



SAMODZIELNY PUBLICZNY
ZESPÓŁ ZAKŁADÓW
LECZNICTWA OTWARTEGO
WARSZAWA-ZOLIBORZ

Zdrowie Pacjenta

Nr 3 (50) JESIEŃ 2017



**OCHRONA ZDROWIA
NA XXVII FORUM
EKONOMICZNYM
W KRYNICY**

DZIECI I DDA





PRACOWNIA TOMOGRAFII KOMPUTEROWEJ ORAZ REZONANSU MAGNETYCZNEGO

w przychodni przy ul. Żeromskiego 13
tel. 22 697 05 10, 664 940 746



zaprasza na badania
tomografii i rezonansu

- ✓ NOWOCZESNA OSŁONA ZMNIEJSZAJĄCA Dawkę PROMIENIOWANIA
- ✓ BADANIE DUŻYCH OBSZARÓW CIAŁA PRZY RÓWNOCZESNYM ZACHOWANIU NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI
- ✓ BADANIA WYKONYWANE W KRÓTKIM CZASIE BEZ KONIECZNOŚCI ZMIANY POZYCJI CIAŁA PRZEZ PACJENTA ORAZ BEZ ZMIANY CEWEK

Cennik dostępny na stronie www.spzzlo.pl

KONKURENCYJNE CENY • DOGODNY DOJAZD • KRÓTKIE TERMINY

PROGRAM ZDROWOTNY

Program zdrowotny obejmujący ponadpodstawową opiekę terapeutyczną osoby uzależnione i współuzależnione, dorosłe dzieci alkoholików, osoby doświadczające i stosujące przemoc

realizowany

w **Ośrodku Terapii Uzależnienia od Alkoholu**

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



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.



ZAJĘCIA
FINANSOWANE PRZEZ
M.ST. WARSZAWĘ

Informacje i zapisy: 22 864 01 84
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.

Zdrowie Pacjenta

Nr 3 (50) JESIEŃ 2017

AKTUALNOŚCI

- Ochrona zdrowia na XXVII Forum Ekonomicznym **4**
- Ambulatoryjną opiekę zdrowotną czekają zmiany **5**
- Nasz jubileusz **11**
- Żegnaj Lato na Bielanach **15**
- Laureaci konkursu plastycznego nagrodzeni **15**
- Być Polakiem – VIII edycja konkursu dla młodzieży polonijnej **16**
- Bieliański Oddział Chirurgii dla Dzieci zamknięty **19**

KLINIKA ZDROWIA

- Dzieci i DDA – Na dzieciństwo nigdy nie jest za późno **6**

LEKARZ RADZI

- Rak prostaty – problem dojrzałych mężczyzn **9**

FIZJOTERAPIA

- Rehabilitacja komercyjna na Szajnochy 8 **10**

POCZTÓWKA Z WAKACJI

- Sycylia – antyczna wyspa słońca **12**

WOLNE CHWILE

- Krzyżówka **18**



Szanowni Czytelnicy,

Spotykamy się po wakacjach przy lekturze kolejnego wydania kwartalnika „Zdrowie Pacjenta”, który obchodzi jubileusz – to już 50. edycja naszego periodyku. Z tej okazji mamy dla Państwa konkurs, w którym można wygrać atrakcyjną nagrodę – badanie densytometryczne lub pakiet na podstawowe badania laboratoryjne.

W aktualnym wydaniu polecam artykuł psychologa poświęcony syndromowi DDA, zespołowi utrwalonych osobowościowych schematów funkcjonowania psychospołecznego, powstałych w dzieciństwie w rodzinie alkoholowej, które utrudniają funkcjonowanie w życiu dorosłym. Z tematów medycznych zachęcam, szczególnie panów, do lektury artykułu poświęconego częstemu schorzeniu mężczyzn w średnim wieku, czyli zapaleniu gruczołu krokowego.

Z aktualności publikujemy relację z XXVII Forum Ekonomicznego, zorganizowanego w tym roku pod hasłem „Projekt Europa – jaki przepis na następne dekady?” oraz notkę z festynu na Bielanach, w którym uczestniczyliśmy. Zamieściliśmy także relację z rozstrzygnięcia konkursu dla młodzieży polonijnej „Być Polakiem” oraz wręczenia nagród laureatom konkursu plastycznego.

Z przyjemnością ogłaszamy poetycki konkurs dla dzieci i młodzieży pt. „W zdrowym ciele zdrowy duch” – serdecznie zapraszamy do uczestnictwa w nim.

A z tematów lżejszych: pocztówka z wakacji, czyli słoneczna Sycylia na naszą pochmurną i deszczową jesień. I krzyżówka, tym razem poświęcona różnym religiom, stanowiącym bogactwo naszego dzisiejszego, wielokulturowego świata.

Małgorzata Zaława-Dąbrowska
dyrektor SPZZLO Warszawa-Żoliborz



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
e-mail: 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
Iwona Nowak
Ilona Spychała
Danuta Wąsowska
Małgorzata Zaława-Dąbrowska

ZDJĘCIA:
Andrzej Dąbrowski
Ilona Spychała
Artur Urbański
Michał Wyszomirski
Pixabay, Stockfresh

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

OCHRONA ZDROWIA NA XXVII FORUM EKONOMICZNYM

W dniach 5–7 września 2017 r. w Krynicy-Zdroju odbyła się najważniejsza konferencja gospodarcza w kraju pod hasłem „Projekt Europa – jaki przepis na następne dekady?”, w której uczestniczyło ok. czterech tysięcy gości z Polski i Europy. Tegoroczną mowę otwarcia wygłosił prezydent Andrzej Duda, który m.in. podkreślił wartość kulturową oraz ekonomiczną przynależności Polski do Unii Europejskiej. Dyrektorka Małgorzata Zaława-Dąbrowska, jako dyrektor dużego publicznego podmiotu leczniczego, została zaproszona do uczestnictwa w konferencji już po raz szósty.



Forum Ochrony Zdrowia rozpoczęła inauguracyjna sesja poświęcona podsumowaniu ostatnich sześciu lat funkcjonowania systemu oraz ewentualnemu wprowadzeniu niezbędnych ulepszeń. Pierwszy panel dyskusyjny **E-zdrowie – projekty na poziomie centralnym, platformy regionalne, rejestry medyczne, wykorzystywanie danych medycznych dla dobra pacjenta i systemu** dotyczył zmian systemowych, które należy wprowadzić w celu wykorzystania potencjału elektronizacji danych medycznych, takich jak Elektroniczna Dokumentacja Medyczna, e-recepty, e-zlecenia oraz e-skierowania. Paneliści uczestniczący w debacie **Telemedycyna – opieka medyczna dalej, czy bliżej pacjenta?** próbowali odpowiedzieć na pytanie, czy wyko-

rzystujemy potencjał nowych technologii w procesach leczenia i obsłudze pacjenta. Ważnemu z punktu widzenia pacjentów problemowi skrócenia kolejek do lekarzy poświęcony był panel **Efektywność w ochronie zdrowia – dokąd zmierza legislacja?**

Z kolei zapewnieniu stabilnych warunków dalszego rozwoju polskiego przemysłu farmaceutycznego poświęcono debatę **Polityka lekowa państwa**, która dotyczyła przede wszystkim produkcji leków onkologicznych i biotechnologicznych. Onkologia to obecnie jedna z ważniejszych i bardziej rozwijających się dziedzin medycznych, której poświęcono panel **Jak systemowo poprawić model opieki nad pacjentem onkologicznym na przykładzie raka jelita grubego?**

Wprowadzanej 1 października br. sieci szpitali, opracowanej w oparciu o mapy potrzeb zdrowotnych, dotyczył panel **Sieć szpitali – czyli wizja systemu w perspektywie najbliższych lat**. Prawdziwym wyzwaniem dla współczesnej medycyny są choroby rzadkie, często o przewlekłym i ciężkim przebiegu, ujawniające się w blisko połowie przypadków w wieku dziecięcym. Ze względu na rzadkość występowania, trudności w rozpoznawaniu i brak świadomości społecznej wiedza o tych chorobach była dotychczas niewielka nawet w środowisku lekarskim. Temu zagadnieniu poświęcono debatę **Czy system jest gotowy na przełomowe terapie w leczeniu rzadkich chorób genetycznych**.

Natomiast panel **Po pierwsze: Zdrowie publiczne** poświęcony był waż-



Wśród uczestników forum byli m.in.: podsekretarz stanu w Ministerstwie Zdrowia Piotr Gryza (pierwszy od lewej), dyrektor MOW NFZ Filip Nowak (trzeci od lewej) oraz minister zdrowia Konstanty Radziwiłł (zdjęcie po prawej)



nym wydarzeniu ostatnich dwóch lat, czyli wejściu w życie ustawy o zdrowiu publicznym oraz Narodowemu Programowi Zdrowia na lata 2016-2020. Wprowadzonemu we wrześniu 2016 roku programowi 75+, zapewniającemu wybrane bezpłatne leki dla seniorów, poświęcono panel dyskusyjny, podczas którego starano się określić priorytety dalszego funkcyjono-

wania polityki prosenioralnej. Tegoroczne Forum Ochrony Zdrowia zakończyło wydarzenie specjalne pt. **Ochrona Zdrowia 2030 – innowacje, rozwój, gospodarka**, stanowiące podsumowanie konferencji oraz dające możliwość spojrzenia w przyszłość sektora opieki zdrowotnej w Polsce.

Kolejne uczestnictwo dyrektor Małgorzaty Załawy-Dąbrowskiej w kry-

nickim forum stanowiło znakomitą okazję do spotkania z przedstawicielami branży medycznej z innych regionów Polski, innymi menedżerami zarządzającymi dużymi przedsiębiorstwami oraz reprezentantami świata polityki.

Aniła Karykowska,

Zdjęcia Andrzej Dąbrowski

Zdecydowana większość szpitali od 1 października br. będzie miała zagwarantowane funkcjonowanie oraz finansowanie w ramach tzw. sieci szpitali co najmniej na 4 lata. Dla pacjentów otwartych podmiotów leczniczych istotne pytanie brzmi: a co z lecznictwem ambulatoryjnym?

Szpitala niezakwalifikowane do sieci oraz pozostali świadczeniodawcy, w tym publiczne zakłady opieki zdrowotnej, są zobligowane ubiegać się o umowy w drodze konkursów ofert w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia. Na chwilę obecną umowy na ambulatoryjną opiekę specjalistyczną oraz psychiatrię zostały aneksowane do połowy następnego roku, natomiast na dzienne ośrodki rehabilitacyjne do marca 2018 r. Dobiegają końca konkursy ofert na świadczenia z zakresu rehabilitacji lekarskiej i fizjoterapii ambulatoryjnej, które przyniosły już pierwsze niekorzystne rozstrzygnięcia. Co prawda, sytuacja pacjentów na Bielanach się nie zmienia, ale dla Żoliborza prognozy są już niestety gor-

AMBULATORYJNĄ OPIEKĘ ZDROWOTNĄ CZEKAJĄ ZMIANY

sze. Dotychczas w ramach działalności SPZZLO ze świadczeń fizjoterapeutycznych na Żoliborzu pacjenci korzystali w przychodniach przy ul. Szajnochy 8 oraz ul. Elbląskiej 35. Od 1 października br., decyzją NFZ, nie będą już realizowane usługi fizjoterapeutyczne w placówce przy ul. Elbląskiej. Dyrekcja Zakładu będzie się odwoływać od tej niekorzystnej decyzji, bo jest ona zła i dla pacjentów, i dla SPZZLO Warszawa-Żoliborz. Jeżeli jednak NFZ nie zmieni stanowiska, w przychodni przy ul. Elbląskiej pacjenci będą mogli korzystać jedynie z porad lekarskich oraz usług Ośrodka Rehabilitacji Ogólnoustrojowej. Jednocześnie Ośrodek ma zapewnione funkcjonowanie jedynie do końca marca 2018 r.

Podobnie jest w przypadku poradni specjalistycznych oraz leczenia psychiatrycznego, na które aneksy zostały zawarte do połowy następnego roku. O dalszym ich istnieniu zdecydują wyniki postępowań konkursowych, do których przystąpi bardzo dużo świadczeniodawców, zwłaszcza niepublicznych, którzy od lat czekają na szansę zawarcia umów z NFZ (NFZ nie ogłaszała konkursów ofert na ambulatoryjną opiekę specjalistycz-

ną od 2011 r.). Możliwy i bardzo prawdopodobny jest zatem scenariusz, w którym wypadną z rynku publiczni świadczeniodawcy z doskonale wyposażonymi w sprzęt i specjalistów poradniami. Pacjenci zmuszeni będą wówczas do zmiany przychodni oraz lekarzy, którzy dotychczas zajmowali się ich leczeniem.

Przewidując nadchodzące zmiany, SPZZLO Warszawa-Żoliborz przygotował dla zainteresowanych ofertę świadczeń rehabilitacyjnych realizowanych odpłatnie. Jest to działanie mające na celu nie tylko rozszerzenie zakresu realizowanych usług, ale także wykorzystanie posiadanego potencjału. Informacje o wszelkich zmianach w działalności SPZZLO Warszawa-Żoliborz umieszczane będą w aktualnościach na naszej stronie internetowej: www.spzzlo.pl. Na stronie WWW i na łamach tego wydania kwartalnika można się także zapoznać z ofertą świadczeń rehabilitacyjnych.

DANUTA WĄSOWSKA

Zastępca dyrektora ds. organizacji i kontraktów medycznych



Któż z nas nie ma ochoty powracać wspomnieniami do świata dzieciństwa? Wyciągnąć album ze zdjęciami, samochód lub lalkę. Opowiadać swoim dzieciom o zabawach, szaleństwach i przygodach, o ich dziadkach, a naszych rodzicach. Wracać do miejsc bliskich naszemu sercu. Większość z nas to robi.

WŁODZIMIERZ TRUSZEWSKI – kierownik Ośrodka Terapii Uzależnienia od Alkoholu

Dzieciństwo jest bowiem najważniejszym okresem w naszym życiu, najpiękniejszym i mimo że trwa najkrócej, przesądza o całym naszym dalszym życiu. To wtedy kształtują się podstawy naszej osobowości. Poznajemy zasady, normy i wartości, którymi będziemy się kierowali. Rozwija się nasza wrażliwość i duchowość. Nasz umysł przyswaja w tak szybkim tempie i tak wiele, jak nigdy potem. Nasza spontaniczność, ciekawość i otwartość na świat oraz to, co nas otacza, jest największa. Nic w nas i wokół nas nie jest tak czyste i pierwotne, a nasza ufność nigdy już nie będzie tak wielka jak wtedy. Czyż dla dziecka może być coś ważniejszego i piękniejszego, niż być wtulonym w rodzica i otoczonym jego kochającymi ramionami? I nawet jeśli nie przywołamy w pamięci tych obrazów i doznań, bo byliśmy za mali, to zostają one w nas do końca.

Miłość, którą obdarowują nas rodzice, jest największa, spontaniczna, bezinteresowna. My ją odwzajemniamy na swój dziecięcy sposób. Każdy rodzic wie, że chyba nie ma piękniejszego i głębszego przeżycia, niż to, gdy dziecko przytula się do ciebie i mówi: „Mamusiu, kocham cię”, „Tato, jesteś wspaniały”. W takiej chwili wszystkie zgrzyoty, całe zmęczenie potrafi nas opuścić. Znowu słońce rozświetla nasze serce i świat. Rodzice dla dzieci są w stanie poświęcić wszystko, włącznie z własnym życiem – co w relacjach między dorosłymi nie jest już tak oczywiste. Dziecko to czuje i stanowi to dla niego fundament poczucia bezpieczeństwa. Może dzięki temu podejmować ryzyko poznawania nieznanego mu świata, eksperymentować, maszerować w nieznanym, bo wie, że gdy będzie trzeba, rodzic zareaguje i chwyci je za rękę. Rodzice są dla

nas przewodnikami po świecie i życiu. Mimowolnie, w sposób instynktowny, obserwujemy ich i bierzemy od nich wszystko, niestety również to, co nie jest dobre. W związku z tym u niektórych na tym idealnym obrazie dzieciństwa pojawiają się rysy, a nawet spore pęknięcia.

DYSFUNKCJA

Jaki wpływ na dzieci i ich funkcjonowanie może mieć picie alkoholu przez jednego z rodziców? Picie, które staje się nadmierne i przeradza się w uzależnienie od alkoholu? Nie musi trwać przez całe dzieciństwo. Nawet kilka lat wystarczy, by zaszczytne zmiany. Centralną sprawą i problemem rodziny staje się picie rodzica. Z czasem taka rodzina staje się **rodziną zamkniętą**. Wszyscy robią wszystko, by nikt z zewnątrz nie dowiedział się o tym, co się u nas dzieje

(ani najbliższa rodzina, ani znajomi). Małe dzieci też w tym uczestniczą, nie trzeba nikogo w tym względzie instruować. Wstyd jest wystarczająco silnym motywatorem. Kolejną cechą takiej rodziny jest **zakłamanie**. Nie nazywa się rzeczy po imieniu. Bardzo długo wszyscy odsuwają od siebie myśl o najgorszym, czyli o tym, że mamy w naszym gronie osobę uzależnioną. **Brak wzajemności** to następna cecha rodziny z problemem alkoholowym. Wzajemność w zdrowej rodzinie oznacza, że jest względna równowaga między tym, jak bardzo dajemy siebie, swoje zaangażowanie, innym członkom rodziny, a tym, jak wiele od nich otrzymujemy wsparcia, zainteresowania. W tym przypadku centralną postacią, skupiającą uwagę i działania, jest pijący rodzic. Coraz mniej dbamy o siebie i pozostałe osoby z rodziny. Coraz mniej jesteśmy elastyczni, coraz mniej się uzupełniamy i zastępujemy. Coraz bardziej funkcjonujemy według utrwalających się **schematów**, które z czasem stają się sztywne. Rodzic niepijący jest nadodpowiedzialny, rodzic pijący – nieodpowiedzialny. Dzieci, szukając strategii przetrwania, uczą się z czasem kilku fundamentalnych zasad: NIE CZUĆ, NIE MÓWIĆ, NIE UFAĆ.

NIE CZUĆ – dziecko doświadcza najczęściej cierpienia, częściej przeżywa uczucia przykre, niż przyjemne. Nieraz złość na rodzica pijącego lub oboje przeplata się z nienawiścią do nich. Sposobem na to jest odcięcie się od emocji, dzięki czemu mniej cierpi.

NIE MÓWIĆ – na zewnątrz do innych, ale też w domu, o tym, jaki mamy problem. Nie mówić o sobie, swoich potrzebach, cierpieniach, bo to i tak nic nie da. Nie mówić o sukcesach, bo i tak nie będą specjalnie docenione. Nie mówić, bo i tak rodziców coraz mniej interesuje, co dzieje się z dzieckiem.

Jedna z wielu kłótni między rodzicami. Tym razem ojciec był trzeźwy. Nie mogłem tego znieść. Żeby ich uciszyć, wykrzychałem im, że to przez nich rzuciłem studia. Powiedziałem jeszcze inne rzeczy. Uciszyli się, zaskoczeni. Jednak po chwili kłócili się dalej, ze zdwojoną siłą.

NIE UFAĆ – niespełnione obietnice, niedotrzymane przez rodziców umowy, zmieniające się sytuacje i wydarzenia, to wszystko nie sprzyja kształtowaniu się ufności nie tylko do rodziców, ale też do innych ludzi, do porządku świata i orientacji w życiu. Gdy nie mam zaufania, jestem mniej zaskoczony tym, co się dzieje, bo

„wszystko może się wydarzyć” i dzięki temu mniej cierpię.

Z czasem powtarzające się sytuacje i reagowanie na nie mogą spowodować ukształtowanie się u dziecka charakterystycznych **schematów i wzorców zachowań**.

- **Bohater rodzinny** – to najczęściej najstarsze dziecko, które jest nad wiek dojrzałe i odpowiedzialne, na które niepijący rodzic może liczyć w wielu sprawach, w tym na opiekę nad młodszym rodzeństwem. To dziecko, które nie odmawia, rzadko mówi, że jest zmęczone, że sobie nie poradzi, które rezygnuje z siebie i swoich potrzeb.

- **Wspomagacz** – to dziecko najbardziej podobne w tym, co robi i jak się zachowuje, do osoby współuzależnionej. Przyjmuje wobec pijącego rodzica postawę opiekuńczą, chroni go przed skutkami picia i poszukuje sposobów nakłonienia go do zaprzestania picia.

- **Wyrzutek (koziół ofiarny)** – zwraca uwagę innych niewłaściwym zachowaniem, ma kłopoty z nauką, stwarza problemy wychowawcze. To dziecko niepokorne, buntownicze, łatwo zmierzające w kierunku marginesu społecznego („niedobre dziecko”). Ono ma największą szansę usłyszeć od rodziców: „To przez ciebie ...”.

- **Maskotka (błazen)** – to dziecko, które radzi sobie z nienormalną sytuacją w domu i tym, co przeżywa, przez obracanie w żart – chociaż nie jest mu do śmiechu. Dziecko przymilne, które potrafi rozładować ciężką atmosferę opowiedzeniem dowcipu. Bywa też często wysyłane na pierwszą linię frontu: „Idź, posiedź z ojcem, to się uspokoi”.

- **Zagubione dziecko (dziecko w mgie)** – ciche, spokojne, zachowuje się tak, jakby go nie było. Zamyka się w świecie własnych fantazji i marzeń, lektur, w swoim kąciuku, gdzie go nie widać. Nie sprawia kłopotów wychowawczych, ale też trudno poznać jego wewnętrzny świat. Często jest to najmłodsze dziecko.

DDA

Wszystkie dzieci stają się w końcu dorosłymi. Jak doświadczenia z dzieciństwa wpłyną na ich dorosłe życie? Jest bardzo duże prawdopodobieństwo, że staną się DDA, czyli dorosłymi dziećmi alkoholików. Czy to jakaś cecha? Nie. To zbiór cech i charakterystycznych zachowań, mających swoje korzenie w dzieciństwie, prze-

szkodzących i utrudniających dorosłe życie – to syndromy DDA. Chociaż niektóre z nich mogą się przyczyniać do tego, że DDA wyróżniają się na plus z grona innych i osiągają w życiu więcej niż inni. Oto niektóre z nich.

- **Poczucie odrzucenia przez jedno lub oboje rodziców**. W dzieciństwie DDA nieraz przeżywały sytuację, kiedy ich osoba, to, czego potrzebowały i co się z nimi działo, schodziło na dalszy plan. W dorosłym życiu może to nieść następujące konsekwencje:

- **lęk przed odrzuceniem** – skutkiem są trudności w nawiązywaniu bliskich i trwałych związków i relacji z ludźmi;

- **poczucie niższej wartości** – żeby sobie z nim poradzić, DDA mogą się stać perfekcjonistami osiągającymi dużo więcej, niż inni, bądź przeciwnie – osobami niestawiającymi sobie w życiu większych wyzwań, co minimalizuje ryzyko porażki;

- **poczucie osamotnienia** – z tą konsekwencją DDA radzą sobie dwójako: celowo unikając innych lub wchodząc w związki z przypadkowymi ludźmi (im więcej, tym lepiej);

- **zamrożenie uczuć** – przydaje się w sytuacjach krytycznych, kiedy zachowanie zimnej krwi pomaga wyjść z opresji, przeszkadza zaś w związkach, których podstawą istnienia są uczucia, ich wyrażanie i wymiana;

- **wyparcie się własnych potrzeb** – ponieważ wiele z nich nie było właściwie zaspokojonych w dzieciństwie, to lepiej mieć ich niezbyt wiele, będąc dorosłym, bo wtedy ich niespełnienie mniej boli.

- **Nieprzewidywalność zachowań rodziców i wydarzeń w rodzinie**. To kolejne znaczące doświadczenie z dzieciństwa. Konsekwencją jego jest:

- **potrzeba stałego kontrolowania siebie i innych** – kontrolowanie siebie zazwyczaj jest dobre i pomaga, ale nadmierne kontrolowanie innych na dłuższą metę przeszkadza;

- **potrzeba porządkowania życia** – DDA często mają bardzo jasno sprecyzowane plany na całe swoje życie i konsekwentnie je realizują (za co mogą być podziwiane przez innych), jednak dużo je to kosztuje;

- **lęk przed zmianą** – jeśli coś się powtarza, to nawet gdy jest trudne, można znaleźć sposób na przetrwanie, natomiast dla DDA każda zmiana to niepewność i niebezpieczeństwo. Wykonują wobec tego pracę, która już im nie odpowiada. Nie kończą związku, który je niszczy.

Życie w atmosferze zagrożenia i przemocy. DDA bywały świadkami przemocy między rodzicami bądź same jej doświadczały. Niesie to następujące konsekwencje:

- **poczucie stałego zagrożenia nawet wtedy, gdy nic złego się nie dzieje** – taka postawa gotowości do walki i obrony powoduje, że DDA odbierają sobie radość życia, „bo i tak wszystko, co jest dobre, kiedy się kończy”;

- **podwyższony poziom lęku i brak poczucia bezpieczeństwa** – takie życie w napięciu na dłużej może spalać emocjonalnie i fizycznie;

- **poczucie krzywdy** – mimo że „cios” został zadany w dzieciństwie, to „rana” po nim się nie zagoiła i utrudnia dorosłe życie.

Brak jednoznacznego systemu wartości, zachwiany autorytet rodziców, brak stabilnych wzorców. Konsekwencją tych doświadczeń może być:

- **nieufność wobec autorytetów, przy jednoczesnej silnej potrzebie ich posiadania** – DDA szukają wokół siebie osób, na których mogłyby się wzorować, ale gdy je znajdują, narasta w nich napięcie i niepokój, że mogą się zawieść na tych osobach;

- **poszukiwanie norm i wartości oraz bardzo sztywne ich przestrzeganie** – znalezienie dla siebie tego, co może być drogowskazem w życiu (a w dzieciństwie było o to trudno), jest ważne i pomaga, natomiast sztywne trzymanie się reguł i zasad i niedawanie sobie prawa do dyskusji o nich (bo mogą znowu je stracić) już nie;

- **niepewność co do własnej roli w rodzinie** – DDA później niż inne osoby zakładają własne rodziny. Często w dzieciństwie mówiły sobie: „Gdy będę mieć własną rodzinę, nie będzie w niej tak jak u rodziców”. Problem polega jednak na tym, iż powiedzenie „nie tak”, nie oznacza, że wiem, „jak inaczej”.

DDA to osoby, które mimo że są dorosłe, częściej niż inni dorośli w różnych sytuacjach reagują swoim „wewnętrznym dzieckiem”, zamiast „wewnętrznym dorosłym”. Reagują schematami z dzieciństwa, nie bardzo wiedząc dlaczego.

POMOC

Jeśli jedno z rodziców lub oboje pójdą na terapię, rodzina powoli zaczyna zdrowieć. Pomaga to dzieciom i jest szansa, że nie staną się DDA. W razie potrzeby jednak dzieci

mogą skorzystać z własnej terapii. W Warszawie również są placówki, które ją prowadzą.

DDA też mogą skorzystać z terapii, chociaż nie jest ona łatwa i kosztuje dużo emocji, bo wymaga powrotu do bolesnego dzieciństwa. Wyobraźmy sobie, że nasze życie jest jak księga, w której na osobnych stronach zapisane są poszczególne dni (jeden dzień – jedna strona). Z tych stron powstają rozdziały, które z kolei tworzą większe części. W księdze życia DDA jest niedokończony rozdział, z pustymi stronami, mimo że po nim zapisanych jest kilkanaście następnych rozdziałów. Gdybyśmy kupili taką książkę z niezadrukowanymi stronami, czym prędzej wymienilibyśmy ją na dobrą. Czasami, znając treść do miejsca pustych stron, i to, co było napisane potem, próbujemy się domyślić przebiegu wydarzeń i działań bohatera. Tak właśnie wygląda życie DDA...

Co daje terapia osobom z syndromem DDA? Dzięki niej DDA mogą zapisać puste strony i dokończyć ten rozdział. **Wtedy mogą bardziej żyć dorosłym życiem, a ich „wewnętrzne dziecko” może odpocząć. Nie muszą już żyć w napięciu, niepewności, nie muszą się już bać dzieciństwa, bo na dzieciństwo nigdy nie jest za późno.**

OŚRODEK TERAPII UZALEŻNIENIA OD ALKOHOLU

Żeromskiego 13, tel. 22 663 54 39

- Poradnia Terapii Uzależnienia od Alkoholu i Współuzależnienia
- Oddział Dzienny Terapii Uzależnienia od Alkoholu

Pacjenci są przyjmowani na bieżąco od poniedziałku do piątku w godz. 8.00–20.00.

W lecznictwie odwykowym nie obowiązuje rejonizacja. Osoby uzależnione, również nieubezpieczone, przyjmowane są bez skierowania i leczone bezpłatnie (na oddział odwykowy skierowanie jest wymagane).

Natomiast osoby współuzależnione muszą mieć skierowanie i być ubezpieczone.



PROBLEM DOJRZAŁYCH MĘŻCZYŹN

Zapalenie gruczołu krokowego (prostaty) jest dosyć częstym schorzeniem mężczyzn, najczęściej występującym między 35. a 50. rokiem życia. Stanowi dosyć niejednorodną grupę stanów patologicznych o różnej etiologii i różnych objawach.

MICHAŁ SZYMAŃSKI, dr n. med., urolog

Możemy je podzielić pod względem etiologii na zapalenie bakteryjne i niebakteryjne, a pod względem przebiegu na ostre i przewlekłe. Szczególną postacią choroby jest tzw. prostatodynia – bóle stercza pochodzenia niezapalnego.

OBJAWY

Ponad połowa chorych na zapalenie gruczołu krokowego ma **zapalenie niebakteryjne o charakterze przewlekłym**. Towarzyszą mu niecharakterystyczne objawy. Pacjenci najczęściej zgłaszają dolegliwości bólowe podbrzusza, krocza, odbytu, moszny, ud. Mogą im towarzyszyć dolegliwości mikcyjne w postaci częstomoczu, bolesnych mikcji i osłabionego strumienia moczu. U części pacjentów dochodzi do zaburzeń erekcji i ejakulacji – bolesnego i/lub przedwczesnego wytrysku. Może się również pojawić skąpa wydzielina śluzowa z cewki moczowej.

Zapalenie bakteryjne gruczołu krokowego, na które zapada ok. 30% chorych, najczęściej spowodowane jest zakażeniem na drodze wstępującej, z dróg moczowych, lub – zdecydowanie rzadziej – drogą krwionośną z odległych ognisk zapalnych. Czynnikiem etiologicznym są

bakterie, zazwyczaj Gram-ujemne, z rodzaju *Escherichia coli*, *Proteus*, *Klebsiella*, *Enterobacter*.

Choroba w swojej ostrej postaci ma nagły początek, charakteryzuje się wysoką gorączką oraz silnymi bólami krocza, podbrzusza, jak również znacznie nasilonymi dolegliwościami mikcyjnymi w postaci częstych, bolesnych parć na mocz z pieczeniem w trakcie mikcji. W badaniu fizykalnym stercz jest powiększony, obrzęknięty, bolesny. Niekiedy obrzęk stercza może prowadzić do całkowitego zatrzymania moczu. Innymi powikłaniami są ropień stercza i zapalenie najądrza.

Postać przewlekła bakteryjnego zapalenia gruczołu krokowego jest niekiedy zejściem i następstwem zapalenia ostrego, jednakże najczęściej dochodzi do niego w wyniku zaburzeń oddawania moczu w postaci przeszkody w cewce moczowej lub urologicznych zabiegów przecewkowych – zakażony mocz przedostaje się z cewki w głąb kanalików prostaty, powodując jej zapalenie. Objawy są podobne jak przy zapaleniu niebakteryjnym, jednakże częściej dochodzi do epizodów nasilenia dolegliwości. W badaniu prostata jest umiarkowanie tkliwa, rozpulchniona, o nierównej powierzchni ze zwapnieniami i zwałok-

nieniami. Potwierdzeniem etiologii bakteryjnej jest wyhodowanie drobnoustrojów z wydzieliny stercza.

TERAPIA

Leczenie każdej z opisanych postaci zapalenia gruczołu krokowego jest zadaniem trudnym z uwagi na to, że niewiele chemioterapeutyków dociera do tkanki stercza. W przypadku niebakteryjnego zapalenia ich stosowanie zazwyczaj nie przynosi spodziewanych efektów w postaci ustąpienia dolegliwości. Dodatkowo schorzenie to charakteryzuje się dużą skłonnością do nawrotów.

W przypadku **ostrego, bakteryjnego zapalenia prostaty** podaje się dożylnie antybiotyki o szerokim spektrum działania w stosunku do pałeczek Gram-ujemnych, a następnie kontynuuje się terapię przez kilka tygodni lekami doustnymi. Leczenie postaci przewlekłej zapalenia bakteryjnego polega na zastosowaniu leku, który wyeliminuje drobnoustroje powodujące zapalenie oraz osiągnięciu odpowiednio wysokiego stężenia w tkance gruczołu. Kurację utrzymuje się co najmniej przez 4–6 tygodni.

Leczenie **postaci niebakteryjnej**, najczęstszej, opiera się na określonych zaleceniach dietetyczno-higienicznych (unikanie przechłodzenia, alkoholu, ostrych potraw, abstynencja płciowa) oraz stosowanie zabiegów fizjoterapeutycznych (masaż stercza, przegrzewanie stercza) i dodatkowo podawanie niesteroidowych leków przeciwzapalnych, a w przypadku dolegliwości mikcyjnych – antycholinergików i alfa-blokerów. ■

Zapraszamy wszystkie osoby od 65. roku życia

NA NIEODPŁATNE SZCZEPIENIA PRZECIW GRYPIE



w ramach „Programu szczepień ochronnych dla osób z grupy szczególnego ryzyka (osób od 65. roku życia)”.
Program realizowany jest do 5 grudnia 2017 roku



Program finansuje
Miasto Stołeczne
Warszawa

**ZAPRASZAMY TAKŻE
NA ODPŁATNE
SZCZEPIENIA
PRZECIW GRYPIE.**

**CENY SZCZEPIEŃ
PROMOCYJNE!**

SZCZEPIENIA MOŻNA WYKONYWAĆ W PRZYCHODNIACH:

- | | | | |
|-----------------|-------------------|---------------------|-------------------|
| ● Conrada 15 | tel. 22 663 21 54 | ● Kochanowskiego 19 | tel. 22 633 06 14 |
| ● Elbląska 35 | tel. 22 633 42 77 | ● Sieciechowska 4 | tel. 22 561 57 60 |
| ● Felińskiego 8 | tel. 22 839 24 40 | ● Szajnochy 8 | tel. 22 832 44 35 |
| ● Klaudyny 32 | tel. 22 833 00 00 | ● Wrzeciono 10c | tel. 22 835 32 14 |
| ● Kleczewska 56 | tel. 22 834 83 28 | ● Żeromskiego 13 | tel. 22 834 24 31 |



KOMERCYJNE USŁUGI REHABILITACYJNE W PRZYCHODNI PRZY UL. SZAJNOCHY 8

- konsultacje u lekarzy specjalistów rehabilitacji medycznej – Anny Adamowicz i Urszuli Bieńkowskiej
- zabiegi fizjoterapeutyczne

Szczegółowe informacje i zapisy:
tel. 576 591 354 w godz. 8.00–19.00



GWARANTUJEMY:

- indywidualne podejście do pacjenta, tworzące wyjątkową atmosferę
- nowoczesny sprzęt medyczny spełniający światowe standardy
- opiekę wykwalifikowanych terapeutów

NOWINKI TECHNICZNE:

fala uderzeniowa
pneumatyczny masaż BOA
trakcja, krio

**KOMFORTOWE
WARUNKI
KONKURENCYJNE CENY
SERDECZNIE ZAPRASZAMY**





Piątką z przodu!



Tak, proszę Państwa, „Zdrowie Pacjenta” ukazuje się już po raz pięćdziesiąty! Jesteśmy z Państwem od lipca 2005 r. i choć zmieniał się skład redakcji i szata graficzna, cel pozostał ten sam: promocja zdrowia i informowanie pacjentów o usługach świadczonych przez SPZZLO Warszawa-Żoliborz.

W przygotowanie każdego numeru angażuje się cały zespół, nikt nie jest tu „redaktorem tytularnym”. Pani Małgorzata Zaława-Dąbrowska, dyrektor SPZZLO, wskazuje aktualne tematy i – jak to szef – czuwa nad całością, w czym wspiera ją p. Danuta Wąsowska, zastępca dyrektora ds. organizacji i kontraktów medycznych. Pani Agnieszka Czesak-Zygmunt wie wszystko o SPZZLO, p. Halina Ebinger to ekspert od zdrowego odżywiania się, a p. Iwona Nowak wychwyci każdy błąd, zanim numer trafi do druku. Od kiedy dołączyła do zespołu p. Anita Karykowska, wiedzą Państwo wszystko, co warto wiedzieć, i mogą wypełnić wolne chwile rozwiązywaniem krzyżówek z cennymi nagrodami. Nasz beniaminek p. Ilona Spychała wyróżnia się żyłką reporterską. O takim zespole marzy każdy redaktor naczelny – wystarczy koordynować i nie przeszkadzać.

Dla czasopisma odpowiednia forma to połowa sukcesu. Od lata roku 2008 p. Jolanta Miklaszewska-Sirko znakomicie przygotowuje nasz kwartalnik od strony graficznej oraz DTP. Mamy nadzieję, że Państwo są podobnego zdania.

Przygotowany przez redakcję numer trafia do drukarni. No cóż, początkowo bywało różnie, ale w 2008 r. rozpoczęliśmy współpracę z drukarnią Printmax (obecnie Multimed). Fachowość, znakomite tempo, przesympatyczny kontakt – i życie znów stało się proste.

W imieniu wszystkich przygotowujących nasz kwartalnik dziękuję Czytelnikom, którzy towarzyszą nam już od 12 lat, i zapraszam do lektury następnych 50 – co najmniej! – wydań.

Joanna Cierkońska
Redaktor naczelna „Zdrowia Pacjenta”

Oczywiście zawsze najważniejsi byli i są dla nas Czytelnicy, więc z okazji jubileuszu mamy dla Państwa prezent. Ogłaszamy konkurs dla naszych najwierniejszych Czytelników.

Można zyskać atrakcyjną nagrodę – do wyboru

BADANIE DENSYTOmetryczne lub **PAKIET NA PODSTAWOWE BADANIA LABORATORYJNE.**

Nagrodę otrzyma pierwsza osoba, która zgłosi się do naszej redakcji

Z NUMEREM 1 (1) 2005 „ZDROWIA PACJENTA”.

Zgłoszenie może być telefoniczne lub e-mailem, ale egzemplarz trzeba będzie okazać. Czekamy!

OPTYK Wojciech Sala

ul. Mickiewicza 37

tel. 792 132 111
22 560 21 81

Poniedziałek - piątek
10:00 - 19:00
Soboty
10:00 - 14:00

ul. Czumy 1
(parter Przychodni)
tel. 22 664 98 70
Poniedziałek - piątek
9:00 - 19:00

Realizujemy recepty
refundowane przez

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia



Grawerujemy na szklach: imiona, inicjały, znaki graficzne etc.

SYCYLIA



antyczna wyspa słońca



Świątynia Zgody

Ze względu na ukształtowanie geograficzne przez starożytnych Greków nazwana Triskelion, czyli „trójnożna”, w czasach normañskich będąca mekką uczonych i artystów z całego ówczesnego „znanego” świata, natomiast współcześnie kojarzona głównie z krwawą wojną z mafią z lat 90. XX wieku, w której wyniku zginęli sędziowie Giovanni Falcone i Paolo Borsellino.

Sycylia to fascynująca, bajkowa wyspa, stanowiąca coraz popularniejszy cel turystów, również Polaków.

MIĘDZY SYCYLIĄ A CHARYBDĄ

Atrakcyjne położenie geograficzne największej wyspy Morza Śródziemnego od tysięcy lat gwarantowało stały napływ zdobywców i kolonistów. Pierwsi jej mieszkańcami byli Elymowie, Sykanowie oraz Sykulowie. Elymowie, których pochodzenie antyczni autorzy wywodzili od uciekinierów z Troi, zamieszkiwali zachodnią część Sycylii, a ich głównymi ośrodkami były Segesta oraz Eryks (współczesne Erice). Wizytówką Segesty jest świątynia z V w. p.n.e., zbudowana na planie doryc-

kiego peripterosu (6 × 14 kolumn), ale w przeciwieństwie do klasycznych świątyń greckich bez wewnętrznego naosu (celli), najważniejszego miejsca, w którym powinien stać posąg bóstwa. Sykanowie zamieszkiwali środkową część wyspy i według Tukidydesa przybyli z Półwyspu Iberyjskiego, natomiast Sykulowie byli prawdopodobnie ludem indoeuropejskim, przypuszczalnie Italikami, i zamieszkiwali zachodnią część Sycylii. Od XI w. p.n.e. wyspa była kolonizowana przez Fenicjan, którzy założyli Palermo (wtedy Panormus), natomiast w VIII w. p.n.e. rozpoczęła się kolonizacja grecka, która objęła Syrakuzy, Katanię oraz Mesynę. W V w. p.n.e. zachodnią część wyspy opanowali Kartagińczycy, których konflikt o wpływy z Grekami trwał do III w.,

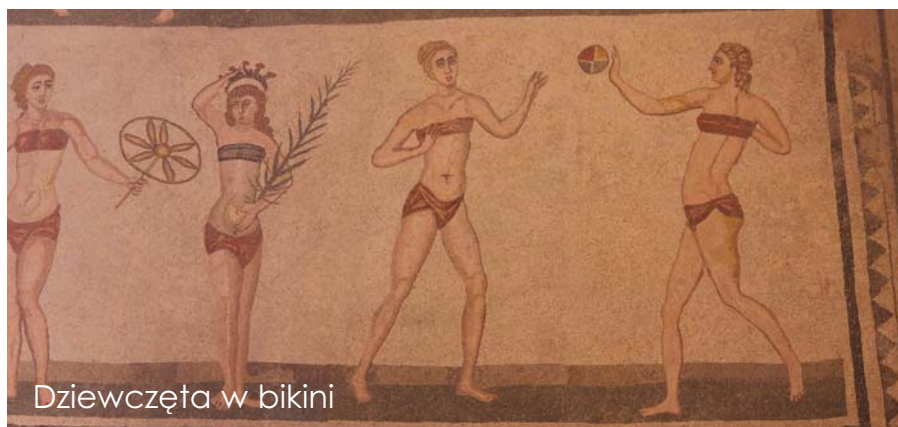
kiedy to rozpoczęło się panowanie rzymskie. Z wodami Cieśniny Mesyńskiej, oddzielającej Sycylię i południe Półwyspu Apenińskiego, związane są dwa znane z „Odysei” Homera mityczne potwory, Scylla i Charybda, atakujące żeglarzy płynących wodami zatoki.

WIEKI NIE TAKIE CIEMNE

W V w. n.e. Sycylię podbili Wandalowie, natomiast już w 535 r. wyspa została wcielona do Bizancjum. W IX w. pojawili się Arabowie, którzy władali wyspą przez następne dwa wieki, aż do zwycięstwa króla normañskiego Rogera I. Panowanie Normanów to jeden z najlepszych okresów Sycylii, wtedy to właśnie za pośrednictwem Sycylii Europa poznała naukę arabską. Roger II de Hauteville, syn Rogera I, sprowadził na Sycylię wielu arabskich uczonych. Jeden z nich, Al-Idrisi, kartograf, geograf i podróżnik, sporządził mapę świata zwaną Księgą Rogera, stanowiącą geograficzny opis znanego wówczas świata. Następnie wyspa przechodziła z rąk do rąk, władali nią kolejno Andegawęńczycy, Aragońscy, Habsburgowie, Burbonowie.

SYCYLIA WSPÓŁCZESNA

W roku 1816 król Ferdynand I zjednoczył Sycylię oraz południowe Włochy, tworząc Królestwo Obojga Sycylii, które przetrwało 44 lata. W pamiętnym



Dziewczęta w bikini

roku 1860 w Marsali na zachodnim krańcu wyspy wylądował Giuseppe Garibaldi, rewolucjonista, żołnierz i polityk, który dążył do obalenia dynastii Burbonów i włączenia Królestwa Obojga Sycylii do niepodległych Włoch. Na czele „wyprawy tysiąca” ruszył na Palermo. Po zwycięstwie nad armią burbońską ogłosił się dyktatorem Sycylii w imieniu króla Wiktora Emanuela II z dynastii sabaudzkiej. Po przeprawie na Półwysep Apeniński Garibaldi ogłosił Wiktora Emanuela królem całych zjednoczonych Włoch. 22 grudnia 1947 r. uchwalono nową konstytucję włoską, która zagwarantowała Sycylii autonomię. Obecnie wyspa ma własny parlament, gwarantujący lokalne ustawodawstwo, konstytucję oraz prezydenta.

STOLICA KONTRASTÓW

Palermo to wizytówka, stolica i cel większości turystów. Przez jednych kochane, przez innych znienawidzone. Między takimi perełkami architektury jak normańska Capella Palatina z XII w. czy plac Quattro Canti z barokowymi pałacami, których fasady ozdobione są rzeźbami czterech pór roku, znajdują się ruiny budynków zniszczonych jeszcze podczas alianckich bombardowań w czasie II wojny światowej. Przeprowadzone masowo w lipcu 1943 r. spowodowały ogromne zniszczenia, zwłaszcza w historycznym centrum, natomiast powojenna odbudowa była chaotyczna, głównie z powodu nieudolności władz miasta oraz interesów rodzin mafijnych, które spekulowały nieruchomościami i korumpowały urzędników. Sytuację infrastrukturalną pogorszyło trzęsienie ziemi z roku 1968. Palermińską atrakcją, która budzi największe kontrowersje, są Katakumby Kapucynów, mieszczące ok. 8 tys. mumii zakonników, księży oraz przedstawicieli wyższych sfer. Wizyta w katakumbach dla niektórych może być trudnym doświadczeniem, szczególnie ze względu na mumie małych dzieci, z których najstarsza jest mumia dwuletniej Rosalii Lombardo.

SYCYLIA GRECKA I RZYMSKA

Południowa część Półwyspu Apenińskiego oraz wschodnia część Sycylii to w czasach antycznych Wielka Grecja, czyli tereny skolonizowane przez Greków w VIII–VI w. p.n.e. Jednym z najważniejszych sycylijskich przykładów działalności budowlanej Hellenów, który dotrwał do naszych czasów,



jest Dolina Świątyni w Agrigento (starożytne Akragas). Znajdują się tu świątynie greckie, w tym zachowana znakomicie Świątynia Zgody (Concordii), Hery (Junony), Heraklesa oraz największa na świecie świątynia dorycka – Zeusa Olimpijskiego – niestety cała w ruinie. Słynnym zabytkiem z czasów rzymskich jest luksusowa willa z przełomu III i IV w. p.n.e., znajdująca się koło Piazza Armerina. Jej 40 pomieszczeń pokrywają mozaiki przedstawiające ludzi, zwierzęta, budowle oraz środki transportu. Najstojniejsza mozaika to „Dziewczęta w bikini”, przedstawiająca Rzymianki w „nowoczesnych” strojach kąpielowych, uprawiające sporty, które znamy do dziś. O wyjątkowości willi świadczy i to, że wodę do niej doprowadzały aż dwa wodociągi. Istnieje hipoteza, że willa mogła być zbudowana dla cesarza Dioklejana lub jego namiestnika.

LEGENDARNE SYRAKUZY

Kolonia założona przez Dorów z Koryntu w VIII w. p.n.e. na przybrzeżnej wysepce Ortigia, następnie po zbudowaniu kamiennej grobli rozbudowywana na lądzie. Od V wieku p.n.e. Syrakuzy uważano za najpiękniejsze i najbogatsze miasto Sycylii. Tutaj żył, tworzył i zginął słynny Archimedes, filozof przyrody i matematyk, który w czasie II wojny punickiej kierował pracami inżynierijnymi przy obronie przed Rzymianami. W mieście znajdują się ruiny pochodzącej z VI w. p.n.e. świątyni Apollina, najstarszej greckiej świątyni na Sycylii, oraz fragment kolumnady świątyni Ateny z V wieku p.n.e., wmurowany w nawy Katedry Narodzenia Najświętszej Maryi Panny. Jednak najważniejszą budowlą starożytną Syrakuz jest grecki teatr z V wieku p.n.e., w którym w 476 r. p.n.e. po raz pierwszy

wystawiono „Persów” Ajschylosa. Znaną na całym świecie wizytówką Syrakuz jest porośnięte papirusem Źródło Aretuzy, z którego – mimo bliskiego sąsiedztwa morza – wypływa słodka woda. W pobliżu źródła znajduje się hotel, w którym mieszkał Jarosław Iwaszkiewicz, pisząc „Panny z Wilka”. Syrakuzy to jedno z najpiękniejszych miast Sycylii, łączące tradycję antyczną ze współczesnością, tętniące życiem kulturalnym.

BAROKOWE PEREŁKI

Sycylia to również miasta barokowe, ze słynnym Noto na czele, którego późnobarokowe centrum zostało wpisane na listę światowego dziedzictwa UNESCO. Wcześniejsza zabudowa, tak jak w pozostałych miastach regionu, została zniszczona podczas trzęsienia ziemi w 1690 r. i zbudowano je od podstaw ok. 12 km dalej na południe. Odbudowano także pozostałe zniszczone ośrodki południowo-wschodniej części Sycylii, m.in. słynące z ceramiki Caltagirone, leżącą u stóp Etny Katanę oraz znaną z czekolady Modicę.

Wielokulturową historię Sycylii miał na myśli tytułowy bohater „Lamparta” Giuseppe Tomasiego di Lampedusy, książę Fabrizio di Salina, mówiąc: „Jesteśmy... bardzo starzy. Od co najmniej dwudziestu pięciu stuleci dźwigamy na barkach ciężar wspaniałych różnorodnych cywilizacji, które wszystkie, zanim przyszły do nas, były już w pełni ukształtowane i udoskonalone, z których żadna nie zakiełkowała dzięki nam, żadnej nie naznaczyliśmy swoją odrębnością; jesteśmy ludźmi białej rasy... a mimo to od dwóch i pół tysiąca lat jesteśmy kolonią”. I coś w tym jest.

Aniła Karykowska

Zdjęcia Artur Urbański

SPZZLO WARSZAWA-ŻOLIBORZ ORAZ REDAKCJA KWARTALNIKA „ZDROWIE PACJENTA”



zapraszają uczniów klas V–VII szkół podstawowych
oraz szkół ponadpodstawowych



Fundatorem
nagród jest
Urząd m.st.
Warszawy

DO UDZIAŁU W KONKURSIE LITERACKIM PT.:

W zdrowym ciele zdrowy duch

Dopuszczone formy:
krótki wiersz, fraszka lub limeryk.

Do pracy należy dołączyć
następujące dane:
imię i nazwisko autora, wiek i klasa,
telefon kontaktowy, nazwa i adres szkoły.

Wybrane prace nagrodzone zostaną
opublikowane w kwartalniku
„Zdrowie Pacjenta”.

Na prace dostarczone do Działu Marketingu SPZZLO Warszawa-Żoliborz
(ulica Szajnochy 8) czekamy do 17 listopada 2017 roku.



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 GRUŹLICY

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



Żegnaj Lato na Bielanach!

Dziewiątego września na terenie Parku Olszyna, na rogu ulic Duracza i Gąbińskiej, odbył się festyn pod hasłem „Żegnaj Lato na Bielanach!” Impreza zorganizowana została przez Urząd Dzielnicy Bielany m.st. Warszawy. Mieszkańcy mogli skorzystać z atrakcji przewidzianych w trzech strefach: sportowo-rekreacyjnej, kulturalno-oświatowej oraz zdrowia.

SPZZLO Warszawa-Żoliborz zorganizował stoisko w ramach strefy „Zdrowie”, w którym można było wykonać takie badania jak: pomiar glukozy we krwi, pomiar tkanki tłuszczowej oraz ciśnienia tętniczego. Badania cieszyły się dużym zainteresowaniem gości festynu – np. poziom cukru we krwi skontrolowało około 150 uczestników.

Natomiast każda z przebadanych przez nas osób z reguły była zainteresowana wykonaniem kompletu proponowanych badań. Piękna pogoda, która sprzyjała spacerom, przyciągała do naszego stoiska ludzi zainteresowanych rozmową na temat swojej figury oraz pomiarem tkanki tłuszczowej. To badanie cieszyło się bardzo dużym zainteresowaniem zarówno wśród osób dojrzałych, jak i w średnim wieku, a także młodych.

Ilona Spychała



Laureaci konkursu plastycznego nagrodzeni



23 czerwca 2017 roku, podczas zakończenia roku szkolnego, odbyło się wręczenie nagród uczniom szkół podstawowych, gimnazjów i liceów wyróżnionym w konkursie plastycznym „**Gdyś z przyrodą za pan brata, dożyć możesz i stu lat!**”, organizowanym przez SPZZLO Warszawa-Żoliborz.

Listę nagrodzonych i wybrane prace zamieściliśmy w poprzednim numerze „Zdrowia Pacjenta”.

Konkurs cieszył się ogromnym zainteresowaniem, a jego uczestnicy wykazali się dużą kreatywnością, talentem oraz wyobraźnią. Fundatorem nagród dla laureatów było m.st. Warszawa.

Anita Karykowska

Zdjęcie Michał Wyszomirski

Być Polakiem

VIII edycja konkursu dla młodzieży polonijnej



Zakończenie patriotycznego konkursu dla młodzieży polonijnej VIII edycji „BYĆ POLAKIEM” w tym roku było szczególnie uroczyste, ponieważ wzięło w nim udział rekordowo dużo uczestników ze wszystkich zakątków świata. Nadesłano około 1500 prac!

Takiego rekordu organizatorzy się nie spodziewali. Nasz konkurs dociera do wszystkich miejsc globu, gdzie można znaleźć ślady polskości, i angażuje wiele środowisk polonijnych, nauczycieli, rodziców, a przede wszystkim młodzież odkrywającą lub pielęgnującą związki z krajem pochodzenia – swoje własne lub swojej rodziny. Taki jest zresztą jego cel, który przyświecał pomysłodawczyni i przewodniczącej komitetu organizacyjnego pani Joannie Fabisiak.

Patronat nad Konkursem w 2017 roku sprawowali: Marszałek Sejmu p. Marek Kuchciński, Marszałek Senatu p. Stanisław Karczewski, Arcybiskup Metropolita Warszawski ks. Kazimierz Nycz, Harcmistrzyni Związku Harcerstwa Polskiego, córka śp. prezydenta Ryszarda Kaczorowskiego p. Jagoda Kaczorowska, prezes Stowarzyszenia „Wspólnota Polska” p. Dariusz Piotr Bonisławski. W skład komitetu honorowego oraz jury weszło wielu działaczy polonijnych sprawujących najwyższe funkcje w strukturach organizacji polonijnych.

Od 6 lipca 2017 r. w parlamencie RP dzięki pani poseł Joannie Fabisiak oraz marszałkowi Stanisławowi Karczewskiemu zorganizowano wystawę prac nagrodzonych we wszystkich edycjach. Wielką atrakcją było zwiedzanie parlamentu, w którym przeważająca część młodzieży była po raz pierwszy.

Galowe zakończenie konkursu odbyło się 7 lipca 2017 r. w Sali Balowej Zamku Królewskiego, a uczestniczyło w nim blisko 300 osób, przede wszystkim młodzi laureaci i wyróżnieni, a także ich rodziny oraz wielu znamienitych gości, wśród których byli posłowie i senatorowie RP, działacze polo-

nijni, artyści oraz m.in. dyrektor SPZZLO Warszawa-Żoliborz Małgorzata Zatawa-Dąbrowska, autor zdjęć p. Zbigniew Dubiel, malarka, witrażystka, ikonopisarka p. Hanna Pstrągowska-Dubiel.

Najważniejszymi jednak gośćmi były dzieci i młodzież biorąca udział w konkursie, która została nagrodzona książkami, dyplomami oraz flagami Polski w pięknych etui oraz manuskryptami *Hymnu Polskiego*. Najważniejszą nagrodą za zdobycie zaszczytnego tytułu laureata był wakacyjny przyjazd do Polski.

Nagrodzono i wyróżniono wiele prac plastycznych, literackich i multimedialnych w różnych kategoriach wiekowych. Tematem prac plastycznych była polska legenda. Przedstawiono najbardziej znane: o Smoku Wawelskim, Złotej Kaczce, warszawskiej Syrence, Warsie i Sawie, Janosiku.

Temat prac literackich brzmiał: „Ważne, ciekawe zdarzenia, przygody, historie z życia mojej rodziny na emigracji”. Udział w tej grupie wymagał współpracy całych środowisk i przyczynił się do zintegrowania nieraz zwaśnionych ze sobą członków rodziny. Dzieci dowiadywały się o przyczynach emigracji, trudnych losach dziadków i rodziców, ale także uświadamiały sobie, jaką wartością jest pokój na świecie. Jednym z tematów konkursowych była osobista interpretacja dwuwiersza „Marsz, marsz, Polonia, nasz dzielny narodził”. Były także prace multimedialne „Polonia dla Europy i świata” w postaci filmów, zdjęć i słuchowisk radiowych.

Podczas uroczystej gali było wiele radości i wzruszeń. Uroczym wydarzeniem był występ Teatru Lalek Guliwer ze spektaklem „Zapiski ze sta-

rego sera. Król Popiel i myszy”, nawiązującym do tematu prac plastycznych. Wielkich doznań dostarczył występ Reprezentacyjnego Zespołu Artystycznego Wojska Polskiego pod dyktando p. Adama Martina z programem historyczno-patriotycznym „Jak orły białe”, w kostiumach scenicznych stanowiących kopie autentycznego umundurowania historycznego.

Nad bezpieczeństwem i zdrowiem czuwała służba medyczna z SPZZLO Warszawa-Żoliborz z p. dr Iwoną Krzyżewską-Dąbrowską oraz p. Elżbietą Nycz, pielęgniarką. Panie te wielokrotnie sprawowały dyżury przy okazji naszych uroczystości Fundacji „Świat na Tak” jako wolontariuszki, za co podziękowania złożyła p. Joanna Fabisiak.

W następnych dniach czekały inne atrakcje: zwiedzanie Traktu Królewskiego, Łazienek Królewskich, Muzeum Łowiectwa i Jeździectwa i Muzeum Chopina. Osobnym wydarzeniem był pobyt w Muzeum Powstania Warszawskiego, które zrobiło olbrzymie wrażenie na zwiedzających. Z kolei w Centrum Nauki Kopernik młodzi polonusi stwierdzili, że takiego miejsca nie ma nigdzie na świecie, co napawało ich nieukrywaną dumą.

Część uczestników odbyła jeszcze wycieczkę „Śladami Polskością”, podczas której odwiedzili najważniejsze miejsca związane z historią i kulturą w Polsce, m.in. Wadowice, Kraków, Częstochowę, Wieliczkę, Gniezno, Toruń, Malbork, Gdańsk. Uczestnicy konkursu „Być Polakiem” i pobyt wakacyjny w Polsce będą wspominali przez długie lata.

Ewa Szubert-Słoniewska

Zdjęcie Zbigniew Dubiel

4 POWODY BY ZASZCZEPIĆ SIĘ PRZECIW GRYPIE

1 GRYPA TO NIE JEST ZWYKŁE PRZEZIĘBIENIE

Grypa to choroba wywoływana przez wirusy grypy typu A i B,¹ które atakują drogi oddechowe, powodując gorączkę, bóle głowy, ogólne złe samopoczucie, bóle mięśni, uczucie zmęczenia, bóle gardła i kaszel. W odróżnieniu od przeziębienia objawy pojawiają się nagle, są bardziej nasilone i utrzymują się dłużej.² Większość osób powraca do zdrowia w ciągu kilku dni, ale w niektórych przypadkach mogą rozwinąć się poważne powikłania, takie jak: zapalenie płuc, oskrzeli, ucha i zatok lub zaostrzenia chorób przewlekłych, które mogą wymagać hospitalizacji, a nawet prowadzić do zgonu.² Zachorować może każdy, jednak największe ryzyko wystąpienia powikłań dotyczy dzieci poniżej 2 r.ż., dorosłych powyżej 65 lat, osób cierpiących na przewlekłe choroby serca, płuc, nerek, wątroby lub cukrzycę oraz kobiet w ciąży.²

2 KAŻDY MOŻE ZACHOROWAĆ NA GRYPĘ

Każdego roku, na całym świecie grypą zaraża się 5–10% populacji osób dorosłych i 20–30% dzieci.³ Wirusy grypy ludzkiej łatwo namnażają się i przenoszą z jednej osoby na drugą. Do zakażenia dochodzi zwykle drogą kropelkową, gdy chory kaszle i kicha, ale również pośrednio, gdy wydzieliny układu oddechowego dostają się na ręce, chusteczki itp.² Czas, jaki upływa od narażenia na kontakt z wirusem grypy do pojawienia się objawów, wynosi średnio 2 dni.⁴ Większość zdrowych dorosłych może zarażać już na 1 dzień przed wystąpieniem objawów oraz przez 5 do 7 dni od zachorowania. Oznacza to, że możesz stanowić źródło zakażenia nie tylko po wystąpieniu objawów, ale nawet nie wiedząc o tym, że jesteś zakażony.⁵

3 GRYPIE MOŻNA ZAPOBIEC

Jest wiele metod ograniczania rozprzestrzeniania się wirusa grypy. Jednak według Światowej Organizacji Zdrowia najskuteczniejszym sposobem zapobiegania grypie i jej groźnym powikłaniom jest szczepienie.³ Wirus grypy jest bardzo zmienny. Każdego roku Światowa Organizacja Zdrowia opracowuje nowy skład szczepionki tak, aby dopasować go do szczepów aktualnie krążących w populacji.⁶ Dlatego szczepienie przeciw grypie należy powtarzać co roku.¹

Szczepienie przeciw grypie jest zalecane wszystkim powyżej 6 m.ż., którzy chcą uniknąć zachorowania na grypę i u których nie występują określone przeciwwskazania.¹ Jednak szczególnie powinny zaszczepić się osoby, które mają największe ryzyko powikłań i ciężkiego przebiegu grypy.¹

4 W TYM SEZONIE NOWA SZERSZA OCHRONA PRZED GRYPĄ

W naszej strefie klimatycznej, najlepszym czasem na zaszczepienie się jest okres od września do końca grudnia, tak, aby zdążyć przed szczytem zachorowań na grypę, który w Polsce obserwowany jest od stycznia do końca marca.⁷

W TYM SEZONIE SZCZEPIEŃ, oprócz dostępnych do tej pory trójwartentnych szczepionek przeciw grypie, które chronią przed dwoma szczepami wirusa grypy typu A oraz jednym szczepem wirusa grypy typu B, DOSTĘPNE SĄ TAKŻE NOWE CZTEROWALENTNE SZCZEPIONKI PRZECIW GRYPIE, które chronią przed 4 szczepami wirusa grypy: dwoma typu A i dwoma typu B.⁸

Szczepionki te są:

- najlepiej dostosowane do obecnej sytuacji epidemiologicznej
- oferują najszerszą możliwą ochronę przed grypą.⁸



GRYPA TO POWAŻNA CHOROBA,
na którą zachorować może każdy⁹

SZCZEPIENIE TO NAJSKUTECZNIEJSZA METODA
zapobiegania grypie i jej groźnym powikłaniom³

ZAPYTAJ LEKARZA O CZTEROWALENTNĄ
SZCZEPIONKĘ PRZECIW GRYPIE

UZYSKAJ NAJSZERSZĄ MOŻLIWĄ OCHRONĘ

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.

KRZYŻÓWKA Z HASŁEM

W poprzednim numerze hasło krzyżówki brzmiało: WIELKA GRECJA.

Nagrodę za prawidłowe rozwiązanie wylosowała pani Monika Morawska. Gratulujemy!

WSZYSTKIE ROZWIĄZANIA (wystarczy hasło) krzyżówki zamieszczonej w bieżącym numerze nadstane do naszej redakcji (również na adres e-mail: zdrowie.pacjenta@spzzlo.pl) do 20 listopada 2017 r. wezmą udział w losowaniu **zaproszenia na bezpłatne badanie OCT w Poradni Okulistycznej w przychodni przy ul. Kochanowskiego 19.**

Prosimy o podanie informacji kontaktowych.

	○ ○ ○ ○ ● ○	1. Prorokini Izraelitów, jedyna kobieta sędzia w starożytnym Izraelu
	○ ○ ○ ○ ● ○ ○ ○	2. Doktryna, która nie przeczy istnieniu Boga ani go nie potwierdza
3. Sala ... Świadków Jehowy	○ ○ ○ ○ ● ○ ○ ○ ○ ○	
	○ ○ ○ ○ ● ○ ○ ○	4. Córka Mahometa, która poślubiła Alego, pierwszego imama
5. Przewodnik duchowy w religiach dharmicznych	● ○ ○ ○	
6. Metempsychoza lub transmigracja	○ ○ ● ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	
7. Z języka greckiego oznacza „powszechny”	○ ○ ○ ○ ● ○ ○ ○ ○ ○	
	○ ○ ○ ○ ● ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	8. Nurt mistyczny w islamie, pochodzący od określenia „wełny”
9. W buddyzmie stan wyzwolenia od cyklu narodzin i śmierci	● ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	
	○ ● ○ ○ ○ ○	10. „Sprawiedliwy”, przywódca chasydyzmu
11. Słowiański bóg nieba, słońca i ognia	○ ● ○ ○ ○ ○	
	○ ● ○ ○ ○ ○ ○ ○	12. Sfera świętości
13. Wiara w istnienie wielu bogów	○ ○ ○ ○ ● ○ ○ ○ ○ ○	
	○ ○ ● ○ ○ ○	14. W hinduizmie symbolizuje unicestwiający i odnawiający aspekt boskości
15. Grecki bóg wyroczni i wróżb, patron śpiewaków, poetów, wieszczów	○ ○ ● ○ ○ ○ ○ ○	

BIELAŃSKI ODDZIAŁ CHIRURGII DLA DZIECI ZAMKNIĘTY

Redakcja kwartalnika „Zdrowia Pacjenta” otrzymała listy od pacjentów dziecięcego oddziału chirurgicznego Szpitala Bielańskiego, zaniepokojonych zamknięciem 30.06. 2017 r. tak ważnej, nie tylko dla społeczności lokalnej, jednostki medycznej. Zgodnie z decyzją dyrekcji szpitala oraz władz miasta oddział chirurgii dla dzieci został przeniesiony do Warszawskiego Szpitala dla Dzieci przy ul. Kopernika 43. Przeciwko tej decyzji protestowali lekarze, którzy napisali petycję o pozostawienie chirurgii dziecięcej w Szpitalu Bielańskim.

W petycji skierowanej do prezydenta m.st. Warszawy Hanny Gronkiewicz-Waltz oraz wojewody mazowieckiego Zdzisława Sipiery lekarze podkreślili, że w oddziale zajmowali się leczeniem chorób dotyczących znacznej części populacji dziecięcej, w tym przepukliny, wnetrostwa, stulejki i znamion skórnych, oraz świadczyli całodobowo opiekę w ramach ostrego dyżuru w szpitalnym oddziale ratunkowym w zakresie urazów, złamań, wypadków komunikacyjnych, bólów brzucha i oparzeń. Był to dotychczas jedyny szpital w północnej części powiatu warszawskiego mający zarówno oddział pediatryczny i chirurgiczny, zaplecze neurochirurgiczne, gastroenterologiczne, laryngologiczne, ginekologiczne, jak i możliwość przeprowadzania pełnej diagnostyki.

W placówce wykonywano około 1000 zabiegów operacyjnych rocznie, hospitalizowano ok. 1600 pacjentów. W oddziale ratunkowym konsultowano rocznie 13 tys. pacjentów chi-

rgicznych – mieszkańców Bielany, Bemowa, Białołęki, Legionowa, Jabłonny, Chotomowa, Nowego Dworu Mazowieckiego, Nieporętu, Serocka, Sochaczewa oraz Grodziska Mazowieckiego. Jak czytamy w petycji, Szpital im. Dzieci Warszawy przy ul. Marii Konopnickiej 65 w Dziekanowie Leśnym oraz Szpital dla Dzieci przy ul. Kopernika 43, z których usług będą zmuszeni skorzystać pacjenci, nie są wyposażone w odpowiednie zaplecze diagnostyczne i nie dyżurują w nich radiolodzy, co będzie skutkować koniecznością odsyłania dziecka po urazie do innego szpitala, stwarzając bezpośrednie zagrożenie dla zdrowia i życia pacjenta.

Mimo sprzeciwu pacjentów, lekarzy i pielęgniarek Szpitala Bielańskiego oraz mieszkańców dzielnicy (pod protestem zebrano 4 tys. podpisów) decyzję o przeniesieniu oddziału zatwierdziła rada społeczna Szpitala Bielańskiego oraz władze miasta. Decyzji likwidacji sprzeciwiła się Rada Dzielnicy Bielany, wyrażając swoje stanowisko

na nadzwyczajnej sesji rady dzielnicy, jednakże po wyjaśnieniach przedstawicieli miasta, że Szpital Bielański wymaga termomodernizacji, radni Bielana opowiedzieli się za przeniesieniem oddziału jedynie tymczasowo, czyli na okres remontu. W sprawie likwidacji bielańskiej jednostki interweniował również Rzecznik Praw Dziecka Marek Michalak, który w liście do prezydenta miasta stwierdził, że zamknięcie oddziału zmniejszy dostępność do usług medycznych dla najmłodszych pacjentów.

Likwidacja dziecięcego oddziału chirurgicznego w Szpitalu Bielańskim wynika podobno z zaleceń, które wprowadziło Ministerstwo Zdrowia odnośnie do zmniejszenia liczby łóżek chirurgii dziecięcej, których jest za dużo, na rzecz tworzenia oddziałów geriatrycznych, na które jest duże zapotrzebowanie społeczne. Nowe oddziały geriatryczne są z pewnością bardzo potrzebne, szczególnie w dobie starzenia się społeczeństwa, jednakże można zadać pytanie, czy powinno to się odbywać kosztem innych zakresów usług medycznych?

Redakcja kwartalnika „Zdrowie Pacjenta”

Poniżej publikujemy list młodej pacjentki, która dotychczas leczyła się na oddziale chirurgii dziecięcej w Szpitalu Bielańskim:

Mam na imię Julia i mam 10 lat. Dwa lata temu zachorowałam na złuszczenie głowy kości udowej obu nóg*. Choroba zaczęła się bardzo niewinnie: bolało mnie kolano i kulałam. Zostałam skierowana z przychodni przy ulicy Szajnochy 8 do Szpitala Bielańskiego. Przyjęto mnie na oddział chirurgii dziecięcej i zrobiono dokładne badania, które potwierdziły chorobę. Przeszłam 3 skomplikowane operacje, które polegały na zespoleniu głowy kości udowej z szybką drutami Kirchnera, które będą miały do 17. roku życia.

Ta cała sytuacja była dla mnie i mojej rodziny bardzo trudna, byłam bardzo smutna i zła, bo nie mogłam chodzić do szkoły, bawić się z kolegami i koleżankami, biegać i spacerować z moim ukochanym pieskiem. Poruszałam się na wózkulku inwalidzkim i o kulach, dlatego miałam naucznie domowe. Do szpitala na oddział



wracałam wiele razy, bo na operowanych nogach robiły się obrzęki i opuchnięcia spowodowane tym, że na wszystko jestem uczulona. Leżąc w Szpitalu Bielańskim na oddziale chirurgii dziecięcej, poznałam dużo faj-

nych koleżanek i kolegów i mimo że chorowaliśmy, mogliśmy wspólnie spędzić ten czas w sali i w świetlicy, które były wesołe dzięki rysunkom na ścianach.

Dziękuję ludziom, którzy pracowali na oddziale chirurgii dziecięcej w Szpitalu Bielańskim, bo po dwóch latach wróciłam do szkoły. Do szpitala na pewno będę musiała jeszcze wrócić, żeby ściągnąć druty. Tylko gdzie, skoro oddział został zamknięty?

Bardzo mi smutno z tego powodu. Nie jestem jedynym dzieckiem, które było pod skrzydłami wspaniałych lekarzy. To oni nas leczyli i wiedzą, jak pomóc, gdy zajdzie taka potrzeba.

Julia Kalembe

* Młodzieńcze złuszczenie głowy kości udowej – ogólnoustrojowa choroba, w której przebiegu zaburzona jest budowa chrząstek nasadowych, leczona operacyjnie.



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 dla Dzieci i Młodzieży
- 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
- 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 Dzielny 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 Pediatricznej
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 784 402 091

- Poradnia POZ • Pracownia EKG
- Pracownia Stomatologiczna
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
- 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 MEDYCZYNY PRACY
22 633 48 33/34

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
- Dzielny Ośrodek Psychogeriatryczny
 - Poradnia Geriatryczna
 - Oddział Dzielny Rehabilitacji
- Dział Fizjoterapii • Pracownia EKG
- Punkt pobrań krwi

PRZYCHODNIA KLAUDYNY

01-684 Warszawa
ul. Klauudy 32

Rejestracja 22 833 00 00

- Poradnia POZ • 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