

NZOZ Szpital Powiatowy w Wieruszowie

# nasz szpital



nr 16, lipiec-wrzesień 2018 r.



**3** Mamy akredytację!

**4** Nowy sprzęt dla Oddziału  
Pediatricznego

**8** Odra – powrót  
choroby





**Eunika Adamus**  
Prezes Powiatowego  
Centrum Medycznego

## Szanowni Państwo,

oddajemy w Wasze ręce kolejny numer naszego biuletynu, w którym przedstawiamy garść najświeższych informacji z życia wierszowskiego szpitala. Z prawdziwą dumą informujemy, iż w czerwcu br. Rada Akredytacyjna kolejny raz przyznała naszej placówce Certyfikat Akredytacyjny Ministerstwa Zdrowia. Jest to wyjątkowe wyróżnienie, które otrzymują nieliczne jednostki. Jesteśmy szczęśliwi, że kolejny raz mogliśmy się znaleźć w doborowym gronie szpitali, których praca zasługuje na najwyższe noty, a jakość jest doceniana.

Przybliżamy Państwu również temat zachorowań na odrę, która nie tak dawno pojawiła się w naszym regionie. Choroba wyeliminowana na wiele lat dzięki szczepieniom jednak powróciła i jak się okazało jest realnym zagrożeniem. Akcentujemy więc wagę szczepień profilaktycznych i zachęcamy do uważnej lektury artykułu.

Polecamy też Państwa uwadze artykuł o nowościach w Oddziale Pediatrycznym, który kolejny raz doposażyła Fundacja Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Tym razem dzięki WOŚP udało się wymienić wszystkie łóżka szpitalne dla naszych pacjentów i wyposażyć oddział w nowoczesne pulsoksymetry i kardiomonitor.

W bieżącym numerze podsumowujemy również Państwa opinie zebrane w ankietach, dzięki którym na bieżąco staramy się poznawać Państwa sugestie i uwagi na temat naszej działalności. Dziękujemy za wszystkie słowa krytyki i wskazówki do zmian oraz bardzo liczne pochwały, które najlepiej i najsukuteczniej motywują nas do jeszcze intensywniejszej pracy.

Wspominamy również występ chóru, który śpiewał dla pacjentów Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego. Takie działania tylko pozornie nie mają wiele wspólnego z leczeniem, bo dbanie o aktywne spędzanie czasu naszych najstarszych pacjentów ma niezwykle istotny wymiar terapeutyczny.

Na koniec uchylamy nieco rąbka tajemnicy związanej z obchodami naszego jubileuszu. Już we wrześniu br. nasza spółka świętować będzie 10-lecie swojego istnienia. Zapraszamy serdecznie do lektury biuletynu oraz wspólnego świętowania naszej rocznicy!

# PEDIATRIA JAK NOWA!



*Fundacja Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy pomogła nam po raz kolejny. Otrzymaliśmy wsparcie w postaci nowoczesnego sprzętu, który trafił do Oddziału Pediatrycznego wierszowskiego szpitala.*

Oddział pediatryczny otrzymał nowoczesny kardiomonitor, który daje możliwość monitorowania najmniejszych dzieci oraz nastoletnich pacjentów. Eulalia Misiek, pielęgniarka oddziałowa z Oddziału Pediatrycznego do zalet nowego sprzętu zalicza przede wszystkim jego mobilność oraz wbudowany, długo działający akumulator. Takie udogodnienia w nowym kardiomonitorze można wykorzystać podczas badań oraz konsultacji najmłodszych pacjentów wykonywanych również poza oddziałem. Oddział otrzymał także dwa pulsoksymetry, kolejne mobilne urządzenia, które można przystawić do łóżka pacjenta. Ich działanie jest bardzo ciche, a więc ich praca nie przeszkadza dzieciom w odpoczynku.

Oddział Pediatryczny otrzymał również 12 nowych łóżek dla swoich pacjentów: w tym 4 dla najmłodszych dzieci. Dzięki temu podarunkowi od WOŚP udało się wymienić łóżka w całym oddziale. - Nowe łóżka spełniają nasze wszelkie oczekiwania – podkreśla Eulalia Misiek. - Mają nowoczesne barierki ochronne zabezpieczające, aparaty do kroplówek oraz wysięgniki, aby pacjent leżący mógł się swobodnie podnieść. Łóżka są wyposażone w specjalistyczne materace wypełnione poduszczkami powietrznymi, dzięki którym pacjentom leży się bardzo wygodnie, a dodatkowo spełniają funkcje przeciwoleżynowe. Do każdego łóżka otrzymaliśmy również praktyczne i funkcjonalne szafki przyłóżkowe tak bardzo

potrzebne dzieciom na schowanie rzeczy osobistych - dodaje pielęgniarka. Nowy sprzęt jest bardzo kolorowy i estetyczny, co na pewno sprawia, że pobyt w szpitalu dla małych pacjentów jest choć trochę przyjemniejszy. Dla personelu jest też istotne to, że wyposażenie wykonane jest z wysokiej klasy materiałów łatwych do dezynfekcji. To kolejne w tym roku doposażenie Oddziału Pediatrycznego. W lutym br., na potrzeby diagnozowania najmłodszych pacjentów, WOŚP przekazała nowoczesny aparat EKG, a PCM z własnych środków zakupiła fotele z funkcją spania dla rodziców, którzy czuwają przy dzieciach podczas hospitalizacji.



# MAMY CERTYFIKAT!

*Na podstawie rekomendacji Rady Akredytacyjnej Minister Zdrowia udzielił ponownie akredytacji Powiatowemu Centrum Medycznemu w Wieruszowie. Uzyskanie certyfikatu przez szpital daje pacjentowi pewność, że placówka spełnia standardy jakości świadczonych usług i normy bezpieczeństwa. To dla nas wielkie wyróżnienie!*



**196** – tylko tyle polskich szpitali może się aktualnie poszczycić certyfikatem akredytacyjnym (według danych Centrum Monitorowania Jakości w Ochronie Zdrowia). W tym gronie jest dziewięć szpitali funkcjonujących na terenie województwa łódzkiego.

- Sam proces przygotowań do wizyty akredytacyjnej wymaga usystematyzowania każdego odcinka naszej pracy i wprowadzenia procedur dotyczących niemal każdego zakresu działania. Wymaga to mnóstwa pracy, jednak mamy świadomość, że podnosi to naszą jakość, dlatego warto się starać – zapewnia Katarzyna Śmiałek-Kędzia, pełnomocnik dyrektora ds. jakości. - Dla pacjenta to bardzo istotny aspekt, bo dzięki tym procedurom do minimum ograniczamy możliwość wystąpienia błędów. Pracownik musi realizować swoją pracę zgodnie z wytycznymi zawartymi w instrukcjach. Dzięki dokładnie prowadzonej dokumentacji jesteśmy w stanie wyłapać wszystkie błędy, które się pojawiają i móc im

zapobiegać na przyszłość – podkreśla Katarzyna Śmiałek-Kędzia.

Certyfikat jest zatem przypieczętowaniem wyjątkowej i systematycznej pracy. Przyjeżdżający do szpitala audytorzy kontrolują dokumentację placówki i jej zgodność z przepisami. W składzie komisji są wyłącznie osoby z wykształceniem medycznym i to one oceniają prowadzenie diagnostyki, epidemiologii, farmakoterapii, zagadnienia związane z organizacją i zarządzaniem. Sprawdzają również sam proces leczenia, czy przebiegał on prawidłowo.

W marcu br. w naszym szpitalu odbyła się wizyta akredytacyjna, podczas której audytorzy poddali bardzo dokładnej kontroli

wszystkie dziedziny działalności wieruszowskiego szpitala. Finalna ocena była pozytywna i znacznie wyższa niż ta, którą otrzymaliśmy przy pierwszym certyfikacie.

Akredytacja ma też wymiar finansowy. Dodatkową korzyścią, zarówno dla placówki jak i korzystających z jej opieki pacjentów, jest możliwość uzyskania dodatkowych środków na prowadzenie działalności.

- Certyfikat wraz z ilością otrzymanych punktów przestaliśmy do Narodowego Funduszu Zdrowia, który na jego podstawie może przyznać nam dodatkowe finansowanie – podkreśla Eunia Adamus, prezes zarządu PCM.

## Co to jest akredytacja?

Akredytacja to proces zewnętrznej oceny jednostek ochrony zdrowia prowadzony w oparciu o ustalone standardy. Ocena dotyczy szpitala jako całości: przeglądowi podlega całość działalności klinicznej, zarządzania i administracji. Decyzja o podaniu się przeglądowi akredytacyjnemu to indywidualna decyzja zarządu danego szpitala.

Program akredytacji szpitali funkcjonuje w Polsce od 1998 r., opracowany i prowadzony przez Ośrodek Akredytacji Centrum Monitorowania Jakości w Ochronie Zdrowia (CMJ) w Krakowie.

Potwierdzeniem udzielenia akredytacji jest certyfikat, podpisywany przez Ministra Zdrowia na okres 3 lat. Dokument stanowi potwierdzenie pozytywnej oceny.

# DZIĘKUJEMY ZA WASZE UWAGI



*Powiatowe Centrum Medyczne w Wieruszowie prowadzi badania satysfakcji pacjenta regularnie od 2009 r. W ankietach dostępnych na terenie szpitala oceniają Państwo jakość świadczonych przez nas usług. Dziś przyszedł czas na ich podsumowanie.*

- Najwięcej uwag zawartych w ankietach dotyczy niewystarczającego, zdaniem pacjentów, poziomu informacji udzielanych przez lekarzy. Chodzi tu nie o informacje ujęte w wypisie ze szpitala, bo te uznawane są za wyczerpujące, tylko sam moment komunikacji w oddziale czy poradni. Rozumiemy to i mamy pełną świadomość, że prawo do informacji jest jednym z podstawowych praw, jakie przysługuje pacjentowi, dlatego postaramy się dodatkowo przeszkolić personel w tym zakresie – podkreśla Katarzyna Śmiałek-Kędzia, pełnomocnik dyrektora ds. jakości. Tematem pojawiającym się wśród uwag ze strony pacjentów są również kolejki do specjalistów, co niestety, niezmiennie jest wynikiem

zbyt niskiego kontraktowania ze strony Narodowego Funduszu Zdrowia. Pacjenci skarżą się też na trudności w dodzwonieniu się do rejestracji.

- Tu prosimy bardzo o cierpliwość, gdyż nasze rejestratorki rejestrują dziennie 120-150 pacjentów, stąd często długi czas oczekiwania na połączenie – mówi Katarzyna Śmiałek-Kędzia.

Wszystkie zebrane ankiety są dokładnie analizowane, a na ich podstawie sporządzany jest raport, który jest przekazywany dyrekcji szpitala i omawiany z kierownikami poszczególnych działów.

- Każda uwaga jest dla nas ważna i pokazuje nam elementy do zmiany. Dziękujemy za nie

oraz za coraz liczniejsze słowa pochwały – podkreśla pełnomocnik.

Najwięcej słów uznania kierowanych jest pod adresem personelu PCM.

- Pacjenci akcentują uczynność i życzliwość naszych pracowników, fachowość, doceniają też ogólną miłą atmosferę, która panuje w naszym szpitalu co ma wielkie znaczenie dla chorego szukającego pomocy. Chwalą również nasz szpital za panującą w nim czystość. Warto podkreślić, że podobnie jak w latach ubiegłych, w ocenach dominują pozytywne opinie.

- Cieszymy się bardzo, że pacjenci doceniają naszą pracę – mówi Katarzyna Śmiałek-Kędzia.

## Jak wypełnić ankietę?

Ankiety dostępne są przez cały rok. W wersji papierowej można znaleźć je w miejscach świadczenia opieki medycznej, a zwolennicy form elektronicznych mogą pobrać dokument ze strony internetowej szpitala: [www.pcm-nzoz-wieruszow.pl](http://www.pcm-nzoz-wieruszow.pl)



# ŚWIĘTUJ Z NAMI!



**Już 10. września br. spółka Powiatowe Centrum Medyczne w Wieruszowie obchodzić będzie dziesiątą rocznicę swojego działania. To czas wielu istotnych podsumowań i okazja do wspólnego świętowania.**

- 4 czerwca 2008 r. Zarząd Powiatu Wieruszowskiego podpisał umowę spółki i rozpoczęliśmy budowę przedsiębiorstwa pod nazwą Powiatowe Centrum Medyczne – mówi Eunika Adamus, prezes zarządu PCM w Wieruszowie, kierująca placówką od początku jej istnienia. - Działalność medyczną udało nam się rozpocząć w ciągu trzech miesięcy, stąd jubileusz oficjalnie przypada na wrzesień – wyjaśnia prezes.

Z tej okazji 19. września br. odbędzie się uroczysta gala podsumowująca mijające lata. - To świetna okazja do pokazania zmian, jakie udało się nam wprowadzić w PCM, refleksji i podziękowań dla tych, bez których nasze sukcesy nie miałyby miejsca czyli pracowników szpitala – zaznacza Eunika Adamus. Parę dni wcześniej, bo już 15 września br., PCM zaprasza mieszkańców regionu do

swojej siedziby, gdzie w ramach tzw. „białej soboty” będzie można skorzystać z porad wielu specjalistów.

- Na osoby szukające porady lekarskiej czekać będą dermatolog, endokrynolog, urolog oraz otolaryngolog. Szczegółowe godziny przyjęć oraz zasady rejestracji podamy już niebawem na naszej stronie internetowej oraz w lokalnych mediach. Zapraszamy do śledzenia informacji i skorzystania z naszej oferty – zachęca Katarzyna Śmiałek-Kędzia, pełnomocnik dyrektora ds jakości. Pamiętajmy jednak, że idea „białej soboty” jest profilaktyka. W tym dniu wizyta u specjalisty nie ma służyć zdobyciu recepty na zażywanie leku, tylko wczesnemu zdiagnozowaniu choroby.

- Jeśli chodzi o wizytę u endokrynologa i urologa to już w momencie rejestracji pa-

cent otrzyma darmowy kupon na wykonanie niezbędnych badań laboratoryjnych, a lekarz podczas wizyty dodatkowo wykona pacjentowi badanie USG, by miał pełny obraz stanu zdrowia pacjenta – zaznacza pełnomocnik. - W przypadku dermatologa konsultacje dotyczyć będą profilaktyki raka skóry, stąd specjalista oceniać będzie niepokojące nas zmiany skórne pod kątem ewentualnych zmian nowotworowych – dodaje Katarzyna Śmiałek-Kędzia.

Działania prowadzone w ramach białej soboty to oferta niezwiązana z kontraktem z Narodowym Funduszem Zdrowia, ale dająca wszystkim zapracowanym, zabieganym pacjentom możliwość zaczerpnienia porady specjalisty.

Zapamiętaj!  
**BIAŁA SOBOTA**  
15.09.2018

# DNI POWIATU



**Powiatowe Centrum Medyczne w Wieruszowie kolejny raz zaangażowało się w uczestnictwo w Dniach Powiatu. Z oferty stoiska PCM skorzystało ponad 100 osób.**

- Cieszymy się, że kolejny już raz udało nam się spotkać się z mieszkańcami Wieruszowa podczas dorocznego pikniku (9.06.2018 – red.). Każdy kto odwiedził nasze stoisko mógł dokonać bezpłatnego pomiaru poziomu cukru we krwi, zmierzyć ciśnienie tętnicze i zobaczyć w jaki sposób profesjonalnie udzielać pierwszej pomocy – mówi Katarzyna Śmiałek-Kędzia, pełnomocnik dyrektora ds jakości.

Instruktażowe pokazy prowadzili ratownicy z PCM. - Byliśmy zaskoczeni bardzo dużym zainteresowaniem ofertą naszego stoiska, a szczególnie zagadnieniem udzielania pierwszej pomocy. Można było nie tylko zobaczyć jak wykonać to profesjonalnie, ale również na fantomach przećwiczyć zademonstrowaną przez ratowników teorię. Co ciekawe, wśród wielu zainteresowanych były również dzieci i to z pierwszych klas szkół podstawowych, które chętnie podchodziły do możliwości zdobywania praktycznych umiejętności w tym zakresie. Cieszy nas, że nawet tak małe dzieci mają już dużą świadomość tego,

jak istotna jest ta wiedza. Chętnie obserwują tego typu pokazy, dopytują o szczegóły, same chcą przećwiczyć układanie chorego w pozycji bocznej ustalonej czy wykonywanie oddechów ratunkowych i uciśnięć – podkreśla Katarzyna Śmiałek-Kędzia.

Z samych badań skorzystało ponad 70 osób. - To pokazuje jak potrzebna jest taka akcja osobom zabieganym, które na co dzień nie przykładają wagi do kwestii zdrowotnych, tłumacząc się brakiem czasu – mówi pełnomocnik. - U niektórych z nich odnotowano nieprawidłowe wyniki, dlatego nasz personel sugerował, aby z uzyskanym pomiarem zgłosić się do lekarza pierwszego kontaktu oraz koniecznie podjąć samodzielne monitorowanie tych pomiarów – dodaje Katarzyna Śmiałek-Kędzia.

Kolejna możliwość nieodpłatnego skorzystania z konsultacji medycznych już we wrześniu, w siedzibie PCM. Szczegóły podamy niebawem na naszej stronie internetowej [www.pcm-nzoz-wieruszow.pl](http://www.pcm-nzoz-wieruszow.pl) oraz w lokalnych mediach. Serdecznie zapraszamy!



**70 osób** skorzystało z badań oferowanych przez PCM podczas Dni Powiatu.



# SEN BEZ ODDECHU



**Bezdech senny to poważna i niebezpieczna dolegliwość, która prowadzi do zaburzeń snu, a w konsekwencji do niedotlenienia organizmu i uczucia ciągłego zmęczenia w ciągu dnia. O tym jak rozpoznać chorobę i jak ją leczyć rozmawiamy z Małgorzatą Kraszewską, specjalistką chorób płuc pracującą w Powiatowym Centrum Medycznym w Wieruszowie.**

**- Czym jest bezdech senny?**

- A dokładnie obturacyjny bezdech senny (OBS), to choroba, która występuje wówczas, kiedy mamy blokadę uniemożliwiającą swobodne przechodzenie powietrza przez górne i dolne drogi oddechowe. Na skutek tego brak oddechu może trwać nawet minutę, a nam brakuje powietrza więc śpimy niespokojnie.

**- Jaką rolę pełni oddech w trakcie snu?**

- Sen służy do odpoczynku. W trakcie jego trwania mięśnie są rozluźnione. Liczba oddechów podczas snu naturalnie spada, ale prawidłowy oddech jest powolny, głęboki i skutecznie uzupełnia tlen niezbędny do funkcjonowania organizmu. Tymczasem u osób z bezdechem sennym utlenowanie krwi spada wyrównawczo, wobec tego rośnie ciśnienie i rytm serca, bo organizm każdą tkanką i każdą komórką walczy o oddech. Takie osoby są po nocy bardzo zmęczone, gdyż sen nie był efektywny. Następstwem tego są zaburzenia koncentracji w ciągu dnia. Deficyt snu daje znać o sobie i chory zasypia w trakcie jedzenia kolacji, oglądania telewizji, a nawet za kierownicą w trakcie prowadzenia pojazdu.

**- Skoro dzieje się to w nocy kiedy śpimy, to jak**

**możemy domyślić się, że chorujemy na bezdech senny?**

- Pomocna w diagnozowaniu jest druga osoba, która śpi w jednym pokoju z pacjentem cierpiącym na bezdech senny. Chory, który śpi i ma kłopoty z oddychaniem wygląda bardzo charakterystycznie. Przy nabieraniu powietrza nie podnosi się klatka piersiowa tylko brzuch pacjenta. W pewnym momencie chory zaczyna walczyć o oddech i zaczyna się rzucać. Łatwo więc to zauważyć.

**- Skoro mamy już podejrzenia, gdzie można się udać po pełną diagnozę?**

- Bezdech senny diagnozuje się za pomocą polisomnografii. To badanie, które wykonuje się w szpitalach w oddziałach pulmonologii. Podczas nocy spędzonej w szpitalu chory podłączony jest do różnych aparatów, które mierzą ruchy klatki piersiowej i brzucha, ruchy mięśni, rejestrują liczbę oddechów w czasie snu, określają wysycenie tlenu. Ten zebrany pełny zapis pozwala rozpoznać bezdech senny. **- Co jeśli diagnoza się potwierdza? Jakie są sposoby leczenia?**

- Bezdech senny może mieć postać lekką lub ciężką. W przypadku postaci ciężkiej choremu dobiera się do spania specjalną maskę CPAP, która wspomaga oddech w trakcie

snu. Występuje tutaj też konieczność pilnej redukcji masy ciała oraz rygorystyczne unikanie używek typu alkohol, który dodatkowo potęguje wiotczenie mięśni i utrudnianie oddychania. Dodatkowo chorzy mają zalecane spanie w piżamie, w którą wszywamy piłki pingpongowe. Robimy to po to, żeby podczas spania wymuszały one na nas pozycję snu inną niż na wznak. Trafiając na niewygodną piłeczkę ciało automatycznie będzie szukać pozycji bocznej ułatwiającej oddychanie.

**- Kto jest w grupie ryzyka? Można wskazać kogo najczęściej dotyka ten problem?**

- Obturacyjny bezdech senny dotyczy głównie osób z dużą otyłością, które mają powiększony obwód szyi i zauważają, że szybko on przyrasta. W pulmonologii mówi się o 42. rozmiarze kołnierzyka. Dotyczy to również osób, które mają szybko powiększające się wole tarczycy oraz przerośnięty język. Dzieje się tak dlatego, że w trakcie snu organizm się rozluźnia, mięśnie wiotczeją i całość zapada się blokując swobodny przepływ powietrza przez drogi oddechowe.

**- Dziękuję za rozmowę.**

## Jak badamy OBS?

Polisomnografia to najdokładniejsze badanie pozwalające na rozpoznanie zaburzeń oddychania podczas snu. Wykonuje się ją w szpitalu, gdzie badany musi spać całą noc podłączony do aparatury. Czujniki rejestrują m.in. fale mózgowe (elektroencefalogram, czyli EEG), ruchy gałek ocznych (elektrookulogram) oraz napięcie mięśni, ruchy oddechowe klatki piersiowej i brzucha, przepływ powietrza przez usta i nos, występowanie chrapania oraz utlenowanie krwi i EKG. Badanie określa też czy badany śpi i w której fazie snu się znajduje i czy występują tzw. mikroprzebudzenia, z których chory nie zdaje sobie sprawy.

## Liczby

Badania wskazują, że ok. 4 proc. populacji dorosłych mężczyzn i 2 proc. dorosłych kobiet cierpi na obturacyjny bezdech senny (OBS). Według szacunków faktycznie tą chorobą może być dotkniętych nawet 24 proc. mężczyzn i aż 9 proc. kobiet.

(źródło: [www.zaburzeniasnu.info](http://www.zaburzeniasnu.info))

## Jak leczymy?

System CPAP - Continuous Positive Airway Pressure, jest jedną z podstawowych metod leczenia bezdechu sennego. Polega na stosowaniu podczas snu specjalnego urządzenia, które składa się z pompy powietrznej oraz maski nosowej (zakładana na nos) lub ustno-nosowej (obejmuje jednocześnie nos i usta). CPAP wspomaga oddech podczas snu dzięki stałemu podtrzymywaniu ciśnienia powietrza przez pompę.

## Objawy nocne OBS:

- głośnie, nieregularne chrapanie,
- epizody bezdechu występujące wielokrotnie podczas snu (obserwowane przez inne osoby),
- gwałtowne przebudzenia, którym może towarzyszyć uczucie duszności, przyspieszone tętno, dezorientacja, poczucie lęku, a nawet męczące sny,
- niespokojny, przerywany sen,
- nadmierna potliwość,
- potrzeba oddawania moczu w nocy.

## Objawy dzienne OBS:

- poranne bóle głowy,
- suchość w ustach po przebudzeniu,
- stałe uczucie zmęczenia i niewyspania,
- kłopoty z koncentracją i pamięcią,
- wzmożona drażliwość,
- problemy z potencją u mężczyzn.



# UWAGA! POWRÓT ODRY



*Odra do niedawna uznawana w Europie za opanowaną znowu daje o sobie znać. W 2016 r. zanotowano jedynie 5273 przypadki, a rok temu było ich już 21 315. Jako główny powód powracającej epidemii wskazuje się spadającą liczbę szczepień.*

- Odra to szybko rozprzestrzeniająca się choroba zakaźna. Choć należy do chorób wieku dziecięcego, to mogą na nią zachorować także dorośli. Niestety, na skutek malejącej liczby zaszczepionych dzieci, występuje ona coraz częściej – mówi Bożena Waligóra, pielęgniarka epidemiologiczna Powiatowego Centrum Medycznego w Wieruszowie. Wirus odry przenosi się drogą kropelkową i dostaje się do organizmu przez jamę nosowo-gardłową. Chory zakaża od ok. dwóch dni przed wystąpieniem objawów do czterech dni po pojawieniu się charakterystycznej dla choroby wysypki.

- Okres inkubacji wirusa odry, czyli moment od zakażenia się do wystąpienia pierwszych

objawów choroby, wynosi zwykle od 9 do 14 dni. Sam jej przebieg może być ciężki i gwałtowny, a nawet stanowić zagrożenie życia – podkreśla pielęgniarka. Najczęstsze objawy odry to gorączka, katar, suchy kaszel, stan zapalny górnych dróg oddechowych i zapalenie spojówek. Chory jest osłabiony, pojawiają się plamki Koplika, czyli białawe przebarwienia po wewnętrznej stronie policzków na wysokości dolnych zębów trzonowych (po 2-3 dniach od pierwszych objawów). Typowa dla Odry wysypka zajmuje najpierw górne partie ciała, a potem obsypuje również dolne. Jej barwa zmienia się od różowawej do ceglastej, a w końcowej fazie zmiany tuszczą się.

- Zachorowanie na odrę skutkuje nabyciem odporności na tę chorobę, zdecydowanie jednak lepiej zaszczepić się przeciwko niej i nigdy nie chorować. Pogląd, że odrę trzeba „przechorować”, jest bzdurny i niebezpieczny – zauważa Bożena Waligóra. - Niestety nie ma konkretnego leku na odrę, a chorych leczy się wyłącznie objawowo. Każda chora osoba powinna pojawić się u lekarza, który oceni ryzyko i zdecyduje, czy pacjent może zostać w domu, czy pójść do szpitala. Chory na odrę musi większość czasu spędzać w łóżku, w osobnym, przewietrzonym pokoju. Warto zadbać o to, by powietrze było nawilżone, bo suche nasili tylko nieżytowe objawy odry.

Pamiętajmy, że jeśli objawy zamiast ustawać przybierają na sile, pojawi się sztywność karku, krwawienie z dziąseł oraz nagły wzrost temperatury ciała, należy natychmiast zgłosić się do lekarza – podkreśla pielęgniarka. Warto pamiętać, że przejście samej odry nie oznacza, że zagrożenie zdrowia i życia zostało zażegnane. Choroba może skutkować bardzo poważnymi powikłaniami, które pojawiają się nawet po długim czasie od jej

ustąpienia. Do głównych powikłań odry zalicza się zapalenie płuc, krtani, tchawicy, ucha środkowego, mięśnia sercowego, a nawet mózgu. Jedynym sposobem na zabezpieczenie się przed odrą jest zaszczepienie się przeciwko niej. Szczepionka gwarantuje ponad 95 proc. pewności, że choroba nas nie dopadnie. Tak zwane niepożądane odczyny poszczepienne, czyli NOP, występują rzadko i mają łagodny

przebieg. W Polsce obowiązkowym szczepieniem dla niemowląt i dzieci jest MMR - skojarzona szczepionka przeciwko odrze, śwince i różyczce. Dzieciaki otrzymują dwie dawki: najpierw w 13.-14. miesiącu życia, a potem w wieku 10 lat. Szczepionka ta zawiera żywe wirusy, które są odpowiednio zmodyfikowane i znacznie osłabione, dzięki czemu stymulują odporność, nie wywołując choroby.

## Odra w Europie

Malejąca liczba szczepień powoduje, że sytuacja z odrą jest trudna na całym kontynencie. Europejskie Centrum ds. Zapobiegania i Kontroli Chorób (ECDC) w lutowym raporcie poinformowało, że w ubiegłym roku w 30 europejskich krajach odnotowano 14 451 przypadków zachorowań na odrę, podczas gdy w 2016 r. były to zaledwie 4 643 przypadki. Wysoką liczbę zachorowań odnotowano w Rumunii (ponad 10,6 tys.), we Włoszech (prawie 5 tys.), w Grecji (prawie 1,5 tys.) i w Niemczech (ponad 900). W krajach tych odnotowano również przypadki śmiertelne. Z coraz większą liczbą zachorowań na odrę zmagają się również Wielka Brytania, gdzie do maja br. potwierdzono już 440 zachorowań.

## Odra w Polsce

Według danych WHO liczba zachorowań w naszym kraju również rośnie. W 2010 r. zanotowano zaledwie 13 przypadków, w 2011 r. już 39, w 2012 r. było ich 70, a w 2013 r. aż 88. W 2014 r. na odrę zachorowało w Polsce 110 osób, a od lutego 2016 do stycznia 2017 r. odnotowano u nas 140 przypadków zachorowań.



## Jak się chronić przed odrą?

Główną ochroną przed epidemią odry są szczepienia. Eksperti ECDC przypominają jednak, że w przypadku odry, aby osiągnąć efekt ochrony populacji wskaźnik wyszczepialności powinien być na poziomie co najmniej 95 proc. Niestety zarówno w Polsce jak i innych krajach Europy, odsetek osób zaszczepionych dwiema dawkami szczepionki jest niższy. Najnowsze dostępne dane z 2016 r. wskazują, że odsetek ten wyniósł w Polsce i w Czechach 93 proc., w Rumunii 76 proc., we Włoszech 83 proc., a we Francji 79 proc.

źródło: [www.mp.pl](http://www.mp.pl) oraz [www.zdrowie.gazeta.pl](http://www.zdrowie.gazeta.pl)



# SZKOLIMY SIĘ DLA CIEBIE!



*Medycyna to bardzo specyficzna dziedzina wymagająca ciągłego doskonalenia i śledzenia nowości. Z tego powodu zarząd Powiatowego Centrum Medycznego w Wieruszowie dba o regularne szkolenie swojego personelu.*

- Co roku zapraszamy naszych pracowników na szkolenie z farmakoterapii. To dynamiczna dziedzina, która w wyniku licznych badań prowadzonych przez ekspertów na całym świecie podlega ciągłym zmianom i rozwojowi. Dlatego ważne jest dla nas, aby móc regularnie aktualizować wiedzę naszego zespołu – mówi Katarzyna Śmiałek-Kędzia, pełnomocnik dyrektora ds. jakości. Pracownicy PCM biorą udział w kursach wyjazdowych jak i tych organizowanych na miejscu, w szpitalu. - Każda placówka medyczna ma swoją specyfikę więc dodatkowym atutem szkoleń, które odbywają się u nas jest fakt, że prowadzący wykłady ma na względzie profil naszej działalności – podkreśla pełnomocnik. - Mamy możliwość porozmawiania o konkretnych przypadkach,

które wydarzyły się w naszej placówce, a osoby szkolące nie tylko aktualizują wiedzę naszego personelu, lecz pomagają również skorygować prowadzenie dokumentacji medycznej. Jest to dla nas nieoceniona pomoc i wsparcie. Zaletą szkoleń prowadzonych na miejscu jest również to, że możemy przeszkolić większą liczbę personelu niż w przypadku kursów wyjazdowych – dodaje Katarzyna Śmiałek-Kędzia. Farmakoterapia to tylko jeden z tematów regularnych szkoleń. - Stawiamy również na kursy z zakresu zakażeń i epidemiologii, gdyż to zagadnienie niezwykle istotne dla każdej z medycznych komórek. Chcemy też na bieżąco monitorować czy wszyscy przestrzegają wyznaczonych standardów i stale artykułować fakt jak bardzo istotne są kwestie z za-

kresu epidemiologii i higieny szpitalnej – akcentuje pełnomocnik. Zarząd PCM regularnie szkoli również personel z tak zwanych „kompetencji miękkich”. - Poprawianie skuteczności komunikacji to jeden z elementów wskazywany przez pacjentów w dorocznych ankietach jako ten, który należałoby poprawić. Stąd też pracujemy nad tym aspektem pod okiem specjalistów. Pomaga nam to nie tylko w komunikacji z pacjentami, ale również usprawnia przepływ informacji, poprawia relacje na linii przełożony – podwładny – zaznacza Katarzyna Śmiałek-Kędzia. Aktualnie pracownicy PCM biorą udział w kilkumiesięcznym cyklu szkoleń obejmującym zagadnienia z zakresu komunikacji, zarządzania, organizacji czy budżetowania.



## KIERUNEK: BUDAPESZT

*Już tradycyjnie pracownicy wieruszowskiego szpitala wybrali się na wspólną wycieczkę – tym razem do Budapesztu. To nie tylko czas na zwiedzanie, ale przede wszystkim integrowanie zespołu.*

Wspólne wyjazdy na stałe wpisały się do kalendarza PCM. Frekwencja zawsze dopisuje, a pracownicy sami dopytują kiedy kolejna wycieczka. - Integracja pracowników, wspólne spędzenie czasu nie tylko w pracy, pozwala na zbudowanie i umocnienie pozytywnych

więzi między nami. Łatwiej się potem pracuje w zespole, który ma bliskie relacje, dlatego cieszę się, że możemy wyjeżdżać regularnie – podkreśla Eunika Adamus, prezes zarządu PCM w Wieruszowie. Czerwcowy weekend 55-osobowa grupa z

PCM spędziła w stolicy Węgier. Było zwiedzanie najważniejszych zabytków miasta, tradycyjny wieczór węgierski i czas na zakupy. Tym samym po Dreźnie, Pradze czy Sandomierzu, Budapeszt dołączył do miast zdobytych przez zgrany zespół z Wieruszowa.

## ROZŚPIEWANI GOŚCIE

*Zakład Opiekuńczo-Lecznicy Powiatowego Centrum Medycznego w Wieruszowie stara się umilać czas swoim pacjentom. W maju, dzięki współpracy z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Oleśnicy, zorganizowano koncert chóru działającego przy tym ośrodku.*



- Goszczący u nas chórzyści zaprezentowali bardzo różnorodny repertuar, a sam koncert trwał dwie godziny. Nie zabrakło standardów muzyki z lat siedemdziesiątych, osiemdziesiątych i znanych wszystkim przebojów – mówi Małgorzata Wróbel, kierownik ZOL. - Koncert odbył się na jednym z korytarzy ZOL, ale artystom nie przeszkadzały skromne warunki lokalowe naszego szpitala. 30- osobowy zespół zaskoczył nas nie tylko swoją muzykal-

nością, ale i energią – podkreśla kierownik ZOL. Hospitalizacja w ZOL z założenia jest zazwyczaj długotrwała. Dlatego działania tego typu cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem podopiecznych, gdyż jest to bardzo ciekawe urozmaicenie codzienności. - Dodatkową wartością koncertu była możliwość pokazania osób, które w wielu przypadkach są rówieśnikami naszych pacjentów,

ale są aktywne zawodowo, rozwijają swoje pasje, są niezwykle żywiołowe i pełne energii. To świetna motywacja dla naszych podopiecznych – podkreśla Małgorzata Wróbel. - Występ chóru sprawił naszym pacjentom olbrzymią przyjemność, dlatego już teraz umówiliśmy się na kolejny koncert w okolicy Świąt Bożego Narodzenia – zdradza kierownik ZOL.



# BEZPIECZNI W PODRÓŻY



#189385957

Coraz częściej wybieramy egzotyczne kraje jako docelowe miejsce naszego urlopu. Jednak, aby taki wypoczynek był w pełni komfortowy, powinniśmy się do niego dobrze przygotować.

Wyjeżdżając do egzotycznych miejsc jesteśmy bardziej narażeni na choroby zakaźne niż podczas podróży do państw znajdujących się w naszej strefie klimatycznej. Dlatego warto przed wyjazdem sprawdzić warunki sanitarne oraz poziom opieki medycznej w miejscu upragnionych wakacji. Aby zminimalizować ryzyko komplikacji zdrowotnych można skorzystać z porady lekarza medycyny podróży. Specjalista powie nam jakie choroby są typowe dla wybranego przez nas kraju i zaproponuje obowiązkowe i zalecane szczepienia adekwatnie do miejsca naszej wyprawy.

Wizytę w poradni u specjalisty najlepiej zaplanować na minimum 6 do 8 tygodni przed planowanym wyjazdem, żeby zdążyć przyjąć zalecane szczepienia i dać organizmowi czas na nabranie odporności. Szczepienia ochronne to jeden z najlepszych sposobów zapobiegania chorobom zakaźnym w podróży i choć mogą się one wydać drogie, to warto pamiętać, że w większości przypadków zabezpieczają nas na wiele lat.

Obecnie jedynym szczepieniem obowiązkowym, na podstawie Międzynarodowych

Przepisów Zdrowotnych, jest szczepienie przeciwko żółtej gorączce (żółtej febrze), wymagane przy wjeździe do części krajów w Afryce i Ameryce Południowej. W razie jego braku podróżny może się spotkać z odmową wjazdu do danego kraju.

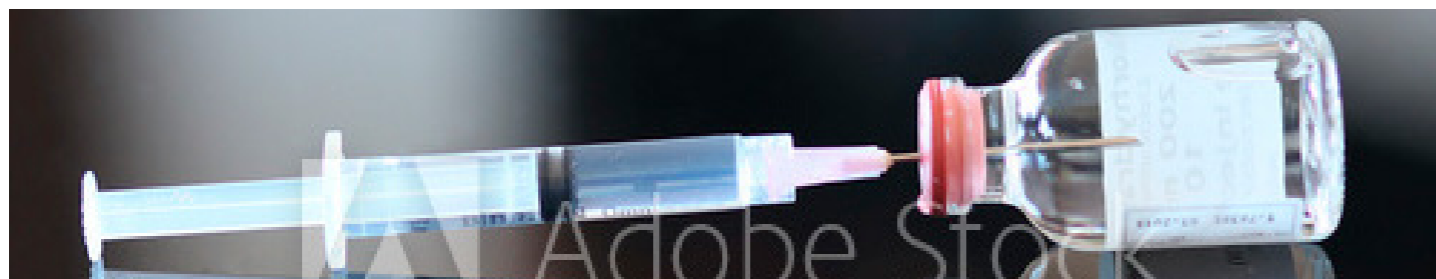
Specjalista medycyny podróży poinformuje nas również czy kraj, do którego się wybieramy, jest rejonem, w którym występuje malaria. To choroba pasożytnicza przenoszona przez ukłucia komarów występujących w tropikalnych strefach klimatycznych. Nie ma na nią szczepień ochronnych, a jedynym zabezpieczeniem zalecanym podróżnym jest przyjmowanie leków antymalarycznych. Ważne jest również używanie dobrych preparatów odstrasżających komary, zakładanie po zmroku ubrań z długim rękawem i długimi nogawkami, aby uniknąć pokąsania, a także spanie pod moskitierą.

Dokumentem potwierdzającym przeprowadzenie szczepienia jest Międzynarodowa Książeczka Szczepień (tzw. „żółta książeczka”) International Certificates of Vaccination, która wystawiana jest w poradniach medycyny podróży oraz punktach szczepień.

## Na co się zaszczepić przed egzotycznym wyjazdem?

Szczepienia zalecane w wielu regionach, to m.in. szczepienia przeciwko:

- wirusowemu zapaleniu wątroby typu A
- wirusowemu zapaleniu wątroby typu B
- błonicy
- tężcowi
- poliomyelitis
- durowi brzuszemu
- meningokowemu zapaleniu opon mózgowo-rdzeniowych
- wściekliznie
- kleszczowemu zapaleniu mózgu



# RODO W MEDYCYNIE



Unijne Rozporządzenie o Ochronie Danych Osobowych (RODO) weszło w życie 28 maja br. Wpłynęło ono na pracę zarówno dużych szpitali, jak i jednoosobowych gabinetów lekarskich.

Wraz z tą zmianą pojawiła się nowa terminologia: znikają bowiem z przestrzeni legislacyjnej „dane wrażliwe”, a w ich miejsce pojawiają się „dane szczególnie chronione”. Zgodnie z nowymi przepisami placówki medyczne będą musiały posiadać inspektora ochrony danych osobowych, który zastąpi administratora bezpieczeństwa informacji. Jednak nie tylko o nazewnictwo tu chodzi. Nowe prawo gwarantuje nam anonimowość zarówno podczas rejestracji do szpitala, czy przychodni jak i czekania w kolejce do lekarzy specjalistów. Znikają więc możliwości wywoływania pacjenta na wizytę używając jego nazwiska, a wzywany jest na podstawie numeru, który otrzymał przy rejestracji. Nie każdemu pacjentowi to odpowiada, jednak

z pewnością gwarantuje większą dyskrekcję, by nie każdy postronny znajdujący się w pobliżu gabinetu dowiadywał się w ten sposób, że leczymy się u dermatologa czy seksuologa.

Również lekarz powinien zwrócić uwagę na to, by na biurku w gabinecie nie leżały w widocznym miejscu kartoteki z danymi innych pacjentów. Chodzi o to by nikt niepowołany nie mógł natknąć się na informacje o tym, kto wcześniej leczył się u danego lekarza lub jest kolejną osobą w kolejce.

Zasady wprowadzone przez RODO obowiązują w każdej placówce medycznej zarówno publicznej jak i prywatnej klinice czy szpitalu. Z założenia RODO ma lepiej chronić nasze dane dotyczące stanu zdrowia.

## Co to są dane wrażliwe?

Do danych osobowych, dotyczących zdrowia, należy zaliczyć wszystkie dane o stanie zdrowia osoby, której dane dotyczą, ujawniające informacje o przeszłym, obecnym lub przyszłym stanie fizycznego lub psychicznego zdrowia pacjenta.

## Każdy musi dbać o dane

Każdy podmiot wykonujący działalność leczniczą, niezależnie od formy prawnej prowadzonej działalności, przetwarzając dane pacjentów, musi zadbać o ich bezpieczeństwo. Wbrew pozorom, nie zawsze jest to respektowane, jak stało się w przypadku ubiegłorocznego incydentu, gdy w jednym z wielkopolskich szpitali doszło do wycieku danych ok. 50 tys. pacjentów. W sieci pojawiły się dane wrażliwe osób, ich imiona, nazwiska, numery PESEL, numery ubezpieczenia, a nawet informacje o grupach krwi.





#### PRACOWNIE:

- pracownia USG
- pracownia EKG
- pracownia endoskopii
- pracownia diagnostyki obrazowej

#### DZIAŁ REHABILITACJI:

- pracownia fizykoterapii
- pracownia kinezyterapii
- pracownia fizjoterapii

#### ODDZIAŁY:

- oddział chorób wewnętrznych
- oddział pediatryczny
- oddział chirurgii jednego dnia
- izba przyjęć

#### ZAKŁAD OPIEKUŃCZO-LECZNICZY

#### HOSPICJUM DOMOWE

#### PORADNIE SPECJALISTYCZNE:

- poradnia chirurgii ogólnej
- poradnia urazowo-ortopedyczna
- poradnia ginekologiczno-położnicza
- poradnia diabetologiczna
- poradnia neurologiczna
- poradnia dermatologiczno-wenerologiczna
- poradnia gruźlicy i chorób płuc
- poradnia zdrowia psychicznego
- poradnia okulistyczna
- poradnia rehabilitacyjna
- poradnia internistyczna o profilu hepatologiczno-gastroenterologicznym
- poradnia otolaryngologiczna

Powiatowe Centrum Medyczne Sp. z o.o.  
NZOS Szpital Powiatowy w Wieruszowie  
ul. Warszawska 104, 98-400 Wieruszów  
tel. sekretariat: 62 784 55 02