

ФОНД МЕДИЦИНСКИХ РЕШЕНИЙ
не напрасно

Годовой отчет фонда «Не напрасно» за 2023 год

Как мы помогали людям
с онкологическими заболеваниями
и менялись сами



Фонд медицинских решений «Не напрасно»* был создан в 2010 году.

Оказываем комплексную информационную поддержку всем, кто столкнулся с раком у себя или у близкого.

Обучаем врачей-онкологов в рамках образовательной программы «Высшая школа онкологии».

Реализуем системные проекты в области медицины и создаем it-сервисы для профилактики, диагностики и лечения заболеваний.

*До 2020 года — Фонд профилактики рака. С 2020 года наша команда стала развивать новые направления работы, не связанные с онкологией, поэтому организация сменила название, став Фондом медицинских решений «Не напрасно».

Миссия

Изменить медицину к лучшему, сделать так, чтобы жители России имели доступ к качественной медицинской помощи и проверенной информации.

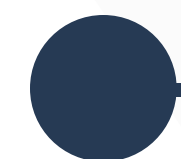
Ценности

Мы придерживаемся принципов доказательной и пациентоориентированной медицины, регулярно проверяем и обновляем все наши проекты в соответствии с последними научными данными и при этом делаем все, чтобы наши сервисы и программы оставались бесплатными, доступными и удобными для каждого.

Уникальность

В нашей команде — более 100 онкологов нового поколения и других медицинских специалистов, большинство из которых работает в крупных медицинских центрах и при этом участвует в работе проектов фонда; продуктовые менеджеры, it-специалисты, журналисты, редакторы, иллюстраторы, дизайнеры, координаторы, специалисты по маркетингу и фандрайзингу. «Не напрасно» не организует адресные сборы, но мы системно и комплексно оказываем информационную поддержку жителям как минимум 26 стран мира.

2010-2013



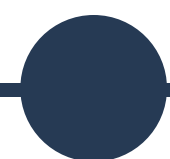
Центры раннего выявления рака молочной железы в разных городах

2015



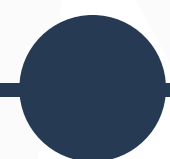
Высшая школа онкологии

2016



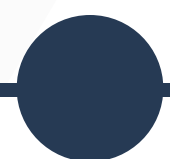
Система «Скрин» с индивидуальными рекомендациями по заботе о здоровье

2017



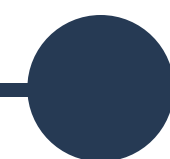
Издание о доказательной медицине «Профилактика Медиа»

2019



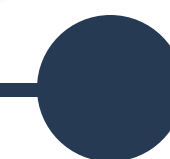
онлайн-справочная «Просто спросить»

2020



«Просто спросить о Covid-19» и другие проекты против пандемии

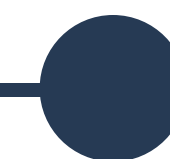
2021



Портал «Все не напрасно», где собраны 4 сервиса фонда

Программа «Доступная среда для онкологических пациентов в регионах РФ»

2022



Проект Онко Вики kids

2023



Около 3 млн человек получили поддержку фонда

2023 год стал для нас годом вызовов и реформ

**Мария Терехова, врач-онколог,
исполнительный директор фонда
«Не напрасно»:**

Вся история фонда «Не напрасно» разворачивалась на моих глазах еще с 2010 года, когда я как врач-онколог стала его первым волонтером. У нас были и взлеты, и падения, но до 2023 года фонд стойко переживал многие кризисы, в том числе пандемию. Тогда мы не только сохранили устойчивость, но и сумели реализовать антиковидные проекты в помощь врачам и пациентам. А вот кризис 2022 года ударил по нам сильнее всех предыдущих: многие наши партнеры были вынуждены приостановить или сократить свои благотворительные программы, снизились объемы пожертвований, уменьшилось количество грантов.

Первое время нам удавалось сохранять все наши проекты в полном объеме. Но к осени 2023 года ресурсы фонда были истощены, средств на работу в январе и феврале 2024 года уже просто не было. Так, рискуя многим, в том числе собственной репутацией, мы решились честно рассказать о ситуации нашим сторонникам и запустить кампанию «Спасти “Не напрасно”». Думаю, мы сами не ожидали, что получим в ответ такую теплую поддержку, столько откликов и публикаций в соцсетях и СМИ.

Меньше чем за месяц нам удалось собрать более 7,5 млн рублей, что позволило провести большую работу по привлечению средств, справиться с кризисом и перестроить многие внутренние процессы. А главное — заново проявить для себя ценность и уникальность фонда. Спасибо всем, кто оказал нам помощь! Мы читали каждое письмо и сообщение, и это давало нам надежду и силы.

Я много лет занимаюсь теннисом, это очень творческий вид спорта, где во время матча важно уметь анализировать ситуацию и в процессе менять траекторию, стиль и тактику игры. Думаю, в фонде мы действовали примерно так же, быстро меняясь в новых обстоятельствах. Это помогло нам завершить 2023 год с ощущением, что точно все не напрасно.

Поэтому этот отчет мы решили посвятить переменам, которые происходили с нами и которые мы внедряем в онкологическую помощь в России. Надеемся, вам будет нескучно, и вы найдете для себя много полезного, чтобы помочь себе или своим близким.





Майя Хаустова
Фото: Светлана Булатова

С какими трудностями сталкиваются люди с онкологическими заболеваниями?

* В том числе по данным собственного опроса и анализа, проведенного с командой независимых исследователей

49%

Почти половина (49%) россиян за последние 3 года интересовалась информацией о профилактике, диагностике, лечении рака, а также реабилитации после онкологического заболевания. Рак может развиваться примерно у 1 из 5 человек до 75 лет.

95%

Практически 95% опрошенных рассказали о том, что потеряли силы и время, пытаясь понять, куда обратиться за помощью и как организовать свое лечение.

Чаще всего возникают вопросы о получении материальной помощи, анализах и препаратах, а также психологической поддержке.

Прежде всего не хватает не конкретной информации о заболевании, а источников, где эти данные были бы доступно, полно и качественно изложены.

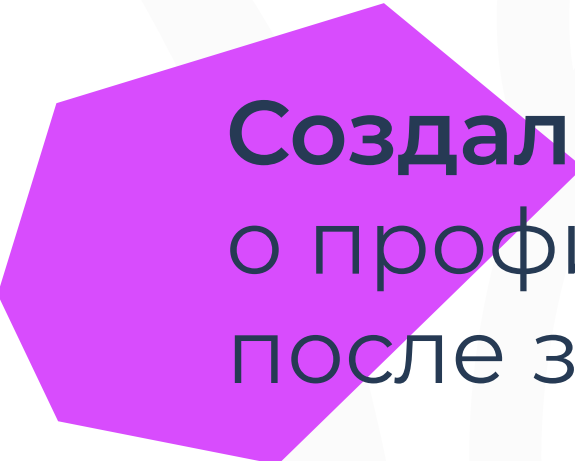
78%

78% женщин с онкологическими заболеваниями недостаточно информации о своем диагнозе и лечении от врача, ведь время на прием ограничено, а специалисты перегружены.

500

На одного врача-онколога приходится около 500 пациентов.

Какие решения мы предлагаем?



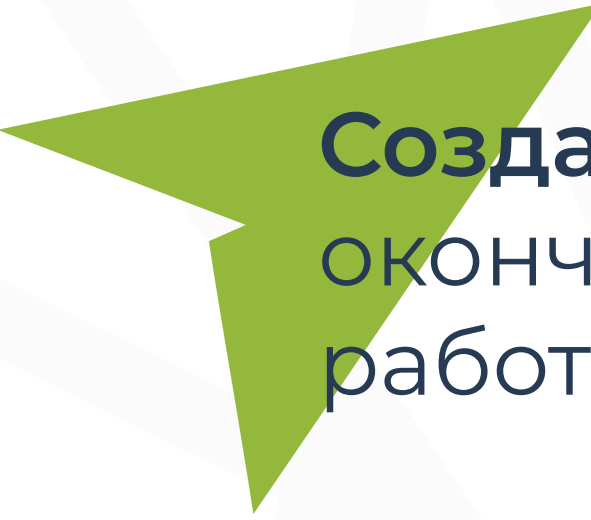
Создали портал **«Все не напрасно»**, на котором можно найти информацию о профилактике, диагностике и лечении рака, а также реабилитации после заболевания.

Эксперты нашей службы **«Просто спросить»** ежемесячно принимают около **300 заявок** от людей, которые сталкиваются с большим количеством вопросов о раке, и своевременно помогают найти ответы.



Статьи, гайды, колонки врачей и пациентов на самые актуальные темы вы всегда можете найти в нашем издании **«Профилактика Медиа»**, данные о заболеваниях — в разделах справочника **«Онко Вики»**.

Создали **тест «Скрин»**, чтобы у каждого была возможность получить индивидуальные рекомендации по заботе о своем здоровье.



Создали **Высшую школу онкологии**. Образовательную программу окончили уже более 100 медицинских специалистов, которые теперь работают в крупных медицинских центрах России.

**Что изменилось
благодаря фонду в 2023 году?**

Всё * не напрасно

«Все не напрасно» – это бесплатный портал для людей с онкологическими заболеваниями, их близких, а также тех, кто интересуется темой онкологии.

2021

год запуска портала

2,7 млн

человек воспользовались платформой и получили поддержку в 2023 году

На сайте vse.nenaprasno.ru можно:

не напрасно

**просто
спросить**

Задать вопрос о своем заболевании эксперту [«Просто спросить»](#)

не напрасно

ОНКО ВИКИ

Найти информацию в онлайн-энциклопедии о раке [«Онко Вики»](#)

не напрасно

скрин тест

Пройти [тест «Скрин»](#), чтобы получить персональные рекомендации по профилактике и скринингу рака

не напрасно

**профилактика
медиа**

Прочитать истории людей и статьи на тему медицины в издании [«Профилактика Медиа»](#)



Мне тяжело думать, что кто-то может сказать пациенту «нет»...

Наталья Хилько, руководительница группы проектов «Все не напрасно»:

«Мне тяжело думать, что кто-то может сказать пациенту “нет” – и человек сразу согласится с этим “нет”. В том числе поэтому я пришла в фонд “Не напрасно” работать на стыке технологий и медицины, чтобы дать большому количеству людей знания о том, что можно иначе, и показать, какие у человека в каждом конкретном случае есть возможности.

Наш портал состоит из сервисов, которые появлялись в разное время. Сегодня все они как кусочки пазла, которые собираются в систему комплексной поддержки людей, которые хотят или вынуждены знать больше о раке. Все началось с теста “Скрин”, который помогает определить необходимые исследования для выявления онкологических заболеваний как можно раньше. Сейчас доступна уже третья версия алгоритмов системы. Через несколько лет была создана наша маленькая “Профилактика Медиа”, потом, когда запросов в фонд стало слишком много, — справочная служба “Просто спросить”, в 2021 году появилась онлайн-энциклопедия “Онко Вики”.

В 2024 году мы продолжим развивать наши сервисы: хотим обновить алгоритмы теста “Скрин” в соответствии с последними научными

данными, продолжим наполнять актуальными материалами весь портал. Мы постоянно общаемся с нашей аудиторией и собираем обратную связь: так мы скоро обновим навигацию в проекте “Онко Вики”, в новой системе поиска можно будет быстро найти все данные по нужной теме, а также рекомендуемые статьи, новости, похожие истории и так далее. Кроме того, с нами работают более 100 врачей, и теперь о каждом из них можно будет прочитать у нас на сайте. В 2024 году мы хотим запустить чат-бот, который будет отвечать на вопросы более прицельно: не все готовы читать большое количество статей, кому-то нужны короткие, но емкие ответы на вопросы.

Для нас важно помочь человеку найти ответы, которые он не смог получить на приеме у врача. Мы помогаем системе, потому что на следующую встречу пациент приходит более подготовленным. А наши просветительские проекты направлены на то, чтобы каждый мог пройти скрининговые обследования и найти заболевания на раннем этапе, когда шансы на менее травматичное лечение и успешные результаты, как правило, гораздо выше».

не напрасно

скрин тест

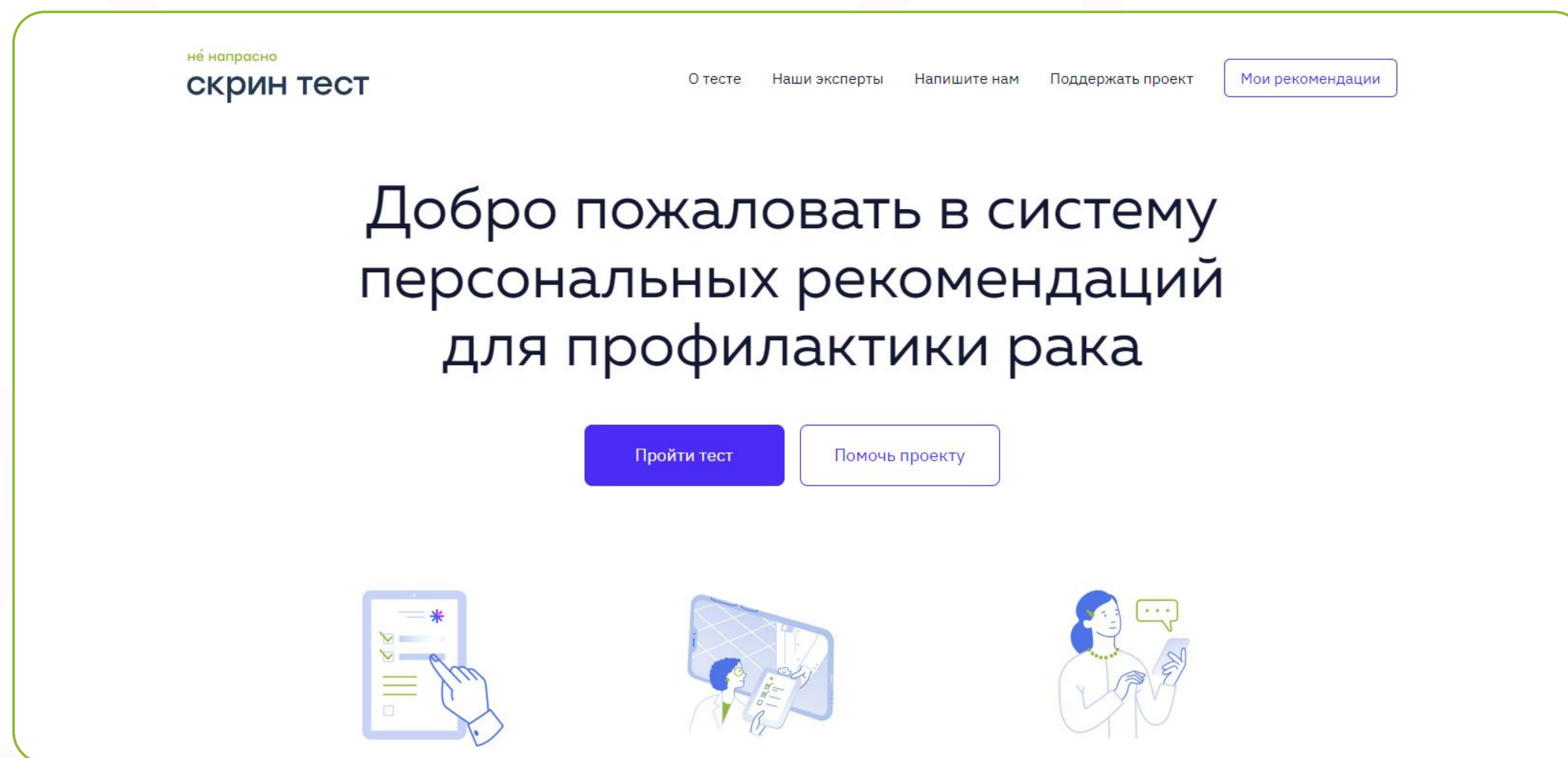
Система персональных рекомендаций по профилактике и скринингу онкологических заболеваний

screen.nenaprasno.ru



469 701

раз прошли тест «Скрин»



- Позволяет определить показания к скринингу и профилактике шести видов рака.
- Создан командой онкологов, эпидемиологов, генетиков, диетологов и врачей других специализаций.
- Разработан на основе международных программ скрининга, протоколов, исследований и рекомендаций девяти ведущих медицинских организаций.
- Получил положительную оценку НМИЦ онкологии имени Н.Н. Петрова.

не напрасно

скрин тест

2016 г.

Создание первой версии теста

2017 г.

Представлена вторая,
обновленная версия проекта

2021 г.

Запуск третьей версии теста

- Для бизнес-компаний доступна программа корпоративного тестирования. [Подробнее](#)

Корпоративное тестирование для 265 сотрудников двух филиалов компании «Газпромнефть-Аэро»

Компании был предоставлен деперсонализированный отчет, включающий в себя:

- перечень скрининговых мероприятий по каждому из шести видов рака;
- рекомендации, связанные с подозрением на наследственные опухолевые синдромы, образом жизни, физической активностью, употреблением красного мяса, курением и употреблением алкоголя;
- а также перечень медицинских, профилактических, информационных и мотивационных мероприятий.

не напрасно

скрин тест

В 2023 году

75 стран, 79 регионов России

Более 27 000

человек прошли тестирование в сервисе «Скрин» и получили персональные рекомендации по профилактике рака

Чаще всего тестирование проходили жители России, Казахстана, Германии, Беларуси, Франции, Нидерландов, США, Грузии, Турции, Польши, Великобритании.

43 года

средний возраст пользователя теста

Статистика сервиса за 2023 год

- **6,62%** пользователей делали прививку от ВПЧ.
- У **10,24%** были случаи рака молочной железы в семье. Причем **0,93%** случаев – это рак молочной железы у мужчин. У **3,15%** пользователей родственники столкнулись с меланомой, у **3,2%** – с раком яичников; у **7,91%** – с колоректальным раком; у **5,93%** – с раком поджелудочной железы; у **2,73%** – с раком почки; у **3,81%** – с раком предстательной железы; и у **5,22%** – с раком тела матки.
- **16,3%** отметили, что они курят сейчас.
- **20,38%** человек имеют индекс массы тела выше рекомендуемых значений.

Анна Михайлова, координатор проектов фонда:

«В 2023 году мы внедрили в тест несколько доработок, которые делают его еще более удобным для пользователей. В рекомендациях и в календаре необходимых мероприятий появились ссылки на материалы справочника «Онко Вики» и издания «Профилактика Медиа». Эти материалы позволят узнать больше о возможностях сохранить свое здоровье, подготовиться к приему у врача или к запланированной процедуре.

При наведении курсора на сами рекомендации они меняют цвет, привлекая внимание к необходимым действиям. Кроме того, теперь после прохождения теста пользователь может задать вопросы экспертам онлайн-справочной «Просто спросить» не покидая страницу с результатами теста – эксперты сервиса получают это обращение и смогут дать подробный ответ».



Задать вопрос эксперту

Если у вас остались вопросы, вы можете бесплатно задать их экспертам справочной «Просто спросить»

Ваша электронная почта¹

Повторите электронную почту²

Номер пройденного вами теста

Ваш вопрос

Отправить

Календарь

Это процедуры, которые желательно пройти именно вам, чтобы снизить риски онкозаболеваний. Если вы уже прошли какую-то из процедур — укажите дату направления, чтобы убрать её из списка.

Консультация дерматолога-онколога

Напоминан вам по эл. почте 19.01.2024

Добавить в календарь Уже пройден

Узнать больше:

Как часто nevus превращается в меланому?

Консультация гастроэнтеролога или онколога по скринингу и профилактике колоректального рака

Напоминан вам по эл. почте 19.01.2024

Добавить в календарь Уже пройден

Узнать больше:

Как предотвратить развитие рака кишечника?

Консультация уролога

Напоминан вам по эл. почте 19.01.2024

Добавить в календарь Уже пройден

Узнать больше:

Симптомы рака предстательной железы





Вадим Гущин, директор отделения гастро-интестинальной онкологии, хирург-онколог Института онкологии Мерси (Балтимор, США), преподаватель Высшей школы онкологии:

«У меня есть сосед-архитектор, к которому я обращаюсь за советами о том, как строить дом. Он же спрашивает меня, врача, что делать, чтобы жить долго и счастливо и не заболеть раком. Мы обмениваемся профессиональной информацией и советами. Но это советы – “как своим”. Многие согласятся со мной, что свое жилище можно перестраивать и ремонтировать бесконечно. Как понять, на что стоит тратить деньги и время, а какие строительные работы не принесут пользы, не поднимут стоимость дома и не доставят радости? Мой друг-строитель простым языком отвечает мне на эти вопросы. У него нет секретных решений, которые он бережет только для меня. Он помогает мне сделать разумный выбор в вопросах благоустройства дома. Я отвечаю ему тем же.

У меня нет “таблетки для друзей и близких” или “биохака, как избежать того или другого рака”. В непринужденной обстановке дружеского ужина, без заумных терминов и врачебных штампов я отвечаю, что такое “чистки организма”, “защищает ли маммография от рака”, сильно ли повредит здоровью вот этот бокал вина. Вот, что значат для меня советы “как своим”. Именно такие советы давал я проекту “Скрин”. Тест “Скрин” разработан признанными экспертами. Это простой и эффективный способ понять, какие обследования необходимо пройти и каких рекомендаций придерживаться, чтобы снизить риски возникновения онкологических заболеваний».

не напрасно

просто спросить

Бесплатная справочная служба для людей с онкологическими заболеваниями и их близких, где можно получить ответы на вопросы о профилактике, диагностике и лечении онкологических заболеваний, а также реабилитации после болезни

ask.nenaprasno.ru



2900

человек получили
онлайн-консультацию
в справочной в 2023 году

250-300

срочных обращений
ежемесячно

13 000

заявок за все годы
существования
проекта

**79 регионов
и 30 стран**

в 2023 году



2 место в номинации Социальная
инициатива года по версии
«Доктор на работе» в 2019 году



Победитель премии
«Сделано в России — 2022»

О чем чаще всего спрашивают экспертов справочной?

- О том, где можно получить второе мнение по тактике лечения;
- О поиске врача или учреждения, куда они могут обратиться за дальнейшим лечением;
- О том, какие действия необходимо предпринять в ближайшее время;
- О перечне необходимых обследований;
- О возможных методах лечения в различных ситуациях.

Фото:
Ксения Иванова,
Такие дела



В цифрах:

Тема заявки

52,1%

лечение/осложнение впервые
установленного заболевания

23,7%

диагностика/подтверждение
диагноза/подозрение на рак

9,1%

паллиативная помощь/
улучшение качества жизни/
обезболивание

2,9%

реабилитация

Пользователи сервиса

68,5%

женщины

31,5%

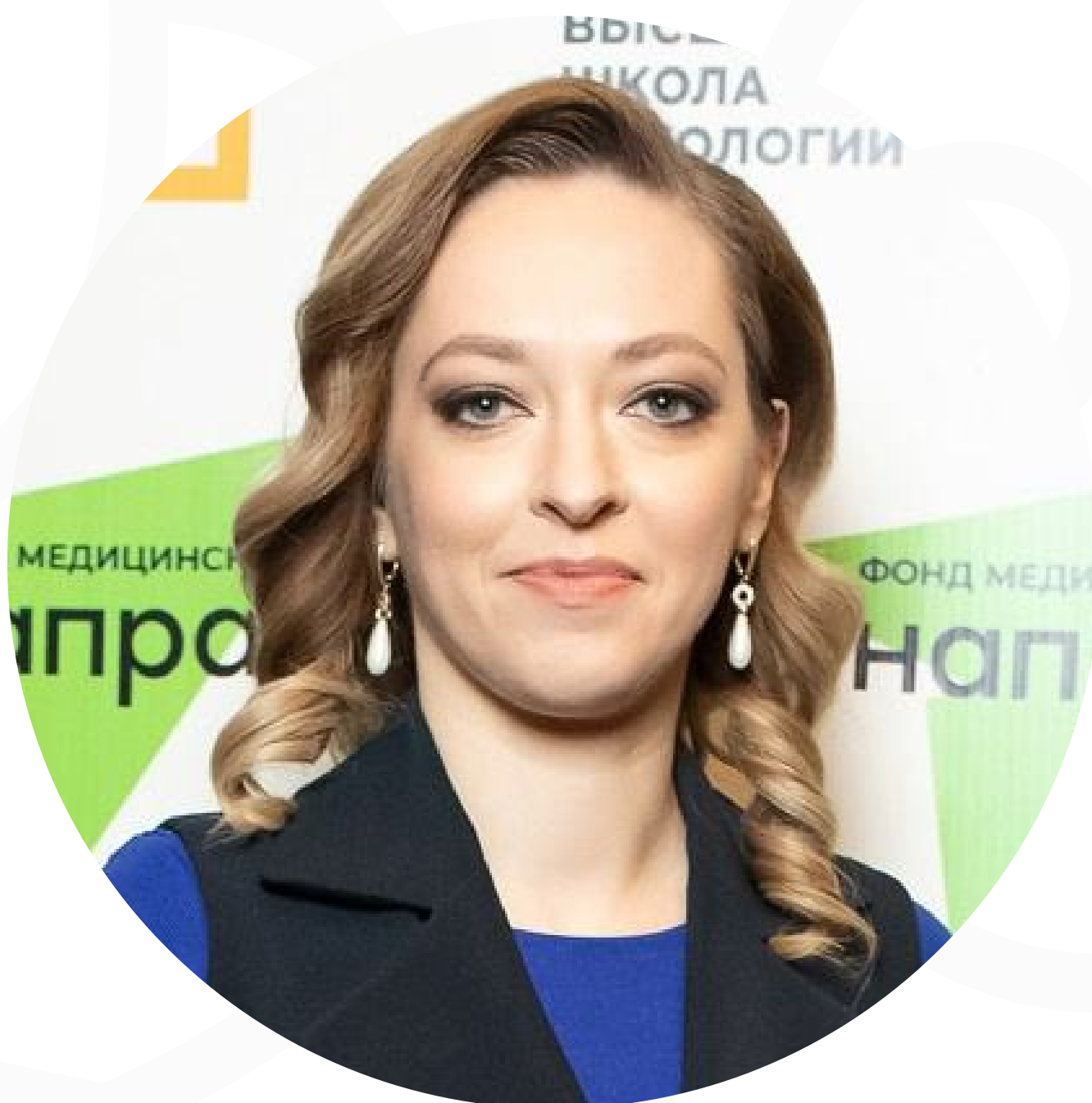
мужчины

43,9% заявок

от тех, кто сам столкнулся
с онкологическим
заболеванием

25,3% заявок касались
опухолей молочной железы,
19,6% — желудочно-
кишечного тракта,
10,3% — женской половой
системы, **6,8%** — легких
и средостения, **6,3%** — головы
и шеи.

**На заявки
отвечали
54 эксперта**



Екатерина Коровина, кейс-менеджер «Просто спросить»:

«Обратиться в сервис очень просто: пациент или его близкий заполняет заявку на сайте и подробно описывает в ней клиническую ситуацию. Далее он прикрепляет медицинские документы (результаты обследований, выписки, заключения врачей) и задает интересующие его вопросы. Я как кейс-менеджер службы передаю заявку профильному специалисту, и он отвечает на нее в течение трех дней. Готовый ответ отправляется на электронную почту. Если у человека еще остаются какие-либо вопросы, он может их задать в чате консультации и продолжить общение с экспертом»

Дарья Сидельникова, координатор «Просто спросить» (первый рабочий день в фонде случился в день запуска справочной!), продуктовый менеджер «Все не напрасно»:

«Мы постоянно работаем над тем, чтобы люди с онкологическими заболеваниями и их близкие получали не просто ответы на свои вопросы, но еще и подробные рекомендации и понятный план действий. Чтобы заявки не терялись и быстро доходили до нужного специалиста, наши кейс-менеджеры анализируют все обращения и передают их экспертам. Также в прошлом году мы запустили телеграм-бот для экспертов — он присылает уведомления о новых заявках и напоминает об обращениях, которые остались незакрытыми. Благодаря всем этим процессам сервис функционирует круглосуточно и без выходных».



ОТЗЫВЫ

Полный ответ позволяет понять, что происходит с моим здоровьем, и не паниковать. Спасибо большое!

Очень понравился сервис, чувствуется участие и неравнодушие специалистов, и это бесплатно! Такое иногда и за деньги не получишь. Очень подробно и понятно. Спасибо огромное! Это так важно для тех, кто оказался один на один с болезнью...

Спасибо Вам большое за быстрый и подробный ответ. Обращаюсь в «Просто спросить» третий раз и всегда все быстро и понятно.

Мы очень рады, что обратились к вам, очень быстро ответили, все объяснили, рассказали, успокоили. Не первый раз обращаемся к вам и ни разу в своих выводах не ошиблись, все диагнозы подтверждались в дальнейшем. Это очень важно, что есть возможность посоветоваться с кем-то, когда не знаешь что делать дальше!

Спасибо вам огромное за такой полный ответ! Вы очень четко прояснили для меня многие вопросы, и все стало гораздо легче и понятнее. Вы просто молодцы! Спасибо, что вы есть и что помогаете людям!

не напрасно

ОНКО ВИКИ

Цель онлайн-энциклопедии «Онко Вики» – ответить на все вопросы о раке так, как если бы у врача было бесконечное количество времени на объяснение всех деталей.

wiki.nenaprasno.ru



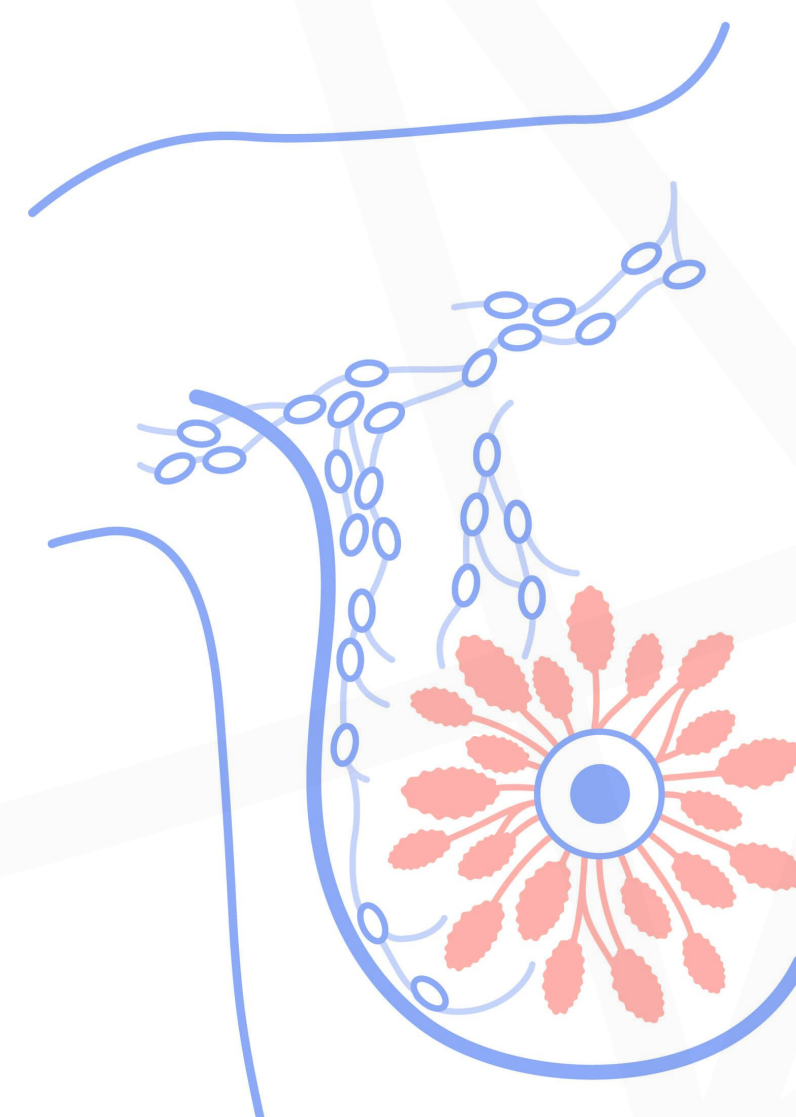
76 000

уникальных посетителей в месяц

Как создается каждая статья на «Онко Вики»?



Над энциклопедией работает команда из более 50 авторов.



В 2023 году мы:

- выпустили **5 взрослых разделов** и **5 детских**, это **более 400 статей**;
- обновили раздел **«Рак молочной железы»**;
- вышли на **конвейерный режим работы**;
- после обращения в фонд участников пациентского сообщества **запустили сбор на работу научной команды и создали первый в России подробный гайд о раке поджелудочной железы**, посвященный одному из самых сложных и агрессивных видов рака. Потребность в таких справочниках очень велика: ведь рак поджелудочной железы остается пятой причиной смертности от онкологических заболеваний, протекает сложно, с рядом побочных эффектов. При этом в мире нет ни одного метода скрининга рака поджелудочной железы, который бы показал эффективность у людей без факторов высокого риска развития заболевания.



Майя Хаустова, руководитель «Пациентского сообщества по раку поджелудочной железы»:

«У нас очень развитое и информированное сообщество пациентов. Мы активно делимся друг с другом опытом и сотрудничаем с врачами, которые консультируют нас по разным вопросам нашего заболевания. Но нас всего 500 человек, по сравнению с общими данными статистики по заболеваемости – это небольшое число людей. И почти каждый, кто присоединяется к нашему сообществу, рассказывает, что чаще всего ему отводят несколько месяцев жизни и отправляют в хоспис. При этом среди нас есть люди, которые уже 15 лет в ремиссии после операции.

С диагнозом «рак поджелудочной железы» можно жить и лечиться, но часто это невозможно без актуальных сведений, рекомендаций, данных клинических исследований и так далее. Всегда очень много вопросов на тему способов лечения, возможности проходить химиотерапию при желтухе, коррекции веса, а также о международном опыте борьбы с заболеванием. И важно, чтобы все данные были систематизированы и выложены в открытом доступе на русском языке, благодаря чему шанс на успешное выздоровление получит гораздо более широкая аудитория онкологических пациентов».



**Андрей Исаев-Апостолов, онколог,
научный редактор «Онко Вики»:**

«Пациент имеет право знать, какие существуют современные методы лечения, что происходит нового в мире онкологии, как справиться с желтухой или тошнотой, какие есть правила обезболивания, а также поддерживающая терапия, как суметь сохранить прежний образ жизни, продолжать общаться с семьей и так далее. Обо всем этом мало говорят. К сожалению, у врача во время приема не всегда хватает времени, а материалов на русском языке по этой теме действительно мало. И задача «Онко Вики» – помочь пациенту найти ответы, больше узнать о своей болезни и получить всю возможную и максимально эффективную помощь».



**Ася Суворова, координатор
и выпускающий редактор «Онко Вики»:**

«Мы работаем над тем, чтобы пациенты с конкретной клинической ситуацией могли бы легко найти информацию, релевантную именно для них, это предусматривает изменения в навигации. Также мы скоро добавим больше возможностей для обратной связи, которую обязательно будем учитывать при подготовке новых разделов и обновлении старых».

Частота и регулярность выхода материалов, их своевременное обновление – одна из ключевых ценностей всего справочника.

Сделав пожертвование в пользу нашей энциклопедии, вы поможете нам собрать, актуализировать и выпустить материалы, которых на данный момент нет на русском языке.

ОТЗЫВ

Olga:

«Онко Вики» мне очень помог в этом году, я распечатывала все-все статьи, связанные с заболеванием мамы и видами инструментальных, и лабораторных исследований и читала сама и давала родственникам. Сейчас, приходя на приемы вместе с мамой, меня часто спрашивают врачи, кем я работаю. Очень удивляются моей подкованности. Спасибо за то, что даете устойчивую информационную базу для таких, как я, которые невольно оказались брошенными в проблему онкологических заболеваний»

не напрасно

профилактика медиа

Просветительское издание,
посвященное теме онкологических
заболеваний и здоровья в целом,
помогает ориентироваться в мире
современной медицины и знакомиться
с опытом других людей

media.nenaprasno.ru



150 000

читателей ежемесячно



В 2018 году
«Профилактика медиа»
была удостоена награды
на международном
конкурсе в области
развития связей с
общественностью
PROBA AWARDS.



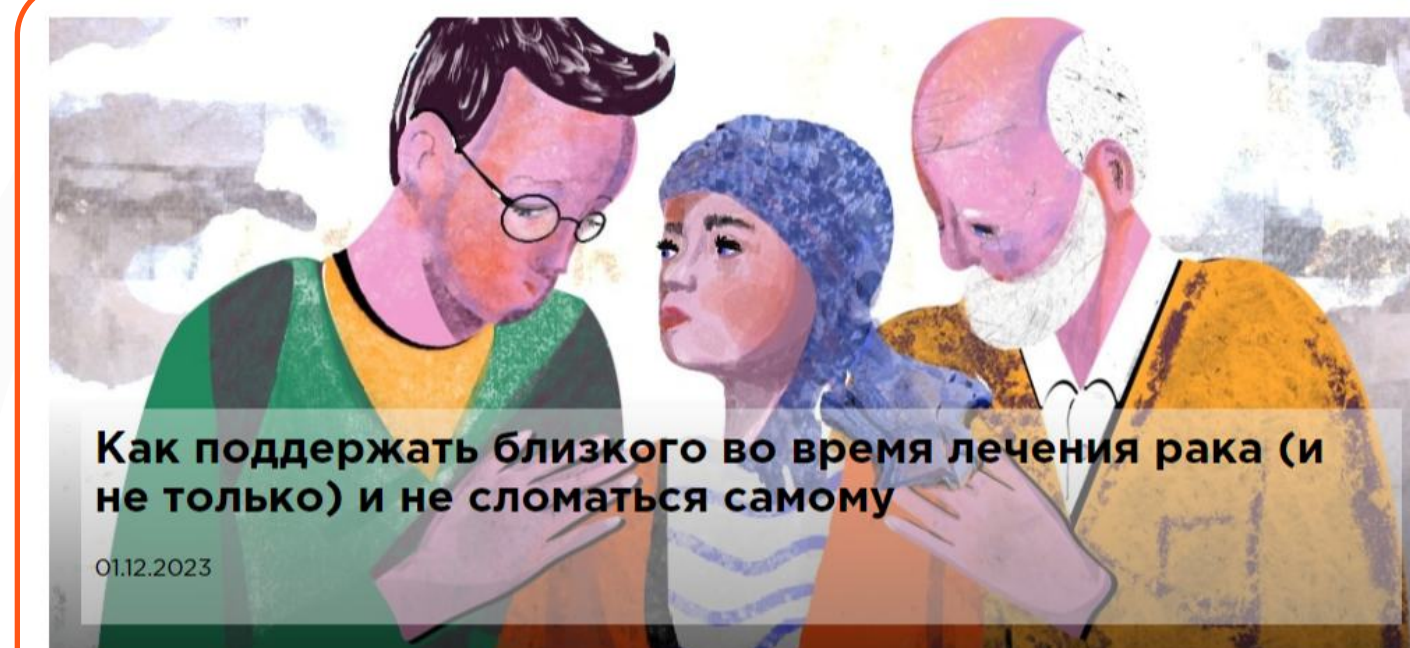
**Надежда Прохорова,
редактор «Профилактики Медиа»:**

«Над каждым материалом нашего издания работает команда. Это авторы (медицинские журналисты и врачи), научный и литературный редакторы, иллюстратор или дизайнер. А экспертами статей становятся резиденты и выпускники Высшей школы онкологии, а также ведущие специалисты в разных областях медицины и популяризаторы науки. Например, онкологи Владислав Евсеев, Андрей Исаев-Апостолов, Полина Шило, Максим Котов, Антон Барчук, автор блога «Все как у зверей» Евгения Тимонова, психиатр Кирилл Сычев, биологи Александр Панчин и Антонина Обласова, онкопсихолог Светлана Малышева.

Глобальная цель “Профилактики Медиа” — помочь читателям сориентироваться в мире современной медицины. Мы работаем, чтобы каждый человек смог найти понятный и основанный на достоверных источниках информации ответ на свой вопрос, а также познакомиться с опытом других людей. Мы верим: такие истории (порой очень непростые) могут поддержать многих — и тех, кто недавно узнал о диагнозе, и тех, кто уже проходит лечение, и тех, кто переживает это время рядом с болеющим человеком. Если вы хотите поделиться своим опытом, напишите нам, пожалуйста, на почту vse@nenaprasno.ru».

ТОП-7 материалов в 2023 году

- 01.** Онкомаркеры, флюорография, УЗИ: какие исследования не помогут «провериться на рак»
- 02.** Скрининг онкозаболеваний по ОМС: какие обследования можно пройти
- 03.** Сроки обследований, выбор клиники и лечение по ОМС: что нужно знать онкопациентам
- 04.** Закреплены в законе: 5 вопросов о правах родственников и друзей онкопациента
- 05.** «Раз я осталась жить, я должна помогать людям»: история лечения рака яичников
- 06.** Как поддержать близкого во время лечения рака (и не только) и не сломаться самому
- 07.** «Дорогие мамы, не отказывайтесь от лечения — ради своих детей!»



Как поддержать близкого во время лечения рака (и не только) и не сломаться самому

01.12.2023

Содержание

1. Как адаптироваться к изменениям в настроении и бытовых привычках близкого
2. Как реагировать на острые реакции болеющего человека и его близких
3. Как справляться со страхами
4. Как и о чем разговаривать с человеком во время лечения

Онкомаркеры, флюорография, УЗИ: какие исследования не помогут «провериться на рак»

27.01.2023

«Чем раньше обнаружить рак, тем выше шанс выздороветь» — наверняка вы встречали такое утверждение. На практике не всегда бывает так, а разнообразные проверки здоровья могут больше навредить, чем помочь найти опухоль до появления симптомов.

Рассказываем о 7 исследованиях, которые **не** эффективны для скрининга онкозаболеваний щитовидной железы, яичников, легких, простаты и кишечника.

Скрининг рака — это периодическое обследование для обнаружения онкозаболевания или скрининга — продлить жизнь человека на ранних стадиях. К сожалению, не

Сроки обследований, выбор клиники и лечение по ОМС: что нужно знать онкопациентам

18.01.2023

Как и где человек с подозрением на онкозаболевание может бесплатно пройти диагностику? В какие сроки его должны обследовать и начать лечить по ОМС, если диагноз подтвердится? Могут ли в государственном онкоцентре требовать оплатить услуги? В каких региональных или федеральных клиниках можно обследоваться и лечиться?

Отвечаем на эти вопросы вместе с руководителем юридической службы помощи онкопациентам «Ясное утро» Ольгой Смирновой и командой справочника «Онко Вики», в котором вышел раздел «Права онкопациентов в России».

Цитаты героев «Профилактики Медиа»



Инна Якупова
из Екатеринбурга:

«И, конечно, я всегда буду уверена, что нужно быть активным пациентом. Очень важно, когда ты с доктором общаешься не с позиции ребенка, не с позиции жалости, а условно на равных, ни в коем случае не посягая на его профессионализм. Я никогда не буду спорить с врачом, ведь да, он этому учился. Но знать свои права, знать какие-то вещи о диагнозе нужно обязательно».

«Теперь я знаю место, где дети страдают. Но даже там — на детском онкоотделении — есть люди, которые готовы тебя поддержать. Мы часто пили чай с мамочками других детей. Пили чай и разговаривали. У кого-то было все плохо, но мы объединялись, и нам было легче. И мы до сих пор общаемся»

«За все время я поняла, что с раком можно жить, и жить хорошо. Мой круг общения сильно расширился. Со мной остались старые друзья, которые поддерживают меня на этом пути, оказывают помощь, если она мне нужна, и новые, которые показывают, что столько всего еще впереди нового и интересного.

Жить — вот что самое главное! Не ограничивать себя чрезмерно, учитывать свои особенности и продолжать заниматься любимыми делами».

«У меня обращение ко всем МАМАМ, — просит добавить Роза. — Дорогие МАМЫ! Пожалуйста, проходите вовремя профилактические осмотры, делайте маммографию, следите за своим здоровьем! Пожалуйста, не отказывайтесь от лечения — ради своих детей! Не оставляйте нас одних в этом мире!».

ОТЗЫВЫ

Екатерина: «Спасибо Вам огромное за такую полезную информацию!».

Ольга: «Благодарю за статью. Развеела сомнения».

Татьяна: «Спасибо, за подробную и полезную информацию. После прочтения буду еще внимательнее относиться к своим родинкам и обязательно схожу к дерматологу».

Римма: «От всей души Благодарю вас , за эту статью! Мне 51 год и такой же диагноз, очень тяжело было, сейчас появилась Надежда и Вера ❤️».

Александр: «Надеюсь, информация поможет и пациентам и их близким. Сам терплю 3 года, работаю, беру на себя кучу дел, ищу позитива. Но силы и ресурсы организма не бесконечны, становится тяжелее. Внешне я остаюсь бодрым и оптимистичным, сейчас концентрируюсь на том, как приносить родным меньше проблем своей болезнью. Всем здоровья и сил!».

Высшая ШКОЛА ОНКОЛОГИИ

Образовательный проект от фонда «Не напрасно», который включает уникальный набор дисциплин и стажировки в ведущих онкоцентрах Москвы и Петербурга



- 2 года обучения
- Несколько направлений: химиотерапия, хирургия, патоморфология, лучевая терапия и детская онкология
- Более 20 дисциплин
- Курсы по методологии доказательной медицины, принятию клинических решений, коммуникации с пациентами, академическому письму, паллиативной помощи, написанию научных работ в медицине, поддерживающей терапии, практической медицинской статистике и базовой биостатистике, а также образовательные блоки по различным локализациям
- Гибридный формат обучения, включает очные интенсивы с элементами нетворкинга, а также журнальные клубы
- Удостоверение о повышении квалификации в конце обучения (лицензия на осуществление образовательной деятельности №4383 от 18 марта 2021 года)
- Выпускники ВШО работают в ведущих онкологических центрах страны, участвуют в создании системных проектов по развитию медицины, получают научные патенты и становятся лауреатами престижных рейтингов
- Выпускники Высшей школы онкологии выступают менеджерами и преподавателями в проекте



Полина Шило, исполнительный директор Высшей школы онкологии, онколог-химиотерапевт, автор «Нестрашной книги о раке», лауреат профессионального рейтинга Forbes «30 до 30»:

«Первый семестр посвящен фундаментальным дисциплинам: методологии доказательной медицины, основам критического чтения научных источников, канцерогенеза, общим вопросам онкологии и лекарственной противоопухолевой терапии и так далее. Со второго семестра мы вводим клинические модули – это циклы по различным локализациям рака – например, по раку молочной железы или абдоминальной онкологии. Каждый такой модуль в среднем длится 2 месяца.

Важно, что все наши занятия ведут эксперты в релевантных областях, а сама программа очень интерактивна. Мы не просто проводим лекции, а еще разбираем клинические случаи, организуем журнальные клубы и дебаты, помогаем резидентам пройти стажировки в ведущих центрах Москвы и Петербурга».

Даниил Гущин, координатор Высшей школы онкологии:

«Мы ищем молодых специалистов как из РФ, так и из стран СНГ, которые либо поступают в ординатуру по онкологии, либо уже учатся или отучились в ней. Важный момент: в ВШО мы принимаем специалистов разных направлений, и если вы хотите попасть на специальность “хирургия”, необходимо уже иметь сертификат хирурга. Абитуриентам необходимо пройти отбор в несколько этапов, в том числе пройти медицинский тест, тест по английскому, а также собеседования с резидентами и выпускниками ВШО.

Четвертый и пятый этапы включают собеседования – сначала с резидентами и выпускниками ВШО, затем с экспертной комиссией. Заключительные испытания проходят уже после поступления абитуриентов в ординатуру».



В 2023 году

22

врача
окончили проект

38

человек
обучается сейчас

104

выпускника окончили
ВШО с 2015 года

95%

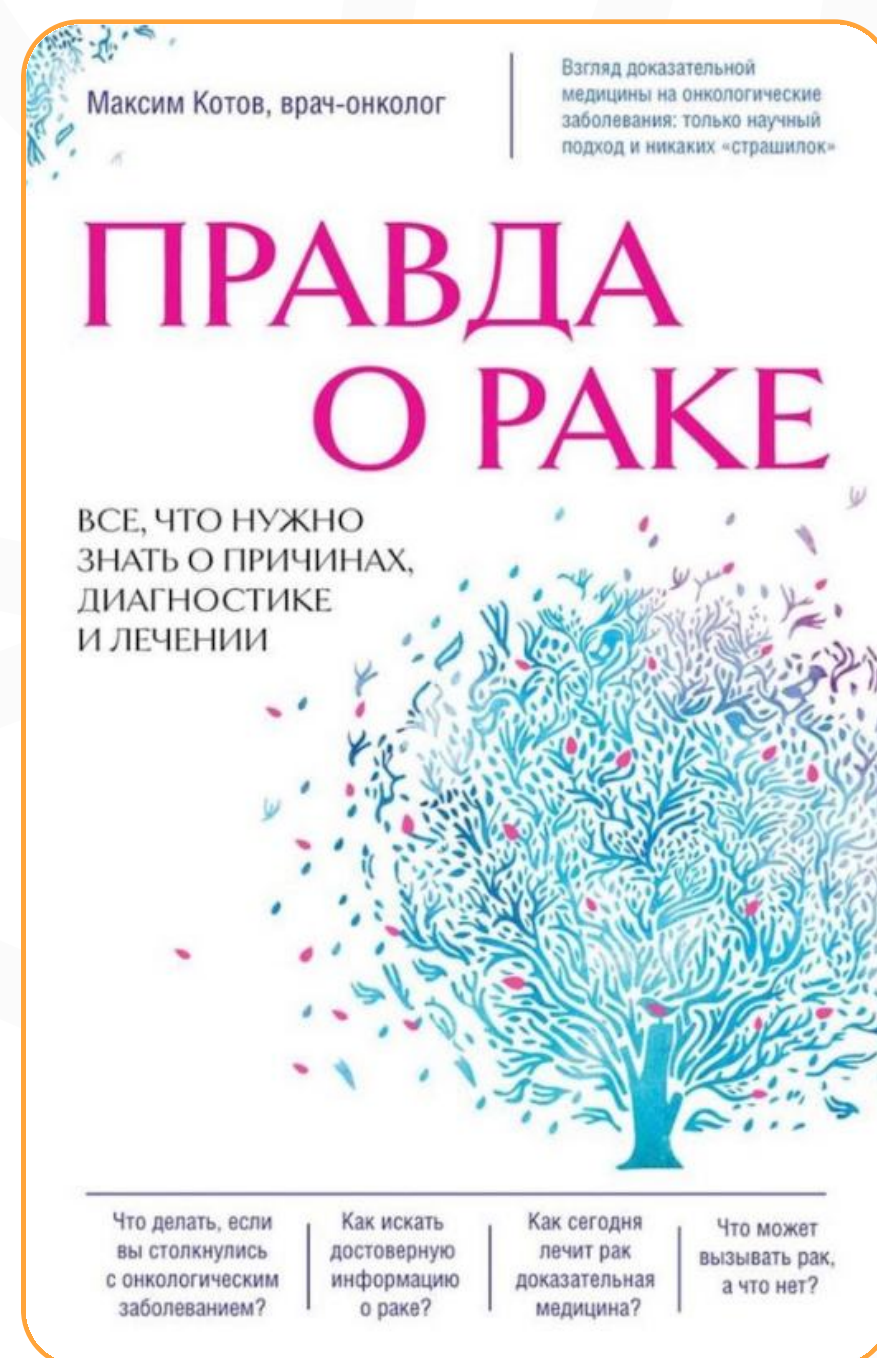
выпускников работают
в государственных больницах

500

пациентов в год в среднем
принимает каждый онколог



Авторские книги, которые опубликовали наши выпускники в 2023 году



- В 2023 году проект «Высшая школа онкологии» был номинирован на премию «Сделано в России».
- 5 выпускников Высшей школы онкологии стали лауреатами ежегодной премии «Новые имена в медицине Петербурга».
- В 2023 году Высшая школа онкологии запустила первый образовательный курс в поддержку проектов фонда.
- Вместе с образовательным проектом Doc2Doc провели курс «Онкология для неонкологов».
- Создали 4 бесплатных образовательных курса совместно с компанией Novartis.

ОТЗЫВЫ

Татьяна Веселова, врач-онколог (о курсе): «Стало гораздо понятнее, как вообще должна выглядеть работа в команде при лечении пациента с РМЖ: что я должна и могу уточнить у хирурга, патологоанатома, лучевого терапевта, чем могу облегчить их работу, на какие ключевые моменты нужно обращать внимание, на какие исходы можно ориентировать пациента, что и как нужно обсудить вместе и на чём сделать акцент. Спасибо преподавателям и ребятам с курса, это действительно очень важная и огромная работа над качеством своих знаний».

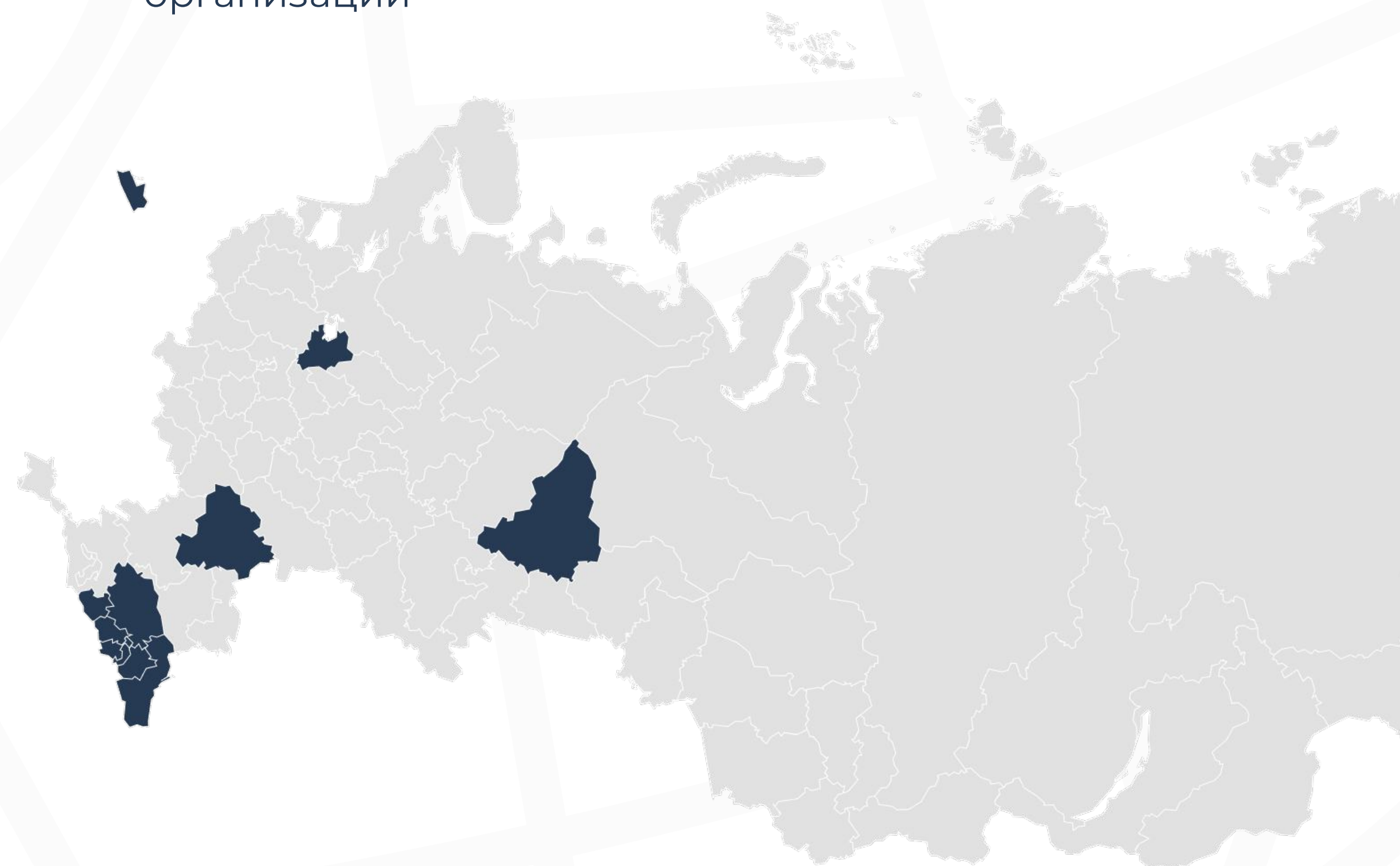
Резидент ВШО Ярослав Козар: «Первый год ординатуры был полон стресса, неопределенности, не покидало ощущение, что ты снова оказался на первом курсе университета, но в этот раз с более осознанным подходом к стоящим перед тобой задачам, своим способностям, к возложенной на тебя ответственности. В таком состоянии очень важно встретить людей с похожими проблемами, а также наставников, готовых ответить на постоянно возникающие вопросы, заинтересованных в твоём обучении и становлении как специалиста. Все это я нашел в ВШО: новые знакомства, огромную теоретическую базу, интересные кейсы, клинические лайфхаки и уже ставшие традицией еженедельные занятия с преподавателями разных направленностей, проходящие в уютной обстановке и приятной атмосфере. Также отдельно стоит выделить интенсивы, которые сильно разбавляют рутинное посещение ординатуры и помогают еще больше сблизиться с ребятами как из своего набора, так и из более ранних выпусков.

Смотря назад, понимаю, сколько проблем и стрессовых ситуаций мне удалось избежать благодаря моральной и теоретической поддержке, оказанной Высшей школой онкологии, и сколько новых эмоций мне удалось разделить за этот год вместе с любимым 8 набором».

Доступная среда для онкологических пациентов в регионах России

Некоммерческие организации и врачебные сообщества из девяти регионов России при поддержке нашего фонда создают в своем регионе условия для развития удобной инфраструктуры поддержки и маршрутизации всех, кто столкнулся с раком.

- 9 регионов-участников: Калининградская, Тверская и Свердловская области, а также республики Чечня, Дагестан, Кабардино-Балкария, Ингушетия, Карачаево-Черкесия и Северная Осетия
- Территории, на которых система здравоохранения особенно пострадала от COVID-19
- С августа 2021 года по январь 2024
- Комплексные образовательные программы для врачей и для сотрудников некоммерческих организаций



Руководительница проекта Зоя Попова:

«Все эти два с половиной года мы постоянно находились на связи с нашими коллегами из некоммерческих организаций: встречались онлайн и очно, приезжали в каждый регион по отдельности и собрали всех участников на финальной стратегической сессии. Это был мой первый опыт такого погружения в тему онкологической помощи в регионах, причем настолько разных и непохожих друг на друга.

Мы имели возможность – что было заложено в дизайне проекта – разрабатывать этот вопрос в разных аспектах: применительно к людям с онкологическими заболеваниями и их близким, медицинскому сообществу и некоммерческим организациям, которые работают на местах. Все они одновременно и благополучатели проекта (то есть те, кому помогали мы), и его активные участники.

Мы на практике увидели, какие инструменты помощи онкологическим пациентам можно использовать на разных территориях, как развивать наши сервисы и сделать их полезными для большего количества человек. В общем, проект позволил мне выйти из своего информационного пузыря, где системные решения существовали в вакууме».

«Самое главное в проекте – это люди, для их поддержки и мотивации, особенно в такой турбулентный и рискованный период, необходимо гибко модифицировать существующие и по необходимости использовать новые инструменты поддержки. Особенно важно с высокой периодичностью анализировать результаты, опираться на достижения и внедрять то, что получилось».

[Подробнее](#)





Координатор проекта Юлия Сигова:

«Когда мы начали организовывать стажировки, мы удивились, что врачи, осознавая важность и ценность такого обучения, были готовы отправиться на них даже в свой отпуск, ставя интересы пациентов и профессиональное развитие выше личного отдыха. Действительно – для них это возможность перенять незаменимый опыт, изучить новейшие методы лечения, обменяться знаниями с коллегами, а также погрузиться в практику, где каждая деталь, каждое новое открытие сможет в будущем спасти жизнь пациенту. Мы видим, что каждая такая стажировка приносит конкретные изменения в регион: внедряются лучшие практики, повышается качество медицинской помощи, а у людей с онкологическими заболеваниями появляется больше шансов на выздоровление».



Участники программы «Доступная среда для онкологических пациентов» на выездной стратегической сессии

ОСНОВНЫЕ ВЕХИ
ПРОЕКТА «ДОСТУПНАЯ СРЕДА
ДЛЯ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ПАЦИЕНТОВ»

- АВГУСТ 2021 ГОДА: Старт конкурса для региональных НКО
- ОКТАБРЬ 2021 ГОДА: Определение 5 финалистов конкурса из 12 участников
- ФЕВРАЛЬ 2022 ГОДА: Старт образовательной программы для НКО (по март 2023)
- ФЕВРАЛЬ 2022 ГОДА: Старт образовательной программы для медицинских специалистов (по ноябрь 2023)
- МАРТ-АПРЕЛЬ 2022 ГОДА: Поездки команды проекта во все регионы, мониторинг региональных проектов
- АПРЕЛЬ-МАЙ 2022 ГОДА: Конференция на тему обезбоживания в педиатрии и семинар-практикум о современном выявлении онкогематологических заболеваний у детей в Калининграде
- МАРТ 2023 ГОДА: Старт стажировок специалистов из регионов в федеральных центрах (по январь 2024)
- АПРЕЛЬ 2023 ГОДА: Вебинары и тренинги на тему медицинской коммуникации для врачей
- АПРЕЛЬ 2023 ГОДА: Фонд «Не напрасно» провел очные стратегические сессии для 5 НКО
- ОКТАБРЬ 2023 ГОДА: Выездная стратегическая сессия для участников программы
- НОЯБРЬ 2023 ГОДА: Вебинар «5 регионов, 5 онко-НКО и два года вместе» (подведение итогов проекта)
- ЯНВАРЬ 2024 ГОДА: Публикация маршрутных карт в помощь людям с онкологическими заболеваниями

СТАЖИРОВКИ ВРАЧЕЙ
ИЗ РЕГИОНОВ В ФЕДЕРАЛЬНЫХ
ЦЕНТРАХ В РАМКАХ ПРОЕКТА
«ДОСТУПНАЯ СРЕДА ДЛЯ
ОНКОЛОГИЧЕСКИХ ПАЦИЕНТОВ»

23

Общее количество практических обучений для медицинских специалистов из всех регионов проекта

20

специалистов прошли обучение

10

площадок, на которых стажировались врачи

ЦЕНТРЫ, В КОТОРЫХ БЫЛО ОРГАНИЗОВАНО
НАИБОЛЬШЕЕ КОЛИЧЕСТВО СТАЖИРОВОК

НМИЦ радиологии, НМИЦ нейрохирургии имени академика Н.Н.Бурденко, НМИЦ онкологии имени Н.Н.Блохина, Московская городская онкологическая больница № 62 и НМИЦ онкологии имени Н.Н.Петрова.

ТЕМЫ СТАЖИРОВОК

Лучевая терапия и радиохирургия опухолей центральной нервной системы, брахитерапия в лечении онкологических заболеваний, стереотаксическая лучевая терапия, дерматоскопия, сопроводительная и поддерживающая терапия в онкологии и другие.

Результаты работы программы в 2023 году

- 23 стажировки для 20 региональных онкологов в крупных медицинских центрах;
- внедрение системных изменений в работу организаций (ввод бюджетного планирования и анализа, усиление коммуникации с массовыми частными донорами, а также фокуса на отдаленные от регионального центра территории);
- подготовка и публикация 10 материалов: историй людей с онкологическими заболеваниями из регионов, а также интервью с лидерами НКО (общий охват всех материалов – 4 015 857 человек);
- подготовка маршрутных карт для пациентов – справочников с понятными инструкциями и необходимыми контактами.

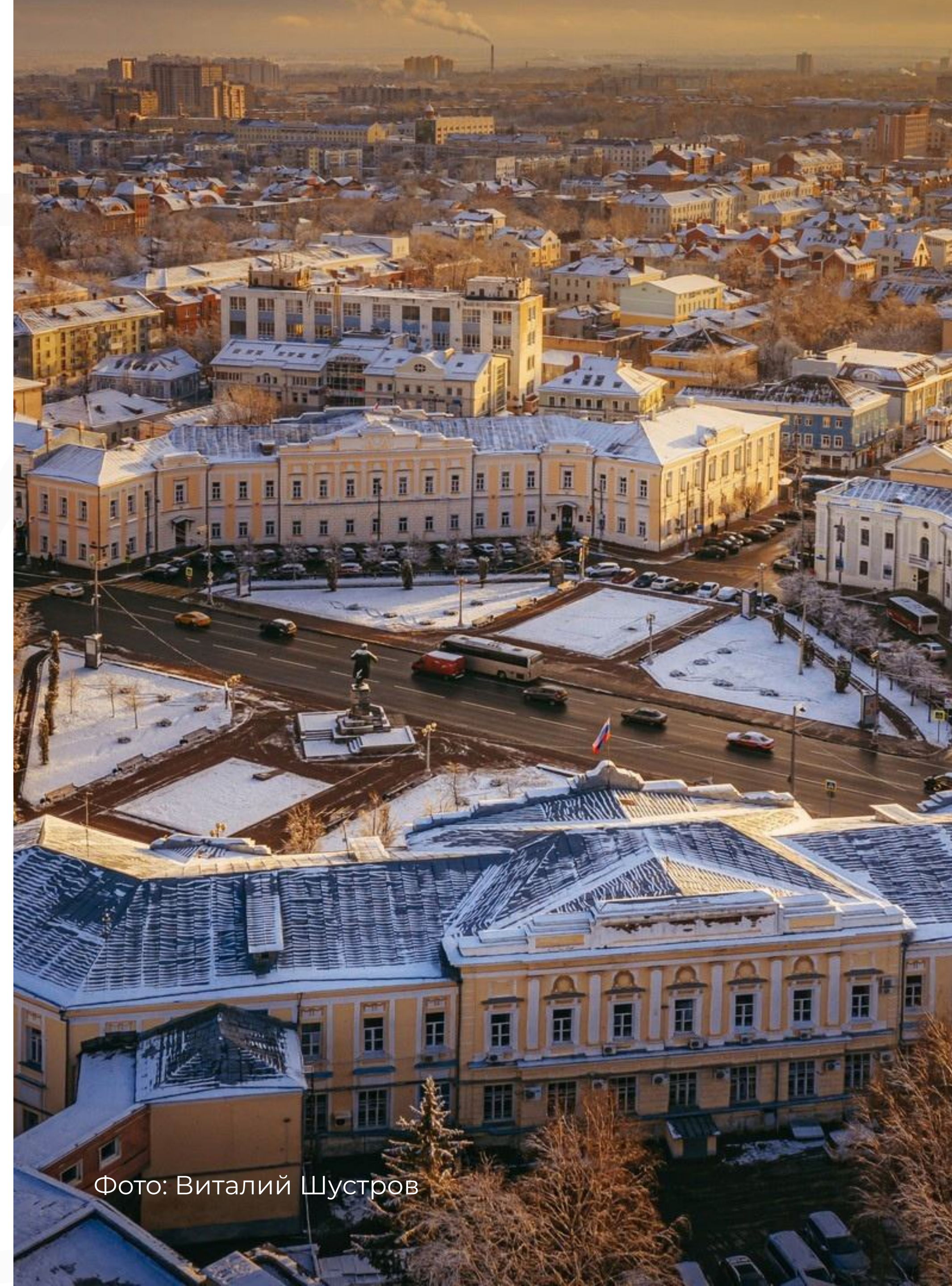


Фото: Виталий Шустров



Главные изменения, которых удалось достичь за все время реализации программы

- укрепление роли и экспертности организаций-партнеров в регионе, повышение их узнаваемости и доверия к ним людей с онкологическими заболеваниями и их близких;
- вовлечение в их деятельность медицинского сообщества на местах;
- внедрение системного фандрайзинга в организациях, в которых он не был налажен;
- партнерство с новыми медиа и другими площадками в регионах;
- сотрудничество с профильными ведомствами и учреждениями системы здравоохранения в регионах.

ОТЗЫВЫ

Онкодерматолог Зарема Алжанбекова из Дагестана (проходила стажировку в рамках программы по теме дерматоскопии):

«Могу с уверенностью сказать, что это было лучшим, что случилось со мной за весь год. Мне понравилось абсолютно все, начиная с организационных моментов до самих занятий. Я не могла поверить, что действительно смогу учиться у Сергея Юрия Юрьевича и Анны Валентиновны Миченко, ведь я давно хотела попасть к ним на обучение. И вот звезды сошлись, вы исполнили мою мечту, за что я очень благодарна!

Я узнала все о новообразованиях кожи и дерматоскопии, практически с нуля, а теперь активно применяю все эти знания в своей работе. Могу самостоятельно взять биопсию или удалить новообразование, а раньше приходилось направлять пациентов в другой город. Пациенты довольны, и я тоже!».



Руководитель проекта «Онкомонитор» Сулейман Сулейманов:

«Благодаря проекту мы открыли для себя новое направление – социальное сопровождение и получили огромный опыт в этом. Теперь жителям нашего региона, которые часто испытывают трудности в использовании онлайн-сервисов и относятся к ним с недоверием, помогают наши эксперты. Они заполняют вместе с ними заявки на сайте “Просто спросить”, маршрутизируют и поддерживают на протяжении всего процесса лечения. А еще мы начали работать с врачами-онкологами и глубоко погрузились в стратегическое планирование организации и фандрайзинг».





Не боимся говорить о раке и других заболеваниях

**Ирина Михайлова,
руководитель отдела коммуникаций:**

«Каждые 60 секунд в мире отправляют как минимум 231,4 млн писем электронной почты и 16 млн текстовых сообщений. Часть из них не имеет особого смысла, часть – содержит недостоверную информацию. Когда ты занимаешься продвижением просветительских и социальных проектов, которые помогают жителям всей России и не только, ты точно понимаешь, какую ценность имеет сказанное тобой слово, как важно, чтобы о возможностях получить помощь могли узнать как можно больше людей.

Ведь примерно у 1 из 5 человек до 75 лет может развиваться онкологическое заболевание. Поэтому тема рака, какой бы пугающей она ни казалась, актуальна для широкой аудитории: даже если человек сам не сталкивался с заболеванием, то, вероятно, рак мог быть диагностирован кому-то из его близких. Мы активно работаем с самыми разными СМИ и медиаплощадками, как крупными федеральными, так и нишевыми, рассказывая о способах профилактики, диагностики, лечения рака, а также реабилитации после заболевания. Кроме того, мы готовим спецпроекты, статьи и проводим исследования и эфиры на тему здоровья, участвуем в фестивалях и конференциях».

О нас пишут

Forbes, РБК, Российская газета, Собака.ру, Доктор Питер, Газета.ру, АСИ, ТАСС, Такие дела, Милосердие

Ключевые события в PR в 2023 году

1000+

публикаций за год

Обновление дизайна фонда

В основе нашей новой айдентики – техника машинального рисования, при которой человек рисует узоры, которые никогда не повторяются: так же, как и истории людей, которые проходят лечение от рака. Об этом напоминают теперь и визуальные элементы наших материалов.

Совместный проект с редакцией детского журнала «Смешарики» (тираж издания – 150 тысяч экземпляров). В течение года одна полоса номера готовилась вместе с нашим фондом: мы рассказывали детям о спорте, правильном питании, чувстве меры, режиме дня и многом другом, что помогает заботиться о своем физическом и психологическом здоровье, профилактирует многие заболевания.



Ключевые события в PR в 2023 году

Серия совместных эфиров с благотворительным фондом «свет.дети»: рассказали о возможностях онлайн-сервисов, трансплантации костного мозга, уходе за онкобольным ребенком и многом другом. Вместе все эти выпуски в социальной сети Одноклассники набрали 1 232 413 просмотров.

По итогам онлайн-встреч была создана вкладка с полезной информацией от фонда в «Дневниках пациентов». Их в печатном виде получили семьи, которые проходят лечение в Петербургском онкоцентре.

Дневник пациента

Фамилия, имя, отчество

Дата рождения

Адрес, телефон

Группа крови, резус-фактор

Свидетельство о рождении

№

выдано

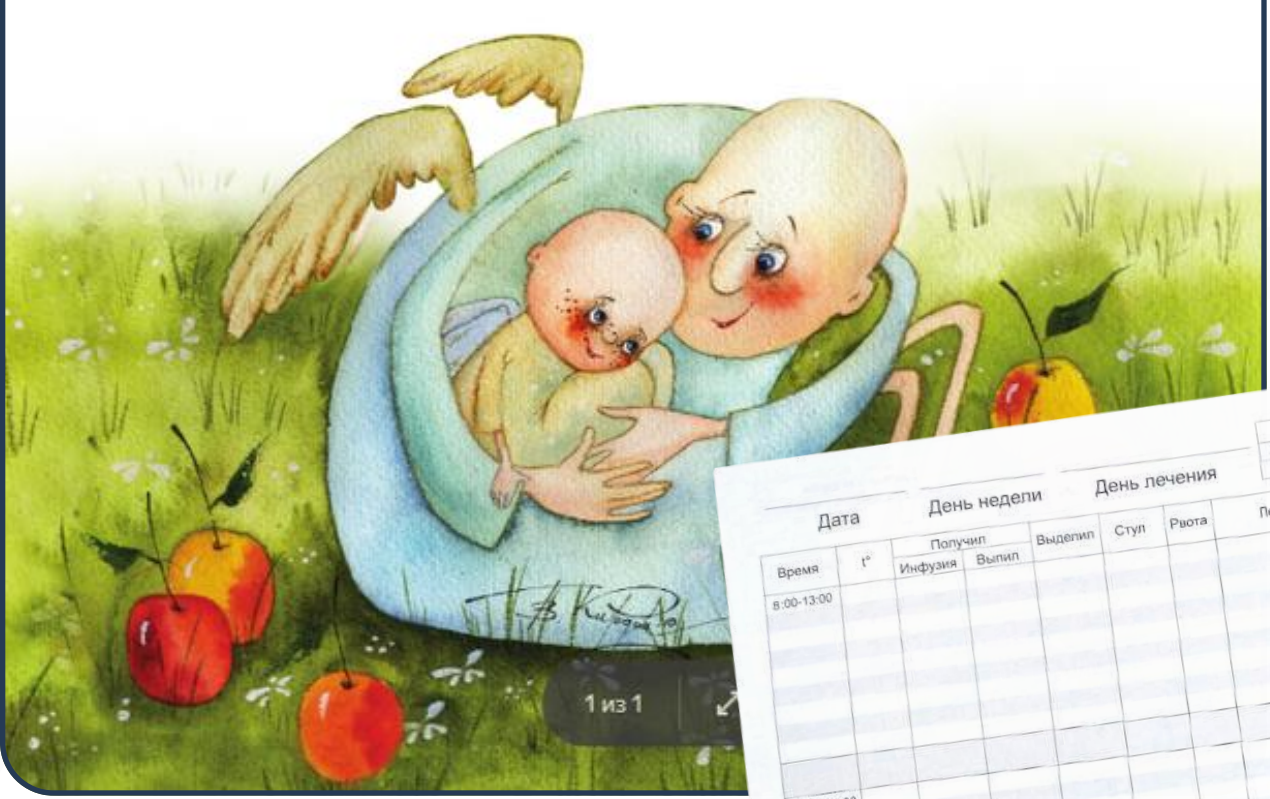
дата

Страховой полис

№

выдан

дата



Дата	Время	День недели		День лечения						Показатели крови	
		Получил	Выдал	Стол	Работа	Лекарства	Прочие	лейкоциты	гемоглобин		
8.00-12.00		Инфузия									
13.00-19.00											
19.00-1.00											
1.00-8.00											
Итого:		Доп.									
Заметки											

не напрасно

Где получить информационную поддержку?

Мы не понаслышке знаем, что многие родители, столкнувшись с онкологическим заболеванием у своего ребенка, испытывают страх, панику, не понимают, что делать. И часто именно пропущенная информация, которую удалось получить вовремя, может облегчить жизнь семей, снять излишнюю тревогу и главное - правильно организовать лечение.

Если у вас много вопросов и вы боитесь совершить ненужные действия, вы можете обратиться к нашим партнерам - в фонд «Не напрасно». Это независимая благотворительная организация, которая с 2010 года реализует системные проекты в области медицины, обучает врачей-онкологов и оказывает информационную поддержку онкологическим пациентам и их близким.

В онлайн-энциклопедии фонда «Онко Вики» есть отдельный раздел, посвященный детской онкологии. В нем вы можете найти полезную информацию о заболевании вашего ребенка. Эти материалы готовят врачи-онкологи, каждый текст проходит несколько этапов проверки на соответствие научным данным и регулярно обновляется.

Читайте «Онко Вики» (wiki.nenaprasno.ru)

Наведите камеру на QR-код и перейдите по ссылке:



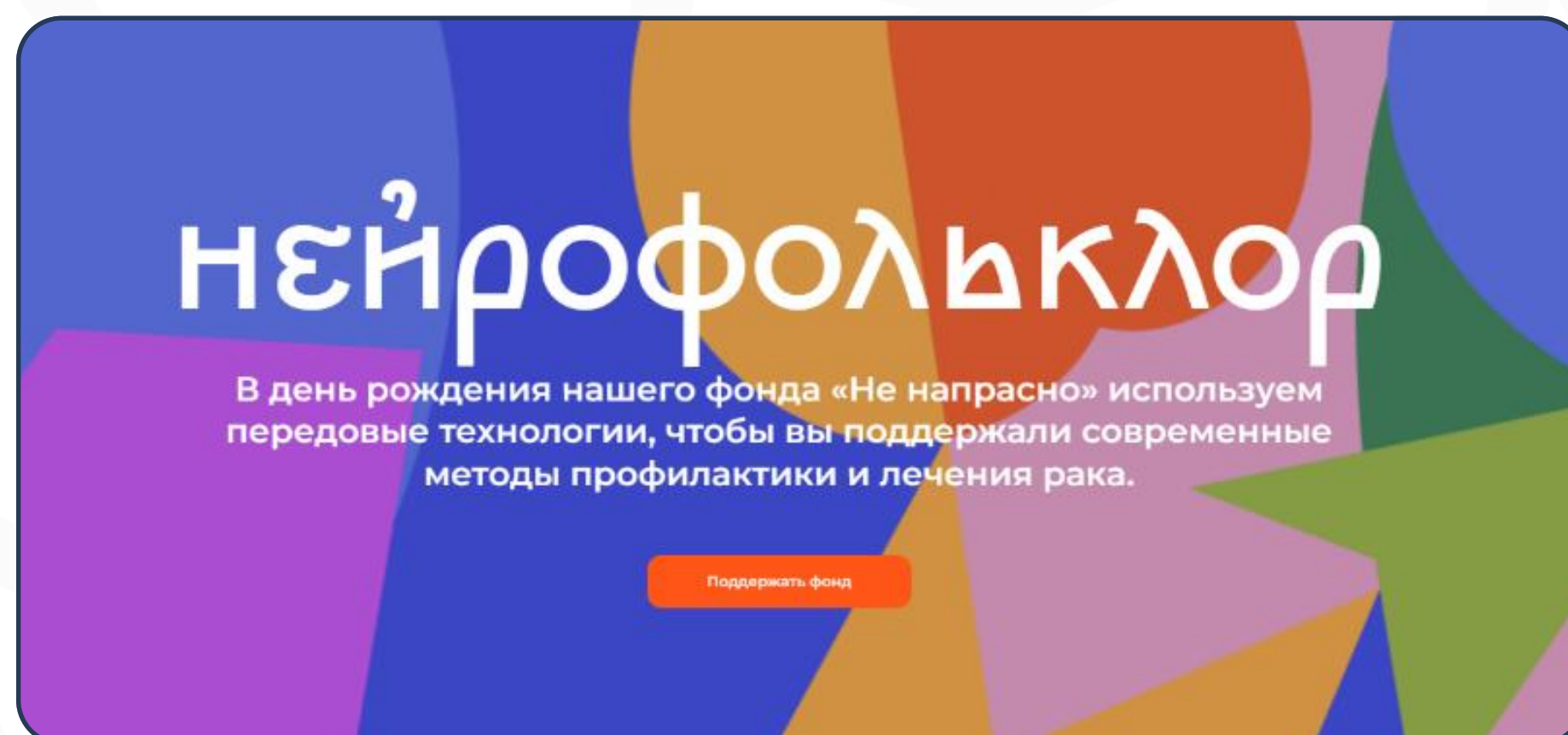
Также вы можете бесплатно задать любой вопрос эксперту о заболевании вашего ребенка через сервис «Просто спросить» на сайте ask.nenaprasno.ru

Ключевые события в PR в 2023 году

«Нейрофольклор»

Просветительская кампания

Объединили фольклор и современные технологии, в частности GPT4, который помог написать песни о здоровье, чтобы привлечь внимание к проблемам профилактики и лечения рака.



IV Всероссийский просветительский фестиваль «ЕЩЕ КРАШЕ»

Организаторы – некоммерческая организация «Рак Победим», фонд «Не напрасно» и волонтерское движение #ловлюэмоции, которых поддержали косметическая компания Avon.



Участие в записи подкаста «В конце концов» от паллиативной службы благотворительного фонда AdVita

Команда приглашает экспертов в разных областях, чтобы исследовать табуированную тему конца жизни с разных точек зрения. В выпуске «Борьба за жизнь и встреча со смертью. Взгляд врача» онкологи Владислав Евсеев и Сергей Савчук рассказали, как справляются с собственными переживаниями, когда состояние пациента стремительно ухудшается. Подкаст доступен по [ссылке](#).

Задержка матча между «Зенитом» и «Крыльями Советов» ради социальной акции

31 октября, в последний день «Розового октября» – месяца осведомленности о раке молочной железы, зрителям матча 6-го тура Кубка России напомнили о необходимости профилактики онкологических заболеваний. Футболистки женской команды «Зенит» задержали матч «Зенит» – «Крылья Советов» на одну минуту, чтобы рассказать о нашей системе «Скрин». В этот день количество прохождений теста увеличилось в два раза.

Ключевые события в PR в 2023 году

Первая в России программа видеотренировок для женщин с раком молочной железы

Курс «Движения к себе» был создан фондом совместно со школой онлайн-фитнеса #Sekta и НМИЦ онкологии имени Н.Н. Петрова.



Какие темы больше всего интересовали наших подписчиков в соцсетях?

Запустили проект «Врачи в истории России», где исследуем, как менялась отечественная медицина

ТОП тем в соцсетях

- Сбор #спастиненапрасно в поддержку фонда;
- Рилс проекта «Врачи в истории России»;
- Истории людей с онкологическими заболеваниями;
- Почему возникает ишемический инсульт;
- Как пройти скрининг онкозаболеваний по ОМС.

В Одноклассниках, Дзене, ВК средний возраст подписчиков: от 35 до 64 лет

Один наш эфир в социальной сети Одноклассники в среднем смотрят около 300 000 человек



**Виктория Дмитриева,
Smm-специалист:**

«Важно, чтобы информация о заболеваниях появлялась в соцсетях наравне с развлекательным контентом. Это помогает человеку с онкологическим заболеванием преодолеть ощущение изолированности и получить нужную поддержку, а также срывает пелену непонимания, страха и ощущения неизбежности с самых, казалось бы, табуированных тем».

2 747 000

Количество уникальных
посетителей всех проектов фонда

Самые читаемые материалы:

[Симптомы рака: что должно насторожить](#)

[Лечение рака простаты](#)

[Лечение рака \(раздел Общие вопросы про рак\)](#)

[Лечение рака легкого](#)

[«Как я узнала, что у меня рак кишечника»](#)



Алексей Лука, интернет-маркетолог:

«Мне нравится корпоративная культура в “Не напрасно”. Она создает атмосферу, в которой интересно работать и хочется делать больше, лучше и находить новые решения, когда это требуется. Сложная ситуация в фонде 2023 году доказала, что эта культура не только комфортна, но и способствует повышенной самоотдаче сотрудников. Мне нравится миссия нашего фонда и то, что мы занимаемся популяризацией доказательных методов медицины. Я лично разделяю эти идеи и рад, что могу своей работой влиять на уровень осведомленности в вопросах здоровья общества.

Еще мне нравится, что мой бэкграунд и навыки часто позволяют давать быстрые и точные ответы, избегать неэффективных действий и предлагать разные варианты решения задач. В некоммерческой сфере важно использовать бизнес-подходы: с ними можно лучше понимать реальное положение дел, прогнозировать, к каким результатам приведут те или иные шаги, точнее выстраивать траекторию действий и быстрее и с наименьшим количеством ресурсов достигать целей».

На какие средства существует фонд

Мы работаем по схеме классического фандрайзинга и используем все доступные каналы привлечения средств:

- частные пожертвования (2094 человека подписаны на регулярные пожертвования);
- пожертвования от юридических лиц;
- размещение сборов на благотворительных платформах, в том числе VK Добро, Благо.ру и СберВместе;
- получение грантов и работа с фондами;
- волонтерский фандрайзинг;
- курсы Высшей школы онкологии в поддержку проектов фонда.

Отсутствие зависимости от одного источника финансирования позволяет нам сохранять неангажированность, приверженность доказательной и пациентоцентричной медицине и делать наши проекты доступными и открытыми как для пациентов, так и для врачей.



Как помогать вместе с нами

Для частных лиц:

- оформить разовое или регулярное пожертвование на сайте фонда с помощью банковской карты;
- оформить пожертвование в приложениях Сбера, Тинькофф, ВТБ (фонд участвует в благотворительных программах этих банков);
- перевести денежный кэшбек с карты Тинькофф в пользу нашего фонда;
- купить благотворительный сертификат в онлайн-маркете Ozon;
- провести событие в пользу фонда (организовать выставку, аукцион или, например, концерт);
- рассказать друзьям о работе фонда в соцсетях и мессенджерах (поддерживать нас лайками и репостами);
- предложить компании, в которой вы работаете, сотрудничество с фондом;
- стать волонтером фонда: нашей команде всегда не хватает авторов, иллюстраторов, фотографов и других специалистов.

Для юридических лиц:

- организовать вместе с фондом корпоративное событие для своих сотрудников;
- сделать благотворительное пожертвование в фонд;
- реализовать вместе с нами социально значимые проекты: так, в 2023 году вместе с фармацевтической компанией Novartis мы выпустили 10 видеороликов, в которых эксперты разбирают главные вопросы о раке молочной железы;
- стать нашим стратегическим партнером, поддерживая наши проекты на постоянной основе.

Что получает компания:

- вклад в решение социальной проблемы и повышение качества жизни в стране;
- создание привлекательного современного имиджа компании, которая поддерживает системные благотворительные проекты;
- рост прибыли через совместные с фондом PR-акции;
- решение HR-задач путем вовлечения сотрудников в волонтерские и социальные проекты.

Как показало исследование, 1 из 4 человек ориентируется при выборе бренда на этические ценности. А 53% опрошенных уверены, что компании должны обращать внимание на социальные проблемы и предпринимать действия для их решения в соцсетях и реальной жизни.

Способность говорить на языке ценностей с сотрудниками и клиентами бренда сближает и дает чувство сопричастности к решению социальных проблем.

Предложения о поддержке фонда можно направить руководителю отдела фандрайзинга Ольге Разумновой olga.razumnova@nenaprasno.ru.

Ольга Разумнова, руководитель отдела фандрайзинга:

«В конце 2023 года мы запустили экстренный сбор “Спасти Не напрасно”, чтобы не сокращать объемы помощи пациентам и не приостанавливать работу наших проектов, обратились за поддержкой к обычным людям – тем, кто жертвует по 100, 200 или 1000 рублей. Тысячи людей откликнулись на наш призыв, и благодаря им нам удалось собрать более 7 млн рублей. Эта сумма обеспечила работу всех проектов фонда в течение двух месяцев и помогла найти необходимые решения для выхода из кризиса.

Сейчас мы обновляем общую стратегию управления проектами, меняем подходы к планированию и развитию фонда. Одно из важных изменений, к которому мы пришли: у нас появился новый исполнительный директор Мария Терехова, которая с фондом с 2010 года. Она много лет занимается фандрайзингом, и благодаря в том числе ее работе с ключевыми благотворителями и коммерческими партнерами фонду уже удавалось преодолеть кризисные периоды в прошлом.

Мы перестроили работу отдела фандрайзинга, увеличили его состав и выбрали ключевые направления поиска средств. Это в том числе активная работа с коммерческими партнерами, развитие отношений с частными донорами, работа с фондами и благотворительными платформами.

Наша главная цель на 2024 – выход из кризиса и обеспечение финансовой устойчивости фонда».





Работаем прозрачно

Юлия Неустроева, экономист фонда:

«Статус некоммерческой организации – это прежде всего большая ответственность перед аудиторией. Мы осознаем, что за нашими действиями следят люди, которые доверяют нам и поддерживают нашу работу.

Поэтому придерживаемся политики открытости и прозрачности: регулярно публикуем отчеты о наших финансовых расходах и доходах на сайте фонда, рассказываем, как используем средства, которые нам доверили наши партнеры и доноры. Мы также делимся информацией о наших проектах, целях и достижениях в различных источниках, чтобы наша работа была максимально прозрачной и доступной для всех.

Мы готовы отвечать на вопросы, принимать предложения, учитывать мнения и пожелания. И стремимся к тому, чтобы наша работа приносила реальную пользу обществу».

Пожертвования от юридических лиц

24 391 746,60 рублей

(на 24% меньше, чем в 2022 году), из них:

4% – на ВШО;
19% – на сервис «Все не напрасно»;
15% – на сервис «Просто спросить»;
1% – на сервис «Онковики»;
2% – на сервис «Профилактика медиа»;
1% – на программу «Доступная среда»;
58% – на уставную деятельность;
Грантов – 0 рублей.

Пожертвования от физических лиц

26 697 536,32 рублей

(в 1,5 раза больше, чем в 2022 году), из них
рекуррентные – 10 790 963,00 рубля (на 3,5%
больше, чем в 2022 году), из них:

8% – на ВШО;
12% – на сервис «Все не напрасно»;
5% – на сервис «Просто спросить»;
4% – на сервис «Онковики»;
1% – на сервис «Скрин»;
1% – на сервис «Профилактика медиа»;
1% – на программу «Доступная среда»;
68% – на уставную деятельность.

Доходы фонда

Доходы за 2023 год составили

51 089 282,92 рубля

Остаток на начало 2023 года – 19 829 219,11 рублей.

6% – на ВШО;
15% – на сервис «Все не напрасно»;
10% – на сервис «Просто спросить»;
2% – на сервис «Онковики»;
3% – на сервис «Скрин»;
1% – на сервис «Профилактика медиа»;
1% – на программу «Доступная среда»;
63% – на уставную деятельность.

Расходы за 2023 год

70 913 526,23 рублей

ИЗ НИХ:

12,9% – на ВШО;
16,8% – на сервис «Все не напрасно»;
9,4% – на сервис «Просто спросить»;
12,5% – на программу «Доступная среда»;
1,4% – на просветительскую деятельность;
8,1% – на продвижение, PR, фандрайзинг;
23,5% – на административно-хозяйственные и командировочные расходы;
15,3% – на налоги, взносы и прочие обязательные платежи.

Волонтеры

Мы восхищаемся талантливыми и вовлеченными людьми, которые помогают нам реализовывать наши проекты.

Выражаем благодарность:

- ♥ врачам Владиславу Евсееву, Максиму Котову, Татьяне Бобровицкой, Ольге Лопушанской, Григорию Чижу, Андрею Исаеву-Апостолу, Полине Шило, Ирине Гридиной, Анне Елфимовой, Ирине Безъязычной, Михаилу Скрябину, психологам Светлане Малышевой, Марьям Гамзаевой и Наталье Клипининой, а также многим другим нашим экспертам;
- ♥ иллюстраторам Анне Зарубиной, Дарье Семашковой, Юлии Милицкой, которые создали трогательные скетчи о жизни людей с онкологическими заболеваниями для нашего сайта и поддерживающих рассылок;
- ♥ юристам Татьяне Рябковой, Андрею Алексейчуку, Ивану Никифорову: они помогают нам разобраться со всеми нюансами, возникающими в правовом поле;
- ♥ Илье Шарову за всестороннюю поддержку фонда;
- ♥ команде студентов Яндекс Практикума: благодаря им у сервиса «Просто спросить» появился телеграм-бот;
- ♥ Ярославу Катаеву – за бесценные советы по коммуникациям;
- ♥ performance-маркетологу Андрею Иванайскому, который несколько месяцев помогал нам популяризировать «Онко Вики» с помощью инструментов SEO-продвижения;
- ♥ серебряным волонтерам из общероссийского движения «Молоды душой», которые рассказывают о наших сервисах;
- ♥ И еще очень большому количеству людей, которые нас поддерживают. Спасибо за ваши открытые сердца и бескорыстное желание помочь.

Нас поддерживают



ЕФИМ ШИФРИН
актер и режиссер



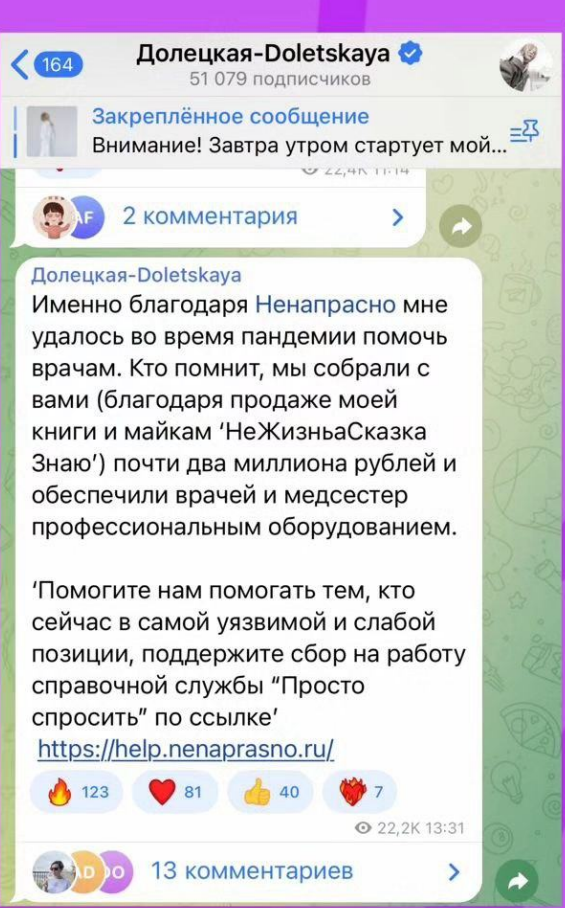


ЕКАТЕРИНА ШПИЦА
актриса

katernashpitsa В новую неделю с важным делом! И вас, по возможности, зову с собой 😊
Уже несколько лет я поддерживаю фонд помощи онкопациентам и их близким «Не напрасно». Сейчас фонд и его справочная служба «Просто спросить» масштабно развивают помощь тем, кто живут далеко от столиц- проект «Доступная среда для онкологических пациентов в регионах». Я сама и интинка, и пермячка, поэтому меня такая инициатива очень трогает.
Обратившись в службу «Просто спросить», можно получить ответы на любые вопросы по диагностике и лечению рака и, во-первых, сохранить то, что при постановке диагноза «рак» часто играет ключевую роль в терапии- время, во-вторых, найти отличного врача. Каждый месяц из регионов в службу поступает в среднем 272 заявки именно из регионов, где найти достоверную и качественную информацию своевременно - проблематично. На вопросы отвечают классные врачи- эксперты службы. И никуда не надо ехать! Для обратившихся это бесплатно, но на обеспечение работы службы, конечно, нужно финансирование. Например, чтобы обеспечить обработку 272 заявок в месяц надо 136 тысяч рублей. Поэтому фонд просит всех неравнодушных делать пожертвования, разовые или на регулярной основе. За время своего существования он уже помог примерно 12000 человек, имея сильный информационно-организационный ресурс для поиска необходимого лечения. И по-прежнему одна из главных миссий фонда- профилактика рака, главное оружие в этом - просвещение. Я считаю такой тандем - сильным противовесом в борьбе с онкологическими заболеваниями в масштабе истории человечества и потому поддерживаю фонд и вас прошу, если вы задумывались о благотворительности, не сомневаться, что в случае этого проекта просто спросить- это совершенно не напрасно, а очень часто спасительно! Ссылка в шапке профиля или в аккаунте @vse.nenaprasno.ru ❤️



АЛЕНА ДОЛЕЦКАЯ
журналист





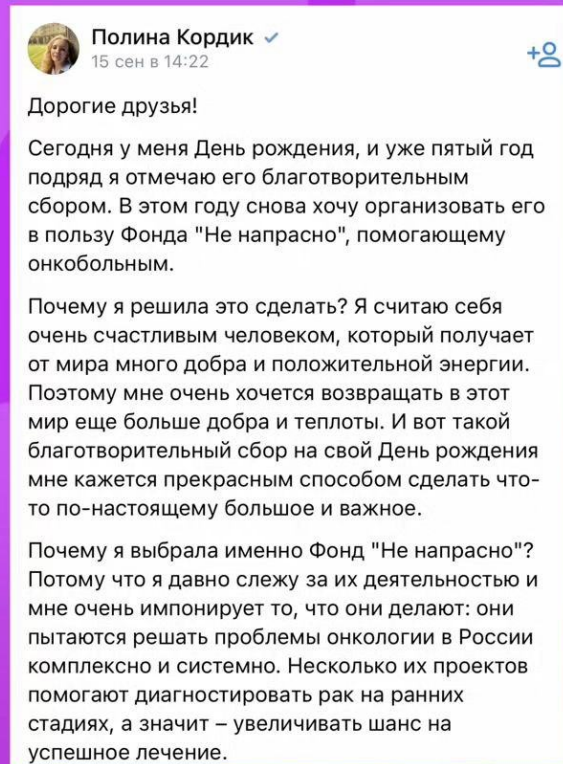
АЛЕКСАНДР ЦЫПКИН
писатель и сценарист

Цыпкин/Tsyarkin
Фонд "Не напрасно", который я поддерживаю, отметил в апреле 13 лет! Все это время ребята делают большое дело – создают системные проекты поддержки и помощи онкологических пациентов и их близких, учат врачей. К примеру на сайте ненапрасно вы можете заполнить анкету и получить ответ что и когда вам нужно проверять, чтобы не пропустить онкологическое заболевание.

В этом году в честь дня рождения команда фонда создала проект с использованием нейросетей. Вот [здесь можно](#) посмотреть что получилось.
А еще, давайте поможем и поддержим ребят пожертвованием. Им это очень важно и нужно сейчас.
[help.nenaprasno.ru](#)
Спаси «Не напрасно», чтобы помочь людям с онкологическими заболеваниями
Фонд «Не напрасно» 13 лет помогает



ПОЛИНА КОРДИК
лингвист, преподаватель иностранных языков, основательница школы Polina Kordik School of English





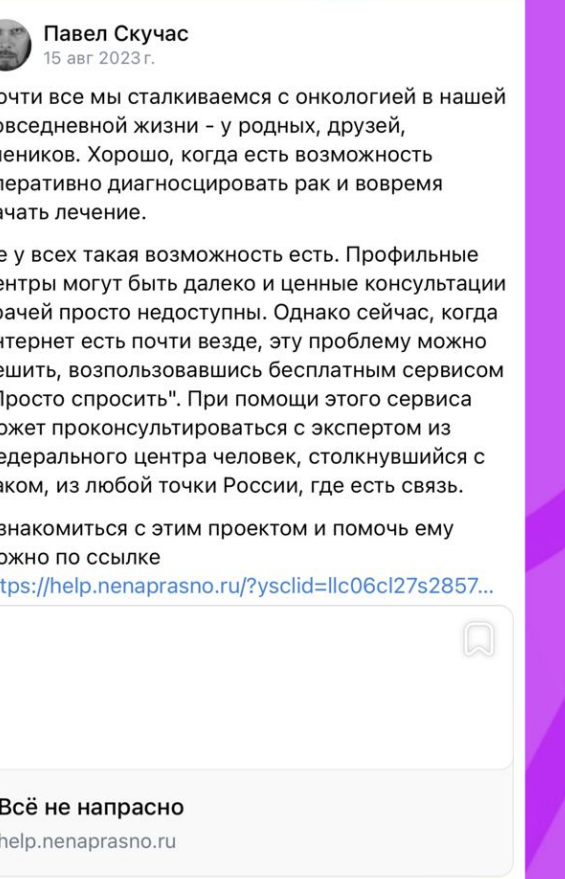
ФИЛИПП КУЗЬМЕНКО
врач-терапевт, автор телеграм-канала @doctorphilipp

«Просто спросить» – бесплатная онлайн-справочная для онкологических пациентов и их близких, которая создана в 2019 году по итогам девятилетней работы Фонда “Не напрасно” с проблемой рака в России. На “Просто спросить” любой человек может получить ответы квалифицированных медицинских экспертов на вопросы о симптомах, о выборе оптимального лечения, о реабилитации, о паллиативной помощи, о побочных эффектах и осложнениях, посоветоваться по поводу конкретного медицинского учреждения. Можно задавать уточняющие вопросы столько, сколько потребуется – каждой заявке уделяется именно столько времени, сколько необходимо.

Короче, это место где можно получить достоверную информацию как лечат ту или иную онкологию в современном мире.

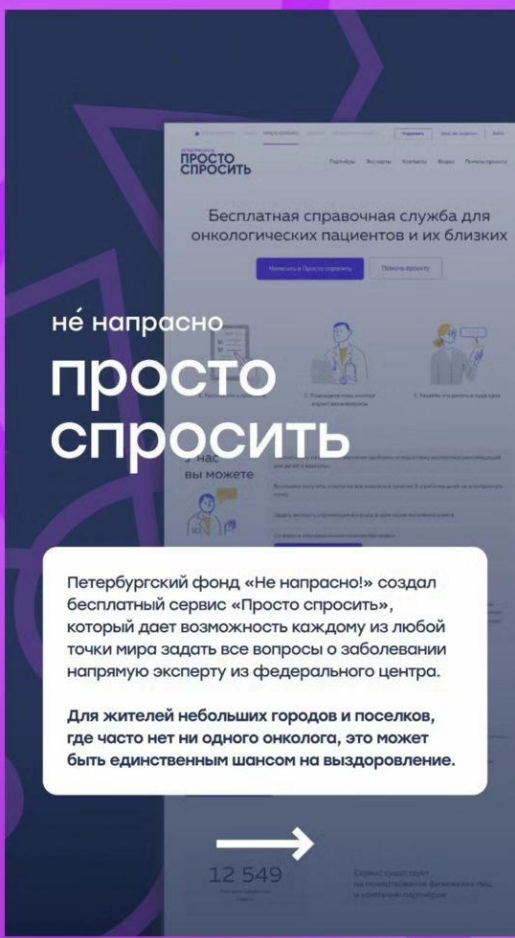


ПАВЕЛ СКУЧАС
популяризатор науки

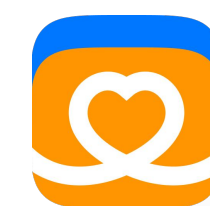




АННА ЛЕВАДНАЯ
врач-педиатр, к.м.н, автор блога @doctor_annamama



Благодарим



VK Добро

OZON



Forbes

Johnson & Johnson



[код_добра:]



НУЖНА ПОМОЩЬ*

MeetForCharity

NOVARTIS



Ефима Шифрина, Екатерину Шпицу, Алену Долецкую, Александра Цыпкина, Дарью Башвинову, основательницу Polina Kordik School of English Полину Кордик, педиатра Анну Левадную, врача Алексея Паско, команду «Мужчина, вы куда?», Доктора Фила и многих других лидеров мнений, которые нас поддерживают.



* организация внесена в реестр иноагентов

Контакты

На ваши письма чаще всего отвечают:

- наш офис-менеджер Диана Лазария;
- руководитель отдела фандрайзинга Ольга Разумнова;
- координатор проектов Анна Михайлова.



Диана Лазария:

«Делать добро здорово! Поэтому очень важно своевременно и максимально развернуто объяснить обратившимся на телефонную линию людям, как правильно, легко и поэтапно воспользоваться сервисом "Просто спросить" и другими ресурсами и проектами нашего портала.

Мы стараемся реагировать на каждый звонок не только быстро и эффективно, но еще и с душой и сердцем, внимательно слушать, регистрировать и передавать данные по запросу соответствующим специалистам. Для нас важен каждый обратившийся человек; забота, помощь и участие – наши главные приоритеты».



Анна Михайлова:

«Каждый день мы во “Все не напрасно” получаем письма от людей, в чьей жизни появилось слово “рак”. Кому-то мы советуем обратиться в справочную “Просто спросить”, кому-то высылаем ссылки на соответствующие запросу статьи в справочнике “Онко Вики” или в нашем издании “Профилактика Медиа”. Порой нас спрашивают, как бесплатно проконсультироваться с юристом относительно прав пациента и где получить психологическую помощь. Отвечая на такие письма, мы всегда помним, что наш адресат, как правило, очень напуган и растерян. Поэтому мы стараемся вложить в каждый ответ не только необходимую информацию, но и немного душевного тепла. И, конечно, работаем над тем, чтобы ответы от нас приходили как можно быстрее – ведь это тоже проявление заботы и участия».

Адрес:

Санкт-Петербург, 2-я линия Васильевского острова, д. 37, офис 310; Фонд медицинских решений «Не напрасно»

Контактная информация:

Тел: +7 (812) 468-57-97

email: fond@nenaprasno.ru

Мы в соцсетях:

Фонд:

Дзен: dzen.ru/nenaprasno

OK: ok.ru/group/56018261639266

VK: vk.com/nenaprasno

Все не напрасно:

VK: vk.com/vse.nenaprasno

OK: ok.ru/vsenenaprasno

Telegram: t.me/vse_ne_naprasno

Высшая школа онкологии:

VK: vk.com/hso_community

Подробную информацию о работе фонда и основных проектах вы найдете на нашем сайте www.nenaprasno.ru