



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

infoWIM

Grudzień 2021

PHOTO FLASH

Na dobry początek

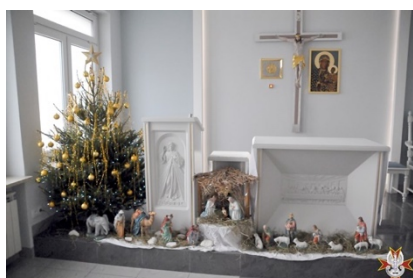
Boże Narodzenie 2021



Płatki
śniegu

Topnieją na
rozgrzanej dłoni

Dziewczynki
z zapalkami



Nie siedzi
już
na ulicy

Wyszła
na spacer
z psem



Owinięta
w ciepły
szal

Szczęśliwe
zakończenia
wciąż pozostają
w cenie



Robert Baranowski – Archiwum Medyczne WIM

Koronawirus: szczepienia i ważne informacje

OBOWIĄZEK SZCZEPIEŃ P/COVID-19 DLA PRACOWNIKÓW SZPITALA

Szanowni Państwo,

Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 22 grudnia 2021 r. (Dz.U. 2021 poz. 2398; link: <https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2398>), wszyscy pracownicy podmiotów wykonujących działalność leczniczą podlegają obowiązkowi szczepień



**Punkt szczepień p/COVID-19
dla dzieci**



przeciwko COVID-19. Przedmiotowy obowiązek, którego efektem będzie otrzymanie unijnego cyfrowego zaświadczenia COVID, należy zrealizować w terminie nie późniejszym niż do dnia 1 marca 2022 r.

W związku z powyższym proszę wszystkich pracowników WIM, którzy nie poddali się do tej pory szczepieniu p/COVID, lub którym w najbliższym czasie wygaśnie ważność unijnego cyfrowego zaświadczenia COVID, o umówienie wizyty w Punkcie Szczepień WIM (przez formularz rejestracyjny dostępny na stronie <https://wim.mil.pl/pacjent/szczepienia-p-covid-19>).

Osoby o których mowa w § 12b. przedmiotowego rozporządzenia mogą zgłosić się do Punktu Szczepień WIM w celu przeprowadzenia odpowiedniej procedury weryfikacyjnej.

*Płk dr n. med. Artur BACHTA
Zastępca Dyrektora Instytutu – Komendant Szpitala*

W WIM SZCZEPIMY DZIECI W WIEKU 5-11 LAT P/COVID-19

Informujemy, że Wojskowy Instytut Medyczny rozpoczął szczepienia dzieci w wieku 5-11 lat. Nie zwlekaj i zarejestruj swoją pociechę na szczepienie przeciw COVID-19. Mali pacjenci otrzymają preparat Comirnaty (Pfizer-BioNTech) w przystosowanej dla dzieci dawce – 10 mikrogramów.

Każde szczepienie to krok w stronę zwalczania pandemii, a jednocześnie wyraz troski o bezpieczeństwo swoje i innych! Wypełnij [formularz zgłoszeniowy](#).

Szczepienia odbywają się w Budynku Głównym, piętro III, gabinet nr 307, od poniedziałku do piątku w godz. 8:00 - 13:00. Szczepienia wykonuje zespół Kliniki Pediatrii, Nefrologii i Alergologii Dziecięcej WIM.

Przy wejściu do budynku głównego, od ulicy Szaserów, prosimy kierować się na prawo do windy przy kawiarni Inmedio Cafe.

Więcej: <https://www.gov.pl/web/szczepimysie/dzieci-5-11>

MONOGRAFIA „COVID-19 I JEGO POWIKŁANIA – PRZYPADKI KLINICZNE„

Od około dwóch lat cały świat zmaga się z pandemią wywołaną SARS-CoV-2. Zakażenie tym wirusem prowadzi do rozwoju COVID-19. Choroba zwykle przebiega łagodnie, ale w przypadku rozwoju ciężkiego zapalenia płuc i w jego konsekwencji zespołu ostrej niewydolności oddechowej (ARDS – Acute Respiratory Distress Syndrome), pomimo stosowania wysokoprzepływowej tlenoterapii, mechanicznej wentylacji, czy pozaustrojowej oksygenacji membranowej (ECMO – Extra Corporeal Membrane Oxygenation) często kończy się zgonem.

Klinika Chorób Infekcyjnych i Alergologii WIM od marca 2020 r. przez 15 miesięcy zajmowała się diagnostyką i leczeniem chorych na COVID-19, zarówno w pierwszej, drugiej oraz trzeciej fali pandemii.



Duży wzrost liczby zachorowań w końcu 2020 r. i na początku 2021 r., wymusił konieczność przekształcenia także innych klinik WIM, w tym: Kliniki Chorób Wewnętrznych, Pneumonologii, Alergologii i Immunologii Klinicznej, Kliniki Chorób Wewnętrznych i Reumatologii, Kliniki Chorób Wewnętrznych, Nefrologii i Dializoterapii w tzw. kliniki covidowe. Hospitalizowani chorzy pozostawali często w ciężkim stanie, obserwowano trudne do przewidzenia powikłania.

Dlatego też ten ciekawy materiał kliniczny posłużył do przedstawienia ich opisu w formie rozdziałów książkowych. Monografia **[„COVID-19 i jego powikłania – przypadki kliniczne”](https://pzwł.pl/COVID-19-i-jego-powiklania-przypadki-kliniczne)** przygotowana **pod redakcją dr. hab. n. med. Andrzeja Chciałowskiego, prof. WIM, oraz prof. dr. hab. n. med. Jerzego Kruszewskiego**, przedstawia doświadczenia zespołów WIM oraz kilku innych krajowych ośrodków zajmujących się leczeniem chorych na COVID-19, żywiąc nadzieję, że wzbogaci ona wiedzę przede wszystkim lekarzy, którzy obecnie angażują się w walkę z pandemią lub będą się angażować w przyszłości.

Ilustruje jak indywidualnie różny może być przebieg kliniczny zakażenia SARS-CoV-2 i jak różne mogą być odległe konsekwencje przebycia COVID-19. Pokazuje jak rozwijająca się wiedza i gromadzone doświadczenia wpływały na doskonalenie diagnostyki i postępowanie terapeutyczne nie tylko COVID-19, ale także bardzo różnych jego powikłań np. zakrzepowo-zatorowych, nerkowych, płucnych, endokrynologicznych itd. Podkreśla też szczególne trudności występujące u chorych leczonych również z powodu innych przewlekłych chorób jak nowotwory, choroby układu krążenia czy zakażenie HIV, którzy rozwinęli COVID-19. Wyzwaniom jakie niesie ciężko przebiegający COVID-19 może stawić czoło tylko wszechstronnie przygotowany personel medyczny.

Z dydaktycznego punktu widzenia, istotnym walorem monografii jest załączony bogaty materiał zdjęciowy.

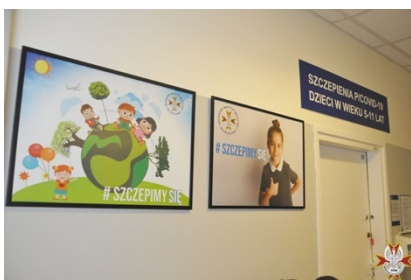
Godnym podkreślenia jest fakt, że autorami rozdziałów publikacji jest grono ponad 50 wybitnych specjalistów klinicznych z Polski, rekrutujących się z ośrodków uniwersyteckich i instytutów medycznych w tym kierowanych przez prof. Horbana, prof. Simona, prof. Piekarską, prof. Śladka, prof. Fala oraz kierowników wspomnianych wcześniej klinik WIM-owskich, zajmujących się leczeniem chorób zakaźnych, chorób płuc i intensywnej terapii, którzy pozytywnie odpowiedzieli na naszą inicjatywę.

Mamy też nadzieję, że zawarte w tym opracowaniu obserwacje kliniczne i wiedza mają charakter na tyle interdyscyplinarny, że zainteresują nie tylko lekarzy specjalizujących się w chorobach zakaźnych, chorobach wewnętrznych, hematologii, chorobach płuc oraz anestezjologii i intensywnej terapii, ale także pediatrii i medycynie rodzinnej.

Książka dostępna pod linkiem: <https://pzwł.pl/COVID-19-i-jego-powiklania-przypadki-kliniczne.168299778.p.html>

Od dyrekcji

SZCZĘŚLIWEGO NOWEGO ROKU



Awanse na wyższe stopnie oficerskie



AWANSE NA STOPIEŃ PUŁKOWNIKA

13 grudnia 2021 r. Dyrektor WIM gen. dyw. Grzegorz Gielerak na podstawie decyzji Ministra Obrony Narodowej Nr 3405 z dnia 24.11.2021r. **wręczył awanse na stopień Pułkownika:**

na podstawie decyzji Ministra Obrony Narodowej Nr 3405 z dnia 24.11.2021r.

Panu płk. Jackowi DOŃCOWI – wyznaczonemu (z dniem 13 grudnia br.) na stanowisko **Zastępcy Komendanta CSK MON WIM**, którego zakres obowiązków obejmuje m.in koordynację i nadzór diagnostyki i zabiegowego leczenia onkologicznego oraz wdrażanie zaawansowanych technik robotycznych i telemedycznych w WIM.

Płk Doniec zawodową służbę wojskową w WIM pełni od 05.07.1999 r. Posiada stopień naukowy doktora nauk medycznych (2018), tytuł specjalisty z położnictwa i ginekologii (2005) oraz tytuł specjalisty z ginekologii onkologicznej (2010). Dodatkowo pełni czasowo obowiązki kierownika Centrum Chirurgii Robotycznej WIM.

na podstawie decyzji Ministra Obrony Narodowej Nr 3405 z dnia 24.11.2021r.

Panu płk. Marcinowi MOŻAŃSKIEMU – wyznaczonemu na stanowisko Szefa Oddziału w Klinice Anestezjologii i Intensywnej Terapii WIM.

Płk Możański zawodową służbę wojskową w WIM pełni od 01.05.2004 r. Posiada stopień naukowy dr n. med. (2013) i tytuł specjalisty z anestezjologii i intensywnej terapii (2006). Obowiązki służbowe wykonuje w Klinice Anestezjologii i Intensywnej Terapii WIM.

AWANSE NA STOPIEŃ MAJORA

Dyrektor WIM gen. dyw. prof. dr. hab. n. med. Grzegorz Gielerak wręczył awanse na stopień Majora:

na podstawie decyzji Ministra Obrony Narodowej nr 3164 z dnia 03.11.2021 r.,



Panu mjr Łukaszowi ROBAKOWI – starszemu asystentowi Kliniki Neurochirurgii WIM.

Mjr Robak zawodową służbę wojskową w WIM pełni od 01.10.2013 r. Posiada tytuł specjalisty z neurochirurgii (2021).



na podstawie decyzji Ministra Obrony Narodowej nr 3404 z dnia 24.11.2021

Panu mjr. Krzysztofowi ZARZYCKIEMU – starszemu asystentowi Klinicznego Oddziału Czaszkowo-Szczękowo-Twarzowego Kliniki Otolaryngologii i Onkologii Laryngologicznej WIM.

Mjr Zarzycki zawodową służbę wojskową w WIM pełni od 04.09.2017 r. Posiada tytuł specjalisty z chirurgii szczękowo – Twarzowej (2021).

Obowiązki służbowe wykonuje w Klinice Otolaryngologii i Onkologii Laryngologicznej z Kliniknym Oddziałem Chirurgii Czaszkowo-Szczękowo-Twarzowej WIM.



ALBUM WIM „PRIORYTETY INNOWACJE PRZYSZŁOŚĆ”

Z okazji 25-lecia współpracy Wojskowego Instytutu Medycznego ze spółką AGAT SA Prezes Spółki Pan Zbigniew Winkiel w podziękowaniu sfinansował wydanie albumu prezentującego potencjał WIM pn: „Priorytety Innowacje Przyszłość”.



Album WIM „Priorytety Innowacje Przyszłość” jest dostępny w wersji elektronicznej pod linkiem: <https://cloud.wim.mil.pl/index.php/s/2y6zsCr7J83KjaH>.

Książka dostępna jest w Biurze Dyrektora WIM oraz w Bibliotece Naukowej WIM.

Wszystkim Państwu, którzy współpracowali nad przygotowaniem albumu serdecznie dziękujemy.



ZWIĘKSZENIE LICZBY MIEJSC SZKOLENIOWYCH W DZIEDZINIE GASTROENTEROLOGII

Informujemy, iż przygotowany przez Wojskowy Instytut Medyczny wniosek o zwiększenie liczby miejsc szkoleniowych w dziedzinie gastroenterologii został pozytywnie zaopiniowany przez Zespół Ekspertów CMKP i z dniem 22 grudnia 2021 roku Klinika Gastroenterologii i Chorób Wewnętrznych WIM otrzymała 3 dodatkowe miejsca specjalizacyjne.

Łącznie Klinika dysponuje 13 miejscami specjalizacyjnymi. Akredytacja przyznana jest na okres 5 lat tj.: do 21 grudnia 2026 r.



ZWIĘKSZENIE LICZBY MIEJSC SZKOLENIOWYCH W DZIEDZINIE NEUROLOGII

Informujemy, iż wniosek o zwiększenie liczby miejsc szkoleniowych w dziedzinie neurologii został pozytywnie zaopiniowany przez Zespół Ekspertów CMKP i z dniem 13 grudnia 2021 roku Klinika Neurologiczna WIM otrzymała 5 dodatkowych miejsc - łącznie dysponuje 21 miejscami specjalizacyjnymi.

Akredytacja przyznana została na okres 5 lat tj.: do 12 grudnia 2026 r.





LOMTI WIM W ERA-NET NEURON

Projekt Konsorcjum [„Accelerating Research on Neurodevelopmental Channelopathies: from Bench to Bedside”](#), otrzymał finansowanie w konkursie [ERA-NET NEURON](#).

WIM to jedyna polska instytucja, która jest wśród laureatów konkursu. **Kierownikiem projektu jest dr Leszek Lisowski z LOMiTI.** Celem projektu jest poznanie molekularnych mechanizmów zaangażowanych w etiologię dwóch ultrazadkich i ciężkich zaburzeń neurorozwojowych ludzi związanych z mutacjami w genie NALCN.

Celem projektu jest poznanie molekularnych mechanizmów zaangażowanych w etiologię dwóch ultrazadkich i ciężkich zaburzeń neurorozwojowych ludzi związanych z mutacjami w genie NALCN oraz opracowanie innowacyjnych strategii ich leczenia.

Projekt ten obejmuje połączenie unikalnej i uzupełniającej się wiedzy i doświadczenia różnych międzynarodowych laboratoriów (Francja, Hiszpania, Dania, Polska). Projekt oparty jest o wykorzystanie oryginalnych modeli komórkowych i zwierzęcych, a także bardzo bliską współpracę z klinicystami.

Plan pracy obejmuje 3 pakiety robocze. Pierwszy z nich ma na celu rozszyfrowanie właściwości lokalizacyjnych i regulacyjnych NALCN w celu dostarczenia nowych informacji na temat jej fizjologicznych ról. Zadania drugiego pakietu skupiają się na rozszyfrowaniu defektów patofizjologicznych zarówno w modelach zwierzęcych jak i u pacjentów. Trzeci pakiet zawiera zadania polegające na opracowaniu zarówno farmakologicznych, jak i genowych (**zespół dr. Leszka Lisowskiego z Laboratorium Onkologii Molekularnej i Terapii Innowacyjnych WIM**) podejść terapeutycznych do leczenia pacjentów.

Wyniki projektu będą rozpowszechniane poprzez publikacje w czasopismach naukowych o wysokim współczynniku wpływu z otwartym dostępem, a także za pośrednictwem Fundacji Libellas, organizacji non-profit wspierającej pacjentów, której celem jest poprawa jakości życia dzieci dotkniętych chorobą objętą projektem. Wszystkie procedury i szczegółowe dane wygenerowane w ramach projektu zostaną także poddane ocenie wraz z urzędami ds. własności intelektualnej każdej instytucji partnerskiej w celu oszacowania wartości patentowej lub możliwości nawiązania partnerstwa naukowo-przemysłowego z firmami.

Więcej na [ERA-NET NEURON - The Network of European Funding for Neuroscience Research](#)

Minione wydarzenia

WRĘCZENIE ODZNAK PAMIĄTKOWYCH WIM

Dyrektor WIM gen. dyw. prof. Grzegorz Gielerak wraz z zastępcą Dyrektora WIM ds. Naukowych płk. prof. Markiem Rękasem wręczył najwyższe wyróżnienia instytutu - odznaki pamiątkowe.

Odznaka jest formą uhonorowania żołnierzy i pracowników za nienaganną służbę i pracę oraz osób szczególnie zasłużonych dla WIM. Odznaczeni, tą wyjątkową nagrodą przyznaną przez Dyrektora WIM, zasłużyli się swoją nienaganną pracą, zaangażowaniem i odwagą w walce z pandemią COVID-19.



Wręczenie odznak pamiątkowych WIM



Szanowni Państwo,

Odnaka Honorowa WIM jest ustanowionym blisko dwie dekady temu wyróżnieniem –najwyższą formę podziękowania instytutu wobec jego pracowników. Możliwie najbardziej czytelnym sposobem wyrażenia przez społeczność jednostki uznania w godnej, indywidualnej formie.

Nie ma więc przypadku w tym, że pomimo rygorów pandemicznych dotyczących sposobu oraz warunków organizacji spotkań dzisiejsza uroczystość odbywa się w tym właśnie miejscu i czasie. Dla Kapituły Odznaki Honorowej, w nie mniejszym stopniu również dla mnie, oczywistym było, że okoliczności w jakich od blisko dwóch lat funkcjonuje nasz instytut są tymi szczególnymi, kiedy przymioty pracownika takie jak: uczciwość, zaangażowanie oraz oddanie lepszej sprawie jaką jest troska o przyszłość i dobre imię Wojskowego Instytutu Medycznego mają dziś szczególne znaczenie. Wymagają niebanalnego podkreślenia i wyróżnienia, ujęcia w format dumy oraz szczególnego uznania.

Z tego miejsca za wszystko dobro jakiego Państwo dokonaliście dziękuję – w imieniu własnym, Kapituły Odznaki Honorowej, jak i całego instytutu, który mam zaszczyt formalnie reprezentować.

Dziękuję Państwu, każdemu z osobna, również za to, że zarówno w poprzednich latach, jak i w czasie największej – związanej z obecną pandemią próby potrafiłście uwolnić w sobie pokłady dodatkowej empatii i odpowiedzialności. Równie właściwe są kierowane w Państwa stronę wyrazy najwyższego uznania i podziękowania za osobiste poświęcenie. Każdy z tu obecnych bowiem, bez wyjątku, jest cichym bohaterem wyboru, gdzie często dobro własne ustępowało miejsca nadrzędnym w danej chwili interesom ogółu – potrzebom instytutowej społeczności.

Jednocześnie życzę Państwu – wszystkim wyróżnionym – aby dzisiejsza nagroda zbudowała w Was w pełni zasłużone poczucie satysfakcji, spełnienia, radości i uznania. Tak dla osiągnięć zawodowych, jak i tych pochodzących z każdej innej – bez wyjątku – sfery życia.

Z wyrazami najwyższego szacunku i uznania,

gen. dyw. prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak

Dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego

W uznaniu szczególnych zasług nagrodę pamiątkową Wojskowego Instytutu Medycznego otrzymali:

z Kliniki Dermatologicznej

- Pani lek. Anna Kozera
- Pani Ewa Gielo – pielęgniarka oddziałowa
- Pani Agata Dadacz – pielęgniarka
- Pani Iwona Wocial – opiekun medyczny

z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Pneumonologii, Alergologii i Immunologii Klinicznej

- Marta Warchoń – pielęgniarka oddziałowa

z Kliniki Chorób Wewnętrznych i Reumatologii

- Jolanta Wierzbicka – pielęgniarka
- Dorota Czerwińska - pielęgniarka
- Joanna Kaczmarska – pielęgniarka
- Małgorzata Sobiech – pielęgniarka

z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Nefrologii i Dializoterapii

- prof. dr hab. n. med. Stanisław Niemczyk
- Małgorzata Grząbka – pielęgniarka oddziałowa
- Joanna Sobolewska – pielęgniarka



- Hanna Wójcik – pielęgniarka
- Marzena Sienkiewicz – pielęgniarka
- Liliana Czerska – pielęgniarka
- Jadwiga Powierża – salowa
- Emilia Koziół – salowa

z Oddziału Klinicznego Chirurgii Plastycznej, Rekonstrukcyjnej i Leczenia Oparzeń

- Marzena Stępiak – pielęgniarka oddziałowa

z Kliniki Chorób Infekcyjnych i Alergologii

- ppłk dr n. med. Krzysztof Kłos
- ppłk dr n. med. Michał Abramowicz
- lek. Anna Skibińska
- Anna Szenajch-Chączyńska – pielęgniarka koordynująca
- Joanna Hoffmann – pielęgniarka
- Bożena Kapica – pielęgniarka
- Anna Kucharzewska – pielęgniarka
- Anna Kurdej – pielęgniarka
- Iwona Melnicka – pielęgniarka
- Adam Bocheński – magazynier gospodarczy

z Kliniki Kardiologii i Chorób Wewnętrznych

- płk dr hab. n. med. Paweł Krzesiński
- dr n. med. Robert Wierzbowski
- dr n. med. Katarzyna Piotrowicz
- mjr dr n. med. Mariusz Forys
- Ewa Użarowska – pielęgniarka koordynująca
- Jolanta Łabędzka – pielęgniarka

z Kliniki Kardiochirurgii

- Barbara Bartosiak – pielęgniarka oddziałowa

z Sekcji Higieny i Epidemiologii

- ppłk lek. Karol Warda
- Anna Bogucka – pielęgniarka
- Aneta Patyk – pielęgniarka
- Jolanta Białkowska – pielęgniarka

z Zakładu Diagnostyki Laboratoryjnej

- dr n. med. Aneta Guzek
- Urszula Pyżlak-Serwatka – diagnosta
- Michał Sasin – diagnosta

z Zakładu Transfuzjologii Klinicznej

- dr hab. n. med. Jolanta Korsak
- dr n. med. Agnieszka Rzeszotarska – diagnosta
- dr n. med. Marzena Jesiotr – diagnosta
- Jadwiga Kołacz – st. inspektor
- Ewa Płudowska – st. inspektor

z Kliniki Anestezjologii i Intensywnej Terapii

- lek. Agnieszka Żylińska
- lek. Anna Rychlik
- lek. Ewa Blicharska
- lek. Aleksander Koziarski
- lek. Ewa Leszczyńska



- dr n. med. Bartosz Rustecki
- lek. Dymitr Kochanowski

ze Szpitalnego Oddziału Ratunkowego

- ppłk lek. Anna Roszczyk-Hinc
- Jolanta Kudelska – pielęgniarka oddziałowa
- Lucyna Wąsak – pielęgniarka
- Elżbieta Kalinowska – pielęgniarka



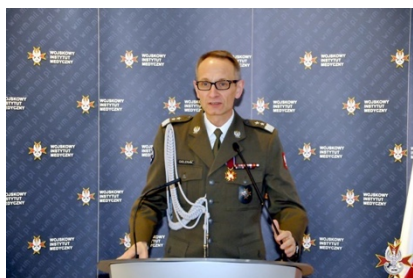
z Zakładu Radiologii Lekarskiej

- dr n. med. Piotr Koziński
- ppłk dr n. med. Arkadiusz Zegadło
- Wiesław Filipiak – technik
- Agnieszka Rutkowska – technik
- Magdalena Krowicka – technik
- Jolanta Niziołek – pielęgniarka
- Beata Malinowska – pielęgniarka
- Ewa Rastawicka – pielęgniarka
- Dorota Tarasiuk – pielęgniarka
- Grażyna Kosowska – salowa



z Kliniki Onkologii

- Izabela Świeczka – pielęgniarka koordynująca



z Apteki Zakładowej

- Gabriela Rybak – zastępca kierownika

PROF. KORZENIEWSKI W AFRYCE



Na przełomie listopada i grudnia 2021 roku **płk prof. dr hab. n. med. Krzysztof Korzeniewski, kierownik Zakładu Epidemiologii i Medycyny Tropikalnej WIM, prowadził badania nad rozpowszechnieniem malarii w Afryce Wschodniej.** Badaniami zostało objętych ponad 500 pacjentów szpitala Al Rahma na Zanzibarze, którego dyrekcja wyraziła zgodę na pełnienie roli gospodarza w projekcie naukowym realizowanym przez WIM. Projekt badawczy pt. **„Analysis of malarial prevalence in Zanzibar”** uzyskał akceptację Komisji Bioetycznej Zanzibar Health Research Institute.



Badania prowadzone w turystycznych destynacjach Afryki często odwiedzanych przez Polaków są prowadzone w ramach projektu pt. **„Analiza rozpowszechnienia gatunków Plasmodium w Afryce Subsaharyjskiej oraz dobór optymalnych metod diagnostycznych w aspekcie zawlekania malarii do Polski”.**

Najbliższe wydarzenia

OTWARCIE CENTRUM WSPARCIA BADAŃ KLINICZNYCH

27 stycznia 2022 roku o godz. 10:00 odbędzie się w Wojskowym Instytucie Medycznym uroczyste otwarcie Centrum Wsparcia Badań Klinicznych.



„Od laboratorium do łóżka pacjenta. Centrum Wsparcia Badań Klinicznych WIM ostatnie ogniwo kompletnego systemu zarządzania zdrowiem i chorobą”.

W programie uroczystości wystąpienia **prezesa Agencji Badań Medycznych** dr. hab. n. med. Radosława Sierpińskiego, **dyrektora WIM** gen. dyw. prof. dr. hab. n. med. Grzegorza Gieleraka, **kierownika CWBK** dr. n. med. Bartłomieja Kisiela oraz zaproszonych gości.



– „Powstanie kolejnego z 16-stu Centrów Wsparcia Badań Klinicznych to wyjątkowa inicjatywa, dzięki której uda nam się utworzyć Polską Sieć Badań Klinicznych. Pozwoli ona w pełni wykorzystać potencjał polskiego sektora badań klinicznych, gdzie badania prowadzone będą na najwyższym poziomie, w komfortowych dla pacjenta warunkach. Centra Wsparcia Badań Klinicznych w ramach Polskiej Sieci Badań Klinicznych będą gwarancją jednolitego standardu realizacji badań oraz wysokiej jakości obsługi pacjentów”.

dr hab. n. med. Radosław Sierpiński



– „W ostatnich latach jesteśmy w Polsce świadkami ogromnego postępu, a jednym z filarów owego postępu są innowacje. Gospodarka innowacyjna to gospodarka skuteczna, konkurencyjna i perspektywiczna. Również polska medycyna potrzebuje innowacyjności, a jednym z kluczowych elementów warunkujących postęp w naukach medycznych jest rozwój rynku badań klinicznych. Wierzymy, że odpowiedzią na tę potrzebę jest Polska Sieć Badań Klinicznych. Wojskowy Instytut Medyczny jest jednym z krajowych liderów medycyny, co też znalazło potwierdzenie w fakcie, że znalazł się w gronie pierwszych dziesięciu Centrów Wsparcia Badań Klinicznych, które weszły w skład PSBK. Idąc w ślad za tym, naszym naturalnym celem jest, aby Instytut w krótkiej perspektywie stał się również jednym z liderów w obszarze badań klinicznych”.

gen. dyw. prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak



– „Wierzymy, że Centrum Wsparcia Badań Klinicznych, posiadające zaplecze infrastrukturalne i kadrowe niezbędne do realizacji badań klinicznych, zapewni Instytutowi dynamiczny rozwój w obszarze badań klinicznych. Naszym celem jest nie tylko zwiększenie ilości prowadzonych badań klinicznych, ale i zapewnienie najwyższych standardów jakościowych. W efekcie korzyści odniesie nauka, Instytut, ale przede wszystkim polscy pacjenci, którzy uzyskają dostęp do innowacyjnych terapii.

dr n. med. Bartłomiej Kisiel



Nasze sukcesy

NOMINACJA PROFESORSKA DLA NAUKOWCA WIM

Miło nam poinformować, że postanowieniem Prezydenta RP z dnia 14 grudnia 2021 r. nominację profesorską w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu otrzymał Pan dr hab. n. med. Andrzej Chciałowski, kierownik - profesor instytutu w Klinice Chorób Infekcyjnych i Alergologii, specjalista chorób wewnętrznych, chorób płuc i alergologii.

Serdecznie gratulujemy! To trzecia w tym roku osoba z naszego Instytutu, która dołączyła do grona profesorów tytularnych.



Prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Andrzej Chciałowski jest naukowcem, specjalistą chorób wewnętrznych, chorób płuc i alergologii, na co dzień pełni funkcję kierownika w Klinice Chorób Infekcyjnych i Alergologii.

Przez 10 lat zajmował się organizacją życia naukowego Instytutu jako Zastępca Dyrektora Wojskowego Instytutu Medycznego ds. Nauki. Zainteresowania naukowe od początku pracy zawodowej dotyczyły szerokiego kręgu zagadnień: patologii układu oddechowego, miejscowego zapalenia dolnych dróg oddechowych z wykorzystaniem metod endoskopowych, diagnostyki i leczenia nowotworów płuc, wpływu zanieczyszczeń powietrza na układ oddechowy oraz sercowo – naczyniowy, pneumonologii interwencyjnej. Był pomysłodawcą innowacyjnej metody doguzowej aplikacji TNF- α z wykorzystaniem bronchofiberoskopu w przypadku całkowitej niedrożności oskrzela jako leczenia paliatywnego z powodu zaawansowanego procesu nowotworowego.

Jest absolwentem Wydziału Lekarskiego Wojskowej Akademii Medycznej w Łodzi (1981). Specjalistą chorób wewnętrznych, chorób płuc, alergologii. Ukończył także studia podyplomowe „Zarządzanie innowacją w sektorze zdrowia” w Akademii Leona Koźmińskiego w Warszawie. Uczestniczy w pracach Rady Głównej Instytutów Badawczych, w której od 2019 roku jest członkiem X kadencji. Jest członkiem Państwowej Komisji Egzaminacyjnej Centrum Egzaminów Medycznych w dziedzinie chorób wewnętrznych, chorób płuc oraz w dziedzinie alergologii. Od roku 2016 r. jest konsultantem Wojskowej Służby Zdrowia ds. obronności w dziedzinie medycyny: alergologia i choroby płuc i prowadzi nadzór merytoryczny nad wykonywanymi badaniami w wojskowych placówkach oraz rozwojem fachowym ich pracowników. Jest członkiem Rady Naukowej Wojskowego Instytutu Medycznego oraz Instytutu Gruźlicy i Chorób Płuc w Warszawie.

W latach 2014-2018 był członkiem Rady Naukowo-Przemysłowej przy Sekretarzu Stanu w Ministerstwie Obrony Narodowej, która wspierała proces opiniowania spraw z zakresu działalności naukowo-badawczej i rozwojowej dotyczącej sprzętu wojskowego i usług na potrzeby Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej. Wcześniej (2011-2014) był także członkiem Zespołu Naukowo-Przemysłowego Rady Uzbrojenia, opiniował wnioski o tematyce medyczno-technicznej dotyczące sytuacji kryzysowych w konkursach na rzecz obronności i bezpieczeństwa państwa. Do 2020 roku był konsultantem Wojskowej Służby Zdrowia w dziedzinie chorób płuc i alergologii.

Jest wykładowcą na kursach organizowanych przez Centrum Medyczne Kształcenia Podyplomowego zwłaszcza w zakresie alergologii, pneumonologii i procedur bronchofiberoskopowych. Członek Europejskiego Towarzystwa Oddechowego oraz Towarzystwa Chorób Płuc, w którym sprawuje funkcję członka Głównej Komisji Rewizyjnej. Należy do kolegów redakcyjnych wielu cenionych czasopism naukowych.

Profesor Chciałowski zajmuje się również kształceniem młodej kadry. Jest promotorem 6 zakończonych przewodów doktorskich. Był recenzentem 8 rozpraw doktorskich i jednego postępowania habilitacyjnego, kierownikiem specjalizacji aż 29 lekarzy a także opiekunem Studenckiego Koła Naukowego ALERGEN przy Klinice Chorób Infekcyjnych i Alergologii, w którym członkami są studenci Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego.

Oprac. Dorota Poleć, Pion Nauki



DYPLOM CZŁONKA HONOROWEGO PTF DLA PROF.DR HAB. N. MED. KARINY JAHNZ-RÓŻYK

Zarząd Towarzystwa na mocy Statutu Stowarzyszenia i zgodnie z uchwałą Walnego Zgromadzenia Członków z dnia 1 marca 2021 roku wyniósł do godności Członka Honorowego **prof. dr hab. n. med. Karinę Jahnz-Różyk**

Pani Profesor otrzymała Dyplom Członka Honorowego Polskiego Towarzystwa Farmakoekonomicznego za wybitnie zasługi dla wspomagania rozwoju i działalności Towarzystwa oraz farmakoekonomiki jako dziedziny nauki.

[Zobacz dyplom Członka Honorowego Polskiego Towarzystwa Farmakoekonomicznego dla prof. Karina Jahn-Różyk](#)

PIERWSZY PRZESZCZEP WARSTWOWY TYLNY ROGÓWKI TYPU DMEK W KLINICE OKULISTYKI WIM

Klinika Okulistyki w listopadzie br. do swojego repertuaru zabiegów okulistycznych wprowadziła nowy standard przeszczepów, przeprowadzając pierwsze zabiegi metodą DMEK, jako jedna z dwóch pierwszych klinik w Polsce i pierwsza w Warszawie. Przeszczep metodą DMEK pozwala uzyskać lepsze wyniki ostrości wzroku, szybszą rehabilitację i niższy odsetek odrzutu przeszczepu w porównaniu do przeprowadzanej do tej pory keratoplastyki tylnej typu DSAEK.

Niewydolność śródbłonka rogówki prowadzi do ślepoty z powodów rogówkowych. Śródbłonek i błona podstawna zwana błoną Descemeta to najbardziej wewnętrzna warstwa rogówki oddzielająca ciecz wodnistą od istoty właściwej rogówki. Komórki śródbłonka uszkodzone w wyniku powikłań chirurgii wewnątrzgałkowej lub chorób śródbłonka obumierają i niestety nie mają potencjału proliferacyjnego.

Przy znacznym uszkodzeniu i zmniejszeniu liczby komórek śródbłonka dochodzi do nieodwracalnego obrzęku rogówki, gdyż główną funkcją komórek śródbłonka jest odwadnianie istoty właściwej rogówki. Pierwszym objawem sugerującym niewydolność komórek śródbłonka jest widzenie przez mgłę szczególnie po nocy, które mija samoistnie w ciągu dnia. Kliniczny stan musi być w tym przypadku zweryfikowany w trakcie badania okulistycznego.

W leczeniu niewydolności komórek śródbłonka stosuje się przeszczepy warstwowe tylne rogówki do których należą:

1. **DSAEK** (Descemet Stripping Automated Endothelial Keratoplasty). W tego typu operacji komórki śródbłonka przeszczepia się wraz z warstwą istoty właściwej rogówki o grubości 40-100 um. Z powodu obecności warstwy istoty właściwej dawcy istnieje ryzyko odrzutu przeszczepianej tkanki na poziomie 2% wykonanych operacji.
2. **DMEK** (Descemet Membrane Endothelial Keratoplasty). W tym przypadku przeszczepia się komórki śródbłonka wraz z błoną podstawną zwaną błoną Descemeta. Grubość przeszczepu w tym przypadku nie jest większa niż 10-15 um. Ryzyko odrzutu w tym przypadku praktycznie nie istnieje.

W Wojskowym Instytucie Medycznym w Warszawie wśród wszystkich przeszczepów rogówki jakie wykonywaliśmy 80% wykonywano metodą DSAEK, a pozostałe przeszczepy to przeszczepy pełnościenne. W listopadzie 2021 roku do naszego



repertuaru wprowadziliśmy nowy standard jako jedna z dwóch pierwszych klinik w Polsce i pierwsza w Warszawie przeprowadzając pierwsze zabiegi metodą DMEK.

Nowa metoda przeszczepu komórek śródbłonna umożliwia kwalifikację do zabiegu na wcześniejszym etapie rozwoju niewydolności komórek śródbłonna w dystrofii Fuchsa, dystrofii polimorficznej tylnej czy jatrogennych uszkodzeniach związanych z operacjami wewnątrzgałkowymi. Przeszczep metodą DMEK pozwala uzyskać lepsze wyniki ostrości wzroku, szybszą rehabilitację i niższy odsetek odrzutu przeszczepu w porównaniu do przeprowadzanej do tej pory keratoplastyki tylnej typu DSAEK.

DELEGACI OZL OIL IX KADENCJI

Mamy przyjemność poinformować iż w wyniku wyborów przeprowadzonych w okręgu Szaserów (A) delegatami na **Okręgowy Zjazd Lekarzy Okręgowej Izby Lekarskiej w Warszawie IX kadencji 2022-2026** zostali:

Michał Głogowski z COVID-OIT Szpitala Modułowego WIM
Aleksandra Herbet z Kliniki Anestezjologii i Intensywnej Terapii WIM
Andrzej Michałowski z COVID-OIT Szpitala Modułowego WIM

Kandydaci dziękują za udział w wyborach oraz licznie oddane głosy.

https://izba-lekarska.pl/wp-content/uploads/2021/12/obwieszczenie-04_wyniki-wyborow_tura-I.pdf

PIERŚCIEŃ SG WP DLA GEN. DYW. REZ. SŁAWOMIRA PĄCZKA

Zastępca Dyrektora WIM ds. Finansowych gen. dyw. rez. Sławomir Pączek wyróżniony w roku 2018 „Medalem 100-lecia ustanowienia Sztabu Generalnego WP” w dniu 29 listopada br. otrzymał z rąk zastępcy Szefa SG WP gen. dyw. Dariusza Pluty [pierścień pamiątkowy Sztabu Generalnego WP](#).

W chwili otrzymania pierścienia wyróżniony podkreślił, że „**wieloletnia służba w centralnej instytucji wojskowej jest olbrzymim wyzwaniem intelektualnym, szkołą życia i zaszczytem**”

W 2021 roku Szef SG WP podjął decyzję o ustanowieniu pierścienia pamiątkowego dla oficerów pełniących służbę w Sztabie Generalnym WP, którzy w istotny sposób przyczynili się do realizacji misji i zadań wyznaczonych tej instytucji oraz krzewią dobre imię Sztabu Generalnego WP.

25 października 1918, w Warszawie, Rada Regencyjna Królestwa Polskiego ustanowiła urząd Szefa Sztabu Wojsk Polskich, który 28 października objął generał porucznik Tadeusz Rozwadowski. Od tej chwili Sztab Generalny Wojska Polskiego pełnił kluczową rolę w dowodzeniu Siłami Zbrojnymi RP, realizował i realizuje zadania w zakresie planowania strategicznego i opracowania planów operacyjnych oraz tworzy programu rozwoju i modernizacji wojska. Sztab Generalny WP podejmuje także zadania w zakresie planowania rozwoju zdolności do zabezpieczenia medycznego wojsk, w tym modernizacji szpitali wojskowych. Z okazji 100-lecia



istnienia Sztabu Generalnego WP, decyzją Ministra ON Nr 179/MON z 2017 roku, wydano odznakę okolicznościową „Medal 100-lecia ustanowienia Sztabu Generalnego Wojska Polskiego”.

Informacje Wydziału Prawnego

NAJNOWSZE ZMIANY W PRZEPISACH PRAWNYCH

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 15 grudnia 2021 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2400>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 22 grudnia 2021 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie ogłoszenia na obszarze Rzeczypospolitej Polskiej stanu epidemii.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2398>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 17 grudnia 2021 r. w sprawie wzorów dokumentów: **Prawo wykonywania zawodu lekarza, Prawo wykonywania zawodu lekarza dentysty.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2374>

Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 20 grudnia 2021 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie wsparcia uczestników obrotu gospodarczego poszkodowanych wskutek pandemii COVID-19.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2371>

Ustawa z dnia 17 listopada 2021 r. o zmianie ustawy o szczególnych rozwiązaniach **związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych oraz niektórych innych ustaw.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2368>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 2 grudnia 2021 r. w sprawie programu **pilotażowego przeglądu leków.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2342>

Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 16 grudnia 2021 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2330>

Ustawa z dnia 2 grudnia 2021 r. o zmianie ustawy o szczególnych rozwiązaniach **związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych oraz niektórych innych ustaw.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2317>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 13 grudnia 2021 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie kwalifikacji osób przeprowadzających badania kwalifikacyjne i szczepienia ochronne przeciwko COVID-19.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2306>





Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 13 grudnia 2021 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie metody zapobiegania COVID-19.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2305>



Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 16 grudnia 2021 r. w sprawie określenia dłuższego okresu pobierania zasiłku opiekuńczego w celu przeciwdziałania COVID-19.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2332>



Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 16 grudnia 2021 r. w sprawie określenia dłuższego okresu pobierania dodatkowego zasiłku opiekuńczego w celu przeciwdziałania COVID-19.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2331>



Obwieszczenie Ministra Obrony Narodowej z dnia 9 listopada 2021 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Obrony Narodowej w sprawie powoływania do zawodowej służby wojskowej.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2337>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 23 listopada 2021 r. w sprawie programu pilotażowego oddziaływań terapeutycznych skierowanych do dzieci i młodzieży problemowo korzystających z nowych technologii cyfrowych oraz ich rodzin.

<https://www.dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2253>



Obwieszczenie Prezesa Rady Ministrów z dnia 19 listopada 2021 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Rady Ministrów w sprawie ustanowienia odznaki honorowej „Za zasługi dla ochrony zdrowia”, ustalenia jej wzoru, zasad i trybu nadawania oraz sposobu noszenia.

<https://www.dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2253>



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 10 grudnia 2021 r. w sprawie apteczek okrętowych i apteczek medycznych oraz wzoru karty zdrowia dla marynarza na statku morskim.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2275>

Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 22 listopada 2021 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie trybu przyznawania pracownikom Państwowej Inspekcji Sanitarnej wykonującym czynności kontrolne dodatku specjalnego do wynagrodzenia oraz wysokości tego dodatku.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2243>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 3 grudnia 2021 r. w sprawie kursu reedukacyjnego w zakresie problematyki przeciwalkoholowej i przeciwdziałania narkomanii oraz szczegółowych warunków i trybu kierowania na badania lekarskie lub badania psychologiczne w zakresie psychologii transportu.

<https://www.dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2242>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 2 grudnia 2021 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie Krajowego Rejestru Pacjentów z COVID-19.

<https://www.dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2240>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 18 listopada 2021 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie składu oraz oznakowania suplementów diety.

<https://www.dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2236>



Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 3 listopada 2021 r. **w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie substancji chemicznych, ich mieszanin, czynników lub procesów technologicznych o działaniu rakotwórczym lub mutagennym w środowisku pracy.**

<https://www.dziennikustaw.gov.pl/DU/2021/2235>

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 Wydziału Sprzedaży Świadczeń Medycznych i Analiz

ZAMKNIĘCIE ROKU 2021

W związku ze zbliżającym się zakończeniem roku a tym samym zamknięciem okresu rozliczeniowego, przypominamy o konieczności:

- zakodowania wszystkich świadczeń z roku 2021 w nieprzekraczalnym terminie do **5 stycznia 2022 r.**
- poprawienia wszystkich błędnie sprawozdanych świadczeń - termin do **14 stycznia 2022 r.**

Jednocześnie przypominamy, że wszystkie błędy można wygenerować z poziomu: **Rozliczenia i sprawozdawczość -> Obsługa błędów -> Przegląd problemów**

Informacje Oddziału Administracyjno-Mobilizacyjnego

ZAKTUALIZUJ SWOJE DANE ADRESOWE

Dział Zatrudnienia przypomina pracownikom WIM o obowiązku zgłoszenia aktualizacji swoich danych adresowych w przypadku zmiany miejsca zamieszkania.

Ze względu na zbliżający się okres sporządzania deklaracji podatkowych PIT prosimy wszystkich pracowników u których nastąpiła zmiana miejsca zamieszkania w 2021 r. o zgłoszenie się do Działu Zatrudnienia w celu aktualizacji swoich danych.

Aktualizację można również zgłosić elektronicznie na mail: [dialzatrudnienia@wim.mil.pl](mailto:dzialzatrudnienia@wim.mil.pl). W treści wiadomości prosimy wskazać aktualny adres zamieszkania oraz urząd skarbowy w którym będzie rozliczany PIT za rok 2021 r.

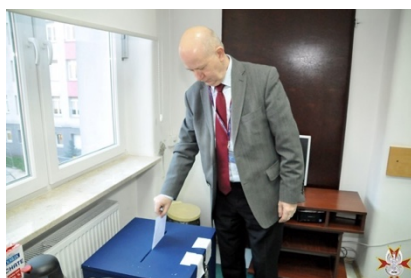
Informacje Pionu Finansowego

ZAMKNIĘCIE OKRESU SPRAWOZDAWCZEGO – GRUDZIEŃ 2021

W nieprzekraczalnym terminie do dnia **5 stycznia br.** (7 stycznia jest dniem wolnym od pracy) prosimy o dostarczenie wszystkich faktur zagranicznych, będących w



Wybory do Komisji Dyscyplinarnej
WIM



posiadaniu komórek organizacyjnych w związku ze złożeniem deklaracji „INTRASTAT” do Urzędu Celnego za miesiąc grudzień 2021.

Natomiast do **14 stycznia br.** prosimy o dostarczenie wszystkich dokumentów księgowych, będących w posiadaniu komórek organizacyjnych, w związku z zamknięciem podatkowym okresu sprawozdawczego za miesiąc grudzień 2021.

Informacje Pionu Nauki

20 PKT ZA PUBLIKACJĘ W LEKARZU WOJSKOWYM

Miło nam poinformować, że kwartalnik wydawany przez Wojskowy Instytut Medyczny pt. „**Lekarz Wojskowy**” znalazł się w ministerialnym wykazie czasopism naukowych ogłoszonym komunikatem Ministra Edukacji i Nauki z dnia 1 grudnia 2021r. **W związku z tym za opublikowany w nim artykuł autorom będzie przyznawanych 20 pkt.**

Natomiast czasopismo „**Otolaryngologia Polska**” znalazło się w ww. wykazie **z powiększonym dorobkiem punktowym i za opublikowany w nim artykuł autorom będzie przyznawanych nie 40 a 100 punktów!**

[Załącznik do komunikatu](#) wykaz czasopism naukowych i recenzowanych materiałów z konferencji międzynarodowych.

[Wykaz dyscyplin przypisanych do czasopism naukowych i materiałów konferencyjnych](#)

Pełną treść komunikatu można znaleźć - [tutaj](#)

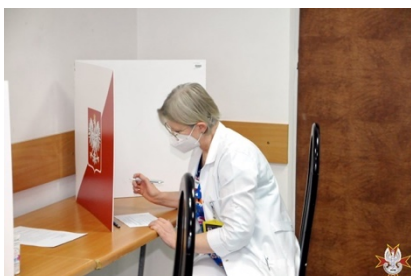
BIBLIOTEKA NAUKOWA WIM - KOMUNIKAT

Informujemy, iż w ramach zawartego porozumienia dotyczącego wymiany międzybibliotecznej z **Wyższą Szkołą Gospodarki Euroregionalnej** do zbiorów **naszej biblioteki naukowej wpłynęły pierwsze publikacje z wydawnictwa tej uczelni.** Są to głównie publikacje z dziedziny wojskowości, które doskonale wpisują się w profil naszej biblioteki.

Poniżej zamieszczamy tytuły nabytych książek:

- „**Służby specjalne w systemie bezpieczeństwa państwa**”
- „**Społeczno-kulturowe oddziaływanie mediów w dobie społeczeństwa sieciowego**”
- „**Wykorzystywanie nowoczesnych narzędzi informatycznych w identyfikacji zagrożeń**”
- „**Zarządzanie kryzysowe w świetle transgranicznych zagrożeń Polski**”
- „**Polemologia a obronność i bezpieczeństwo**”

Informacje Wydziału Wsparcia i Zarządzania Projektami



ZROZUMIEĆ REUMATOIDALNE ZAPALENIE STAWÓW

Zapraszamy do programu profilaktyki **reumatoidalnego zapalenia stawów**.

Do **31 grudnia 2022 r. trwa nabór placówek POZ** do projektu, w ramach którego ich pracownicy wezmą udział w bezpłatnym szkoleniu z profilaktyki, diagnozowania i leczenia RZS (punkty edukacyjne). Pacjenci z podejrzeniem RZS otrzymają szybką ścieżkę diagnostyki i badań, a wizyty pacjentów w POZ zostaną sfinansowane ze środków unijnych.

O programie:

Zapraszamy Państwa do współpracy w ramach Ogólnopolskiego Programu Profilaktyki Pierwotnej i Wczesnego Wykrywania Reumatoidalnego Zapalenia Stawów. Program został opracowany z udziałem Ministerstwa Zdrowia i jest finansowany ze środków Unii Europejskiej z Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020.

Celem programu jest poprawa wczesnej wykrywalności RZS w celu zapewnienia utrzymania lub powrotu do aktywności zawodowej chorych na RZS. Realizacja programu obejmuje współpracę lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) ze specjalistą reumatologiem, przyjmującym pacjenta w ośrodku wczesnej diagnostyki zapalenia stawów. W zakresie realizacji projektu lekarz POZ przeprowadza 2 wizyty finansowane w ramach programu. Do wizyt kwalifikują się pacjenci z bólem i obrzękiem przynajmniej jednego stawu na podstawie kryteriów przesiewowych programu.

Więcej: www.wim.mil.pl lub [Ogólnopolski program profilaktyczny](#)

Nasza rozmowa

KLUCZ DO SUKCESU W OKULISTYCE TO ZMIANY ORGANIZACYJNE

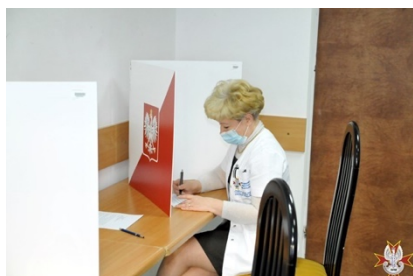
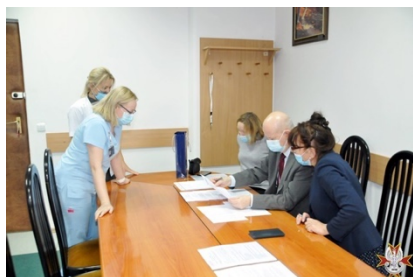
Z prof. Markiem Rękasem, kierownikiem Kliniki Okulistyki WIM w Warszawie, konsultantem krajowym w dziedzinie okulistyki, rozmawia Katarzyna Pinkosz.

W ostatnich latach dokonały się duże zmiany organizacyjne w polskiej okulistyce, dzięki którym zniknęły kolejki do operacji zaćmy. Jak Pan te zmiany ocenia?

Wcześniej pacjent poddawany operacji zaćmy spędzał w szpitalu przeciętnie trzy dni. Teraz mamy system jednodniowy, co spowodowało, że oddziały okulistyczne mogą przyjmować więcej osób, a z drugiej strony obowiązuje bezlimitowe finansowanie zabiegów. Obecnie 97% zabiegów zaćmy odbywa się w systemie jednego dnia. Podobnie jest we Francji, w Niemczech. Powoduje to, że właściwie nie ma kolejek do operacji zaćmy; czas oczekiwania na planową operację to ok. 2-3 miesięcy. Jednak nie oznacza to, że nie czekają nas kolejne wyzwania.

Co wymagałoby zmiany?

Należałoby pilnie zweryfikować opłacalność danego oddziału okulistycznego, np. ile powinno się w nim wykonywać rocznie operacji zaćmy, by było to ekonomiczne. Na świecie odnotowujemy trend zmniejszania się liczby oddziałów okulistycznych, ponieważ większość procedur jest wykonywana w ramach Ambulatoryjnej Opieki Specjalistycznej (AOS). Wspólnie z NFZ i MZ pracujemy nad takimi rozwiązaniami.



Jeśli jednak większość procedur będzie wykonywana w ramach AOS, to trzeba będzie reorganizować AOS, by tu skracać kolejki. W okresie pandemii zdarzały się sytuacje, gdy mimo że szpitale miały możliwość wykonywania operacji, to ich nie przeprowadzały, gdyż np. pacjent nie mógł dostać skierowania od okulisty, skoro wizyty odbywały się głównie w formie teleporady. A przecież chorego trzeba wcześniej zbadać, by stwierdzić, że np. ma zaćmę. Duże zmiany udało się również wprowadzić w leczeniu zwyrodnienia plamki żółtej związanego z wiekiem (AMD). Polscy okuliści niedawno zostali bardzo docenieni na świecie, jeśli chodzi o organizację leczenia tego schorzenia. Zaćma jest główną przyczyną ślepoty w krajach rozwijających się; operacje zaćmy są najczęściej wykonywanymi zabiegami na świecie. W krajach rozwiniętych, do których zalicza się także Polskę, główną przyczyną utraty wzroku jest jednak AMD. W większości krajów leczy się pacjentów z AMD zgodnie z wytycznymi towarzystw naukowych. W Polsce oczywiście też, jednak funkcjonują również programy lekowe, które narzucają pewne standardy. W naszym kraju już od kilku lat istnieje program leczenia AMD, nad którego realizacją czuwa zespół koordynacyjny. Obecnie mamy regularnie leczonych ok. 27 tys. pacjentów, mamy też kontrolę nad jakością terapii w poszczególnych ośrodkach okulistycznych: można to sprawdzić na stronach WIM. W przypadku AMD również nie ma kolejek do rozpoczęcia terapii. Niestety, zdarzają się ośrodki, które nie realizują kontraktu na leczenie.

Dlaczego?

W dużej części leczenie AMD jest prowadzone w ośrodkach prywatnych i opłacane przez pacjenta, mimo dobrego finansowania z NFZ. Regulatorami są tu sami lekarze, którzy pracują w dwóch systemach: publicznym i prywatnym. Ten problem dobrze pokazuje program leczenia cukrzycowego obrzęku plamki (DME), który właśnie wchodzi w życie. **Cukrzycowy obrzęk plamki to - po zaćmie i AMD - trzecia jednostka chorobowa pod względem ważności populacyjnej w okulistyce.** Dwa miesiące temu zostały ogłoszone konkursy na realizację programu. Dzięki wiceministrowi Miłkowskiemu udało się znaleźć fundusze, dlatego że do tej pory to leczenie było możliwe tylko w grupie B84. Dane są zaskakujące, ponieważ w Polsce rośnie liczba pacjentów z cukrzycą, natomiast według danych NFZ liczba pacjentów z cukrzycowym obrzękiem plamki sukcesywnie maleje! Pokazuje to, że są oni leczeni prywatnie. Teraz istnieje już możliwość finansowania programu terapii DME, okazuje się jednak, że wiele klinik do niego nie przystąpiło. To jest problem, który trzeba rozwiązać. Jednym z pomysłów jest zablokowanie kontraktów na leczenie AMD, DME i zaćmę: oddział okulistyczny powinien realizować leczenie w tych trzech obszarach.

Program leczenia cukrzycowego obrzęku plamki to jeden z największych sukcesów 2021 roku?

Tak, ten program to wielki sukces, w ramach programów lekowych jest już możliwe stosowanie najnowocześniejszych leków, zarówno w DME, jak AMD. Na cukrzycowy obrzęk plamki choruje ok. 150 tys. osób w Polsce i 40% tej populacji to osoby przed 40. r.ż., a więc młode, które z powodu pogorszenia widzenia obciążają system ZUS. Leczenie - poprzez podawanie leków z grupy anty-VEGF czy glikokortykosteroidów - prowadzi do zatrzymania choroby, pacjenci będą więc mogli normalnie funkcjonować, pracować. Doświadczenia pokazują, że w krajach, w których takie leczenie zostało wprowadzone, w ciągu 3 lat zniknął problem ślepoty z powodu DME. Tak stało się np. w Anglii. Dodatkowo okazało się, że liczba wykonywanych z powodu cukrzycy kosztownych witrektomii zmalała o mniej więcej 30%.

W okulistyce pojawiają się już pierwsze terapie genowe: to przyszłość czy już teraźniejszość dla chorych?

Czy będzie można wyleczyć choroby prowadzące do utraty wzroku? Mamy już jedną terapię genową w okulistyce, stosowaną w chorobie Lebera (dziedziczna neuropatia nerwu wzrokowego). Jest to choroba plamki, która doprowadza do utraty wzroku, podobnie jak AMD czy DME. W Polsce mamy ok. 20 pacjentów z chorobą Lebera na



różnym etapie jej zaawansowania. Lek podaje się podczas operacji witrektomii w postaci iniekcji podsiatkówkowej. Terapię wystarczy zastosować raz (do każdego oka). Opiniowałem program lekowy dotyczący terapii genowej, obecnie znajduje się on w procesie negocjacyjnym z Ministerstwem Zdrowia. Byłoby dobrze, aby zaczął funkcjonować w Polsce. Staramy się też, żeby niektóre oddziały okulistyczne w naszym kraju stały się centrami referencyjnymi na Europę Środkową: ośrodek w Poznaniu ma już certyfikat do podawania tego typu leków, starają się o niego też dwa inne ośrodki: w Wojskowym Instytucie Medycznym w Warszawie oraz ośrodek w Lublinie. Choroba Lebera, podobnie jak inne zaburzenia dotyczące siatkówki, to choroba zwyrodnieniowa. Jeśli stwierdzamy brak genu, który ją powoduje, powinno się jak najszybciej rozpocząć leczenie, by nie doszło do dużych zmian degeneracyjnych siatkówki, co może być nieodwracalne. Konieczna jest też wczesna diagnostyka genetyczna. Na razie nie mamy w tym względzie rozwiązań, często pacjenci sami decydują się wykonać ją na własny koszt. Trzeba dążyć do stworzenia rozwiązań systemowych, jeśli chodzi o tę dziedzinę. Prace nad terapiami genowymi są prowadzone w okulistyce w wielu chorobach, jednak jeśli chodzi o praktyczny punkt widzenia, to na razie tylko w tej jednej jednostce chorobowej pojawiła się szansa leczenia.

Wracając do kwestii organizacyjnych: jakie są najważniejsze kierunki planowanych zmian?

To przede wszystkim wprowadzenie do AOS możliwości wykonywania pewnych procedur, które nie muszą odbywać się w szpitalach. Należy dążyć do likwidacji wielu łóżek szpitalnych, które nie są potrzebne. Łóżka okulistyczne powinny funkcjonować wyłącznie na oddziałach, które prowadzą ostry dyżur, przyjmują pacjentów w trybie pilnym. W Polsce teoretycznie wszystkie oddziały okulistyczne pracują codziennie na dyżurze. To jednak fikcja, ponieważ nie ma tylu lekarzy i personelu okulistycznego, żeby codziennie każdy oddział okulistyczny miał pełną gotowość do zajęcia się pacjentami pilnymi. Nie ma też takiej potrzeby. Większość pacjentów zgłasza się do szpitala z takimi problemami jak zapalenie spojówek, ciała obce w oku i takie interwencje powinny się odbywać w ramach AOS.

Jak udało się realizować procedury okulistyczne w okresie pandemii?

W okresie pandemii bardzo dobrze był realizowany program lekowy leczenia AMD; wyniki naszej kliniki są porównywalne z wynikami najlepszych europejskich ośrodków, np. w Zurichu czy Madrycie. Pokazały one, że sytuacja pacjentów w Polsce jest bardzo dobra - dzięki programom lekowym, które okazały się świetnym rozwiązaniem również na czas pandemii. Zastrzyki były podawane pacjentom przez cały czas, według schematu, nie było żadnych przerw. Dzięki temu nasi pacjenci nie przypłacili pandemii utratą widzenia. W odróżnieniu od wielu krajów Europy, nawet wysoko rozwiniętych, sytuacja w Polsce wygląda pod tym względem bardzo dobrze. Obecnie wchodzi nowy program leczenia DME: jego ramy organizacyjne są podobne jak w przypadku AMD, dlatego mam nadzieję, że sukces tego programu będzie podobny. Pandemia pokazała, że kierunek zmian w okulistyce, który był wprowadzany w ostatnich latach, jest bardzo dobry. To nie tylko program lekowy AMD, ale też np. przestawienie dużej liczby operacji okulistycznych na procedury jednodniowe - myślę tu o zabiegach zaćmy.

A jakie widzi Pan kierunki dalszych zmian w okulistyce?

Zmiany, które już się dokonały, składają się na wizerunek polskiej okulistyki, odpowiadający standardom europejskim i światowym. Dalsze zmiany powinny iść w kierunku centralizacji; trudne zabiegi, takie jak witrektomia, operacje jaskry czy leczenie zmian pourazowych w oku, należy wykonywać w ośrodkach o wyższej referencyjności, mających duże doświadczenie. Z kolei operacje jednodniowe czy programy lekowe mogą być bardzo sprawnie realizowane również w ośrodkach mniejszych, rejonowych. Rozwiązań wymagają kwestie dotyczące przeszczepów rogówek, gdyż pacjenci wciąż muszą czekać 2-3 lata na taki zabieg, przez co choroba



postępuje, a Polsce wciąż zbyt mało wykonuje się przeszczepień warstwowych rogówki - głównie są to zabiegi drażące. Kierowana przez Pana klinika stara się też o to, żeby być ośrodkiem referencyjnym w leczeniu chorób rzadkich w okulistyce. Tak, obecnie jesteśmy jedyną kliniką w Polsce funkcjonującą w europejskiej sieci ośrodków referencyjnych w chorobach rzadkich oczu. W sieci znajduje się już ponad 30 ośrodków z całej Europy. Współpracujemy, konsultując wyniki pacjentów - w myśl zasady, że podróżuje nie pacjent, tylko wyniki jego badań. Staramy się rozwijać w zakresie terapii genowych oraz diagnostyki chorób ukierunkowanych genetycznie. Na razie badania genetyczne możemy wykonywać jedynie na zasadzie projektów naukowych, jednak mamy nadzieję, że będą one także finansowane ze środków publicznych. Czekamy też na możliwość zastosowania terapii genowych. Utrzymywanie dyżurów wszystkich oddziałów jest nieekonomiczne. Oczywiście należy zreformować też obowiązki AOS, zdefiniować rolę okulistów i optometrystów w systemie.

Drugi kierunek zmian to ograniczenie tzw. podróżowania lekarzy po różnych ośrodkach w celu wykonywania zabiegów, np. witrektomii. Każdy oddział okulistyczny stara się mieć możliwość wykonywania takich zabiegów, kupuje kosztowny sprzęt, który później jest rzadko używany. Połowa witrektomii jest wykonywana na małych oddziałach, które przeprowadzają mniej niż 50 operacji rocznie. Nie jest to opłacalne ekonomicznie. Z drugiej strony okuliści, którzy wykonują zabiegi, podróżują po ośrodkach, choć powinni w tym czasie zapewniać bezpieczeństwo pacjentom na swoich własnych oddziałach. W Polsce wykonuje się rocznie ok. 21 tys. witrektomii, 360 tys. operacji zaćmy, 10 tys. jaskry. W tym przypadku też należy się zastanowić, ile oddział powinien wykonać takich operacji, żeby ich jakość była wysoka i żeby to było opłacalne ekonomicznie. Kluczem do poprawy leczenia są więc rozwiązania systemowe. Czy powinny one być przyjęte także w przypadku innych chorób, takich jak zakrzep żyły środkowej siatkówki (CRVO), gałęzi żyły środkowej siatkówki (BRVO)? Tak. Dziś właściwie nie ma już programu leczenia AMD czy DME, tylko jest program terapii chorób siatkówki. Wszystkie leczy się tymi samymi preparatami: anty-VEGF. Na AMD zapada rocznie ok. 150 tys. osób, z których ok. 30 tys. wymaga leczenia, gdyż jest to choroba postępująca. Nieco inaczej jest w przypadku cukrzycowego obrzęku plamki, na który choruje ok. 150 tys. osób. Często są to młodzi ludzie, którzy dzięki leczeniu będą mogli zachować wzrok. Zakrzep żyły środkowej siatkówki to ok. 21 tys. pacjentów rocznie: zwykle konieczne są 2-3 zastrzyki, potem terapia laserem, dzięki czemu następuje wyleczenie. Problemem jest włączenie kolejnej jednostki chorobowej do programu lekowego, czyli znalezienie finansów. Myślę, że to kwestia najbliższej przyszłości: gdy zmiany organizacyjne w okulistyce będą postępować, zobaczymy ich efekty, wówczas łatwiej będzie uzyskać finansowanie dla terapii kolejnych chorób.

WIM w mediach

NIE ODWLEKAJ USUNIĘCIA ZAĆMY!

wrzweśnia.info.pl
28.12.2021 r.

Autoryzowana rozmowa przygotowana przez Stowarzyszenie Dziennikarze dla Zdrowia w związku z bieżącą sytuacją epidemiczną w Polsce i jej konsekwencjami zdrowotnymi w grudniu 2021 r. z prof. drem hab. n. med. Markiem Rękasem, Konsultantem Krajowym w dziedzinie Okulistyki, Kierownikiem Kliniki Okulistyki w Wojskowym Instytucie Medycznym.

Czytaj więcej:



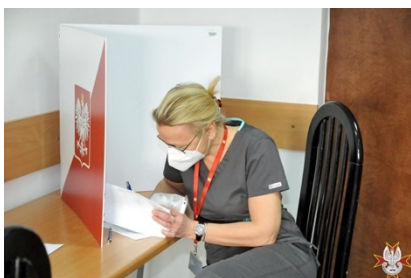
https://wrzesnia.info.pl/pl/636_porady_zdrowotne/17536_nie-odwlekaj-usuniecia-zacmy.html

NASZ SZPITAL – PYTANIA, KTÓRE NIE PADŁY, A NA KTÓRE WARTO ZNAĆ ODPOWIEDŹ

28.12.2021 r.



– Szpital w Legionowie będzie jednostką niemającą swojego odpowiednika w Polsce. Żaden bowiem szpital powiatowy, czy nawet wojewódzki nie jest filią szpitala klinicznego – mówi gen. Grzegorz Gielerak, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie o nowo powstającym szpitalu w Legionowie. Otwarcie nastąpi już 21 stycznia 2022 r.



Jakie czynniki zdecydowały o powstaniu szpitala w Legionowie w jego dzisiejszym kształcie?

Inwestycja pochłonęła na pewno niemałe środki finansowe. Jaka to suma oraz czy coś wiadomo na temat spodziewanych kosztów bieżącej działalności szpitala?

Przy okazji otwarcia szpitala sporo mówi się o opiece kompleksowej i skoordynowanej. Co w praktyce będzie to oznaczać dla pacjentów szpitala w Legionowie?

Czytaj więcej:

<http://toiowo.eu/legionowski-nasz-szpital-pytania-ktore-nie-padly-a-na-ktore-warto-znac-odpowiedz/>

Mikołaj w WIM



PIELĘGNIARKI, SALOWE, OPIEKUNOWIE MEDYCZNI I LEKARZE Z ODZNACZENIAMI ZA WALKĘ Z COVID-19

rynekzdrowia.pl

22.12.2021 r,



We wtorek 21 grudnia odbyło się uroczyste wręczenie najwyższego odznaczenia Wojskowego Instytutu Medycznego. Nagroda została przekazana zarówno żołnierzom, jak i pracownikom Instytutu, którzy "nienagannie i z całkowitym zaangażowaniem" poświęcili się swojej pracy w dobie pandemii COVID-19.

Odznaki zostały wręczone przez dyrektora WIM gen. dyw. prof. Grzegorza Gieleraka oraz zastępcę dyrektora WIM ds. naukowych płk prof. Marka Rękasa.

Czytaj więcej:

<https://www.rynekzdrowia.pl/Serwis-Choroby-Pluc/Pielegniarki-salowe-opiekunowie-medyczni-i-lekarze-z-odznaczeniami-za-walke-z-COVID-19,228070,1022.html>



W PUNKT. SZCZEPIONKI DZIAŁAJĄ PRZECIWKO OMIKRONOWI

tvrepublika.pl

20.12.2021 r.



Liczba mutacji wirusa, która wystąpiła przy wariacie Omikron, rodziła obawy, że dotychczasowe środki zapewniające odporność nie będą działały. - Ale nie wygląda to tak źle, szczególnie jeżeli bierzemy pod uwagę osoby zaszczepione – powiedział gen. dyw. prof. Grzegorz Gielerak, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego w rozmowie z Katarzyną Gójską w programie „W punkt” na antenie TV Republika.

Czytaj więcej:

<https://tvrepublika.pl/W-punkt-Szczepionki-dzialaja-przeciwko-Omikronowi,132390.html>

CO Z ODDZIAŁEM RATUNKOWYM W LEGIONOWSKIM SZPITALU?

gazetapowiatowa.pl

20.12.2021 r.

Bóle w klatce piersiowej i brzucha, duszność, rany i drobne urazy – takimi nagłymi dolegliwościami zajmą się medycy z całodobowej Izby Przyjęć, uruchomionej w filii Wojskowego Instytutu Medycznego (WIM) w Legionowie. W przypadku ostrych stanów kardiologicznych i gastrologicznych chirurdzy zoperują chorych. Natomiast urazy nie będą w tej placówce operowane.

Czytaj więcej:

<https://gazetapowiatowa.pl/wiadomosci/legionowo/powiat-oddzialem-ratunkowym-legionowskim-szpitalu-zawal-serca-wylecza-udar-mozgu-zdiagnozuja/>

JAK LECZĆ CUKRZYCOWY OBRZĘK PŁAMKI?

17.12.2021 r.

diabetyk.org.pl

Cukrzycowy obrzęk płamki może wystąpić na każdym etapie retinopatii cukrzycowej w narządzie wzroku. Polega on na pogrubieniu centralnej części siatkówki spowodowanym płynem pod/czy śródsiatkówkowym. Cukrzycowy obrzęk płamki (DME) jest główną przyczyną spadku widzenia u pacjentów z retinopatią cukrzycową i jego obecność wyraźnie rośnie wraz z czasem trwania cukrzycy. Po pięciu latach odsetek ten waha się w granicach 20-30% wśród osób z retinopatią. Proste badanie dna oka w lampie szczelinowej jest skuteczną metodą wykrywania DME.

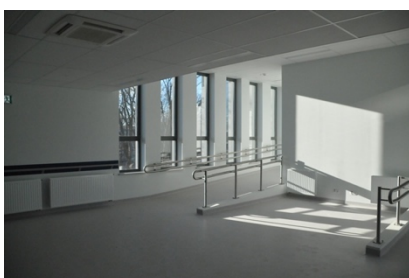
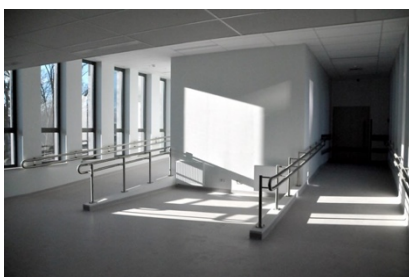
Program lekowy cukrzycowego obrzęku płamki to pierwszy etap leczenia cukrzycowych powikłań jeśli chodzi o okulistykę. Obecne metody leczenia są w 90% skuteczne w zapobieganiu utracie widzenia u pacjentów z retinopatią cukrzycową podkreśla dr n.med. Beata Pawlik z Kliniki Okulistyki, Wojskowego Instytutu Medycznego.

Czytaj więcej:

<https://diabetyk.org.pl/jak-leczyc-cukrzycowy-obrzek-plamki/>



**Inwestycje WIM
Nowa Okulistyka**



ASTMA A SYTUACJA POLSKICH PACJENTÓW

byczdrowym.onfo
16.12.2021 r.

Astma jest chorobą o zmiennych objawach, dlatego sprawia problemy diagnostyczne. Co możemy zrobić, by to zmienić? Na te i wiele innych pytań odpowie nam nasza ekspert dr n. med. Piotr Dąbrowiecki z Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie.

Czytaj więcej:

<https://www.byczdrowym.info/zdrowy-oddech/astma-a-sytuacja-polskich-pacjentow/>

LEGIONOWO. ATAK KOLKI ŻÓŁCIOWEJ ... CHIRURDZY ZE SZPITALA W LEGIONOWIE CI POMOGĄ

gazetapowiatowa.pl
13.12.2021 r.

Kamica żółciowa, zapalenie wyrostka robaczkowego, niedrożność jelit, perforacja przewodu pokarmowego, zapalenie otrzewnej, przepukliny powłok brzucha, wole tarczycowe, guzy piersi, jajników, mięśniaki macicy, niepłodność, endometrioza, nietrzymanie moczu, czy też zaćma – operacje z powodu wskazanych chorób będą wykonywane w filii Wojskowego Instytutu Medycznego (WIM) w Legionowie. Placówka rozpocznie działalność leczniczą już w styczniu 2022r.

Na oddziale chirurgicznym zajmiemy się leczeniem takich chorób jak m.in. kamica oraz ostre i przewlekłe stany zapalne pęcherzyka żółciowego, ostre zapalenie wyrostka robaczkowego, niedrożność jelit, perforacja przewodu pokarmowego, zapalenie otrzewnej, przepukliny powłok brzucha, choroby tarczycy, przytarczyc oraz piersi. Będziemy tu wykonywać m.in. biopsje chirurgiczne i laparoskopie diagnostyczne. Na oddziale ginekologicznym będą natomiast leczone m. in. guzy jajników, wodniaki jajowodów, mięśniaki, polipy i rozrosty macicy, niepłodność, ciężce pozamaciczne, endometrioza, nietrzymanie moczu, zaburzenia statyki dna miednicy, nieprawidłowe krwawienia z dróg rodnych, patologie szyjki macicy i sromu.

Czytaj więcej:

<https://gazetapowiatowa.pl/wiadomosci/legionowo/legionowo-atak-kolki-zolciowej-lub-wyrostka-robaczkowego-chirurdzy-ze-szpitala-legionowie-ci-pomoga/>

OTACZAMY WETERANÓW KOMPLEKSOWĄ OPIEKĄ

wim.mil.pl
07.12.2021 r.

Żołnierze poszkodowani na polu walki są narażeni na duży stres co może się przekładać na różnego rodzaju deficyt w sferze psychologicznej. Dlatego też nasi weterani mogą liczyć na pomoc specjalistów - podkreśla ppłk lek. Jarosław Świstak, specjalista neurolog pracujący w Centrum Leczenia Weterana działań poza granicami państwa Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie.



W sierpniu br. rozpoczęło działalność Centrum Leczenia Weterana przy Wojskowym Instytucie Medycznym (CLW WIM). Skąd taka inicjatywa?

– Centrum Leczenia Weterana nie jest nowością. Jest to struktura będąca kontynuacją naszych działań medycznych prowadzonych od połowy 2009 roku. Wówczas nasza placówka stała się ośrodkiem medycznym prowadzącym leczenie żołnierzy rannych i poszkodowanych w czasie misji w Afganistanie. W WIM prowadzona jest kompleksowa, specjalistyczna opieka psychologiczna, wieloprofilowa szpitalna, ambulatoryjna oraz rehabilitacja. Wyodrębnienie CLW wynikało z potrzeby lepszego kontaktu dla weteranów – ułatwienia im dostępu do ochrony zdrowia, wszelkich potrzebnych konsultacji i rozwiązania problemów.

Czytaj więcej:

<https://wim.mil.pl/o-instytucie-mainmenu-88/wim-w-mediach/3929-otaczamy-weteranow-kompleksowa-opieka-rozmowa>

SZPITAL W LEGIONOWIE. PYTANIA I ODPOWIEDZI Z ZAKRESU CHOROŃ SERCOWO-NACZYNIOWYCH

powiat-legionowski.pl

06.12.2021 r.

Choroby układu sercowo-naczyniowego w perspektywie najbliższych kilkunastu lat pozostaną najczęstszą przyczyną zgonów Polaków. Stąd za w pełni racjonalną oraz społecznie oczekiwaną można uznać decyzję o ujęciu w strukturze nowego szpitala oddziału kardiologii z pracownią interwencyjnego leczenia ostrych zespołów wieńcowych. Inwestycja ta zmieni nie tylko dostępność pacjentów do opieki medycznej, ale także, podobnie jak to miało miejsce w wielu regionach Polski, wprost przyczyni się do wydłużenia długości życia mieszkańców Legionowa i powiatu legionowskiego.

Leczenie zawału serca oraz rozwiązywanie problemów kardiologicznych w szpitalu w Legionowie – filii Wojskowego Instytutu Medycznego stało się faktem. Kierownik Oddziału Kardiologii Interwencyjnej i Chorób Wewnętrznych dr n. med. Sławomir Gołębiowski odpowiada na Państwa pytania.

Czytaj więcej:

<https://powiat-legionowski.pl/aktualnosci/szpital-w-legionowie-pytania-i-odpowiedzi-z-zakresu-chorob-sercowo-naczyniowych>

WOJSKOWI STUDENCI MEDYCZYNY POMAGAJĄ NA OKĘCIU

polska-zbrojna.pl

06.12.2021 r.

Do pracy w szpitalu tymczasowym na warszawskim Okęciu zostali wysłani podchorążowie pierwszego i drugiego roku Kolegium Wojskowo-Lekarskiego Uniwersytetu Medycznego w Łodzi. Decyzję w tej sprawie wydał szef MON-u. – W pierwszej kolejności na Okęcie skierowaliśmy wyłącznie studentów drugiego roku, którzy mają już doświadczenie w opiece nad pacjentami zakażonymi koronawirusem. Podchorążowie ci pomagali już bowiem podczas trzeciej fali pandemii – mówi pułkownik lek. Zbigniew Aszkielaniec, komendant Wojskowego Centrum Kształcenia Medycznego. – W ostatnim czasie przeszkoliliśmy natomiast studentów pierwszego

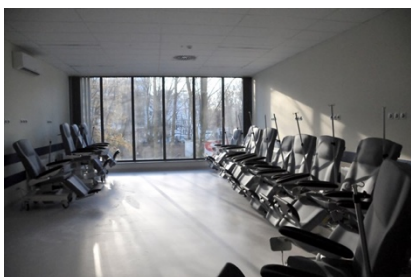


roku. Zdobylili wiedzę ogólną dotyczącą chorób zakaźnych, zwłaszcza wirusa SARS-CoV-2 oraz objawów COVID-19 – dodaje oficer.

Uczyli się m.in. zakładania kombinezonów, maseczek i gogli, a więc całego oporządzenia, które jest niezbędne przed wejściem do strefy czerwonej oddziału, gdzie leżą pacjenci covidowi.

Czytaj więcej:

<http://www.polska-zbrojna.pl/home/articleshow/35911?t=Wojskowi-studenci-medycyny-pomagaja-na-Okeciu>



COVID-19 I JEGO POWIKŁANIA. PRZYPADKI KLINICZNE



nakanapie.pl
03.12.2021 r.

Publikacja COVID-19 i jego powikłania – przypadki kliniczne została przygotowana pod redakcją dr. hab. n. med. Andrzeja Chciałowskiego, prof. WIM, oraz prof. dr. hab. n. med. Jerzego Kruszeńskiego.



Monografia porusza niezwykle ważne zagadnienie, jakim są powikłania po przebytych zakażeniu COVID-19 – warto wspomnieć, że dotyczą one nie tylko zaburzeń układu oddechowego, ale także odnoszą się do zespołu chronicznego zmęczenia, problemów naczyniowo-sercowych i neurologicznych, a nawet psychologicznych. Przedstawiono prawidłowe, zgodne z najnowszą wiedzą, sposoby diagnozowania, postępowanie terapeutyczne i efekty leczenia 22 przypadków dotyczących przebiegu COVID-19 przy m.in.: powikłaniach zakrzepowo-zatorowych, schyłkowej niewydolności nerek, odmie płucnej, szpiczaku mnogim czy zakażeniu HIV. Istotnym elementem – wzbogacającym treść – jest załączony materiał zdjęciowy.

**Inwestycje WIM
Centrum Wsparcia Badań Klinicznych**

Współtwórcami publikacji COVID-19 i jego powikłania – przypadki kliniczne jest grono ponad 50 wybitnych specjalistów klinicznych z całej Polski.



Publikacja adresowana jest do lekarzy specjalizujących się w dziedzinach alergologia, choroby zakaźne i choroby wewnętrzne.

Czytaj więcej:

<https://nakanapie.pl/ksiazka/covid-19-i-jego-powiklania-przypadki-kliniczne>

LEGIONOWO. NA CO MOGĄ LICZYĆ PACJENCI? – ONKOLOGIA W NOWYM LEGIONOWSKIM SZPITALU



toiowo.eu
02.12.2021 r.

Już w styczniu 2022 r. ma zostać otwarty wojskowy szpital przy ul. Strużańskiej w Legionowie, będący filią Wojskowego Instytutu Medycznego (WIM) przy ul. Szaserów w Warszawie. W tym tygodniu piszemy, jakie świadczenia z zakresu onkologii będą realizowane w nowym szpitalu

Czytaj więcej:



<http://toiowo.eu/legionowo-na-co-moga-liczyc-pacjenci-onkologia-w-nowym-legionowskim-szpitalu/>

Szkolenia

HARMONOGRAM KURSÓW W SYSTEMIE WIM-CON

Informujemy, że w systemie WIM-CON znajduje się **harmonogram kursów dla lekarzy, pielęgniarek i ratowników medycznych**, prowadzonych przez Centrum Kształcenia Podyplomowego w I półroczu 2022 r.

Zachęcamy do zapoznania się z ofertą. W razie pytań, prosimy o kontakt z CKP (ckp@wim.mil.pl , tel. 261-817-748).

Przydatne informacje

„MUNDURY POLSKICH ŻOŁNIERZY. SZACUNEK DLA MUNDURU” - WYSTAWA

Wystawę można obejrzeć na ogrodzeniu przed Wojskowym Instytucie Medycznym w Warszawie. Ekspozycja prezentuje mundury galowe, wyjściowe, służbowe, polowe, ćwiczebne oraz ubiór specjalny żołnierzy poszczególnych rodzajów Sił Zbrojnych RP.

Mundur towarzyszy Wojsku Polskiemu od kilkuset lat. Jego wygląd zmieniał się i unowocześniał, tak jak zmieniało się i przekształcało wojsko. Jedno pozostało niezmiennie. Dla żołnierzy noszenie munduru jest zobowiązaniem, symbolem służby Ojczyźnie oraz największym zaszczytem. Wojsko Polskie to pięć rodzajów Sił Zbrojnych RP. Każdy ma charakterystyczne mundury i barwy. Jednak co najważniejsze, wszyscy służymy pod jednym godłem i białą-czerwoną flagą. Wszyscy z dumą nosimy te symbole narodowe jako żołnierze Wojska Polskiego.

Na wystawie zostały zaprezentowane mundury Wojsk Lądowych, Wojsk Obrony Terytorialnej, Sił Powietrznych, Marynarki Wojennej. Ekspozycja jest częścią ogólnopolskiej akcji organizowanej przez MON pod hasłem „Szacunek dla munduru”.

Dzięki wystawie poznamy szczegółowo stopnie wojskowe żołnierzy, a także jaki kolor beretów noszą żołnierze Wojska Polskiego.

[Obejrzyj wystawę online](#)

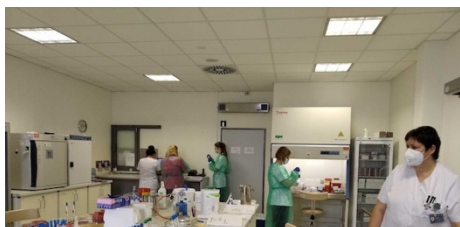
SĄD REJONOWY DLA WARSZAWY PRAGI -POŁUDNIE – KOMUNIKAT

Wobec rekomendacji Ministerstwa Sprawiedliwości Biura Cyberbezpieczeństwa z dnia 12 października 2021r., **Sąd Rejonowy dla Warszawy Pragi - Południe w Warszawie z dniem 1 stycznia 2022 roku wycofuje z użytku służbowego wszystkie urządzenia typu faks.**

Pozostałe sposoby komunikacji z Sądem Rejonowym dla Warszawy Pragi - Południe w Warszawie za pośrednictwem poczty elektronicznej na adres e-mail:



WIM na co dzień szkolenia





boi2@warszawa-pragapoludnie.sz.gov.pl, poczty tradycyjnej, telefonicznie lub osobiście, pozostają bez zmian.

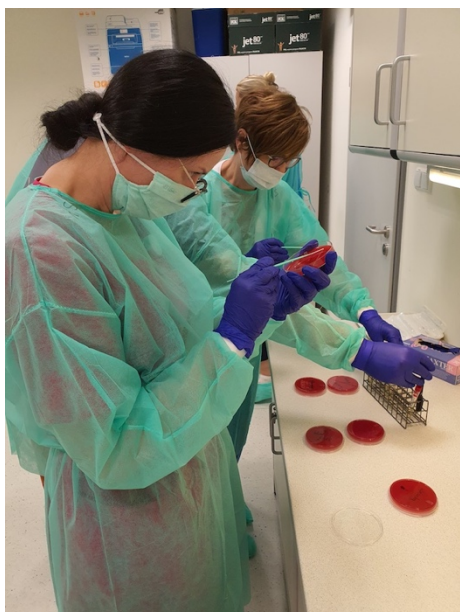
UBRANIA DLA BEZDOMNYCH

Szpitalny Oddział Ratunkowy WIM nadal potrzebuje ubrań dla bezdomnych chorych przebywających w SOR i innych klinikach WIM. Niezbędne są przede wszystkim ubrania dla mężczyzn.

Wszystkich mogących pomóc prosimy o przekazywanie: **obuwia męskiego (duże rozmiary: moksasy, adidas, trampki i inne obuwie sportowe), bluz, swetrów, podkoszulków, spodni, dresów, kurtek, skarpet czy slipów.**

Ubrania prosimy oddawać do magazynu depozytu w SOR. Więcej informacji udziela **pielęgniarka oddziałowa SOR mgr Jolanta Kudelska tel. 261-816-292, 665-707-342.**

Z góry dziękujemy wszystkim tym, którzy mogą nas wspomóc.



ZMIANA NUMERU INFOLINII CENTRUM E-ZDROWIA

Wydział Wdrożeń EDM i innych e-Usług Centrum e-Zdrowia informuje, **że zmieniony został numer Infolinii Centrum e-Zdrowia**, która świadczy pomoc techniczną dla użytkowników w zakresie systemów i baz danych zarządzanych przez CeZ.

Nowy numer infolinii to **19 239**. Z sieci PLAY należy dzwonić na numer **22 19 239** lub **515 239 239**.

Godziny pracy infolinii pozostają bez zmian.



POMAGAJMY POMOC NA RZECZ MAŁGOSI BUJAR-MISZTAŁ

Pochodząca z opolskiego Kluczborka 40-letnia **Małgosia Bujar-Miształ**, dr n. med., specjalistka w dziedzinie fizjoterapii, od 12 lat związana jest z Wojskowym Instytutem Medycznym w Warszawie. Zawodowo pomagała ludziom w dojściu do zdrowia. Teraz, po ciężkim zakażeniu koronawirusem, sama pilnie potrzebuje wsparcia, by odzyskać zdrowie. Trwa zbiórka pieniędzy na szybką rehabilitację Małgorzaty. Każdy może pomóc w jej walce z powikłanymi powikłaniami.

<https://www.siepomaga.pl/en/zdrowie-malgorzaty>



Małgosia Bujar-Miształ była silną, sprawną, wysportowaną osobą, która w pracy fizjoterapeutki niosła ludziom pomoc. Niestety, od jednego z pacjentów zaraziła się koronawirusem. Po ciężkim przebyciu choroby Covid-19 kobieta ma poważne powikłania. Były to kolejno zapalenie płuc, omdlenia, drżenie rąk i nóg, zanik mowy i chodu, kłopoty z pamięcią. Obecnie 40-letnia Małgorzata w 100 procentach zależna jest od innych. Tylko szybka rehabilitacja daje nadzieję na jej powrót do zdrowia.



Niestety, jest bardzo kosztowna, stąd apel o finansowe wsparcie Małgorzaty Bujar-Misztal.

Więcej informacji znajdą Państwo tutaj:

<https://www.siepomaga.pl/en/zdrowie-malgorzaty>

<https://kluczbork.naszemiasto.pl/specjalistka-fizjoterapii-malgorzata-bujar-misztal-jest/ar/c14-8546691>

Dziękujemy za życzliwość i bezcenną pomoc!



OGŁOSZENIA DROBNE – KUPIĘ/WYNAJMĘ

Pracownik WIM **wynajmie mieszkanie 41 m z garażem (pokój z aneksem + sypialnia) na Goławiu.**

Zapytania prosimy kierować na adres e-mail: infowim@wim.mil.pl.



Gdzie warto pojechać, co warto zobaczyć?

KRZEMIONKI ŁOPATOWSKIE - FUNDAMENT PRADZIEJÓW EUROPY

Krzemionki pod Ostrowcem Świętokrzyskim (nazywane także Krzemionkami Opatowskimi) to region prehistorycznych kopalni krzemienia pasiastego oraz związanych z nimi pradziejowych osad. Prehistoryczny region górniczy jest położony na północno-wschodnim skraju Gór Świętokrzyskich, w powiatach ostrowieckim i opatowskim, na terenie gmin: Bodzechów, Ćmielów i Ożarów. Obszar ten o powierzchni 349,2 ha złożony jest z czterech części: głównego pola górniczego w Krzemionkach, dwóch mniejszych pól górniczych "Borownia" i "Koryczna" położonych w tej samej strukturze geologicznej oraz stałej osady górników prehistorycznych na wzgórzu Gawroniec – jej mieszkańcy dokonywali obróbki otrzymywanego z kopalni materiału, który następnie służył wymianie handlowej.

Kopalnie krzemienia pasiastego w Krzemionkach odkrył w 1922 r. urodzony w Ostrowcu geolog prof. Jan Samsonowicz. Szybko uznano je za zabytek. Od 1994 r. stanowią pomnik historii, a od 1995 r. także rezerwat przyrodniczy. Podostrowieckie prehistoryczne kopalnie krzemienia pasiastego pochodzą z młodszej epoki kamienia i wczesnej epoki brązu (funkcjonowały pomiędzy IV a II tysiącleciem p.n.e). W tym miejscu znajduje się imponująca ilość ok. 4 tys. szybów połączonych siecią chodników; szyby mają do 9 metrów głębokości. W kopalniach ze skał wapiennych wydobywano krzemień, który służył do wytwarzania narzędzi.

W Krzemionkach bardzo dobrze zachowała się zarówno podziemna architektura – wyrobiska oraz chodniki, którymi poruszali się górnicy – jak i krajobraz na powierzchni – w dalszym ciągu można obserwować leje poszybowe, dawne wejścia do kopalń otoczonewałdami gruzu wapiennego. Można tu też zobaczyć – w przeciwieństwie do innych tego rodzaju obiektów archeologicznych – różne typy kopalń: od najpłytszych jamowych, przez niszowe po głębokie filarowo-komorowe i komorowe.

Pracą w kopalniach zajmowały się wyspecjalizowane klany górników i producentów narzędzi krzemiennych, którzy posiadali odpowiednią wiedzę geologiczną i techniczną. Wysokość podziemi mieści się w przedziale między 55 a 120 cm, gdyż ławice krzemieni występują tylko w jednej, około metrowej grubości warstwie

**Krzemionki Opatowskie
fundament pradziejów europy**





wapienia. Dlatego wszystkie prace trzeba było wykonywać „na klęczkach” lub leżąc. Warunki pracy pogarszała panująca tam stała, niska temperatura (od 5 do 9°C) i bardzo wysoka wilgotność. Do oświetlenia korytarzy i stanowisk pracy stosowano niewielkie łuczywa ze smolnego drzewa, które pozwalało uzyskiwać wystarczającą ilość światła przy niewielkiej ilości dymu. Niektórzy badacze uważają nawet, że łuczywa mogły być też wykorzystywane do wymuszania obiegu powietrza w najbardziej oddalonych częściach kopalń. W opozycji do wysokiej wiedzy geologicznej i inżynierskiej stoją proste narzędzia, jakimi posługiwano się podczas pracy w podziemiach. Były to przede wszystkim kilofy kamienne, krzemienne oraz wykonane z poroża zwierzęcego, a także tłuki i pobijaki. Dysponowano także całym zestawem narzędzi drewnianych. Czas wykorzystywania jednej kopalni bywał różny i mógł sięgać nawet 300 lat. Jednorazowo załogę stanowiło od kilku do kilkunastu osób zajmujących się drążeniem, transportem na powierzchnię i obróbką kopaliny. Wydobyty z wapienia krzemień był selekcionowany jeszcze w podziemiach, po czym najlepszy surowiec transportowano w koszach lub workach na powierzchnię. Tutaj, w bezpośrednim sąsiedztwie wyjścia z szybu zlokalizowane były tzw. pracownie obróbki krzemienia, w których dzielono konkracje na mniejsze kawałki, a te z kolei formowano w narzędzia – krzemienne siekiery i dłuta. W okresie największej popularności surowca pasiastego (pierwsza połowa III tysiąclecia p.n.e.) „wyroby” z Krzemionek docierały na tereny oddalone od kopalń o około 660 km!

Dzisiaj to unikatowe w skali Europy miejsce to muzeum, pozwalające na własne oczy przekonać, jak wysoko zorganizowana była gospodarka na ziemiach polskich ponad 5 tysięcy lat temu. To żywa lekcja historii, której doświadczenie na pewno pozostanie na długo w pamięci.

Tomasz Zaborowski – Biblioteka Naukowa WIM

Coś dla ciała i ducha

12 ROŚLIN POPRAWIAJĄCYCH ODPORNOŚĆ ORGANIZMU. JAK ONE DZIAŁAJĄ?

Odporność organizmu na różnych etapach może zostać obniżona. Dowiedz się, jakie rośliny wzmacniają pracę układu odpornościowego i jak one działają.

Z wiekiem układ odpornościowy staje się coraz mniej sprawny i dlatego stajemy się bardziej podatni na różne infekcje. Jest to naturalny proces. Oczywiście zdarza się, że odporność obniża się też z innych powodów, np. choroby czy nieodpowiedniej diety, prowadzącej do niedoborów niektórych ważnych dla zdrowia składników. Kilka badań, m.in. to przeprowadzone na Uniwersytecie Stanowym w Detroit (USA), wskazuje, że niektóre związki mineralne, np. cynk i selen, a także witaminy, takie jak prowitamina A, witaminy z grupy B, witaminy C i E, a także niektóre rośliny lecznicze mogą poprawić odporność organizmu.

Wśród roślin leczniczych, podnoszących odporność organizmu, wymienić można:

Liście aloesu

Liście aloesu zawierają one frakcje polisacharydów, wśród nich związki glikoproteinowe o charakterze lektyn, o działaniu zwiększającym odporność organizmu. Związki te zwiększają aktywność leukocytów, pobudzają proces regeneracji krwi oraz skóry i błon śluzowych. Wyciągi z liści mają wysoką aktywność



biologiczną, działają bakteriobójczo, przeciwbólowo, przeciwzapalnie i wzmagają siły obronne i przystosowawcze chorego organizmu.

Cebule czosnku

Cebule czosnku zawierają one wiele cennych dla zdrowia związków, m.in. specyficzny glikozyd siarczkowy – alliina, alkilowe pochodne alliiny, aminokwasy – pochodne adenozyiny oraz flawonoidy, a także substancje śluzowe, witaminy, olejek eteryczny, złożony głównie ze związków siarki: alicyny i produktu jej przemiany – ajoenu. Zawarte w cebulach czosnku związki działają silnie bakteriobójczo i żółciopędnie. Łagodzą stany zapalne w drogach oddechowych, pobudzają wydzielanie śluzu, ułatwiają odkrztuszanie i usuwają uczucie duszności. Ponadto m.in. obniżają ciśnienie krwi, hamują procesy miażdżycowe, łagodzą stany zapalne nie tylko górnych dróg oddechowych, ale również przewodu pokarmowego.



Ziele i korzenie jeżówki purpurowej

W ziele jeżówki purpurowej znajdują się olejki eteryczne, poliacetyleny, alkamidy, kwasy tłuszczowe, kwasy polifenolowe (głównie pochodne kwasu kawowego i chinowego) oraz polisacharydy i glikoproteiny. Natomiast w korzeniu znajdują się: pochodne kwasu kawowego, glikozyd – cychoryna, kwas cychorynowy, polisacharydy, zwiększające odporność organizmu i glikoproteiny (asparagina, glutaminian, glicyna, alanina, a w części cukrowej: arabinoza, galaktoza, glukozamina). Związki te pobudzają naturalne siły obronne organizmu, zwiększają liczbę białych krwinek i komórek śledziony, a ponadto pobudzają fagocytozę ludzkich granulocytów. Wyciągi z jeżówki zaleca się w leczeniu różnego rodzaju infekcji, m.in. nawracających zakażeń górnych dróg oddechowych, zwłaszcza u dzieci i ludzi starszych, przewlekłych infekcji dróg moczowych i innych.



Żeń-szeń

Zawarte w żeń-szeniu ginsenozydy działają pobudzająco, podnoszą wydajność fizyczną i seksualną, przeciwdziałają przewlekłemu zmęczeniu, poprawiają koncentrację i pamięć, a także zdolności przystosowawcze organizmu do zmiennych warunków. Osłabiają negatywne skutki stresu.



Aralia sercowa

Korzenie aralii sercowej, nazywanej na dalekim Wschodzie, czartowskim drzewem, stosowano w celu nabrania sił i zwiększenia odporności organizmu. Podobne zastosowanie ma ta roślina we współczesnej terapii. Wysuszone, sproszkowane korzenie i sporządzane z nich odvary i nalewki stosuje się jako środki stymulujące pracę układu nerwowego, w dolegliwościach nerwicznych, w stanach depresyjnych, wyczerpania fizycznego i umysłowego, a także przy stanach obniżonej odporności organizmu. Leki z aralii sercowatej poprawiają funkcjonowanie organizmu. Zaleca się je chorym po ciężkich operacjach w celu szybkiego powrotu do zdrowia.



Eleuterokok kolczasty

Wyciągi z kłaczy i korzeni eleuterokoka działają pobudzająco na ośrodkowy układ nerwowy i czynności gruczołów dokrewnych oraz na mechanizmy odpornościowe organizmu. Stosuje się je w celu zwiększenia wydolności fizycznej i umysłowej oraz jako środki podnoszące odporność w stanach osłabienia i przemęczenia. Pod ich wpływem zwiększają się możliwości adaptacyjne organizmu, skraca się okres rekonwalescencji po przebytych chorobach, zabiegach chirurgicznych, a także poważnych uszkodzeniach ciała.





Cytrynnik chiński

W owocach cytrynnika chińskiego znajdują się lignany, kwasy organiczne, cukry, garbniki oraz spore ilości witaminy C i E. Lignany działają adaptogennie, przeciwwirusowo oraz ochronnie na wątrobę i serce. Mają również silne działanie przeciwutleniające. W Chinach owoce i nasiona cytrynnika stosuje się w leczeniu stanów zapalnych wątroby, nerek, płuc, przewodu pokarmowego, a także niedokrwistości, stanach ogólnego osłabienia, zmęczenia fizycznego i umysłowego.



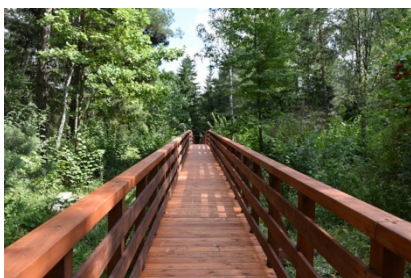
Różeniec górski

Do leczenia używa się kłaczy różenca górskiego, w których znajdują się glikozydy fenolowe, flawonoidy, olejek eteryczny, garbniki, kwasy fenolowe i tłuszczone. Działają one pobudzająco, poprawiają koncentrację i zwiększają aktywność organizmu. Stosuje się je w leczeniu różnego typu nerwic, a nawet schizofrenii, ogólnego wyczerpania fizycznego i psychicznego. W tradycyjnej medycynie chińskiej leczy się nimi także niedokrwistość.



Tarczycza bajkalska

Wyciąg z korzenia tarczyczy bajkalskiej działa uspokajająco i rozkurczowo, przeciwgrzybiczo i przeciwwirusowo. Hamują m.in. rozwój zakażeń wywołanych przez wirusy grypy. Mają również silne działanie przeciwutleniające.



Wąkrota azjatycka

Wyciągi ziele wąkroty azjatyckiej pomagają w poprawie krążenia obwodowego, zmniejszają obrzęki, działają przeciwbakteryjnie, hamują rozwój prątków gruźlicy i trądu. Ziele wąkroty odbudowuje rezerwy energetyczne organizmu, poprawia refleks, zwiększa siły fizyczne i umysłowe, wzmacnia serce uaktywnia pamięć, eliminuje napięcia psychiczne. Stosowane zewnętrznie ziele przyspiesza gojenie się ran i odleżyn.



Witania ospała

Wyciągi z tej rośliny stosuje się jako środek amebobójczy, grzybobójczy, przeciwświerzobowy, przeciwwszawicowy. Stosuje się ją także w leczeniu niestrawności, obrzęków, astmy, nadciśnienia. Liście witanii, macerowanych w gorącym oleju, używa się zewnętrznie do leczenia opryszczki i stanów zapalnych skóry.



Kolcowój chiński

Wyciągi z owoców oraz korzeni kolcowoju działają na wątrobę, nerki oraz płuca. Herbata z owoców kolcowoju wzmacnia ścięgna i kości, zapobiega dolegliwościom narządu ruchu. Roślina ta jest też skuteczna w leczeniu schorzeń reumatycznych, infekcji i schorzeń skóry, znosi zmęczenie, trudności w oddychaniu, poprawia pamięć i męską potencję. Kolcowój chiński uważany jest za roślinę skuteczną w łagodzeniu stresu, obniżeniu ciśnienia tętniczego etc.



Kącik kulinarny

KAWA Z POMARAŃCZĄ



Kawa z nutą pomarańczy szybko postawi cię na nogi w zimowe poranki. Poza tym to prawdziwa poezja smaku. Sprawdź, jak ją zrobić.

Wiele osób nie wyobraża sobie dnia bez kubka gorącej, aromatycznej kawy. Ten napój nie tylko doskonale smakuje, ale też doda ci energii i wprowadzi od rana w doskonały nastrój. Dziś podpowiemy ci, jak zrobić go z dodatkiem pomarańczy. Jeżeli jesteś prawdziwym kawoszem, ten przepis z pewnością skradnie twoje serce.

Składniki:

- 1,5 łyżeczki kawy rozpuszczalnej
- filiżanka z wrzącą wodą
- łyżeczka miodu
- 1 pomarańcza
- 0,5 łyżeczki cynamonu

Sposób przygotowania:

W pierwszej kolejności zaparzamy kawę.

Pomarańczę myjemy, obieramy ze skórki i z trzech jej części wyciskamy sok. Następnie wlewamy go do kawy.

Dodajemy miód oraz odrobinę cynamonu i wszystko dokładnie mieszamy.

Kawa z pomarańczą – jak ją serwować?

Kawa pomarańczowa doskonale rozgrzeje cię w zimowe dni. Poza tym wypełni twój dom pięknym, owocowym aromatem. Przed podaniem warto udekorować ją płatkami migdałowymi oraz skórką pomarańczy. Jeżeli lubisz słodsze smaki, możesz dodać do niej również odrobinę bitej śmietany i syropu czekoladowego.

BABECZKI NA SYLWESTRA

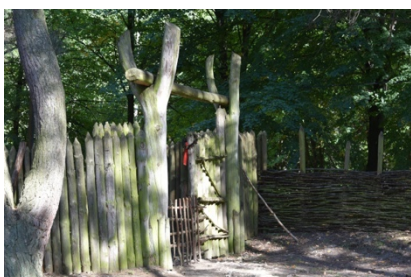
Przed nami sylwestrowa noc, znaczna część z was zatem zastanawia się zapewne, co podać swoim gościom z tej okazji. Świetnie pod tym względem sprawdzają się kruche babeczki. Tego typu ciasteczka można nadziać wytrawnym, jak i słodkim farszem. Możecie zatem podać je zarówno w formie przekąski, jak i deseru. Sami zobaczcie, jak przyrządzić je w obu wersjach.

Kruche ciasto na babeczki:

Składniki:

- 350 g mąki pszennej,
- 250 g masła,
- 2 żółtka,
- 100 g cukru,
- szczypta soli.

Na stolnicę wsyp mąkę, a następnie dodaj do niej cukier. Wszystko razem posiekaj. Do tego dodaj pokrojone w kostkę masło i jeszcze raz pokrój wszystkie składniki. Następnie wrzuć żółtka i też posiekaj. Na końcu dodaj szczyptę soli i zagnieć ciasto. Zawiń je folią spożywczą i włóż do lodówki na 30 minut. Po tym czasie wyjmij ciasto, rozwałkuj je na stolnicy, rwij na kawałki i układaj je w posmarowanych masłem foremkach do babeczek. Piecz w 180 stopniach przez około 30 minut.



Składniki na wytrawny farsz:

- majonez light,
- łosoś kanapkowy,
- papryka,
- koperek.

Łososia dzielimy na kawałki, a paprykę kroimy w paski. Babeczki faszerujemy majonezem. Na to kładziemy kawałek łososia oraz papryki i całość posypujemy posiekanym koperkiem.

Babeczki na sylwestra mogą być także na słodko.

Składniki:

- 250 g serka mascarpone,
- 400 ml śmietanki kremówki,
- 4 łyżki cukru pudru,
- borówki i maliny.

Śmietankę ubijamy z dodatkiem cukru pudru na sztywną masę. Przekładamy ją do serka mascarpone i energicznie mieszamy, aż powstanie gładki krem. Faszerujemy nim babeczki, a całość dekorujemy owocami.

ZAPIEKANA SAŁATKA WARZYWNA

W okresie jesienno-zimowym warto wzbogacać swoją dietę o warzywa, które dostarczą nam wielu cennych składników odżywczych niezbędnych dla zdrowia. Aby zachować ich wszystkie walory smakowe i odżywcze powinniśmy pamiętać o ich odpowiednim przechowywaniu. Najlepiej trzymać je w lodówce, gdzie panuje optymalna dla nich temperatura.

Składniki:

- 5 ziemniaków
- 2 cebule
- 3 ząbki czosnku
- 1 cukinia
- mały pęczek natki pietruszki
- 0,5 szklanki jogurtu naturalnego
- 3 łyżeczki musztardy
- pieprz ziółowy
- bazylią
- sól
- zioła prowansalskie
- 100 g parmezanu

Sposób przygotowania:

Ziemniaki, cebulę i cukinię kroimy w cienkie plastry.

Czosnek ścieramy na tarce.

Natkę pietruszki drobno siekamy.

Następnie w naczyniu żaroodpornym układamy naprzemiennie ziemniaki, cebulę oraz cukinię. Każdą warstwę przyprawiamy do smaku.

Do jogurtu naturalnego dodajemy odrobinę musztardy, starty czosnek i przyprawy, a następnie wylewamy go na warzywa.

Żart numeru



Ludzie wierzą, że aby osiągnąć sukces trzeba wstawać rano...

Otóż nie - trzeba wstawać w dobrym humorze!



SMIECHOWO
Jożami o Asfalt.pl

**Żeby mieć płaski
brzuch trzeba jeść
płaskie jedzenie.
Takie tam...pizzę,
naleśniki, czekoladę.
Przecież to oczywiste**



Posypujemy całość startym serem.

Danie pieczemy przez ok. godzinę w piekarniku nagrzanym do 180 stopni Celsjusza.

Zapiekanka warzywna – jak ją serwować?

Takie danie warto przed podaniem udekorować natką pietruszki. To niezwykle smaczna, a jednocześnie odżywcza propozycja obiadowa. A wszystko to za sprawą zawartych w niej warzyw, które są źródłem wielu witamin oraz składników mineralnych niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Na wesoło

ŻART NUMEU

Do Kubusia Puchatka przychodzi Prosiaczek i mówi:

- Puchatku, Krzys dał nam 10 słoiczków miodu, czyli dla każdego po 8.
- Ależ, Prosiaczku - mówi zbulwersowany Puchatek - jeśli Krzysiu dał nam 10 słoiczków, to dla każdego będzie po 5.
- A myśl se, co chcesz. Ja już swoje 8 zjadłem!

Jasiu pyta się taty czym się różni wizyta od wizytacji. Tata mu odpowiada : -widzisz Jasiu, jak my przyjeżdżamy do babci,to jest to wizyta...a jak babcia przyjeżdża do nas to jest to wizytacja.

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

infoWIM
newsletter

WOJSKOWY INSTYTUT MEDYCZNY
ul. Szaserów 128, Warszawa
Małgorzata Złotkowska

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