

СВОБОДНОЕ ДЫХАНИЕ

2



В ОКФЦ продолжается бережливое производство

3



Почему случается рецидив?

4



Оксана Абайдулина, профсоюзный лидер

ГЛАВНАЯ ТЕМА

«ДЕНЬ БЕЛОГО ЦВЕТКА». ИЗ ИСТОРИИ АКЦИИ «БЕЛАЯ РОМАШКА»

В конце XIX – начале XX века в Европе, а затем и в России одной из самых популярных форм благотворительности являлись «Дни цветков» – благотворительные базары, в ходе которых за пожертвования приобретались цветы – ромашки, фиалки, незабудки, подсолнухи. Все собранные средства направляли в помощь нуждающимся: взрослым и детям с различными заболеваниями. Одной из самых распространенных болезней того времени был туберкулез, в схватку с которым вступила Европейская Лига борьбы с чахоткой при Международном обществе Красного Креста.

Символом борьбы с туберкулезом стала ромашка, а «Дни белого цветка» (Дни ромашки) начали проводиться во многих европейских городах, в 1911 году «Белый цветок» впервые прошел в России при поддержке императора Николая II.

Праздник милосердия и добра не ограничивался только благотворительным базаром. Вместе со сбором средств не нужды больных проводили тематические лекции, раздавали листовки о борьбе с туберкулезом, давали концерты, работали буфеты. Почему символом благотворительности были выбраны цветы? Цветок – символ процветания, радости, жизни, весны. Кроме того, в начале XX века в России главенствовал стиль модерн, цветы и цветочные орнаменты были популярны и важны в этикете, люди знали, как выразить свои чувства, составив букет из разных цветов. Особым украшением праздника «Белый цветок» были юные барышни и дети, которые ходили с шестами, увитыми цветами, и выкрикивали: «Жертуйте на борьбу с чахоткой!», «Жертуйте на дела благотворительности!».

Дни цветков были всесословными праздниками, где каждый житель Российской Империи мог внести свою сильную лепту. Каждый житель нашей страны, помогая ближнему и совершая благое дело, пробуждал свое сердце, восполняя потребность души в благотворении.

Ромашка вместе с лотарингским крестом (международный символ борьбы с туберкулезом) долгое время являлась символом благотворительной работы во всем мире. Традиционно День белого цветка в России проводили в апреле или мае.

В наши дни Всемирный день борьбы с туберкулезом отмечается с 1982 года по решению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) ежегодно 24 марта – в день, когда в 1882 году немецкий микробиолог Роберт Кох объявил о сделанном им открытии возбудителя туберкулеза.

Более 10 лет в Тюменской области проводится профилактический месячник, приуроченный ко Всемирному дню борьбы с туберкулезом. Областной клинический фтизиопульмонологический центр совместно с Департаментом здравоохранения Тюменской области выступает организатором мероприятия.

В это время по традиции во всех медицинских организациях проходят информационные кампании, направленные на предупреждение распространения туберкулезной инфекции, профилактические осмотры на туберкулез в общей лечебной сети, акции «Белая ромашка», в наиболее людных местах работают передвижные флюорографические кабинеты,

где у жителей Тюменской области есть возможность пройти флюорографическое обследование, поучаствовать в викторинах, конкурсах, приуроченных к дате.

Приглашаем жителей и гостей Тюмени присоединиться к акции «Белая ромашка» 24 марта с 11 до 16 часов в ТЦ «Кристалл». В это же время на площади перед торговым центром будет работать передвижной флюорокабинет, где можно пройти бесплатное обследование, предоставив только документ, удостоверяющий личность, сразу же получить результат. Флюоромобиль будет работать на том же месте и 22 апреля с 11 до 16 часов. Проходите профилактические осмотры своевременно и будьте здоровы!



24
марта

Всемирный день
борьбы
с туберкулезом

РОМАШКИ.
ЦЕНА 3 КОП.
ВАШИ КОПЕЙКИ
ПОЙДУТ НА
БОРЬБУ СЪ
ЧАХОТК
ВЪ МОСК

В ОКФЦ ПРОДОЛЖАЕТСЯ БЕРЕЖЛИВОЕ ПРОИЗВОДСТВО



Айслу Батырова, врач-методист

Одним из самых результативных бережливых проектов в 2022 году в ОКФЦ стал проект Тобольского филиала «Оптимизация процесса выявления и мониторинга контактных лиц в очагах туберкулезной инфекции».

Команда проекта работала с участием экспертов в сфере бережливого управления процессами на производстве – представителями Государственной корпорации по атомной энергии «Росатом» в рамках Соглашения о сотрудничестве с Правительством Тюменской области.



Предпосылками для проектной работы в очагах туберкулезной инфекции стала проблема малого количества обследованных контактных лиц.

Как правило, эти люди дистанцируются, уклоняются от обследования, тем самым подвергая себя и окружающих риску заболевания туберкулезом.

Сложности работы также заключаются в отсутствии нормативных документов. Видя в этом ключевой риск – потенциальную вероятность увеличения случаев заболевания туберкулезом из неучтенных контактов, команда взялась решить эту проблему на уровне филиала.

Цели были поставлены довольно амбициозные:

- установление максимально возможного круга контактных лиц – до 8 чел. на 1 больного активной формой туберкулеза (при исходном значении 2 чел.). В результате проекта достигли 13 чел.

- обследование контактных лиц в установленный срок 14 дней – не менее 95% от выявленных (при исходном 62%), достигли 98%.

- кратность обследования очага при динамическом наблюдении (в зависимости от группы) теперь соблюдается в 100% случаев.

«Для достижения целей команда разработала и внедрила:

- Алгоритмы действий персонала по ситуационным моделям;

- Алгоритмы и Чек-листы обследования очагов (бытовой, производственный), которые являются эксклюзивными.

А также достигнуто реально действующее межведомственное взаимодействие с Центром гигиены санитарно-эпидемиологического надзора, ГБУЗ ТО «ОБН№3», санитарно-противоэпидемической комиссией при Администрации г. Тобольска», – резюмирует куратор бережливых проектов, врач-методист Айслу Батырова.

В начале 2023 года в учреждении стартовали ещё 4 новых проекта, с включением всех филиалов:

1. «Повышение эффективности рабочего времени сотрудников в процессе оказания амбулаторной фтизиатрической помощи» (речь идёт о перераспределении функционала между сотрудниками в амбулаторном отделении) – руководитель проекта – заведующий амбулаторным отделением М.С. Коваленков.

2. «Улучшение процесса оказания фтизиатрической помощи на дому» (в связи с реорганизацией в Тобольском филиале), руководитель – Л.А. Кульмаметьева, старшая медицинская сестра.

3. «Управление материальными запасами (лекарственные препараты, перчатки, шприцы, системы, маски, респираторы)», руководители – старшие медицинские сестры в Заводоуковском и Ишимском филиалах.

В настоящее время идёт активная работа команд над улучшением рабочих процессов.

ДЫШИ СВОБОДНО 2023

Около 600 новых участников проекта «Дыши свободно!» в Заводоуковске узнали о профилактике туберкулеза



Сотрудники Заводоуковского филиала Областного клинического фтизиопульмонологического центра активно включились в реализацию профилактического проекта для школьников, родителей и педагогов «Дыши свободно!». Медицинские сестры Светлана Куратова и Елена Семенова побывали на уроке здоровья в школах г. Заводоуковска.

Владимир Новоселов, заведующий Заводоуковским филиалом: «Мы решили действовать системно: провели онлайн-семинар для руководителей образовательных учреждений, в котором рассказали о проекте, затем встретились на родительских собраниях с родителями и педагогами, со второго полугодия учебного года начались интерактивные занятия в школе с учениками старших классов. На мой взгляд, такой подход к просветительской деятельности и профилактической работе в отношении социально-значимого заболевания – туберкулез, помогает достичь хороших результатов в решении наших задач. А именно – снижения отказов родителей от иммунодиагностики у детей на туберкулез и, как следствие, снижения подростковой заболеваемости».

Отметим, что проект «Дыши свободно!» стартовал в образовательных учреждениях города Тюмени в 2019 году. Уникальный опыт просветительской деятельности врачей-фтизиатров в 2022 году был представлен на сервисе по поиску лучших практик Смарттека, а в 2023 году в результате межведомственного взаимодействия с Департаментом образования и науки Тюменской области интерактивные

уроки по профилактике туберкулеза проходят в Тобольском, Ишимском и Заводоуковском районах, где находятся филиалы ОКФЦ.

«Проект «Дыши свободно» направлен на формирование у школьников навыков безопасного поведения в бытовой и социальной сферах, развитие эффективных способов повышения здоровьесбережения у педагогических работников, продвижение родительского просвещения об использовании инновационных методов иммунодиагностики, (диаскинтеста) раннего выявления и предотвращения возникновения инфекционных заболеваний для сохранения здоровья детей», – рассказывает о неформальном формате профилактической работы главный врач ГБУЗ ТО «Областной клинический

фтизиопульмонологический центр», главный внештатный специалист фтизиатр Департамента здравоохранения Тюменской области Наталья Пирогова.

Всех, кого заинтересовала успешная практика, приглашаем присоединиться к проекту «Дыши свободно!», отправив заявку на почту: dishi-svobodno72@mail.ru

ОБЩЕСТВЕННЫЙ СОВЕТ ОКФЦ. ПЛАНЫ НА 2023 ГОД



На первом в 2023 году заседании Общественного совета главный врач Наталья Пирогова рассказала об итогах работы коллектива ОКФЦ в прошедшем году: «Много сделано для улучшения условий приема и пребывания пациентов, их безопасности, как в стационарах, так и в амбулаторном отделении: ремонты помещений, реконструкция в сфере доступной среды, приобретение медицинского оборудования, обеспеченность лекарственными препаратами. Отмечаем хорошую динамику в снижении заболеваемости и смертности от туберкулеза, это достижение всего фтизиатрического сообщества Тюменской области. В текущих планах работы – продолжить косметические ремонты в двух стационарных отделениях, обновить автопарк, чтобы увеличить охват лечением на дому пациентов патронажными бригадами, получить сертификат системы менеджмента качества Росздравнадзором, заниматься проектной деятельностью, приглашаем и членов общественного совета участвовать в этом».

Татьяна Хомякова, председатель Общественного совета, в свою очередь поделилась планом деятельности, в который включен анализ обращений граждан, контроль за организацией питания стационарных пациентов, участие в школах здоровья для пациентов, их родственников, расширение состава совета представителями из филиалов центра в Ишиме и Тобольске.

ПОЧЕМУ СЛУЧАЕТСЯ РЕЦИДИВ ТУБЕРКУЛЕЗА?

Туберкулез – одно из старейших заболеваний, упомянутое впервые Гиппократом более 2500 лет назад. Несмотря на огромный скачок в развитии медицины за это время, туберкулез очень распространен по всему миру и поражает миллионы людей в год.

Вторичный туберкулез легких (рецидив) возникает у людей, перенесших это заболевание некоторое время назад. По статистике рецидив данной болезни чаще всего случается у людей среднего возраста, переживших первичный туберкулез, который мог пройти бессимптомно.

Факторы, увеличивающие риск повторного возникновения болезни:

- хронические заболевания (СПИД, диабет и др.),
- плохое питание,
- длительный контакт с больными туберкулезом,
- алкоголизм,
- наркомания,
- курение,
- постоянный стресс,
- негативное влияние окружающей среды,
- прием иммунодепрессантов,
- форма ранее перенесенного туберкулеза, когда имел место обширный туберкулёзный процесс; обширный, чаще двусторонний, инфильтративный туберкулёз; диссеминированный и фиброзно-кавернозный туберкулёз; казеозная пневмония.

После лечения этих форм, часто остаются большие посттуберкулёзные остаточные изменения в лёгких, своевременно не проводится противорецидивная терапия, а также наличие контакта с бацилловыделителями (суперинфекция), в том числе множественная лекарственная устойчивость; наличие социально-бытовых факторов (недостаточное и неполноценное питание, недостаток витаминов, частые простудные заболевания, постоянный стресс и курение) и сопутствующих неспецифических заболеваний таких как: сахарный диабет, ХНЗЛ, ВИЧ-инфекция, что в свою очередь, становятся причинами развития рецидивов туберкулёза лёгких.



Татьяна Пенькова, врач-фтизиатр

«Рецидив болезни – это вспышка туберкулёзного процесса у лиц, которые ранее перенесли туберкулёз и успешно завершили его лечение. При этом, ранний рецидив отмечают в сроки от 2 до 5 лет, а поздний – более 5 лет после

успешного завершения химиотерапии. Среди причин возникновения рецидивов туберкулёза лёгких большое место занимают вирусный грипп и простудные заболевания, которые снижают сопротивляемость организма. Возникновению рецидивов также способствуют гормональные нарушения (при беременности). Лица, занятые тяжёлым физическим трудом в неблагоприятных условиях, также были подвержены более частой реактивации туберкулёзного процесса в лёгких. Среди факторов, которые способствуют развитию эндогенной реактивации, важное место занимают социально-бытовые факторы», – рассказывает врач-фтизиатр Татьяна Пенькова.

Одним из способов профилактики рецидива может быть санаторно-курортное лечение для лиц, излеченных от туберкулеза, имеющих хронические соматические заболевания. К неспецифической профилактике также относятся отказ от вредных привычек, правильное питание, ведение здорового образа жизни.

САНАТОРНОЕ ЛЕЧЕНИЕ КАК РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ТУБЕРКУЛЕЗА

Санаторно-курортное лечение является важным фактором медицинской реабилитации больных туберкулезом. Использование естественных и лечебных факторов, лечебного питания и активного двигательного режима позволяют повысить эффективность лечения и ускорить процесс реабилитации.



Михаил Коваленков, заведующий амбулаторным отделением ОКФЦ

«Санаторное лечение осуществляется на любых этапах лечения туберкулеза, при отсутствии бактериовыделения, клинических проявлений туберкулеза. Из опыта наших врачей-фтизиатров, рекомендуем санаторное лечение осуществлять в климатической зоне, характерной для постоянного места проживания пациента. Это исключит стрессовый фактор для организма в период акклиматизации, тем самым предотвращая вероятность прогрессирования туберкулёзного процесса», – объясняет врач-фтизиатр, заведующий амбулаторным отделением ОКФЦ Михаил Коваленков.

По основным направлениям деятельности Санатории подразделяются на оказывающие:

- реабилитационную помощь;
- санаторно-курортную (профилактическую) помощь;



Фото с сайта санатория «Голубая бухта»

• реабилитационную и санаторно-курортную (профилактическую) помощь.

В санаториях, оказывающих реабилитационную помощь, проводится химиотерапия, в том числе после получения хирургического лечения, как продолжение (окончание) курса лечения.

собрности больных туберкулезом. Излеченным от туберкулеза или лицам, получившим специализированную, в том числе высокотехнологичную, медицинскую помощь назначается комплекс профилактических и реабилитационных мероприятий

Профилактические мероприятия также показаны людям из групп риска, в том числе лиц, контактирующим с больными туберкулезом.

Проживание, питание и лечение в санаториях федерального уровня предоставляется бесплатно.

Оплата проезда до санатория и обратно осуществляется за счет отдыхающего.

По вопросам предоставления путевки на санаторно-курортное лечение обращаться к участковым фтизиатрам, а по спорным вопросам – к заведующему амбулаторным отделением: Коваленкову Михаилу Сергеевичу по телефону: +7 (3452) 22-14-45

САНАТОРНО-КУРОРТНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ

ФГБУ детский туберкулёзный санаторий «Кирицы» (Рязанская область, Спасский район, с. Кирицы)
www.sanatoriy-kiritsy.ru

ФГБУ детский противотуберкулёзный санаторий «Пионер» (Краснодарский край, г. Сочи)
www.sanpioner.ru

ФГБУ детский туберкулёзный санаторий «Пушкинский» (г. Санкт-Петербург, г. Пушкин)
www.pushkinsky.net

ФГБУ туберкулёзный санаторий «Голубая бухта» (Краснодарский край, г. Геленджик)
www.golubayabuhta.ru

ФГБУ туберкулёзный санаторий «Теберда» (Карачаево-Черкесская Республика, г. Теберда)
www.sanatory-teberda.ru

ФГБУ туберкулёзный санаторий «Жемчужина» (Ленинградская область, Лужский район, пос. Кудрявцево)
www.gemchugina-luga.ru

Филиал «санаторий «Плес» ФГБУ «СПб НИИФ» Минздрава России (Ивановская область, Приволжский район, г. Плес)
www.sanples.su

ФГБУ туберкулёзный санаторий «Чемал» (Республика Алтай, с. Чемал)
www.tschemal.pf

ФГБУ санаторий «Шафраново» (Республика Башкортостан, Альшеевский район, ст. Шафраново)
www.sanshafranovo.ru

ФГБУ санаторий «Глуховская» (Республика Башкортостан, Белебеевский район, с. Санатория Глуховского)
www.gluhovskaya.ru

ФГБУ санаторий имени С. Т. Аксакова (Республика Башкортостан, Белебеевский район, с. Аксаково)
www.sanaksakova.ru

ФГБУ санаторий «Лесное» (Самарская область, г. Тольятти)
www.sanlesnoe.ru

ФГБУ фтизиофтальмологический санаторий «Красный Вал» (Ленинградская область, Лужский район, п/о Красный Вал)
www.krasnyy-val.tabaru

ФГБУ туберкулёзный санаторий «Выборг-7» (Ленинградская область, Выборгский район, пос. Отрадное)
www.vyborg7.ru

ФГБУ туберкулёзный санаторий «Выборг-3» (Ленинградская область, Выборгский район, пос. Красный Холм)
www.vyborg-3.com

ФГБУ клинический санаторий «Советск» (Калининградская область, г. Советск)
www.sharloc.narod.ru

ПРОФСОЮЗНЫЙ ЛИДЕР

С 2018 года первичную профсоюзную организацию в ОКФЦ возглавляет Оксана Александровна Абайдулина. Признается, что в такой непростой и масштабной работе профкома помогает ей чувство ответственности.

«Я понимаю, что мы можем дать людям, поэтому постоянно рассказываем, для чего нужен профсоюз, какие гарантии предусмотрены для членов профсоюзного комитета. Наш профком занимается организацией различ-



ных мероприятий, мы содействуем оздоровлению членов организации, защите трудовых и социально-экономических прав, бесплатному предоставлению юридической помощи. К радостным и значимым событиям в жизни человек готовится заранее, планирует финансы, а беда приходит внезапно. Все жизненные ситуации сотрудников пропускаешь через себя, стараемся помогать материально», – рассказывает о своей работе в профкоме Оксана Александровна.

Профсоюзный комитет всегда откликается на обращения за материальной помощью. За прошедший год было рассмотрено 28 заявлений, и все они были удовлетворены.

Тесное взаимодействие и взаимопонимание с руководством учреждения дает право профактиву участвовать в решении многих вопросов, связанных с защитой прав членов профсоюза. Мнение первичной профсоюзной организации учитывается при принятии многих



решений внутри учреждения, направленных на организацию трудового процесса и охраны труда сотрудников.

Успех этой работы профсоюза складывается из неравнодушия людей, находящихся в составе профактива, их заинтересованности, ответственности, желания помочь и быть нужным людям.

«Хотелось бы обратиться к сотрудникам центра, активно проявлять

себя в разных аспектах профсоюзной жизни, предлагать свои идеи. Нам нужны креативные проекты и ваше активное участие!», – призывает Оксана Абайдулина. С удовлетворением профсоюзный лидер отмечает, что в 2022 году в профсоюз вступили сотрудники из Ишимского и Тобольского филиалов, а в Заводоуковске традиционно профактив силен в своей деятельности.

ДОРОГАМИ ВРАЧЕЙ

ОЛЬГА ОВСЯНКИНА: «ИСКАЛА, ГДЕ Я МОГУ БЫТЬ НУЖНЕЕ ВСЕГО»



Ольга Валерьевна Овсянкина

Мамина мечта стать врачом, большое желание быть нужной и школьная подруга, которая увлекла выпускницу средней школы в Грозном Ольгу Чайку (фамилия Ольги Валерьевны до замужества) поступать в медицинский. Все сложилось, окончив Ставропольскую государственную медицинскую академию в 1995 году по специальности «лечебное дело», Ольга Валерьевна ни разу не пожалела о своем выборе. В ее докторской практике – самая тяжелая и ответственная в медицине работа – анестезиология и реанимация, сначала в Ставропольском противотуберкулезном диспансере, а с 1998 года в Тюменском. В 2009 году Ольга Валерьевна осваивает новую специальность врача-методиста. Любовь к терапии, привитая еще в студенческие годы «стареньким профессором» Анатолием Дмитриевичем, нашла счастливое применение в еще одной специальности, которую сегодня совмещает Ольга Валерьевна – врача-профпатолога. Сегодня Ольга Валерьевна Овсянкина имеет высшую категорию по специальности органи-

зация здравоохранение и общественное здоровье. Награждена благодарностью Губернатора Тюменской области.

«Я счастлива, что могу погружаться в лечебное дело. Моя задача – оценить возможность сотрудника работать на конкретном рабочем месте с учетом его состояния здоровья. По результатам медицинского осмотра различными специалистами, я даю рекомендации в составе комиссии по предупреждению развития заболеваний. В случае необходимости, мы направляем в общую лечебную сеть, чтобы работник там обследовался», – рассказывает Ольга Валерьевна о своей специальности профпатолога.

Пожалуй, будет трудно найти в большом коллективе ОКФЦ человека, который бы не знал Ольгу Валерьевну Овсянкину. Она встречает сотрудника при приеме на работу и сопровождает его на протяжении всей трудовой деятельности в специализированном учреждении. Скромная, внимательная, добрая и очень душевная. В ней гармонично сочетаются черты ее женских идеалов: женственности от бабушки Зои, утонченности вкуса и любви к прекрасному – от преподавателя музыки Лидия Михайловны и учителя английского языка Ларисы Ивановны.

Ольга Валерьевна Овсянкина в медицинской профессии с 1992 года. За эти годы она наблюдала стремительность развития медицины. Самым большим преимуществом современного здравоохранения считает мобильность в оказании медицинской помощи и возможность непрерывного обучения сотрудников медицинских учреждений. Но вместе с тем, с сожалением отмечает, что значительно уменьшилось общение доктора с пациентом. «Врач – от славянского «заговаривать, колдовать, проричать», то есть гово-

ритель. Доктору надо о многом рассказать своему пациенту: объяснить о причине его болезни, о лечении, о правильном применении лекарств и их побочных действиях... Человеческое участие от врача необходимо пациенту», – уверена Ольга Валерьевна Овсянкина.

ЗДОРОВЬЕ РЕБЁНКА В ВАШИХ РУКАХ!

Молодые мамы должны помнить: здоровье их потомства полностью зависит от них. Поэтому, необходимо придерживаться нескольких простых, но действенных правил, о которых рассказала Лидия Валентиновна Андреева, детский врач-фтизиатр.

«Наиболее неблагоприятным фактором, влияющим на здоровье ребёнка (из тех, что относятся к образу жизни), является пристрастие родителей к вредным привычкам. Вредное влияние злоупотребления алкоголем, курением, наркосодержащими веществами ощущается неокрепшим детским организмом как напрямую, в виде дыха-

ния табачного дыма или через молоко матери, так и через наследственные факторы. А также в виде различных стрессовых ситуаций, влияющих на психику ребёнка, которые могут возникать в семьях, где кто-либо из членов семьи злоупотребляет спиртным (или болен наркоманией)».

Детский доктор отмечает, что во многом зависит от семьи, будет ли ребенок заядлым курильщиком или вовремя остановится. Дети из курящих семей, причем не важно, подвержены этой пагубной привычке мать или отец, обычно сами рано начинают курить.

«Важным фактором, влияющим на здоровье детей, является физическое воспитание и систематическое использование естественных факторов природы (воздуха, солнца, воды), широкое применение различных методов закаливания, физической культуры и спорта, меняющихся в зависимости от возраста ребёнка», – делится Лидия Валентиновна.

Будущим родителям необходимо ответственно относиться к своему здоровью и помнить о факторах риска и факторах, способствующих здоровью репродуктивной системы.

Служба здоровья

ОТВЕТСТВЕННОЕ РОДИТЕЛЬСТВО - СОВОКУПНОСТЬ ФАКТОРОВ

- СВОЕВРЕМЕННАЯ ВАКЦИНАЦИЯ - ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА
- РЕГУЛЯРНЫЕ МЕДОСМОТРЫ У ПЕДИАТРА
- ПРИМЕР ОТВЕТСТВЕННОГО ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ
- ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА