



## Должны быть доказательства нарушения

**Какие есть права у потребителя при оказании платных медицинских услуг ненадлежащего качества?**

В последнее время проблема оказания некачественных медицинских услуг приобрела небывалую актуальность. Нужно помнить, что каждый потребитель, которому была оказана некачественная услуга, имеет возможность восстановить свои нарушенные права. Правоотношения между исполнителем и потребителем регламентируются Законом РФ от 07.02.1992 г. № 2300-1 «О защите прав потребителей», Правилами предоставления медицинскими организациями платных медицинских услуг (утв. постановлением Правительства РФ от 11.05.2023г. № 736).

В соответствии со статьей 29 Закона «О защите прав потребителей», при обнаружении недостатков оказанной

услуги потребитель вправе по своему выбору потребовать: безвозмездного устранения недостатков оказанной услуги; соответствующего уменьшения цены оказанной услуги; безвозмездного повторного оказания услуги; возместить расходы по устранению недостатков услуги.

Потребитель вправе предъявить перечисленные требования как при принятии некачественной услуги, так и в течение гарантийного срока. Если гарантийный срок на предоставленную услугу не предусмотрен, тогда требование может быть предъявлено в разумные сроки, в течение двух лет.

Для подтверждения факта оказания услуг ненадлежащего качества потребителю понадобятся доказательства. Это могут быть, например, выписки и справки из истории болезни, фотографии недостатков услуги, аудиозаписи разговоров, свидетельские

показания, осмотры у других специалистов и другое.

Для получения информации об оказанной услуге необходимо обратиться в медицинскую организацию с требованием предоставить информацию об установленном диагнозе, назначенном и проведенном лечении, выданных рекомендациях.

Если медицинская организация, которой была оказана некачественная услуга, отказывается в добровольном порядке выполнять требование потребителя, то необходимо предъявить в адрес исполнителя услуг письменную претензию.

В претензии должна быть подробно описана сложившаяся ситуация, прописаны причины, по которым потребитель считает, что услуги оказаны некачественно, а также точно указано требование, которое предъявляется к организации. К претензии необходимо приложить доказательства оказания услуг ненадлежащего качества.

Претензия составляется в 2-х экземплярах. Один остается у потребителя, второй можно передать руководству организации самостоятельно, через приемную организации, но в этом случае на экземпляре потребителя сотрудник медицинского учреждения должен поставить отметку о получении претензии с указанием точной даты и лица, ее принявшего.

Также претензия может быть передана посредством почтовой связи - заказным письмом с уведомлением о вручении. Данное письмо должно содержать описание вложения, которая подтверждает, что потребителем была направлена именно претензия. К претензии можно приложить копии документов, подтверждающих оказание услуги в данном учреждении.

При отказе исполнителя удовлетворить требования в добровольном порядке может потребоваться независимая экспертиза качества услуг. Для этого необходимо обратиться в экспертную организацию. С адресами и телефонами экспертных организаций можно ознакомиться на сайте [кц66.рф](http://кц66.рф).

При невозможности решения спора в добровольном порядке, потребитель имеет право обратиться в суд с иском о возмещении ущерба. К иску нужно приложить доказательства оказания некачественной услуги, документы, подтверждающие обращения к исполнителю услуг.

По факту оказания некачественных медицинских услуг потребитель может написать обращение в Территориальный орган Федеральной службы по надзору в сфере здравоохранения (Росздравнадзор) по Свердловской области (620014, г. Екатеринбург, ул. Московская д. 14); и Министерство здравоохранения Свердловской области (620014, г. Екатеринбург, ул. Вайнера 34б) с целью проверки соблюдения порядка и сроков оказания медицинской помощи, соблюдения протоколов лечения, качества медицинских услуг и т.д.

За получением дополнительной консультации Вы можете обращаться в отдел экспертиз в сфере защиты прав потребителей Южного Екатеринбургского филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Свердловской области».

Контактная информация: г. Екатеринбург, ул. 8 Марта, 177а, телефон: 8 (343) 266-54-97.



## Фиолетовый хлеб

**Если, рассматривая полки магазинов, вы вдруг увидите фиолетовый хлеб – не пугайтесь: это – просто хлеб из специально обогащенной муки с антоцианами, природными соединениями из класса полифенолов**

Полифенолы – разнообразные и широко распространенные минорные биологически активные соединения растительного происхождения. Полифенолы содержатся в различных пищевых продуктах: фруктах, овощах, крупах, орехах, кофе, какао, специях, семечках.

Свойства полифенолов: обладают широким спектром биологической активности: антибактериальной, противовоспалительной, сосудорасширяющей; ингибируют процессы перекисного окисления липидов, агрегацию тромбоцитов; снижают хрупкость и проницаемость капилляров; влияют на различные ферментные системы.

Флавоноиды – наиболее многочисленная (более 8000 веществ) группа растительных полифенолов. В растительном мире флавоноиды участвуют в пигментации растений, придают им цвет, защищают растения от действия ультрафиолета, температурного стресса, повышенных концентраций тяжелых металлов, инфекций, повреждений. В клетках человека флавоноиды не синтезируются, они поступают с пищей из растительных продуктов.

Антоцианы – одни из самых известных флавоноидов, придают растениям красный, синий, фиолетовый цвет. Слово «антоциан» происходит от греческих слов «антос» – «цветок» и «цианос» – «голубой».

Где содержатся антоцианы? Антоцианами богаты ягоды черной смородины. Большая их часть содержится в кожуре ягод. Они содержат 250 мг антоцианов на 100 г веса свежих ягод. В настоящее время найдено более 500 растительных пигментов, содержащих антоцианы: в винограде, чернике, ежевике, голубике, вишне, клюкве, бузине, боярышнике, малине и др. Они присутствуют также в красном луке и красной капусте.

Свойства антоцианов: антиоксидантная активность; противовоспалительные, нейропротекторные, антиканцерогенные свойства; способность снижать риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета 2 типа, определенных видов рака и других хронических заболеваний; способность положительно влиять на мозговую деятельность, замедлять процессы старения.

Благоприятное действие флавоноидов на здоровье человека особенно важно в период стрессов и повышенной утомляемости и слабости, при смене сезонов и акклиматизации, при травмах и нарушениях кровообращения, при воспалительных заболеваниях желудка и кишечника.

Однако присмотритесь, если хлеб фиолетовый, зеленоватый, сероватый, с точками и колосающимися волосками, то лучше такой не брать: так может выглядеть обычная плесень.

## Польза или вред?

**Какую роль играют сухие завтраки в рационе питания ребенка**

Традиционный завтрак включает в себя: каши; блюда из творога; блюда из яиц; бутерброды с маслом и сыром; горячие напитки. Помимо традиционного завтрака, в рационе питания детей часто присутствуют сухие завтраки. Это – готовые к употреблению продукты из зерен кукурузы, пшеницы, риса и прочих культур. Такой завтрак не требует дополнительной кулинарной обработки или поджаривания. Его не нужно варить: достаточно заправить молоком, соком, кефиром, простоквашей или киселем. Выпускаются сухие завтраки в форме зерновых шариков, колечек, подушечек.

В продаже можно найти разные виды сухих завтраков: хлопья изготавливаются без каких-либо добавок из разных видов крупы путем разрезания и расплющивания на тонкие пластинки. Хлопья, не требующие варки, проходят дополнительную термообработку; мюсли производятся путем добавления к обычным хлопьям разных добавок (кусочки ягод или фруктов, шоколад, орехи или мед); снэки изготавливаются из риса, овса, ржи или кукурузы под высоким давлением на пару. Они сохраняют максимум витаминов и минеральных веществ, «взорванные зерна» (из риса, кукурузы и пшеницы) – способ употребления такой же, как и хлопьев.



Сухие завтраки можно предложить ребенку 2-3 раза в неделю. В остальные дни лучше предлагать традиционные завтраки: кашу на молоке, йогурты с фруктами, омлет или яичницу, запеканку и другие блюда.

Следует помнить о пищевой ценности сухих завтраков. Содержание сахара в них может быть различным. Обратите внимание на количество сахара («быстрые» углеводы), ароматизаторов и красителей. Утренний прием пищи является профилактикой возникновения избыточного веса у детей и подростков, поэтому завтракать детям нужно обязательно.

В выборе детей готовые завтраки выигрывают перед обычной кашей. Они привлекательны по внешнему виду и вкусу.

По пищевой ценности сухие завтраки превосходят каши. В них оптимально

сочетаются белки, жиры, углеводы, пищевые волокна, витамины, минералы, а также необходимые микронутриенты.

Современный метод плющения цельного зерна позволяет сохранить растительный белок, клетчатку, витамины и микроэлементы. При покупке продукта рекомендуется читать информацию на упаковке товара о составе, пищевой ценности, а также обращать внимание на рекомендации о предназначении данного продукта той иной группе населения.

Сухие завтраки можно включать в рацион дошкольника, но не ежедневно. Ребенку необходимо разнообразное и сбалансированное ежедневное питание.

**ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора**

**Источник информации: ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора**