



Hei kaikki jäsenemme!



## **SYYSKOKOUS su 16.11.2014 klo 13.00** Kiteen Ev.Kansanopistolla, Opistontie 7

Syyskokous pidetään opiston ruokasalissa. Kokouksessa ovat esillä sääntöjen määräämät asiat.

Edellisen vuoden malliin jatkamme yhdessäoloa **PIKKUJOULUN** vietolla.

Perinteisen jouluaterian hinta on 10,-/jäsen ja 20,-/muut.

**Sitovat** ennakoilmoittautumiset **6.11.14** mennessä Marja-Leenalle, puh. 050 536 1173 tai Asikaisen Mirjalle, 044 565 9367.

Arpajaiset, tottakai: arvan hinta 3,-/kpl tai 5,-/3 kpl.

Jos tahdot saada joulupaketin, kääriä itse lahjapaketti (n.5,-) jotakuta toista varten.

## **Jalkojenhoidosta**

Jalkojenhoidon maksusitoumusten saannin kriteereitä Kiteellä on tarkistettu.

Keväisessä tiimipalaverissa d-hoitaja Merja Kettunen kertoi vielä diabeteslääkärin linjauksesta: Diabeetikko on oikeutettu saamaan maksusitoumuksen silloin, kun lääkäri on arvioinut jalkojen kuuluvan riskiluokkaan 2 tai 3. Käytännössä tällöin on suojatunto hävinnyt ja jalassa on havaittavissa verenkierröllisiä tai kuormitusmuutoksia tai on jo ollut Chargot jalka tai diabeettisia haavaumia.

Nämä tilanteet ovat yleensä pysyviä eivätkä käytännössä koskaan palaudu. Tilapäisen tarpeen vuoksi voi myös joskus saada jalkojenhoidon maksusitoumuksen.

AVI:lle tekemästämme naapurikuntien jalkahoitopalvelua koskevasta valituksesta kuulemme aikanaan.

## **Hoitotarvikkeiden jakelu**

Diabeteksen hoidossa tarvittavien hoitovälineiden jakelu tapahtuu terveyskeskusten diabeteshoitajien vastaanotoilla. Pääsääntöisesti diabeteksen hoidossa tarvittavat omahoitovälineet annetaan asiakkaalle tavanomaisten diabeteshoitajan luona tapahtuvien seurantakäyntien yhteydessä.

Hoitotarvikkeita voidaan kerrallaan luovuttaa kolmen kuukauden tarvetta vastaava määrä.

**Kiteellä** hoitotarvikkeita voi noutaa tiistaisin klo 8 - 10 ja torstaisin klo 15 - 16.30 Arppentie 6, Kitee. "Tilauksen" tarvikkeista voit jättää sähköpostiosoitteeseen *hoitotarvike(a)kitee.fi*

Tohmajärvellä ja Rääkkylässä hoitovälinejakelu toiminee entiseen malliin.

## **Verensokerimittareiden vaihto**

Joensuun Seudun hankintatoimi on kilpailuttanut verensokerimittareiden testiliuskat ja -kasetit mittareineen ja omaseurantaan annettavine aloituspakkauksineen. Tähän ns. hankintarenkaaseen kuuluvat kaikki maakunnan kunnat. Kilpailutuksen tuloksena valitut toimittajat ovat:

BAYER => Contour, Contour XT ja Contour USB

ROCHE DIAGNOSTICS OY => Accu Chek Aviva, Accu Chek Mobile, Accu Chek Nano ja Accu Chek Performa

ABBOT => Presicion Free Style Lite, Presicion Xtra (tähän mittariin saatavissa myös ketoliuska)

Käytännössä osa alueellamme käytössä olevista mittareista vaihtuu. Alustavasti edellä mainittujen mittari-edustajien kanssa on suunniteltu ns. mittareiden vaihtopäivää, jolloin edustajat olisivat vaihtamassa ja opastamassa uusien mittareiden käytössä.

Joensuun Hankintatoimelta tulleen tiedon mukaan päätöksestä on tehty valitus ja vuoden vaihteeseen asti em.päätös koskee vain Rochen mittareita. Näin ollen mittareiden vaihtopäivä on ensi vuoden puolella.

Päivämäärät tarkentuvat myöhemmin. Tapahtumasta ilmoitetaan paikallislehdessä ja yhdistyksen verkkosivuilla. Mittareiden vaihtoa tehdään myös d-hoitajien vastaanottokäyntien yhteydessä.

Tohmajärven ja Rääkkylän osalta tarkempia tietoja saatte omasta terveyskeskuksestanne.

## MAAHANMUUTAJIEN kanssa tehtävä yhteistyö

Olemme aloittamassa yhteistyötä maahanmuuttajien kanssa ja yhdistyksen yhteyshenkilöiksi olemme saaneet Luiza Slobodinan ja Hilja Suvorovan. Luiza on koulutukseltaan lääkäri ja hankkimassa suomalaisen lääkärikoulutuksen mukaista pätevyyttä. Yhdistyksen esite on käännetty venäjän kielelle ja verkkosivu on viimeistelyä vaille valmis.

Yhteystiedot: Luiza Slobodina, puh. 046 613 5642, e-mail: luisa.slobodina(at)gmail.com ja Hilja Suvorova, puh. 040 195 6522, e-mail: hilja.suvorova(at)kiteenkansanopisto.fi

## PORUKASSA ON MUKAVOO...



**Matalan kynnyksen kuntosali**, torstaisin 10.30-12, Ilmolantie 2, korttelitupa, Kitee.  
- 11.12.14 ja 22.1.-23.4.15. Yhteystiedot: Marja-Leena P, puh 050 536 1173

**Kuntosaliryhmä**, Paloaseman kuntosali, Ratsumestarintie 1, Kesälahti, perjantaina klo 18.00-19.30 ja sunnuntaina 15-16.30. Yhteystiedot: Sami Palviainen, puh. 043 200 1536.

Yhdistyksen **kuntosalitoiminta** on aloitettu myös **Rääkkylässä**

Olemme varanneet tiistaisin 21.10.14 alkaen vuoron **klo 17-19 Pihlajakodin kuntosalilta, Kinnulantie 18**. Kuntosalilaitteiden käytön opastusta ja henkilökohtaisen kuntosaliohjelman laadintaa halutessasi ota yhteys fysioterapeutti Jaana Piiriseen, puh 043 826 3747.

Jaanan toivomus on, että ohjaus ja laitteiden käytön opastus samoin kuin henkilökohtaisen ohjelman laadintakin voitaisiin toteuttaa mieluummin useammalle kuin yhdelle henkilölle kerrallaan. Ohjaus ja opastus mahdollistuu Jaanan työaikana (9-16). Kuntosaliryhmä on kaikille avoin.

Lisätietoja myös tarvittaessa Marja-Leenalta.

**Vesiliikuntaa VesPelissä** jatkuu tiistaisin klo 11-12, -9.12.14 ja 13.1.-21.4.15  
Ohjaaja: Lötjösen Tiina, puh. 050 348 8392.

## Retket ja matkat

Yhdistys ei tämän vuoden aikana reissannut, mutta tulevan vuoden puolelle on jo suunnitelmia tehty. Toiveita retki- ja matkakohteista otamme mielellämme vastaan. Ilmoitelkaa toiveistanne!

Syyskokouksessa valitaan yhdistyksen puheenjohtaja, hallitus (2-6 jäsentä) ja varajäsenet (2-3). Ehdotuksia uudesta puheenjohtajasta otamme auliisti vastaan nykyisen jäädessä huilailemaan. Tulevaan hallitukseen kaivataan myös mm. tohmajärveläisten edustusta. Ilmoittautumisia tehtäviin ottavat vastaan Marja-Leena p.050 536 1173 ja varapuheenjohtaja Teuvo Hukka p. 050 411 7376. Toivomme, että yhdistyksen toiminta keskikarjalaisten diabeetikoiden asioiden puolesta voisi jatkua Oman alueemme asioista parhaiten perillä olevat asiantuntijat asuvat Keski-Karjalassa! Vai antaisimmeko ohjat muualle...

Muistutamme vielä, että ilmoituskanaviamme ovat paikallislehdet, niiden järjestöpalstat (tavallisimmin Koti-Karjala) ja kotisivumme ([www.keskikarjalandiabetes.net](http://www.keskikarjalandiabetes.net)).

Tämän jäsentiedotteen postituksen ja monistamisen ovat mahdollistaneet Rääkkylän Apteekki/ apteekkari Mirja Matikainen ja Rääkkylän Osuuspankki.

Sydämelliset kiitokset saamastamme arvokkaasta tuesta molemmille tahoille!



*Terveisin ja tapaamiin!*  
Keski-Karjalan Diabetesyhdistys/hallitus

Joskus olet enemmän  
oikeassa kun olet väärässä  
kuin jos olisit oikeassa.