



ДІЛЮСЬ ДОБРОМ

довідник волонтера





Вітаю, дорогий/а волонтере/ко!

Дякую, що ви долучилися саме до нашої спільноти. Символічно, що історія «Запоруки» почалася у 2005 році теж із волонтерської ініціативи, відколи я познайомилася з італійським фондом Soleterre та почала волонтерити в Національному інституті раку в Києві. Згодом, а саме у 2008-му, вже створили фонд «Запорука». Тому впевнено можу сказати: волонтерство для нашого фонду – запорука його існування!

Бути поруч із тими, хто цього потребує, — наша місія. Ми неймовірно вдячні кожному, хто підтримує проекти та допомагає в різних напрямках!

Уже багато років підтверджуємо, що немає нічого неможливого, коли поруч — небайдужі люди.

У цьому нотатнику ми сконцентрували основну інформацію, що допоможе краще зрозуміти, чим займаються волонтери в нашій спільноті та як легко допомагати тим, хто цього потребує, просто зробивши те, що любите та вмієте.

Щиро –
Наталія Оніпко,
засновниця й президентка Благодійного фонду «Запорука»

ПРО ФОНД

Ми поруч, попри все

«Запорука» – благодійний фонд із багаторічним досвідом у сфері охорони здоров'я, заснований у 2008 році. Ми допомагаємо долати життєві виклики, аби українці відчували власну цінність і гідність під час лікування та у скрутні часи. Визначальними для нас є три цінності: людяність, чесність, ефективність.

Від моменту заснування фонду ми підтримуємо родини тяжкохворих дітей і створюємо умови, аби сім'ї були разом під час лікування. Із 2009 року надали можливість 1347 дітям і їхнім родинам безоплатно проживати на «Дачі». Це перший в Україні родинний дім, у якому сім'ї тяжкохворих дітей можуть жити безоплатно поруч із лікарнею.

«Запорука» має чотири основні напрями діяльності:

1. Підсилення дитячої медицини в Україні.
2. Психологічна підтримка дітей і їхніх рідних.
3. Дім для дітей та їхніх рідних під час лікування.
4. Підтримка дітей та їхніх рідних у кризові моменти.

Офіційний сайт фонду:
zaporka.org.ua



ЗВЕРНЕННЯ КООРДИНАТОРКИ ВОЛОНТЕРСЬКОГО НАПРЯМУ

Привіт!

Я – Оля Чабанюк, колишня онкопацієнтка, а зараз – координаторка волонтерського напрямку в благодійному фонді «Запорука». З власного досвіду я, на жаль, знаю про потреби дітей у період лікування. Тож хочу поділитися порадами, щоб ви краще розуміли дітей, яких зустрінатимете на своєму волонтерському шляху.

- ♥ **Сприймайте дитину як особистість, а не як хворобу.** Розмовляйте з дітьми про їхні інтереси, захоплення, мрії. Допмагайте їм почуватися повноцінними особистостями, а не обмеженими хворобою.
- ♥ **Будьте співчутливими та чуйними.** Ви маєте усвідомлювати, що кожна ситуація особлива, й реакція кожної дитини на хворобу може бути різною. Будьте толерантними та відкритими до їхніх почуттів і досвіду.
- ♥ **Будьте позитивним прикладом.** Показуйте дітям, що життя під час хвороби може бути якісним і цікавим. Допмагайте їм знаходити радість у маленьких речах і підтримуйте їх у досягненні їхніх цілей.
- ♥ **Виявляйте емпатію.** Іноді діти можуть поставати перед емоційними та психологічними труднощами. Будьте готові вислухати їх і підтримати за потреби.
- ♥ **Залучайте їх до діяльності.** Допмагайте дітям знаходити способи виразити себе через творчість, гру або інші захоплення, так їм вдасться відволіктися від хвороби, стати сильнішими та впевненішими в собі.
- ♥ **Підтримуйте родину.** Пам'ятайте, коли хворіє дитина – хворіє родина. Забезпечте підтримку батькам і рідним дитини, які перебувають поруч у лікарні або на "Дачі". Інколи вистачає слів співчуття та розуміння.
- ♥ **Дотримуйтеся конфіденційності.** Завжди поважайте приватність дитини та її сім'ї. Не розголошуйте особисту інформацію без їхньої згоди.

РОБІТЬ ТЕ, ЩО ВМІЄТЕ ТА ЛЮБИТЕ!

Завжди наголошуємо: щоб стати волонтером, не потрібен спеціальний досвід чи освіта, а лише бажання допомогти і підтримати тих, хто цього потребує найдужче.

Волонтери для нашого фонду — друзі, які допомагають дітям інтегруватися в соціальне середовище та проживати дитинство весело, попри лікування тяжкого захворювання.

Отже, чим займаються волонтери в нашій спільноті, розповідаємо нижче.

Що роблять волонтери

- ✓ Організація заходів. Волонтери беруть участь в організації та проведенні різних заходів для дітей, таких як: майстерки, творчі, художні та музичні заняття, свята, організація днів народжень, спільні перегляди мультфільмів, екскурсії тощо.
- ✓ Емоційна присутність. Під час зустрічей волонтери емпатійно реагують на дитину та родину, ставляться до них із повагою та гідністю, привітно розмовляють.
- ✓ Інформаційна підтримка. Волонтери за бажанням можуть інформувати про діяльність фонду, повідомляти своїм друзям і підписникам про збори на лікування дітей тощо.
- ✓ Етична поведінка. Усі наші волонтери дотримуються конфіденційності та поваги до приватності родин.

Що не входить до обов'язків

- ✗ Наші волонтери не дають психологічних порад дітям і батькам. Для цього у фонді працюють психологи, які допомагають маленьким пацієнтам і їхнім родинам.
- ✗ Волонтери не розв'язують фінансових проблем наших підопічних.
- ✗ Волонтери не повинні втручатися у внутрішні справи організації та намагатися змінити структуру чи методи роботи без належних підстав.
- ✗ Волонтери не використовують особисту інформацію про дітей без згоди батьків.

ЗАКЛАДИ, У ЯКИХ НАШІ ВОЛОНТЕРИ ПРОВОДЯТЬ ЗУСТРІЧІ:

Ми регулярно організовуємо заходи в Києві та Львові, а саме:

- у Національному інституті раку (м. Київ)
- у Центрі дитячої медицини (м. Львів)
- в Інституті нейрохірургії ім. Ромоданова (м. Київ)
- у Лікарні Святого Миколая (м. Львів)

Також наші дітки завжди раді бачити вас у родинному домі «Дача» в Києві та Львові!

ЩО МИ РОБИМО НА «ДАЧІ» ТА В ЛІКАРНЯХ:

Наші волонтери не рятують світ, але дарують дитині настрій і допомагають забути про хворобу хоча б на мить. Якщо вам подобається організовувати корисне дозвілля для дітей, майстерки або тематичні заходи, ми охоче реалізуємо з вами найрізноманітніші ідеї!

Список активностей, із якими ви завжди можете приїхати до лікарень і на «Дачу»:

- Розмальовки та малювання
- Виготовлення аплікацій
- Ліплення з пластиліну або глини
- Виготовлення слаймів
- Перегляд мультфільмів і дитячих фільмів
- Читання книжок
- Пазли та конструктори
- Виготовлення прикрас з бісеру
- Настільні ігри
- Вирізання та складання паперових фігурок
- Виготовлення листівок
- Складання LEGO
- Виготовлення свічок
- Виготовлення м'яких іграшок із тканини
- Виготовлення мила ручної роботи
- Складання мозаїк
- Малювання піском на склі
- Ігри на розвиток пам'яті й уваги



ПОРАДИ ВІД ПСИХОЛОГІНЬ «ЗАПОРУКИ»



ЯК ОРГАНІЗУВАТИ ВОЛОНТЕРСТВО, АБИ УНИКНУТИ ЕМОЦІЙНОГО ВИСНАЖЕННЯ?

Із власного досвіду розуміємо, як важливо організувати свою діяльність правильно, збалансовано, адже саме це є ключем до стабільної й ефективної допомоги. Наші фахівчині підготували для вас поради, які допоможуть уникнути емоційного виснаження та забезпечити довготривалу підтримку тим, хто її потребує.



Обов'язково зберігайте баланс між волонтерством та особистим життям. Не забувайте про власні потреби й інтереси.



Будьте обережні з тактильністю. У лікарні діти можуть бути дуже чутливими до обіймів або дотиків. Завжди запитуйте дитину, чи хоче вона, щоб її обійняли або доторкнулися до неї. Повага до особистого простору дитини є важливою.



Регулярно знаходьте час для відпочинку та занять, які приносять вам радість і релакс. Так ви уникнете виснаження, а допомога дітям залишиться на високому рівні.



Часто діти ослаблені тривалим лікуванням і потребують більше часу на виконання певного завдання або майстеркласу. Не робіть усе за дитину — дайте їй можливість впевнитися у власних силах. Просто будьте терплячими та підтримуйте її в процесі.



Не намагайтеся одразу потоваришувати та встановити тісні зв'язки з дітьми. Маленькі пацієнти часто самі хочуть тримати дистанцію або потребують більше часу, щоб почати довіряти вам. Будьте терплячими та давайте їм можливість звикнути до вас поступово.



Пам'ятайте, що кожен день у лікарні може бути різним. Діти можуть почуватися по-різному, залежно від свого стану. Будьте готові змінювати свої плани та підлаштовуватися під ситуацію.

ЕМОЦІЙНА ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ ДО ДИТИНИ: ЧОМУ ВОНА ВИНИКАЄ І ЧИ ВАРТО ЇЇ УНИКАТИ?

Інколи волонтери хвилюються щодо емоційної прив'язаності до дітей, із якими зустрічаються в лікарнях. Почуття прив'язаності є базовим для людей. Ми відчуваємо прив'язаність до батьків, братів чи сестер, друзів, вчителів, колег, наших коханих і навіть домашніх тварин. Отже, відчувати прив'язаність — нормально, ба більше, це важлива частина нашого психічного життя.

Чому доросла людина може відчувати занепокоєння з приводу можливої прив'язаності до маленьких пацієнтів? Є кілька найпоширеніших причин:



Особистий негативний досвід і травма, якщо людина у своєму дитинстві переживала жорстоке поводження або нехтування емоційними потребами, а також негативний досвід у дорослому житті, де прив'язаність призводила до болю і розчарувань.



Досвід втрати: якщо людина в минулому переживала втрату, це може спричинити страх прив'язаності через можливу нову втрату. У дитячому онкологічному відділенні можлива втрата особливо ймовірна, адже діти борються зі смертельною хворобою і це актуалізує низку страхів та занепокоєння.



Також страх прив'язаності може стати ознакою власної невпевненості – чи вдасться стати джерелом підтримки та ресурсу для пацієнта, – або небажання нести певну відповідальність за нього.



Власні невіршені емоційні проблеми та психічні розлади (депресія тощо) також можуть зумовити такий страх.



Якщо дорослий боїться прив'язатися до дитини, важливо звернутися до професіонала. Психолог або психотерапевт може допомогти виявити причини цього страху та розробити стратегії для його подолання. Така робота покращить емоційний стан дорослого та посприятиме здоровим стосункам як із дитиною-пацієнтом, так і з іншими людьми.

У моменти, коли сумніви чи страхи охоплюють вас, зверніться до своїх цінностей. Саме вони є джерелом опори та підтримки. Запитайте себе, що є рушійною силою вашої особистості.

Життя — це те, що відбувається тут і зараз. Тут же локалізується зона вашого впливу, ми не можемо змінити минуле або точно запрограмувати майбутнє, але ми достеменно можемо підтримати маленьких пацієнтів, подарувавши їм свій час, підтримку, гарні емоції, увагу тощо. Цей досвід — неоціненний. Ваша турбота і залученість у процес лікування та реабілітації можуть пустити сильні коріння, що стане опорою в буремні часи.

ЩО РОБИТИ, ЯК ПОВОДИТИСЯ, ЯКЩО Я ДІЗНАЮСЯ, ЩО В ДИТИНИ ПАЛІАТИВНА ТЕРАПІЯ?

На жаль, іноді трапляється, що хвороба прогресує, стає невиліковною і дитина може отримати паліативний статус. Це дуже складна ситуація і для дитини, і для всієї родини. Часто волонтери, які знають і дитину, і родину, не розуміють, що робити далі та як продовжувати спілкування. Важливо пам'ятати: дитина залишається дитиною, яка потребує уваги й позитивних емоцій, так само як і інші діти. Підтримка і присутність є безцінними для дитини та для родини в цій ситуації. Ваші дії та слова можуть зробити цей період трохи легшим і світлішим.



Продовжуйте спілкування, часто діти можуть почуватися самотніми саме в цей період життя.



Намагайтеся уникати незручних запитань – про діагноз, ефективність лікування, прогноз лікування. Це болюча тема як для батьків, так і для самої дитини.



Бути відкритими та чесними

Якщо дитина хоче чимось поділитися, будьте готовими вислухати її або просто побути поруч.



Підтримуйте позитивні емоції

Грайте разом, малюйте, влаштовуйте якісь активності, якщо стан дитини це дозволяє.



Не потрібно жаліти дитину або родину, родина в цей час потребує підтримки та розуміння, а не жалю.



Якщо відчуваєте, що не справляєтеся зі своїми почуттями – **зверніться до психолога.**

Ми завжди дбаємо про психоемоційний стан кожного, хто долучається до волонтерської спільноти. Знаємо, як важливо вчасно отримати доцільну пораду. У разі емоційного виснаження ви завжди можете звернутися на нашу гарячу лінію турботи за номером: **0 800 4000 23.**

«ДАЧНІ» ТРАДИЦІЇ ♥

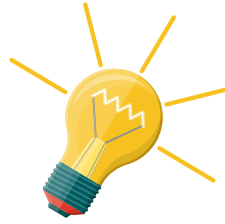
У родинному домі «Дача» ми маємо свої традиції. Залюбки ділимося ними із вами!

- ♥ Гра в «Мафію»
- ♥ Прикрашання ялинки
- ♥ Пікнік на свіжому повітрі
- ♥ Йога та дихальні вправи
- ♥ День випікання піци
- ♥ Дачний кінотеатр
- ♥ Екскурсії
- ♥ Садівництво



Завжди раді чути нові пропозиції та реалізовувати їх разом із вами!



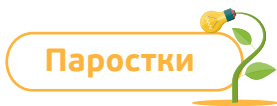


КАТЕГОРІЇ ВОЛОНТЕРІВ

Волонтерська спільнота нашого фонду зростає неймовірно швидко. Ми тішимося щоразу, як зустрічаємо нових людей, котрі готові поділитися своїм часом, енергією та теплом із тими, хто цього найбільше потребує.

Щоб створити організовану, ефективну та підтримувальну волонтерську спільноту, ми започаткували статуси волонтерів, із якими можна ознайомитися нижче. Сподіваємося, це допоможе вам побачити цікаві можливості та перспективи для себе в нашій спільноті.





Це волонтери, які є новачками у спільноті. Після заповнення анкети проходять інтерв'ю з координаторкою волонтерського напрямку, під час якого розповідають про свою користь для дітей і спільноти, ознайомлюються з правилами та вже спільно планують майбутню співпрацю.

Такі волонтери під час першої зустрічі допомагають більш досвідченим колегам на заходах, навчаються та надихаються.

Діяльність:

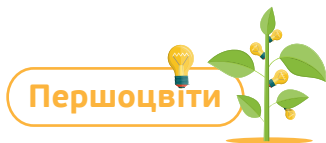
- ★ Допомагають у проведенні ігор і розваг для дітей та/або батьків.
- ★ Підтримують дітей під час творчих занять.
- ★ Пропонують свої ідеї для дозвілля з дітьми та/або батьками.

Правила:

- ★ Обов'язкове заповнення анкети.
- ★ Інтерв'ю з координаторкою волонтерського напрямку.
- ★ Працюють і навчаються під менторським доглядом більш досвідчених волонтерів.
- ★ Дотримуються всіх правил і рекомендацій.

Бонуси від фонду:

- ★ Мають менторський супровід від координаторки, а також більш досвідчених волонтерів.
- ★ Отримують фірмовий браслет і наліпку «Волонтер/ка».
- ★ Долучаються до чату спільноти, де можна познайомитися з іншими учасниками й учасницями.



Такі волонтери мають більше досвіду та знань, були в лікарнях і на «Дачі» щонайменше тричі. Мають більшу відповідальність: можуть самостійно проводити активності та працювати з дітьми без допомоги координаторки волонтерського напрямку.

Діяльність:

- ★ Організують і проводять творчі заняття та заходи для дітей та/або батьків.
- ★ Долучаються до привітання дітей із днем народження.
- ★ Допомагають «паросткам» вирости.

Правила:

- ★ Обов'язкове заповнення анкети, в разі зміни персональних даних – її оновлення.
- ★ Звітують у довільній формі про свою діяльність координаторці волонтерського напрямку.

Бонуси від фонду:

- ★ Отримують фірмовий браслет, наліпку «Волонтер/ка» й футболку.
- ★ Долучаються до чату спільноти, де можна познайомитися з іншими учасниками й учасницями.
- ★ Безоплатно відвідують групові зустрічі з командою психологів фонду.
- ★ Мають можливість отримати дві безоплатні професійні консультації від лідерок і лідерів фонду.



Багаторічники

Волонтери, які мають великий досвід роботи у волонтерській спільноті фонду. Можуть самостійно планувати та реалізовувати майстерки, проводити тренінги для нових волонтерів, а також виконують роль наставників.

Діяльність:

- ★ Організація майстерок для дітей у лікарнях і на «Дачах».
- ★ Проведення тренінгів для інших волонтерів.
- ★ Зустріч і супровід інших волонтерів, якщо відсутня координаторка волонтерського напрямку.

Правила:

- ★ Обов'язкове заповнення анкети, в разі зміни документів – її оновлення.
- ★ Дотримання всіх правил і рекомендацій.
- ★ Забезпечення підтримки та наставництва для волонтерів нижчих рангів.
- ★ Звітування перед координаторкою волонтерського напрямку.

Бонуси від фонду:

- ★ Отримують фірмовий браслет, наліпку «Волонтер/ка» та футболку.
- ★ Долучаються до чату спільноти, де можна познайомитися з іншими учасниками й учасницями.
- ★ Безоплатно відвідують групові зустрічі з командою психологів фонду.
- ★ Мають можливість отримати дві безоплатні професійні консультації від лідерок і лідерів фонду.
- ★ Запрошення на щоквартальні зустрічі команди фонду – 4 рази на рік.



НА ЧОМУ БАЗУЮТЬСЯ НАШІ ВЗАЄМОДІЯ ТА КОМУНІКАЦІЯ З ДІТЬМИ Й УСЕРЕДИНІ СПІЛЬНОТИ



1. Конфіденційність

Ми не розголошуємо особистої інформації дітей і їхніх сімей без письмової згоди та без узгодження з представниками фонду.



2. Професійність

Демонструємо професійну поведінку та повагу до всіх волонтерів спільноти.



3. Прозора комунікація

Ми закликаємо підтримувати прозорий і прямий зв'язок із координаторкою волонтерського напрямку для організації зустрічей із дітьми та подальшого звітування.



4. Гнучкість і відкритість

Готові допомогти у випадку термінових ситуацій або змін у розкладі волонтерських активностей.



5. Емоційна стійкість

Дбати про себе, підтримувати власний емоційний стан, звертатися по допомогу у випадку емоційного виснаження на гарячу лінію фонду «Запорука» за номером: **0 800 4000 23**



ПОРАДИ ЩОДО ЗОВНІШНЬОЇ КОМУНІКАЦІЇ

Розповідайте про свої добрі справи – світ має знати про них!

Тішимося, коли бачимо ваші дописи або сториз після зустрічей із дітьми. Ми залюбки підхоплюємо цей контент на свої сторінки, якщо ви позначаєте нас активним тегом.

Але не завжди є можливість оперативно поділитися всім контентом від наших друзів, партнерів і волонтерів. Причин може бути кілька: неякісний контент без текстового супроводу, **відсутність дозволу від батьків або дитини**, маємо інші дописи або сториз, заплановані на день вашої публікації тощо.

Задля вирішення цих непорозумінь хочемо поділитися деякими порадами, як зробити контент, яким ми неодмінно поділимося на своїх сторінках:

- **Зробіть якісні фото-, відеоматеріали** та вчасно передайте координаторці волонтерського напрямку.
- У ваших сториз, дописі або рилз **позначте місце проведення майстерки**, короткий опис і залиште активну мітку нашої сторінки (всі посилання нижче).
- Хочемо зазначити, що на «Дачі» ми опікуємося не тільки онкохворими дітьми, тому просимо писати коректно: **«тяжкохворі діти, якими опікується благодійний фонд @zarouka»** або **«діти з тяжкими захворюваннями, якими опікується благодійний фонд @zarouka»**.

Раз на місяць на сторінках у Facebook та Instagram ми робимо допис із підсумком попереднього місяця, згадуємо різні активності на «Дачі» та в лікарнях, позначаємо організації та волонтерів, які були поруч і створювали свято для дітей.

Цінуємо кожного з вас і сподіваємося бачити ще більше матеріалів у соціальних мережах. Бо добрі справи мають бути помітними. Нумо робити якісний контент та просувати волонтерський напрям разом!



@zarouka
@dacha.zarouka



@Zaporuka
@DachaZaporuka

СЛОВНИК ІНКЛЮЗИВНОЇ ЛЕКСИКИ

Разом із Українською Волонтерською Службою підготували словничок інклюзивної лексики, аби вам було легше комунікувати про маленьких пацієнтів, яких ви підтримуєте!

Ми не говоримо:

✗ Особлива дитина, інклюзивна дитина, з обмеженими можливостями

✗ Страждає від...

✗ Розумово неповноцінна, інтелектуально неповносправна

✗ Страждає на ДЦП, паралітик

✗ Паралізована, прикута до візка

✗ Слепа, інвалід по зору

✗ Глуха, глухоніма

Ми говоримо:

✓ Дитина з інвалідністю

✓ Має порушення зору, слуху тощо

✓ Дитина з порушенням інтелектуального розвитку

✓ Дитина з ДЦП

✓ Дитина, яка користується кріслом колісним

✓ Дитина з порушенням зору, незряча дитина

✓ Дитина з порушенням слуху

У розмові важливо акцентувати перш за все на людині, а не на її інвалідності чи іншому захворюванні. Тому правильно казати «людина/дитина з...».

ВАЖЛИВІ ДАТИ ТА БЛАГОДІЙНИЙ ЗБІР

Дорогі волонтери, ми підготували календар із важливими датами для ваших маленьких друзів. У ці дні ви можете додатково їх привітати.

15 лютого — Всесвітній день онкохворої дитини

20 квітня — Міжнародний день вдячності волонтерам

1 червня — Міжнародний день захисту дітей

Друга неділя червня — День людей з історією раку

9 червня — День друзів

Вересень — Місяць обізнаності щодо дитячого раку

5 грудня — Міжнародний день волонтера

Ми пропонуємо до цих або інших особливих дат створювати власний благодійний збір на нашій платформі **razom.zaporuka.org.ua**.

Це може бути збір на користь конкретної дитини серед підопічних нашого фонду.

Розвиток нашої спільноти – це не просто кількість людей. Це спільнота, об'єднана спільною метою, спільними цінностями та бажанням змінити світ на краще. Дякуємо за вашу доброту, підтримку та велике серце.

СЛОВНИК ВОЛОНТЕРА

Волонтерство у дитячих відділеннях та на «Дачі» передбачає зустрічі з дітьми, які мають тяжкі захворювання, інколи онкологічні. Ви зустрічатимете цих дітей на своєму волонтерському шляху й можете почути слова, які так чи інакше описують стан цих дітей. Пам'ятаймо: дитина – більше, аніж її захворювання. Але володіючи коректною інформацією про стан здоров'я дитини, ви краще можете зрозуміти особливості її фізичного функціонування. Цей словник слугуватиме вам помічником у комунікації з дітьми.

Медичні терміни:

Біопсія — процедура взяття зразка тканини для дослідження.

Катетер (підключичка, порт, метелик) — тонка трубочка, яку вводять у тіло для забезпечення доступу до вен та введення необхідних ліків, рідин та інших препаратів.

Лейкопенія — ускладнення при хіміо- і променевій терапії, зниження імунітету.

Метастазування — поширення ракових клітин із первинного вогнища в інші частини тіла.

Протез — це штучний пристрій, який замінює втрачену або відсутню частину тіла.

Ендопротез — тип протезу, який встановлюють внутрішньо для заміни пошкодженого або відсутнього суглоба або кістки.

Фізична реабілітація — це спеціалізований процес відновлення фізичних функцій тіла після хвороби або операції.

Ремісія — зниження або зникнення симптомів раку.

Рецидив — це повернення симптомів захворювання після періоду їхнього зникнення або значного поліпшення.

Психосоціальна підтримка — допомога, спрямована на поліпшення емоційного та соціального стану пацієнта.

Види раку:

Лейкемія — рак крові.

Лімфома — рак лімфатичної системи.

Саркома — рак сполучних тканин.

Гліома — рак мозку.

Нейробластома — рак нервової системи.

Ретинобластома — рак ока.

Нейроендокринний рак — рак клітин, які виробляють гормони.

Мієлома — рак плазматичних клітин.

Види терапії при онкології:

Хіміотерапія — лікування раку за допомогою хімічних препаратів, що вбивають або уповільнюють ріст ракових клітин.

Радіотерапія (променева терапія) — використання високих доз радіації для знищення ракових клітин і зменшення пухлин.

Імунотерапія — лікування, що використовує імунну систему пацієнта для боротьби з раком. Це може охоплювати моноклональні антитіла, інгібітори контрольних точок і вакцини проти раку.

Таргетна терапія — лікування, що спрямоване на конкретні молекулярні мішені, які відіграють провідну роль у рості та поширенні ракових клітин.

Гормональна терапія — використання гормонів або антигормонів для зменшення чи блокування росту певних типів раку, таких як рак молочної залози або простати.

Хірургічне лікування — оперативне видалення пухлини або ураженої тканини.

Трансплантація кісткового мозку (стовбурових клітин) — замінення пошкодженого кісткового мозку здоровими стовбуровими клітинами.

Термінологія паліативної терапії:

Паліативна терапія — допомога, спрямована на полегшення симптомів і покращення якості життя, коли доказові методи лікування себе вичерпали.

Госпіс — заклад для надання паліативної допомоги.

Симптоматична терапія — лікування, спрямоване на зменшення симптомів.

Полегшення болю — використання медикаментів для зменшення болю.

Види опіків:

Опіки першого ступеня — поверхневі опіки, що уражають тільки зовнішній шар шкіри. Може бути локальне підвищення температури тіла, помірний біль.

Опіки другого ступеня — глибші опіки, що уражають верхній і середній шари шкіри. Супроводжується появою пухирів, наповнених рідиною.

Опіки третього ступеня — глибокі опіки, іноді страждає підшкірна клітковина. Опік супроводжується некрозом тканин, тому рана може мати темний і навіть чорний колір. При опіках може бути сухий струп.

Опіки четвертого ступеня — шкіра обвуглюється, страждають м'язи й інколи навіть кістки. Характерний гострий біль. Рана покривається темно-сірим струпом через некроз тканин.

Термінологія про ампутації та паралізованість:

Ампутація — хірургічне видалення частини тіла.

Протез — штучний замінник ампутованої кінцівки.

Параліч — втрата здатності рухати м'язами.

Реабілітація — процес відновлення функцій після ампутації або паралічу.



Благодійний фонд
ЗАПОРУКА

