

*Z okazji Międzynarodowego  
Dnia Pielęgniarki  
i Położnej, wszystkim naszym  
Pielęgniarkom i Położnym,  
pragnę złożyć życzenia wszelkiej  
pomysłności i spełnienia w życiu  
zawodowym i prywatnym,  
satysfakcji z niesienia pomocy  
potrzebującym oraz zdrowia  
i wytrwałości.*

*Z całego serca dziękuję Wam  
także za zaangażowanie  
i oddanie w opiekę nad naszymi  
pacjentami.*

\*\*\*

*Z okazji Dnia Opiekuna  
Medycznego i Dnia Farmaceuty  
życzę wszystkim naszym  
opiekunom i farmaceutom,  
którzy z oddaniem pracują  
na rzecz pacjentów, pogody  
ducha, sukcesów zarówno tych  
zawodowych i prywatnych,  
satysfakcji z wykonywanej  
pracy oraz zdrowia.*

*Kornelia Cieśla  
Dyrektor Szpitala  
Specjalistycznego Nr 2  
w Bytomiu*

# KLINIKA

## KWARTALNIK SZPITALA SPECJALISTYCZNEGO W BYTOMIU

nr 200  
czerwiec  
2021

ISSN: 1897-9521

[www.szpital2.bytom.pl](http://www.szpital2.bytom.pl)

## Nasze Centrum coraz bliżej



Zakończyły się prace przy budowie Śląskiego Centrum Medycyny Fizycznej i Wczesnej Diagnostyki Nowotworów. Celem działalności ośrodka będzie wzrost dostępności do skutecznej diagnostyki i leczenia chorób nowotworowych oraz naczyniowych.

Dokończenie na str. 4



## Alergia i coś więcej?

**Jak wynika z badań Europejskiej Akademii Alergologii i Immunologii Klinicznej (EAACI), obecnie ponad 30 proc. mieszkańców Europy ma objawy alergii. Według Białej Księgi w 2022 r. co drugi mieszkaniec będzie chorował na alergiczny nieżyt nosa.**

Kichanie, przewlekły kaszel, wypryski skórne, biegunki – to najczęstsze objawy alergii, przy czym szczególnie zagrożone są dzieci z uwagi na dojrzewający układ immunologiczny, zwiększoną wrażliwość śluzówek i spojówek na alergeny oraz cząsteczki drażniące. Alergie to choroby cywilizacyjne i stanowią dziś prawdziwe wyzwanie dla świata medycyny, ponieważ wciąż poznajemy wiele nowych alergenów je wywołujących, w tym ich budowę komponentową, alergię krzyżową, przez co możemy odpowiedzieć na niektóre istotne pytania, jak: czy dany alergen wywoła u chorego wstrząs anafilaktyczny? Czy też może alergen ten po odpowiedniej obróbce-termicznej może stać się bardziej bezpiecznym? Równocześnie możemy sobie zadać pytanie, dlaczego w dzisiejszych czasach tak często mówią o alergiach? Nie zmienił się w sposób zasadniczy powszechny kontakt z alergenami środowiskowymi, takimi jak roztocza kurzu domowego czy pyłki roślin, chociaż odnotowuje się stały i systematyczny wzrost ilościowy natężenia Ambrosii i pleśni, co wiąże się z ociepleniem klimatu i zmianą stylu życia. Z pewnością bardziej dbamy o czystość i częściej stosujemy detergenty, co z kolei

zmienia nasz mikrobiom. Nie pijemy więcej mleka, jednak częściej spożywamy inne naturalne pokarmy, jak melony, kokosy, ananasy, brzoskwinie, kiwi, arbuzy itd. Przybyło nam substancji chemicznych i one spowodowały pojawianie się coraz częściej tzw. alergii nieatopowej. Rodzice dzieci często niewiele wiedzą o alergiach, m.in. z powodu braku środków finansowych na kampanie informacyjne. Alergie często są mylone z infekcjami wywołanymi przez bakterie i wirusy. Rodzice dzieci uczulonych na brzozę sądzą, iż usunięcie drzewa z ich ogródka spowoduje ustąpienie objawów alergicznych. Niestety nie jest to prawdą, gdyż pyłek brzozy w mieście otoczony jest kryształkami różnego rodzaju zanieczyszczeń, przez co osadza się na śluzówce nosa, uszkadza ją i wywołuje podrażnienia, zaś pyłki wędrują wiele kilometrów, w zależności od siły wiatru. Zatem alergeny naturalne w środowisku miejskim są bardziej agresywne, przy czym brzoza rosnąca z dala od miasta w mniejszym stopniu uczula pacjenta.

### Diagnostyka

U małych dzieci zaleca się diagnostykę w oparciu o podstawowy panel 6-alergenowy dla takich pokarmów, jak: mleko, jajko, mąka pszenna, mąka żytnia, jabłko, orzeszki ziemne, który często zostaje poszerzony o komponenty alergenowe dla mleka oraz alergen dla jabłka i marchwi. Tak przygotowany standard diagnostyczny dla małych dzieci wskazuje, iż to nie mleko jest najczęstszą przyczyną alergii u dzieci, ale na pewno jest najpowszechniej podejrzany

nym i eliminowanym alergenem. Dlatego w przypadku jakiegokolwiek podejrzenia o alergię u dziecka/pacjenta lekarz pierwszego kontaktu ma obowiązek skierować go do alergologa, by przeprowadzić diagnostykę i zdecydować o konieczności zastosowania diety eliminacyjnej i potrzebie leczenia.

Diagnostyka alergologiczna jest prowadzona na bieżąco w ramach planowej diagnostyki krótkoterminowej na oddziale diagnostycznym Oddziału Klinicznego Pediatrii Szpitala Specjalistycznego Nr 2 w Bytomiu. Obejmuje szeroki panel diagnostyczny alergii pokarmowej i inhalacyjnej w oparciu o metodykę testów PRICK, testów natywnych, testów PRICK by PRICK oraz metodę diagnostyczną, polegającą na oznaczeniu w surowicy krwi IgE całkowitego oraz IgE swoistych metodą POLY-CHECK (panele inhalacyjne 20 alergenowe, atopowe 30 alergenowe). Zgodnie z aktualnymi zaleceniami, diagnostykę alergii pokarmowej poszerzono o oznaczanie komponentów dla mleka i jajka, by tym samym dokładnie określić, jaki rodzaj mieszanki mlecznej należy włączyć do diety dziecka lub w jakiej postaci można ewentualnie podać alergen jajka dziecku w jego diecie.

Równocześnie w grupie małych pacjentów z rozpoznaną astmą oskrzelową prowadzona jest w trakcie hospitalizacji ocena stopnia kontroli astmy wraz z wykonaniem badania spirometrycznego, by dostosować leczenie do aktualnych wytycznychGINA 2021. Z kolei dla grupy dzieci kwalifikowanych do immunoterapii i/lub aktualnie leczonych tą metodą wprowadzono procedurę oznaczenia komponentów alergenowych metodą POLY-CHECK dla kurzu, celem oszacowania pozytywnego lub negatywnego efektu immunoterapii. Reakcje nadwrażliwości na antybiotyki diagnozowane są z wykorzystaniem panelu POLY-CHECK, aby określić grupy antybiotyków, które mogą być zastosowane. Kolejnym planowanym etapem diagnostycznym na oddziale jest wprowadzenie testów płatkowych, by poszerzyć diagnostykę u dzieci z podejrzeniem o nadwrażliwość na substancję chemiczne, co stanowi jedną z najczęstszych przyczyn alergii nabytej w pokrzywkach. Zapraszamy do współpracy otolaryngologów dziecięcych, gastroenterologów dziecięcych, dermatologów.

**Dr hab. n. med. Krystyna Stencel-Gabriel**  
**Oddział Kliniczny Pediatrii**  
**Szpitala Specjalistycznego Nr 2**  
**w Bytomiu**

# Jesteście fantastyczne!

*Na froncie walki z koronawirusem stoją nie tylko lekarze czy ratownicy medyczni, ale również pielęgniarki, których praca jest trudna, a często niedoceniana. W naszym Szpitalu, wraz z położnymi, stanęły na wysokości zadania i w każdej chwili były do dyspozycji pacjentów.*

– *Pandemia była zaskoczeniem dla nas wszystkich – przyznaje Urszula Wyszowska, Naczelną Pielęgniarkę Szpitala Specjalistycznego Nr 2 w Bytomiu. – Uczucie przerażenia i niepewności towarzyszyło nam na każdym kroku. Obawy dotyczyły nie tylko naszego zdrowia, ale także naszych rodzin. Pomimo strachu, wszystkie pielęgniarki i położne stanęły na wysokości zadania, poświęcając się pacjentom z empatią i troskliwością, będąc dla nich ogromnym wsparciem w trudnych momentach osamotnienia – dodaje.*

Szpitalny zespół ds. zakażeń opracował specjalne procedury przeciwepidemiczne oraz schematy postępowania, które miały ochraniać wszystkich pracowników, również pielęgniarki i położne. Pomimo sporych problemów z zaopatrzeniem w środki ochrony indywidualnej, zwłaszcza na początkowym

etapie pandemii, udało się zapewnić niezbędny sprzęt.

– *Niestety, pomimo najwyższej ostrożności, nie zawsze można było ustrzec się przed zakażeniem – mówi Urszula Wyszowska. – I to jednak nie zdezorganizowało pracy pielęgniarek i położnych, które, często kosztem czasu wolnego, zastępowały chore koleżanki. Poświęcenie, kiedy zostawiały swoje rodziny i stawiały się do pracy, jest nie do przecenienia – przyznaje.*

„Światłem w tunelu”, także dla pielęgniarek, była możliwość zaszczepienia się. Pomimo tego, pracownice nie porzuciły środków bezpieczeństwa, nadal zachowując najwyższą ostrożność.

Pandemia obnażyła, po raz kolejny, problemy, z jakimi środowisko pielęgniarskie mierzy się od dawna.

– *Niedobory kadrowe i wszystkie negatywne skutki dotychczasowej polityki dotyczącej naszego zawodu, o których stale mówimy, znów dały o sobie znać. Średnia wieku pielęgniarek to około 50 lat. Wciąż za mało jest absolwentów tego kierunku w szkołach medycznych. Jeżeli nic w tej sprawie nie zostanie zrobione, średnia wieku i luka pokoleniowa będą się pogłębiać, a niedobory kadrowe wzrosną do dramatycznych rozmiarów – mówi Urszula Wyszowska. – My, w trudnym czasie pokazałyśmy, że można na nas liczyć i zawsze jesteśmy w stanie się poświęcić. Czy teraz, rządzący będą potrafili to docenić i podjąć właściwe decyzje?*

DW

## Wielka pomoc dla Szpitala

*Niezbędne środki ochrony osobistej, żywność i woda, sprzęt medyczny i dofinansowania, zarówno od firm, jak i osób prywatnych – ogrom pomocy, jaką otrzymał Szpital Specjalistyczny Nr 2 w Bytomiu w czasie pandemii, jest nie do przecenienia. Za każdy gest pozostajemy wdzięczni.*

Wsparcie było szczególnie ważne w pierwszym okresie pandemii, od marca 2020 roku.

– *Cały świat ogarnął nie tylko kryzys związany z COVID-19, ale i brakiem podstawowych środków ochrony osobistej – mówi Karina Kusz, Główna Księgowa Szpitala. – Każdy przecież pamięta przedwzrost sytuacji z przejmowaniem samolotów z dostawami, czy ściąganiem sprzętu z końca świata. Ceny środków ochrony osobistej wystrzeliły w górę. Kiedyś, za jedną maseczkę płacił się 10 gr, po wybuchu pandemii, koszt wzrósł do kilku złotych na sztuce – dodaje.*

W krytycznym momencie nastąpił niesamowity odzew społeczeństwa, firm i instytucji. Szpital został wręcz zasypany niezbędnymi środkami ochrony osobistej.

– *Nie chcę tu wymieniać każdego z osobna, bo lista byłaby niezwykle długa, a wszystkim jesteśmy wdzięczni tak samo – przyznaje Karina Kusz. – Dzięki tym wspaniałym darom – zarówno ręcznie sztytym maseczkom, jak i kupionym środkom ochrony, personel medyczny mógł we względnie bezpiecznych i komfortowych warunkach udzielać pomocy – zapewnia.*

Środki ochrony to nie jedyne wsparcie, które trafiło do naszego Szpitala. Otrzymaliśmy także pomoc finansową, sprzętową (dezynfektor, urządzenie do ozonowania pomieszczeń, wyparzynkę do naczyń) oraz żywieniową. W ostatnich miesiącach, nasza placówka dostała dzbanki do wody z filtrami, wody mineralne, batoniki czy środki higieniczne.

# Bytomska Klinika Europejskim Referencyjnym Centrum Doskonałości w Dziedzinie Chorób Naczyń. Prof. Agata Stanek z prestiżowym tytułem!



Prof. Agata Stanek

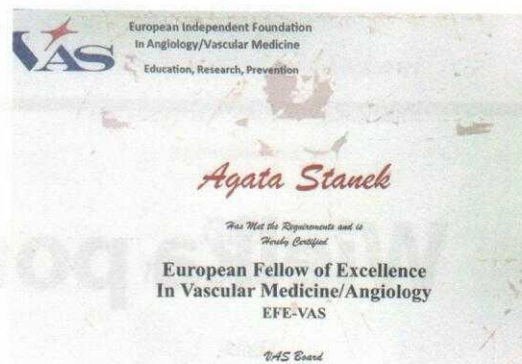
*Miło nam poinformować, że Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizycznej dołączyła do elitarnego grona jednostek naukowych, posiadających renomowany tytuł Europejskiego Referencyjnego Centrum Doskonałości w Dziedzinie Chorób Naczyń. Z kolei prof. dr hab. n. med. Agata Stanek otrzymała prestiżowy tytuł VAS European Fellow of Excellence in angiology/vascular medicine. Prof. Stanek jest jedyną osobą w Polsce, która może poszczycić się tym zaszczytnym wyróżnieniem.*

Katedra i Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizycznej Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach, działająca na bazie Szpitala Specjalistycznego Nr 2 w Bytomiu, kierowana przez prof. Grzegorza Cieślara, uzyskała międzynarodową akredytację jako REFERENCYJNE CENTRUM DOSKONAŁOŚCI W DZIEDZINIE ANGIOLOGII (chorób naczyniowych i zakrzepicy) (Reference Centre of Excellence Angiology/Vascular Medicine/Thrombosis). Akredytacja została wydana przez VAS-European Independent Foundation in Angiology/Vascular Medicine. Jest to wielkie wyróżnienie dla Kliniki, ponieważ jest ona pierwszym w Polsce ośrodkiem, który może pochwalić się taką pozycją.

Stało się to możliwe dzięki Pani prof. Agacie Stanek, zastępcy kierownika Katedry i Oddziału Klinicznego Chorób Wewnętrznych, Angiologii i Medycyny Fizycznej, której dokonania w dziedzinie angiologii zosta-

ły zauważone na polu międzynarodowym. Pani prof. Stanek, jako jedna z pierwszych w Polsce, zdała egzamin i otrzymała Europejski Dyplom z angiologii w 2016 roku. Dalsze sukcesy prof. Agaty Stanek na polu medycyny naczyniowej i współpraca międzynarodowa zaowocowały przyznaniem jej w tym roku, jako jedynemu dotychczas naukowcowi z Polski, prestiżowego tytułu VAS European Fellow of Excellence in angiology/vascular medicine.

Akredytacja dla bytomskiej Kliniki i prestiżowy tytuł dla prof. Agaty Stanek, to ogromny zaszczyt dla całego Szpitala i regionu. To również potwierdzenie, że bytomska Klinika jest jednym z najlepszych w kraju ośrodków zajmujących się leczeniem chorób naczyniowych, a osiągnięcia naukowe, wybitnej klasy specjalistów pracujących w Bytomiu, należą do światowej czołówki. Serdecznie gratulujemy!



## Nasze Centrum coraz bliżej

Dokończenie ze str. 1

Obecnie trwają odbiory budynku, niebawem rozpocznie się także wyposażanie obiektu, które ma potrwać do końca września. Centrum ma zostać otwarte jeszcze w tym roku. Inwestycja finansowana jest ze środków Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Śląskiego na lata 2014-2020, a także dotacji z budżetu Województwa Śląskiego i własnych funduszy Szpitala.





## Ważna mama, ważne dziecko

**„Poród marzeń” – program promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej dla kobiet ciężarnych i ich rodzin w zakresie porodów siłami natury, prowadzony w Śląskim Centrum Perinatologii, Ginekologii i Chirurgii Płodu naszego Szpitala, cieszy się dużym zainteresowaniem pacjentek. Przedsięwzięcie ma na celu wsparcie emocjonalne, duchowe, motywacyjne i fizyczne rodziców. W ramach programu pacjentki korzystają m.in. z porodowego SPA.**

Program opracowany został na bazie obowiązującego standardu opieki okołoporodowej, mającego na celu promocję zdrowia w zakresie porodu siłami natury. Rodząc naturalnie, kobieta ma możliwość odkrycia energii własnych zasobów wewnętrznych, siły i umiejętności oraz wsłuchania się w instynkt, co pozytywnie wpływa na efektywny przebieg porodu i minimalizuje stres z nim związany. Program adresowany jest do wszystkich ciężarnych, w tym dla pacjentek oddziału patologii ciąży i położnictwa. Personel zapewnia wsparcie okołoporodowe, zarówno przed, w trakcie, jak i po porodzie.

W ramach programu pacjentki korzystają mogą z naturalnego, nieinwazyjnego wsparcia, pozytywnie wpływającego na późniejszy postęp akcji porodowej. Personel tworzy dla ciężarnych klimat porodowego SPA. Panie korzystają mogą m.in. z masażu relaksacyjnego, akupresury, ćwiczeń oddechowych przynoszących ulgę w bólu, technik łagodzących stres, wizualizacji, ćwiczeń qigong - ruchowych powiązanych z oddechem

czy masażu chustą rebozo. Program to również indywidualne określanie potrzeb i oczekiwań pacjentek w celu usprawnienia przebiegu porodu. Istotą programu jest też zapewnienie komfortu psychicznego i emocjonalnego rodzącej, zwłaszcza w czasie pandemii, kiedy to z powodów epidemiologicznych, nie zawsze możliwy jest udział osób towarzyszących w porodzie.

Szczegółowe informacje o projekcie znaleźć można na Facebooku Szpitala.

\*\*\*

Pacjentki, które zdecydują się na poród w bytomskim Szpitalu, skorzystają mogą z zabiegu znieczulenia do porodu. Wstępną konsultację anestezyjologiczną można przeprowadzić, dzwoniąc pod nr tel. 32 78 61 686 we wtorki od godz. 9.00 do godz. 21.00 (w przypadku zaangażowania anestezyjologa do operacji, prosimy o pozostawienie nr tel. do kontaktu).

\*\*\*

Przypominamy, że w naszym Szpitalu aktualnie realizowany jest unijny projekt „Bytomska Szkoła Świadomego Rodzicielstwa w Szpitalu Specjalistycznym Nr 2 w Bytomiu” w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Śląskiego na lata 2014-2020, współfinansowany przez Europejski Fundusz Społeczny. Adresowany jest do:

- kobiet od 20. tygodnia ciąży fizjologicznej, mieszkających na terenie województwa śląskiego;
- pacjentek oddziałów położniczo-ginekologicznych placówek medycznych z województwa śląskiego;
- partnerów życiowych kobiet wyżej wymienionych;
- innych osób wspierających uczestniczki wyżej wymienionych.
- Udział w przedsięwzięciu jest bezpłatny! Zapraszamy do udziału.

## Szanowna Pani Dyrektor,

107 dni spędziłam na Oddziale Klinicznym Ginekologii, Położnictwa i Ginekologii Onkologicznej w Państwie szpitalu. To był niezmiernie trudny czas, ale czułam, że jesteśmy z córeczką w najlepszych rękach. Pragnę podziękować za działalność Państwa Kliniki. Dziękuję za to, że zdecydowaliście się Państwo na podjęcie trudu, zdobycie wiedzy i doświadczenia, by móc z tak ogromnym powodzeniem przeprowadzać dziś jakże potrzebne wewnątrzmaciczne operacje rozszczepu kręgosłupa.

Dziękuję za każdy dzień opieki, za konsultacje, badania, za okazaną życzliwość, miłe słowa, a przede wszystkim za to, że operując nas 22 grudnia zespół wspaniałych lekarzy uratował nie tylko zdrowie naszej córeczki, ale także przyszłość całej naszej rodziny.

Wielkie ukłony kieruję w stronę Pana Docenta Jacka Zamłyńskiego, Pani Dr Agnieszki Pastuszki, Pana Dr. Mateusza Zamłyńskiego, Pani Dr Katarzyny Radlińskiej, których miałam możliwość poznać osobiście oraz w stronę pozostałych członków zespołu, który przeprowadził naszą operację.

Szczególne podziękowania kieruję również do Dr. Grzegorza Tomanka za ciepłe przyjęcie, zawsze miłe słowa i opiekę, dziękuję Pani Dr Annie Fryczkowskiej za dokładne badania USG, odpowiedzi na tysiące moich pytań oraz powitanie naszej córeczki na świecie. Dziękuję Dr. Mateuszowi Stoleckiemu za ciepłe słowa i zainteresowanie, Dr. Michałowi Gawlikowi za opiekę i wszystkim pozostałym lekarzom i pracownikom, nie zapominając o Pani Dorocie Siebiacie-Tomczyk, których spotkałam podczas pobytu na oddziale patologii ciąży.

Bez wątplenia mogę powiedzieć, że są to wspaniali specjaliści z podejściem do pacjenta, jakiego życzyłby sobie każdy. Oczywiście nie mogę nie wspomnieć o sercu oddziału, czyli o cudownych Paniach położnych, które przyjęły mnie bardzo ciepło. Praca Pań położnych jest nieoceniona i nie raz były dla mnie wielkim wsparciem. Pobyt w Klinice był dla mnie bardzo trudnym czasem, ale między innymi dzięki Paniom położnym udało mi się przetrwać te długie miesiące i wrócić do domu w całkiem dobrej formie.

Pragnę podziękować także personelowi bloku porodowego za opiekę po operacji wewnątrzmacicznej oraz pracownikom oddziału położniczego za pomoc i wsparcie już po narodzinach córeczki. Oczywiście nie mogę zapomnieć także o Pani Dyrektor – bardzo dziękuję za chwile relaksu oraz ciekawe rozmowy, które autentycznie oderwały mnie na chwilę od rozmyślenia o niepewnej przyszłości.

Stan naszej córeczki jest naprawdę dobry i zadziwia nie tylko nas, ale przede wszystkim opiekujących się nią obecnie lekarzy. Z całą pewnością jest to zasługa wszystkich osób zaangażowanych w naszą opiekę. Nigdy nie zapomnę, ile Państwo dla nas zrobili. Dziękuję za wszystko i życzę Państwu wielu sukcesów i satysfakcji z dalszej działalności Kliniki.

Z poważaniem  
Anna Łączka-Koźlarek z rodziną

## Podziękowania

Od grudnia 2020 r. do marca br. na zasłużoną emeryturę przeszły trzy pracownice naszego Szpitala:

- Irena Broja (sprzątaczką)
- Grażyna Kornatowska (salowa)
- Edyta Moskal (starszy statystyk medyczny)

Pracownikom, które przeszły na emeryturę, składam serdecznie podziękowania za oddaną, wieloletnią pracę. Dziękuję za te piękne lata, poświęcenie i lojalność oraz trud włożony w spełnianie zawodowych obowiązków. Mam nadzieję, że nie zapomną Panie o nas i podobnie jak my wszyscy, będziecie dobrze wspominać spędzone tutaj chwile. Dziękując za współpracę, życząc dużo zdrowia, spełnienia marzeń, pomyślności i wielu radości w życiu osobistym.

Kornelia Cieśla  
Dyrektor Szpitala Specjalistycznego Nr 2 w Bytomiu

Wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia  
w tych trudnych chwilach

**Dr. Grzegorzowi Jakubiakowi  
i Dr Józefinie Ochab-Jakubiak**  
z powodu śmierci

**Babci  
Krystyny Jurewicz**

składa

prof. Grzegorz Cieślar wraz z zespołem Oddziału  
Klinicznego Chorób Wewnętrznych, Angiologii  
i Medycyny Fizykalnej

Szpitala Specjalistycznego Nr 2 w Bytomiu

# KLINIKA

REDAKCJA:

## SZPITAL SPECJALISTYCZNY

# Nr 2

Opracowanie i skład: Wydawnictwo KA s.c.  
ul. Opolska 23c, 42-600 Tarnowskie Góry  
tel. 32 39-000-39, www.kasc.pl

41-902 Bytom, ul. S. Batorego 15, tel. 32 786-14-00

Druk: Mikopol, tel. 32 289-82-75, nakład: 1000 egz.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczanych reklam.

# W trosce o zdrowie kobiet

*Żyjemy długo, lecz niekoniecznie w dobrym zdrowiu. Troszczymy się o rodzinę, a własne potrzeby spychamy na sam koniec. Średnia długość życia kobiety w Polsce to prawie 82 lata. W krajach Unii Europejskiej różnica między długością życia kobiet i mężczyzn wynosi około dwóch lat, w naszym kraju aż osiem lat i ciągle się powiększa. Niestety, z długością życia nie wiąże się dobry stan zdrowia kobiet. Polska zajmuje obecnie 21. miejsce wśród 27 krajów Unii Europejskiej pod względem wskaźników umieralności kobiet.*



mgr Dorota Siebiata-Tomczyk

Wśród czynników największego ryzyka zdrowotnego dla Polek wymienia się nowotwory złośliwe i choroby układu krążenia. Aż 47% Polek narzeka na różne przewlekłe dolegliwości, takie jak: cukrzyca, choroby tarczycy, osteoporoza, choroby reumatyczne, nietrzymanie moczu, zylaki.

Polki są również bardziej narażone na występowanie negatywnych objawów w sferze zdrowia psychicznego (depresji, stałego zmęczenia, niepokoju, przygnębienia, zanizzonego poczucia własnej wartości), a także alergii, chorób stawów czy wątroby. Stanowią również większość chorych na chorobę Alzheimera.

Statystyki oddają to, co obserwujemy na oddziałach położniczych - Polki zachodzą w ciążę i rodzą swoje pierwsze i kolejne dzieci coraz później. Według GUS liczba Polek, które

urodziły dziecko w wieku 35-45 lat wzrósł w ostatniej dekadzie o 70%, a w wieku 40-45 lat - o blisko 11%. Zmiany dotyczą również wskaźnika dzietności. Możemy spodziewać się, że w ciągu kolejnych dwóch dekad udział dzieci w ogólnej liczbie mieszkańców będzie stale się zmniejszał, nawet mimo programów rządowych, zachęcających do prokreacji.

Pamiętajmy zatem o profilaktyce. To, co możemy zrobić dla samych siebie, to dbać o regularne badania.

Kobiety po 25. roku życia powinny raz w miesiącu wykonać samokontrolę piersi; dwa razy w roku przejść kontrolę stomatologiczną. Raz w roku zalecane jest wykonanie USG piersi, cytologii, morfologii krwi, badania moczu, pomiaru ciśnienia krwi.

Kobiety po 35. roku życia powinny raz w miesiącu wykonać samokontrolę piersi, dwa razy

w roku przejść kontrolę stomatologiczną, sprawdzić stężenie TSH i wzrok u okulisty. Raz w roku zalecane jest wykonanie USG piersi, cytologii, USG ginekologicznego, morfologii, lipidogramu, ogólnego badania moczu, pomiaru ciśnienia tętniczego.

Kobiety po 50. roku życia powinny raz miesiącu przeprowadzić samokontrolę piersi, dwa razy w roku przejść kontrolę stomatologiczną, sprawdzić stężenie TSH i wzrok u okulisty, a także zbadać poziom ciśnienia tętniczego. Raz w roku zalecane jest wykonanie USG piersi, mammografii, USG ginekologicznego, desytmometrii, EKG, morfologii, lipidogramu, ogólnego badania moczu, kolonoskopii, badania kału na krew utajoną.

**Dorota Siebiata-Tomczyk,**  
pedagog zdrowia

## Dokumenty

*Przed wakacyjnym wyjazdem w czasie pandemii, warto zadbać o unijny Certyfikat COVID. Ułatwi on podróżowanie po Unii Europejskiej. Certyfikat z Internetowego Konta Pacjenta mogą pobrać osoby, które:*

- są w pełni zaszczepione - otrzymały dwie dawki szczepienia lub przyjęły jednodawkową szczepionkę; certyfikat jest ważny od 14. do 365. dnia po podaniu ostatniej dawki;
- otrzymały negatywny wynik testu na obecność koronawirusa (czas ważności certyfikatu to 48 godzin);
- wyzdrowiały po COVID-19 (certyfikat jest ważny od 11. do 180. dnia od uzyskania pozytywnego wyniku testu PCR).

Warto pomyśleć również o wyrobieniu Europejskiej Karty Ubezpieczeń Zdrowotnych (EKUZ).

Potwierdza ona nasze prawo do korzystania z niezbędnych świadczeń zdrowotnych na koszt NFZ w czasie pobytu na terenie innego kraju zrzeszonego w Unii Europejskiej lub Europejskim Stowarzyszeniu Wolnego Handlu. W razie nieszczęśliwego wypadku lub nagłego pogorszenia stanu zdrowia karta jest niezbędna, żeby otrzymać bezpłatną pomoc medyczną. Trzeba jednak pamiętać, że EKUZ zapewnia nam leczenie wyłącznie w placówkach publicznej opieki zdrowotnej kraju, w którym przebywamy.



**Szpital Specjalistyczny Nr 2 w Bytomiu** Śląskie.  
Jednostka ochrony zdrowia Samorządu Województwa Śląskiego



**Zakład Przedmiotów Ortopedycznych i Środków Pomocniczych**

TEL: (32) 281-42-8, 281-42-82  
389-71-06 biuro obsługi pacjenta  
FAX: (32) 281-65-16  
e-mail: zpo@szpital2.bytom.pl



WYKONUJEMY INDYWIDUALNE ZAOPATRZENIE ORTOPEDCZNE WEDŁUG POBRANEJ MIARY, JAK:

- ✓ Protezy kończyn dolnych
- ✓ Protezy kończyn górnych
- ✓ Ortezy kończyn dolnych i górnych dla dzieci i dorosłych
- ✓ Aparaty ortopedyczne kończyn dolnych i górnych dla dzieci i dorosłych
- ✓ Gorsety do leczenia bocznych skrzywień kręgosłupa typu Chêneau,
- ✓ Gorsety stabilizujące
- ✓ Wkładki korytkowe korygujące koślawość stóp
- ✓ Obuwie ortopedyczne



**NFZ**

ZAPRASZAMY W DNI ROBOCZE:  
poniedziałek-piątek 7:00 - 15:00

# SZPITAL SPECJALISTYCZNY NR 2 W BYTOMIU

Bytom ul. St. Batorego 15, tel. centrala 32 786-14-00

## ODDZIAŁY

**Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych,  
Angiologii i Medycyny Fizykalnej** Tel: 32 786-16-30  
KIEROWNIK:  
prof. zw. dr hab. n. med. **Grzegorz Cieślar**  
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: mgr **Bożena Matula**

**Dział Rehabilitacji Bl. 7**  
Tel: 32 786-15-98  
KIEROWNIK: dr n. med. **Romualda Mucha**

**Oddział Kliniczny Ginekologii,  
Położnictwa i Ginekologii Onkologicznej**  
Tel: 32 786-15-40  
KIEROWNIK: prof. dr hab. n. med. **Anita Olejek**  
POŁOŻNA ODDZIAŁ.: mgr **Barbara Zientarska**

**Gabinet Terapeutyczny,** Tel: 506 48-83-87  
PEDAGOG ZDROWIA: mgr **Dorota Siebiata-Tomczyk**

**Oddział Kliniczny Pediatrii**  
Tel: 32 786-14-98  
ORDYNATOR: prof. dr hab. n. med. **Anna Obuchowicz**  
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: **Mariola Kuźma**

**Oddział Kliniczny Chirurgii Ogólnej  
i Chirurgii Endokrynologicznej**  
Tel: 32 786-15-18  
KIEROWNIK: prof. dr hab. n. med. **Jacek Gawrychowski**  
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: mgr **Małgorzata Nabrdalik**

**Oddział Położnictwa i Ginekologii**  
Tel: 32 786-14-83  
ORDYNATOR: dr n. med. **Tadeusz Urban**  
ODDZIAŁOWA POŁOŻNA: mgr **Beata Ferdyn**

**Oddział Noworodków Bl. 3**  
Tel: 32 786-14-87

**Zintegrowany Blok Operacyjny Bl. 5A**  
Tel: 32 786-16-52  
P.O. KIEROWNIK: dr n. med. **Piotr Stołtny**  
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: mgr **Katarzyna Wojna**

**Oddział Anestezjologii**  
Tel: 32 786-15-94  
KOORDYNATOR: lek. med. **Irena Wójcińska-Słota**  
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: mgr **Sylwia Dąbrowska**

**Oddział Noworodków Bl. 5A**  
Tel: 32 786-15-40  
KIEROWNIK: dr n. med. **Helena Sławska**  
POŁOŻNA ODDZIAŁOWA: **Beata Tobor**

**Oddział Laryngologii Dzieci**  
Tel: 32 786-16-06  
KIEROWNIK: dr n. med. **Małgorzata Gwóźdź-Jeziarska**  
PIEŁĘGNIARKA KOORDYNUJĄCA: **Małgorzata Pilawa**

**Oddział Chirurgii Dzieci**  
Tel: 32 786-15-90  
KIEROWNIK: lek. med. **Dariusz Majda**  
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: **Mariola Tubis**

**Oddział Chirurgii Małoinwazyjnej i Zabiegów  
Krótkoterminowych**  
Tel: 32 786-15-90  
ORDYNATOR: lek. med. **Jacek Boładź**  
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: **Mariola Tubis**

## PORADNIE

**Poradnia Chirurgiczna** – wew. 514  
**Poradnia Urazowo-Ortopedyczna** – wew. 566  
**Poradnia Gastrologiczna** – wew. 405  
**Poradnia Położniczo-Ginekologiczna** – wew. 479  
**Poradnia Medycyny Pracy** – wew. 569  
**Poradnia Chorób Sutka** – wew. 405  
**Poradnia Leczenia Niepłodności** – wew. 536  
**Poradnia Chirurgiczna dla Dzieci** – wew. 662  
**Poradnia Nefrologiczna i Leczenia  
Nadciśnienia u Dzieci** – wew. 662  
**Poradnia Onkologiczna** – wew. 406  
**Poradnia Chirurgiczna Chorób Tarczycy** – wew. 406  
**Poradnia Onkologii Ginekologicznej** – wew. 410  
**Poradnia Patologii Ciąży** – wew. 410  
**Poradnia Gastroenterologiczna dla Dzieci** – wew. 662  
**Poradnia Alergologiczna dla Dzieci** – wew. 662  
**Poradnia Otolaryngologiczna dla Dzieci** – wew. 573  
**Poradnia Dermatologiczna** – wew. 569  
**Poradnia Patologii Noworodka** – wew. 662  
**Poradnia Neurologii Dziecięcej**

**i Leczenia Padaczek** – wew. 662  
**Poradnia Diabetologiczna** – wew. 655  
**Poradnia Rehabilitacyjna** – wew. 566  
**Poradnia Neurologiczna** – wew. 405  
**Bytomska Szkoła Świadomego Rodzicielstwa** – wew. 599  
**Poradnia Kardiologiczna** – wew. 571  
**Poradnia Schorzeń Sromu** – wew. 536  
**Poradnia Ginekologiczna dla Dziewcząt** – wew. 410  
**Poradnia Kardiologiczna dla Dzieci** – wew. 571  
**Poradnia Dermatologiczna dla Dzieci** – wew. 569  
**Poradnia Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej dla  
Dzieci** – wew. 573

PIEŁĘGNIARKA KOORDYNUJĄCA PORADNI  
SPECJALISTYCZNYCH  
mgr **Barbara Poźniak** wew. 591

**Zakład Przedmiotów Ortopedycznych i Środków  
Pomocniczych,** Tel: 32 281-42-81, 32 281-42-82  
KIEROWNIK: mgr inż. **Joanna Pierścieńska**