrec. Apoi, trebuie să mă plimb cu câinele, iar noi mai avem și o pisică cu un motănaș.

După care, trebuie să petrec și fiica la școală, așa era mai devreme. Acum ea

are deja 18 ani și practic peste câteva zile va zbură în Rusia, unde își va continua studiile.

Mai departe, dacă în aceste zile am antrenamente - merg la antrenament, acolo fac exerciții, iar seara trebuie deja să-i întâlnesc pe toți acasă. În plus, dacă există careva întrebări publice actuale - trebuie de stabilit întâlniri, de discutat, de soluționat. Nu este timp pentru relaxare. Și așa în fiecare zi.

Venitul nostru constă din salariul soției și din pensia mea. Pentru necesitățile minime - ne ajunge, dacă e să nu ne răsfățăm cu ceva. Aș vrea mai mult, dar acum vara eu încerc să fac mai multe activități sociale, mai mult sport, cât este încă ușor să mă deplasez de acasă și să mă mișc. Când vor veni frigurile, voi sta mai mult acasă, în fața calculatorului.

Un timp am lucrat în cadrul unui Centru de Apel din Sankt-Petersburg și câștigam destul de bine. Apoi, acesta a fost închis. Acum n-aș vrea să pierd timpul cu niște job-uri neavantaajoase. Dar, iată că recent am fost invitat la un loc de muncă similar, cel mai probabil că în timpul iernii am să mă angajez.

„ANUL OPORTUNITĂȚILOR EGALE”

Desigur, pe parcursul acestui an al oportunităților egale, care este deja în desfășurare, au început schimbările. Poate că acestea nu se întâmplă în acel volum pe care ni-l dorim, dar totuși acestea au loc. A început foarte mult să se scrie în mass-media despre noi și despre problemele noastre.

Dacă anterior despre noi se credea că suntem niște pomanagii, care trăiesc din contul societății, atunci astăzi, oamenii obișnuiți văd și înțeleg că și noi avem cariera realizări, că și noi încercăm să facem ceva și că noi nu pur și simplu existăm, dar trăim o viață deplină.

Ei bine, datorită anului oportunităților egale noi ne putem afirma, exprima și ne putem demonstra cele mai bune calități. Și dacă vom crea o părere bună despre noi înșine, sper că nu vom fi dați uitării pentru următorii 25 de ani, până când va fi desemnat din nou un asemenea an al oportunităților egale (râde).

ACCEPTAREA

În trecut, erau momente când îmi era foarte dificil din punct de vedere psihologic, dar am avut cel mai puternic sprijin din partea familiei, apropiaților, care permanent îmi spuneau: „Totul va fi bine, nu-ți face griji”. Familia mi-a fost mereu aproape.



Am avut un sprijin colosal din partea prietenilor, un sprijin extraordinar. Au fost desigur și din cei care s-au întors cu spatele. Și bineînțeles că în astfel de situații, începi foarte repede să te pricepi în oameni și să înțelegi cine îți este prieten, cine - nu.

Mulți prieteni mi-au rămas alături. Ei mă vizitau dimineața înainte de serviciu și se ocupau cu mine. Seara, din nou, după muncă, veneau și din nou ne ocupam, deseori ne plimbam, mergeam la pescuit.

Și așa în mod constant, sprijinul a fost unul considerabil. Acest fapt m-a ajutat să înțeleg că, de fapt, nimic nu s-a schimbat, doar că de acum înainte eu trăiesc cu mâini în loc de picioare, asta-i tot.

În viața de zi cu zi totul a rămas la fel cum a și fost anterior. Cum mă plimbam, așa și mă plimb. Cum îmi plăcea să merg la pescuit, așa și plec în continuare să pescuiesc. Totul a rămas la fel. Pur și simplu dacă anterior eu purtam soția în brațele mele, acum ea se așează la mine pe genunchi și mergem împreună.

OAMENII NU ȘTIU CE SĂ FACĂ ÎN CONTINUARE

Recent, când stăteam pe stradă, vorbind cu încă doi prieteni, și ei în scaune cu roțile, de noi s-a apropiat un băiat necunoscut și ne-a întrebat: „Tatăl meu a avut un accident și acum este în scaun cu roțile. Ce ar trebui să facă acum, mă puteți ajuta cu ceva, îmi puteți da un sfat?”. După discuție, unul dintre noi a mers împreună cu acel băiat, la celălalt capăt al orașului, pentru a vorbi cu tatăl acestuia, pentru a-i explica ce ar trebui să facă în continuare.

Problema este că oamenii aflați într-o astfel de situație pur și simplu nu știu ce

să facă mai departe. Nu avem niciun serviciu special cu privire la astfel de probleme, nu avem specialiști în domenii care ne-ar arăta totul - cum să ne schimbăm locul, cum să ne întoarcem, cum să ne deservim pe noi înșine. Ar fi foarte util dacă ar exista un astfel de serviciu sau un telefon de încredere.

După traumă, nu știam absolut nimic, nici cum să mă așez, nici cum să mă deservesc, am învățat totul din nou. Astăzi însă aș putea să dau cuiva sfaturi sau sugestii, dacă este necesar.

De felul meu de a fi, nu-mi place să cer cuiva ceva. Tot ce-mi este necesar pentru viață, eu am. Dar sunt oameni care au nevoie de ceva mai mult, anume pe ei trebuie să-i ajutăm, iar eu încă nu am nevoie de ajutor.

AZI

Acum am o viață socială activă, sunt implicat în diverse proiecte sociale, de aceea nicio zi nu stau pe loc.

Deja fiind în scaunul cu roțile, am absolvit universitatea, și anume specialitatea care-mi este aproape de suflet. Profesia mea este sociolog, profesor de sociologie.

Povestea mea m-a învățat că atunci când ai un scop - este necesar să mergi către atingerea acestui scop, nu există nimic imposibil de realizat, imposibil de atins. Nu în zadar despre noi se spune că suntem oameni cu posibilități nelimitate. Într-adevăr este așa.

Și încă ceva, în nicio situație nu trebuie să renunțăm și să lăsăm mâinile în jos. Totul poate fi rezolvat, puțin mai devreme sau puțin mai târziu, dar totul poate fi soluționat și în cele din urmă totul va fi bine. ■



Alexandra Volghin: *Uitați-vă la mine - voi avea 40 de ani anul viitor. E incredibil!*

Este destul de dificil să găsești o persoană în gașca din domeniul HIV, care să nu o cunoască pe Alexandra Volghin. Anume ea a fost una dintre primele activite cu HIV din Federația Rusă, care a luptat pentru tratament și pentru apărarea drepturilor sale. Astăzi, Alexandra trăiește și lucrează în Amsterdam, în Rețeaua Globală a persoanelor care trăiesc cu HIV („The Global Network of People living with HIV”). În timpul Conferinței Internaționale HIV/ SIDA 2018, am reușit să o conving pe Alexandra să-mi acorde o jumătate de oră pentru un interviu. A fost o discuție de suflet.

Sașa, nu știu dacă cunoașteți acest lucru, dar mulți activiști HIV cu statut deschis cu care am realizat interviuri anterior v-au numit pe dumneavoastră drept o „pionieră” în această chestiune. Chiar ați fost una dintre primele persoane care au vorbit deschis despre statutul său?

Da, dar a fost cu mult timp în urmă. A fost anul 2002 sau ceva de acest gen. Atunci erau puțini oameni cu fețe deschise, este adevărat. În timpul primelor mele apariții publice, eram într-astfel de căciulă, știți, asemeni celor ca la mascații de la brigada de poliție cu destinație specială „OMON”, la care se vedeau doar ochii. Într-adevăr, purtam tocmai așa ceva. Doar pentru a nu fi atât de sumbri, noi le alegeam de culoare albă. Îmi amintesc cum mama le confecționa, doar noi singuri făceam aceste

tăieturi pentru ochi. Uite în așa mod noi vorbeam în public cu fața închisă (în anonim). Apoi, la un moment dat, a devenit clar că ar trebui să vorbim cu fața deschisă. Pentru că atunci când totul are loc în asemenea măști, sau când în timpul interviului se ascunde fața, sau se filmează de la spate - așa sunt arătați doar criminalii. Și, bineînțeles, îi voi fi toată viața recunoscătoare mamei mele, care mi-a spus atunci: „Poți să faci ceea ce consideri că trebuie să faci. Nu mi-e rușine de tine, ci sunt mândră”, în ciuda faptului că după aceea ea a început să aibă probleme la locul de muncă, cu vecinii, rudele. Îi era foarte dificil. Rudele mele, de exemplu, au cerut să nu mai venim la ele și așa mai departe.

Unde ați trăit în perioada aceea?

În Sankt Petersburg, m-am născut acolo.

La ce vârstă ați decis să vă deschideți fața?

Aveam 22 de ani.

Viața dvs. s-a schimbat după această decizie de a deschide fața?

Foarte mult, foarte mult! Eu am înțeles abia acum cât de mult am fost traumatizată de toate astea în ultimul an când am trăit în Olanda. Am avut o autostigmatizare foarte puternică în toți acești ani. Și când am venit aici, eu m-am confruntat cu o situație total opusă.

Imediat am să explic: de exemplu, când vii pentru prima dată la farmacie după terapia ARV, trebuie să spui ce boli cronice ai. Iar eu le am multe și multe neplăcute. Și când eu spuneam despre toate, pe fața acelei farmacistă nu se schimba nici măcar un mușchi. Ea la fel de sincer mă privea și zâmbea.

Aici, în general, atitudinea lucrătorilor din domeniul sănătății și a medicilor este diferită. De exemplu, medicul meu de familie de aici, numește aceasta „general practician”. Dumneai nu numai că cunoaște totul în ceea ce privește infecția HIV, dar și înțelege foarte bine ce este dependența chimică. De fiecare dată când vin la ea, dumneai este întotdeauna interesată de faptul cum îmi merg treburile, merg sau nu undeva la grupe, dacă am cumva careva stresuri. Ea chiar de la început, când am anunțat-o că îmi schimb locul de trai, imediat mi-a recomandat să trec un program de prevenire a afecțiunilor. Aici sănătatea ta nu este împărțită în sănătate fizică și mentală, aici ești tratat complex, din toate părțile.

De ce ați trecut cu traiul în Olanda?

În general, îmi plăcea foarte mult în Ucraina, am locuit la Kiev timp de 5 ani, înainte de a mă muta în Amsterdam. Acolo este un loc minunat pentru a lucra, pentru că multe lucruri se întâmplă, se schimbă și poți face foarte multe lucruri anume acolo. În Rusia lucrezi, lucrezi, lucrezi, însă fără niciun rezultat. În Ucraina iei, faci și aici hop – poți vedea imediat rezultatul, acest lucru este minunat și te entuziasmează foarte mult.

La un moment dat, vi s-a propus să lucrați în Rețeaua Globală a persoanelor care trăiesc cu HIV („The Global Network of People living with HIV”) în Amsterdam, așa este?

Da, și eu nu am dat acordul imediat, aceasta nu a fost o decizie foarte simplă

pentru mine. Din Rusia eu practic fugeam, deoarece aveam un grad înalt de ardere profesională, nu mai puteam, îmi pierdeam speranța și orientarea și în general dorința pentru orice. În Ucraina, îmi plăcea totul. Dar eram cu adevărat curioasă despre faptul cum se întâmplă totul la nivel global. Am făcut multe lucruri la nivel global, îmi era interesantă toată această bucatărie internațională, și când colo, mi-a fost oferită această slujbă. Am rămas cu adevărat fătă, dar m-am gândit mult timp. În general, mutarea locului de trai este un lucru foarte dificil.

În plus că aveți și copii.

Da, cea mai mare are deja șapte ani, cea mai mică – doi ani. În acel moment eu abia mă stabilisem în Ucraina, îmi plăcea foarte mult rețeaua unde lucram („Меplexa ЛЖБ”), și mă tot gândeam la faptul de ce aș avea nevoie de toate aceste schimbări? Dar curiozitatea asta va omorâ pisica (râde). La început mi-a fost foarte dificil. Nu este același lucru ca, de exemplu, să te muți la nivelul spațiului nostru post-sovietic de la o țară la alta.

În ce constă principala dificultate?

O altă mentalitate, lipsa limbii ruse, această diferență culturală – a fost foarte dificil pentru mine. Pe de altă parte, eu eram atât de autostigmatizată, încât mi-a fost ciudat că oamenii nu se schimbă la față, știind că am HIV. Mi-a fost ciudat că cei din jur nu încep să mă trateze rău doar din cauza statutului meu HIV, eram doar atât de obișnuită cu asta. Mi se părea, pe bune, că acuș el sau ea se vor schimba pe față, când le voi vorbi despre statut, dar oamenii nu se schimbau și eu tot nu puteam să înțeleg de ce (râde).

Ați avut sentimentul că vă aflați parcă pe o altă planetă, nu-i așa?

Da, și nu era vorba de careva schimbări externe. Este vorba despre relația dintre oameni. Aici într-adevăr oamenii un fel de față de altul se tratează foarte respectuos și într-un mod amabil, diferit și te vor susține indiferent de faptul cine ești, aici acest lucru absolut nimănui nu-i pasă. Haine multi-culorale eu însămi o jumătate de viață am purtat, eu toate astea pot, cu asta nu mă poți surprinde. Dar, de exemplu, obiceiul de a ajuta pe cineva aici este la un nivel foarte înalt. De pildă, atunci când tocmai ne-am mutat în apartament și aveam nevoie să aducem niște mobilă, am fost ajutați de un domn,

care ne-a văzut pentru prima dată în viața lui. Noi, mulțumindu-l, l-am întrebat de ce o face și el a răspuns: „La noi aici, în Olanda, este un fel de idee națională – să ne ajutăm unul pe celălalt”.

Copiii dvs. cum au reacționat la mutare?

Copiii imigranților, expatriaților, care suntem cu toții de fapt, imediat după sosire, pleacă la școală unde timp de un an de zile învață limba olandeză. Copiii de aici sunt colorați, din toate colțurile planetei. Fiicele mele vorbesc deja foarte bine limba. Și nici pe departe nu au niciun fel de rasism, ele au doar prieteni și nu contează de unde provin aceștia. Cea mai mare merge la școală, îi reușește bine învățătura. Cea mai mică deocamdată este încă acasă, noi am așteptat rândul și din luna septembrie ea va merge la o grădiniță locală.

Atitudinea față de copii aici este diferită de ceea ce ați văzut în Rusia sau Ucraina?

Aici li se permite atât de multe copiilor! Eu nu pot face asta (râde). Ei bine, trebuie să existe niște limite. Copiii aici sunt regi.

Câteodată stau și mă gândesc că, pe capul meu, eu însămi am învățat copiii să-și aibă propria părere și acum ce mă fac cu asta? Adesea, la noi acasă, o discuție începe cu cuvintele: „Mamă, permite-mi, eu am careva sentimente, așa că nu voi pleca acum să dorm” (râde). De la naștere sunt așa, nu este meritul meu, dar îmi place mult asta la ele. Am niște fete gingașe, minunate și frumoase.

Copiii știu că aveți HIV?

Așa s-a întâmplat că fiica cea mai mare cunoaște despre alcool, droguri și manifestă înțelegere și respect atunci când eu plec la grupă. Pe de o parte, ea se întristează atunci când plec, iar pe de altă parte, înțelege semnificația și valoarea a tot ce se întâmplă. Cea mai mică deocamdată nu știe nimic, ea este încă foarte mică.

De ce continuați să mergeți la grupe?

Deoarece dependența este o boală cronică, pentru toată viața, unde să ne ascundem de ea?

Și apoi, grupele ajută să ne limpezim capul. Iată eu acum deja o săptămână nu am fost și simt diferența.

Împreună cu soțul v-ați mutat aici?

Da, dar el acum este temporar în Ucraina. Aceasta este o altă dificultate, pentru că totul nu este chiar foarte simplu. Între timp suntem aici cu copiii, fără el, deși acum mama mea mă ajută. În general, la început mi se părea că nu voi putea face față lucrului, nu îmi reușea absolut nimic, îmi adunam lucrurile pentru plecare de câte trei ori pe săptămână, am angajat diferiți antrenori, repetitori de limba engleză. Acum deja îmi este mai ușor. Încep să mă simt la locul meu și că fac ceea ce este necesar.

În ce constă acum serviciul dumneavoastră?

De facto, lucrul meu constă în colectarea informațiilor de pe întregul glob pământesc și livrarea acestora la nivel mondial. Eu lucrez în delegația comunităților Fondului Global și respectiv eu, de asemenea, colectez și distribuim informațiile de la nivel mondial la cel local. Iată de exemplu, au fost acceptate / aprobate criteriile pentru obținerea finanțării din partea Fondului Global. Sarcina mea este să transmit aceste informații în continuare, să-i informez pe toți. Cea mai mare parte a muncii mele constă în transmiterea experienței și opiniilor de jos în sus pe scara ierarhică. Lucrez în birou, am mai multe proiecte în curs de desfășurare, câteva sunt noi. Aceasta include atragerea de fonduri și ulterior transferarea acestora în continuare. Încă una dintre sarcinile mele este găsirea finanțării, suportului necesar pentru a sprijini toate lucrurile minunate pe care oamenii le fac în acest domeniu la nivel local, invitarea acestor oameni la niște întâlniri importante, unde să le oferim posibilitatea să vorbească, să-și prezinte experiența. Sunt ca o navetă - alerg încolo și înapoi - iar funcția mea se numește simplu - manager de program.

Vă este dor de casă?

Astăzi nu mai știu unde-mi este casa mea. Și acesta a fost cel mai amuzant moment, pentru că atunci când îmi împachetam valizele aici, a apărut întrebarea - dar unde mergem, unde este casa noastră? (râde) În Sankt Petersburg trăiește mama mea, în Ucraina - soțul, prietenii sunt pretutindeni, lucrul peste tot, totul este foarte dificil. Bineînțeles că mi-e dor de Sankt Petersburg, mi-e dor de prietenii mei și de împrejurimile noastre. Ceea ce se întâmplă în Rusia este asemeni situației când te-ai bate cu capul de perete, după care nu-i duc

dorul deloc. Pentru că eu vreau să mă realizez pe plan profesional și vreau să văd rezultate, sunt o persoană destul de ambițioasă, eu vreau să ating cu mâinile ceea ce am reușit să fac, să creez.

În opinia dvs., această tendință de a deschide fața, adică de a dezvălui statutul HIV este o tendință de modă sau o necesitate?

Cred că într-un alt mod nici nu se poate de procedat, deoarece aceasta reprezintă și un fel de acceptare de sine. Atâta timp cât te ascunzi, atitudinea față de tine însăși este diferită. Toți au motive diferite, dar pentru mine deschiderea statutului HIV este legată de sănătatea psihologică, de faptul că să încep să mă accept așa cum sunt în realitate. Desigur că unii oameni dimprejur își întorc spatele, dar o altă parte, totuși, te acceptă și atunci și tu începi să te accepți așa cum ești și acest lucru e foarte important.

Cum credeți, o astfel de conferință AIDS 2018 este un eveniment necesar?

Uneori am o dispoziție decadentă și atunci cred că acest lucru nu este cu adevărat necesar pentru nimeni, și cât de mulți bani costă, și timp, de-ar fi să dai acești bani oamenilor pentru ca ei să lucreze! Dar, de fapt, apoi conștientizez că într-adevăr are sens, deoarece permite oamenilor să facă schimb de opinii, să audă alte puncte de vedere.

Ieri, de exemplu, am fost la o sesiune informativă cu privire la întreruperile în tratament și prietenii mei din Rusia, care, de asemenea, au avut acolo prezentări, au făcut cunoștință cu indienii, care deși singuri produc toate preparatele ARV, au și ei întreruperi! Astfel, prietenii mei au vorbit, au discutat și în rezultat le-a devenit mult mai ușor pe suflet. Pentru că, de fapt, realizezi că nu ești singur (râde). De asemenea, aceasta este o bună ocazie de a auzi sau de a afla ce gândesc părțile interesate despre o chestie sau alta. Este o posibilitate să te întâlnești personal cu aceste persoane și să discuți ceva împreună. Și, bineînțeles, acest tip de evenimente conține o cantitate imensă de informații interesante și utile. Deseori sunt întristată de faptul că eu însămi am o mulțime de prezentări și nu am timp să particip la sesiunile altcuiva.

Ați abordat tema terapiei. Aici, în Amsterdam, cu siguranță că nu aveți întreruperi, da?

Bineînțeles că nu. Am un medic de familie, care, la prima cunoștință, m-a îndreptat la un spital pentru investigație. Și acolo mi-au găsit multe de toate, pe care alții nu le-au putut găsi. Inclusiv și cancer de col uterin la stadia inițială, pe care l-am tratat foarte repede. Am avut celule precanceroase, care au fost înlăturate rapid, și gata. Din păcate, o astfel de poveste este foarte des întâlnită la fetele, femeile HIV-pozitive. Apoi, medicii au început să-mi trateze ficatul. Sufăr de hepatita Delta deja timp de 20 de ani, și dacă în Sankt Petersburg mi s-au făcut cel puțin câteva investigații, atunci în Ucraina de mine nu s-a ocupat nimeni. Aici mi-au făcut o puncție și concluzia a fost următoarea: „Situația este rea, trebuie să începem tratamentul”. Și eu încă am început să negociez „Poate peste vreun anisor de zile sau poate după desfășurarea conferinței?”, la care medicul s-a uitat la mine cu atenție și a spus: „Știi ce, Alexandra, sau veți începe tratamentul acum, sau tot ce voi putea face pentru dumneavoastră este să vă spun adio”. Și eu, începând de săptămâna următoare, la fuga am început să administrez „Interferon” -ul.

Cât timp mai aveți nevoie să administrați tratamentul?

Deocamdată nu se știe. Problema constă în faptul că în întreaga lume sunt circa 20 de milioane de oameni care trăiesc cu hepatita D și companiile farmaceutice nu sunt interesate să elaboreze ceva împotriva acestui virus. Ei au elaborat totul pentru hepatita C și acum își colectează veniturile. Iar noi suntem 20 de milioane de oameni.

Pe de altă parte, mă simt foarte inconfortabil pentru că eu administrez medicamente, care nu sunt deloc ieftine. Preparatul meu pentru tratamentul hepatitei Delta costă 2.500 de euro pe lună.

Cine vă achită costurile pentru acest preparat?

Compania de asigurări. Cu toate acestea, asigurarea mea medicală pentru o lună costă 120 de euro. Eu am avut noroc, dar mulți oameni nu l-au avut și asta nu este corect.

Ei bine, toate astea - mă refer la situația de astăzi din Rusia, care totuși vă este țara de baștină - se vor schimba vreodată, cum credeți?

Acolo sunt necesare măsuri revoluționare dure împotriva epidemiei, o introducere în masă a programelor de prevenire. Mai mult decât atât, atunci

când există o astfel de epidemie trebuie să fii deștept și foarte creativ ca să inventezi în permanență noi modalități de prevenire, așa cum se întâmplă acum în Ucraina. Acolo, băieții și fetele sar mult deasupra capului său pentru a obține careva rezultate. Dar aici, totul este de nivel mediu și acest fapt este atât de dureros.

Când eram în „FrontAIDS” cu mulți ani în urmă și ne luptam pentru tratament, noi spuneam în glumă că în Rusia va fi un milion de persoane HIV-pozitive. Noi în așa mod speriam oamenii în comunicatele de presă. Era anul 2003. Iată că am ajuns. Nici n-am bănuț niciodată că spusele noastre se vor adevăra.

Ei bine, atunci când aveai 21 de ani, v-ați fi putut imagina că veți sta aici la o conferință în Amsterdam, că veți locui aici, oferind interviuri la nesfârșit, că veți vorbi în cadrul a numeroase sesiuni informative și veți face un lucru cu adevărat foarte important?

Oh, nu! Deseori, mă privesc în oglindă și mă gândesc: „Doamne, cum oare mi-ai încredințat doi copii?” (Râde)

Cum în general ați aflat că aveți HIV?

Era anul 2000, am avut o infecție HIV acută, care s-a manifestat sub formă de herpes zoster. Am alergat urgent la DDV (Dispensarul Dermato-Venerologic – nota red.), unde nu mi s-a spus nimic, am făcut doar teste la HIV, după care au început să mă sune insistent spunându-mi: „Veniți și gata”. Am venit, au adunat acolo un întreg consiliu, deoarece nu mai văzuseră în viața lor pe viu nicio persoană HIV-pozitivă. Mi-au spus: „Ai SIDA”. Îmi amintesc cum după aceea am cumpărat un litru de vodcă și m-am dus spre golful mării.

Ați consumat mult alcool?

Nu, nu mi-a reușit. Eram într-un șoc total. Mă gândeam că voi trăi încă maxim 5 ani și eu eram singura persoană HIV-pozitivă pe care o cunoșteam. Mi se părea că toate astea se pot întâmpla în Africa și nu puteam să înțeleg cum s-a putut întâmpla astfel de caz cu mine, atunci nu-mi era deloc clar.

A fost un moment când v-ați obișnuit deja?

Când oamenii au încetat să moară. Când tratamentul a început să apară. Eu am fost în stadiul SIDA câțiva ani de zile, până în momentul când VV (Vladimir Putin) a decis într-un final



că SIDA totuși există și în anul 2004 a apărut terapia ARV. Dar oamenii decedau în continuare și noi ne luptam, ne ajutam unii pe alții. Îmi amintesc cum mi s-a propus să fiu coordonator-voluntar într-un proiect de caritate pentru care mi se oferea 100 de euro. Eu însă aveam o afacere de suveniruri și am tot încercat o bucată de timp să le combin pe ambele, până când soțul meu de atunci, văzându-mă cât de obosită eram permanent, mi-a spus: „Gata, ajunge, închide magazinul și mergi să lucrezi acolo unde au nevoie de tine!”

Vă considerați azi o femeie de succes?

O întrebare teribilă. Este clar că de multe ori mi se pare că toate acestea sunt inutile. Dar eu n-aș face nimic din toate astea, dacă nu aș continua să cred

în ceea ce fac. Am multe îndoieli. Dar acest lucru este inevitabil, pentru că dacă nu voi avea îndoieli, totul nu va mai avea niciun sens.

HIV nu este o sentință?

Desigur că nu. Uită-te la mine – voi împlini 40 de ani anul viitor. E incredibil! Când aveam 30 de ani – aveam doar două planuri de viață în continuare: sau ca la Kurt Cobain – să mor tânăr, sau să am soț, apartament, mașină și doi copii. Nimic din cele enumerate nu aveam în acel moment. Și nici unul dintre planurile mele de atunci nu s-a realizat. Acum am doi copii, un post de muncă care îmi place și eu cred că sunt foarte norocoasă pentru că am obținut o afacere a vieții în care cred cu adevărat. Acesta este cel mai tare lucru care se poate întâmpla.



Bruce Richman, fondatorul campaniei *„N=N, Nedetectabil = Netransmisibil”:* Pe parcursul a câtorva ani, pentru întreaga campanie noi am cheltuit aproximativ 100.000 USD, dar această sumă este mult prea mică și insuficientă

Fondatorul și inspiratorul de idei al campaniei privind profilaxia și accesul la tratament cu denumirea: „Undetectable = Untransmitable (U = U)” / „Nedetectabil = Netransmisibil”, Bruce Richman, a venit la Conferința Internațională privind SIDA din Amsterdam împreună cu mama și sora sa. Cu o zi înainte de desfășurarea Conferinței, Bruce a organizat

un seminar pe tema campaniei, în cadrul căruia au luat cuvântul mai mulți medici binecunoscuți, cercetători și activiști cu HIV. În intervalele dintre aplauzele din sală și cunoștințele nesfârșite, Bruce a oferit un interviu pentru revista noastră. Și după aceea s-a bucurat nespus de mult când a aflat că campania a fost susținută și de organizațiile din Republica Moldova.

Bruce, în câte localități s-a desfășurat campania „N=N, Nedetectabil = Netransmisibil”?

Până în prezent, campania noastră a fost desfășurată în 91 de țări din întreaga lume. Dar, este foarte probabil că în curând vom ajunge și în alte câteva sute de țări.

În opinia dvs., campania a avut succes?

Desigur că campania a fost desfășurată cu succes, cel puțin eu în asta cred. Acum câțiva ani, doar câțiva oameni de știință ne-au sprijinit și au declarat cu încredere că dacă încărcătura virală este zero, atunci HIV nu se transmite. Astăzi, Organizația Mondială a Sănătății a confirmat afirmația noastră, care a fost susținută și de către organizația UNAIDS și Centrul American de Profilaxie și Control al Bolilor (Centers for Disease Control and Prevention). Aceasta este o mare realizare pentru noi.

Câți bani ați cheltuit pentru desfășurarea campaniei?

În acești câțiva ani am cheltuit aproximativ 100.000 de dolari pentru întreaga campanie, dar această sumă este mult prea mică și insuficientă.

Câți ani dvs. deja trăiți cu HIV?

15 ani, acum am 49.

Arătați foarte bine!

Ah nu, sunt deja bătrân (râde).

Și câți ani, din cei 15 pe care îi trăiți cu HIV, sunteți fericit?

Cred că din momentul în care am aflat despre această teorie că la încărcătura virală zero HIV nu se transmite altor persoane. Asta a fost în anul 2012. Înseamnă că sunt aproximativ 6 ani de când eu însumi nu mă simt un bolnav sau un pacient, ci o persoană sănătoasă.

Numiți vă rog 3 reguli ale unui stil de viață sănătos cu HIV?

Administrarea pastilelor în fiecare zi, conform programului. Obligativ efectuaarea controalelor regulate la medic și efectuarea tuturor investigațiilor necesare. Și a treia – să nu vă faceți griji, pur și simplu să vă trăiți viața și să o savurați din plin!

Ce întrebare vă este adresată cel mai des de oamenii din întreaga lume atunci când vă cunosc?

Ce înseamnă „N = N”? (râde) Dar eu nu obosesc de fiecare dată să le explic semnificația acestei denumiri.

Persoanele cu HIV sunt la fel ca toată lumea?

Desigur că noi avem HIV, o boală care nu o are fiecare și în acest sens noi nu suntem asemeni celorlalți. Dar, la fel ca și toată lumea, noi putem să avem copii, să întemeiem familii, să facem sex. În acest sens, noi suntem oameni obișnuiți.

Eu chiar cred că, în ceea ce privește securitatea, noi, persoanele HIV-pozitive, suntem norocoase, deoarece ne cunoaștem statutul, ne cunoaștem riscurile și știm ce ne așteaptă. Acest fapt, din păcate, nu-l putem spune despre cei care trăiesc și care nu au făcut niciodată un test la HIV, de exemplu.

Și ultima întrebare, mama este mândră de dvs., da?

Desigur că da. Mi-a vorbit despre asta și acum câteva minute în urmă. ■



Boală fără simptome.

Tot ce-i mai important despre cancerul hepatic

Cancerul hepatic este un tip de cancer care se dezvoltă anume în ficat. Acest tip de cancer are o rată scăzută de supraviețuire, iar simptomele apar cel mai adesea la un stadiu avansat al bolii și este puțin probabil de a le observa mai devreme. Există mai multe grupuri de risc major, care determină dezvoltarea acestui tip de cancer, și anume: hepatita, diabetul zaharat și hepatita virală.

DE CE APARE CANCERUL HEPATIC?

Nici până la ziua de azi oamenii de știință nu au stabilit încă cauzele exacte ale apariției cancerului la ficat. Cu toate acestea, se cunosc unii factori care pot crește riscul unei persoane de a se îmbolnăvi de

acest tip de cancer. Acești factori sunt:

- ▶ Hepatitele virale B și C;
- ▶ Ciroza hepatică;
- ▶ Unele boli ereditare, cum ar fi hemocromatoza (boală ereditară, determinată genetic, care se manifestă printr-o dereglare a metabolismului de fier, cu acumularea acestuia în țesuturi și organe);
- ▶ Diabetul zaharat de tip 2;
- ▶ Ereditatea (dacă în familie cineva dintre rude a suferit de cancer hepatic);
- ▶ Consumul regulat al alcoolului;
- ▶ Expunerea prelungită la aflatoxine. Aflatoxina este o substanță creată de ciupercă. Aceasta poate fi găsită în grâul mușgăit, arahide, porumb, nuci, soie și arahide;
- ▶ Imunitate scăzută sau imunodeficiență, de exemplu infecția cu HIV;
- ▶ Obezitatea;
- ▶ Sexul masculin;
- ▶ Fumatul;
- ▶ Expunerea prelungită la doze mici de arsen (de exemplu, dacă o persoană bea în mod regulat apă dintr-o fântână necurățată).

Dacă Dvs. vă regăsiți cel puțin





în una dintre grupurile de risc menționate mai sus, trebuie neapărat și în mod regulat să efectuați screening-ul pentru cancerul hepatic. Numai screening-ul poate detecta boala într-o fază incipientă, deoarece în majoritatea cazurilor, cancerul hepatic nu se manifestă sub formă de simptome.

STADIILE CANCERULUI HEPATIC

Cancerul la ficat evoluează în 4 stadii. În funcție de stadiul la care a fost diagnosticată boala, medicul determină schema de tratament și terapia ulterioară de întreținere:

Stadiul I: Tumoarea există numai la nivelul ficatului și nu se răspândește în alte organe și nu dă metastaze.

Stadiul II: Există fie mai multe tumori mici la nivelul ficatului, fie o tumoare care a ajuns la vasele de sânge.

Stadiul III: Există diferite tumori mari sau o tumoare care a ajuns

la principalele vase de sânge. Cancerul posibil a ajuns și la vezica biliară.

Stadiul IV: Cancerul dă metastaze. Aceasta înseamnă că se răspândește în alte organe ale corpului.

Este foarte important să înțelegem că cu cât este mai mare stadiul de cancer la ficat, cu atât sunt mai puține șanse de vindecare completă a acestuia.

CANCERUL DE FICAT POATE FI VINDECAT?

Totul depinde de stadiul la care a fost diagnosticată boala. În prima și cea mai incipientă fază poate ajuta intervenția chirurgicală, în timpul căreia persoanei îi este îndepărtată acea parte a ficatului care a fost afectată de o tumoare canceroasă. Acest tip de tratament are dezavantajele sale - riscul unor sângerări severe, probleme cu coagulabilitatea sângelui, dezvoltarea infecțiilor postoperatorii și a pneumoniei.

O altă opțiune de tratament pentru cancerul hepatic este transplantul de organ sănătos. Pentru ca medicul să prescrie anume această procedură specială, tumoarea nu trebuie să fie mai mare decât o anumită dimensiune (5 cm). Dacă vorbim despre mai multe tumori, dimensiunea fiecărei tumori nu trebuie să depășească 3 cm.

Transplantul este o operație foarte riscantă, după care se pot dezvolta mai multe complicații. De exemplu: respingerea noului organ de către organism. De asemenea, reprezintă pericol și medicamentele imunosupresoare, care vor trebui administrate de către pacient pentru o perioadă lungă de timp după operație.

În stadiile avansate ale cancerului hepatic, sunt prescrise radioterapia și / sau chimioterapia. În timpul efectuării chimioterapie, persoana are efecte adverse, pe care nu toți le pot suporta. Printre cele mai frecvente efecte adverse sunt: căderea părului, greață, vomă, diaree, dificultăți de respirație,

pierderea poftei de mâncare, probleme digestive.

Dacă boala este diagnosticată la stadiul final și nu se poate face nimic, medicul poate prescrie pacientului îngrijire paliativă și de susținere.

Este foarte important în ultimul stadiu al cancerului de ficat să fie oprit sindromul durerii, dacă acesta apare. Pentru ca pacientul să nu sufere de durere, medicul trebuie să-i prescrie medicamente contra acesteia, care să ușureze ultimele zile ale pacientului.

Este foarte important de înțeles că cancerul hepatic, ca și orice alt tip de cancer, nu poate fi vindecat cu ajutorul remediilor populare sau medicinei alternative.

SIMPTOME

De regulă, cancerul hepatic nu se manifestă într-o fază incipientă și simptomele pot fi observate numai atunci când boala se află deja într-un stadiu târziu.

Când boala se află deja într-un stadiu avansat, pacientul poate simți următoarele:

- Îngălbenirea pielii și a albului ochilor (icterului);
- Dureri abdominale;
- Scădere nemotivată în greutate;
- Mărirea ficatului la palpare;
- Oboseală și slăbiciune;
- Greață;
- Vomă;
- Dureri de spate;



- Creșterea temperaturii corpului.

CUM ESTE DIAGNOSTICAT CANCERUL HEPATIC?

Este imposibil să faceți acest lucru de sine stătător. Pentru a înțelege că aveți probleme hepatice - trebuie să consultați un medic. Diagnosticul final poate fi stabilit numai după efectuarea următoarelor proceduri:

- Analiza sângelui, inclusiv pentru hepatitele virale;
- Imagistică prin rezonanță magnetică sau tomografie computerizată a ficatului;
- Biopsia tumorii (îndepărtarea unei probe mici de tumori pentru a identifica tipul acesteia în condiții de laborator);
- Laparoscopia (o metodă sigură și informativă de examinare instrumentală a formărilor benigne sau maligne).

CANCERUL HEPATIC POATE FI PREVENIT?

Este imposibil să ne protejăm complet organismul de celulele canceroase. Cu toate acestea, pot fi întreprinse unele eforturi care vor reduce riscul apariției cancerului.

Acestea sunt:

- Refuzul complet de alcool;
- Vaccinarea împotriva hepatitei B;
- Menținerea unei greutăți sănătoase și combaterea obezității;
- Tratatamentul în timp util al bolilor, cum ar fi diabetul zaharat de tip 2 și hemocromatoza;
- Examinarea medicală anuală a întregului organism.

Cancerul de ficat este o boală insidioasă deoarece, în primul rând, simptomele acesteia nu pot fi determinate într-un stadiu incipient. Cu cât mai târziu boala este diagnosticată, cu atât sunt mai slabe prognozele pentru pacient. De exemplu, indicatorul supraviețuirii la cinci ani în primele stadii este de aproximativ 30%. Dacă diagnosticul a fost făcut într-o etapă târzie - același indicator este redus până la 3%. Asume din această cauză este foarte important să trecem examenul medical în fiecare an, să nu abuzăm de alcool, să facem toate vaccinurile și să ducem un stil de viață sănătos. ■



În Olanda timp de 18 ani funcționează camerele de consum de droguri în siguranță.

Pe parcursul acestei perioade de timp, nicio persoană nu a decedat din cauza supradozajului

In 1994, în Olanda au fost deschise primele camere de consum de droguri în siguranță. La ziua de azi, în întreaga țară funcționează 31 de astfel de camere. Spații similare sunt deschise încă în 9 țări din întreaga lume (Elveția, Germania, Spania, Austria, Canada, Norvegia, Luxemburg, Danemarca, Franța). În 2019 se planifică deschiderea unor astfel de încăperi și în Portugalia. Jurnalista, dna Elena Derjanschi, fiind într-o deplasare de presă, a vizitat una din aceste camere pentru a vedea personal modul în care acestea funcționează.

Cedric Charvet lucrează în cadrul programelor de reducere a riscurilor exact 20 de ani. Cinci dintre aceștia a lucrat în Elveția, încă câțiva ani a trăit în SUA, astăzi el lucrează ca manager de proiect în cadrul Rețelei Internaționale a Camerelor de Consum de Droguri (International Network of Drug Consumption Rooms).

În special pentru jurnaliștii care mediatizau cea de-a 22-a Conferință Internațională SIDA 2018, Cedric a desfășurat o excursie la unul dintre centrele de consum de droguri în siguranță din Amsterdam.

Centrul este situat într-o zonă rezidențială, într-o clădire obișnuită. Niciun semn de identificare, decât doar logoul

organizației, nimic care ar indica sau te-ar face să-ți dai seama că în fiecare zi, aici, vin zeci de oameni pentru a petrece noaptea, pentru a mânca, a bea un ceai fierbinte, a face un duș, a-și schimba hainele murdare pe altele curate și pentru a-și lua doza de droguri într-un mediu sigur.

Legalizarea utilizării drogurilor în Olanda a avut loc în anul 1986. Deja în 1992, proporția consumatorilor de droguri HIV-pozitivi a scăzut de la nivelul inițial de 40% la 12%. În 1998, acest indicator a fost de numai 4%. În 2008, prevalența HIV în rândul persoanelor care consumă droguri a fost de 0,01% și mai sus acest nivel nu crește.



Cele mai recente date indică faptul că doar 10% dintre clienții camerelor de consum de droguri injectabile. Majoritatea preferă fumatul, precum și consumul preparatelor pe cale internă și prin inhalare.

Siguranța, igiena și lipsa stresului

„Centrul nostru se bazează pe trei paradigme: siguranță, igienă și lipsă de stress”, a declarat Cedric jurnaliștilor. „Securitatea este atunci când o persoană poate veni aici fără a-și face griji că în spatele său poate sta un polițist sau un traficant de droguri care îi va cere banii. Cu igiena totul este simplu – acesta este un lucru foarte important pentru toată lumea, anume de aceea aici vin ca să facă un duș, să-și spele hainele murdare și să ia altele curate absolut gratuit. Și desigur, nici un fel de stres. Este foarte important să înțelegem că cu cât este mai mare nivelul stresului în viața unei persoane, cu atât este mai mare probabilitatea ca aceasta va începe să consume droguri. Anume de aceea, noi, de exemplu, nu v-am permis să fotografiați aceste camere de consum”.

Cel mai tânăr client al centrului are 18 ani, cel mai în vârstă este de 78 de ani și acesta deja de 18 ani consumă cocaină. Printre clienți se numără atât bărbați, cât și femei.

În medie, o persoană petrece în jur de 2-3 ore în cadrul centrului de consum în siguranță. Pe parcursul unei zile, centrul este vizitat de aproximativ 18 persoane. Atunci când veniți aici este necesar doar să vă spuneți numele. Alte informații nu sunt solicitate. Nimeni nu duce evidența vizitatorilor, deoarece aceste informații sunt necesare numai pentru statistici și nu se răspândesc nicăieri. Plus la toate, aici, în Olanda, nu există o astfel de percepție ca evidență legată de droguri.

În cadrul centrului este interzisă comercializarea drogurilor. Aceasta înseamnă că fiecare vine cu drogurile sale. Tot aici, în centru, acestea pot fi testate la calitate, cu ajutorul unor teste rapide. Dacă sunt careva suspiciuni, drogul poate fi dus într-un laborator gratuit, care va prezenta ulterior o analiză chimică detaliată.

„Acest lucru este important deoarece, de regulă, drogurile ilegale adesea sunt cu adaosuri. De exemplu, aceeași

heroină „stradală”, atunci când este testată, poate arăta că conține doar 20% de însăși heroina. Restul sunt niște „impurități / adaosuri chimice”, explică Cedric.

Tot aici, în cameră, consumatorul poate primi seringi sterile, șervețele, prezervative, precum și filtre și linguri de metal de unică folosință pentru pregătirea drogurilor. Dacă consumatorul nu dorește să utilizeze instrumentul – lingura de unică folosință, acesta poate veni cu a sa personală, pe care aici mai întâi o vor steriliza și, după care, clientul o va primi înapoi.

Astfel de camere sunt doar o parte a programului de reducere a riscurilor care este implementat pe întreg teritoriul Olandei. Apropo, acest program este finanțat de către Compania Națională de Asigurări în Medicină.

Sarcina principală este prevenirea supradozelor

În afară de camerele pentru consumatori, există terapia de substituție cu metadonă, care este disponibilă sub formă comprimată, injectabilă și lichidă. La ziua de azi, în Olanda există aproximativ 6.000 de consumatori

de metadonă. În total, sunt 31.000 de persoane dependente de droguri.

Una dintre sarcinile importante ale centrului este prevenirea supradozelor. Pentru a preveni acest lucru, în centru nu există camere separate. Drogurile sunt consumate la o masă mare, la care stau concomitent mai multe persoane. Între timp, o persoană se poate uita la fotbal, alta în acest moment bea o cafea, cea de-a treia se injectează cu heroină.

În cadrul acestui tip de interacțiune, semnele de supradozaj sunt imediat vizibile, din primele secunde. Pentru un asemenea caz, în centru există întotdeauna „Naloxona”. În cazul în care a avut loc un supradozaj cu o altă substanță, lucrătorii centrului vor apela la o ambulanță, care va ajunge în 5 minute și va acorda toată asistența necesară. Dacă persoana va avea nevoie de spitalizare, aceasta va fi dusă la spital. Nimeni nu va chema poliția sau nu-i va citi notații. După ce persoana se va face bine, aceasta va fi externată.

Pe parcursul perioadei cât activează aceste camere, în Olanda nicio persoană nu a murit din cauza supradozei. În total, personalul centrului face aproximativ 6 apeluri la ambulanță pe parcursul unui an. Mai mult nici nu este necesar pentru că în centru foarte bine este pus la punct principiul de transmitere a informației de la unul la altul. Vizitatorilor le este explicat cum să se comporte în cazul unui supradozaj, cum să îl evite, cum să utilizeze „Naloxona”.

„Această metodă este cea mai eficientă. Noi comunicăm cu vizitatorii într-o atmosferă relaxantă, care la rândul său, pleacă mai apoi acasă sau la prieteni și transmit în același mod aceste informații pe care le-au auzit”, adaugă Cedric.

O dată la trei luni, personalul centrului se întâlnește cu ofițerii locali de poliție pentru a discuta despre faptul cum merg lucrurile. De obicei, astfel de întâlniri se limitează la dialogul: „Câte infracțiuni comise de către utilizatorii de droguri ați înregistrat în sectorul dvs. în ultimele 3 luni?”, - „Zero”, - „Toate cele bune!”.

Programele de reducere a riscurilor costă statul mai ieftin decât detenția

A fi încarcerat pentru consumul de droguri în Olanda este puțin

probabil. Programele de reducere a riscurilor (care includ atât campanii de informare, cât și detoxificare) sunt mai ieftine pentru stat decât detenția prizonierilor în închisoare. În cazul în care un consumator de droguri va fi prins cu o doză care depășește cantitatea admisibilă (5 gr de marijuană; 0,6 gr de heroină și cocaină; 1,75 gr ecstasy pentru 1 kg de greutate) - mai întâi acestuia îi vor face un avertisment sau o să-i amintească despre centrele de reducere a riscurilor, unde poate beneficia de sfaturi, sprijin psihologic și chiar să rămână să doarmă. Dacă persoana va fi prinsă repetat, aceasta se poate alege cu o amendă sau cu muncă neremunerată în folosul comunității. În medie, amendă este de aproximativ 1.000 de euro. Dacă persoana nu poate achita amendă, aceasta poate fi lipsită de libertate.

Centrele de consum de droguri oferă servicii pentru aproximativ 13.000 de persoane pe an. „Noi nu condamnăm consumatorii și nici nu căutăm posibilitatea să-i convingem să abandoneze consumul, pentru că aceasta este alegerea lor. Deși suntem foarte fericiți atunci când, după 5-7 ani, suntem vizitați de foștii beneficiari și aflăm că unul din ei a deschis un magazin de flori, iar altul a devenit pictor. Acest lucru este minunat. Scopul nostru principal este de a asigura persoanei securitate. În acest sens, am cumparat chiar și scaune, și mese cu colțuri rotunjite, ca într-un caz sau altul persoana să nu se rănească sau lovească. Scopul nostru principal nu este propaganda

consumului de droguri, așa cum mulți, în mod greșit, cred. Scopul nostru principal este să facem tot posibilul pentru ca persoana să nu se infecteze cu HIV sau cu alte boli, să nu moară din cauza unui supradozaj sau să înghețe afară de frig. Cunoașteți, probabil, că adesea utilizatorii de droguri sunt alungați de acasă și când aceștia ajung în stradă devin dublu vulnerabili”, continuă Cedric.

La întrebarea dacă astfel de centre cooperează cu organizația „Consumatorilor de droguri anonimi” - Cedric a dat afirmativ din cap. „Și foarte intens. Noi putem propune clienților noștri să participe la astfel de grupuri, care sunt desfășurate în întreaga Olanda în fiecare zi, la orice oră convenabilă pentru persoanele în cauză”. Cu toate acestea, ultimul cuvânt este întotdeauna după consumatorul de droguri și dacă acesta, din anumite motive, nu vrea să se lase de consumul de droguri - nimeni nu îl va condamna sau nu îl va forța să facă acest lucru.

La final, noi, un grup de jurnaliști din țările fostei CSI, îi adresăm lui Cedric o întrebare retorică: va exista oare ceva de acest gen cândva și în țările noastre? La care Cedric, zâmbește și răspunde: „Pentru a realiza acest lucru avem nevoie de un scop foarte clar. Și când guvernele voastre își vor pune acest scop și aici mă refer la respectarea drepturilor omului, asigurarea securității și păstrarea sănătății - atunci acest lucru va deveni mai probabil de a fi realizat”.





Arina Korzhikova:

Astăzi pot curajos să recunosc că eu, ca mama unui consumator de droguri, am trecut prin cele șapte cercuri ale infernului

Arina Korzhikova mulți ani era îngrijorată de dependența fiului său, fără să știe cum să-l ajute. Astăzi, fiul ei se află la reabilitare, iar Arina a decis să povestească cu sinceritate despre experiența sa. Noi apreciem decidera și curajul dumneaei.

Nichita

În aceste zile, a început ultima lună din cele șase de când Nichita se află la

reabilitare în cadrul Comunității Terapeutice „Inițiativa Pozitivă” (interviul a fost înregistrat în iulie 2018 – nota redacției). Senzațiile sunt interesante - mi-a dispărut stresul și chiar puțin m-am relaxat. Astăzi trăiesc cu senzațiile proprii vieții, dar nu cu grijile pentru fiul meu. Desigur că simt o oarecare frică, dar aceasta se află undeva acolo, adânc.

Astăzi eu pot curajos să recunosc că eu, ca mama unui consumator de droguri, am trecut prin cele șapte cercuri ale

infernului. La început predomina o negare totală a problemei, pentru că eram o perfecționistă în viață și spuneam mereu că această problemă nu ne privește pe noi, suntem cu toții educați, inteligenți și atât de departe de acest subiect. De aceea, când fiul meu fiind la început, treptat aluneca în prăpastie, eu nu doream să recunosc acest fapt.

Cea de-a doua etapă a început atunci când mi-am dat seama că ceva nu este în regulă, când problema era evidentă și eu am început să dau vina pe toată

lumea din jurul meu – pe soț, părinți, mediu. Și când fiului i-a fost pus diagnosticul „dependență narcotică”, a început cea mai grea perioadă. Complexul meu de vinovăție mă apăsa atât de mult încât de câteva ori chiar m-am gândit la sinucidere. Atunci mi se părea că numai moartea mea ar putea să schimbe ceva. Fiul meu se transforma într-o legumă, devenise un străin pentru mine. Iar eu eram firul de legătură în toate astea. El mă acuza pe mine de toate ne-cazurile sale și în acest fel îmi intensifica durerea sufletească.

Am încercat de mai multe ori să mă eliberez de la locul de muncă, au început problemele cu soțul meu, am ajuns chiar până la divorț. Noi, în familie cu toții ne-am certat și eram în tabere opuse, ca inamicii. Uneori chiar îmi părea că nu ne putem privi în ochi unul pe celălalt. Aveam o singură întrebare retorică: cine-i vinovat și ce-i de făcut?

Cauza

De la naștere l-am ținut sub un control strict, mă străduiam să fiu severă, să vorbesc fără dezmiertări și nu i-am dat frâu liber nicicând. Aveam o familie bună, trăiam în prosperitate, nu duceam lipsă de nimic. Chiar după nașterea lui mă certam sau cu prietenii din curte, sau cu medicii, sau la grădiniță, sau la școală. Nichita mereu era ofensat de toți și vedea că în orice situație, întotdeauna, mama îl va ajuta, mama va veni și, respective, va soluționa totul.

Apropo, astăzi mi-e foarte rușine față de cei cu care am avut cândva conflicte fără un motiv intemeiat. El nu a încercat niciodată să rezolve ceva de sine stătător. El știa că mama va veni și va soluționa totul. Toate acestea au continuat până la împlinirea celor 18 ani, când am început să plătesc amenzi și să-l eliberez din inspectoratele de poliție.

Primele semne tulburătoare le-am simțit când avea vreo 14 ani. Eu atunci eram foarte bolnavă, practic nu mă

ridicam din pat. El a simțit libertatea, a început să se distreze, a văzut că suntem cu toții ocupați peste cap – soțul muncia, eu nu mă puteam ridica din pat, mă îngrijea mama mea.

Distracțiile lui și plecările de acasă au durat câțiva ani. El cu chiu, cu vai a absolvit școala. De două ori a încercat să-și continue studiile la universitate, dar fără rezultat.

Apoi, am început să observ cum se schimbă comportamentul lui – era foarte guraliv sau viceversa vorbea cuvinte fără nicio legătură, pupilele

ochilor îi erau foarte mici sau mari – dilatate, i se schimba brusc dispoziția, uneori avea un comportament atipic.

Am aflat despre faptul că fiul meu consumă droguri atunci când a fost implicat într-un accident. Nichita era la volanul automobilului, s-a produs un accident rutier, în urma căruia el s-a ales doar cu câteva zgârieturi. Iată atunci și s-a aflat totul, pentru că el s-a urcat la volan fiind sub influența drogurilor. El a început tratamentul, era dificil și iată atunci pentru prima dată medicul mi-a spus adevărul – că este o dependență, o boală pe viață, pe



care este imposibil a o vindeca. Mi-a spus că putem obține doar o remisie a bolii. Am rămas înmărmurită, de parcă aveam o perdea de ceață înaintea ochilor.

Tratamentul

Mi se părea că există o pastilă magică care poate vindeca absolut totul. L-am internat în spital pentru detoxifiere, dar a găsit și acolo droguri. Apoi a fost la o clinică privată, foarte costisitoare, dar care era asemenea unei închisori scumpe.

Nimic nu ajuta. În una din dățile pe care le-a petrecut timp de câteva săptămâni pe undeva, soțul l-a găsit și l-a adus acasă. Și iată că stăm noi împreună la bucatărie și încercăm încă o dată să găsim vreo soluție pentru a decide ce să facem în continuare. Această situație m-a infuriat atât de mult, încât m-am ridicat de la masă și am plecat în camera mea. Am intrat în rețelele de socializare și dintr-o dată, întâmplător, am dat de pagina organizației „Inițiativa Pozitivă”. Le-am scris imediat, iar a doua zi am fost telefonată și invitată să vin la o consultație. Am venit împreună cu fiul. Iată așa a început calea noastră spre însănătoșire.

M-am schimbat foarte mult, am devenit o mamă care nu își iese din minți, dar acceptă situația așa cum este. Am scăpat de complexul de vinovăție și i-am spus fiului meu: „Aceasta este alegerea ta, eu te iubesc pe tine, nu și drogurile”. Îmi amintesc cum mi-am telefonat toate rudele și le-am spus că fiul meu este un consumator de droguri și că eu nu mai sunt responsabilă pentru acțiunile lui. Eram sugrumată de această anonimitate, m-am săturat permanent să ascund această problemă.

Am devenit obsedată de muncă și găseam oportunitatea de a-i ajuta pe alți părinți, în ciuda nenorocirii mele. Și știiți, eu chiar cred în semne. Odată, am organizat în incinta școlii unde lucrez o acțiune cu denumirea: „Fără dependență”. Nu voi uita niciodată momentul în care elevii mei au urcat pe scenă și au început să cânte cântecul „Molitva” a lui Andrei Makarevici și m-au chemat și pe mine. Am crezut că mă prăbușesc de pe scenă, atât de mult m-a străpuns această piesă. Practic în aceeași zi la mine a venit Nichita și mi-a spus: „Mamă, vreau să trec reabilitarea”. Acesta a fost un semn.

Sprijinul

Alături de mine, pe parcursul acestui timp, a fost soțul. El nu este tatăl biologic al lui Nichita, însă în pofida acestui fapt, era și el îngrijorat absolut de tot ce se întâmpla. Și mi-a rămas alături, m-a susținut până la final.

Sunt foarte recunoscătoare și fiului meu mai mic, căruia nu i-am acordat suficiență grijă și atenție în această perioadă. Această problemă ne-a făcut să fim mai uniți în familie și le-a rezolvat pe toate cele care au fost anterior sub semnul întrebării. Am încetat să cedăm în fața manipulațiilor fiului mai mare. Bineînțeles că și organizația m-a ajutat foarte mult. Aici mi-am dat seama că nimeni nu mă va condamna, că copilul meu nu va fi tratat ca un nimeni, aici i se dă o șansă. Am început să mă schimb, ceea ce a influențat și asupra lucrului meu, și asupra vieții personale.

Astăzi, când aud de la cineva ceva de genul: „Acești narcomani singuri sunt vinovați”, desigur că îmi este dunders. Nu-i doresc nici dușmanului o astfel de soartă.

Fiul mai mic

Fiul mai mic are astăzi deja 15 ani și, bineînțeles, mi-am schimbat și față de el atitudinea. Dacă mai devreme eu verificam rețelele sociale ale copiilor și totul în jur, astăzi am înțeles - trebuie să fiu sinceră cu copiii mei, acesta este un lucru prioritar.

Pentru fiul mai mic, soarta lui Nichita a devenit o lecție de viață. El este îngrijorat de soarta fratelui său și de aceea participă activ în viața acestuia. Iar eu am început să trăiesc cu interesele fiului mai mic, am încetat să mă aflu ca pe piedestal, am început să mă consult cu el, am început să vorbim la egal. Și încă ceva: am încetat să mă implic în relația dintre el și tatăl său. În cazul cu Nichita eu permanent trebuia să mă implic în toate, să țin totul sub control. Astăzi însă îi las în pace.

Cum putem preveni?

Într-o astfel de situație, este foarte important să știi că nu ești singur și că în jurul tău există oameni care te vor înțelege și te vor ajuta în dependență de situație. Este important ca toți membrii familiei să privească în aceeași direcție, să acționeze de comun acord, este necesar să devină asemeni unui munte și

împreună să reziste tuturor necazurilor. Când cineva începe să frâneze aceste acțiuni, aceasta doar prelungește boala.

Cum se poate preveni? Toți cei din familie ar trebui să perceapă și să abordeze educația copiilor în același mod. În al doilea rând, copilul trebuie să fie ocupat tot timpul, ziua lui trebuie să fie la maxim plină de activități. Acest fapt nu-l va distruge, el nu va muri. Copilul trebuie să fie permanent ocupat cu ceva și neapărat trebuie să fie încurajat. Trebuie să simțiți ce-i place copilului să facă, cu ce îi place să se ocupe.

Și în al treilea rând, este foarte important să sărbătorim succesele copilului. Trebuie să organizați o sărbătoare cât de mică de fiecare dată când copilul a scris o poezie, a participat la un concert sau a câștigat un loc la vreo olimpiadă. Copilul trebuie să înțeleagă că succesul este acela pe care el însuși îl va realiza, el trebuie să simtă dulceața acestui succes și să obțină încredere în propriile puteri și în sine însuși.

Și cel mai important lucru - trebuie să observați când copilul a început să mintă. Acesta este un semn foarte important care vă atenționează că ceva nu este în regulă. Cu cât mai repede veți observa acest lucru, cu atât este mai mare probabilitatea că îl veți putea ajuta. Acum pentru aceasta există suficiente resurse, specialiști, organizații, medici.

Azi

Astăzi în viața mea domnește calmul, dar, desigur, frica a mai rămas. Chiar și atunci când eram în vizită la Nichita de „Ziua părinților”, mi-era teamă că voi începe să plâng - am simțit asta și am cerut să plecăm de acolo mai devreme. Am plecat, deoarece am învățat atât să disting sentimentele pe care nu trebuie să le demonstrez, cât și să-mi controlez slăbiciunile.

Continui să merg în organizație și mă strădui să-i explic fiului meu că aici suntem acceptați, suntem ajutați și noi împreună trebuie să acceptăm ideea că aceasta este pe viață. Dar ce va fi mai departe, deja vom vedea. Eu nu-mi pierd speranța!

Și cel mai important - deja nu ne mai ascundem. Aici el a început să se afirme ca o personalitate. El a demonstrat că de sine stătător poate obține atât de multe. Eu îl descoper dintr-o nouă parte acum și acest lucru este grozav! ■





Fialcovschi Fiodor:

Îmi doresc foarte mult să obțin o experiență pozitivă, pentru că până acum am avut parte doar de una negativă

Erout de pe coperta ediției de toamnă a revistei „Lumea Mea”, Fialcovschi Fiodor - mai mult de un an în urmă, după ispășirea unei pedepse cu detenție, a fost eliberat. În acest timp, el a reușit să urmeze un curs complet de reabilitare în Comunitatea Terapeutică „Inițiativa Pozitivă”, să obțină un loc de muncă într-o organizație cu aceeași denumire și să-și schimbe aproape complet modul de viață. Noi nu am încercat să-l întrebăm pe Fiodor cum le-a reușit pe toate, ci pur și simplu i-am notat gândurile despre motivul pentru care a decis să-și dezvăluie statutul său HIV, poate oare

închisoarea să re-educă o persoană și de ce oamenii aleg să meargă pe calea cea greșită.

De ce am decis să-mi dezvălui statutul HIV? Cândva oricum trebuia să fac acest pas, nu mai are niciun rost să tac. Eu deja de mult timp am decis, mai mult de un an probabil, că dacă în viața mea va apărea ceva nou, trebuie să accept asta. Încerc să fiu deschis. Și, în general, e grozav să fii pe coperta unei reviste!

Bineînțeles, undeva mi-e frică, înțeleg că la început va fi un oarecare disconfort, în schimb, mai apoi va fi mai ușor.

Știi că am HIV din 2006. Cel mai probabil că m-am infectat prin utili-

zarea în comun a unui ac de seringă. Am aflat despre statutul meu când aveam o rană provocată de un glonț și iată atunci, fiind internat în spital, mi s-a spus: „Noi am descoperit ceva la dvs., dar ce anume nu cunoaștem. Nu v-ați drogat?”. Eu bineînțeles că am recunoscut și medicii mi-au spus: „În general, dacă v-ați drogat, atunci aveți HIV”. Toate acestea s-au întâmplat la Bălți.

Mi-era frică în acel moment și nu le puteam spune nici părinților – în general, situația nu era din cele mai plăcute. Singura persoană căreia i-am spus a fost fratele meu. Mamei așa și nu am reușit să-i spun, pentru ea această noutate ar fi fost ca o lovitură puternică.





Câțiva ani după ce mi-a fost confirmat statutul, eu am continuat să duc același mod de viață ca și înainte de diagnosticarea infecției, mai apoi însă am început să simt că pierd în greutate, mă simțeam tot mai rău și mai rău. Iar la un moment dat, cineva dintre prieteni mi-a spus că trebuie să merg la Chișinău. Acolo nu mi-au prescris nicio terapie antiretrovirală. Eu desigur că m-am speriat. Din frică am încetat să mai consum alcool, să fumez și să consum droguri. Foarte mult îmi doream să mai trăiesc.

În primele luni de tratament mi-a fost dificil. Apoi m-am obișnuit. Sunt adept la tratamentul antiretroviral, nu am ratat nici o dată administrarea acesteia.

Da, uneori amintindu-ți că ai HIV - nu te simți prea bine. De regulă, aceasta se referă mai mult la viața personală. Nu prea îmi imaginez o relație adevărată în cazul statutului HIV-pozitiv. Dar, deocamdată, nu sunt obsedat de acest lucru, cred că totul va veni de la sine cu timpul.

Și în închisoare am continuat să administrez terapia antiretrovirală. În total, 15 ani am fost privat de libertate. Penitenciarul este a doua mea casă. Aveam 18 ani când pentru prima dată am ajuns în spatele gratiilor.

Închisoarea este așa un loc unde mai bine să nu vorbești despre faptul că ai HIV.

Închisoarea m-a învățat cum să supraviețuiesc și să respect o disciplină severă.

Aveam 12 sau 13 ani când am început viața mea criminală. Aveam o convingere clară că nu doresc să muncesc de dimineață până seara pentru niște bănuți, așa cum făceau părinții mei. Eu doream mulți bani cu eforturi mici. Și cum să obții acest lucru? Prin înșelare.

Prima noastră „afacere” - praful pentru colorarea hainelor. Atunci era la modă. În loc de vopsea noi puneam

în pachete funingine și le vândeam. Desigur, mai târziu am fost depistați de poliție, dar noi am fost fericiți.

Pentru prima dată am încercat droguri pe la vârsta de 12-13 ani. În gașca în care îmi petreceam timpul, băieții erau mai mari decât mine și ei deja consumau de toate, dar nouă, din anumite motive, nu ne permiteau. Dar când asta se întâmplă lângă tine, este imposibil să te abții, îmi doream să mă simt la egal cu ei.

Nu mi-am dat seama imediat că sunt într-o dependență. O perioadă lungă de timp mă tot gândeam că sunt un campion, că pot renunța oricând, doar să vreau acest lucru.

La un moment dat, mi-am dat seama că toți banii îi cheltui doar pentru droguri, ca și timpul de fapt. Când am încercat să renunț la droguri, a început sevrul, atacurile psihice și aceasta era practic insuportabil.

În mod serios, nu am lucrat nicio dată. Lucrul meu era constituit din realizarea diferitor scheme frauduloase.

În oficiul asociației „Inițiativa Pozitivă” am venit la câteva zile după ce am fost eliberat. În timp ce eram încă în închisoare, știam că voi veni să trec cursul de reabilitare în Comunitatea Terapeutică. Am vrut să o fac încă în 2008, dar am fost închis pentru cinci ani și iată atunci mi-am dat seama că trebuie să schimb ceva în viața mea. În închisoare ai suficient timp pentru a te gândi și a cântări toate argumentele pro și contra.

Starea de subrietate a înlăturat acea perdea de ceață asupra viziunii despre viață și astăzi pentru mine simplul fapt de a privi treaz la viață - e minunat.

Astăzi, sobrietatea îmi dă dorința de a trăi.

Mediul a jucat un rol important în ceea ce am început să consum. În ciuda faptului că sunt dintr-o familie simplă și ordinară, eu eram lăsat pe seama mea, mă plimbam cu băieții mai mari decât mine, doream să fiu mai matur, să par mai tare, mai puternic.

Îmi doresc foarte mult ca prietenii mei, care au rămas în închisoare și continuă să consume droguri - să se refuze de acestea și să treacă un curs de reabilitare. Dar este inutil doar să le vorbești despre asta. Persoana trebuie în interiorul său să înțeleagă că ceva trebuie de făcut. În viața fiecăruia vine acel moment când înțelegi că ceva în modul tău de a trăi trebuie schimbat.

Dacă la timpul meu în închisoare s-ar fi deschis o Comunitate Terapeutică asemeni celei cum este acum în Penitenciarul nr. 9 Pruncul, eu nu aș fi ezitat și aș fi mers acolo. Astăzi, băieții care își ispășesc sentința au mai multe șanse să se întoarcă la o „viață normală”.

Astăzi aproape că nu mai am nici rude, nici prieteni. Părinții au decedat, am frați, dar rareori vorbim. Deocamdată nu intenționez să întemeiez o familie, este o opțiune care va veni de la sine.

Îmi doresc foarte mult să obțin o experiență pozitivă, pentru că până acum am avut parte doar de una negativă.

Nu știu dacă părinții mei ar fi mândri de mine acum, dacă ar fi în viață. Dar dacă eu aș fi în locul lor, eu aș fi mândru de mine însumi.

Am astăzi mai multe dorințe. Din cele mai importante:

să dobândesc o calificare bună, să-mi afirm sobrietatea și încă vreau să merg în Praga, de mult timp visez de asta! ■

Foto: Constantin Dimitrenco



5 motive pentru a trece un curs de reabilitare în Comunitatea Terapeutică „Catharsis” din cadrul Instituției Penitenciare nr.9 Pruncul

In cadrul Instituției Penitenciare nr.9 Pruncul a fost înființată Comunitatea Terapeutică denumită „Catharsis” destinată pentru deținuții care doresc să își schimbe viața și să scape de dependența de droguri. Autorii ideii sunt siguri că o astfel de oportunitate va inspira persoanele care sunt în detenție să-și schimbe viața până la momentul când vor fi eliberați din penitenciar. Și noi, la rândul nostru, am elaborat cele cinci motive principale pentru a trece un curs de reabilitare în cadrul Instituției Penitenciare nr.9 Pruncul.

1. Accesibilitate

Comunitatea Terapeutică „Catharsis” din IP nr. 9 Pruncul este situată într-o clădire separată, complet echipată cu

toate cele necesare pentru viața și reabilitarea persoanelor care doresc să își schimbe viața și să scape de dependența de droguri. Procesul de reabilitare este absolut gratuit, beneficiarii nu trebuie să achite pentru nimic. Tot ceea ce este necesar pentru a trece un curs de reabilitare este dorința de a-și schimba viața și de a începe a trăi fără droguri.

Dacă persoana într-adevăr dorește să se schimbe și este gata să treacă un curs de reabilitare, aceasta trebuie să se adreseze unui psiholog, asistent social sau unui reprezentant al organizației „Inițiativa Pozitivă”. Cererea persoanei va fi revizuită în cel mai scurt timp posibil, după care persoana va fi informată personal cu privire la decizia echipei multidisciplinare (EMD). Anume echipa multidisciplinară va examina cererea persoanei (orală sau scrisă) cu privire la trecerea cursului de reabilitare.

2. Abordare individuală

Înainte de a începe cursul de reabilitare, cu fiecare dintre participanții la program va fi elaborat câte un plan individual de lucru pentru asigurarea unui proces de reabilitare calitativ. Acest lucru va ajuta la evitarea unor posibile greșeli și va facilita acordarea unui sprijin la maxim efektiv care va ajuta persoana să-și schimbe viața.

Reabilitarea va fi desfășurată în baza unui program deja existent. Acesta include activități de grup, activitate individuală, consultații cu psihologul și asistentul social, grupuri de ajutor reciproc, terapie prin muncă (ergoterapie), activități variate de petrecere a timpului liber într-un mod sănătos, evenimente sportive, educație spirituală și morală, art-terapie.

Supravegherea activității centrului de reabilitare, precum și a procesului



de reabilitare în sine va fi efectuată nu doar de angajații și specialiștii Administrației Naționale a Penitenciarelor, ci și de consultanții Asociației Obștești „Inițiativa Pozitivă”.

3. Atitudine specială

Principalul principiu de lucru al Comunității Terapeutice „Catharsis” este axat pe contribuția fiecărui rezident la dezvoltarea generală a centrului. Relațiile, programul și calendarul activităților sunt construite / constituite pe principiul familiei, în care toți

membrii acesteia împreună mențin o atmosferă de înțelegere și se sprijină reciproc în orice situație.

Timpul petrecut în cadrul reabilitării este, de asemenea, considerat ca timpul când îți ispășești pedeapsa în închisoare. În plus, rezidenții centrului vor avea anumite avantaje, pentru că viața lor va fi mai diversă decât în închisoarea propriu-zisă.

Rezidenții care se vor afla la reabilitare, de asemenea, pot primi colete, avea întâlniri și pot telefona rudele.

4. Rezultat

Procesul de reabilitare abordează simultan mai multe domenii: bio, social, fizic și spiritual.

Persoanele care vin în comunitate - se recuperează, își redobândesc sensul vieții fără droguri, alcool și tutun, învață să-și asume anumite responsabilități, să-și stabilească anumite obiective și să le atingă.

Din păcate, nu fiecare persoană poate trece reabilitarea. Persoanele supuse măsurilor speciale de investigație și care așteaptă ședința instanței de judecată, femeile, minorii și persoanele condamnate pe viață nu pot beneficia de serviciile acestui centru.

În plus, comunitatea terapeutică nu are acces la programul de farmacoterapie cu metadonă. Prin urmare, înainte de începerea reabilitării, persoana trebuie, în colaborare cu medicul penitenciarului, să elaboreze un plan de ieșire din program, pentru o tranziție calitativă în cursul de reabilitare.

5. O abordare dovedită

Metoda de reabilitare în cadrul unei Comunități Terapeutice în penitenci-





ar este deja implementată în așa țări precum: Statele Unite ale Americii, Africa de Sud și Letonia. Experiența acestor țări a demonstrat că această abordare este eficientă atât din punct de vedere economic, cât și din punct de vedere al ajutorului real de care pot beneficia persoanele dependente de substanțe psihoactive.

În Comunitatea Terapeutică „Catharsis” concomitent pot trece reabilitarea până la 26 de persoane, durata programului fiind de un an. Programul este împărțit în câteva etape: perioada de adaptare pentru noii rezidenți, perioada principală de reabilitare și pregătirea pentru plecarea din centru.

În prezent, primii voluntari deja trec cursul de reabilitare. Aceștia sunt mulțumiți de rezultat și speră foarte mult că viața lor se va schimba cu adevărat spre bine și va deveni în continuare lipsită de droguri.

Dacă dvs. vă aflați în închisoare, doriți să vă schimbați viața și să treceți cursul de reabilitare în Comunitatea Terapeutică „Catharsis”, adresați-vă unui psiholog, asistent social sau unui oricare reprezentant al A.O. „Inițiativa Pozitivă”. Cu siguranță veți fi ajutați! ■

