

POLA MOBILIOJI PROGRAMĖLĖ – IŠMANI PAGALBA PACIENTUI

Kviečiame naudotis pirmąja Lietuvoje išmaniaja sveikatos programėle, sukurta POLA bendruomenės nariams.

Kodėl verta naudotis POLA mobiliąja programėle?

- Lengvesnė ligos ir nepageidaujamų reiškinių kontrolė
- Galimybė anonimiškai pasilyginti su kitais pacientais
- POLA kortelė Jūsų telefone
- Dovanos už aktyvumą



Kaip pradėti naudotis?

Viskas labai paprasta – Jums tereikia turėti išmanųjį telefoną ir POLA kortelę:

- Pirmiausia, susikurkite savo paskyrą registras.pola.lt (arba parsisiųskite programėlę nemokamai tiesiai iš „Google Play“ ir „Apple store“ parduotuvių), paspauskite nuorodą „Registracija“. Gavę prisijungimo kodą, susikurkite slaptažodį ir prisijunkite.
- Prisijungus gausite pasiūlymą atsisiųsti programėlę į savo telefoną.
- Programėlėje būtinai paspauskite „Prenumeruoti“ mygtuką, nes tik tuomet gausite personalizuotus pranešimus.

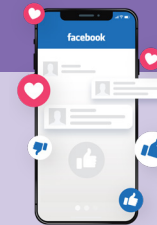
SVARBU! Visi programėlėje saugomi ir skelbiami pacientų duomenys yra anonimiški, jie priklauso tik Jums. Nei programėlės kūrėjai, nei POLA neturi Jūsų nenuasmenintų duomenų (nežinome Jūsų vardo, pavardės).

Daugiau informacijos www.pola.lt skiltyje „POLA PROGRAMĖLĖ“

VIRTUALIOS PACIENTŲ BENDRUOMENĖS

Kviečiame jungtis prie POLA moderuojamų aktyvių ir palaikančių pacientų bendruomenių socialiniame tinkle „Facebook“. Uždaroje grupėse pacientai dalinasi savo patyrimais, gydymo metodais ir naudinga informacija. Prisijunkite prie Jums aktualios bendruomenės:

- f Gyvenimas sergant krūties vėžiu
- f Gyvenimas sergant melanoma
- f Gyvenimas sergant prostatos vėžiu
- f Gyvenimas sergant plaučių vėžiu



Onkologiniams pacientams aktualią informaciją kiekvieną dieną rasite ir POLA „Facebook“ paskyroje: POLA asociacija

ATSTOVAVIMAS PACIENTŲ TEISĖMS IR INTERESAMS

POLA aktyviai dalyvauja atstovaudama onkologinių pacientų teisėms valstybinėse institucijose. Džiaugiamės pagrindiniais 2020 metų pasiekimais:



Inovatyvių vaistų kompensavimui iš Privalomojo sveikatos draudimo fondo rezervo skirti papildomi 24,8 mln. Eur ir į kompensuojamų vaistų sąrašus įtraukta 16 naujų vaistinių preparatų, skirtų skirtingų tipų onkologiniams susirgimams gydyti.



Priimti ir nuo 2021 m. sausio 1 d. įsigaliojo Transporto lengvatų įstatymo pakeitimai, suteikiantys teisę onkologine liga sergantiems asmenims naudotis viešojo transporto paslaugomis su 80 proc. nuolaida. Suderinta, kad nuolaida taikoma pateikus POLA kortelę ir asmens dokumentą.



Užtikrinome onkologiniams pacientams palankius Darbo kodekso pakeitimus: draudimą diskriminuoti dėl ligos, geresnes darbo ir atostogų sąlygas.

Turite pasiūlymų ir idėjų, kaip pagerinti onkologinių pacientų padėtį? Pasidalinkite su mumis el. paštu info@pola.lt



Naujiena!

Pasinaudokite **80% nuolaida** transportui



**Kartu
sveikti
lengviau**



POLA
Pagalbos onkologiniams
ligoniams asociacija



Kuriame
Lietuvos ateitį
2014–2020 metų
Europos Sąjungos
fondų investicijų
veiksmų programa

GAUKITE POLA KORTELĘ IR PRISIJUNKITE PRIE MŪSŲ BENDRUOMENĖS



POLA kortelę gali gauti kiekvienas asmuo, kuriam diagnozuota onkologinė liga

Kaip gauti POLA kortelę?

Užpildykite anketą www.pola.lt skiltyje „Gauti POLA kortelę“ ir gaukite kortelę tiesiai į savo pašto dėžutę. Kortelė yra nemokama, imamas tik 1 Eur siuntimo mokestis.

Kreipkitės į POLA savanorius visoje Lietuvoje. Svetainėje www.pola.lt skiltyje „POLA kortelė“ rasite arčiausiai Jūsų esantį savanorį ir jo kontaktinį numerį (karantino metu savanoriai POLA kortelės neišduoda).

DAUGIAU INFORMACIJOS:
8 620 74646, kortele@pola.lt

POLA kortelės naudos:



NAUJIENA!

Nuo 2021 sausio 1 d. **80 proc.** nuolaida viešajam transportui!



Nuolaidos vaistams, tyrimams ir kitoms prekėms daugiau nei 130 įmonių visoje Lietuvoje. Nuolaidų partnerius rasite www.pola.lt skiltyje „Pola kortelė“.



Nemokami kvietimai į meno ir kultūros renginius, bendradarbiaujant su 80 kultūros įstaigų.



POLA renginiai, seminarai, mokymai (karantino metu nevyksta, renginių kalendorių rasite www.pola.lt skiltyje „Pagalba sau“).



Specialistų konsultacijos: psichologų, dietologų, teisininkų, gydymo alternatyvų įvertinimas.

NEMOKAMOS KONSULTACIJOS ONKOLOGINIAMS PACIENTAMS IR JŲ ARTIMIESIEMS

Nemokamas specialistų konsultacijas gali gauti kiekvienas POLA kortelės turėtojas (ir jo artimasis).
Konsultacijas teikiame telefonu Jums patogiu metu.

Šiuo metu teikiame šias nemokamas POLA konsultacijas:



PSICHOLOGINES

Suteiksime Jums ar Jūsų artimajam profesionalią psichologinę paramą, kad gydymo ir sveikimo procesas būtų lengvesnis.



TEISINES

Atsakysime į klausimus, susijusius su sveikatos, darbo, socialinės apsaugos, draudimo, paveldėjimo teise.



MITYBOS

Patarsime dėl bendros mitybos, atsižvelgdami į Jūsų ligos diagnozę.

Kaip gauti POLA konsultaciją?

- 1 Užpildykite konsultacijų anketą www.pola.lt skiltyje „Konsultacijos“.
- 2 Norėdami gauti psichologinę, mitybos ir teisinę konsultaciją galite registruotis ir tel. 8 605 88 191 arba el. paštu konsultacijos@pola.lt



ŽINIOS IR INFORMACIJA, PADEDANTI SVEIKTI



Organizuojame edukacinius renginius ir terapinius užsiėmimus pacientams ir jų artimiesiems aktualiomis temomis: šlapimo nelaikymas, skausmo ir nepageidaujamų simptomų valdymas, limfedemos valdymas, mityba kaip onkologinės ligos prevencija ir kt.



Siūlome edukacines video paskaitas „YouTube“ kanale POLA prieš vėžį. Čia rasite patarimų, susidūrusiems su šlapimo nelaikymu, limfedema, chemoterapijos pašaliniais poveikiais, rekomendacijas kaip paruošti sveikatai palankų maistą, įtraukti fizinio aktyvumo pratimus į kasdieninę veiklą, pažinti ir pripažinti pokyčius emociniame pasaulyje, informaciją apie vėžio prevenciją: onkologinių susirgimų rizikos veiksnius (saulė, rūkymas, alkoholis), žarnyno mikrobiomos svarbą, miego įtaką, polifenolius.



Edukacinius leidinius galite skaityti mūsų svetainėje www.pola.lt skiltyje „Pagalba sau“. Juose rasite patarimų, kaip atpažinti onkologinę ligą, vertingų žinių apie diagnostiką ir gydymą, paliatyviąją pagalbą, gyvenimą susirgus vėžiu.



Išskirtinė galimybė POLA kortelės turėtojams www.pola.lt įsigyti prof. Robert Thomas knygą „Gyvenimas susirgus vėžiu ir patarimai, kaip nesusirgti“. Tai susistemintas žinynas apie vėžį, pagrįstas moksliniais tyrimais ir praktiniais patarimais pacientams.