



MISJA:
PACJENT W CENTRUM UWAGI.
LECZYMY I OPIEKUJEMY SIĘ -
NOWOCZEŚNIE I BEZPIECZNIE

infoWIM

Listopad 2023

PHOTO FLASH

Na dobry początek

Nadane stopnie naukowe Dr Katarzyna Betkier-Lipińska



NA ZDROWIE

Ślachtetne zdrowie,
Nikt się nie dowie,
Jako smakujesz,
Aż się zepsujesz.
Tam człowiek prawie
Widzi na jawie
I sam to powie,
Że nic nad zdrowie
Ani lepszego,
Ani droższego;
Bo dobre mienie,
Perły, kamienie,
Także wiek młody
I dar urody,
Mieśca wysokie,
Władze szerokie
Dobre są, ale -
Gdy zdrowie w cale.
Gdzie nie masz siły,
I świat niemący.
Klinocie drogi,
Mój dom ubogi
Oddany tobie
Ulubuj sobie!

Jan Kochanowski

Od dyrekcji

NADANE STOPNIE NAUKOWE

22 listopada 2023 r. na posiedzeniu Rady Naukowej WIM-PIB zostały nadane stopnie naukowe **doktora nauk medycznych i nauk o zdrowiu**.

Katarzyna BETKIER-LIPIŃSKA, starszy asystent Kliniki Kardiologii i Chorób Wewnętrznych WIM-PIB



Nadanie **stopnia doktora** w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauki medyczne, specjalność kardiologia.

Tytuł rozprawy: „Przydatność wieloczynnikowego kryterium echokardiograficznego oceny funkcji prawej komory serca u chorych z kardiomiopatią rozstrzeniową”.

Promotor: dr hab. n. med. Andrzej Cwetsch.



Joanna KARAŚ-DĄBROWSKA

Nadanie **stopnia doktora** w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, w dyscyplinie nauki medyczne, specjalność chirurgia czaszkowo-szczękowo-twarzowa.

Tytuł rozprawy: „Ocena jakości życia pacjentów operowanych z powodu nowotworów jamy ustnej”.

Promotor: płk prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Witold Owczarek

Promotor pomocniczy: dr n. med. Aldona Chloupek



AWANSE WOJSKOWE

Na stopień Majora:

Mjr Adam Pawlik – awansowany na stopień majora Decyzją MON Nr 5848 z dnia 08.11.2023 r. z dniem 27.11.2023 r.

Mjr Pawlik pełni czynną służbę wojskową od dnia 11.12.2010 r.

W WIM od 06.09.2021 r.

Wykonuje obowiązki starszego asystenta w Klinice Traumatologii i Ortopedii. Posiada tytuł specjalisty w dziedzinie ortopedii i traumatologii narządu ruchu który uzyskał w 2023 r.



Mjr Michał Poulakowski – awansowany na stopień majora Decyzją MON Nr 5619 z dnia 26.10.2023 r. z dniem 20 listopada 2023 r.

Mjr Michał Poulakowski pełni czynną służbę wojskową od dnia 31.08.2011 r.

W WIM od 22.05.2023 r.

Wykonuje obowiązki służbowe w Poradni stomatologiczno – chirurgicznej WIM-PIB. Posiada tytuł specjalisty z protetyki stomatologicznej, który uzyskał w 2018 r.



na stopień Kapitana:

Kpt. Kuciński Marcin - awansowany na stopień kapitana Decyzją MON Nr 5491 z dnia 23.10.2023 r.

Wykonuje obowiązki służbowe na stanowisku Oficera w Oddziale Teleinformatyki. W WIM od 16.05.2022.

Kpt. Rozbicki Paweł – awansowany na stopień kapitana Decyzją MON Nr 5491 z dnia 23.10.2023 r.

Wykonuje obowiązki służbowe na stanowisku Asystenta w Klinice Otolaryngologii i Onkologii Laryngologicznej z Kliniką Oddziałem Chirurgii Czaszkowo-Szczękowo-Twarzowej. W WIM-PIB od 05.09.2022 r.



na stopień Porucznika:

Por. Jurkiewicz Aleksander – awansowany na stopień porucznika Decyzją MON Nr 5491 z dnia 23.10.2023 r.

Wykonuje obowiązki służbowe na stanowisku Młodszy Asystenta w Poradni Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej Szpitala w Legionowie.



W WIM-PIB od 11.09.2023 r.

Por. Roś Przemysław – awansowany na stopień porucznika Decyzją MON Nr 5491 z dnia 23.10.2023 r.

Wykonuje obowiązki służbowe na stanowisku Młodszy Asystent w Izbie Przyjęć Szpitala w Legionowie.

W WIM-PIB od 24.07.2023 r.



Por. Trepka Karolina – awansowana na stopień porucznika Decyzją MON Nr 5491 z dnia 23.10.2023 r.

Wykonuje obowiązki służbowe w Oddziale Chorób Dziecięcych Szpitala w Legionowie.

W WIM-PIB od 24.07.2023 r.

Por. Zawisłański Tomasz – awansowany na stopień porucznika Decyzją MON Nr 5491 z dnia 23.10.2023 r. Wykonuje obowiązki służbowe w Szpitalnym Oddziale Ratunkowym.

W WIM-PIB od 01.10.2022 r.



AKREDYTACJA W DZIEDZINIE ANESTEZJOLOGII I INTENSYWNEJ TERAPII DLA SZPITALA W LEGIONOWIE

Oddział Anestezjologii i Intensywnej Terapii Szpitala w Legionowie uzyskał akredytację **w dziedzinie anestezjologii i intensywnej terapii**.

Zespół Ekspertów CMKP pozytywnie zaopiniował wniosek akredytacyjny, przyznając **3 miejsca szkoleniowe** i możliwość prowadzenia specjalizacji do **7 listopada 2028 r.**



NFOŚiGW PRZEKAZAŁ WIM-PIB BLISKO 6,5 MLN

Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej przekazał **blisko 6,5 mln zł** na poprawę efektywności energetycznej **Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie**. Kwota dofinansowania stanowi do **95% kosztów kwalifikowanych**.

Umowa została podpisana 28 listopada 2023 roku w Wojskowym Instytucie Medycznym w Warszawie przez Artura Michalskiego wiceprezesa zarządu NFOŚiGW oraz przedstawiciela beneficjenta gen. broni prof. dr. hab. n. med. Grzegorza Gielera, dyrektora Wojskowego Instytutu Medycznego - Państwowego Instytutu Badawczego.

Projekt **„Poprawa efektywności energetycznej budynków Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie wraz z budową instalacji odnawialnych źródeł energii”** ma na celu trwałe zmniejszenie zużycia energii cieplnej oraz elektrycznej.

Zakończenie prac przewidziane jest na koniec czerwca 2025 roku.

– Przez ostatnie lata wsparliśmy ponad 50 placówek szpitalnych w całym kraju, wypłaciliśmy łącznie ponad 750 mln złotych na termomodernizację i poprawę efektywności energetycznej szpitali, i to nie koniec naszych działań. Poprzez poprawę efektywności energetycznej 4 budynków należących do Wojskowego Instytutu Medycznego obok regularnych oszczędności energetycznych zyskają także poprawę

Dr Joanna Karaś-Dąbrowska





warunków opieki nad pacjentami. Szpital będzie mógł liczyć na obniżenie opłat za korzystanie z energii, a wykonywanie czynności służbowych w budynkach poddanych termomodernizacji będzie bardziej komfortowe i bezpieczne dla pracowników szpitala. Dodatkowo termomodernizacja pomoże w walce o czyste powietrze, między innymi dzięki energii elektrycznej pochodzącej ze źródeł odnawialnych – mówił Artur Michalski, wiceprezes zarządu NFOŚiGW.



Projekt termomodernizacji obejmuje 4 budynki Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu znajdujących się w lokalizacji ul. Szaserów 128 w Warszawie, oznaczonych jako Budynek nr 23, Budynek nr 31, Budynek nr 32, Blok E3 i łącznik.



Termomodernizacja budynków Wojskowego Instytutu Medycznego to przede wszystkim docieplenie ścian zewnętrznych, wewnętrznych, stropów i stropodachów. Zakres działań przewiduje również wymianę okien i drzwi oraz wymianę oświetlenia na LED. Zmodernizowana zostanie instalacja centralnego ogrzewania. Pojawi się instalacja fotowoltaiczna. Przewidziano również wdrożenie systemu zarządzania energią BMS.

Dzięki temu przedsięwzięciu zmniejszenie zużycia energii pierwotnej w budynkach publicznych wyniesie 8 271,91 GJ rocznie. Ilość wytworzonej energii elektrycznej ze źródeł odnawialnych to 45,60 MWh w skali roku. Szacowany roczny spadek emisji CO2 to 694,84 ton.

Radio Warszawa mp3: <https://cloud.wim.mil.pl/s/9nFBAJKXD8CLLb2>



<https://www.gov.pl/web/nfosigw/nfosigw-przekaze-blisko-65-mln-zl-na-poprawe-efektywnosci-energetycznej-wojskowego-instytutu-medycznego-w-warszawie>

WYRÓŻNIENIA DLA ANESTEZJOLOGÓW



28 listopada 2023 r. dyrektor WIM-PIB gen. broni prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak wraz z płk. dr. n. med. Arturem Bachtą oraz płk. dr. n. med. Jackiem Dońcem przekazali **podziękowania i gratulacje anestezjologom, którzy uzyskali największy udział procentowy w pracy oraz w działalności oddziałów zabiegowych.**

Serdecznie dziękuję za Pana zaangażowanie, za wyjątkową inicjatywę i profesjonalizm w wykonywaniu obowiązków służbowych oraz zadań o szczególnym znaczeniu dla Instytutu. Włożony przez Pana trud i wkład pracy w opiekę nad pacjentami jest bezcenny. Dziękuję za serdeczność i kompetencje, które są nieocenione w obliczu wykonywania takich obowiązków.

Niech motto życiowe „Alteri vivas oportet, si vis tibi vivere...” – „Żyj dla innych byś żył z pożytkiem dla siebie” towarzyszy Panu w osiągnięciu dalszych sukcesów zawodowych i samorealizacji, czego serdecznie życzę.

Dyrektor WIM-PIB gen. broni prof. Grzegorz Gielerak

Spośród zaproszonych wyróżniono ośmiu lekarzy, którzy uzyskali najwyższe wyniki osiągając wyjątkowo wysoki ponad 70% nakład pracy na przestrzeni ostatniego roku:

lek. Bałkota Mariusz

lek. Bialic Ryszard

lek. Klimek Anna

lek. Machura-Adamus Weronika





lek. Magierska Barbara
lek. Makowska Anna
lek. Puciaty Przemysław
lek. Trawiński Krzysztof



POWOŁANIE KOMISJI BIOETYCZNEJ WIM-PIB

Zarządzeniem Nr 168/2023 Dyrektora Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego z dnia 2 października 2023 r. została powołana **Komisja Bioetyczna w Instytucie na kadencję 2023-2027.**



Przedstawiciele lekarzy specjalistów:

płk prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Witold Owczarek (dermatologia i wenerologia) – Przewodniczący

prof. dr hab. n. med. Stanisław Niemczyk (choroby wewnętrzne, nefrologia, endokrynologia, transplantologia kliniczna, geriatrya) – Zastępca Przewodniczącego

dr n. med. Piotr Dąbrowiecki (choroby wewnętrzne, alergologia i wojskowa medycyna morska) – przedstawiciel stowarzyszenia pacjentów

prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Renata Duchnowska (onkologia kliniczna, radioterapia onkologiczna)

prof. dr hab. n. med. Maciej Gonciarz (choroby wewnętrzne, gastroenterologia)

prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Bolesław Kalicki (pediatria, medycyna rodzinna)

dr n. med. Piotr Kowalewski (chirurgia ogólna)

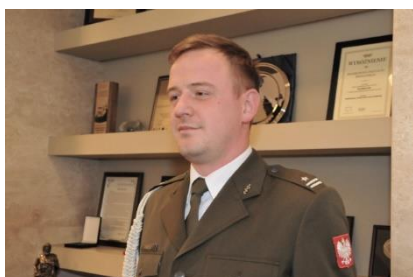
płk prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Paweł Krzesiński (choroby wewnętrzne, kardiologia)

dr n. med. Piotr Rapiejko (otolaryngologia)

płk prof. dr hab. n. med. Marek Rękas (okulistyka)

Awanse wojskowe na stopień Majora

Adam Pawlik



Przedstawiciele innych zawodów:

ks. dr hab. n. teol. Dariusz Kurzydło, prof. UKSW (teologia, psychologia)

dr hab. n. pr. Aneta Łazarska, prof. Uła (nauki prawne)

mgr Lidia Wojda (pielęgniarka) – Sekretarz

<https://wim.mil.pl/2023/11/21/powolanie-komisji-bioetycznej-wim-pib/>



WYCIEK DANYCH OSOBOWYCH Z ALAB LABORATORIA

W związku z wyciekami danych osobowych z ALAB Laboratoria, w tym również ujawnieniem danych podmiotów zlecających badania, powstaje realne ryzyko prób pozyskiwania informacji w zakresie danych dotyczących naszych pacjentów.



Trzeba podkreślić, że osoba posiadająca pełen zakres danych pacjenta (pochodzących z wycieku), teoretycznie jest w stanie podszyć się pod taką osobę, a następnie uzyskać dostęp do jej dokumentacji medycznej. **W związku z tym zaleca się czujność podczas identyfikacji osób występujących z wnioskami o dostęp do dokumentacji medycznej czy informacji na temat pacjentów.**

Dodatkowa weryfikacja może polegać np. na zadaniu wnioskującej osobie dodatkowego pytania identyfikacyjnego, na podstawie posiadanej i prowadzonej dokumentacji medycznej pacjenta.



Oświadczenie ALAB Laboratoria dotyczące wycieku danych znajduje się pod linkiem: <https://www.alablaboratoria.pl/19811-komunikat-incident-naruszenia-bezpieczenstwa-danych-osobowych>

Możliwość weryfikacji czy dane są objęte wyciekiem pod linkiem: <https://bezpieczenedane.gov.pl/>



SZKOLENIE BLS/ALS

Przypominamy o obowiązkowym szkoleniu BLS/ALS.

Poniżej warianty szkolenia do wyboru:

- Szkolenie teoretyczne – e-learningowe** oparte na nauczaniu z wykorzystaniem sieci komputerowej i intranetu WIM-PIB.

Platforma e-learningowa dostępna jest w zakładce: <https://elearning.wim.mil.pl/>

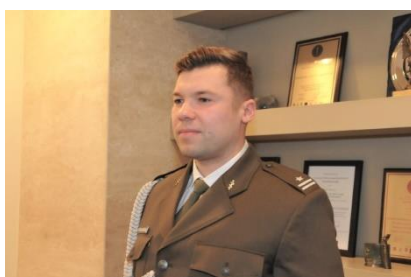


Personel niemedyczny

- Szkolenie teoretyczne BLS w formie wykładu** (dotyczy osób, które nie mają możliwości odbycia szkolenia z wykorzystaniem platformy e-learningowej) oraz **szkolenie uzupełniające praktyczne** – dla osób, które ukończyły obowiązkowo szkolenie teoretyczne – e-learningowe lub szkolenie teoretyczne w formie wykładu wg harmonogramu:



Michał Poulakowski



Szkolenie teoretyczne	Terminy	Godziny	
505 - Aula WIM-PIB	18.12.2023	09:00 – 10:00	
Szkolenie praktyczne	Terminy	Godziny	
Pracownia Symulacji Medycznej CKP	19.12.2023	9:00-11:00	12:00-14:00

Personel medyczny

- Szkolenie teoretyczne ALS w formie wykładu** (dotyczy osób, które nie mają możliwości odbycia szkolenia z wykorzystaniem platformy e-learningowej) oraz **szkolenie uzupełniające praktyczne** – dla osób, które ukończyły obowiązkowo szkolenie teoretyczne – e-learningowe lub szkolenie teoretyczne w formie wykładu wg harmonogramu:



Szkolenie teoretyczne	Terminy	Godziny
505 - Aula WIM-PIB	18.12.2023	12.00-13.30
Szkolenie praktyczne	Terminy	Godziny
Pracownia Symulacji Medycznej CKP	20.12.2023	09:00-12:30



Awanse wojskowe Na stopień Kapitana i Porucznika



**UWAGA – ze względu na ograniczoną liczbę miejsc na szkolenia praktyczne obowiązują zapisy. Należy wysłać e-mail na adres ckp@wim.mil.pl ze wskazaniem rodzaju szkolenia (ALS/BLS), terminu oraz godziny szkolenia*

- 4. Szkolenie zorganizowane w ramach Kliniki/Oddziału/Zakładu** – komórka organizacyjna ma możliwość zorganizowania szkolenia we własnym zakresie, które poprowadzi osoba wskazana przez Kierownika Kliniki/Oddziału/Zakładu. Po przeprowadzonym szkoleniu Kierownik komórki organizacyjnej sporządza listę osób, które odbyły szkolenie. Lista zawiera co najmniej: nazwę komórki organizacyjnej, datę szkolenia, imiona i nazwiska uczestników szkolenia, tytuł zawodowy/grupa zawodowa, podpis uczestnika. Oryginał listy przechowywany jest w komórce organizacyjnej, kopia listy przekazywana jest do Sekcji ds. jakości. Na podstawie sporządzonej listy osoba prowadząca szkolenie wystawia imienne zaświadczenia o odbytym szkoleniu. Zaświadczenia przekazywane są do Oddziału Administracyjno-Mobilizacyjnego w celu włączenia do akt osobowych pracownika.

Szkolenie w zakresie resuscytacji krążeniowo – oddechowej skierowane jest do wszystkich pracowników i żołnierzy Wojskowego Instytutu Medycznego- Państwowego Instytutu Badawczego.

Zgodnie ze standardem: „Pracownicy szpitala są szkoleni w resuscytacji krążeniowo-oddechowej” zawartym w obszarze Opieka nad Pacjentem „OP3”, **personel zobowiązany jest do udziału w szkoleniu co najmniej raz w roku.**

Udział w szkoleniu będzie ewidencjonowany oraz udokumentowany zaświadczeniem, które zostanie włączone do akt osobowych.

OFERTY PRACY

Zapraszamy do zapoznania się z aktualnymi **ofertami pracy** na stronie [Kariera WIM](#).

Minione wydarzenia

UROCZYSTE OTWARCIE ZMODERNIZOWANEJ KLINIKI UROLOGII OGÓLNEJ, CZYNNOŚCIOWEJ I ONKOLOGICZNEJ

23 listopada 2023 r. odbyło się uroczyste otwarcie zmodernizowanej Kliniki Urologii Ogólnej, Czynnościowej i Onkologicznej WIM-PIB. Łączne koszty remontu wyniosły ponad 27 mln złotych. Inwestycja została sfinansowana przez Ministerstwo Obrony Narodowej, Orlen oraz Wojskowy Instytut Medyczny – Państwowy Instytut Badawczy.

Kierownik Kliniki Urologii Ogólnej, Czynnościowej i Onkologicznej płk dr n. med. Tomasz Syryło podziękował Dyrektorowi, Komendzie, Oddziałowi Techniczno-Eksploatacyjnemu oraz Oddziałowi Teleinformatyki za wielkie zaangażowanie w realizację tak dużego projektu.

– *Klinika realizuje wysoki kontrakt z NFZ w wysokości około 17 milionów złotych, rocznie hospitalizuje około 1700 pacjentów, prowadzi projekty głównie z pakietu*



onkologicznego oraz ryczałtu. Klinika pełni całodobowy dyżur urologiczny oraz stanowi integralną część mazowieckiego centrum urazowego – podkreślił kierownik.

Wierzę, że Klinika Urologii Ogólnej, Czynnościowej i Onkologicznej będzie się tak pięknie rozwijała jak się rozwija, a Ja z wielką radością wraz z moimi współpracownikami będziemy finansowali Państwa działania. Serdecznie gratuluję – powiedział Prezes Narodowego Funduszu Zdrowia Filip Nowak.



<https://wim.mil.pl/2023/11/23/uroczyste-otwarcie-zmodernizowanej-kliniki-urologii-ogolnej-czynnosciowej-i-onkologicznej/>

INAUGURACJA STUDIÓW PODYPLOMOWYCH W WIM-PIB



4 listopada 2023 r. w Wojskowym Instytucie Medycznym – Państwowym Instytucie Badawczym odbyła się inauguracja studiów podyplomowych **„Zarządzanie i kierowanie podmiotem leczniczym resortu obrony narodowej”**. Uczestnikami studiów zostało 13 oficerów oraz 17 pracowników cywilnych z niemal 20 szpitali, przychodni i instytucji podległych MON.

To już ósma edycja studiów, realizowanych na zamówienie MON i skierowanych do pracowników podmiotów leczniczych, dla których organem założycielskim jest Minister Obrony Narodowej.



Lista tegorocznych słuchaczy:

Marcin Zygmunt Arendt
Anna Janina Bętlewska
por. Rajmund Jan Bobrowski
mjr Paweł Borowiec
ppłk Jakub Sebastian Bryll
Agnieszka Cwalińska
Magdalena Halina Czerniga
ppłk Robert Gos
Krystyna Agnieszka Jamrozowicz
ppłk Anna Kaczorowska
Alicja Kędzińska
ppor. Aleksandra Kęska
Por. Beata Wiesława Korzeniowska-Kępińska
ppłk Hubert Tomasz Kowalek
Sławomir Krajewski
mjr Tomasz Lepionka
Elżbieta Magreta
Katarzyna Ostapowicz
ppor. Patryk Krzysztof Pietrzyński
Joanna Angelika Pilszczek
Angelika Pilszczek
mjr Łukasz Piotr Przesór
Joanna Roczeń
płk Przemysław Romelczyk
Monika Ryncarz-Grońska
Agnieszka Iwona Sikorska
kmdr ppor. Monika Izabela Szpiganowicz
Martyna Tłuczek
Maryla Wojciechowska
Anna Zielińska



<https://wim.mil.pl/2023/11/07/inauguracja-studiow-podyplomowych-w-wim-pib/>



NFOŚiGW – podpisanie umowy na termomodernizację



Najbliższe wydarzenia

ROBOTIC WORKSHOP – MASTERING IN DEEP ENDOMETRIOSIS

Wspólnie z Synektik SA mamy przyjemność zaprosić do udziału w warsztatach ROBOTIC WORKSHOP – MASTERING IN DEEP ENDOMETRIOSIS, podczas których będą mogli Państwo obserwować na żywo dwie operacje endometriozy.

4 grudnia 2023 r. (poniedziałek) w godz. 8.30 – 15.00.

Udział jest bezpłatny.

Program

Dwie operacje głębokiej endometriozy z zajęciem jelit, naciekaniem moczowodów i przymacic. Będą to zabiegi oszczędzające nerwy z histerektomią lub bez.

08:30-09:00 Powitanie uczestników. W trakcie przygotowań do zabiegu prezentacja Artura Ostrowskiego (Synektik).

09:00-11:30 Pierwsza operacja – transmisja na żywo

11:30-12:00 Wykład Gaby Moawad. Dlaczego chirurgia robotyczna w ginekologii? Jak stworzyć centrum chirurgii endometriozy?

12:00-12:30 Lunch

12.30-14.30 Druga operacja – transmisja na żywo

14.30-15.00 Wykład Gaby na temat przeprowadzonych operacji.

<https://wim.mil.pl/2023/11/15/robotic-workshop-mastering-in-deep-endomethriosis/>

SPOTKANIE WIGILIJNE

**„Aby Święta Bożego Narodzenia
Były Bliskością i Spokojem,
a Nowy Rok – Dobrym Czasem”**

Dyrektor i Rada Naukowa Wojskowego Instytutu Medycznego - Państwowego Instytutu Badawczego serdecznie **zapraszają pracowników Instytutu na uroczyste spotkanie wigilijne**, które odbędzie się **19 grudnia 2023 r. o godz. 11:00** w Auli Wojskowego Instytutu Medycznego.

Ubiór: żołnierze, mundur galowy

Nasze sukcesy

PLK PROF. MAREK RĘKAS LAUREATEM NAGRODY WIZJONER ZDROWIA WPROST 2023

Nagrodę Wizjoner Zdrowia w kategorii **Wizjoner Systemu Ochrony Zdrowia** otrzymał **plk prof. Marek Rękas** kierownik Kliniki Okulistyki Wojskowego Instytutu Medycznego - Państwowego Instytutu Badawczego. Nagroda została wręczona



27 listopada br. na uroczystej gali Wizjoner Zdrowia 2023 podczas konferencji „Wizjonerzy Zdrowia Wprost: Podsumowania, priorytety, wyzwania” .

„Wizjonerzy Zdrowia” to konferencje i debaty Wprost na temat stanu ochrony zdrowia w Polsce i wyzwań na przyszłość. „Wizjonerzy Zdrowia” to także nagrody dla osób, które mają odwagę patrzeć w przyszłość, planować i wprowadzać zmiany w medycynie i systemie ochrony zdrowia. Redakcja Wprost nagradza wybitne osobowości świata medycyny oraz systemu ochrony zdrowia, które zmieniają polską medycynę i opiekę nad pacjentami.

<https://wizjonerzyzdrowia.wprost.pl>



WIM-PIB NAJBARDZIEJ PRZYJAZNYM SZPITALEM PACJENTOM

Według BFF Banking Group **Wojskowy Instytut Medyczny – Państwowy Instytut Badawczy** został uznany za **najbardziej przyjazny pacjentom szpital** w rankingu najlepiej zarządzanych szpitali publicznych w Polsce. W 8. edycji zestawienia „Liderzy Zarządzania” udział wzięło 316 szpitali.



W tym roku, po raz drugi, przyznana została nagroda specjalna dla szpitala najbardziej przyjaznego pacjentom. **Zwycięzcą tegorocznej edycji został Wojskowy Instytut Medyczny – Państwowy Instytut Badawczy.** Pod uwagę były brane takie wskaźniki jak: rentowność sprzedaży, dynamika kontaktu z NFZ, płynność szybka, dynamika aktywów.



<https://wim.mil.pl/2023/11/27/wim-najbardziej-przyjaznym-szpital-em-pacjentom/>

ZWYCIĘZCY PLEBISCYTU HIPOKRATES 2023 (WOJ. MAZOWIECKIE)

We wtorek, 31 października zakończyło się głosowanie w finale wojewódzkim, w którym pracowników ochrony zdrowia zgłosili do nagród pacjenci.

Zwycięzcy z województw w każdej kategorii będą teraz rywalizować w ostatniej odsłonie plebiscytu - ogólnopolskim finale, w którym rozpoczną nową walkę o głosy.

<https://polskanews.pl/hipokrates-2023-sprawdz-kto-zwyciezyl-w-naszym-województwie-teraz-czas-na-final-ogolnopolski/ar/c14-17787009>



Zwycięzcy Plebiscytu Hipokrates 2023 - na województwo mazowieckie

Diagnosta laboratoryjny: **dr n. med. Aneta Guzek** – 1 miejsce

<https://polskanews.pl/hipokrates-2023/pl/2002273>

Urolog/ Nefrolog: –**Agnieszka Grabińska** – 1 miejsce

<https://polskanews.pl/hipokrates-2023/pl/2002209>

Chirurg: **lek. Leszek Gryszko** – 3 miejsce

<https://polskanews.pl/hipokrates-2023/pl/2001825>

Neurolog: **dr n. med. Jarosław Świstak** – 2 miejsce

<https://polskanews.pl/hipokrates-2023/pl/2002049>





Wyróżnienia dla lekarzy Anestezjologów



Plebiscyt prowadzony jest pod patronatem NFZ, a patronem finałowej gali został Minister Zdrowia.

Okiem kamery

CZY POWINNIŚMY BAĆ SIĘ UDARU?

Udar mózgu jest jedną z najczęstszych chorób w XXI wieku – tylko w Polsce co kilka minut ktoś zapada na udar. Jest najczęstszą przyczyną niepełnosprawności oraz trzecią najczęstszą przyczyną zgonów - z tego powodu umiera więcej kobiet niż z powodu raka piersi i jajnika. Na czym polega trombektomia? Dlaczego tak ważne jest wdrożenie leczenia w ciągu 6 pierwszych godzin odpowiadają eksperci WIM-PIB.

Chory z podejrzeniem udaru powinien w możliwie najkrótszym czasie trafić do najbliższego oddziału neurologicznego. W ramach takiego oddziału szybko powinien uzyskać diagnostykę, rozpoznanie i wstępne leczenie. W przypadku, jeżeli pacjent ma potwierdzony udar niedokrwienny oraz zachorowanie wystąpiło w nieodległym czasie, może kwalifikować się do leczenia zabiegowego trombektomią mechaniczną lub do leczenia farmakologicznego, trombolizą dożylną.

Takie leczenie zwiększa o około 30% do 50% szansę na odzyskanie pełnej sprawności.



<https://wim.mil.pl/2023/11/13/czy-powinny-obawiac-sie-udaru-mozgu/>

PROSTO Z MAZOWSZA – INNOWACYJNE ZABIEGI W KLINICE UROLOGII OGÓLNEJ, CZYNNOŚCIOWEJ I ONKOLOGICZNEJ

Klinika Urologii Ogólnej, Czynnościowej i Onkologicznej wykonuje zabiegi wysokospecjalistyczne w tym robotyczne i endoskopowe z naciskiem na małą inwazyjność. Gwarantuje to supernowoczesny sprzęt to laparoskopii, zestaw do laserowej ablacji, ultrasonograficzny aparat oraz robot DaVinci. Dążymy do tego aby, zwłaszcza w dziedzinach zabiegowych, nasze działania były minimalnie inwazyjne. Robot DaVinci gwarantuje ogromną precyzję podczas zabiegu, usuwa chore tkanki bez ingerencji w te zdrowe. Zabiegi małoinwazyjne minimalizują ryzyko powikłań, a nade wszystko oszczędzają pacjentowi bólu.

plk dr n. med. Tomasz Syryło, kierownik Kliniki Urologii Ogólnej, Czynnościowej i Onkologicznej w programie „Prosto z Mazowsza”.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/WDY552FeFeH3TCr>

NAJNOWOCZEŚNIEJSZE TECHNIKI ZABIEGOWE DLA PACJENTÓW Z CHOROBAМИ UKŁADU MOCZOWEGO

Wojskowy Instytut Medyczny w Warszawie otworzył zmodernizowaną Klinikę Urologii Ogólnej, Czynnościowej i Onkologicznej. Pacjenci są przyjmowani już od 6 listopada. Klinika koncentruje się przede wszystkim na leczeniu, nowoczesnymi małoinwazyjnymi metodami, chorych onkologicznych zwłaszcza chorujących na nowotwory nerek czy prostaty.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/oDPqtnyYxXibzgp>

NA ZDROWIE - O TYM CO WAŻNE, ABY CIESZYĆ SIĘ KOMPLETNYM UŻĘBIENIEM?

dr n. med. Aldona Chloupek specjalista w dziedzinie chirurgii szczękowo-twarzowej i stomatologicznej, kierownik Klinicznego Oddziału Chirurgii Czaszkowo-Szczękowo-Twarzowej WIM-PIB w Warszawie, konsultant krajowy w dziedzinie chirurgii czaszkowo-szczękowej w programie Danuty Holeckiej „Na zdrowie” o tym co ważne, aby cieszyć się kompletnym użębieniem?



<https://cloud.wim.mil.pl/s/5RkDBozSkT53JZ6>

WARSZAWSKI DZIEŃ – ZABURZENIA PAMIĘCI

Co piąty Polak cierpi na zaburzenia pamięci, a 1 na 10 osób powyżej sześćdziesiątego piątego roku życia zachoruje na Alzheimera albo inne choroby otępienne. Co robić, aby do tego nie doszło?

dr hab. n. med. Jacek Staszewski z Kliniki Neurologicznej WIM-PIB w programie „Warszawski Dzień” nt. znaczenia zdrowego stylu życia i jego dobrego wpływu na uniknięcie zaburzeń pamięci w podeszłym wieku.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/EXS9Tq7r8LfCwBw>

SERWIS TVP3 INFO - PRZEWLEKŁA OBTURACYJNA CHOROBA PŁUC

Trudności w złapaniu tchu czy napady kaszlu to mogą być pierwsze objawy **przewlekłej obturacyjnej choroby płuc**. To trzecia najczęstsza przyczyna zgonów na świecie. W Polsce choruje na nią niemal 3,5 miliona osób, ale można temu zapobiec ...



<https://cloud.wim.mil.pl/s/grKH9tDgaP9LPew>

ODDYCHANIE TO ŻYCIE

Choroba płuc to trzecia po zawale udarze mózgu przyczyna zgonów na świecie. W Polsce zmagają się z nią około 2 mln osób. O przyczynach POChP, groźnych skutkach choroby, ale też o profilaktyce rozmawiamy z **dr. Piotrem Dąbrowieckim** z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/FHAZawFrXWtDZCy>

WIM w mediach

WCZESNE WYKRYCIE RAKA PROSTATY TO NAWET 90% SZANS NA WYLECZENIE

nowiny.pl
27.11.2023 r.

Rak prostaty to najczęstszy nowotwór złośliwy u mężczyzn. Jednak jego wczesne zdiagnozowanie daje nawet 90% szans na wyleczenie. **Listopad to miesiąc solidarności z mężczyznami, którzy zmagają się z nowotworem gruczołu krokowego lub rakiem jąder.**

Dr Tomasz Syryło dzieli się doświadczeniem z Kliniki Urologii Ogólnej, Czynnościowej i Onkologicznej w WIM-PIB w Warszawie: "Coraz częściej obserwujemy nowotwory jąder u młodych mężczyzn w wieku 20-40 lat. Natomiast najczęściej występujący



nowotwór u mężczyzn to rak prostaty. Dlatego tak ważne jest mówienie o tym – świadomy mężczyzna to zdrowy mężczyzna". Dodaje, że nowotwory męskie to rzadko poruszany temat. Mężczyźni nie dopuszczają myśli, że zachorują.

Dr Syryło wskazuje na czynniki ryzyka raka prostaty. Są to m.in.: wiek, występowanie tego rodzaju raka w rodzinie, mutacja genów, otyłość, dieta wysokotłuszczowa, brak aktywności fizycznej. Zaznacza też, że dzięki refundacji w tej dziedzinie rynek prywatnych zabiegów kurczy się na rzecz wykonywanych w szpitalach publicznych. W 2022 r. po raz pierwszy wykonano więcej zabiegów w szpitalach publicznych niż w prywatnych.

Czytaj więcej:

<https://www.nowiny.pl/wiadomosci/225760-wczesne-wykrycie-raka-prostaty-to-nawet-90-szans-na-wyleczenie.html>



25 MLN ZŁ NA SZUKANIE PRZYCZYN ENDOMETRIOZY

Agencji Badań Medycznych przekazała 25 mln złotych Wojskowemu Instytutowi Medycznemu. Naukowcy przeznaczą te pieniądze na badania nad endometriozą. Specjaliści z Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego we współpracy z Uniwersytetem Medycznym w Białymstoku będą szukać metody, która pomoże szybko i – w miarę możliwości bezinwazyjnie – rozpoznać endometriozę.

Eksperti pod lupę wezmą badania obrazowe (USG, MRI) oraz testy molekularne, wykonywane u kobiet z podejrzeniem endometriozy. Dzięki temu naukowcy chcą opracować algorytm, który pozwoli wykryć chorobę na wczesnym etapie rozwoju.

Czytaj więcej:

<https://zdrowietvn.pl/a/25-mln-zl-na-szukanie-przyczyn-endometriozy>

Powołanie Komisji Bioetycznej WIM-PIB



ZADBAJ O PŁUCA!

Świat Kobiety
22.11.2023 r.

Nie bez powodu płuca nazywane są drugim sercem. Sterują pracą całego układu oddechowego i dostarczają organizmowi tlen niezbędny do życia. Dr n. med. Piotr Dąbrowiecki z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii WIM-PIB.

Czytaj więcej:

<https://cloud.wim.mil.pl/s/oqqKBbKQxaQPw9S>



ALERGOLOG – TYLKO 10% PACJENTÓW Z ASTMĄ CIĘŻKĄ W POLSCE LECZONYCH BIOLOGICZNIE

TVP3
20.11.2023 r.



W Polsce tylko 10% pacjentów z astmą ciężką leczonych jest biologicznie, mimo że mamy dobry program lekowy, który zapewnia chorym dostęp do 4 leków biologicznych – powiedział PAP alergolog dr Piotr Dąbrowiecki. W jego ocenie wynika to między innymi z małej wiedzy lekarzy.



W rozmowie z PAP przypomniał, że o astmie ciężkiej u pacjenta można mówić, gdy mimo stosowania wysokich dawek leków na astmę (wziewnych steroidów i leków rozszerzających oskrzela), zgodnie z zaleceniami lekarza, nadal występują wszystkie objawy astmy, tj. kaszel, świsły, duszności zarówno w dzień, jak i w nocy, gdy pacjent nie toleruje wysiłku fizycznego oraz ma zaostrzenia, z powodu których trzeba mu podawać doustne leki steroidowe. – Jeżeli pacjent ma takie objawy, to ma astmę ciężką i powinien trafić do jednej z 60 poradni leczenia astmy ciężkiej w Polsce – powiedział alergolog.



Czytaj więcej:

<https://wroclaw.tvp.pl/74219847/alergolog-tylko-10-pacjentow-z-astma-ciezka-w-polsce-leczonych-biologicznie>

LECZENIE OTYŁOŚCI NA NFZ. W 2024 R. RUSZA NOWY PROGRAM BEZ OPERACJI BARIATRYCZNEJ

pomorska.pl
20.11.2023 r.



Otyłość jest chorobą, którą będzie można leczyć na koszt NFZ w jednym ośrodku. Już wkrótce rusza nowy program pilotażowy dla pacjentów KOS-BMI 30 Plus. Będzie dostępny w ponad 20 ośrodkach w kraju i umożliwi specjalistyczną, skoordynowaną terapię bez operacji bariatrycznej. Zobacz, kto będzie mógł dostać się do programu i gdzie będzie realizowany.



Na liście znalazły się:

Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 2 w Rzeszowie,
Miejski Szpital Zespolony w Olsztynie,
Regionalne Centrum Zdrowia Sp. z o.o. w Lublinie,
Regionalny Szpital Specjalistyczny im. dr. Władysława Biegańskiego w Grudziądzu,
Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny im. prof. W. Orłowskiego Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego w Warszawie,
Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny nr 1 im. prof. Tadeusza Sokołowskiego Pomorskiego Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie,
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpitala Uniwersyteckiego w Krakowie,
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Hajnówce,
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Łęcznej,
Specjalistyczne Centrum Medyczne S.A. w Polanicy-Zdroju,
Szpital Czerniakowski Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej,
Szpital Uniwersytecki nr 2 im. dr. Jana Biziela w Bydgoszczy,
Szpital Wielospecjalistyczny w Jaworznie,
Szpitale Pomorskie Sp. z o.o. w Gdyni,
Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 1 im. Norberta Barlickiego Uniwersytetu Medycznego w Łodzi,
Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Białymstoku,
Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Poznaniu,
Uniwersyteckie Centrum Kliniczne w Gdańsku,
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janusza Korczaka w Słupsku Sp. z o.o.,





Wojewódzki Szpital Zespolony im. L. Rydygiera w Toruniu,
Wojskowy Instytut Medyczny w Warszawie.

Czytaj więcej:

<https://pomorska.pl/leczenie-otylosci-na-nfz-w-2024-r-rusza-nowy-program-bez-operacji-bariatrycznej-kto-moze-sie-dostac-do-kosbmi-30-plus/ar/c14-18087597>



ZANIECZYSZCZENIE POWIETRZA NA 4. MIEJSCU PRZYCZYN PRZEDWCZESNYCH ZGONÓW NA ŚWIECIE

Termedia.pl
13.11.2023 r.



"Zanieczyszczenie powietrza zajmuje już czwartą pozycję na liście przyczyn przedwczesnych zgonów na świecie" – powiedział PAP dr Piotr Dąbrowiecki z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie. Jego szkodliwy wpływ na zdrowie potwierdzają również polskie badania.

Jak ocenia Światowa Organizacja Zdrowia (WHO), ponad 90 proc. światowej populacji żyje na terenach, gdzie zanieczyszczenie powietrza przekracza normy ustanowione przez WHO. Mimo działań podejmowanych w ostatnich latach przez samorządy lokalne, lekarzy i specjalistów ds. ochrony środowiska, raporty Europejskiej Agencji Środowiska (European Environment Agency) wskazują, że Polska wciąż należy do czołówki krajów Unii Europejskiej o największym zanieczyszczeniu powietrza, zwłaszcza pyłami zawieszonymi i wielopierścieniowymi węglowodorami aromatycznymi (WWA). W 2020 r. pod względem zanieczyszczeń powietrza pyłami zawieszonymi Polska zajęła w UE drugie miejsce po Bułgarii, natomiast już rok później wysunęła się na pierwsze miejsce.



Tymczasem coraz więcej badań naukowych potwierdza silny negatywny wpływ zanieczyszczeń powietrza na zdrowie i jego związek z ryzykiem przedwczesnego zgonu. „Z raportu pt. „State of Global Air 2020”, opracowanego przez Health Effects Institute wynika, że zanieczyszczenie powietrza plasuje się na czwartym miejscu wśród przyczyn przedwczesnych zgonów na świecie – po nadciśnieniu tętniczym, paleniu tytoniu oraz niezdrowej diecie” – powiedział PAP specjalista chorób wewnętrznych i alergologii dr Piotr Dąbrowiecki z Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie. Jak dodał, jeszcze 10 lat temu zajmowało ono w tym rankingu siódmą pozycję.



Czytaj więcej:

<https://www.termedia.pl/pulmonologia/Zanieczyszczenie-powietrza-na-czwartym-miejscu-przyczyn-przedwczesnych-zgonow-na-swiecie,53722.html>



PPŁK JAKUB ZIÓŁEK O DZIAŁANIACH PERSONELU MEDYCZNEGO W WARUNKACH WOJENNYCH

**Uroczyste otwarcie
Kliniki Urologii Ogólnej,
Czynnościowej i Onkologicznej**

forumleczeniara.pl
6.11.2023 r.

Podczas VI Forum Leczenia Ran ppłk. Jakub Ziółek poruszył bardzo ważny temat – działania personelu medycznego w warunkach wojennych. **Opowiedział również, gdzie i kiedy można wykorzystać wiedzę lekarzy wojskowych.**



– Warunki medyczne pola walki (...) różnią się zdecydowanie od takich zdarzeń, które są na co dzień w miastach (...). W Polsce rzadko, ale przytrafiają się zdarzenia masowe, tak jak ostatnio: ulew, powódzie, trzęsienia ziemi czy pożary, gdzie liczba poszkodowanych/rannych gwałtownie wzrasta i wtedy takie doświadczenie lekarzy wojskowych pozwalają szybko interweniować – **powiedział ppłk. Jakub Ziółek**, kierownik Oddziału Zakażeń Ruchu w Klinice Traumatologii i Ortopedii WIM-PIB.



Czytaj więcej:

<https://forumleczeniarn.pl/pplk-ja-kub-ziolk-o-dzialaniach-personelu-medycznego-w-warunkach-wojennych/>



TELEMEDYCYNĄ WYMAGA SZERSZEGO DIALOGU ZAINTERESOWANYCH STRON

rynekzdrowia.pl
5.11.2023 r.

Reprezentanci sektora prywatnego i publicznego nieco inaczej wskazują rolę, zakres i zadania telemedycyny w polskim systemie ochrony zdrowia. Sprowadza się to do większej potrzeby dialogu na temat obecnych i przyszłych rozwiązań – tak wynika z dyskusji, jaka wybrzmiała w ramach sesji pt. "Telemedycyna" w trakcie XIX Forum Rynku Zdrowia w Warszawie.



Płk. prof. Paweł Krzesiński, kierownik Kliniki Kardiologii i Chorób Wewnętrznych Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego, opisywał zastosowania i poziom wykorzystania rozwiązań telemedycznych i finansowanie procedur.

- W kardiologii zaawansowane rozwiązania telemedyczne pojawiły się najwcześniej i obecnie funkcjonują w sferze świadczeń finansowanych ze środków publicznych. Przykładem jest telerehabilitacja, czyli możliwość prowadzenia rehabilitacji po incydentach zaostrzenia choroby kardiologicznej w warunkach domowych. Ta metoda okazała się szczególnie wartościowa w okresie pandemii - opowiadał profesor Krzesiński.



Czytaj więcej:

<https://www.rynekzdrowia.pl/E-zdrowie/Telemedycyna-wymaga-szerszego-dialogu-zainteresowanych-stron-Tlem-jest-zaufanie-Polakow,251279,7.html>



Nasza rozmowa

ZIMOWY ODDECH. ZADBAJ O PŁUCA!

Nie bez powodu płuca nazywane są drugim sercem. Sterują pracą całego układu oddechowego i dostarczają organizmowi tlen niezbędny do życia. Dr n. med. Piotr Dąbrowiecki, specjalista chorób wewnętrznych i alergologii Wojskowy Instytut Medyczny – PIB w Warszawie.



Im więcej powietrza trafi do płuc, tym więcej tlenu dotrze do innych narządów, a organizm będzie sprawniej funkcjonował

Zimą układ oddechowy narażony jest na ataki bakterii, wirusów, a także alergeny, np. roztocza kurzu domowego lub pleśń. Od kondycji płuc zależy zdrowie całego organizmu. Codziennie przynajmniej pół godziny spędź na świeżym powietrzu.



Wietrzenie to sztuka

Wietrz mieszkanie niezależnie od pogody nawet kilka razy dziennie (co najmniej dwa razy). Najkorzystniej wietrzyć krótko, 5-10 minut, ale intensywnie, otwierając okna na oścież. Skuteczną wymianę powietrza zapewni wietrzenie „na przestzał”, czyli gdy zrobisz przeciąg. Pamiętaj jednak, aby zrezygnować z wietrzenia, gdy jest smog i stężenie szkodliwych pyłów przekracza normy. Jeśli masz alergię, otwieraj okna wieczorem, w nocy lub po deszczu, gdy powietrze jest najczystsze.



Spacerować to konieczność

Przynajmniej pół godziny, a najlepiej godzinę, spędź aktywnie na powietrzu. To niezbędne dla zdrowia płuc. Może się tak zdarzyć, że musisz pozostać w domu, bo np. jesteś rekonwalescentką. Co wtedy? Nie musisz zrezygnować ze spacerów. Wyjdź do ogrodu lub na balkon. Ale nie stój, tylko spaceruj. Trenuj płuca, by były w dobrej formie maszeruj w miejscu - raz szybciej, raz wolniej, zrób kilka przysiadów, trzymając się barierki. Możesz np. wyjść na balkon trzy razy w ciągu dnia na 10-15 minut. Pamiętaj tylko, aby ubrać się adekwatnie do pogody, tak jakbyś normalnie wychodziła na dwór.



Ćwiczenia oddechowe to najlepszy trening

Polegają na powtarzaniu cyklu wdechów i wydechów według określonego sposobu, w określonych pozycjach. Ważne są m.in. tempo oddychania (czas wdechu i wydechu, a także wstrzymywania oddechu), sposób wdychania powietrza (przez nos czy usta), tor oddychania (brzuszny – przeponą, piersiowy – z udziałem mięśni międzyżebrowych). Ćwiczenia oddechowe pomagają w prawidłowym funkcjonowaniu układu oddechowego. Poprawiają wentylację płuc i zwiększają ich pojemność, wzmacniają mięśnie oddechowe, usprawniają ruchy klatki piersiowej, dzięki czemu lepiej i swobodniej można oddychać. Pomagają także w usuwaniu zalegającej w oskrzelach wydzieliny.



Oddychanie przeponowe

Najkorzystniej jest oddychać przeponą (to mięsień oddzielający płuca od jamy brzusznej). Wtedy powietrze dociera do całej powierzchni płuc, zwiększa się ich pojemność i cały organizm jest dotleniony.

Ćwiczenie: Połóż się na plecach. Nogi ugnij. Jedną dłoń połóż na brzuchu (w górnej części), drugą na mostku. Zrób wdech nosem, dłoń na brzuchu się unosi, ręka na klatce piersiowej nie powinna się poruszać. Zrób wydech ustami ułożonymi jak do gwizdania - ręka na brzuchu powoli opada. Powtórz 7-10 razy.



Oddychanie z operowanym wdechem

Dzięki niemu zwiększysz siłę i wytrzymałość mięśni oddechowych.

Ćwiczenie 1: Butelkę 0,5 litra wypełnij do połowy wodą, włóż do niej słomkę. Postaw przed sobą. Weź wdech, przez słomkę wdmuchuj powietrze do wody jak najdłużej. Powtórz 5-6 razy.

Ćwiczenie 2: Usiądź przy stole, postaw przed sobą zapaloną świeczkę w odległości ok. 15 cm. Połóż jedną rękę na brzuchu. Zrób wdech. Powoli wydychaj powietrze tak, by cały czas płomień świecy był odchylony. Ćwicz przez 3 minuty. Oddech ćwicz kilka razy dziennie, np. 2-3 razy po 10-15 minut.

Co szkodzi i jak im pomóc? Unikaj smogu

Zawarte w nim szkodliwe pyły wnikają do płuc. Szczególnie groźny jest pył PM 2.5, bo jest tak mały, że jego cząsteczki przedostają się do pęcherzyków płucnych i krwi.



Gdy stężenie pyłów jest wysokie, najlepiej nosić na dworze maseczkę z filtrem HEPA (tylko ona zatrzymuje PM 2,5). Rzuć palenie W dymie tytoniowym jest kilka tysięcy szkodliwych związków, które przenikają do płuc, m.in. zwiększając ryzyko rozwoju POChP, raka płuc oraz zaostrzają choroby płuc. Wdychanie dymu tytoniowego, tzw. bierne palenie, tak samo naraża na przedostawanie się do płuc szkodliwych substancji.

Nawet zwykłe przeziębienie zawsze trzeba wyleczyć do końca

Nie bagatelizuj infekcji. Wirusy i bakterie są przyczyną wielu chorób dróg oddechowych. Nielezione lub nieprawidłowo leczone prowadzą do powikłań, m.in. zapalenia oskrzeli czy zapalenia płuc.



Kaszel to nie zawsze powód do niepokoju

Kaszel jest naturalnym odruchem. W ten sposób organizm próbuje bronić się przed „intruzami”, pozbyć się wirusów, kurzu czy pyłków z dróg oddechowych. Kaszel suchy należy hamować, bo bywa męczący, stosując na noc syropy przeciwkaszlowe. Kaszel mokry pomaga pozbyć się wydzieliny z dróg oddechowych. Na ten typ kaszlu można stosować syrop wykrztuśny.

Techniki efektywnego kaszlu pomagają usunąć nadmiar wydzieliny z dróg oddechowych. To m.in. podwójne odkaslnięcie, siedzenie z głową pochyloną do przodu i pokąsływanie podczas szybkiego wydechu.



Sprzymierzeńczy płuc

Nawilżanie

Idealna wilgotność powietrza w mieszkaniu powinna wynosić od 40 do 60 proc. Gdy spada poniżej 40 proc., ustają ruchy rzęsek w drogach oddechowych zatrzymujące szkodliwe substancje. W nawilżaniu powietrza pomagają np. pojemniki z wodą powieszony na kaloryferach. Trzeba też popijać wodę przez cały dzień. Dzięki temu błona śluzowa dróg oddechowych będzie dobrze nawilżona i będzie stanowiła lepszą barierę ochronną przed wnikaniem bakterii i wirusów.



Zioła

stosowane są do łagodzenia objawów infekcji układu oddechowego. Korzystne są zioła wykrztuśne i przeciwzapalne, np. tymianek, babka lancetowata, korzeń lukrecji, biedrzyca, anyż.

Zioła można stosować w postaci naparów, syropów, inhalacji itp.



Świat Kobiety, 22.11.2023 r.



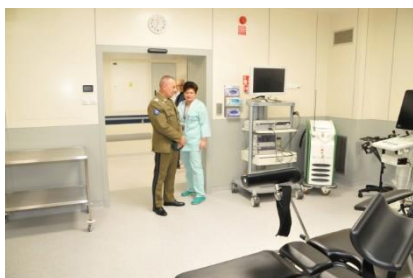
Informacje Komendy Pionu Leczniczego

PRZYPOMNIENIE O OBOWIĄZKU WYPEŁNIANIA KARTY ZGŁOSZENIA NOWOTWORÓW ZŁOŚLIWYCH

Przypominamy o obowiązku wypełniania przez lekarzy **Karty Zgłoszenia Nowotworów Złośliwych (KZNZ)** podczas wizyt pacjentów onkologicznych w oddziałach i poradniach WIM-PIB.

Kartę należy wypełniać przy pierwszym rozpoznaniu nowotworu złośliwego oraz raka in situ, jak i przy wizytach kontrolnych, w czasie których zostanie stwierdzona zmiana mająca związek z rozpoznaną chorobą (zmiana rozpoznania klinicznego, uzyskanie wyniku badania histologicznego, zmiana metody leczenia, zmiana stanu zaawansowania choroby, zgon pacjenta).

W przypadku braku takich zmian KZNZ wypełnia się 1 raz w roku dla wszystkich pacjentów po przebytym leczeniu z powodu nowotworu złośliwego, nawet jeśli nie stwierdza się u nich cech czynnej choroby nowotworowej. Kartę należy wypełniać również w przypadkach zgonów,



których przyczyną jest nowotwór złośliwy oraz w przypadkach zgonów spowodowanych inną przyczyną niż nowotwór, jeśli z wywiadu wynika, iż pacjent przebył leczenie z powodu nowotworu złośliwego.

Za nowotwory złośliwe uważa się choroby oznaczone w Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych numerami C00-D09 wg X Rewizji. Przypadki raka in situ są oznaczone w tej klasyfikacji numerami D00-D09.

W systemie AMMS udostępniono zintegrowany z Krajowym Rejestrem Nowotworów (eKRN) formularz, pozwalający na wypełnianie i wysyłanie KZNZ bezpośrednio z poziomu dokumentacji medycznej pacjenta.

Kartę można wypełnić także przez internetową aplikację eKRN po zalogowaniu się profilem zaufanym (link do logowania: <https://app.ekrn.pl/zaloguj>).

Instrukcja wypełniania formularza KZNZ w systemie AMMS przygotowana przez Dział IT - [pobierz](#)

Instrukcja wypełniania karty w systemie eKRN – [pobierz](#)

W razie potrzeby, wsparcia w zakresie używania ww. narzędzi informatycznych udziela p. Jarosław Kopik z Działu IT (jkopik@wim.mil.pl).

PROFILAKTYKA CZERNIAKA I INNYCH NOWOTWORÓW SKÓRY

Klinika Dermatologiczna WIM-PIB zaprasza do wzięcia udziału w programie polityki zdrowotnej w zakresie profilaktyki czerniaka i innych nowotworów skóry dla województwa mazowieckiego. Celem głównym programu jest uzyskanie lub utrzymanie wysokiego poziomu wiedzy z zakresu nowotworów skóry.

Szkolenie obejmuje edukację zdrowotną obejmującą informacje z zakresu:

- Profilaktyki czerniaka i innych nowotworów skóry.
- Informacji nt. wczesnego rozpoznawania u siebie oznak mogących świadczyć o rozwijającej się chorobie nowotworowej.
- Nauki samobadania skóry całego ciała.
- Bezpośrednich skutków zdrowotnych związanych z nowotworami skóry.
- Szkodliwości promieniowania słonecznego na skórę,
- Wpływu na powstawanie nowotworów skóry.

Miejsce: Klinika Dermatologiczna WIM-PIB.

Terminy:

29 listopada 2023 r. godz. 14:00 – pracownicy medyczni

6 grudnia 2023 r. godz. 14:00 – pracownicy niemedyczni

1 grudnia 2023 r. godz. 11:00 – pracownicy medyczni

Szkolenie trwa ok. 1,5 godziny. Udział w szkoleniu jest bezpłatny.

Zgłoszenia prosimy kierować na adres email: czerniak@wim.mil.pl lub telefonicznie 665-707-716.

Więcej informacji o programie: [więcej](#)

INFORMACJE LABORATORYJNE – SPOSÓB OBLICZANIA SZACOWANEGO WSPÓŁCZYNNIKA FILTRACJI KŁĘBUSZKOWEJ (eGFR) KREATYNINY

1 grudnia 2023 r. zmieniony zostanie sposób obliczania szacowanego współczynnika filtracji kłębuszkowej (eGFR) kreatyniny.



Laboratorium będzie stosować nowe równanie CKD-EPI 2021, które nie uwzględnia współczynnika rasy. Zastosowanie nowego równania jest zalecane przez National Kidney Foundation i grupę zadaniową Amerykańskiego Towarzystwa Nefrologicznego ds. ponownej oceny uwzględniania rasy w diagnostyce chorób nerek. Grupa zadaniowa zaleca zastąpienie starszych równań eGFR kreatyniny (badanie MDRD i CKD-EPI 2009) nowym równaniem CKD-EPI 2021. Pozwala to na standaryzację obliczeń do jednego równania i wyeliminowania różnic w eGFR kreatyniny wynikających z różnych równań stosowanych przez różne laboratoria oraz raportowanie eGFR bez stosowania współczynnika rasy.

Aktualne równania, do obliczenia eGFR kreatyniny, z kreatyniny w surowicy (Scr) podano poniżej

K -0,241 stęż. kreatyniny <= 0.7
K -1.2 stęż. kreatyniny > 0.7
M -0,302 stęż. kreatyniny <= 0.9
M -1.2 stęż. kreatyniny > 0.9

GFR eGFR CKD = 142 K / 142 M * (KREA / (0.7 K / 0.9 M)) * (0.9338) * Dla kobiet * 1.012

Wartość wyniku, jeżeli obliczony wynik jest większy niż 90: >90

obliczenia tylko dla osób od 18 roku życia

Wpisz do wyniku, jeżeli wiek poniżej 18 lat: nie dotyczy

Źródło: <https://cloud.wim.mil.pl/s/zbqL9sqy76bAJWZ>

INFORMACJE LABORATORYJNE - ZLECANIE BADAŃ GENETYCZNYCH DO ALAB LABORATORIA SP. Z O.O.

Informujemy, że firma ALAB Laboratoria Sp. z o.o. uaktualniła formularz **świadomej zgody** oraz **skierowania na badania z zakresu genetyki człowieka**.

Zlecenie badań genetycznych powinno odbywać się na specjalnym skierowaniu. DO SKIEROWANIA NALEŻY DOŁĄCZYĆ PODPISANĄ PRZEZ PACJENTA DEKLARACJĘ ŚWIADOMEJ ZGODY NA BADANIE GENETYCZNE.

Formularze skierowań na badania z zakresu:

1. [genetyki człowieka - onkogenetyka](#)
2. [cytogenetyki w hematologii karyotyp+ FISH](#)
3. [cytogenetyki do Pracowni Genetyki](#)
4. [genetyki człowieka](#)
5. [deklaracji świadomej zgody na wykonanie badania genetycznego do wypełnienia dla pacjenta](#)

Formularze są również dostępne do pobrania w zakładce [ZDL Jakość w folderze Badania wysyłane na zewnątrz/Alab Laboratoria Sp. z o.o./ROK 2023/- Aktualizacja Formularzy Zleceń.](#)

Inauguracja studiów podyplomowych WIM-PIB





REKRUTACJA DO BADANIA KLINICZNEGO – TOCZEŃ RUMIENIOWATY

Informujemy o trwającej rekrutacji do badania klinicznego prowadzonego przez Centrum Wsparcia Badań Klinicznych dla Pacjentów z **rozpoznanym toczeniem rumieniowatym układowym (SLE)**.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt mailowy z koordynatorką Iwoną Lenarcik: ilenarcik@wim.mil.pl lub telefoniczny: 261 817 013.



REKRUTACJA DO BADANIA KLINICZNEGO – NIEWYDOLNOŚĆ SERCA

Trwa rekrutacja do badania klinicznego prowadzonego w **Centrum Wsparcia Badań Klinicznych** przy współpracy z Kliniką Kardiologii i Chorób Wewnętrznych dla Pacjentów z **rozpoznaną niewydolnością serca z nieznacznie obniżoną lub zachowaną frakcją wyrzutową i ogólnoustrojowym zapaleniem**.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt mailowy z koordynatorką Anitą Wieczorek: awieczorek2@wim.mil.pl lub telefoniczny: 261 817 013.



REKRUTACJA DO BADANIA KLINICZNEGO – MIGRENA

Trwa rekrutacja do badania klinicznego prowadzonego w **Centrum Wsparcia Badań Klinicznych** dla Pacjentów z **rozpoznaną migreną**.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt mailowy z koordynatorką Alicją Szczygieł-Jamińską: aszczygiel-jaminska@wim.mil.pl lub telefoniczny: 261 817 013.



REKRUTACJA DO BADANIA KLINICZNEGO – RZS

Informujemy o trwającej rekrutacji do badania klinicznego prowadzonego przez **Centrum Wsparcia Badań Klinicznych** dla Pacjentów z **rozpoznanym reumatoidalnym zapaleniem stawów (RZS)**.

Osoby zainteresowane prosimy o kontakt mailowy z koordynatorką Iwoną Lenarcik: ilenarcik@wim.mil.pl lub telefoniczny: 261 817 013.



Informacje Pionu Nauki

SPECJALIZACJE LEKARSKIE W TRYBIE REZYDENCKIM W WIM

W związku z zakończonym postępowaniem kwalifikacyjnym do odbycia szkolenia specjalizacyjnego dla lekarzy i lekarzy dentyistów organizowanym przez MON, informujemy o wolnych miejscach szkoleniowych w WIM-PIB.



W związku z zakończonym postępowaniem kwalifikacyjnym do odbycia szkolenia specjalizacyjnego dla lekarzy i lekarzy dentystów organizowanym przez MON, informujemy o wolnych miejscach szkoleniowych w Wojskowym Instytucie Medycznym.

Pozostały wolne miejsca szkoleniowe w dziedzinach:



Choroby zakaźne – 1 miejsce (finansowany dodatek motywacyjny na czas szkolenia)

Kardiologia – 11 miejsc

Medycyna ratunkowa – 7 miejsc

Nefrologia – 9 miejsc

Okulistyka – 5 miejsc

Ortopedia i traumatologia narządu ruchu – 10 miejsc

Radioterapia onkologiczna – 3 miejsca

Rehabilitacja medyczna – 5 miejsc

Choroby wewnętrzne – 40 miejsc:

Klinika Chorób Wewnętrznych i Hematologii – 9 miejsc

Klinika Chorób Wewnętrznych i Reumatologii – 3 miejsca

Klinika Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii – 1 miejsce

Klinika Chorób Wewnętrznych, Nefrologii i Dializoterapii – 8 miejsc

Klinika Chorób Wewnętrznych, Pneumonologii, Alergologii i Immunologii Klinicznej – 6 miejsc

Klinika Gastroenterologii i Chorób Wewnętrznych – 2 miejsca

Klinika Kardiologii i Chorób Wewnętrznych – 7 miejsc

Oddział Kardiologii Interwencyjnej i Chorób Wewnętrznych Szpital w Legionowie – 4 miejsca



Zgodnie z obowiązującymi regulacjami prawnymi miejsca specjalizacyjne w WIM przyznaje Minister Obrony Narodowej. Jednakże, wobec pozostałej liczby wolnych miejsc, aktualnie przewyższających potrzeby resortu Obrony Narodowej, istnieje możliwość udostępnienia tych miejsc lekarzom, którzy rozpoczęli specjalizację w trybie rezydenckim. Zgoda na udostępnienie poszczególnych miejsc jest wyrażana w trybie indywidualnym i wymaga końcowej akceptacji Dyrektora Departamentu Wojskowej Służby Zdrowia.

Osoby zainteresowane rozpoczęciem specjalizacji w WIM w trybie rezydenckim, prosimy o kontakt z Kierownikiem Wydziału Kształcenia Podyplomowego Lekarzy CKP WIM-PIB, **Panią Martą Górecką – tel.: 665 707 536.**



<https://wim.mil.pl/2023/11/24/specjalizacje-lekarskie-w-trybie-rezydenckim-w-wim/>



Informacje Wydziału Finansowego

ZAMKNIĘCIE OKRESU SPRAWOZDAWCZEGO

W nieprzekraczalnym terminie do dnia **7 grudnia br.** prosimy o dostarczenie wszystkich faktur zagranicznych, będących w posiadaniu komórek organizacyjnych w związku ze złożeniem deklaracji „INTRASTAT” do Urzędu Celnego za miesiąc listopad 2023.

Natomiast do **15 grudnia br.** prosimy o dostarczenie wszystkich dokumentów księgowych, będących w posiadaniu komórek organizacyjnych, w związku z zamknięciem podatkowym okresu sprawozdawczego za miesiąc listopad 2023.



AMMS – BIEŻĄCA EWIDENCJA ZUŻYĆ LEKÓW I MATERIAŁÓW MEDYCZNYCH

Pion Głównego Księgowego przypomina o **konieczności bieżącej ewidencji zużycia leków oraz materiałów medycznych w programie AMMS.**

Wszystkie rozchody z apteczek oddziałowych zarówno ze wskazaniem pacjenta jak i bez wskazania pacjenta muszą być zaewidencjonowane i zatwierdzone w AMMS najpóźniej do 5-go dnia następnego miesiąca.



ROZLICZANIE PODRÓŻY SŁUŻBOWYCH

Każdy pracownik skierowany w podróż służbową chcący dokonać rozliczenia powinien na druku „**Polecenie wyjazdu służbowego**” wskazać numer Rozkazu Dziennego, w którym znajduje się informacja o jego oddelegowaniu.

Jedynie zgoda Dyrektora oznacza oddelegowanie pracownika czyli możliwość wyjazdu. Ponadto wraz z uzupełnionym drukiem Polecenie wyjazdu służbowego należy złożyć:

- opisane faktury i rachunki wraz z potwierdzeniem zapłaty (jeśli płatności dokonano kartą/przelewem)
- bilety



Delegowany rozlicza się jednostkowo, stąd dokumenty winny być wystawione jednostkowo na delegowanego.

Uwaga:

Jeśli z różnych powodów zdarzy się faktura zbiorcza, to na opisie faktury należy wskazać w sposób przejrzysty:

- kogo dotyczy jaka kwota,
- Jak się badacze rozliczyli między sobą (1 osoba zapłaciła za wszystkich, czy też każdy ja siebie),
- z jakiego źródła finansowania

potwierdzając niniejsze wyjaśnienie podpisem wszystkich osób, których dotyczy faktura.

DELEGACJA ≠ ZWOLNIENIE Z ZAJĘĆ SŁUŻBOWYCH

Zwolnienie z zajęć służbowych oznacza usprawiedliwioną nieobecność pracownika, nie otrzymuje on w tym przypadku zwrotu kosztów.



Informacje Wydziału Sprzedaży Świadczeń Medycznych i Analiz

PROGRAM PILOTAŻOWY „DOBRY POSILEK” – KONSULTACJE DIETETYCZNE

W związku z programem pilotażowym „**Dobry Posiłek**” w którym WIM-PIB bierze udział, przypominamy o konieczności zlecenia **konsultacji dietetycznych przez lekarzy w systemie AMMS**, aby umożliwić prowadzenia wiarygodnej statystyki.

Dietetycy, którzy przeprowadzają konsultację muszą ją przyjąć, odnotować jej przebieg oraz autoryzować.



W razie braku dostępu do systemu lub problemów informatycznych proszę kontaktować się z **serwisem AMMS telefon – 261 818 010**.

SKALA RANKINA PRZY PRZYJĘCIU ORAZ SKALA RANKINA PRZY WYPISIE



Informujemy, że dodano w systemie AMMS nowy formularz „Skala Rankina przy przyjęciu oraz Skala Rankina przy wypisie”.



Pacjent:

NR. HIST. CHOR.:

PESEL:

OCENA WG. ZMODYFIKOWANEJ SKALI RANKINA

1. Pacjent nie zgłasza skarg.
2. Pacjent zgłasza niewielkie skargi, które nie wpływają w sposób istotny na jego tryb życia.
3. Niewielki stopień inwalidztwa. Objawy nieznacznie zmieniają dotychczasowy tryb życia, lecz nie ograniczają możliwości samodzielnego funkcjonowania. Nie jest zależny od otoczenia.
4. Średni stopień inwalidztwa. Objawy znacznie zmieniają dotychczasowy tryb życia i uniemożliwiają całkowicie niezależne funkcjonowanie.
5. Dość ciężki stopień inwalidztwa. Objawy zdecydowanie uniemożliwiają samodzielne życie. Nie jest konieczna ciągła...
5. Bardzo ciężki stopień inwalidztwa. Pacjent całkowicie zależny od otoczenia. Konieczna stała pomoc osoby drugiej.

Ocena lekarza przy przyjęciu:

LEKARZ PROWADZĄCY

KURSY PODNOSZĄCE KWALIFIKACJE KADRY MEDYCZNEJ

Ministerstwo Zdrowia realizuje projekt nr: POWR.07.01.00-00-0002/22 pn. „**Kursy podnoszące kwalifikacje kadry medycznej udzielającej świadczeń zdrowotnych, w tym w związku z chorobą zakaźną, w szczególności COVID-19**”, który jest finansowany w 100% przez Unię Europejską ze środków EFS.

Projekt skierowany jest do osób posiadających kwalifikację do wykonywania zawodu (pracujących w systemie ochrony zdrowia, pracujących poza systemem ochrony zdrowia oraz biernych zawodowo):

- Ratownika medycznego
- Logopedy
- Elektroradiologa
- Pozostałej kadry medycznej pracującej w medycznych laboratoriach
- Dietetyka

Rekrutacja do projektu trwa do 11 grudnia 2023 r.



Więcej informacji:

https://zdrowie.gov.pl/strona-1034-kursy_podnoszace_kwalifikacje_kadry.html

Pismo MZ:

<https://cloud.wim.mil.pl/s/jkYYLp2krf6otPM>



Informacje Wydziału Prawnego

NAJNOWSZE ZMIANY W PRZEPISACH PRAWNYCH



Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 18 października 2023 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie wykazu substancji czynnych wchodzących w skład produktów leczniczych, które mogą być dopuszczone do obrotu w placówkach obrotu pozaaptecznego oraz punktach aptecznych, oraz kryteriów klasyfikacji tych produktów do poszczególnych wykazów.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2533>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 21 listopada 2023 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie programu pilotażowego „Recepta na Ruch”.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2525>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 13 października 2023 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2461>



Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 30 października 2023 r. w sprawie Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2023–2030.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2480>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 14 listopada 2023 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podmiotów uprawnionych do zakupu produktów leczniczych w hurtowniach farmaceutycznych.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2486>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 14 listopada 2023 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie określenia rzadkich grup krwi, rodzajów osocza i surowic diagnostycznych, których uzyskanie wymaga przed pobraniem krwi lub jej składników wykonania zabiegu uodpornienia dawcy lub innych zabiegów, oraz wysokości rekompensaty.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2497>

Obwieszczenie Marszałka Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 23 października 2023 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu ustawy o systemie informacji w ochronie zdrowia.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2465>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 10 listopada 2023 r. w sprawie zmiany rozporządzenia zmieniającego rozporządzenie w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu leczenia szpitalnego.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2464>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 31 października 2023 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie recept.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2372>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 października 2023 r. **w sprawie wysokości opłat za złożenie wniosków w zakresie refundacji leku, środka spożywczego specjalnego przeznaczenia żywieniowego lub wyrobu medycznego lub za ich uzupełnienie.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2353>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 30 października 2023 r. **w sprawie sposobu i trybu analizy deklaracji o powiązaniach branżowych i oświadczeń o powiązaniach branżowych.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2360>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 18 października 2023 r. **w sprawie sposobu ustalania wysokości świadczenia kompensacyjnego z tytułu szkody związanej z udziałem w badaniu klinicznym.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2023/2343>

Dodatkowych informacji w zakresie zmian w przepisach prawnych udziela Pani Marta Karniewska-Witak specjalista w Wydziale Prawnym WIM, e-mail: mwitak@wim.mil.pl, tel. 665-707-750.



Informacje Sekcji Jakości

ZINTEGROWANY SYSTEM ZARZĄDZANIA JAKOŚCIĄ

W dokumentacji Zintegrowanego Systemu Zarządzania Jakością dodano poniższe procedury:

PR02_PP05_S18 Standard; AZS leczenie biologiczne

PR04_P03 Procedura; [Zasady pracy w Centralnej Pracowni Przygotowywania leków cytostatycznych.](#)

PR02_IR17 Instrukcja; [Komunikacja z pacjentem w Wojskowym Instytucie Medycznym – Państwowym Instytucie Badawczym](#)

Zalecenia; [Zalecenia Stosowania Antybiotyków w Profilaktyce Okołooperacyjnej z Uwzględnieniem Rekomendacji Narodowego Programu Ochrony Antybiotyków](#)

PR02_PP05_S14 [Postępowanie pacjentem chorym na raka podstawnokomórkowego skóry \(basal cel carcinoma; BCC\) i raka kolczystokomórkowego skóry \(SCC; aquamous cel carcinoma\).](#)



Za aktualność wydruku zatwierdzonego dokumentu (tj. Standard, Procedura, Instrukcja) z ZSZ odpowiada osoba drukująca. Wydruk komputerowy dokumentu zatwierdzonego powinien być opatrzony opisem „wydruk komputerowy do użytku wewnętrznego, (data wydruku) ”.

Informacje Związków Zawodowych

ZNIŻKI NA PRZEJAZDY POCIĄGAMI NALEŻĄCYMI DO SPÓŁKI KOLEJE MAZOWIECKIE

Informujemy o możliwości skorzystania z wykupu zniżki na przejazdy pociągami należącymi do Spółki „Koleje Mazowieckie”.

Dokumentem poświadczającym uprawnienie do przejazdów z ulgą 35% w 2024 r. będzie legitymacja, na podstawie której można nabywać ulgowe bilety:

1. jednorazowe,
2. strefowe,
3. okresowe:
 - odcinkowe imienne (tygodniowe, dwutygodniowe, miesięczne, kwartalne),
 - strefowe imienne (miesięczne, kwartalne),
 - sieciowych (dobowych, 3-dniowych, miesięcznych, kwartalnych, rocznych)

Posiadacz ww. legitymacji uprawniony będzie do nabywania ulgowych biletów okresowych z terminem ważności nie dłuższym niż termin ważności legitymacji.

Cena sprzedaży jednego uprawnienia do przejazdów z ulgą 35% pociągami uruchamianymi przez Spółkę „Koleje Mazowieckie - KM” w roku 2024 wynosi 500,00 zł (brutto).

Osoby zainteresowane proszone są o dokonanie wpłaty na konto bankowe:

NSZZ PW WIM ul. Szaserów 128, 04-141 Warszawa, **Nr 63 1750 0012 0000 0000 2246 8049** z dopiskiem w tytule: imię i nazwisko – **zniżka 35% na „Koleje Mazowieckie”** w nieprzekraczającym terminie do **15 grudnia 2023 r.** i dostarczenie w tym samym terminie, tj. do 15 grudnia 2023 r. do Kancelarii Ogólnej I piętro, podpisanego czytelnie zdjęcia i dowodu wpłaty.

Powyższa informacja dotyczy tylko tych pracowników WIM, którzy są członkami Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego Pracowników Wojska lub w miesiącu listopadzie i grudniu zapiszą się do ww. Związku.

Zapisy u Przewodniczącej NSZZ PW Cybulak Barbary – tel. 515 561 985.

W razie dodatkowych pytań dotyczących ww. tematu prosimy o kontakt telefoniczny z Panią Barbarą Cybulak.

INFORMACJA DLA CZŁONKÓW ZAKŁADOWEJ ORGANIZACJI ZWIĄZKOWEJ PIELEŃNIAREK I POŁOŻNYCH

Informujemy członków Zakładowej Organizacji Związkowej Pielęgniarek i Położnych w WIM-PIB o **możliwości uczestnictwa w programie upustowym dotyczącym zakupów paliw oraz innych produktów i usług na wybranych stacjach paliw.**

Zainteresowane osoby prosimy o kontakt z Grażyną Galicką, tel. 261 818 062.



**Klauny w szpitalu
Czerwone Noski**



Gdzie warto pojechać, co warto zobaczyć?

POZNAŃSKIE CENTRUM SZYFRÓW ENIGMA



Poznańskie Centrum
Szyfrów Enigma



Od dwóch lat działa w Poznaniu bardzo ciekawa placówka kulturalna – **Centrum Szyfrów Enigma**. Jej działaniom przyświeca hasło "Prawdziwa historia. Wyzwanie dla umysłu" - opowiada bowiem o ludziach, którzy dali aliantom klucze do zwycięstwa w II wojnie światowej - i o wydarzeniach, które zbudowały podstawy świata cyfrowego, w którym dziś żyjemy. To niezwykła atrakcja na kulturalnej mapie Poznania: wciągające, intelektualne wyzwanie, przygotowane dla nich na nowoczesnej, obfitującej w multimedia ekspozycji.

Centrum Szyfrów Enigma zlokalizowane jest przy ul. Św. Marcin 78, w historycznym gmachu Collegium Martineum, gdzie w czasach PRL mieściła się siedziba Komitetu Wojewódzkiego Polskiej Zjednoczonej Partii Robotniczej. To miejsce intrygujące: przed wojną w tym samym miejscu stał budynek Biura Szyfrów Sztabu Głównego Wojska Polskiego. Pracowali w nim Marian Rejewski, Jerzy Różycki i Henryk Zygalski – matematycy, absolwenci Uniwersytetu Poznańskiego, którzy jako pierwsi w historii złamali kod niemieckiej maszyny szyfrującej.

Centrum łączy historię ze współczesnością. Opowiada o wciąż mało znanym sukcesie polskich matematyków i ich wkładzie w zwycięstwo aliantów w II wojnie światowej. Upowszechnia go i osadza w historii szyfrów oraz zmian technologicznych - rozwoju świata komputerów i informatyki. Intrygująca, tonąca w półmroku, nasycona ekranami i technologicznymi atrakcjami ekspozycja CSE znajduje się na pierwszym piętrze budynku i składa się z trzech części. W pierwszej przedstawiono historię szyfrów na przestrzeni dziejów. Zwiedzający poznają tu szczegóły najpowszechniej stosowanych szyfrów - i próbują własnych sił w sztuce utajniania informacji, np. za pomocą szyfru Cezara lub bardziej zaawansowanych technik. Przechodzą więc szybki kurs szyfrów, podobny do tego, jaki był udziałem polskich kryptologów w 1929 roku w ramach tajnego kursu zorganizowanego przez Uniwersytet Poznański wraz z Oddziałem II Sztabu Głównego WP.

W drugiej części stałej wystawy Centrum można poznać historię złamania kodów Enigmy przez polskich matematyków w latach 30. ubiegłego wieku. Unikalna ekspozycja prezentuje m.in. repliki polskich maszyn, które przed wojną, w ścisłej tajemnicy, służyły do dekryptażu tajnych niemieckich depesz, szyfrowanych za pomocą Enigmy.

W CSE zobaczymy więc cyklometr, bombę Rejewskiego czy płachty Zygalskiego. A także efekty dalszych prac nad złamaniem hitlerowskich szyfrów, jakie prowadzili Francuzi, Brytyjczycy i Amerykanie. Zmieniacz znajdziemy się także we wnętrzu niemieckiego okrętu podwodnego!

Wielką atrakcją ekspozycji stanowi oryginalna niemiecka maszyna szyfrująca Enigma, opatrzoną sygnaturą K574. Tego typu modele używane były m.in. w handlu oraz przez szwajcarskie wojsko i dyplomację.

Trzecia część wystawy pokazuje rewolucję informatyczną, która dokonała się po II wojnie światowej za sprawą wyęźnionej pracy kryptologów - i trwa do dziś. Ważną rolę w działalności CSE odgrywa również Mediateka. To autonomiczna część placówki, adresowana w szczególności do pasjonatów historii - osób pragnących poszerzyć swoją wiedzę na temat historii złamania szyfrów Enigmy. W Mediatece gromadzone są wszelkiego rodzaju materiały cyfrowe i książkowe na ten temat.

Wizyta w Centrum to niezapomniana przygoda dla całej rodziny i możliwość poznania niesamowitej historii polskich sukcesów w tajnej wojnie.



Coś dla ciała i ducha

OLEJ RZEPAKOWY - KRÓL OLEJÓW?

Zaletą oleju rzepakowego jest bez wątpienia zawartość kwasów tłuszczowych Omega-3 i witaminy E. Wadą zaś będzie mała podatność do smażenia. Oliwa z oliwek ma wysoki punkt dymienia, co oznacza, że jest lepsza do smażenia, a do tego jest źródłem polifenoli. Dlatego oliwa z oliwek powinna królować w naszych kuchniach, ale olej rzepakowy też jest mile widziany, jednak nie do smażenia.

European Journal of Clinical Nutrition (Nature) opublikowało metaanalizę nt. wpływu oleju rzepakowego na skład ciała i metabolizm glukozy u osób z otyłością i nadwagą. W porównaniu do innych badanych olejów jadalnych (oliwa z oliwek, olej z amarantusa, sezamowy, słonecznikowy) olej rzepakowy w ilości 20-50 ml dziennie istotnie obniżył poziom cholesterolu LDL, apolipoproteiny B, insuliny oraz zwiększył poziom glikemii na czczo u osób z nadwagą i otyłością. Jednak nie odnotowano istotnych statystycznie różnic między olejem rzepakowym a pozostałymi w kontekście składu ciała.

Podsumowując: olej rzepakowy skutecznie obniża parametry krwi u osób z BMI >24,99, co może być pomocne w zapobieganiu i zmniejszaniu ryzyka miażdżycy. Jednocześnie należy pamiętać, że może on zwiększać poziom glukozy we krwi.

Badanie European Journal of Clinical Nutrition: <https://doi.org/10.1038/s41430-023-01344-1>

Ada Łaskowska – dietetyk WIM-PIB

Kącik kulinarny

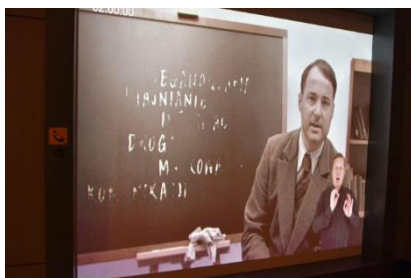
KURCZAK ZAPIEKANY Z PORAMI

Składniki: (3 porcje)

- 2 duże filety z kurczaka (600 g)
- przyprawy: sól, pieprz, 1/2 łyżeczki czerwonej papryki w proszku, 1/2 łyżeczki suszonego tymianku
- 2 ząbki czosnku
- po 1 łyżeczce oliwy i soku z cytryny
- 2 pory
- 1 łyżka masła
- 60 ml (4 łyżki) śmietanki kremówki
- 70 g mozzarelli (do zapiekania)

Przygotowanie:

- Każdy filet pokroić wzdłuż na 4 części
- Mięso doprawić solą, pieprzem, papryką w proszku, tymiankiem, posmarować przeciśniętym przez praskę czosnkiem, oliwą i sokiem z cytryny.
- Piekarnik nagrzać do 180 stopni C. Białą i jasnozieloną część pora przekroić wzdłuż na pół i pokroić na plasterki. Ułożyć na dnie naczynia żaroodpornego, doprawić solą.



- Na wierzchu położyć filety z kurczaka, na nim ułożyć wiórki masła. Wstawić do piekarnika i piec przez 30 minut. Po tym czasie połączyć kurczaka śmietanką a następnie posypać tartym serem. Piec jeszcze przez 5 minut (z funkcją grilla jeśli ser ma się lekko zrumienić).

ZUPA POROWO - ZIEMNIACZANA

Składniki: (4 porcje)

- 40 g masła
- 3 duże pory
- 1 cebula
- 350 g ziemniaków
- 800 ml bulionu
- 1 łyżka oliwy extra vergine

Przygotowanie:

- Pory oczyścić z zewnętrznych liści, pozostawić białą oraz jasno zieloną część, dokładnie opłukać, pokroić na plasterki. Ziemniaki i cebulę obrać i pokroić w kostkę.
- W dużym szerokim garnku roztopić masło, dodać pory, ziemniaki i cebulę. Podgrzewać na średnim ogniu przez około 3 - 4 minuty aż warzywa nieco zmiękną, od czasu do czasu zamieszać.
- Zwiększyć ogień, wlać bulion, zagotować. Zmniejszyć ogień do minimum, przykryć i gotować warzywa do miękkości przez około 15 minut.
- Posolić do smaku, dodać oliwę extra vergine i zmiksować na gładki krem. Podgrzać przed podaniem, można skropić śmietanką, posypać szczypiorkiem i podawać z grzankami.

Propozycja podania:

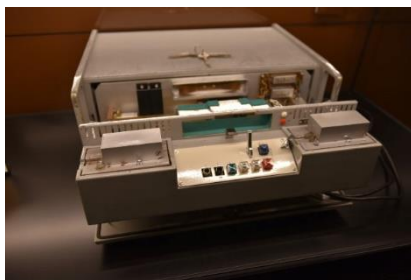
- śmietanka kremowa 30% / grzanki np. czosnkowe / szczypiorek

PIERNIK NAJLEPSZY

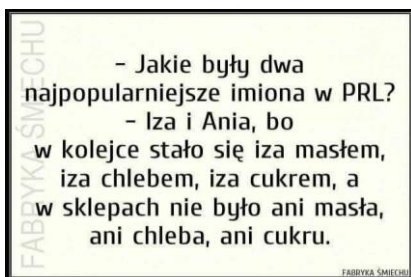
Z aromatem kawy zbożowej, przełożony powidłami i polany czekoladą.

Składniki:

- 125 g masła
- 250 g (1 szklanka) trzcinowego cukru (lub białego)
- 2 łyżki miodu
- 2 łyżki powideł śliwkowych
- 4 łyżeczki przyprawy korzennej lub piernikowej
- 1 łyżeczka cynamonu
- 2 łyżki gorzkiego kakao
- 2 łyżeczki sody oczyszczonej
- 2 pełne łyżki kawy zbożowej (np. Inki)
- 250 ml mleka
- 2 jajka
- 300 g (2 szklanki) mąki pszennej



Żart numeru



Przygotowanie:

- Piekarnik nagrzać do 175 stopni C (góra i dół bez termoobiegu).
- Formę keksową o wymiarach 12 x 25 cm posmarować tłuszczem i wysypać otrębami, mąką razową, płatkami owsianymi błyskawicznymi lub zwykłą mąką.
- W szerokim garnku na małym ogniu roztopić masło, dodać cukier i wymieszać.
- Dodać miód, powidła śliwkowe, przyprawę korzenną lub piernikową, cynamon i kakao. Podgrzewać jeszcze przez minutę na minimalnym ogniu cały czas mieszając.
- Zdjąć garnek z ognia (masa będzie bardzo ciepła), odczekać minutę i dodać kolejno sodę, kawę zbożową, mleko oraz roztrzepane jajka. Wszystko szybko oraz energicznie wymieszać łyżką (masa się spieni).
- Cały czas mieszając dodawać stopniowo mąkę, najlepiej bezpośrednio przez sitko. Masę wymieszać tak aby nie było w niej grudek mąki.
- Masę wylać do przygotowanej foremki (masa będzie raczej rzadka) i wstawić do piekarnika. Piec przez 45 - 50 minut, aż wetknięty patyczek będzie suchy. Wyjąć z piekarnika i ostudzić.
- Po całkowitym ostudzeniu piernik przekroić na pół i przełożyć powidłami. Można bezpośrednio ze słoiczka, ewentualnie w celu zagęszczenia bardziej rzadkich powideł, można umieścić je w rondelku i zagotować z 1 łyżką wody, chwilę pogotować na małym ogniu.
- Przełożony piernik polać polewą: w rondelku zagotować śmietankę, odstawić z ognia, dodać kawę i wymieszać do rozpuszczenia, następnie dodać połamaną na kosteczki lub drobno posiekaną czekoladę i mieszać aż całkowicie się rozpuści. Polewę ostudzić.

Przełożenie:

- kilka łyżek powideł śliwkowych

Polewa:

- 1/3 szklanki śmietanki kremówki 30% - 36%
- 1 łyżka kawy zbożowej np. Inki
- 100 g ciemnej czekolady

Na wesoło

ŻART NUMERU

Magia szpilek:

zakładasz i czujesz się atrakcyjna ...
zdejmujesz i czujesz się szczęśliwa ...

Rozmawia 2 kolegów:

- Wczoraj przyszedł mi rachunek za prąd i gaz. Zrobiłem kalkulację: jeśli zimę spędzę na Majorce, wyjdzie mi taniej o 200 zł.

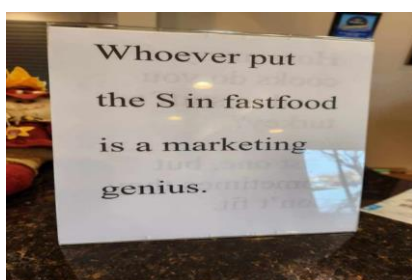
Mąż mówi do żony:

- Ostatnio oglądałem film i mało co się nie posikałem!
- A co, taki był śmieszny?
- Nie, przerw na reklamę nie było.



Mąż, to tak naprawdę
jedyna osoba,
której możesz
powierzyć najskrytsze
sekrety.
Nigdy nikomu nic
nie powtórzy,
bo Cię nie słuchał.

Dowodem na to, że kobieta
kocha bardziej swojego
męża niż dzieci jest fakt,
że zostawi je bez problemu
z sąsiadką,
a męża NIGDY!



Jasiu biegnie do taty:

- Tato, dziś była kartkówka i ja nie popełniłem żadnego błędu ortograficznego!
- Bardzo ładnie Jasiu, a jaki był temat?
- Ułamki!

Żona do męża:

- Chciałabym być twoją gazetą!
- Dlaczego?
- Zwracałbyś na mnie więcej uwagi!
- No ale wiesz, codziennie mam nową.

Bieżący numer oraz wcześniejsze numery infoWIM są dostępne na stronie intranetowej WIM - [link](#)

infoWIM
newsletter

WOJSKOWY INSTYTUT MEDYCZNY - PAŃSTWOWY INSTYTUT BADAWCZY
ul. Szaserów 128, Warszawa
Małgorzata Złotkowska

tel. 261.817.721, kom. 885 570 422
e-mail: infowim@wim.mil.pl