

ISSN 1734-7548



SAMODZIELNY PUBLICZNY  
ZESPÓŁ ZAKŁADÓW  
LECZNICTWA OTWARTEGO  
WARSZAWA-ZÓLIBORZ

# Zdrowie Pacjenta

Nr 1 (56)  
WIOSNA 2019

[www.spzzlo.pl](http://www.spzzlo.pl)



# WYBRAŁEŚ JUŻ LEKARZA RODZINNEGO?



Zapraszamy do korzystania z usług  
**SPZZLO Warszawa-Żoliborz!**

**ZAPEWNIAMY:**  
**dostępność**  
**(krótki czas**  
**oczekiwania**  
**na wizytę),**  
**fachowość**  
**personelu**

## **NASZE PORADNIE POZ W PRZYCHODNIACH:**

Conrada 15	tel. 22 663 21 54
Elbląska 35	tel. 784 474 218
Felińskiego 8	tel. 784 402 091
Klaudyny 26B (nowy budynek)	tel. 22 833 00 00
Kleczewska 56	tel. 22 834 83 28
Kochanowskiego 19	tel. 22 633 06 14
Sieciechowska 4	tel. 22 561 57 60
Szajnochy 8	tel. 22 832 44 35
Szpitalna 6 (Łomianki)	tel. 22 751 10 55
Wrzeciono 10c	tel. 784 491 672
Żeromskiego 13	tel. 22 834 24 31

**Pacjenci poradni POZ**  
**są przyjmowani przez lekarzy**  
**codziennie od poniedziałku**  
**do piątku w godzinach 8.00–18.00.**

Po wybraniu przychodni należy wypełnić deklarację i dokonać wyboru lekarza oraz pielęgniarki, a w wypadku pacjentek także położnej. Deklaracje dostępne są w rejestracjach przychodni SPZZLO Warszawa-Żoliborz oraz na stronie: [www.spzzlo.pl](http://www.spzzlo.pl) w zakładce Deklaracje wyboru lekarza.

**ZAPRASZAMY DO NOWEJ PRZYCHODNI PRZY UL. KLAUDYNY 26 B!**

## **PAMIĘTAJ! CHOROBA NOWOTWOROWA TO NIE WYROK!**

### **PORADNIA ONKOLOGICZNA**

**PRZYCHODNIA  
PRZY UL. SZAJNOCHY 8**

Lekarze onkolodzy:  
Agnieszka Jankowska  
Stanisław Sotyga

**REJESTRACJA TELEFONICZNA**

**22 833 58 80**



# Zdrowie Pacjenta

Nr 1 (56) WIOSNA 2019

## TEMAT NUMERU

Poznajcie swojego burmistrza

4

## KLINIKA ZDROWIA

Odra wraca

6

## LEKARZ RADZI

Jaskra – choroba społeczna

7

## NASZ ZOZ

Nowy mammograf na Szajnochy

8

Dzień Kobiet w naszym SPZZLO

8

Małgorzata Zaława-Dąbrowska wyróżniona w kategorii Menedżer Roku 2018

9

Kiedy rozwój dziecka wymaga wsparcia

10

Medal dla kierownika Działu Informatyki SPZZLO Warszawa-Żoliborz

13

## WARTO WIEDZIEĆ

Mezopotamska opieka medyczna

14

## WOLNE CHWILE

Krzyżówka

18



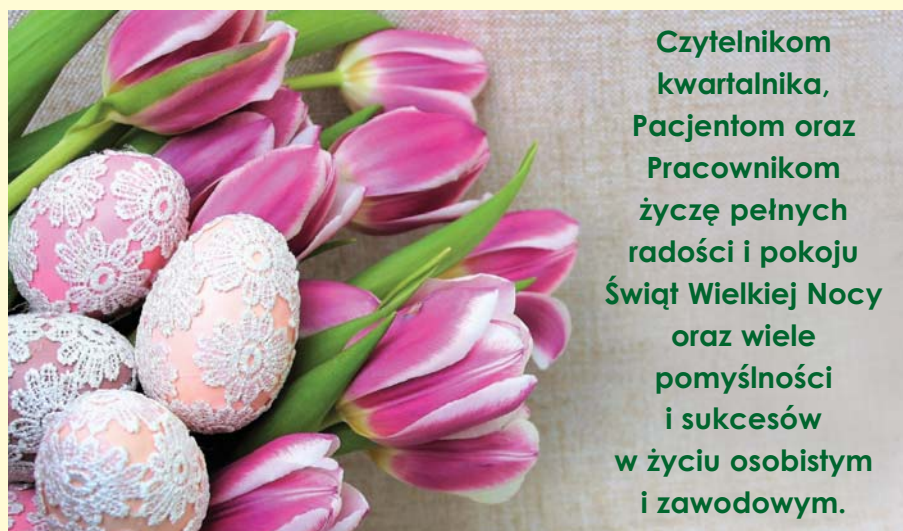
Szanowni Czytelnicy,  
Rozpoczynamy wspólnie kolejny rok z kwartalnikiem „Zdrowie Pacjenta”. Mam nadzieję, że równie owocny jak poprzednie.

Na początek proponuję sylwetki nowych burmistrzów dzielnic Żoliborza i Bielan oraz gminy Łomianki, które powinny zainteresować wszystkich mieszkańców, a także naszych pacjentów. Następnie omawiamy ważne tematy medyczne, czyli niepokojący wzrost liczby zachorowań na odrę oraz problemy związane z jaskrą i jej leczeniem. Polecam również reportaż z uruchomione-

go w maju zeszłego roku Ośrodka Rehabilitacji Wieku Rozwojowego przy ul. Elbląskiej 35. Natomiast z aktualności mamy nowy mammograf cyfrowy w przychodni przy ul. Szajnochy 8, medal dla naszego kierownika Działu Informatyki oraz wyróżnienie Menedżer Roku, które miałam przyjemność odebrać na początku roku podczas uroczystej gali na Zamku Królewskim w Warszawie.

Z kolei w ramach naszego nowego cyklu o historii medycyny publikujemy artykuł o opiece medycznej w starożytnej Mezopotamii. Na koniec polecam konkurs krzyżówkowy, tym razem na temat nauk ścisłych, w ramach którego można wygrać badanie tomograficzne dna oka (OCT), wykonywane w naszej nowej przychodni przy ul. Klaudyny 26B.

Małgorzata Zaława-Dąbrowska  
dyrektor SPZZLO Warszawa-Żoliborz



**Czytelnikom kwartalnika, Pacjentom oraz Pracownikom życzę pełnych radości i pokoju Świąt Wielkiej Nocy oraz wiele pomyślności i sukcesów w życiu osobistym i zawodowym.**



GEPARD  
BIZNESU



WIELKI  
INWESTOR



EFEKTYWNA  
FIRMA

## Zdrowie Pacjenta

### ADRES REDAKCJI:

ul. Szajnochy 8, 01-637 Warszawa  
tel. 22 833 58 88, faks 22 833 58 82  
Adres internetowy: [www.spzzlo.pl](http://www.spzzlo.pl)  
e-mail: [zdrowie.pacjenta@spzzlo.pl](mailto:zdrowie.pacjenta@spzzlo.pl)

### WYDAWCA:

Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów  
Lecznictwa Otwartego Warszawa-Żoliborz  
ul. Szajnochy 8, 01-637 Warszawa

### REDAKTOR NACZELNY:

Joanna Cierkońska

### KOLEGIUM REDAKCYJNE:

Agnieszka Czesak-Zygmunt  
Halina Ebinger  
Anita Karykowska  
Barbara Nagórko  
Iwona Nowak  
Ilona Spychała  
Danuta Wąsowska  
Małgorzata Zaława-Dąbrowska

ZDJĘCIA: Archiwum, Anita Karykowska,  
Agata Konidis, Tomasz Kordek,  
Urząd Dzielnicy Żoliborz, Joanna Russek,  
Małgorzata Sokół, Ilona Spychała,  
Danuta Wąsowska, Wikimedia Commons,  
Pixabay

### OPRACOWANIE GRAFICZNE:

Jolanta Miklaszewska-Sirko

DRUK: Multimed  
NAKLAD: 6000 egz.

UWAGA: Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo redagowania i skracania nadesłanych tekstów oraz nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczonych reklam

Kwartalnik bezpłatny  
„Zdrowie Pacjenta” nie zastępuje indywidualnego kontaktu z lekarzem. Przed skorzystaniem z porad należy skonsultować się z lekarzem.

NASZ KWARTALNIK W TWOIM BIURZE, FIRMIE, SKLEPIE! ZADZWOŃ LUB NAPISZ TEL. 22 833 83 69

Burmistrz – według definicji słownikowej urzędnik stojący na czele władz miasta lub gminy. W powszechnym odczuciu uosabia władzę najbliższego nam szczebla. Jego chwalamy lub obwiniamy o wszystko, co dzieje się w naszym najbliższym otoczeniu. Zatem jeśli jeszcze tego państwo nie zrobili, zachęcamy:

## POZNAJCIE SWOJEGO BURMISTRZA

**ŻOLIBORZ – Paweł Michalec** ma 56 lat, a od kilkunastu związany jest z warszawskim samorządem. Pracował kolejno na Pradze-Południe i Pradze-Północ, Targówku, Bemowie i w Ursusie. Spytany o plany na tę kadencję, odpowiedział:

*Pracowałem w kilku warszawskich dzielnicach, z których każda ma swoją specyfikę. Przeszedłem drogę od inspektora do burmistrza. To spore doświadczenie, które postaram się wykorzystać jak najlepiej na Żoliborzu. Tu dzień dzisiejszy przeplata się z historią. Są miejsca wspaniałe, których zazdroszą inni, ale są też nowe osiedla na dawnym Żoliborzu Przemysłowym, a także po południowej stronie ul. Powązkowskiej, gdzie za dynamiką części mieszkaniowej nie nadąża infrastruktura. Jako zadanie numer jeden postrzegam wyrównywanie poziomu rozwoju sieci dróg, komunikacji, placówek oświatowych – żłobków, przedszkoli i szkół, a także zapewnienie łatwego dostępu do różnych form wsparcia dla seniorów.*

*Po objęciu funkcji burmistrza przede wszystkim przyjrzałem się inwestycjom, które wymagają kilkuletniego finansowania. Stąd moje wystąpienie do Rady Warszawy o dodatkowe środki na budowę zespołu szkolno-przedszkolnego przy ul. Anny German (d. Burakowska). Pieniądze zostały przyznane i dzięki temu już podpisana została umowa z wykonawcami na realizację pierwszego etapu tej inwestycji. Placówka w znacznej mierze zaspokoi potrzeby Żoliborza Południowego. Pozyskaliśmy również środki na rozbudowę SP nr 65 im. Władysława Orkana przy ul. Mściśławskiej. To z kolei najbardziej przepełniona szkoła podstawowa na Żoliborzu. Pilnego dofinansowania wymaga przedłużenie ul. Rydygiera, inwestycja od kilku lat czekająca w kolejce na realizację. Chciałbym również, żeby na Żoliborzu przybyło hal pneumatycznych nad boiskami szkolnymi. Mieszkańcy niecierpliwie oczekują na nowe miejsca parkingowe. Dalej marzy mi się duża i niezwykle potrzebna inwestycja – dom kultury godny Żoliborza. Mam nadzieję, że radni poprą moje starania i razem zdołamy ruszyć tę sprawę z miejsca.*

*Żoliborz dysponuje dużym kapitałem aktywności społecznej. Chcę docierać do mieszkańców, odpowiadać na ich inicjatywy, gdyż upatruję w tym szansę na komplementarny rozwój dzielnicy.*



Fot. Urząd Dzielnicy Żoliborz



Fot. Tomasz Kordek

**ŁOMIANKI – Małgorzata Żebrowska-Piotrak**, od listopada 2018 roku burmistrzynie łomianek, jest absolwentką Wydziału Polonistyki Uniwersytetu Warszawskiego, zawodowo związaną od lat z koordynacją prac przy wydawaniu publikacji prasowych i książkowych. Zaangażowana w sprawy społeczne, aktywna radna Rady Miejskiej w Łomiankach w kadencji 2014–2018, wcześniej radna sołecka, przewodnicząca Klubu Radnych Niezależnych i współzałożycielka Stowarzyszenia Mieszkańcy Łomianek. Związana z ruchami działającymi na rzecz kobiet. Pod jej kierunkiem powstały liczne opracowania programowe i organizacyjne.

*– Jako gmina angażujemy się w profilaktykę zdrowotną mieszkańców. W tym roku przyznaliśmy dofinansowania, w ramach środków dla organizacji pozarządowych, na szereg inicjatyw również z zakresu zdrowia publicznego. Będziemy wspierać finansowo zajęcia fizjoterapeutyczne dla dzieci czy hipoterapię dla najmłodszych niepełnosprawnych w naszej gminie. Mamy nadzieję, że takie działania pomogą naszym mieszkańcom – deklaruje pani burmistrzynie.*

**BIELANY – Grzegorz Pietruczuk** urodzony 1 czerwca 1977 r. samorządowiec, politolog, publicysta. Ukończył nauki polityczne na Wydziale Dziennikarstwa i Nauk Politycznych Uniwersytetu Warszawskiego. W latach 1998–2002 był radnym gminy Warszawa-Bielany, w latach 2004–2005 szefem gabinetu politycznego Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji, od 2006 r. do 2018 r. zastępcą burmistrza dzielnicy Bielany m.st. Warszawy (trzy kadencje), w latach 2010–2014 radnym Sejmiku Województwa Mazowieckiego. Jest przewodniczącym stowarzyszenia „Razem dla Bielany”, gdzie wraz z grupą zaangażowanych w sprawy dzielnicy aktywistów rozwiązuje konkretne problemy i poszukuje szans dalszego rozwoju dzielnicy.

Jako burmistrz dzielnicy Bielany nadzoruje pracę wydziałów: organizacyjno-prawnego, kadr, budżetowo-księgowego, ochrony środowiska, spraw społecznych i zdrowia. Współpracuje z: Bielańskim Środowiskowym Domem Samopomocy, Ośrodkiem Pomocy Społecznej, Specjalistyczną Poradnią Rodzinną, Dzielnicowym Zespołem Realizacji Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Zespołem Interdyscyplinarnym ds. Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie i Zespołem Żłobków m.st. Warszawy.



Fot. Małgorzata Sokół

## NOWA PRZYCHODNIA NA WRZECIONIE?

**Niebawem jedna z działek na osiedlu Wrzeciono zostanie przekazana SPZZLO Warszawa-Żoliborz pod budowę lecznicy. – Mieszkańcy muszą mieć dostęp do nowoczesnego obiektu. Uruchomienie kolejnej placówki odciąży istniejącą już na Wrzecionie przychodnię i zwiększy dostęp do lekarzy specjalistów – twierdzi Grzegorz Pietruczuk, burmistrz dzielnicy Bielany.**

Mowa o działce przy ulicy Przy Agorze 16B. – Skuteczne działanie w sprawie zapobiegło sprzedaży działki pod kolejny budynek mieszkalny – tłumaczy Włodzimierz Piątkowski, zastępca burmistrza dzielnicy Bielany. Przygotowanie działki do przekazania nie było łatwe. Przeszkodą był budynek obsługujący osiem pobliskich budynków wspólnot mieszkaniowych. Niezbędne było wykonanie instalacji uniezależniającej budynku od hydroforni. Ostatnie przyłącza wykonano w 2018 roku co pozwoliło na rozpoczęcie dalszych prac przy inwestycji planowanej vis-à-vis sklepu „Agora”. Kolejnym krokiem ma być przekazanie nieodpłatnie działki na rzecz SPZZLO Warszawa-Żoliborz.

Wsparcie dla inwestycji oferuje miejskie Biuro Polityki Zdrowotnej, zgłaszając (na etapie założeń do budżetu na 2019 rok) finansowanie na poziomie 15 mln złotych. W planach jest również budowa przychodni na osiedlu Wawrzyszew. – *To bardzo potrzebne inwestycje. Dla mnie jednym z priorytetów jest ochrona zdrowia – przyznaje burmistrz Grzegorz Pietruczuk.*

### PROFILAKTYKA NAJWAŻNIEJSZA

Inwestycje w ochronę zdrowia nie są jedynymi priorytetami dla władz dzielnicy. Ważna jest również profilaktyka. W tym roku kontynuowane są popularne wśród mieszkańców bezpłatne badania. Na początku roku przed urzędem dzielnicy w specjalnych busach można było wykonać badania osteoporozy oraz słuchu, a w kwietniu rusza program badań mammograficznych, który obejmie kobiety od 50. do 69. roku życia.

Specjalnie zaprojektowany mammobus będzie ustawiony przed urzędem dzielnicy 15 kwietnia, 4 lipca i 3 sierpnia

(dokładne godziny badań zostaną podane na stronie [www.bielany.waw.pl](http://www.bielany.waw.pl) bliżej terminu wydarzenia). Przed przystąpieniem do badania panie wypełniają specjalne ankiety, które zawierają informacje pozwalające lekarzom na pełniejszą ocenę zdjęć. Jedno badanie obejmuje cztery projekcje (po dwie na każdą pierś).

Ponadto w kwietniu dzielnica wspólnie z Państwową Inspekcją Sanitarną organizuje konferencję ekspercką „Zaszczep w sobie zdrowie – profilaktyka szczepień ochronnych”. Planowany jest również program bezpłatnych badań w kierunku HCV.

### SPORT DLA SENIORÓW

Według szacunków w dzielnicy Bielany mieszka blisko 50 tysięcy osób starszych, które chętnie korzystają z bezpłatnych badań. Uczestniczą też w wydarzeniach sportowych. Szczególnie popularny jest program „Senior – starszy sprawniejszy”, obejmujący zajęcia usprawniające w obiektach sportowych (pływalnie i sale sportowe) oraz w plenerze pod kierunkiem wykwalifikowanych instruktorów.

Ponadto seniorów można spotkać na bezpłatnych zajęciach z zumbi, organizowanych w szkole przy ul. Gwiaździstej 35 w każdą środę o godzinie 20. Zajęcia potrwają do października (uwzględniając przerwę wakacyjną).



Fot. Małgorzata Sokół

NAJNOWSZE DONIESIENIA ŚWIATOWEJ ORGANIZACJI  
ZDROWIA (WHO) NIE POZOSTAWIAJĄ WĄTPLIWOŚCI

# ODRA WRACA!

WHO alarmuje, że liczba zachorowań  
na odrę w 2018 r. w całej Europie wzrosła  
3-krotnie w porównaniu do 2017 r.  
Wśród krajów zagrożonych jest też Polska.

BEATA BOCZKOWSKA, specjalista ds. epidemiologii

Część rodziców nie szczepi dzieci, a to obniża odporność całej populacji. Według danych, jakie posiada Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego – Państwowy Zakład Higieny (NIZP-PZH), w 2017 r. w Polsce odnotowano 63 przypadki. Liczba zachorowań w Polsce stopniowo rośnie, w 2018 roku odnotowano 339 przypadków, tj. ponad 5-krotnie więcej niż w roku 2017. Podobne dane przedstawia Zakład Epidemiologii Chorób Zakaźnych i Nadzoru Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego: od 1 stycznia do 15 lutego 2019 roku na odrę zachorowało 217 osób (w tym samym okresie w 2018 roku odnotowano tylko 28 przypadków).

**Oznacza to, że  
liczba zachorowań  
na odrę w Polsce wzrosła  
niemal ośmiokrotnie!**

Odra to zakaźna choroba wieku dziecięcego, jednak mogą na nią zapaść także dorośli. Jej potencjał epidemicznego szerzenia się na osoby nieuodpornione mające styczność z osobą chorą jest wysoki (zaraźliwość odry sięga 98%). Osoba zakażona jest zakaźna dla otoczenia jeszcze przed wystąpieniem objawów choroby (nawet 5 dni przed wystąpieniem wysypki), z największym nasileniem 2–3 dni przed wystąpieniem wysypki odrowej. Zakaźność utrzymuje się jeszcze 3–4 dni po pojawieniu się wysypki.

#### OBJAWY CHOROBY:

- gorączka,
- nieżyt dróg oddechowych (nieżyt nosa i suchy męczący kaszel),
- światłowstręt, zapalenie spojówek,
- białe wykwity otoczone czerwoną linią w jamie ustnej (plamki Filatowa i Koplika),
- wysypka tzw. zstępująca – zaczyna się za uszami, na twarzy, potem przesuwa się na tułów i kończyny, czerwona, gruboplamista, grudki zlewające się w silnie swędzące plamy.

#### POWIKŁANIA ODRY:

- zapalenie ucha środkowego prowadzące do utraty słuchu,
- ostre zapalenie mózgu prowadzące do obrzęku mózgu,
- podostre stwardniające zapalenie mózgu, którego objawy (otępienie, nasilające się napięcie i sztywność mięśni, drgawki) mogą się pojawić nawet kilka lat po przebytej chorobie),
- zaburzenia wzroku,
- inne stany zapalne: zapalenie krtani, tchawicy, płuc, zapalenie rogówki, zapalenie wątroby, wyrostka robaczkowego, zapalenie jelita grubego,

zapalenie osierdzia, zapalenie mięśnia sercowego oraz zapalenie kłębuszków nerkowych,

- u kobiet w ciąży może skutkować poronieniem bądź porodem przedwczesnym.

**Szczepienie jest jedyną skuteczną metodą ochrony przed odrą!**

W przychodniach SPZZLO Warszawa-Żoliborz lekarz pierwszego kontaktu udzieli wszystkich potrzebnych informacji o szczepionce, którą można nabyć na miejscu, przejść kwalifikację lekarską oraz zaszczepić się.

Osoba, która nie wie lub nie pamięta, czy chorowała na odrę lub czy była przeciw niej szczepiona, powinna:

- zgłosić się do swojego lekarza,
- zapytać lekarza o zasadność badania poziomu przeciwciał przeciwko odrze,
- ewentualnie, po konsultacji z lekarzem, poddać się szczepieniu ochronnemu

Osoby dorosłe zaszczepione jedną dawką szczepionki w celu pełnego uodpornienia powinny przyjąć drugą, przypominającą dawkę szczepionki.

**Kwalifikacje do szczepienia w SPZZLO Warszawa-Żoliborz są bezpłatne, ale za szczepionkę (PRIORIX) trzeba zapłacić 85 zł.**

# JASKRA

## CHOROBA SPOŁECZNA

Z definicji jaskra jest przewlekłą, postępującą chorobą nerwu wzrokowego (neuropatią) powodującą nieodwracalne uszkodzenie nerwu wzrokowego, do ślepoty włącznie.

ŁUKASZ STASZCZAK, lek. med., specjalista okulista



To choroba społeczna – i nie jest to stwierdzenie pozbawione sensu. Ocenia się, że na jaskrę choruje od 1,6% do 4,6% populacji powyżej 40. roku życia w zależności od rasy. A niestety u od 4% do 8% osób chorych na jaskrę stwierdza się obustronną ślepotę. Wydaje się to niewielkim odsetkiem populacji, lecz w skali globalnej stanowi istotny problem społeczny. W historii medycyny było dużo prób klasyfikacji tej choroby i co kilka lat klasyfikacje te są nadal modyfikowane.

### JASKRA PIERWOTNA OTWARTEGO KĄTA

Najczęstszą postacią jest jaskra pierwotna otwartego kąta – choroba bardzo podstępna, zwykle wykrywana przypadkowo – chorzy zgłaszają się w celu dobrania nowych okularów lub z innego błahego powodu (np. zapalenie spojówek czy piekące oczy). I gdy lekarz informuje, iż problemem nie są okulary czy piekące oczy, pacjent nie dowierza. „Przecież ja dobrze widzę” – mówi. Jest to bardzo złudne, gdyż do dobrego widzenia wystarcza mniej niż 50% włókien nerwowych, a gdy z powodu jaskry następuje pogorszenie widzenia – oznacza to bardzo zaawansowaną chorobę. Ta postać jaskry nie boli. Czynnikiem ryzyka rozwoju tej choroby są: wysokie ciśnienie w oczach, ukończone 40 lat, rasa – szczególnie czarna, dodatni wywiad rodzinny – rodzice, rodzeństwo chore na jaskrę, cukrzyca, krótkowzroczność.

### JASKRA PIERWOTNA ZAMKNIĘTEGO KĄTA

Drugą najczęstszą postacią jaskry jest jaskra pierwotna zamkniętego kąta. Tej właśnie postaci choroby towarzyszy ból, co zwykle jest powodem zasięgnięcia porady u okulisty. Czasem jest tak silny, że wywołuje

wymioty i poza okiem obejmuje również całą głowę. Ta postać jaskry zwykle jest wykrywana wcześniej i szybkie oraz intensywne leczenie chroni przed utratą widzenia. Czynnikiem ryzyka rozwoju tej postaci choroby są: starszy wiek, płeć żeńska, rasa azjatycka, przypadki choroby w rodzinie.

Podczas badań diagnostycznych jaskrę – jej rodzaj, stopień zaawansowania – lekarz okulista często opiera się nie tylko na pomiarach ciśnienia w oczach (bo jest to tylko jeden z czynników ryzyka rozwoju choroby), lecz również zleca inne badania: pola widzenia, obrazowe nerwu wzrokowego (HRT, GDx, OCT, ) oraz inne (np. GCC, SL OCT), w zależności od stanu oczu i przewidywanego leczenia. Czasem do postawienia ostatecznego rozpoznania konieczna jest wielomiesięczna lub nawet wieloletnia obserwacja. Tak się dzieje w wypadku podejrzenia jaskry, gdy wyniki niektórych badań są nieprawidłowe, lecz całość obrazu nie pozwala na postawienie ostatecznego rozpoznania – wszak chodzi o chorobę trwającą do końca życia.

### LECZENIE JASKRY

W chwili obecnej leczenie jaskry jest wielokierunkowe: najczęściej rozpoczyna się od podawania kropli do oczu – od jednej do kilku aplikacji na dobę. Gdy leczenie kroplami nie jest skuteczne, należy rozważyć laserowe lub operacyjne – decyzje takie podejmowane są po wielomiesięcznej obserwacji postępu choroby. Na szczęście obecne leczenie miejscowe – kroplami – jest bardzo skuteczne i co kilka lat do użycia wchodzi nowe, doskonalsze leki. Okulista, rozpoznając jaskrę i podejmując się leczenia, liczy na współpracę chorego: regularne stosowanie leków, przeprowadzenie zaleconych badań, stawianie się na wyznaczone kontrole. Jednak na

uwagę zasługuje fakt, że zalecenia lekarza są bardzo często nieprzestrzegane. Duże badania pogłądowe pokazują, że od 5% do aż 80% chorych niewłaściwie stosuje leki, a nieprzestrzeganie zaleceń lekarskich odgrywa bardzo istotną rolę w postępie choroby do ślepoty włącznie. Dlatego też stała i właściwa współpraca pacjenta z lekarzem jest niezbędnym elementem sukcesu terapeutycznego. Czasem mimo leczenia kroplami do oczu choroba postępuje, dlatego też zaleca się wspomagające leczenie laserem (SLT, MLT, irydotomię) – przy obecnej technice są to zabiegi bezpieczne i mogą u części chorych skutecznie zahamować postęp choroby. Również obecne leczenie operacyjne jaskry jest bardzo efektywne i bezpieczne – duży zakres leczenia zabiegowego jest na tyle szeroki, że w wielu przypadkach skutecznie hamuje postęp choroby i pozwala na zmniejszenie ilości leków miejscowych lub nawet całkowite ich odstawienie.

Istnieje wiele innych postaci jaskry, które nie zostały uwzględnione w tak krótkim opracowaniu i dalszych informacji udzieli każdy lekarz okulista – biorąc pod uwagę stan ogólny chorego, zażywane leki, przebyte choroby oczu, choroby ogólne.

Rozpoznanie jaskry obecnie nie jest wyrokiem – przy właściwym leczeniu i monitorowaniu choroby można prowadzić normalny tryb życia: pracować zawodowo, prowadzić samochód, uprawiać sporty, hobby. Dlatego też w interesie zarówno lekarza, jak i chorego na jaskrę niestychanie ważne jest wzajemne zaufanie i przestrzeganie zaleceń lekarskich. Najgorszą postawą jest negowanie choroby – przecież: „ja dobrze widzę”. Tak, ale tylko do czasu. Jeszcze raz na koniec chcę zaakcentować: jaskra (prawie nigdy) nie boli. ■

# NOWY MAMMOGRAF NA SZAJNOCHY

Do pracowni mammograficznej mieszczącej się w przychodni przy ul. Szajnochy 8 został zakupiony ultranowoczesny cyfrowy aparat mammograficzny MAMMOMAT Inspiration firmy Siemens, służący do badań przesiewowych, diagnostycznych oraz trójwymiarowej mammografii 3D (tomosyntezy).

Technologię 3D od tradycyjnej metody 2D odróżnia liczba wykonanych obrazów, których podczas jednej ekspozycji powstaje kilkadziesiąt (seryjnie). Metoda charakteryzuje się lepszym współczynnikiem wykrywania niż w konwencjonalnej technologii oraz zminimalizowaniem wykrywanych zmian fałszywie pozytywnych, dzięki czemu znacznie wzrasta efektywność badania diagnostycznego, a obraz badanego obszaru jest dokładniejszy.

W technice 3D przegląda się wstęgę po warstwie, uzyskując w ten sposób możliwość oglądania cieńszych warstw tkanek. Można to porównać do krojenia obiektu na plastry, dzięki czemu zdecydowanie łatwiej zauważyć niepokojące zmiany. W przypadku diagnostyki zmian w piersiach szczególnie istotne są mikrozwapnienia, wynikające z naturalnego procesu metabolicznego w tkance, ale czasami stanowiące sygnał zmian nowotworowych. Ważnym aspektem jest również bezpieczeństwo pacjentek, ponieważ dzięki wysokiej rozdzielczości możliwa jest redukcja dawki promieniowania. Korzystając z tomosyntezy, można uzyskać informacje trójwymiarowe dzięki wykonaniu i zarejestrowaniu ekspozycji z różnych kątów nachylenia. Każda z tych pojedynczych ekspozycji zostaje wykonana z wykorzystaniem bardzo niskich dawek promieniowania.

Nowy aparat umożliwia wykonywanie zdjęć celowanych i powiększonych, co zwiększa gwarancję pewnych i miarodajnych wyników badań. Urządzenie jest estetyczne oraz przyjazne dla pacjentek, znacznie zwiększając komfort badania. **AK**



## DZIEŃ KOBIEŃ W NASZYM SPZZLO

Ósmego marca 2019 roku w żoliborskiej przychodni przy Szajnochy 8 wszystkie zainteresowane pacjentki mogły wykonać bezpłatne badania diagnostyczne, w tym badanie ciśnienia krwi, poziomu glukozy, badanie spirometryczne (pomiar objętości i pojemności płuc) oraz poziom tkanki tłuszczowej. Można było także skorzystać z porad dietetyka na temat prawidłowego żywienia oraz prozdrowotnych nawyków.

Badania cieszyły się dużym zainteresowaniem pacjentek, zwłaszcza że można było się przebadać kompleksowo w jednym miejscu i czasie.

**Aniła Karykowska**

Zdjęcie: Ilona Spychała



# MAŁGORZATA ZAŁAWA-DĄBROWSKA WYRÓŻNIONA W KATEGORII MENERDŻER ROKU 2018

10 stycznia 2019 roku w Zamku Królewskim w Warszawie odbyła się uroczysta gala „Sukces roku w ochronie zdrowia – Liderzy medycyny”, podczas której zostały wręczone nagrody oraz wyróżnienia dla najlepszych menedżerów medycznych w kraju.

Celem konkursu, zorganizowanego przez wydawnictwo medyczne Termedia pod patronatem honorowym ministra zdrowia Łukasza Szumowskiego, było nagrodzenie menedżerów oraz podmiotów szczególnie się wyróżniających w sektorze polskiej ochrony zdrowia. Spośród zgłoszonych kandydatów dwudziestoosobowa kapituła wyłoniła laureatów dziesięciu



Minister zdrowia Łukasz Szumowski (pierwszy z lewej) i laureaci

kategorii, stanowiących znakomity przykład, jak można realizować bardzo zaawansowane zadania w ramach aktualnie funkcjonującego rynku usług medycznych.

Dyrektor SPZZLO Warszawa-Żoliborz Małgorzata Zaława-Dąbrowska została wyróżniona za utrzymanie stabilnej sytuacji finansowej przy stałym wzroście sprzedaży usług medycznych. Żoliborsko-bielañska sieć przychodni stale się rozwija, poszerzana jest oferta usług specjalistycznych oraz badań diagnostycznych.

Dodatkowo SPZZLO Warszawa-Żoliborz jako jeden z dwóch stołecznych publicznych podmiotów leczniczych wygrał konkurs na prowadzenie pilotażu POZ Plus, stawiając na opiekę koordynowaną, celowaną w konkretne potrzeby pacjentów.

**Anita Karykowska**

Zdjęcia: Danuta Wąsowska



## PROGRAMY ZDROWOTNE REALIZOWANE W SZKOŁACH NA TERENIE ŻOLIBORZA I BIELAN finansowane przez m.st. Warszawę



- Program wczesnego wykrywania **choroby nadciśnieniowej** u młodzieży szkolnej między 18 a 19 rokiem życia
- Program profilaktyki zdrowotnej w zakresie **poprawy stanu zdrowia jamy ustnej** dla uczniów klas II szkół podstawowych na terenie m.st. Warszawy
- Program polityki zdrowotnej w zakresie **profilaktyki i korekcji wad postawy** dla uczniów klas IV szkół podstawowych na terenie m.st. Warszawy
- Program profilaktyczny **wczesnego wykrywania wad wzroku i zez** dla uczniów klas II szkół podstawowych na terenie m.st. Warszawy

# KIEDY ROZWÓJ DZIECKA WYMAGA WSPARCIA



Od 1 maja 2018 roku w przychodni przy ul. Elbląskiej w ramach kontraktu z NFZ działa Ośrodek Rehabilitacji Wieku Rozwojowego, w którym oferujemy dzieciom fachową pomoc fizjoterapeutyczną, psychologiczną i logopedyczną.

Wiekem rozwojowym nazywamy okres intensywnych zmian w rozwoju psychoruchowym dzieci.

Te, które mają pewne trudności rozwojowe, powinny dość szybko trafić na konsultację do lekarza i zespołu terapeutycznego. Wczesna interwencja, poparta wnikliwą diagnostyką, może zapobiec nawarstwianiu się kolejnych problemów. Normy rozwojowe określają przedział wiekowy, w którym zwykle dzieci opanowują nowe umiejętności, np. siadanie, chodzenie, mówienie. Wiemy jednak, iż tempo może być indywidualne dla każdego dziecka.

Fizjoterapeuci oceniają jakość wzorców ruchowych, zwracają uwagę, czy aktywności dziecka są różnorodne i zmienne. Do symptomów nieprawidłowych należą jednolicie wyrażone schematyczne ruchy i uboga aktywność. Obserwujemy i oceniamy zabawę ruchową dziecka adekwatną do jego wieku.

Fizjoterapeutyczna interwencja ma doskonalić sprawność, zmienność i kontrolę motoryczną dzieci, aby zapewnić im pełny rozwój poznawczy i społeczny. Rehabilitanci w ośrodku pracują według koncepcji NDT Bobath, PNF i integracji sensorycznej.

W skład zespołu wchodzi (fot. 1 od lewej): mgr fizjoterapii Marta Włodarczyk, mgr fizjoterapii Joanna Russek, dr rehabilitacji Edyta Zgórk, mgr psychologii Iwona Marciniak, mgr fizjoterapii Anna Sławikowska.

Przyjęcie dzieci do ośrodka wymaga skierowania od lekarza POZ, pediatry i neurologa. Pierwsza wizyta

małego pacjenta to konsultacja z lekarzem rehabilitacji, który określa, jakiej specjalistycznej terapii dziecko wymaga. Pakiet usług obejmuje rehabilitację ruchową, terapię psychologiczną i logopedyczną.

Posiadamy gabinet do terapii ruchowej niemowląt wyposażony w dwa duże stoły rehabilitacyjne Bobath (fot. 2).



Fot. Agata Konidis

Dla dzieci w wieku szkolnym i przedszkolnym prowadzimy zajęcia korekcyjne, ogólnokondycyjne i terapię z elementami sensorycznej integracji. Proponujemy również zajęcia grupowe, rozwijające sprawność ruchową i współpracę z rówieśnikami (fot. 3).

Psycholog i neurologopeda przyjmują w oddzielnym gabinecie (fot. 4).

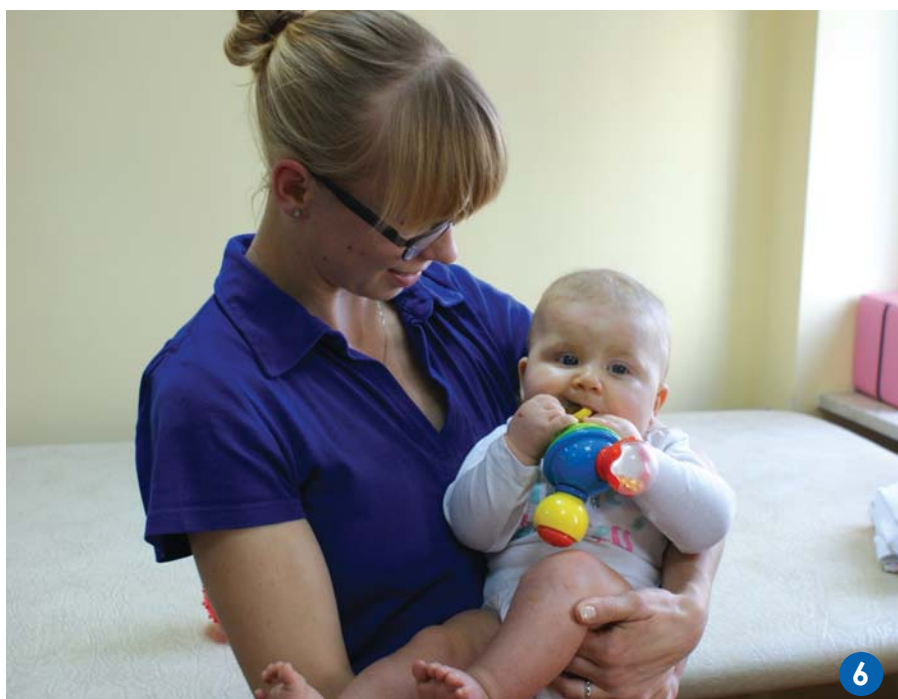
Przyjmujemy na terapię również dzieci z całościowymi zaburzeniami: mózgowym porażeniem dziecięcym, autyzmem i zespołami o podłożu genetycznym. Pacjenci ze szczególnymi potrzebami mogą uzyskać wniosek od lekarza rehabilitacji na zakup sprzętu rehabilitacyjnego do zastosowania w domu: fotelików korekcyjnych, wózków dziecięcych, pionizatorów i różnego rodzaju ortez (fot. 5).

Środowiskowe uwarunkowania mogą wspierać rozwój dziecka. Najczęściej doradzamy opiekunom, jak nosić i układać dzieci, aby nie przeciążać organizmu zbyt wczesnym sadzaniem lub stawianiem i nie doprowadzić do asymetrii postawy (fot. 6).

Kiedy rodzice stosują się do naszych instrukcji, szybko dostrzegają nowe umiejętności dziecka. Staramy się przekazać im swoją wiedzę w podstawowym zakresie, aby mogli niektóre ćwiczenia powtarzać z dziećmi w domu.

Bezpieczna przestrzeń i odpowiednie bodźce wokół dziecka pomagają maluchowi poprzez ruch zdobywać nowe doświadczenia i realizować najważniejsze potrzeby: poznawania świata, rozwoju relacji społecznych, uczenia się.

Tekst i zdjęcia 2–6:  
**JOANNA RUSSEK**



Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Lecznictwa Otwartego  
Warszawa-Zoliborz, ul. Szajnochy 8, 01-637 Warszawa  
www.spzzlo.pl

Realizator Programu Promocji Zdrowia



## AKTYWNY SENIOR 60+

bezpłatna gimnastyka i relaks

Przychodnia  
Szajnochy 8  
poniedziałek i środa  
godz. 10.45  
godz. 18.15

Przychodnia  
Elbląska 35  
wtorek i czwartek  
godz. 16.00  
godz. 17.00

Zapisy w godz. 12.00–15.00

**796 858 084**

Program finansowany ze środków m.st. Warszawy

## PROGRAM ZDROWOTNY



w zakresie  
ponadpodstawowych  
programów terapeutycznych  
kierowanych **do osób  
uzależnionych od alkoholu,  
z uzależnieniem mieszanym  
oraz ich rodzin**  
REALIZOWANY W

## OŚRODKU TERAPII UZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU

w przychodni przy  
ul. Żeromskiego 13  
tel. **22 663 54 39**



## BADANIA PROFILAKTYCZNE FINANSOWANE PRZEZ NARODOWY FUNDUSZ ZDROWIA



### PROGRAM PROFILAKTYKI CHOROÓB ODTYTONIOWYCH (W TYM POCHP) – etap podstawowy

Osoby powyżej 18 lat, zwłaszcza w wieku 40-65 lat, ubezpieczone w NFZ, palące papierosy oraz byli palacze, którzy nie mieli wykonywanych badań spirometrycznych w ramach programu profilaktyka POChP w ciągu ostatnich 36 miesięcy, u których wcześniej nie zdiagnozowano w sposób potwierdzony przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (lub przewlekłego zapalenia oskrzeli lub rozedmy).

**BADANIA SĄ WYKONYWANE w Przychodniach  
Klaudyny, Kleczewska, Kochanowskiego, Łomianki,  
Szajnochy, Żeromskiego**

### PROGRAM PROFILAKTYKI GRUŻLICY

Program kierowany jest do dorosłych (zgłoszonych do pielęgniarki POZ), u których nie rozpoznano wcześniej gruźlicy, a zwłaszcza do osób, które miały bezpośredni kontakt z chorymi na gruźlicę, a także osób, u których stwierdza się przynajmniej jedną z przyczyn ryzyka (bezrobotnych, niepełnosprawnych, obciążonych długotrwałą chorobą, obciążonych problemem alkoholowym lub narkomanią i bezdomnych).

**BADANIA SĄ WYKONYWANE WE WSZYSTKICH PRZYCHODNIACH  
z wyjątkiem Przychodni Kochowskiego**

### BADANIA CYTOLOGICZNE

Panie w wieku 25-59 lat, ubezpieczone w NFZ, które nie uczestniczyły w programie „Profilaktyka raka szyjki macicy” w ostatnich 3 latach lub otrzymały pisemne wskazanie do następnego badania za 12 miesięcy.  
Badania przeprowadzane są raz na 3 lata.

**PROFESJONALNE POŁOŻNE WYKONUJĄ BADANIA W PRZYCHODNIACH:  
Elbląska, Kleczewska, Kochanowskiego, Łomianki, Sieciechowska, Szajnochy, Wrzeciono, Żeromskiego**

### PROGRAM PROFILAKTYKI UKŁADU KRĄŻENIA

Osoby w wieku 35, 40, 45, 50 oraz 55 lat, ubezpieczone w NFZ, obciążone czynnikami ryzyka, u których nie została dotychczas rozpoznana choroba układu krążenia - w ramach programu „Profilaktyka chorób układu krążenia. Programem mogą być objęte osoby, które nie wykonywały badań przewidzianych programem w ciągu ostatnich 5 lat.

**BADANIA SĄ WYKONYWANE WE WSZYSTKICH PRZYCHODNIACH  
z wyjątkiem Przychodni Kochowskiego**

### BADANIA MAMMOGRAFICZNE

Panie w wieku 50-69 lat, ubezpieczone w NFZ - w ramach programu „Profilaktyka raka piersi”. Programem mogą być objęte kobiety, które nie wykonywały mammografii w ciągu ostatnich 2 lat oraz nie miały zdiagnozowanych zmian nowotworowych w piersi.

**UWAGA! BADANIA MAMMOGRAFICZNE  
SĄ WYKONYWANE w Przychodni Szajnochy  
– pracownia RTG**

**ZAPRASZAMY NA BEZPŁATNE BADANIA PROFILAKTYCZNE**

## MEDAL DLA KIEROWNIKA DZIAŁU INFORMATYKI SPZZLO WARSZAWA-ŻOLIBORZ

22 lutego 2019 roku w Mazowieckim Urzędzie Wojewódzkim w Warszawie wicewójewoda mazowiecki Artur Standowicz wręczył państwowe odznaczenia cywilne. Wśród odznaczonych znalazł się Kamil Mazurek, kierownik Działu Informatyki, który otrzymał Brązowy Medal za Długoletnią Służbę na rzecz SPZZLO Warszawa-Żoliborz.

Jego zaangażowanie oraz profesjonalizm przyczyniły się w znacznym stopniu do z informatyzowania naszego zakładu, który zyskał nowoczesną, wydajną i bezpieczną infrastrukturę sieciowo-serwerową. Dzięki solidnym fundamentom można było wdrożyć nowoczesne, kompleksowe systemy medyczne, obsługujące elektroniczną dokumentację medyczną oraz wspomagające personel medyczny w wykonywaniu codziennych obowiązków.

Działania objęły także koordynację prac związanych z utrzymaniem systemu medycznego HIS/AIS, RIS/PACS, LIS w gabinetach lekarskich, pracowniach oraz rejestracjach (12 lokalizacji, ok. 500 osób personelu medycznego), utrzymanie środowisk sprzętowo-systemowych w strukturze rozproszonej – 12 lokalizacji (LAN, WAN, serwery, komputery, oprogramowanie, kopie bezpieczeństwa itp.) oraz organizowanie zakupu sprzętu, oprogramowania i serwisu w ramach współpracy z Działem Zamówień Publicznych w zakresie dokumentacji przetargowej.



Od lewej: Kamil Mazurek, wicewójewoda mazowiecki Artur Standowicz, dyrektor SPZZLO Małgorzata Zaława-Dąbrowska

Pan Kamil Mazurek ukończył także liczne autoryzowane szkolenia podnoszące jego kompetencje zawodowe.

Odnaczenie dla kierownika Działu Informatyki, będące niezależnym potwierdzeniem skuteczności działań w zakresie informatyzacji dużego zakładu opieki zdrowotnej, stanowi również wyróżnienie dla SPZZLO Warszawa-Żoliborz.

Anita Karykowska

**Dyrekcja SPZZLO  
Warszawa-Żoliborz informuje  
o dwóch nieruchomościach  
przy ul. Żeromskiego 13  
przeznaczonych do wynajęcia:**

- **o powierzchni 286,07 m<sup>2</sup>**  
(parter 213,87 m<sup>2</sup>, piwnica 72,20 m<sup>2</sup>) – dostosowanie pomieszczeń i wyposażenie w zakresie najemcy,
- **o powierzchni 185,86 m<sup>2</sup>**  
(parter) – lokal przystosowany do prowadzenia poradni dla dzieci.

**Oba lokale,**  
stanowiące niezależną całość  
z osobnym wejściem,  
**można wynająć na 3 lata.**

**Zainteresowanych prosimy  
o kontakt pod  
nr tel. 22 833 70 15**



### SZANOWNY PACJENCIE!

Jeśli chcesz otrzymywać e-mailem lub SMS-em **informacje elektroniczne** od SPZZLO Warszawa-Żoliborz, wypełnij **formularz zgód**, dostępny we wszystkich punktach rejestracji pacjentów w naszej jednostce.

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY DO KORZYSTANIA Z USŁUG**

### PORADNI STOMATOLOGICZNEJ

**W PRZYCHODNI PRZY UL. KOCHANOWSKIEGO 19**

Czekają na Państwa lekarze stomatolodzy:  
Małgorzata Boczoń-Cieślak, Mariola Kapica-Ziomek,  
Lidia Kubacka, Beata Skalska, Karol Witkowski



**REJESTRACJA TELEFONICZNA 22 633 10 11, 664 943 678**

# MEZOPOTAMSKA OPIEKA MEDYCZNA



Fragment steli z Kodeksem Hammurabiego  
– bóg Szamasz wręcza Hammurabiemu  
insygnia władzy królewskiej

Osiągnięcia starożytnych mieszkańców doliny Tygrysu i Eufratu to nie tylko spektakularne budownictwo sakralne (ceglane zigguraty), wynalazek koła, system nawadniania pól uprawnych oraz zaawansowana matematyka (w tym wprowadzenie sześćdziesiątkowego systemu liczbowego) i astronomia, ale również pierwociny medycyny, mocno jeszcze związanej z rytuałami magicznymi i politeistycznymi wierzeniami, oraz wyodrębnienie się z kasty kapłańskiej zawodu lekarza.

## SUMERYJSKA PRAOJCZYNA LEKARZY

Starożytni Sumerowie zamieszkiwali południową część obecnego terytorium Iraku, prowadząc osiadły tryb życia i zajmując się głównie hodowlą, rolnictwem i rzemiosłem. Nie stworzyli scentralizowanego państwa, a jedynie system miast-państw, w tym m.in. Eridu, Ur, Uruk, Lagasz, Umma, Kisz oraz Sippar. Każdym miastem zarządzał król, pełniący

Międzyrzecze (gr. *Μεσοποταμία*), starożytna kraina na Bliskim Wschodzie leżąca w dorzeczu Tygrysu i Eufratu, to według aktualnej wiedzy archeologów kolebka ludzkiej cywilizacji. To tutaj legendarni Sumerowie opracowali pismo klinowe, pierwszy w historii system zapisu języka mówionego, Akadyjczyk Sargon Wielki stworzył jedno z pierwszych imperiów w dziejach, a Babilończyk Hammurabi zlecił spisanie słynnego zbioru praw, znanego do dziś jako Kodeks Hammurabiego.

równocześnie funkcję najwyższego kapłana.

Mieszkańcy Sumeru wierzyli, że choroby dotyczą nie tylko ludzi, ale i obdarzonych ludzkimi cechami bogów. W mitach bogowie skarżą się często na choroby, ból i cierpienie. Pierwszymi sumeryjskimi lekarzami byli kapłani. Amerykański antropolog Carleton Coon podzielił ich na dwie kategorie: wróżbitów oraz uzdrowiaczy. Wróżbici ustalali przyczyny chorób na podstawie lotu ptaków lub wyglądu

wątroby zwierząt ofiarnych. Gdy udało się zidentyfikować przyczynę problemów, do działania przystępowali uzdrowiacze i wypowiadali odpowiednie zaklęcia oraz odprowadzali egzorcyzmy. Z biegiem czasu spośród uzdrowiaczy zaczęli się wyodrębniać praktycy, stosujący oprócz magii lekarstwa oraz zabiegi medyczne, w tym operacje chirurgiczne.

Brytyjski archeolog Leonard Woolley podczas wykopalisk w Ur odnalazł najstarszą „wizytówkę” lekarską, czyli pochodzącą z I poł. III tysiąclecia p.n.e. tabliczkę klinową z lapidarnym tekstem LU-LU A-ZU, oznaczającym 'Lulu, znawca wody/oleju'. Termin *azu* lub *ia-zu*, czyli lekarz, oznaczał 'człowieka, który zna wodę (lub oliwę)', ponieważ pierwotnie medykami byli wróżbici wieszczący na podstawie obserwacji wody/oliwy (lekanomancja). Z kolei w mieście Lagasz odkryto pieczęć w kształcie walca z wizerunkiem brodatego bóstwa oraz inskrypcją: *O boże Edinmugi, namiestniku boga Gir, który pomaga rodzycym matkom zwierząt, Urlugaledinna, lekarz, jest twoim sługą*. Część badaczy przypuszcza, że ów Urlugaledinna był ginekologiem i że dowodzi to specjalizacji wśród sumeryjskich lekarzy.

Patronką lekarzy była bogini Baba, córka Boga-Niebo ojca wszystkich bogów Anu, określana jako wielka lekarka <czarnogłowych> (czyli Sumerów), która utrzymuje ludzi przy życiu, która stworzyła ludzi (...) która wino i piwo przygotowuje. W najstarszym znanym podręczniku medycyny, czyli pochodzącej z około 2200 roku p.n.e. sumeryjskiej tabliczce z Nippur spisano piętnaście recept, które można podzielić na trzy kategorie w zależności od sposobu stosowania leku. W pierwszej grupie znajduje się osiem przepisów na leki stosowane w postaci okładów, w drugiej – trzy przepisy na leki przeznaczone do użytku wewnętrznego oraz cztery recepty na pewną formę zabiegów z użyciem sitowia. Warto podkreślić, iż sumeryjskie medykamenty składają się głównie ze składników roślinnych i mineralnych, choć nie brakowało w nich również ingrediencji szokujących dla współczesnej farmakologii, takich jak choćby odchody nietoperza.

Według Sumerów za choroby i śmierć w dużej mierze winę ponosiły demony spłodzone przez boga Anu z Boginią-Ziemią Ki, które potrafiły dokuczać nie tylko ludziom, ale i samym bogom. Różne demony zarządzały różnymi chorobami. Demon

Dimmea powodował dreszcze, czynił ciało człowieka żółtym, twarz jego żółtą i czarną i nawet czarną czynił nasadę jego języka. Demon Ala powodował choroby jamy ustnej i uszu, Azag suchoty. Pacjenci w intencji wyzdrowienia składali ofiary, płacili również za wizyty oraz leki. Opłaty prawdopodobnie były dość wysokie.

## MEDYCZNA WIEŻA BABEL

Królestwo Babilonii powstało ok. 1894 r. p.n.e. na terenie Mezopotamii, osiągając największy zasięg terytorialny i znaczenie gospodarcze w okresie panowania słynnego Hammurabiego. Herodot, opisując w swoich „Dziejach” Babilonię z V wieku p.n.e., odniósł się do sytuacji zdrowotnej Babilończyków, stwierdzając, że *chorych wynoszą na rynek, bo nie mają lekarzy. Jeżeli ktoś już sam podobne miał cierpienie (...) wtedy przystępuje do chorego i udziela mu rady*. Nie jest to prawdą, ponieważ od końca III tysiąclecia na terenie Mezopotamii praktykowali lekarze. Babilońska medycyna pozostawała pod opieką bogini uzdrawiania Guli, „Pana Lekarzy” Ninazu oraz Ningszida, który postuluje się jako atrybutem różdżką ze splecionymi wężami, symbolem sztuki lekarskiej przetrwałym do dziś w postaci trochę zmienionej, czyli laski Eskulapa.

Liczne odkryte babilońskie teksty medyczne dzielimy na dwie kategorie. W pierwszej mieszczą się opisy symptomów chorób, w drugiej – wykazy recept, jednakże podział na podzbiory nie był rygorystyczny. Chorego leczono albo za pomocą racjonalnych działań lekarskich, albo zaklęć magicznych w celu wypędzenia demonów. Tabliczki pochodzące z późniejszych czasów, czyli lat 721–453 p.n.e., ale stanowiące prawdopodobnie kopie wcześniejszych

opracowań, opublikowane przez francuskiego asyrologa Rene Labata, omawiają symptomy chorób, grupując je według różnych części ciała, oraz zawierają prognozy przeżycia osoby cierpiącej na daną chorobę. Oto przykłady diagnoz lekarskich: *Jeżeli jego czoło jest białe, choroba będzie długa, ale człowiek ten wyzdrowieje; Jeżeli chory zgrzyta zębami i dygocą mu ręce i nogi, jest to ręka boga Sina, umrze; Jeżeli ciało człowieka jest żółte, twarz żółta, oczy żółte, a mięśnie zwiotczałe, jest to żółtaczka; Jeżeli chorego ogarnia smutek, gardło ma ściśnięte, jeśli spożywane jedzenie i wypita woda nie służą mu, jeśli powiada: „O, moje serce” i nie przestaje wdychać, choruje na chorobę miłości*.

Medycyna babilońska, podobnie jak jej poprzedniczka z Sumeru, stanowiła konglomerat praktyk magicznych oraz obserwacji praktycznych. Podczas jednego z rytuałów – wstrząsających dla współczesnego odbiorcy – wyrywano serce koźliciu i jeszcze drgające wkładano w dłoń chorego, przy jednoczesnym odmawianiu zaklęć. Stosowano także leki stanowiące połączenie różnych składników pochodzenia roślinnego i mineralnego: *Po utłuczeniu w móżdżerze korzeni (konkretnych roślin) razem z wysuszoną smołą rzeczną i zalaniu tego piwem i po natarciu (boliącego miejsca) oliwą, zastosujesz (miksaturę) jako okład. Oprócz maści i okładów stosowano również inhalacje ze składników roślinnych, zaparzanyc w oliwie, piwie, zsiadłym mleku: Przygotuj wielki gar, posmaruj ścianki pszennym ciastem, zagotuj (w nim) odwar nad ogniem, włóż trzciniową rurkę, niech wdycha parę tak, by uderzyła o płucą, a wyzdrowieje*.

Z tekstów medycznych jasno wynika, że Babilończycy nie mieli rozległej



Częściowo zrekonstruowany ziggurat (świątynia) w Ur

wiedzy anatomiczno-fizjologicznej. Nie znali funkcji większości organów wewnętrznych, traktując je jako siedlisko różnych uczuć, np. ucho – rozumu, a serce – inteligencji twórczej. Zakaz przeprowadzania sekcji ludzkich zwłok utrudniał pogłębienie wiedzy anatomicznej. Przypadkowych obserwacji dokonywano jedynie podczas rytuału wróżenia z organów zwierząt, np. wątroby lub płuc. Rozwój chirurgii był zatem ograniczony, choć niewykluczony. O istnieniu babilońskich lekarzy chirurgów świadczą opłaty za ich usługi, wymienione w Kodeksie Hammurabiego: *Jeśli lekarz zrobi pełnoprawnemu obywatelowi nożem z brązu ciężką operację i (...) uzdrowi go (...), weźmie dziesięć szekli srebra. Mniej płaćli pacjenci wywodzący się z niższej klasy społecznej. Wykonywanie tego zawodu wiązało się z pewnym ryzykiem, bo chirurgowi, który spowodował śmierć lub ślepotę „pełnoprawnego obywatela”, ucinano rękę. Prawdopodobnie jednym z częściej wykonywanych zabiegów chirurgicznych było usuwanie zaćmy.*

## ASYRYJCZYK TEŻ LEKARZ

Asyria to starożytne państwo semickie w północnej części Mezopotamii, istniejące od 2. połowy III tysiąclecia p.n.e. do 1. połowy I tysiąclecia p.n.e. W jego dziejach czołową rolę odegrały podboje militarne. Jednakże Asyryjczycy to nie tylko waleczni i okrutni wojownicy, ale również twórcy sztuki, którzy kulturotwórczo oddziaływali na sąsiadów i spadkobierców. Charakterystyczną cechą pałaców w Niniwie oraz Kalchu były czworoboczne płyty z kamienia, zwane ortostatami, którymi wykładano i zdobiono dolne części ścian. Płyty były pokryte płaskorzeźbami o różnorodnej tematyce, w tym słynnymi scenami polowań, które do dziś robią ogromne wrażenie na oglądających (np. słynny relief przedstawiający ranną lwicę z Muzeum Brytyjskiego). Asyryjskie reliefy charakteryzuje naturalizm, poparty znajomością anatomii zwierząt, przejrzystość kompozycji oraz realistyczne wyobrażenie ruchu.

Asyryjczycy przyczynili się również do pogłębienia naszej wiedzy na temat starożytnej medycyny. Biblioteka odkryta przez asyrologa Hormuzda Rassama na terenie pałacu króla Assurbanipala w Niniwie (współczesny Kujundżyk) z VII w. p.n.e. zawierała ok. 20 tys. tabliczek glinianych, w tym oficjalnych kronik, dokumentów administracyjnych, dzieł literackich, religijnych (m.in. epos o Gilgameszu) i nau-

kowych (z zakresu prawa, historii, astronomii, matematyki) oraz ok. 800 tabliczek z traktatami medycznymi. Podobno asyryjska biblioteka zainspirowała Aleksandra Wielkiego do stworzenia słynnego księgozbioru w egipskiej Aleksandrii.

Asyryjska medycyna, podobnie jak poprzedniczki, stanowiła konglomerat nauki z wierzeniami, w tym lękiem przed demonami, przed których negatywnym wpływem chroniły ofiary i zaklęcia. Asyryjskie tabliczki gliniane zachowały opisy chorób, recepty oraz pojęcia anatomiczne. Ważny przyczynek do historii medycyny asyryjskiej stanowi odkryta w mieście Kalchu (biblijne Kalach) korespondencja cierpiącego na reumatoidalne zapalenie stawów (gościec) króla Asarhaddona z nadwornym lekarzem. Władca skarżył się swojemu kapłanowi Marduk-Shankinshumowi, że ma porażone ręce i nogi, nie może otworzyć oczu oraz trawi go gorączka. Królewski lekarz Arad-Nana nie mieszkał w Kalchu, ale pojawiał się od czasu do czasu na dworze oraz wysyłał zalecenia medyczne na piśmie. Jego odpowiedzi na królewskie żale zawierały szczegółowe wytyczne: *Mój pan i król mówią stale: „Ty nie poznajesz istoty mojej choroby i nie doprowadzasz do jej wyleczenia!”. Już wcześniej mówiłem królowi: „Jego choroby reumatycznej nie miałbym rozpoznać?” (...) W tej chwili wystatem opieczętowany list (...) Choroba znajduje się we krwi. Królowi należy dostarczyć korzeni lukrecji (...) Tak jak to dwukrotnie już się zdarzyło, król powinien być silnie masowany (...) natychmiast wystąpią u niego silne poty... Posyłam królowi roztwór... należy mu go położyć na karku.*

Jednak stan zdrowia Asarhaddona stale się pogarszał i zrozpaczony król

zarzucił lekarzowi, że jego przodkowie byli lepiej leczeni. Odpowiedź Arad-Nana brzmiała: *Odnosię do polecenia mego pana i króla wyjawienia mu prawdziwej diagnozy... Moją diagnozę określiłem jednym słowem: zapalenie! On, którego głowa, ręce i nogi są w stanie zapalnym, zawdzięcza swą chorobę stanowi swoich zębów. Zęby mego pana muszą być usunięte. To jest przyczyna jego wewnętrznego stanu zapalnego. Bóle zaraz ustąpią i stan jego będzie zadowolający.*

Po śmierci króla Arad-Nana został nadwornym lekarzem jego matki oraz dwóch młodszych chorowitych synów, księcia Aszurmukinpalu oraz Aszuretilszamersitiuballitsu, który cierpiał na uporczywe krwotoki z nosa.

Co prawda, mezopotamska medycyna wydaje się mniej zaawansowana naukowo i mocniej ograniczona wierzeniami i rytuałami magicznymi niż lecznictwo nad Nilem, jednakże powtórzmy: opinia Herodota, jakoby mieszkańcy Międzyrzecza nie posiadali lekarzy i musieli leczyć się sami, mija się z prawdą. Medycy działali już w III tysiącleciu p.n.e. i dysponowali ograniczoną wiedzą lekarską, którą stosowali, czasami ze skutkiem pozytywnym, w praktyce.

**Anita Karykowska**

Zdjęcia: Wikimedia Commons

### Bibliografia

Bielecki M., *Zapomniany świat Sumerów*, Warszawa 1973, PIW.

Saggs H. W. F., *Wielkość i upadek Babilonii*, Warszawa 1973, PIW.

Thorwald J., *Dawna medycyna, jej tajemnice i potęga. Egipt, Babilonia, Indie, Chiny, Meksyk, Peru*, Wrocław 1990, Ossolineum.



Ranna lwica – relief asyryjski, obecnie w zbiorach Muzeum Brytyjskiego





## REHABILITACJA bez skierowania

- Porady lekarskie
- Kinezyterapia
- Masaże
- Fizykoterapia
- Kinesiotaping
- Inne

 **ZAPISY I CENNIK**

**532 414 541, 22 751 10 55**



SPZZLO Warszawa-Żoliborz, ul. Szpitalna 6 - Łomianki  
www.spzzlo.pl



**POZBAŹ SIĘ BÓLU**

- Kolonoskopia
- Gastroskopia
- Poradnie Specjalistyczne

 **22 833 00 00**

- Tomografia dna oka (OCT)
- USG oka
- Zabiegi laserowe w jaskrze i chorobach siatkówki



**PRZEJRZYJ NA OCZY**

Cennik usług na stronie [www.spzzlo.pl](http://www.spzzlo.pl)  
- zakładka „Cennik i oferty specjalne”.



SPZZLO Warszawa-Żoliborz, ul. Kludyń 26 B - Warszawa  
www.spzzlo.pl

## KRZYŻÓWKA Z HASŁEM

W poprzednim numerze hasło krzyżówki brzmiało: MUZEALNICTWO.

Nagrodę za prawidłowe rozwiązanie wylosowała pani Małgorzata Michalewicz. Gratulujemy!

WSZYSTKIE ROZWIĄZANIA (wystarczy hasło) krzyżówki zamieszczonej w bieżącym numerze nadesłane do naszej redakcji (również na adres e-mail: zdrowie.pacjenta@spzlo.pl) do 30 maja 2019 r. wezmą udział w losowaniu

### ZAPROSZENIA NA BEZPŁATNE BADANIE OCT

w Poradni Okulistycznej w przychodni przy Kludyny 26 B. Prosimy o podanie informacji kontaktowych, w tym numeru telefonu.

### OPTYCZNA KOHERENTNA TOMOGRAFIA DNA OKA OCT

to jedna z najnowocześniejszych metod diagnostycznych, wykorzystujących skaning optyczny.

Nieinwazyjne badanie niezbędne w diagnostyce chorób siatkówki, szczególnie ważne w diagnostyce zmian chorobowych w obrębie dna oka, tzw. plamki żółtej. Wskazania do wykonania badania OCT:

- zmiany cukrzycowe w siatkówce oka,
- otwór w plamce,
- obrzęk plamki,
- jaskra,
- nowotwory.



1. Za jej odkrywcę uważa się brytyjskiego fizyka teoretyka Paula Diraca

2. ... wybuch – model ewolucji Wszechświata

3. Nauka o dziedziczności i zmienności organizmów

4. Stephen ... – słynny brytyjski astrofizyk, kosmolog, fizyk teoretyczny

5. Zespół genów osobniczych

6. Niepodzielna podstawowa cząstka materii

7. Kwas ... – pełniący rolę nośnika informacji genetycznej organizmów żywych

8. Ogólna teoria ... – najważniejsze dzieło Alberta Einsteina

9. Zajmuje się badaniem najbardziej fundamentalnych i uniwersalnych właściwości oraz przemian materii i energii

10. Podstawowa jednostka dziedziczności

11. Czarna ... – otacza ją horyzont zdarzeń

12. Gregor Johann ... – opat zakonu augustianów w Brnie na Morawach, prekursor genetyki

13. Jules Henri ... – francuski matematyk, fizyk, astronom i filozof nauki

14. Porcja energii, jaką może pochłonąć lub jaką może przekazać układ w pojedynczym akcie oddziaływania z innym układem

15. Charles ... – twórca teorii ewolucji

## Redakcja „Zdrowia Pacjenta” zaprasza

**DZIECI I MŁODZIEŻ SZKOLNĄ**

DO UDZIAŁU W KONKURSIE PLASTYCZNYM:

**Nie bój się szczepienia,  
niewiele masz do stracenia!  
Szczepionka twoją odporność stymuluje,  
do walki z drobnoustrojami  
organizm szykuje.**



- Konkurs skierowany jest do dzieci i młodzieży ze szkół podstawowych i średnich.
- Każdy uczestnik może zgłosić jedną pracę wykonaną w formacie bloku rysunkowego, dowolną techniką.
- Do pracy należy dołączyć kartkę z następującymi danymi: imię i nazwisko autora, wiek, telefon kontaktowy, miejsce zamieszkania, nazwa i adres szkoły.

Prace prosimy przynosić lub przysyłać na adres: SPZZLO Warszawa-Żoliborz,  
ul. Szajnochy 8, 01-637 Warszawa, Dział Marketingu. Na kopercie należy umieścić dopisek:  
Konkurs „Nie bój się szczepienia, niewiele masz do stracenia!”.



**Na prace czekamy do 14 maja 2019 roku.**

Wybrane nagrodzone prace opublikujemy  
w kwartalniku „Zdrowie Pacjenta”.



**Na zwycięzców czekają atrakcyjne nagrody,  
ufundowane przez Urząd Miasta Stołecznego Warszawy!**

Uwaga! Uczestnictwo w konkursie jest równoznaczne z wyrażeniem zgody na przetwarzanie danych osobowych uczestników, dołączonych do pracy plastycznej, w zakresie niezbędnym do przeprowadzenia konkursu, zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz.U. z 2002 r., nr 101, poz. 926 z późniejszymi zmianami).

## Zapraszamy Panie w 5–7 miesiącu ciąży



wraz z osobą towarzyszącą  
na nieodpłatne zajęcia w

## SZKOLE RODZENIA

**TERMIN ZAJĘĆ:** wtorki, środy lub czwartki – godz. 17.00 – 20.00

**MIEJSCE:** Przychodnia przy ul. Elbląskiej 35

Potrzebne jest zaświadczenie od ginekologa położnika  
o braku przeciwwskazań do zajęć gimnastycznych.



**Informacje i zapisy:**

**22 835 32 14**

**ZAJĘCIA FINANSOWANE PRZEZ M.ST. WARSZAWĘ**

[szkolarodzenia@spzzlo.pl](mailto:szkolarodzenia@spzzlo.pl)

**Do uczestnictwa  
w tym programie uprawnione  
są kobiety ciężarne:**

- posiadające zaświadczenie o zameldowaniu na pobyt stały na terenie m.st. Warszawy
- posiadające zaświadczenie o zameldowaniu na pobyt czasowy na terenie m.st. Warszawy
- przebywające w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub w innej placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z którą m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę
- rozliczające podatek dochodowy od osób fizycznych w urzędzie skarbowym na terenie m.st. Warszawy.



# Czy wybrali Państwo swojego lekarza POZ?

## ZAPRASZAMY DO NASZYCH PRZYCHODNI!

Infolinia: 22 11 66 800

### PRZYCHODNIA SZAJNOCHY

01-637 Warszawa  
ul. Szajnochy 8

Centrum Obsługi Pacjenta  
22 833 14 71 do 75

Rejestracja POZ dorośli 22 832 44 35

Rejestracja POZ dzieci 22 833 58 85

Rejestracja Specjalistyczna  
22 833 58 80, 784 476 641

Poradnia Ginekologiczno-Położnicza  
22 864 01 84

- Poradnia POZ
- Poradnia Neurologiczna
- Poradnia Gruźlicy i Chorób Płuc
- Poradnia Chirurgii Ogólnej
- Poradnia Chirurgii Ogólnej dla Dzieci
- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza
  - Poradnia Dermatologiczna
  - Poradnia Kardiologiczna
  - Poradnia Stomatologiczna
  - Poradnia Reumatologiczna
  - Poradnia Urologiczna
- Poradnia Rehabilitacji i Fizykoterapii
  - Poradnia Osteoporozy
  - Poradnia Onkologiczna
  - Poradnia Ortopedyczna
- Ośrodek Rehabilitacji Diennej
- Pracownia Diagnostyki Laboratoryjnej
- Pracownia RTG, Mammografii, EKG, USG, KTG
- Pracownia Densytometrii

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna  
22 832 44 36

soboty, niedziele i święta – całą dobę  
poniedziałek-piątek – 18.00-08.00

### PRZYCHODNIA SPECJALISTYCZNA DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

01-574 Warszawa  
ul. Kochowskiego 4

Rejestracja 22 839 47 36:

- Poradnia Alergologiczna dla Dzieci i Dorosłych
- Poradnia Dermatologiczna dla Dzieci
- Poradnia Kardiologiczna dla Dzieci
  - Poradnia Okulistyczna dla Dzieci
- Poradnia Otolaryngologiczna dla Dzieci
- Pracownia Perymetrii Komputerowej
  - Pracownia EKG
  - Pracownia USG – echo serca
- Rejestracja 22 839 38 13:
  - Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży
  - Poradnia Psychologiczna
  - Poradnia Logopedyczna
- Rejestracja 22 839 13 48:
  - Poradnia Stomatologiczna
  - Poradnia Ortodontyczna

### PRZYCHODNIA ŻEROMSKIEGO

01-887 Warszawa  
ul. Żeromskiego 13

Rejestracja POZ

22 834 24 31, 784 406 562

- Poradnia POZ (dorośli)
- Poradnia Diabetologiczna  
22 864 37 27
- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza  
22 834 24 32
- Pracownia EKG • Punkt pobrań krwi
  - Ośrodek Terapii Uzależnienia od Alkoholu: Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia
  - Oddział Dzienny Terapii Uzależnienia od Alkoholu 22 663 54 39

Pracownia Tomografii Komputerowej i Rezonansu Magnetycznego  
22 697 05 10/11, 664 940 746

### PRZYCHODNIA KLECZEWSKA

01-826 Warszawa  
ul. Kleczewska 56

Rejestracja ogólna 22 834 83 28

Rejestracja Poradni Pediatrycznej  
22 834 17 31

- Poradnia POZ
- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza
- Poradnia Rehabilitacji i Fizykoterapii dla Dorosłych
  - Pracownia EKG, USG
  - Punkt pobrań krwi

### PRZYCHODNIA FELIŃSKIEGO

01-513 Warszawa,  
ul. Felińskiego 8

Rejestracja 22 839 24 40, 22 839 47 14  
POZ (dorośli) 784 402 091

- Poradnia POZ • Pracownia EKG
- Punkt pobrań krwi

Poradnia Stomatologiczna dla dzieci i dorosłych  
798 118 283

### PRZYCHODNIA WRZECIONO

01-961 Warszawa  
ul. Wrzeciono 10c

Centrala 22 835 30 01

Rejestracja ogólna 22 835 32 14  
POZ 784 491 672

Rejestracja (dzieci) 22 835 32 15  
• Poradnia POZ

- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza
- Pracownia EKG • Punkt pobrań krwi

### PRZYCHODNIA ŁOMIANKI

05-092 Łomianki  
ul. Szpitalna 6

Rejestracja 22 751 10 55, 728 829 413

- Poradnia POZ – dzieci i dorośli
- Poradnia Stomatologiczna 692 420 988
- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza  
22 751 70 82
- Pracownia EKG • Punkt pobrań krwi

### PRZYCHODNIA KOCHANOWSKIEGO

01-864 Warszawa  
ul. Kochanowskiego 19

Centrala 22 633 10 11,

Rejestracja ogólna 22 633 06 14

Rejestracja POZ dzieci  
22 633 06 08

- Poradnia POZ
- Poradnia Otolaryngologiczna
- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza
- Poradnia Rehabilitacji i Fizykoterapii dla Dorosłych
  - Poradnia Stomatologiczna
  - Poradnia Okulistyczna
    - Punkt pobrań krwi
  - Pracownia Angiografii
- Pracownia Perymetrii Komputerowej
- Pracownia EKG • Pracownia USG (ginekologiczne, pediatryczne i jamy brzusznej)

PORADNIA MEDYCYNY PRACY  
22 633 48 34

### PRZYCHODNIA CONRADA

01-922 Warszawa  
ul. Conrada 15

Rejestracja 22 663 21 54

- Poradnia POZ (dorośli)
- Pracownia EKG • Punkt pobrań krwi

### PRZYCHODNIA ELBŁĄSKA

01-737 Warszawa  
ul. Elbląska 35

Rejestracja ogólna 22 633 42 77  
POZ 784 474 218

Rejestracja Poradni Zdrowia  
Psychicznego 22 669 09 66

- Poradnia POZ – dzieci i dorośli
- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza
- Centrum Zdrowia Psychicznego
- Poradnia Zdrowia Psychicznego
- Dzienny Ośrodek Psychogeriatryczny
  - Poradnia Geriatryczna
  - Oddział Dzienny Rehabilitacji
- Dział Fizjoterapii • Pracownia EKG
- Punkt pobrań krwi

### PRZYCHODNIA KLAUDYNY

01-684 Warszawa  
ul. Klauudy 26 B

Rejestracja 22 833 00 00

- Poradnia POZ – dzieci i dorośli
- Pracownia EKG • Punkt pobrań krwi

### PRZYCHODNIA SIECIECHOWSKA

01-928 Warszawa  
ul. Sieciechowska 4

Centrala: 22 561 57 60, 22 561 57 62,  
22 561 57 72

- Poradnia POZ – dzieci i dorośli
- Poradnia Ginekologiczno-Położnicza
  - Poradnia Reumatologiczna
  - Poradnia Neurologiczna
  - Poradnia Kardiologiczna
  - Pracownia EKG