

NZOZ Szpital Powiatowy w Wieruszowie

nasz szpital



nr 20, Styczeń - Marzec 2020 r.



3 Nowy numer telefonu do PCM

4 Nowoczesny laser

5 Nowe karetki

Szanowni Państwo,

zapraszam Państwa do lektury najnowszego numeru naszego biuletynu, w którym znajdują Państwo wiele praktycznych informacji dla pacjentów. Na wstępie pragnę zwrócić szczególną uwagę na obowiązujący nowy numer telefonu do Powiatowego Centrum Medycznego, czyli 45 95 95 112. Zmiana wynika z wprowadzenia wirtualnej centrali telefonicznej, a więcej szczegółów znajdują Państwo na sąsiedniej stronie.

W bieżącym numerze „Naszego Szpitala” wiele miejsca poświęcamy modernizacjom i remontom, które toczyły się w minionych miesiącach w Zakładzie Opiekuńczo-Leczniczym, pomieszczeniach Nocnej i Świątecznej Opieki Medycznej oraz w Oddziale Pediatrycznym. Wiązały się one z dużym nakładem zarówno pracy, jak i środków finansowych, jednak efekty są bardzo satysfakcjonujące. Przeprowadzone remonty nie tylko odświeżają pomieszczenia, ale również poprawiają ich funkcjonalność. Również w Dziale Rehabilitacji Leczniczej poczyniliśmy inwestycję kupując z własnych funduszy laser wysokoenergetyczny. To nowoczesne urządzenie dzięki możliwości precyzyjnego docierania do wybranych tkanek daje szybkie efekty terapeutyczne. Cieszymy się, że możemy zaproponować Państwu zabiegi wykonywane takim sprzętem.

Zachęcamy również do skorzystania z kolejnej już edycji programu profilaktyki raka jelita grubego. Finansowana ze środków Ministerstwa Zdrowia akcja gwarantuje Państwu nieodpłatną kolonoskopię, która jest jedynym badaniem pozwalającym na wykrycie nowotworu w jego wczesnym stadium i pewność, że choroba się nie rozwinie.

Na koniec zachęcam do przeczytania artykułu o nowych karetkach, które dzięki dotacji Ministerstwa Zdrowia udało nam się zakupić. Nowe ambulanse są gwarancją niezawodności w dotarciu do pacjenta i zwiększają komfort pracy naszych ratowników. Korzystając z okazji, że jest to pierwszy numer naszej gazетки w 2020 r., pragnę złożyć Państwu życzenia spełnienia marzeń, realizacji najbardziej śmiałych planów i oczywiście – zdrowia.



Eunia Adamus
Prezes Zarządu



Nowy numer do PCM!

**Nasz
nowy
numer:
45 95 95 112**

Od listopada 2019 r. mamy nowy numer telefoniczny do Powiatowego Centrum Medycznego w Wieruszowie. To efekt wdrożenia wirtualnej centrali - systemu, który umożliwi m. in. inteligentne kierowanie połączeń.

- W celu poprawy jakości obsługi interesantów i usprawnienia pracy w naszej rejestracji, zarówno dla pacjentów jak i pań rejestratorek, wprowadziliśmy wirtualną centralę telefoniczną - mówi Elżbieta Winkowska-Kulok, koordynator Poradni Specjalistycznych.

Wiązało się to z uruchomieniem nowego, jednolitego dla całej placówki, numeru telefonicznego, czyli: 45 95 95 112. Po jego wybraniu pojawia się menu głosowe proponujące wskazanie jednej z cyfr, a każda z nich przyporządkowana jest konkretnemu działowi. Dzwoniący wybiera cyfrę, a system kieruje połączenie dożądanego miejsca: sekretariatu, rejestracji czy konkretnego oddziału. Centrala informuje też dzwoniącego o długości kolejki oczekujących na połączenie, dzięki czemu osoba wie czy może spodziewać się szybkiej rozmowy.

Wprowadzony system ma też dodatkowe zalety. - Jest niezwykle pomocny w informowaniu pacjentów o nagłej zmianie terminu wizyty u lekarza, kiedy np. jest to spowodowane jego absencją. System pozwala na wysłanie wiadomości tekstowej SMS do każdej osoby, która miała umówioną wizytę. Następnie otrzymujemy raport zwrotny z zestawieniem czy dana wiadomość została

odebrana przez pacjenta. Jeżeli ktoś nie ma telefonu komórkowego, to istnieje możliwość nagrania informacji głosowej, którą odsłucha na telefonie stacjonarnym - wyjaśnia Elżbieta Winkowska-Kulok.

To dla PCM ważne udogodnienie, gdyż do tej pory w podobnych sytuacjach obowiązek obdzwonienia kilkudziesięciu osób powodował konieczność poświęcenia przez jednego z pracowników rejestracji nawet całego dnia.

- Teraz robi to system, a panie w rejestracji swój czas w całości mogą poświęcić na obsługę pacjentów zgłaszających się osobiście i rejestrujących się telefonicznie - podkreśla koordynator.

Aktualnie wszystkie połączenia przychodzące do szpitala na nowy numer telefonu są rejestrowane. Daje to PCM możliwość weryfikacji wszelkich uwag związanych z jakością obsługi pacjenta.

- Otrzymujemy też statystyki, które informują nas o tym, w jakich godzinach nasza linia telefoniczna jest najbardziej obciążona, a dzięki temu możemy usprawnić pracę rejestracji. Choć system działa krótko, to już widzimy, że odciąża w pracy naszej rejestratorki - podkreśla Elżbieta Winkowska-Kulok.

Lepsze efekty leczenia, w krótszym czasie

Od kilku miesięcy pacjenci Powiatowego Centrum Medycznego w Wieruszowie mogą korzystać z możliwości terapeutycznych lasera wysokoenergetycznego zakupionego na potrzeby Działu Rehabilitacji. To nowoczesne urządzenie przynosi szybką ulgę w bólu i daje wiele efektów rehabilitacyjnych.

Laseroterapia wysokoenergetyczna to jedna z popularniejszych metod stosowanych w fizjoterapii.

- To aktualnie wiodąca terapia w leczeniu bólu i procesie gojenia się tkanek oraz przywracania sprawności ruchowej pacjenta. Daje natychmiastowy efekt terapeutyczny nie tylko redukując ból, ale również poprawiając mobilność i funkcjonalność leczonego obszaru, działając przeciwzapalnie i przeciwbólowo – podkreśla Agnieszka Ciećka, koordynator Działu Rehabilitacji.

Urządzenie ma bardzo szerokie zastosowanie. – Laser jest pomocny w leczeniu schorzeń reumatycznych, w zmianach przeciążeniowych i zwyrodnieniowych mięśni i stawów, w stanach pourazowych i wielu innych jednostkach chorobowych. Szybsza resorpcja wysięków stawowych, regeneracja tkanek mięśniowych, zwiększenie elastyczności tkanek miękkich okołostawowych i zmniejszenie napięcia mięśniowego, to główne efekty działania naszego urządzenia – wylicza koordynator.

Laser jest w ofercie PCM od początku września ub.r., a skorzystało już z niego wielu pacjentów chwaliąc skuteczność terapii. Efekty są bardzo szybkie, gdyż moc lasera wysokoenergetycznego jest trzykrotnie wyższa od mocy lasera biostymulacyjnego. W urządzeniu zastosowano jednocześnie dwa źródła światła o różnej długości fali, dzięki czemu następuje kumulacja szybkiego i skutecznego efektu termicznego oraz wolniejszego, lecz trwałego efektu oddziaływania

biostymulacyjnego. Laser wykazuje bardzo silne działanie na tkankę, działając punktowo trafnie dociera do ogniska bólu, a jedną z jego większych zalet jest to, że leczone są nie tylko objawy, ale i przyczyny dolegliwości. Można więc osiągnąć w krótszym czasie lepsze efekty terapeutyczne.

- Urządzenie umożliwia podjęcie leczenia, które przebiega szybko, nieinwazyjnie i skutecznie, a metoda ta nie wiąże się z żadnymi skutkami ubocznymi. Zabieg laserem wyso-

koenergetycznym jest całkowicie bezbolesny, a pacjent może odczuwać jedynie delikatne ciepło na skórze. Poza tym terapeuta jest cały czas przy pacjencie, obserwuje w jaki sposób reaguje na pracę lasera i na bieżąco monitoruje odczucia pacjenta – zapewnia Agnieszka Ciećka. - Nie możemy jednak stosować go w stanach ostrych, a jedynie przewlekłych lub podostrych. Terapia laserem wysokoenergetycznym realizowana jest w zakresie komercyjnym.



Co nam daje nowy laser?

Laser wysokoenergetyczny umożliwia nieinwazyjne i błyskawiczne leczenie bólu, stanów zapalnych, zwyrodnień pojawiających się w różnych obszarach ciała. Emituje spójne i monochromatyczne światło laserowe, które dociera do skóry i wywołuje w tkance falę fotomechaniczną. Działa przy tym pobudzająco na zakończenia nerwowe i receptory bólu, dzięki czemu pacjent odczuwa niemal natychmiastową ulgę. Dodatkowo nasz laser przyczynia się do pobudzenia działania układu krwionośnego i limfatycznego, sprzyja szybszemu gojeniu się ran i leczeniu urazów.

Dlaczego ta terapia jest bardzo skuteczna?

Emituje światło o starannie dobranej długości fali i mocy - dzięki temu uzyskuje się optymalne proporcje między pochłanianiem, a przenikaniem wiązki penetrującej ciało; umożliwia uzyskanie mocy szczytowej aż 50 razy wyższej niż w przypadku zimnej laseroterapii; można je wykorzystywać do terapii łączonej z wytworzeniem fali uderzeniowej, co wydatnie podnosi działanie przeciwbólowe laseroterapii, przyspiesza mikrokążenie i drenaż limfatyczny, czyli polepsza warunki do odnowy i regeneracji tkanek



Do czego wykorzystywany jest laser wysokoenergetyczny?

Wskazania w sporcie

Achillodynia
(bolesność ścięgien
piętowych)
Naderwanie ścięgna/
więzadła
Zapalenie rozcięgna
podeszwowego
Skřęcenie stawu
Stłuczenia

Wskazania ortopedyczne

Chondromalacja rzepki
Hallux
Zapalenie kaletki
Zapalenie stawów
Uszkodzenie łokotek
Ostroga piętowa

Wskazania neurologiczne

Dyskopatia szyjna
Lumbalgia
Ischialgia
Neuralgia nerwu
międzyżebrowego
Neuralgia nerwu
trójdzielnego
Rwa ramienna

Laser wysokoenergetyczny - przeciwwskazania:

choroby nowotworowe
czynna gruźlica płuc
skłonności do krwawień
stany gorączkowe
ciąża
arytmia i niewydolność
krążenia

nadwrażliwość na światło
cukrzyca niestabilizowana
epilepsja
rany otwarte
zaburzenia czucia
w miejscu terapii
okolice oczu

choroby bakteryjne,
wirusowe i grzybicze
implanty metalowe
i elektroniczne



Mamy nowe karetki

PCM w Wieruszowie ma dwie nowe karetki, które od 7 stycznia br. wprowadzono do systemu ratownictwa.

Nowe ambulanse zastąpiły pojazdy stacjonujące dotychczas w Sokolnikach oraz Złoczewie. Decyzję o wymianie aut na nowe podjęło Ministerstwo Zdrowia przyznając PCM w Wieruszowie dotację celową w wysokości 800 tys. zł (po 400 tys. na karetkę) na zakup dwóch nowych pojazdów.

27 września 2019 r. wiceminister zdrowia Janusz Cieszyński przekazał na ręce Euniki Adamus, prezes zarządu PCM oraz Elżbiety Winkowskiej-Kulok, kierownika Ratownictwa Medycznego, symboliczne czeki na dofinansowanie zakupu nowych karetek.

- Decyzja ministerstwa bardzo nas ucieszyła. Po otrzymaniu informacji o przyznaniu pieniędzy niezwłocznie przystąpiliśmy do uruchomienia niezbędnych procedur przetargowych. Wyłoniliśmy dostawcę i w połowie grudnia nowe karetki dotarły już do Wieruszowa - mówi Elżbieta Winkowska-Kulok.

Pieniądze z dotacji wystarczyły na zakup specjalistycznych pojazdów, jednak na ich wyposażenie PCM musiało wygenerować własne fundusze.

- Ze środków PCM zakupiliśmy urządzenia do mechanicznego masażu klatki piersiowej, nowe ssaki, krzesła kardiologiczne i deski

ortopedyczne. Wykorzystaliśmy też część sprzętu z poprzednich pojazdów, bo wiele elementów wyposażenia było dobrej jakości - wylicza Elżbieta Winkowska-Kulok.

Dotacja przyznana przez Ministerstwo Zdrowia realizowana była w ramach rządowego programu wymiany ambulansów. Zmiana ta podyktowana jest ogólną tendencją do dbania o zachowanie jak najwyższego standardu leczenia.

- Co kilka lat karetki muszą być wymieniane, aby do pacjentów dojeżdżały nowe, niezawodne pojazdy. Cieszymy się bardzo, bo obecnie nasz „najstarszy” samochód ma zaledwie 8 lat - podkreśla kierownik Ratownictwa Medycznego.

PCM ma już też pomysł na zagospodarowanie wymienionych pojazdów. - Jedną ze starych karetek pozostanie w PCM jako karetka rezerwowa i zastąpi pojazd, który do tej pory pełnił tę funkcję. Jesteśmy zobowią-

zani do posiadania takiego auta na wypadek dłuższego serwisowania czy awarii któregośkolwiek ambulansu. Musi on mieć te same certyfikaty jak pozostałe pojazdy jeżdżące w systemie ratownictwa. Drugi z samochodów zostanie sprzedany - wyjaśnia Elżbieta Winkowska-Kulok.



ZOL jak nowy

W 2019 r. zakończyliśmy gruntowny remont Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego. ZOL to bardzo ważne miejsce w wierszowskim szpitalu, gdyż jego pacjenci spędzają tu wiele czasu wracając do zdrowia i sprawności, a ich komfort jest dla Zarządu PCM bardzo ważny.

- Remont Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego realizowany był etapami, a rozpoczął się od odnowienia łazienek. Wymieniliśmy kafelki i całą armaturę sanitarną. Udało nam się też stworzyć kolejną, trzecią łazienkę z natryskiem, przystosowaną, podobnie jak pozostałe, do potrzeb osób niepełnosprawnych - mówi Małgorzata Wróbel, kierownik ZOL.

- Zainstalowaliśmy też dodatkowe poręcze, które pozwalają pacjentom na większą samodzielność i są pomocą dla osób z niedowładami, porażeniami czy osłabioną siłą mięśniową - podkreśla Małgorzata Wróbel. Wyremontowano też sale chorych. W szpitalu wymieniono instalację elektryczną, poprzemysłowano gniazda i zmieniono rozstawienie instalacji przyzywowej oraz lokalizacje umywalk, żeby osoby na wózkach czy wspierające się chodzikami mogły same z nich korzystać. Dzięki temu poprawiono ergonomię naszych sal.

- Całość jest teraz zdecydowanie bardziej praktyczna zarówno dla nas jak i naszych podopiecznych - zaznacza kierownik ZOL. Część zmian wprowadzono z uwagi na obowiązujące wytyczne sanitarno-epidemiologiczne. Dlatego też w trakcie remontu

przebudowano pomieszczenia potrzebne do utrzymania czystości. Odnowiona została kuchnia, a drzwi wymieniono na nowe, szersze, pozwalające na swobodny przejazd łóżek z pacjentami. Zarówno sale, jak i korytarze, pomalowano na ciepłe, przyjazne kolory nie kojarzące się ze szpitalną przestrzenią.

- To wszystko w połączeniu z nowymi meblami i nowoczesnym sprzętem, jakim w minionych latach obdarowała nas Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy sprawia, że możemy z dumą powiedzieć, że komfort pobytu w ZOL znacząco się poprawił. To efekt wielomiesięcznej pracy naszego Działu Technicznego-Remontowego, który z uwagą wysłuchiwał naszych wskazówek. To również sukces naszego personelu, który musiał wykonać podwójną pracę, by remont nie był odczuwalny dla naszych podopiecznych. Mamy wspaniały zespół: świetne pielęgniarki, opiekunki medyczne, rehabilitantkę i pracownice gospodarcze. Ich zaangażowanie, serdeczność i empatia oraz nasze coraz lepsze warunki lokalowe to coś, co sprawia, że pobyt u nas jest przyjemniejszy, a rozstanie z bliskimi nie jest tak trudne dla naszych podopiecznych - podkreśla kierownik ZOL.



W tym roku czeka nas wiele zmian



Jakie zmiany zaszły w Powiatowym Centrum Medycznym w 2019 r.? Czy miniony rok placówka może zaliczyć do udanych? O parę słów podsumowania poprosiliśmy Eunię Adamus, prezes zarządu PCM w Wieruszowie.

- Co zmieniło się w 2019 r. w wieruszowskim szpitalu?

- Bardzo cieszymy się z wielu działań remontowych, które udało się z powodzeniem zakończyć w minionym roku. Sfinalizowaliśmy kilkietapowy remont Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego poprawiając komfort pobytu naszych pacjentów i jednocześnie usprawniając pracę osobom zatrudnionym w ZOL. Zmodernizowaliśmy pomieszczenia przynależne do Nocnej i Świątecznej Opieki Medycznej. Udało nam się rozpocząć pierwszy etap prac remontowych Oddziału Pediatricznego. To tylko niektóre inicjatywy wykonane przez nas w ostatnich miesiącach, a wszystko za sprawą wyężonej pracy Działu Techniczno-Remontowego. Nie zapominamy też o inwestycjach sprzętowych. Udało nam się wygospodarować pieniądze na zakup lasera wysokoenergetycznego, z którego od kilku miesięcy chętnie korzystają pacjenci rehabilitacji. W sumie testowaliśmy trzy podobne urządzenia i zdecydowaliśmy się na zakup tego, którego skuteczność najbardziej nas przekonywała.

- Jak udało się pozyskać dwie nowe karetki?

- Stało się to dzięki środkom otrzymanym z Ministerstwa Zdrowia. Z własnych funduszy trudno byłoby nam wygenerować pieniądze na nowe pojazdy, dlatego dotacja celowa MZ przyznana na zakup karetek bardzo nas ucieszyła. Fundusze z ministerstwa wykorzystaliśmy tylko na zakup ambulansów, a ich wyposażenie finansowaliśmy już z własnych pieniędzy.



- Jakie jeszcze zmiany mogli dostrzec pacjenci?

- Wprowadziliśmy też wirtualną centralę telefoniczną, która znacznie usprawniła pracę rejestracji i obsługę interesantów. Dała też szereg dodatkowych udogodnień jak choćby kolejkowanie połączeń czy rejestracja rozmów. Inwestycja ta, to kolejny dowód na to, jak ważne są dla nas opinie pacjentów. Wpisywane do ankiet uwagi sugerujące konieczność usprawnienia pracy rejestracji wzięliśmy sobie do serca i zaproponowaliśmy rozwiązanie stosowane przez wiele dużych placówek. Inwestujemy też w szkolenia, bo edukacja personelu jest kluczowa dla funkcjonowania placówek medycznych.

- Czy personel chętnie w nich uczestniczy?

- Wręcz sami się tego domagają! Nasi pracownicy regularnie biorą udział w szkole-

niach medycznych, co ma bezpośrednie przełożenie na poprawę procesu leczenia. Tylko w ten sposób można zdobyć wiedzę z zakresu nowych technologii i innowacji medycznych, które na bieżąco staramy się wdrażać w PCM. Już teraz zabiegamy o szkolenia prowadzone przez autorytety z dziedziny farmakoterapii i nadzoru nad zakażeniami. W lutym planujemy też szkolenie prowadzone przez przedstawiciela Biura Rzecznika Praw Pacjenta.

- Znana jest Pani z tego, że stawia na profilaktykę. Jakie programy profilaktyczne udało się zrealizować w 2019 r.?

- Cieszymy się bardzo, że po raz drugi udało nam się przystąpić do programu profilaktycznego finansowanego ze środków Ministerstwa Zdrowia, który oferuje bezpłatną



kolonoskopię. To jedyna forma badania pozwalająca wykryć zmiany w jelicie grubym, ich usunięcie, a tym samym uniemożliwienie rozwoju jednego z najczęstszych nowotworów złośliwych, czyli raka jelita grubego. Co istotne, program ten będziemy kontynuować w bieżącym roku.

- Co roku zabiega Pani również o dokumenty potwierdzające wysoką jakość świadczenia usług przez PCM. Jakie certyfikaty zdobyliście w minionym roku?

- Rzeczywiście, niezmiennie wiele wagi przykładamy do wdrażania procedur, które systematyzują różne odcinki naszej pracy tak, aby minimalizować ryzyko wystąpienia ewentualnych błędów. Możemy się zatem pochwalić otrzymanym niedawno Certyfikatem Bezpieczeństwa Informacji, Certyfikatem Zarządzania Środowiskowego oraz

recertyfikacją funkcjonującego do wielu lat Systemu Zarządzania Jakością. Zabiegamy o nie, mimo iż ich uzyskanie wiąże się koniecznością przeprowadzenia wielomiesięcznych przygotowań.

- Czy zatem jest coś co nie wpisuje się w to pasmo sukcesów?

- Oczywiście, nie wszystko się udało zakończyć w zaplanowanym czasie. Zmagamy się z tematem budowy studni, która ma zagwarantować alternatywne źródło wody dla naszej placówki. Poszukujemy tańszych rozwiązań niż te, które do tej pory nam zaproponowano. Czekamy również na rozpatrzenie wniosku o dofinansowanie założenia w szpitalu fotowoltaiki, która pozwoli nam na uzyskanie sporych oszczędności. Mamy zapewnienie, że dokumentacja będzie rozpatrywana w lutym. Czekamy więc cierpliwie

i mamy nadzieję, że niedługo będziemy mogli przystąpić do prac z tym związanych.

- Co jeszcze w planach na ten rok?

- Przed nami kontynuacja remontu Oddziału Pediatrycznego. Dotyczyć on będzie nie tylko sal pacjentów, ale i zaplecza sanitarnego. Czekają nas również wiele zmian w zakresie informatyzacji szpitala. Chcemy skorzystać z możliwości, które daje ta dziedzina, a która może być trochę do tej pory zaniedbywana. Staramy się podchodzić do takich tematów zadaniowo. Mówiąc kolokwialnie: zakasujemy rękawy i bierzemy się do pracy. Mając taki zespół, wiem, że wszystko się uda. Miniony rok był dla nas bardzo dobry, a ja jestem przekonana, że nowy będzie jeszcze lepszy.

- Dziękuję za rozmowę.

Nie daj się rakowi!

Zapraszamy do udziału w bezpłatnych badaniach profilaktycznych pozwalających na wczesne wykrycie raka jelita grubego. Program finansowany jest przez Ministerstwo Zdrowia, którego założeniem jest zmniejszenie ryzyka śmierci z powodu tego nowotworu o 60-90 %.

Rak jelita grubego to jedna z najczęstszych chorób nowotworowych. Początkowo rozwija się bezobjawowo i nie daje pacjentowi żadnych dolegliwości, stąd konieczność wykonywania specjalistycznych badań pozwalających wychwycić wczesne stadium choroby. Warto o tym pomyśleć, bo szacuje się, że jedna na 19 osób zachoruje na ten nowotwór. Korzystanie z badań profilaktycznych jest wielką szansą dla chorego, gdyż pozwalają one na wykrycie zmian przednowotworowych i ich usunięcie, a nawet jeżeli dochodzi do wykrycia raka jest szansa na pełne wyleczenie chorego. Zdaniem Ministerstwa Zdrowia bezobjawowy rak wykrywany jest u 1 na 125 badanych.

W Polsce badaniem przesiewowym w kierunku wykrycia nowotworu jelita grubego jest kolonoskopia. Nowotwór ten w większości przypadków rozwija się z polipa, dlatego ich usuwanie z jelita grubego jest tak ważnym elementem zapobiegania rozwojowi choroby.

- Zachęcamy do skorzystania z badań kolonoskopowych realizowanych w ramach programu w 2020 r. - mówi Katarzyna Śmiałek-Kędzia, pełnomocnik ds. jakości. - Tylko w minionym roku, od października do grudnia, udało nam się przebadać 204 pacjentów, w tym 18 pacjentów w znieczuleniu. U 120 osób usunięto polipy - podsumowuje. Aby wziąć udział w badaniu nie trzeba być ubezpieczonym (wystarczy PESEL), a samo badanie jak i preparat do przygotowania do badania są bezpłatne.

- Żeby zarejestrować się na badanie nie jest potrzebne skierowanie, wystarczy wypełnić krótką ankietę, która jest dostępna na stronie internetowej szpitala lub w biurze projektu. Ankietę można uzupełnić również podczas telefonicznej rejestracji - wyjaśnia Katarzyna Śmiałek-Kędzia.



Kto najczęściej choruje?

- Program Badań Przesiewowych raka jelita grubego (PBP) jest zadaniem Narodowego Programu Zwalczenia Chorób Nowotworowych.
- W ramach PBP, od 2000 r., wykonywana jest bezpłatna profilaktyczna kolonoskopia.
- Ryzyko tworzenia polipów rośnie stopniowo między trzecią, a piątą dekadą życia i zwiększa się po 50. roku życia. Szacuje się, że co czwarty człowiek ma w tym wieku zmiany przednowotworowe. U ok. 5 proc. osób z tej grup polipy przerodzą się w nowotwór złośliwy. Najwięcej przypadków raka jelita grubego jest diagnozowane u osób, które skończyły 65 lat.

Kogo możemy przebadać?

Do udziału w programie kwalifikują się pacjenci:

- w wieku 50-65 lat, niezależnie od wywiadu rodzinnego,
- osoby w wieku 40-49 lat, które mają krewnego pierwszego stopnia, u którego rozpoznano raka jelita grubego,
- osoby w wieku 25-49 lat z rodziny z zespołem Lynch. W tej grupie konieczne jest potwierdzenie rozpoznania przynależności do rodziny z zespołem Lynch z poradni genetycznej na podstawie spełniania tzw. kryteriów amsterdamskich i ewentualnego badania genetycznego,
- osoby w wieku 20-49 z rodziny z zespołem polipowatości rodzinnej gruczolakowatej (FAP). W tej grupie osób konieczne jest potwierdzenie rozpoznania przynależności do rodziny z FAP z poradni genetycznej.

Z badań w ramach programu nie mogą skorzystać osoby, które:

- mają objawy sugerujące istnienie raka jelita grubego,
- miały wykonaną kolonoskopię w ostatnich 10 latach.

Jak przygotować się do badania?

Aby badanie było skuteczne konieczne jest dokładne obojętne jelita od środka. Wymaga to oczyszczenia go z resztek pokarmowych. Wskazane jest, aby na trzy dni przed badaniem stosować dietę płynną. Można pić napoje i jeść zupy, jednak bez warzyw i innych dodatków. W dniu poprzedzającym badanie należy zjeść jedynie śniadanie, a od południa zacząć przyjmować specjalny preparat do oczyszczenia okrężnicy. Reakcją organizmu na jego przyjęcie będą liczne wypróżnienia. Od tego momentu nie należy jeść, aż do zakończenia badania. Kolonoskopia to badanie, w trakcie którego ogląda się jelito grube od środka. Wykonuje się je miękką, giętką rurką o grubości małego palca (kolonoskop), którą lekarz wprowadza przez odbyt do oczyszczonego jelita grubego i przesuwa do ujścia jelita cienkiego. W tym czasie dokładnie oglądana jest ściana jelita grubego. Wprowadzanie aparatu i samo badanie dla większości osób jest bezbolesne. Jeśli w trakcie badania lekarz zauważy polipy zostaną one usunięte za pomocą pętli wprowadzonej do jelita przez kolonoskop. Ich usunięcie jest bezbolesne i nie powoduje żadnych uciążliwości dla pacjenta, który bezpośrednio po badaniu może wrócić do domu lub pracy. Samo badanie trwa zwykle 15-30 min. i jest zupełnie bezpieczne. W szczególnych przypadkach może się odbyć w znieczuleniu. (źródło: <http://pbp.org.pl>)



Jak się zarejestrować?

Rejestracja na badania oraz informacje – Biuro projektu:
Powiatowe Centrum Medyczne Sp. z o.o.
NZOZ Szpital Powiatowy
ul. Warszawska 104, 98-400 Wieruszów
Budynek B, pierwsze piętro, pokój nr 6
Biuro projektu czynne od poniedziałku do piątku godz.: 12:00 – 14:30,
nr telefonu: 693 454 222



Pediatria bardziej ciepła i kolorowa

Dwie sale Oddziału Pediatrycznego wierszowskiego szpitala po remoncie zyskały nowy wygląd. Pierwszy etap prac mających poprawić estetykę i funkcjonalność pomieszczeń, w których przebywają najmłodszy pacjenci, dobiegł końca.

W wyremontowanych salach wymieniono instalację elektryczną, dzięki czemu łatwiej jest korzystać z wszelkiego sprzętu medycznego wymagającego zasilania. Kupiono nowy przewijak dla najmłodszych pacjentów, zamontowano nowe drzwi do sal chorych oraz odnowiono ściany specjalną okładziną, która spełnia wszelkie wymogi sanitarne.

W remont oddziału zaangażowanych było wiele osób, które szukały najlepszych i najbardziej praktycznych rozwiązań, jednocześnie przykładając wielką wagę do tego, aby poprawić warunki pobytu dzieci i ich opiekunów.

- Chcieliśmy stworzyć przestrzeń przyjazną dla dziecka, dlatego szukaliśmy ciekawych rozwiązań, które pozwolą ocieplić wizerunek szpitalnych sal – podkreśla Eulalia Misiek, pielęgniarka oddziałowa.

W efekcie powstały estetyczne, ciepłe pomieszczenia, a sympatyczne zwierzątka zerkają na pacjentów nawet ze ściennych kafelków. W odnowionych salach pojawiły się też kolejne, kupione z funduszy szpitala, rozkładane łóżka dla opiekunów pacjentów. W ciągu dnia są praktycznymi fotelami, a po rozłożeniu wygodnymi łóżkami, pozwalającymi na komfortowy wypoczynek. Łącznie oddział dysponuje już ośmioma rozkładanymi łóżkami dla opiekunów na 12 miejsc dla pacjentów.

- Prace remontowe wykonywane są systemem gospodarczym dzięki pracownikom Działu Techniczno-Remontowego - dodaje Eulalia Misiek. - Docelowo wyremontowany będzie cały oddział wraz z gabinetem zabiegowym i łazienkami.



Estetycznie i praktycznie

Nasz szpital pięknie w oczach. Tym razem metamorfozę przeszedł gabinet zabiegowy Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej. Poprawiła się nie tylko estetyka, ale i jego funkcjonalność.

- Dzięki przeprowadzonemu wcześniej remontowi zwiększyliśmy metraż powierzchni pomieszczeń NiŚOZ. Udało się to dzięki temu, że zaadaptowaliśmy pomieszczenie, w którym do niedawna funkcjonowała dyspozytornia medyczna. Teraz sala pełni funkcję gabinetu przyjęć lekarskich – mówi Elżbieta Winkowska-Kulok, kierownik Ratownictwa Medycznego.

Pomieszczenie jest w pełni wyremontowane i pomalowane. Wyposażone zostało w funkcjonalne meble i konieczny sprzęt, co z całą pewnością poprawia komfort zarówno pacjentów, jak i lekarza pełniącego dyżur.

- Co istotne pomieszczenie to ma połączenie z gabinetem zabiegowym, gdzie pacjent przechodzi bezpośrednio, bez konieczności powrotu do poczekalni, jeżeli istnieje potrzeba wykonania jakiegoś zabiegu, iniekcji, opatrunku lub innych zabiegów zleconych przez lekarza – zaznacza Elżbieta Winkowska-Kulok.

W samym gabinecie zabiegowym, w ub.r., również udało się przeprowadzić remont, kupiono nowe meble oraz drobny sprzęt medyczny na jego wyposażenie.

- Dzięki tym zmianom poprawiliśmy ergonomię pomieszczenia, co usprawnia pracę personelu NPL i podwyższa komfort pacjenta podczas wykonywanych zabiegów – podkreśla kierownik. - Warto też dodać, że gabinet zabiegowy ma dwa wejścia: z jednej strony wchodzi się od gabinetu lekarskiego, a z drugiej strony bezpośrednio z poczekalni, gdzie pacjenci oczekują na wizytę. Takie rozwiązanie usprawnia ruch pacjentów, ponieważ nie wszyscy chorzy przychodzą po poradę lekarską, ponieważ część osób trafia do NiŚOZ wyłącznie na zaordynowane wcześniej zabiegi takie jak iniekcje.

Zarówno remont, jak i zakup nowego wyposażenia sfinansowano z funduszy własnych PCM. To kolejna zmiana w szpitalu, która nie tylko poprawia estetykę pomieszczeń, ale również ich funkcjonalność oraz usprawnia obsługę pacjenta.





Nie taka kolejka straszna jak ją malują

Kolejki do specjalistów to temat budzący wiele emocji. Sprawdzamy czy początek roku wiąże się ze wzmożonym ruchem w rejestracji do poradni specjalistycznych Powiatowego Centrum Medycznego w Wieruszowie.

- Rejestracja do specjalistów odbywa się na bieżąco i w wielu poradniach czas oczekiwania na wizytę nie przekracza miesiąca, np. do chirurga, otolaryngologa, pulmonologa, psychologa czy dermatologa na konsultacje – mówi Elżbieta Winkowska-Kulok, koordynator Poradni Specjalistycznych. - Dłuższe kolejki notujemy do ortopedy czy dermatologa wykonującego zabiegi lub do okulisty. Nadal obserwujemy duże zainteresowanie naszymi poradniami specjalistycznymi wśród pacjentów z ościennych powiatów i województw. Okazuje się, że czas oczekiwania

na wizytę u specjalisty w innych placówkach medycznych bywa dłuższy – podkreśla koordynator.

- Często zauważamy zniecierpliwienie wśród pacjentów, gdy są zmuszeni poczekać dłuższy czas na wizytę u wybranego lekarza – mówi Elżbieta Winkowska-Kulok. - Sytuacji nie poprawia fakt, iż od lat na rynku brakuje lekarzy specjalistów, którzy byliby gotowi podjąć pracę w szpitalnej poradni. Jest to bolączka całej Polski i wiele placówek medycznych zmagają się z problemami kadrowymi – zaznacza.

Koordynator Poradni Specjalistycznych wraz z paniami rejestratorkami dokładają wielu starań, by obsługa pacjenta była jak najbardziej płynna. Od niedawna w pracy wspiera ich wirtualna centrala telefoniczna. Jest to system, który w razie konieczności poinformuje pacjenta o odwołanej wizycie (SMS lub wiadomość głosowa), udzieli dzwoniącemu informacji o liczbie osób oczekujących na połączenie i zarejestruje każdą rozmowę. - To duże wsparcie dla osób pracujących w rejestracji i nie tylko – komentuje Elżbieta Winkowska-Kulok.

Szczupło i zdrowo

Początek roku to tradycyjnie czas noworocznych postanowień, wśród których niezmiennie prym wiodzie utrata wagi. Jaki typ diety wybrać? Jak uniknąć pułapek diet zwyczajnie szkodliwych, które zamiast ratować zrujniają nasze zdrowie? O wsparcie wszystkich walczących z nadwagą pokusił się Narodowy Fundusz Zdrowia.

NFZ od lat notuje rosnące koszty związane z leczeniem chorób wynikających ze złej diety i otyłości. Aby odwrócić ten trend opracowano specjalny serwis (diety.nfz.gov.pl) z praktycznym dostępem do uznanej za najzdrowszą dietę na świecie – dietę DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension), która nie tylko odchudza, ale i leczy.

Dieta ta jest wynikiem wieloletnich prac naukowców z Narodowego Instytutu Serca, Płuc i Układu Krwiotwórczego z USA. Pracujący tam specjaliści wykazali ścisłą zależność między spożywanym jedzeniem, a śmiertelnością z powodu udarów i zawałów serca. Efekty ich badań pokazują, iż już po dwóch tygodniach stosowania diety DASH można obniżyć ciśnienie skurczowe średnio o ok. 6 mm/Hg, a rozkurczowe o 3 mm/Hg i zmniejszyć ryzyko zachorowań. Postanowiono więc

stworzyć program żywieniowy, który leczy.

Po wejściu na stronę www.diety.nfz.gov.pl serwis poprosi nas o podanie wagi, wieku, wzrostu i stopnia aktywności fizycznej, w oparciu o które wyliczy naszą prawidłową wagę oraz podstawową i całkowitą przemianę materii. System podaje nam informację ile potrzebujemy kalorii, a następnie pojawia się możliwość wybrania diety DASH dobranej do odpowiedniej dla nas kaloryczności: 1200, 1500, 1800, 2500 i 3000 kcal. Dla ułatwienia strona oferuje przykładowy 28-dniowy jadłospis z możliwością wymiany posiłków i przygotowaniem listy zakupów.

W przeciwieństwie do wielu popularnych diet DASH nie jest dietą eliminacyjną. Nie zakłada też głodówek tylko regularne spożywanie pięciu posiłków dziennie. Znajdziemy

w niej produkty zbożowe i nabiał, orzechy, warzywa, owoce, ryby i mięso, a wszystko w odpowiednich proporcjach. Ich zalecane wysokie spożycie wynika z tego, że zawierają dużo składników odżywczych, takich jak potas, wapń i błonnik, pomocnych przy redukcji masy ciała i obniżaniu ciśnienia tętniczego. Są też oczywiście wyrzeczenia: obowiązuje ograniczenie wysoko przetworzonych produktów, tłuszczu (szczególnie zwierzęcego), cukru czy soli (do ok. pół łyżeczki dziennie). Połączenie diety z 12 tys. kroków dziennie pozwala schudnąć od 0,5 do 1 kilograma tygodniowo. Obecnie to najbardziej polecany sposób na zdrowie i szczupłą sylwetkę.

NFZ zapowiada stałe rozwijanie serwisu i stworzenie opcji DASH Senior oraz DASH Vege również w kilku wariantach kalorycznych.





Uwaga!
Nowy numer telefonu!

45 95 95 112

Powiatowe Centrum Medyczne Sp. z o.o.
NZOZ Szpital Powiatowy w Wieruszowie
ul. Warszawska 104, 98-400 Wieruszów
tel. sekretariat: 45 95 95 112