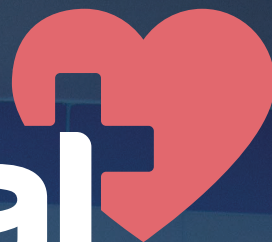


NZOSz Szpital Powiatowy w Wieruszowie

nasz szpital



Nr 8, październik-grudzień 2016



**NIE DAJ SIĘ
RAKOWI!**



Eunia Adamus
Prezes Powiatowego
Centrum Medycznego

Szanowni Państwo,

Aktualna sytuacja służby zdrowia wymaga od kadry zarządzającej poszukiwania różnych rozwiązań pozwalających wzbogacić ofertę placówek medycznych i zapewnić pacjentom opiekę na jak najwyższym poziomie. O kilku takich przykładach naszych starań opowiadamy Państwu na łamach niniejszego biuletynu, zaczynając od nawiązanej współpracy z **Centrum Diagnostyki i Terapii Onkologicznej NU-MED w Tomaszowie Mazowieckim**.

Na naszym terenie lekarze diagnozują wiele przypadków raka jelita grubego oraz wiele nowotworów płuc. Aktualnie do listy tych chorób dołączają też glejaki, czyli nowotwory mózgu. Niezależnie od tego jaki rodzaj choroby nowotworowej nas dotyczy najważniejszą, wspólną kwestią, jest tu profilaktyka. Tylko dzięki szybkiemu wykryciu choroby jesteśmy w stanie przeprowadzić skuteczne leczenie, a oferta **Centrum Diagnostyki i Terapii Onkologicznej NU-MED** daje takie właśnie możliwości. Dzięki naszym staraniom nasi pacjenci z podejrzeniami choroby nowotworowej lub w trakcie jej leczenia mogą zostać skierowani w ręce specjalistów-onkologów i skorzystać z najnowocześniejszego sprzętu medycznego Centrum.

Od lat mamy też na uwadze fakt, iż rak jelita grubego jest drugim najczęstszym nowotworem złośliwym w Polsce. Konsekwentnie stawiamy na profilaktykę doposażając Pracownię badań endoskopowych, zachęcając do badań profilaktycznych. Idąc dalej poczyniliśmy starania o włączenie PCM w Wieruszowie do Programu Badań Przesiewowych dla wczesnego wykrywania raka jelita grubego. Program ten jest zadaniem Narodowego Programu Zwalczenia Chorób Nowotworowych i jest finansowany ze środków Ministerstwa Zdrowia. Dzięki niemu dodatkowo będziemy mogli przebadać łącznie 675 osób.

Nasze starania o poprawę komfortu pacjentów skłoniły nas też do wystąpienia do Fundacji Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy z prośbą o doposażenie Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego. Niezmiennie cieszymy się, że znaleźliśmy w Fundacji zrozumienie i olbrzymie wsparcie w postaci profesjonalnego sprzętu medycznego, który już dziś służy naszym pacjentom.

W bieżącym numerze podsumowujemy również ankiety, w których oceniają Państwo naszą pracę. Dziękujemy za wszystkie uwagi i opinie, które pokazują nam te miejsca, których pracę możemy usprawnić i te, z których są Państwo szczególnie zadowoleni. Zapewniamy, że wszystkie są dla nas bardzo cenne.

Wydawca:

IGI MEDIA Maciej Nowak

ul. Technologiczna 2, 45-836 Opole

tel. 604 64 92 42

e-mail: igimedia@op.pl

www.igimedia.pl

igimedia



Reklama:

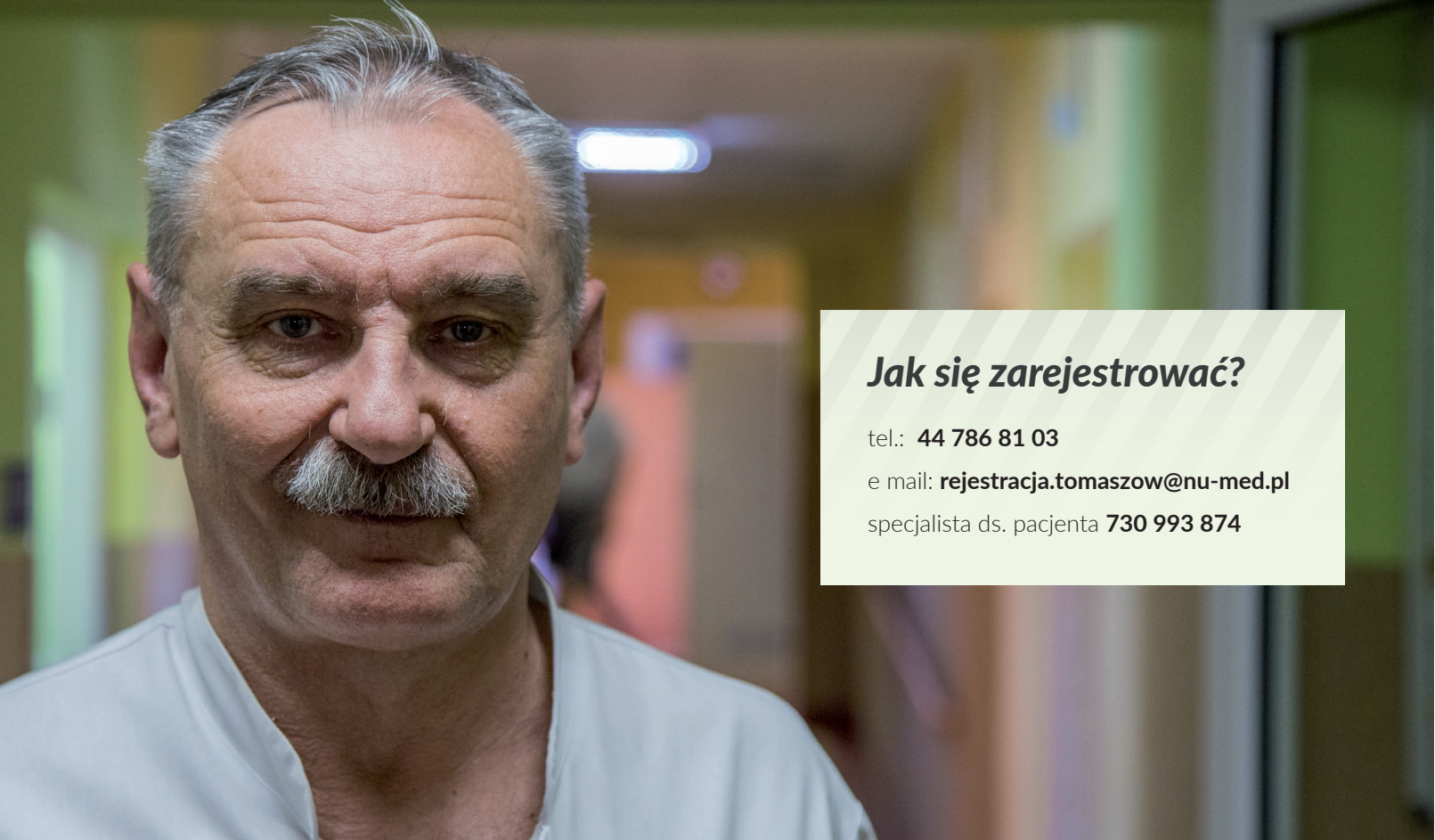
katarzyna.szmyrska@igimedia.pl

tel. 787 101 860

Teksty: Alina Bruska

Foto: Witold Chojnacki, Rafał Woźniak

Skład: Mikołaj Praczuk



Jak się zarejestrować?

tel.: **44 786 81 03**

e mail: **rejestracja.tomaszow@nu-med.pl**

specjalista ds. pacjenta **730 993 874**

SZYBKĄ WALKĄ Z RAKIEM

W trosce o dobrą opiekę nad pacjentami onkologicznymi i profilaktykę chorób nowotworowych Powiatowe Centrum Medyczne w Wieruszowie nawiązało współpracę z Centrum Diagnostyki i Terapii Onkologicznej NU-MED w Tomaszowie Mazowieckim.

Ten nowoczesny ośrodek działa od stycznia 2015 r. Od jesieni 2015 r. ma kontrakty z NFZ na leczenie pacjentów onkologicznych. - Mogą tam trafić nie tylko pacjenci z rozpoznaniem nowotworem, ale i z jego podejrzeniem. Cała diagnostyka i leczenie jest prowadzone w jednym miejscu, a pacjent objęty jest kompleksową opieką i nie czeka w kolejkach. Dla pacjentów onkologicznych ma to kluczowe znaczenie – akcentuje Longin Słowikowski, ordynator Oddziału Chorób Wewnętrznych. - Rak wykryty w jak najwcześniejszym stadium daje możliwość całkowitego wyleczenia. Jeżeli czas się wydłuża, narażamy się na to, że rak zajmie kolejne tkanki w organizmie – podkreśla ordynator. Leczenie oferowane przez Centrum NU-MED odbywa się w trybie ambulatoryjnym, bądź szpitalnym, w zależności od stanu zdrowia lezonego. Ośrodek ma oddział szpitalny z 43 łózkami. Dodatkowo placówka zawarła umowy z hostelami, gdzie przebywają pacjenci, którzy nie wymagają stałego nadzoru stanu zdrowia.

W Centrum Diagnostyki i Terapii Onkologicznej w Tomaszowie Mazowieckim znajduje się Zakład Radioterapii, który składa się z trzech pracowni akceleratorów, pracowni tomografii komputerowej, modelarni i Zakładu Fizyki Medycznej, gdzie planowane jest leczenie pacjenta. Do leczenia używany jest najwyższej klasy sprzęt. Pacjent jest diagnozowany przez wyspecjalizowanych lekarzy onkologów-radioterapeutów. Plan leczenia, sam proces, odbywają się pod okiem prowadzącego danego pacjenta lekarza radioterapeuty. Tomaszowski ośrodek charakteryzuje też prowadzona w nim chemioterapia. Poza standardową chemioterapią, niektóre formy leczenia dostępne są w ramach tzw. programów lekowych. W Oddziale Chemioterapii prowadzone jest leczenie systemowe większości nowotworów złośliwych: raków, chłoniaków i mięsaków. W tym w ramach programów lekowych: raka piersi, płuc, jelita grubego, żołądka, prostaty, nerki i chłoniaków nieziarniczych.

- Wszyscy lekarze zatrudnieni w oddziale mają tytuł specjalisty onkologa klinicznego i doświadczenie zawodowe w leczeniu różnych rodzajów nowotworów, zdobyte w kilku ośrodkach w Polsce (m.in. Łódź i Bydgoszcz). Ponadto zatrudniony jest lekarz specjalista chorób wewnętrznych, który każdorazowo konsultuje pacjenta pod kątem chorób współistniejących i bezpieczeństwa prowadzonych terapii. Ośrodek współpracuje również z profesorem endokrynologii, specjalizując się w leczeniu nowotworów neuroendokrynnych oraz hematologiem - mówi dr n. med. Joanna Połowinczak-Przybyłek, dyrektor medyczny w NU-MED Centrum Diagnostyki i Terapii Onkologicznej. W ośrodku jest także poradnia onkologiczna, do której zgłaszają się zarówno pacjenci ze skierowaniami, jak i bez skierowania. ■



NIE DAJ SIĘ RAKOWI!

Od października realizujemy Program Badań Przesiewowych dla wczesnego wykrywania raka jelita grubego. Będziemy mogli przebadać łącznie 675 osób.

Rak jelita grubego jest drugim najczęstszym nowotworem złośliwym w Polsce. Każdego roku rozpoznaje się ponad 14 tys. nowych przypadków.

– Ten problem jest również dotkliwy dla mieszkańców naszego regionu – zaznacza Eunia Adamus Prezes PCM w Wieruszowie. – Nasza Pracownia Badań Endoskopowych odnotowuje dużą wykrywalność zmian nowotworowych, stąd też postanowiliśmy zwrócić się do Ministerstwa Zdrowia o program dla pacjentów, którzy powinni wykonać profilaktyczne badania.

Ten częsty nowotwór rozwija się ze zmian łagodnych, tak zwanych polipów. Taka przemiana trwa najczęściej kilkanaście lat. – Dlatego tak ważne jest by poddać się badaniu odpowiednio wcześniej, usunąć polipy i zapobiec rozwojowi raka – mówi Longin Słowiński, ordynator Oddziału Chorób

Wewnętrznych. – Wcześnie wykryty rak jest również bardzo często wyleczalny – dodaje ordynator.

Ani polipy, ani rak we wczesnym stadium, zazwyczaj nie powodują objawów zauważalnych dla chorego, stąd pacjent nie jest świadomy rozwijającej się choroby. Istotą profilaktycznej kolonoskopii jest odnalezienie tych właśnie bezobjawowych jeszcze zmian i – o ile to możliwe, ich usunięcie.

Program jest realizowany w ramach Narodowego Programu Zwalczania Chorób Nowotworowych. Finansowany jest ze środków Ministerstwa Zdrowia. W wieruszowskim szpitalu będzie trwał od października 2016 r. do grudnia 2018 r. W czasie jego trwania badania profilaktyczne będą bezpłatne. Ponadto pacjentowi otrzymają bezpłatnie preparat do przygotowania do badania.

Aby wziąć udział w badaniu nie trzeba

być ubezpieczonym (wystarczy podać PESEL). Przy rejestracji nie są też potrzebne skierowania. Wystarczy wypełnić krótką ankietę, która jest dostępna na stronie internetowej szpitala, w biurze projektu i u lekarzy rodzinnych.

Przed badaniem pacjent otrzymuje do wypełnienia ankietę dotyczącą aktualnego stanu zdrowia, w której będzie miejsce na zaznaczenie ważnych informacji, które zostaną uwzględnione przy kwalifikacji do badania. Ważne jest, aby osoby chorujące na cukrzycę skonsultowały z lekarzem sposób przygotowania do badania oraz poinformowały o cukrzycy w trakcie rejestracji na badanie. Podobnie osoby, które przyjmują leki obniżające krzepliwość krwi (np. acenocumarol, sintrom, ticlid lub aspirynę, acard, acesan i inne) powinny poinformować o tym trakcie rejestracji na badanie.

Program przewiduje, że pacjenci, którzy w przeszłości mieli wykonane operacje brzuszne będą mogli skorzystać w ramach programu z kolonoskopii w znieczuleniu. Dotyczy to operacji takich jak usunięcie macicy, usunięcie przydatków, usunięcie wyrostka robaczkowego z zapaleniem otrzewnej, cesarskie cięcie, usunięcie nerki, radykalna prostatektomia. Należy pamiętać, że jeśli badanie odbyło się w znieczuleniu pacjent będzie przebywał w sali obserwacyjnej, a po tym czasie pod opieką osoby towarzyszącej może udać się do domu. ■

GDZIE SIĘ ZAREJESTROWAĆ?

Biuro projektu
Budynek B, I piętro, pokój nr 6
Czynne poniedziałek – piątek,
w godzinach: 12.00 – 14.30
Tel. 62 78 45 508

KTO KWALIFIKUJE SIĘ DO PROGRAMU?

Osoby 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 Lyncha. W tej grupie osób konieczne jest potwierdzenie rozpoznania przynależności do rodziny z zespołem Lyncha z poradni genetycznej na podstawie spełniania tzw. Kryteriów Amsterdamskich i ewentualnego badania genetycznego.

Z badań w ramach programu nie mogą skorzystać osoby, które:
Mają objawy sugerujące istnienie raka jelita grubego: krew w stolcu (gdy nie ma hemoroidów), anemia, nieuzasadnione chudnięcie, biegunki lub zaparcia, które pojawiły się w ostatnich miesiącach
Miały wykonaną kolonoskopię w ostatnich 10 latach (poza pacjentami z zespołem Lyncha).



KOLONOSKOPIA

to badanie całego jelita grubego. Polega na wprowadzeniu przez odbyt kolonoskopu na głębokość ok. 100 cm i ocenie całego jelita grubego. W badaniu ocenia się błonę śluzową jelita grubego i poszukuje się ewentualnych zmian patologicznych. Przy użyciu dodatkowych instrumentów istnieje możliwość pobrania wycinków do badania histopatologicznego jak również wykonanie zabiegów endoskopowych np. usunięcie polipów.



NOWOCZESNE WYPOSAŻENIE DLA ZOL

Zakład Opiekuńczo-Lecznicy Powiatowego Centrum Medycznego w Wieruszowie otrzymał cenne wyposażenie dla swoich pacjentów. Wysokiej klasy sprzęt medyczny ofiarowała na jego potrzeby Fundacja Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.

- Jesteśmy bardzo dumni, że efekty finałowego grania dotarły do wieruszowskiego szpitala w postaci nowoczesnego sprzętu podnoszącego komfort pacjentów. Zapewnianiem godnej opieki medycznej pacjentów w podeszłym wieku zajmujemy się ponad 4 lata i przez ten czas udało się nam odmienić codzienność wszystkich oddziałów geriatrycznych i wielu tzw. ZOL-i w całej Polsce – podkreśla Krzysztof Dobies rzecznik prasowy Fundacji WOŚP.

We wniosku skierowanym do Fundacji placówka zgłosiła swoje zapotrzebowanie. – Musieliśmy określić nasze potrzeby ale też opisać jaki jest profil naszej działalności i ilu pacjentów korzysta z naszej opieki – tłumaczy Małgorzata Wróbel Kierownik ZOL.

- W efekcie dostaliśmy 20 łóżek rehabilitacyjnych wyposażonych w wysięgniki i wieszaki do kroplówek oraz szafki przyłóżkowe z dodatkowym blatem bocznym – wylicza Małgorzata Wróbel. – Nowe łóżka są regulowane elektrycznie, mają barierki boczne, więc gwarantują bezpieczeństwo pacjentom, a personelowi medycznemu ułatwiają pracę. Ponadto są wyposażone w gofrowe materace przeciwoodleżynowe, które służą do profilaktyki odleżyn i ich leczenia – podkreśla Kierownik ZOL.

Dodatkowo oddział został wyposażony w 2 nowoczesne materace przeciwoodleżynowe w pełni sterowane elektronicznie – Mają one wszelkie funkcje o jakich pacjent może marzyć. Przeznaczone są dla pacjentów znajdujących się w bardzo

ciężkim stanie, niekiedy poparzonych. Materac chłodzi lub ociepla ciało chorego, a specjalne boczne blokady podnoszą poziom bezpieczeństwa przy obracaniu pacjenta na boki – wylicza Małgorzata Wróbel. – Mamy je już kilka tygodni, wykorzystujemy je do najcięższych przypadków i już widzimy poprawę stanu pacjentów – dodaje.

Kolejnym podarowanym sprzętem jest aparat do pomiaru ciśnienia. – Jest całkowicie zelektronizowany i wzbogacony o dodatkowe funkcje – pomiar temperatury, pomiar saturacji i tętna – mówi Małgorzata Wróbel. Kierowany przez nią ZOL otrzymał również aparat EKG, którego do tej pory oddział nie miał w swoim wyposażeniu – To urządzenie wysokiej klasy, które można



podłączyć do komputera żeby wczytać wszystkie wyniki – podkreśla Kierownik ZOL.

Wielką pomocą dla personelu pracującego w ZOL jest też подарowany nowoczesny wózek inwalidzki wyposażony w uchwyt do kroplówki i zabezpieczenia przytrzymujące ciało pacjenta. - Otrzymany sprzęt jest nowy i wysokiej klasy, a zastosowane w nim wszelkie udogodnienia znacząco podnoszą komfort pobytu pacjenta w oddziale – podkreśla Małgorzata Wróbel.

- Ci, którzy korzystają z pomocy tych placówek, najlepiej wiedzą jak ważne jest to, by móc wypoczywać i wysypiać się leżąc w wygodnym łóżku na wygodnym, przeciwodleżynowym materacu. A my możemy tylko podziękować każdemu, kto wspierał nas w ostatnich Finałach, każdemu wolontariuszowi, każdemu sztabowi oraz oczywiście każdemu darczyńcy. Tym samym zapraszamy na jubileuszowy, 25. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, który odbędzie się 15 stycznia 2017 roku – zachęca rzecznik WOŚP. Jest to pierwszy sprzęt ufundowany przez WOŚP dla wieruszowskiego szpitala, a jedynym obwarowaniem nakładanym przez Fundację jest zakaz wykorzystywania подарowanego sprzętu w sposób komercyjny. Jednocześnie Zarząd PCM, Kierownik ZOL oraz cały personel pragną podziękować Fundacji WOŚP za przekazany sprzęt.





ZMIENIAMY SIĘ DLA CIEBIE!

Ubiegłoroczne ankiety skłoniły nas do poprawy pracy kuchni czy remontów sanitariatów. Pacjenci w swoich ocenach nie szczędzą także ciepłych słów dla naszego personelu. Dziękują za opiekę i doceniają ciężką pracę.

Powiatowe Centrum Medyczne w Wieruszowie od 2009 r. prowadzi badania satysfakcji pacjenta z jakości świadczonych usług. Na specjalnie opracowanych ankietach pacjenci poszczególnych oddziałów szpitala, Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego, poradni specjalistycznych, Działu Rehabilitacji, Hospicjum Domowego oraz uczniowie korzystający z porad gabinetu medycyny szkolnej odnotowują uwagi dotyczące pracy PCM. To cenne informacje dla kadry zarządzającej szpitalem.

Ankiety rozdawane są przez cały rok. Są też dostępne w miejscach świadczenia opieki medycznej oraz na stronie internetowej szpitala, co daje możliwość wypełnienia ich online. W tym roku pacjenci wypełnili już ponad 1200 ankiet.

- Zależy nam na tym by ankiety były rzetelne, ponieważ są narzędziem, na którym opieramy nasze działania naprawcze, jeśli

jest taka potrzeba – podkreśla Katarzyna Śmiałek, pełnomocnik dyrektora ds. jakości. – Wnioski z zeszłorocznych ankiet skłoniły nas do poprawy pracy kuchni czy remontów sanitariatów, a to tylko niektóre ze zmian wprowadzanych na wyraźne prośby pacjentów wskazane w ankietach – dodaje pani Katarzyna.

Zebrane ankiety są dokładnie analizowane. Na ich podstawie sporządzany jest raport, który jest przekazywany dyrekcji i omawiany z kierownikami ocenianych działów. W razie powtarzania się negatywnych uwag kierownicy poszczególnych komórek wdrażają działania naprawcze.

Po analizie tegorocznych ankiet wiadomo już, że pacjenci przede wszystkim skarżą się na długie kolejki do specjalistów. - Niestety na rozwiązanie tego problemu szpital nie do końca ma wpływ, bo w du-

żej mierze jest to kwestia kontraktu z NFZ. To uwaga, która pojawia się od początku prowadzenia badań satysfakcji pacjentów przez PCM. Choć to bardziej problem systemowy niż organizacyjny szpitala, to staramy się we własnym zakresie usprawniać ruch kolejkowy dzwoniąc do zarejestrowanych pacjentów i przypominając o umówionej wizycie – mówi Katarzyna Śmiałek. – Podkreślano też długi czas oczekiwania na odebranie telefonu w rejestracji. Oba te tematy były już omawiane w naszym biuletynie, ale wrócimy do nich ponownie w kolejnym numerze - dodała.

Pacjenci wskazują także np. na długi proces przyjęcia w Izbie Przyjęć lub nadmiar dokumentacji. - Przyjęcie pacjenta do szpitala jest rozbudowaną procedurą, ponieważ składa się na nią zarówno przeprowadzenie badania pacjenta oraz wywiadu lekarskiego i pielęgniarskiego, jak i zlece-

nie diagnostyki oraz założenie pacjentowi niezbędnej dokumentacji. W celu prawidłowego przebiegu procedury przyjęcia do szpitala musimy wykonać wszystkie te elementy. Nie ma możliwości pominięcia żadnego z nich – podkreśla Katarzyna Śmiałek.

W tegorocznych ankietach pacjenci zwracali też uwagę na to, że godziny przyjęć wyznaczone na wizytę w poradni specjalistycznej są nieprecyzyjne i prowadzą do długotrwałego oczekiwania pod gabinetem.

- Przyjęcia w gabinetach odbywają się według numerków otrzymanych w rejestracji, a godzina wizyty podawana jest jedynie orientacyjnie i może ulec zmianie – mówi Katarzyna Śmiałek. - Zdarza się, że dany pacjent wymaga poświęcenia mu dłuższego czasu, co opóźnia przyjęcie kolejnej osoby – dodaje pełnomocnik dyrektora ds. jakości.

W ankietach jest też miejsce na ocenę pracy lekarza, pielęgniarki czy fizjoterapeuty i jego zachowania w kontakcie z pacjentem. – Jeśli pojawią się krytyczne uwagi pacjentów dotyczące zachowania poszczególnych osób, zostają one poddane analizie, a kierownicy są zobowiązani do przeprowadzenia stosownych rozmów z personelem – wyjaśnia Katarzyna Śmiałek.

Zdarzają się też sugestie, którym szpital nie jest w stanie sprostać. - Pacjenci zwracają uwagę na zbyt małą liczbę pryszniców na Oddziale Chorób Wewnętrznych. Jednak ze względu na możliwości lokalowe nie ma szans na zwiększenie ich liczby – wyjaśnia Katarzyna Śmiałek.

Ankiety stanowią dla nas źródło wiedzy o tym jak pacjenci postrzegają szpital. To narzędzie do wdrażania działań naprawczych, ale też często forma podziękowania za opiekę i docenienie ciężkiej pracy personelu szpitala. Dlatego warto podkreślić, że w ocenach dominują pozytywne opinie, a pacjenci nie szczędzą miłych słów personelowi szpitala, zarówno lekarskiemu jak i pielęgniarskiemu. Pracownikom jest bardzo miło, gdy wiedzą, że pacjenci doceniają i zauważają ich ciężką pracę, chwalą m. in. fachową opiekę i profesjonalizm, miłą obsługę, dobrą opiekę, czystość i estetykę panujące w szpitalu – mówi Katarzyna Śmiałek. ■



1200 ANKIET

W tym roku pacjenci wypełnili ponad 1200 ankiet. Najwięcej wróciło z Oddziału Chorób Wewnętrznych - 200 ankiet oraz Oddziału Chirurgii Jednego Dnia - 127 ankiet. Z poradni specjalistycznych zebrano 128 ankiet, z Działu Rehabilitacji - 51 ankiet, z Gabinetu Medycyny Szkolnej - 122 ankiety, z Hospicjum Domowego - 9 ankiet, z Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego - 7 ankiet, a z Oddziału Pediatrycznego - 22 ankiety.

REKLAMA

 **MediRaty**
Finansujemy zdrowie!

Nr 1
w Polsce.

KOSZTY ZABIEGU OPŁACIMY ZA CIEBIE

splacisz w 12, 24, 36, 48 lub 60 ratach



WYSTARCZY TELEFON



22 266 83 70

Więcej: www.mediraty.pl

ASTMY

NIE WOLNO LEKCEWAŻYĆ!



Duszność, zadyszka, zbytne zmęczenie czy suchy kaszel - to dolegliwości, z którymi pacjenci kierowani są do pulmonologa. Często diagnozowana jest u nich astma oskrzelowa. O przyczynach tej choroby i sposobach jej leczenia opowiada Małgorzata Kraszewska, specjalista chorób płuc, przyjmująca pacjentów w Poradni Chorób Płuc i Gruźlicy w PCM w Wieruszowie.

- Czy astma oskrzelowa to choroba określonej grupy wiekowej?

- Astma oskrzelowa jest chorobą przewlekłą, zapalną i immunologiczną o nieznanym podłożu. To choroba na całe życie. Może się pojawić w wyniku nawracających zapaleń oskrzeli, alergii lub zanieczyszczenia środowiska. Może dać o sobie znać nagle, w każdym wieku, zarówno u bardzo małych dzieci, ale również u kobiet w okresie klimakterium i osób w podeszłym wieku.

- Dlaczego tak się dzieje?

- Żyjemy coraz dłużej, więc coraz dłużej

jesteśmy narażeni na szkodliwy wpływ zanieczyszczenia środowiska. Wdychając szkodliwe substancje drażnimy oskrzela. W efekcie u jednych pacjentów rozwinię się astma, a u innych nie.

- Jak objawia się ta choroba? Jakie objawy powinny nas niepokoić?

- Astma oskrzelowa ma przebieg sinusoidalny. Objawy mogą wystąpić gwałtownie jako nagła duszność, świszczący oddech, uciskanie w klatce piersiowej z silnym uczuciem bólu i zaciskania za mostkiem oraz z napadowym kaszlem. Kaszel może wystąpić w ciągu dnia i być spowodowany drażniącym czynnikiem,

który wdychamy. Może też pojawić się w nocy, wybudzając nas ze snu. Może też nie mieć żadnej istotnej przyczyny. Astma może też przebiegać zupełnie łagodnie i objawiać się wyłącznie kaszlem spowodowanym wysiłkiem. Jeśli więc ktoś na co dzień funkcjonuje w swoim normalnym tempie, to nie dzieje się nic niepokojącego i dopiero nagły wysiłek powoduje napad intensywnego, suchego kaszlu.

- Na co jeszcze powinniśmy zwrócić uwagę?

- Astma to również nawracające zapalenia oskrzeli. Zazwyczaj zwykłe przezię-

bień u osób chorych szybko infekuje płuca, a sama infekcja jest długotrwała. Pacjent bierze antybiotyki, które nie pomagają, chory jest osłabiony, stale kaszle i ma trudności w oddychaniu. Pozornie wydaje się, że to tylko zapalenie oskrzeli, ale to już może być astma oskrzelowa. I to jest moment kiedy nasza czujność jest uśpiona. Pamiętajmy, że jeśli dolegliwość trwa długo, to nie jest normalny stan i powinniśmy skonsultować się ze specjalistą.

- Często jednak zamiast do pulmonologa trafiamy do alergologa...

- To prawda. Bywają pacjenci, którzy skarżą się na katar sienny, wodnisty, lejący się z nosa. Może trwać miesiącami. Chodzimy do alergologa, przechodzimy immunoterapię i katar sienny ustępuje. Później doskwiera nam kaszel i rozpoznawane jest zapalenie oskrzeli i przyjmujemy antybiotyki. A można domniemywać, że uruchomiła się astma oskrzelowa na tle alergii. Taki pacjent powinien trafić do poradni pulmonologicznej, by wykonać spirometrię. Może się okazać, że to już astma oskrzelowa ze zmianami spirometrycznymi.

- Co jeszcze powinno nas zaniepokoić?

- To, na co powinniśmy być wyczuleni, to fakt, że nasze dolegliwości nawracają i są długotrwałe. Pojawiają się z pewną systematycznością, np. w okresach pylenia roślin. Wiemy już, że w tym okresie towarzyszy nam suchy, świszczący i męczący kaszel, albo mamy duszności, które nie pozwalają nam w określonych warunkach oddychać. Jeżeli zauważymy pewną prawidłowość, powinniśmy sprawdzić czy nie jest to coś poważniejszego, bo czynnikiem sprawczym może być choćby pyłek zbożowy, który da o sobie znać latem. Inny istotny czas to sezon grzewczy. W suchym powietrzu intensywnie mnożą się roztocza, które są silnym alergenem powodującym objawy alergiczne takie jak łzawienie, swędzenie oczu i nosa czy napady kaszlu, szczególnie w domu w godzinach popołudniowych i w nocy, kiedy śpimy w zamkniętym pomieszczeniu. W tym suchym, ciepłym powietrzu intensywnie mnożące się roztocza, powodują napady kaszlu i może to być kaszel astmatyczny.



- Jak leczymy astmę oskrzelową?

- Astma oskrzelowa jest chorobą przewlekłą, immunologiczną, więc musimy podać pacjentowi lek do leczenia immunologicznego, czyli steryd. Krokiem milowym w medycynie było wynalezienie sterydów inhalacyjnych we wszystkich możliwych formach, czyli aerolizerach, dyskach czy ampułkach. Leki sterydowe, które wdychamy, zostają tylko w tym miejscu, do którego docierają, czyli w oskrzelach i płucach i nie przedostają się do krwi. Dzięki temu nie uszkadzają żołądka, wątroby czy skóry. Nie spowodują osteoporozy czy innych skutków ubocznych, które towarzyszyły dawnym sterydom podawanym domięśniowo.

- Jakie efekty daje stosowanie nowoczesnych leków?

- Aktualnie dostępne leki są bardzo bezpieczne i trafiają dokładnie tam, gdzie toczy się choroba, czyli w drobne oskrzeliki. Doskonale leczą drzewo oskrzelowe powodując ustąpienie obrzęku oskrzelików i ustąpienie stanu zapalnego. Systematyczne stosowanie tych leków może spowodować, że po wielu miesiącach leczenia, objawy dzienne jak i nocne ustąpią całkowicie. Pacjent będzie się dobrze czuć i wówczas lekarz specjalista może nam stopniowo zmniejszać dawkę leku. Robi się to stopniowo, żeby znowu nie spowodować gwałtownego obrzęku oskrzeli i nawrotu intensywnych objawów choroby.

- Co dzieje się z chorym, który nie leczy astmy oskrzelowej?

- Astma nieleczona lub leczona źle, prowadzi do nasilenia dolegliwości. Pacjent cierpi, ale przyzwyczaił się do kaszlu, duszności i uczucia rozpierania w klatce piersiowej. Taka osoba uznaje, że cierpi na długotrwałe przeziębienia. W wyniku nieleczenia astmy oskrzelowej dochodzi do przerostu ścian oskrzela, a tego niestety nie da się już niczym zlikwidować i nie ma na to lekarstwa. W pulmonologii nazywane to jest remodelingiem (przebudową). W efekcie prowadzi do inwalidztwa oddechowego.

- Jak funkcjonuje taki pacjent?

- Oskrzel takiego chorego zawsze są skurczone, więc ma niskie wartości spirometryczne, a w efekcie jest niedotleniony, co odczuwa cały organizm. Pojawiają się zaburzenia rytmu serca, niedotlenienie serca, gorzej kontrolowane nadciśnienie i inne problemy zdrowotne. Jeżeli taka sytuacja trwa latami powstają tzw. pułapki powietrzne. Powietrze dostaje się do pęcherzyków płucnych i nie może się z nich wydostać. Zalega i niszczy ściany pęcherzyka płucnego, a to już podłoże do rozwoju przewlekłej obturacyjnej choroby płuc, która jest chorobą ogólnoustrojową. Choruje cały organizm, a przyczyną tego jest nieleczenie astmy.

- Dziękuję za rozmowę.



NIE LEKCEWAŻ GRYPY!

Specjaliści namawiają do zaszczepienia się przeciwko grypie. Podkreślają, że szczepionka jest najlepszą ochroną i pozwala uniknąć ciężkich i groźnych dla życia powikłań. Najlepiej zrobić to jesienią i nie czekać do zimy.

Zgodnie z zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) Komitetu Doradczego ds. Szczepień Ochronnych (ACIP) i 15 Międzynarodowych Towarzystw Naukowych profilaktyka za pomocą szczepień przeciwko grypie to najskuteczniejsza i najtańsza droga do zwalczania infekcji grypowej. Jednak zbliżający się sezon szczepień kolejny raz pokazuje, że temat ma wielu zwolenników i przeciwników.

- Grypa jest zakaźną chorobą, która atakuje zwykle w miesiącach zimowych i rozprzestrzenia się, kiedy osoby zarażone wirusem kaszlą i kichają – mówi Bożena Waligóra, pielęgniarka epidemiologiczna PCM w Wieruszowie. - To poważniejsza choroba niż przeziębienie. U niektórych osób może prowadzić

do poważnych chorób, takich jak zapalenie oskrzeli i zapalenie płuc. W przypadku ich wystąpienia niezbędna może być hospitalizacja - dodaje.

Wirus grypy charakteryzuje się dużą zmiennością antygenową, dlatego szczepionka przeciw grypie sezonowej jest co roku zmieniana. Każdego roku pojawiają się szczepionki o zaktualizowanym składzie i tak jest również w sezonie 2016/2017, gdzie dostępne preparaty różnią się od zeszłorocznych. W ostatnim roku doszło do znacznych mutacji, stąd w tegorocznej szczepionce pojawią się dwa zupełnie nowe szczepy wirusa grypy.

- Z tego samego względu ważność szczepionki przeciw grypie trwa jeden rok – wyjaśnia Bożena Waligóra. - Aby

zapewnić sobie ciągłość ochrony przed zachorowaniem, należy szczepić się przeciw grypie co roku.

Zaszczepić się można już we wrześniu, a szczepionki są dostępne zarówno w aptekach jak i placówkach opieki zdrowotnej. Specjaliści namawiają do jak najszybszego zaszczepienia się, podkreślając jednocześnie, że szczepionka zapewnia najlepszą ochronę przed grypą sezonową i pozwala uniknąć ciężkich i groźnych dla życia powikłań pogrypowych. Zaznacza się, że szczepienie jest szczególnie istotne dla osób z tzw. grup ryzyka.

- Przeciw grypie powinny zaszczepić się zwłaszcza osoby mające 65 lub więcej lat i cierpiące na przewlekłe schorzenia. Należą do nich niewydolność ser-

ca, choroby wątroby lub nerek, astma i cukrzyca. Szczepionkę przeciw grypie powinny przyjąć także osoby, których układ odpornościowy jest osłabiony wskutek choroby lub które są w trakcie leczenia np. chemioterapii – wyjaśnia Bożena Waligóra. - U dzieci powyżej 6. miesiąca życia, które cierpią na przewlekłą chorobę, w razie zarażenia grypą mogą nasilić się objawy występującej choroby – dodaje, podkreślając jednocześnie, że kobiety w ciąży i osoby z grup wysokiego ryzyka powinny omówić kwestię szczepionki z lekarzem lub pielęgniarką w przychodni.

Najlepszą porą na szczepienie przeciw grypie jest jesień: między końcem września a początkiem listopada. Nie należy czekać do zimy, kiedy pojawia się epidemia grypy. Szczepionka jest dostępna w aptekach od września, a produkuje się ją wykorzystując szczep wirusa grypy, którego oczekuje się nadchodzącej zimy. Szczepionka może być podana przez pielęgniarkę w poradni lekarza rodzinnego.

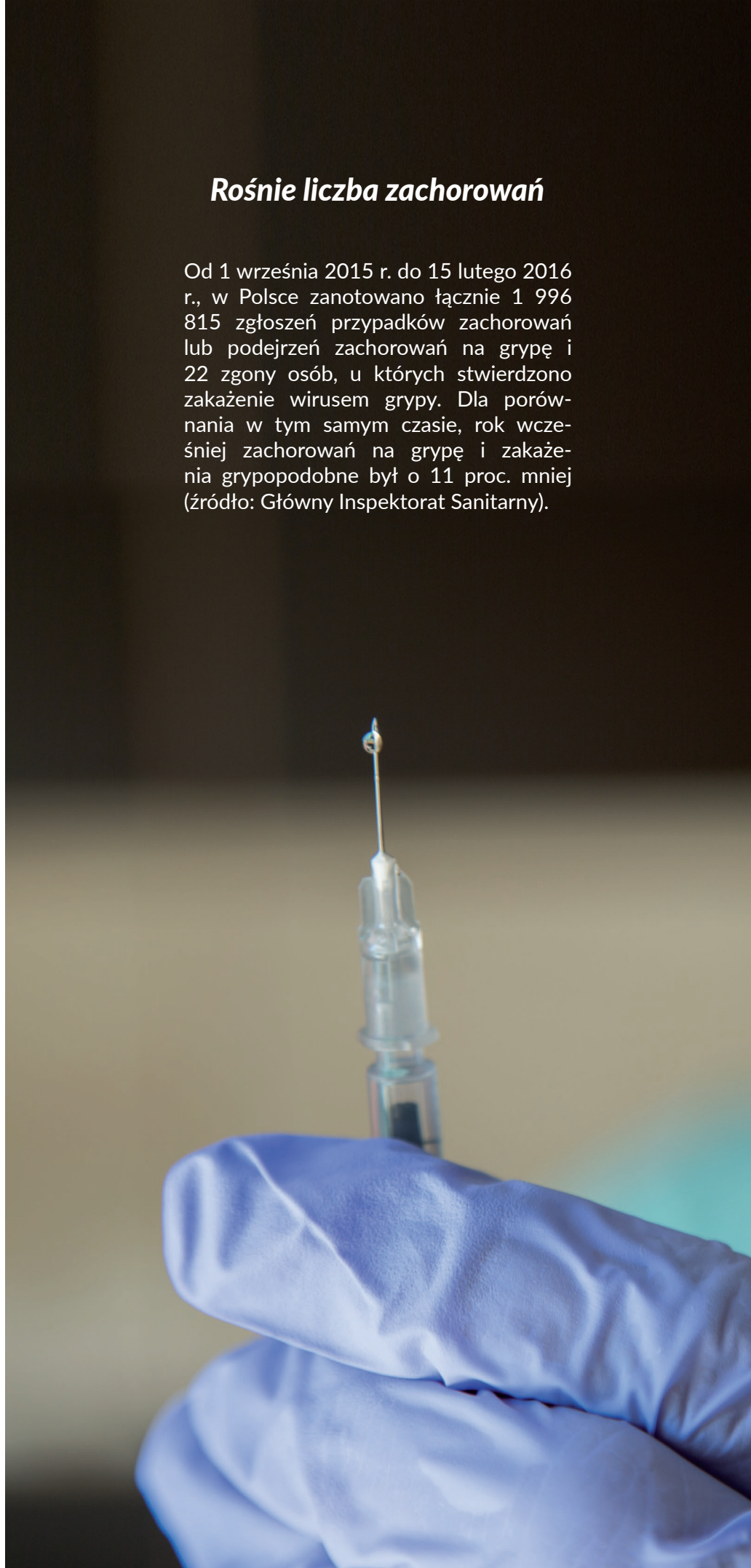
Jak działa szczepionka? - W ciągu 7 do 10 dni od jej przyjęcia organizm zaczyna wytwarzać przeciwciała, czyli komórki zwalczające infekcję. Pomagają one chronić przed podobnymi wirusami, z którymi można mieć kontakt. Nie zabezpieczą jednak przed wieloma innymi wirusami, które pojawiają się każdej zimy – wyjaśnia pielęgniarka epidemiologiczna.

Nowoczesne szczepionki przeciw grypie nie powodują zwykle żadnych problemów i skutków ubocznych. - Po zastrzyku może jednak wystąpić niewielka bolesność ramienia w miejscu wkłucia. Czasem szczepionka może spowodować łagodną gorączkę i niewielkie bóle mięśni, które trwają przez mniej więcej jeden dzień. Szczepionka nie zawiera aktywnego wirusa, nie może więc wywołać grypy – uspokaja Bożena Waligóra.

Czasem zdarza się, że osoby zaszczepione zarażają się innymi wirusami podobnymi do wirusa grypy albo zarażają się grypą, zanim szczepionka zacznie działać. Reakcje alergiczne na szczepionkę są rzadkie.

Rośnie liczba zachorowań

Od 1 września 2015 r. do 15 lutego 2016 r., w Polsce zanotowano łącznie 1 996 815 zgłoszeń przypadków zachorowań lub podejrzeń zachorowań na grypę i 22 zgony osób, u których stwierdzono zakażenie wirusem grypy. Dla porównania w tym samym czasie, rok wcześniej zachorowań na grypę i zakażenia grypopodobne był o 11 proc. mniej (źródło: Główny Inspektorat Sanitarny).





UKŁAD KRAŻENIA DO SPRAWDZENIA

Statystyki pokazują, że powiat wieruszowski jest na pierwszym miejscu w woj. łódzkim pod względem umieralności z powodu chorób krążenia. Dlatego mieszkańców powiatu objęto specjalnym programem profilaktycznym. Jego efekty można podsumować już dziś.

Realizacja projektu „Kompleksowy program zmniejszania zachorowalności na choroby związane ze stylem życia na obszarze powiatu wieruszowskiego” w Powiatowym Centrum Medycznym rozpoczęła się w grudniu ub.r. Wtedy pierwsi pacjenci przyszedli na badania laboratoryjne. Projekt zakończył się w sierpniu br.

- Przez okres dziewięciu miesięcy, prawie codziennie, badaliśmy ok. 20 osób. Badania laboratoryjne wykonano u 1961 osób dorosłych i 939 dzieci. Łącznie PCM wykonało 500 badań ekg, 60 badań echo serca, 100 badań dopplera tętnic szyjnych i 16 prób wysiłkowych – wylicza Daria Górecka, kierownik Działu Nadzoru i Statystyki PCM w Wieruszowie, która odpowiadała za realizację projektu w szpitalu.

Dzięki programowi pacjenci mieli możliwość skorzystania z konsultacji lekarzy

internistów, pediatrów oraz konsultacji kardiologicznej. Program skierowano do osób, które nigdy nie leczyły się na choroby układu krążenia.

- Z założenia program miał dotyczyć osób zdrowych, które nie widzą u siebie niepokojących objawów, a naszym zadaniem było wychwycenie nieprawidłowości odpowiednio wcześniej – wyjaśnia Longin Słowikowski, ordynator Oddziału Chorób Wewnętrznych.

Każdy uczestnik programu miał zapewnione odpowiednie do wieku konsultacje i badania laboratoryjne. - Wykonywane badania to: lipidogram, poziom glukozy we krwi, TSH. Dorośli dodatkowo mieli określany poziom kreatyniny i kwasu moczowego – mówi Daria Górecka.

I rzeczywiście, w wielu przypadkach u przebadanych osób wykryto różne choroby. Wyniki badań pokazały, że wielu

dorosłych, ale również dzieci, ma podwyższony, czasami dość znacznie, cholesterol. – Myślę, że ze wszystkich osób, które zgłosiły się na badania nieprawidłowe wyniki miało 90 proc. pacjentów. Dotyczyło to każdej grupy wiekowej, nawet dzieci. W ten sposób wykryliśmy wiele osób chorych na cukrzycę, nadczynność i niedoczynność tarczycy, niewydolność nerek, miażdżycę naczyń tętniczych i wiele innych schorzeń. Program pozwolił wskazać tych, którzy nie wiedzą, że mogą mieć jakieś problemy z układem krążenia i skierować ich na odpowiednią ścieżkę leczenia – zaznacza Longin Słowikowski.

Wartość projektu to ponad 2,1 mln zł. Sfinansowano go ze środków tzw. Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2009-2014 oraz budżetu państwa w ramach Programu PL13 „Ograniczanie społecznych nierówności w zdrowiu”. ■

DIETA POMAGA POKONAĆ CHOROBY

Ważnym czynnikiem, zarówno w leczeniu jak i zapobieganiu chorobom układu krążenia, jest dieta. Jesienne warzywa i owoce pomogą zadbać o nasze serce.

Powiatowe Centrum Medyczne w Wieruszowie właśnie zakończyło realizację programu profilaktycznego mającego pomóc osobom zagrożonym chorobami układu krążenia. Nasze zdrowie najczęściej zaczyna się w kuchni. To nasza dieta decyduje o samopoczuciu, pomaga zapobiegać lub pokonać niektóre choroby i oczyścić organizm. Jesień to idealny moment na komponowanie menu z owoców i warzyw, tak, by najlepiej służyło twojemu zdrowiu.

Warzywa i owoce mają mnóstwo witamin i mikroelementów, a do tego niewiele kalorii. Dlatego powinny być podstawą naszego menu. Dietetycy podkreślają, że jadtospis bogaty w odpowiednie warzywa i owoce pomaga nie tylko zapobiec chorobom serca i układu krążenia, ale także z nimi wy-

grać. Kapusta, brokuły i owoce drobnopestkowe, takie jak maliny czy truskawki, ograniczają wchłanianie cholesterolu dzięki dużej zawartości błonnika. Błonnik wiąże tłuszcze w przewodzie pokarmowym, a tym samym zapobiega odkładaniu się cholesterolu we krwi. Cenny jest też mało popularny u nas karczoch, który dzięki cynarynie hamuje produkcję cholesterolu.

Należy pamiętać, że najwięcej błonnika jest w surowych owocach oraz blanszowanych lub surowych warzywach. Jeśli będziemy ich spożywać przynajmniej 700 g dziennie, zapewnimy sobie również właściwą ilość antyoksydantów: witaminy C, β -karotenu, witaminy E. Unieszkodliwiają one wolne rodniki tlenowe, które uszkadzają naczynia krwionośne, błony komórkowe i przyczyniają

się do powstawania miażdżycy, zawału czy udaru mózgu. Działanie przeciwmiażdżycowe mają również flawonoidy, których najwięcej znajdziemy w pomarańczowych warzywach i owocach: marchwi, dyni, melonie oraz ciemnozielonych warzywach liściastych: sałacie, szpinaku, jarmużu, natce pietruszki.

Te same warzywa są też źródłem kwasu foliowego chroniącego organizm przed nadmiarem homocysteiny, czyli czynnika sprzyjającego rozwojowi miażdżycy. W zapobieganiu miażdżycy wesprze nas też czosnek. Zawiera allicynę - aktywną substancję, która hamuje zlepianie się płytek krwi i obniża poziom tłuszczów w surowicy krwi. Dla tych, którzy nie są w stanie jadać surowego czosnku z powodu intensywnego zapachu wyjściem są dostępne w aptekach preparaty z wyciągiem z czosnku. ■



Powiatowe Centrum Medyczne Sp. z o.o.
NZOZ Szpital Powiatowy w Wieruszowie
ul. Warszawska 104, 98-400 Wieruszów
tel. 62 784 55 00, 62 784 55 02
www.pcm-nzoz-wieruszow.pl

ODDZIAŁY:

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

ZAKŁAD OPIEKUŃCZO-LECZNICZY HOSPICJUM DOMOWE PORADNIE:

- 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

PRACOWNIE:

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

DZIAŁ REHABILITACJI:

- pracownia fizykoterapii
- pracownia kinezyterapii
- pracownia fizjoterapii

