



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

infoWIM

Marzec 2026

PHOTO FLASH

Na dobry początek

Laureaci nagrody Animus Fortis (Mężny Duch) 2025



MARZEC

Marzec. Wracamy z parku. Wreszcie przeszła zima.
Spod stopniałego śniegu wyrzały murawy.
Drzewa nagie, lecz prawie kielkują już trawy.
Choć na stawie zielony, cienki lód się trzyma.
Z upojonymi wiosną wracamy oczyma,
Krokiem lekkim, jak podczas tanecznej zabawy.
Ulicą po słonecznej stronie idziem prawej,
Za sobą ciepła słońca czujemy plecyma.
W rozpiętych płaszczach spieszą ochoczo przechodnie,
Jacyś świeżsi, wesoło patrzą i pogodnie,
Niańki z dziećmi wychodzą z ciemnych domów sieni.
A my pierwszą przechadzką dumnie upojeni,
Idziem w miasto po płytach suchych już chodników,
Z grudkami pulchnej ziemi na piętach trzewików.

Leopold Staff

Od dyrekcji

ZAPROSZENIE NA SPOTKANIE WIELKANOCNE

Dyrektor gen. broni prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak i Przewodniczący Rady Naukowej prof. dr hab. Alojzy Zbigniew Nowak serdecznie zapraszają na uroczyste Spotkanie Wielkanocne.

Spotkanie odbędzie się w najbliższą środę **1 kwietnia 2026 r. o godz. 11.00** w Auli WIM (budynek główny, V p.). Będzie okazją do wspólnego świątecznego spotkania, rozmów oraz złożenia wielkanocnych życzeń w gronie współpracowników i przyjaciół Instytutu.

Serdecznie zapraszamy.

LAUREACI NAGRODY ANIMUS FORTIS (MĘŻNY DUCH) 2025

12 marca br. podczas XI. Kongresu Wyzwań Zdrowotnych HCC2026 w Międzynarodowym Centrum Kongresowym w Katowicach poznaliśmy laureatów dziewiątej edycji nagrody Animus Fortis (Mężny Duch) 2025.



W kategorii indywidualnej Animus Fortis Mężny Duch 2025 zwyciężył **Aspirant Piotr Wrotecki** z JRG nr 1 KM PSP w Łodzi uratował życie noworodka bezpośrednio po akcji porodowej w trudnych warunkach zagrażających życiu i zdrowiu dziecka.

W kategorii instytucjonalnej nagrodę główną otrzymała **Akademia Pożarnicza** za wieloletnią działalnością dydaktyczną, organizacyjną i społeczną.

Dyplomem Honorowym w kategorii indywidualnej został wyróżniony **Pan kpt. Jacek Paweł Osicki**, funkcjonariusz KP PSP od 2007 r. za natychmiastową akcję ratunkową po wybuchu skutera wodnego.

Dyplom Honorowy w kategorii instytucjonalnej trafił do **Dowództwa Komponentu Wojsk Specjalnych** za Projekt PETT, który stanowi odpowiedź na pilną potrzebę budowy zdolności przedłużonej opieki medycznej w warunkach pełnoskalowego konfliktu.

<https://wim.mil.pl/2026/03/13/laureaci-nagrody-animus-fortis-mezny-duch-2025/>

DZWON ZWYCIĘZCY W KLINICE ONKOLOGII

W Klinice Onkologii Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego w Warszawie **pojawił się wyjątkowy symbol nadziei i triumfu – „Dzwon Zwycięzcy”**. Jego fundatorem został Zespół Zabezpieczenia Medycznego Jednostki Wojskowej FORMOZA im. gen. broni Włodzimierza Potasińskiego w Gdyni.

Inicjatywa ta ma szczególne znaczenie, ponieważ zrodziła się z potrzeby samych pacjentów. To ich pragnienie celebrowania życia i zakończenia trudnego etapu leczenia sprawiło, że Dzwon Zwycięzcy zagościł w murach naszej Kliniki. W uroczystym montażu uczestniczyły m.in. Konsultant Wojewódzka w dziedzinie pielęgniarstwa onkologicznego mgr Beata Furtak oraz Pielęgniarka Oddziałowa mgr Agnieszka Dworakowska.

Jedną z pierwszych osób, które uderzyły w dzwon, obwieszczając zakończenie leczenia, była pacjentka o indyjskich korzeniach. Jej radość i wzruszenie stały się inspiracją oraz źródłem nadziei dla innych chorych.

Tradycja Dzwonu Zwycięzcy wywodzi się z marynarki wojennej. Jej inicjatorem był kontradmirał Irve LeMoyné – oficer Navy SEALs, który sam zmagał się z chorobą nowotworową podczas leczenia w MD Anderson Cancer Center w Houston. Po zakończeniu radioterapii podarował szpitalowi mosiężny dzwon okrętowy. W marynarce jego dźwięk oznacza „koniec wachty” lub pomyślne wykonanie zadania – symbolikę tę przeniesiono na grunt onkologii jako znak zwycięstwa nad chorobą. Dźwięk Dzwonu Zwycięzcy rozbrzmiewający w szpitalnych korytarzach niesie ze sobą coś więcej niż tylko sygnał – jest wyrazem nadziei, siły i nowego początku. Pełni rolę symbolicznego momentu przejścia, pomagając pacjentom zamknąć etap choroby i wejść w czas rekonwalescencji z nową energią.

- Dla pacjenta – to chwila triumfu i ukoronowanie trudnej drogi leczenia.
- Dla personelu – przypomnienie o sensie pracy i realnych efektach podejmowanych działań.
- Dla innych pacjentów – znak, że leczenie ma swój kres, a zwycięstwo jest możliwe.

W imieniu Pacjentów oraz Zespołu Kliniki składamy serdeczne podziękowania Fundatorowi – Zespołowi Zabezpieczenia Medycznego Jednostki Wojskowej FORMOZA, w szczególności Pawłowi Wawrzyniakowi – oraz Dyrekcji Instytutu, w szczególności Dyrektorowi gen. broni prof. Grzegorzowi Gielerałowi oraz Małgorzacie Złotkowskiej, za wsparcie w realizacji tego wyjątkowego projektu. Niech dźwięk Dzwonu Zwycięstwa jak najczęściej obwieszcza wygraną z chorobą.

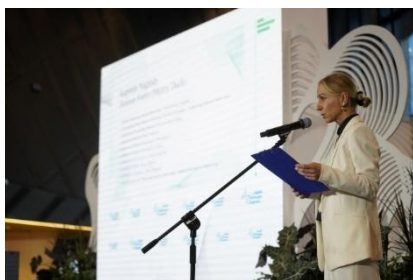


UZYSKANIE AKREDYTACJI NA STAŻ KIERUNKOWY W PRACOWNI ZGODNOŚCI TKANKOWEJ DO SPECJALIZACJI W DZIEDZINIE TRANSPLANTOLOGII KLINICZNEJ

Wojskowy Instytut Medyczny - Państwowy Instytut Badawczy uzyskał **akredytację do prowadzenia stażu kierunkowego w pracowni zgodności tkankowej (immunogenetycznej) do specjalizacji w dziedzinie transplantologii klinicznej** wg nowego programu specjalizacji.

Zespół Ekspertów CMKP pozytywnie zaopiniował wniosek akredytacyjny przyznając 1 miejsce stażowe i możliwość prowadzenia stażu kierunkowego na okres 5 lat tj.: do 12 marca 2032 r.

Należy podkreślić, iż obecnie jedynym ośrodkiem akredytowanym przez CMKP do prowadzenia tego stażu na terenie całego kraju jest Ośrodek Dawców Szpiku z Pracownią Badań Zgodności Tkankowej i Rejestrem Niespokrewnionych Dawców Komórek Krwiotwórczych Zakładu Transfuzjologii Klinicznej WIM-PIB.



NOWA AKREDYTACJA W DZIEDZINIE MEDYCyny RATUNKOWEJ PRZYZNANA WIM-PIB W LEGIONOWIE

Szpitalny Oddział Ratunkowy w Legionowie uzyskał akredytację podmiotu szkolącego na podstawie nowego programu specjalizacji w dziedzinie **medycyny ratunkowej**. Zespół Ekspertów CMKP pozytywnie zaopiniował wniosek akredytacyjny, przyznając 2 miejsca szkoleniowe oraz możliwość prowadzenia specjalizacji do 22 lutego 2031 r.



PODPISANIE LISTU INTENCYJNEGO DOTYCZĄCEGO WSPÓŁPRACY NA RZECZ ZDROWIA PSYCHICZNEGO

6 marca Cezary Kostrzewa Dyrektor Samodzielnego Wojewódzkiego Zespołu Publicznych Zakładów Psychiatrycznej Opieki Zdrowotnej w Warszawie (Szpital Nowowiejski) oraz gen. broni prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak dyrektor WIM-PIB **podpisali list intencyjny dotyczący współpracy w zakresie kontynuacji procesów leczniczo-rehabilitacyjnych rozpoczętych w Klinice Psychiatrii, Stresu Bojowego i Psychotraumatologii CSK MON.**

Celem porozumienia jest rozwijanie współpracy klinicznej oraz naukowo-badawczej w obszarze rehabilitacji psychiatrycznej osób z zaburzeniami psychicznymi, w tym żołnierzy i weteranów. Istotnym elementem planowanej współpracy będzie wykorzystanie potencjału Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego Psychiatrycznego w Rasztowie, który dysponuje specjalistyczną infrastrukturą oraz programami rehabilitacyjno-terapeutycznymi, którymi nie dysponuje wojskowa służba zdrowia.

<https://wim.mil.pl/2026/03/10/podpisanie-listu-intencyjnego-dotyczacego-wspolpracy-na-rzecz-zdrowia-psychicznego/>



Minione wydarzenia

ZAJĄCZEK W KLINICE PEDIATRII – WIELKANOC PEŁNA UŚMIECHU

Święta Wielkanocne to czas radości, nadziei i wspólnego świętowania. W Klinice Pediatrii, mimo trudnych okoliczności, staramy się, aby ten wyjątkowy okres był również pełen uśmiechu dla naszych najmłodszych pacjentów.

W tym roku oddziały odwiedził długo wyczekiwany Zajączek Wielkanocny. Przyniósł ze sobą nie tylko słodkie upominki i drobne prezenty, ale przede wszystkim



ogrom pozytywnej energii i ciepła. Dzieci z radością przyjmowały niespodzianki, a na ich twarzach pojawiły się szczere uśmiechy, które na chwilę pozwoliły zapomnieć o codziennych trudnościach związanych z leczeniem.

Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy przyczynili się do organizacji tego wydarzenia, głównie Ministerstwu Obrony Narodowej oraz Stowarzyszeniu Gospodyń Wiejskich w Myszadłach „Myszadlanki”. Dzięki Wam mogliśmy podarować dzieciom coś bezcennego – uśmiech i chwilę bez troski.

Wesołych Świąt Wielkanocnych!

[Zajątek w Klinice Pediatrii – Wielkanoc pełna uśmiechu - Wojskowy Instytut Medyczny](#)

WYSTĄPIENIE DR HAB. N. MED. IWONY KWIECIEŃ

W dniach 25-29 marca 2026 r. **dr hab. n. med. Iwona Kwiecień** z Pracowni Hematologii i Cytometrii Przepływowej WIM-PIB uczestniczyła w międzynarodowym kongresie European Lung Cancer Congress (ELCC 2026) poświęconym diagnostyce i leczeniu raka płuca. Kongres odbył się w Kopenhadze. Organizatorem był European Society for Medical Oncology (ESMO). Podczas sesji naukowej Pani Profesor zaprezentowała plakat pt. „CD137/CD137L and CD200/CD200R immune checkpoint expression in lung cancer lymph node metastases according to tumor type and tumor cell fraction”.

WYSTĄPIENIE DR N. BIOL. ELŻBIETY RUTKOWSKIEJ

W dniach 19–21 marca 2026 r. **dr n. biol. Elżbieta Rutkowska**, kierownik Pracowni Hematologii i Cytometrii Przepływowej uczestniczyła w międzynarodowej konferencji naukowej poświęconej najnowszym osiągnięciom i zastosowaniom cytometrii przepływowej, zorganizowanej przez Baltic Flow Cytometry Society (BFCS) – towarzystwo afiliowane przez dwa największe i najbardziej prestiżowe towarzystwa w tej dziedzinie European Society for Clinical Cell Analysis (ESCCA) oraz International Society for Advancement of Cytometry (ISAC).

Podczas sesji naukowej Pani Doktor zaprezentowała wykład pt. „Expanding the use of flow cytometry – application in non-hematopoietic body fluids”, poświęcony rozszerzaniu zastosowań cytometrii przepływowej na płyny ustrojowe inne niż hematopoetyczne.

MISJA ZDROWIE – ZDROWA SKÓRA

18 marca br. Centrum Leczenia Weterana w WIM – PIB wspólnie z Centrum Weterana Działów poza Granicami Państwa a przede wszystkim dzięki wsparciu **dr. Karola Pniewskiego** z Kliniki Dermatologii WIM-PIB, zorganizowało badania dla weteranów, żołnierzy w kierunku profilaktyki nowotworów skóry.

Dr Karol Pniewski podczas wykładu opowiedział uczestnikom m.in. o metodach samobadania skóry całego ciała, co przekłada się na możliwość wczesnego rozpoznawania u siebie oznak rozwijającej się choroby, a także o bezpośrednich skutkach zdrowotnych związanych z nowotworami skóry oraz o szkodliwości promieniowania słonecznego na skórę.

UCZESTNICY WIM-PIB W XII MIĘDZYNARODOWEJ KONFERENCJI NAUKOWEJ EPIMILITARIS 2026



W dniach 16-18 marca 2026 r. w Rynie odbyła się Międzynarodowa XII konferencja Naukowa **EPIMILITARIS 2026 „Epidemiologia i Bezpieczeństwo CBRNE”**.

Organizatorem Konferencji były instytucje wojskowe i naukowe:

Centrum Reagowania Epidemiologicznego SZ RP

Stowarzyszenie Ruchu Wspólnot Obronnych

Wojskowy Instytut Techniczny Uzbrojenia

Katedra anestezyjologii i Intensywnej Terapii Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium Medicum w Krakowie

Instytut Optoelektroniki WAT

Instytut Immunologii i Terapii Doświadczalnej PAN Wrocław

Konferencja była objęta patronatem honorowym Ministra Obrony Narodowej. Jej celem była wymiana i poszerzenie wiedzy z zakresu szeroko rozumianej epidemiologii oraz bezpieczeństwa CBRNE w kluczowych sytuacjach dla zdrowia publicznego.

W sesji inauguracyjnej na Zamku w Rynie, w Sali Jagiellonów swoje wykłady wygłosiły:

Płk dr n. med. Barbara Betiuk, kierownik Poradni Szczepień WIM-PIB: pt. „Strategia szczepień ochronnych w siłach Zbrojnych RP w kontekście budowania bezpieczeństwa zdrowotnego”.

Pierwszy wykład dotyczył zarządzania strategią szczepień ochronnych w Siłach Zbrojnych RP, planowania potrzeb w zakresie szczepionek, ich dystrybucji oraz realizacji szczepień, nadzoru nad nimi oraz gromadzeniu, przetwarzaniu informacji o szczepieniach ochronnych. Autorka wykładu podkreśliła, że W WIM-PIB funkcjonuje Poradnia Szczepień należąca do Krajowej Sieci Certyfikowanych Ośrodków Medycyny Podróży w Polsce, która spełnia kryteria zabezpieczenia poradnictwa przedwyjazdowego, realizacji immunoprofilaktyki i chemioprofilaktyki oraz diagnostyki i leczenia w zakresie medycyny podróży.

Dr hab. n. med. Agnieszka Woźniak-Kosek, kierownik Zakładu Diagnostyki Laboratoryjnej WIM-PIB pt. „Nowoczesny sposób monitorowania pacjenta/żołnierza z zakażeniami wirusowymi, bakteryjnymi, grzybiczymi i pasożytniczymi”.

Drugi wykład stanowi fragment większego opracowania wydanego przez WIM-PIB w ramach zadania szczególnie ważnego dla zapewnienia obronności i bezpieczeństwa publicznego oraz poprawy jakości życia obywateli, realizowanego w sposób ciągły polegającego na prowadzeniu działań w zakresie ograniczenia ryzyka występowania szerzenia się oraz skutków zagrożeń zdrowotnych związanych z chorobami zakaźnymi na potrzeby SZ RP poprzez „Wdrożenie nowoczesnego sposobu monitorowania pacjenta/żołnierza z zakażeniami wirusowymi bakteryjnymi hospitalizowanego w WIM-PIB w oparciu o badania analityczno-mikrobiologiczne”. Monografia została wydana w 200 egz. i zostanie rozdysponowana do wojskowych placówek medycznych poprzez Departament Wojskowej Służby Zdrowia MON.

Swoistą promocją książki było wystąpienie Głównego Inspektora Sanitarnego WP płk lek. mgr farm. T. Nierebińskiego, który podkreślił wagę zawartych w niej treści dla środowiska medycznego pracującego w wojskowych szpitalach, wojskowych ośrodkach medycyny prewencyjnej, placówkach naukowych podlegających MON oraz zaprzyjaźnionych z wojskiem cywilnych laboratoriach medycznych wraz z Głównym Inspektoratem Sanitarnym.

Więcej o konferencji na stronie <https://www.srwo.org.pl/event/epimilitaris-2026>

Program i certyfikaty - <https://cloud.wim.mil.pl/s/rq2J9DQT8TdM7tB>



Kongres Wyzwań Zdrowotnych HCC 2026 z przedstawicielami WIM-PIB



Najbliższe wydarzenia

„PIELĘGNIARSTWO MIĘDZY STANDARDEM A CODZIENNĄ PRAKTYKĄ” KONFERENCJA SZKOLENIOWA

Zarząd Koła „Profesjonalizm i Pasja” Polskiego Towarzystwa Pielęgniarskiego działającego przy Wojskowym Instytucie Medycznym – Państwowym Instytucie Badawczym w Warszawie zaprasza do udziału w **I konferencji szkoleniowej pt. „Pielęgniarstwo między standardem a codzienną praktyką”**.

Wydarzenie odbędzie się **13 maja 2026 r. w godzinach 9:00–15:00** w siedzibie Wojskowego Instytutu Medycznego – PIB przy ul. Szaserów 128 w Warszawie (Aula, V piętro, budynek główny).

Konferencja stanowi przestrzeń do wymiany wiedzy i doświadczeń pomiędzy praktykami a ekspertami w dziedzinie pielęgniarstwa. Program wydarzenia skoncentrowany będzie na wyzwaniach związanych z łączeniem obowiązujących standardów z codzienną praktyką kliniczną.

Wydarzenie objęte jest patronatem Dyrektora Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego. Uczestnikom konferencji przysługują punkty edukacyjne przyznawane przez Naczelną Izbę Pielęgniarek i Położnych.

Serdecznie zachęcamy do udziału w tym ważnym wydarzeniu, które stanowi okazję do podnoszenia kwalifikacji zawodowych oraz integracji środowiska pielęgniarstwa.

[Program konferencji.pdf](#)

Nasze sukcesy

PRZEŁOMOWA OPERACJA W WIM-PIB JEDNOCZASOWA OSSEOINTEGRACJA OBU PODUDZI

W Klinice Traumatologii i Ortopedii WIM-PIB przeprowadzono innowacyjny i rzadko wykonywany **zabieg jednoczasowej osseointegracji obu podudzi u 19-letniego pacjenta po amputacji urazowej**. To ważny krok naprzód w nowoczesnym leczeniu osób po amputacjach kończyn dolnych.

Osseointegracja polega na trwałym połączeniu implantu z kością, co umożliwia bezpośrednie mocowanie protezy bez konieczności stosowania tradycyjnego leja protezowego. Rozwiązanie to zapewnia pacjentom większy komfort użytkowania, lepszą kontrolę ruchu oraz wyraźną poprawę jakości życia. Przeprowadzona operacja była szczególnie wymagająca, ponieważ objęła obie kończyny jednocześnie. Jednoczasowe wykonanie zabiegu niesie jednak istotne korzyści – pozwala uniknąć drugiej hospitalizacji i kolejnego znieczulenia ogólnego, skraca całkowity czas leczenia oraz umożliwia prowadzenie symetrycznej rehabilitacji obu kończyn już od początku procesu usprawniania. Dzięki temu pacjent ma szansę szybciej powrócić do samodzielnego funkcjonowania.

DYREKTOR WIM-PIB PO RAZ KOLEJNY WŚRÓD LAUREATÓW LISTY STU 2025

Lista Stu od lat wyłania liderów, którzy wywierają największy wpływ na polską medycynę i system ochrony zdrowia. Inicjują nowe kierunki, wprowadzają rozwiązania systemowe, budują mosty między nauką a praktyką, łączą środowiska wokół wspólnego celu.



Po raz kolejny wśród laureatów **na wysokiej 14.** pozycji znalazł się dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego **gen. broni, prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielera**k.

TRZECH LAUREATÓW Z WIM W 5. EDYCJI KONKURSU PERSPEKTYWY MEDYCZYNY 2025



Celem konkursu Perspektywy Medycyny jest promowanie ekspertów, liderów i zespołów, które przyczyniają się do podnoszenia poziomu polskiej medycyny, wspierania pozytywnych zmian w ochronie zdrowia, podnoszenia jakości opieki medycznej oraz popularyzacji profilaktyki i postaw prozdrowotnych w społeczeństwie.

W kategorii Innowacje i Wdrożenia nagrodę główną otrzymał gen. broni prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego za diagnozę odporności systemu ochrony zdrowia w sytuacjach kryzysowych i deficytów kadrowych w wojsku oraz działania mające na celu zwiększenie bezpieczeństwa zdrowotnego Polaków.



W tej samej kategorii wyróżnienie otrzymał **płk dr hab. n. med. Paweł Krze**siński, pełnomocnik dyrektora WIM-PIB ds. kontaktów międzynarodowych za konsekwentne przekładanie telemedycyny na realną, skalowalną opiekę nad pacjentami kardiologicznymi – tam, gdzie kluczowe są ciągłość nadzoru, szybka reakcja na pogorszenie stanu zdrowia oraz odciążenie systemu stacjonarnego, a także rozwijanie i wdrażanie rozwiązań obejmujących zdalną rehabilitację oraz telemonitoring (w tym urządzeń wszczepialnych) oraz budowę modelu teleopieki dla chorych z niewydolnością serca (m.in. w ramach projektu AMULET).

W kategorii Lider – Edukacja dla Zdrowia wyróżnienie otrzymał prof. dr hab. n. med. Adam Stępień, kierownik Kliniki Neurologicznej za działalność kliniczną, ekspercką i edukacyjną, która w istotny sposób przyczynia się do rozwoju profilaktyki zdrowotnej oraz promocji działań prozdrowotnych w neurologii, a także za współtworzenie i wdrażanie ogólnopolskich standardów postępowania umożliwiających wczesne rozpoznawanie chorób neurologicznych.



SUKCES ZESPOŁU Z KLINIKI DERMATOLOGII



Pani **dr Joanna Zalewska-Gryszko** uzyskała II miejsce w konkursie na najlepszą prezentację plakatu za pracę „**Pigmented Purpura-Like Mycosis Fungoides: An Unknown Variant of a Well-Known Entity-Case Series**” na IV Konferencji sekcji PTD Dermatoskopii i Techniki Obrazowania Skóry (DiTOS) w Katowicach w dniach 13-14.03.2026.

Z kolei zespół autorów, **lek. Joanna Zalewska-Gryszko, lek. Piotr Janicki, dr n. med. Monika Słowińska oraz płk prof. dr hab. n. med. i n. o zdr. Witold Owczarek** przeprowadzili analizę użyteczności diagnostycznej dermoskopii i refleksyjnej mikroskopii konfokalnej (RCM) wśród pacjentów z rozpoznaniem wariantu hemosyderotycznego ziarniniaka grzybiastego (PDD-like MF), plamicy barwnikowej z objawami złogów hemosyderyny (PDD) oraz ziarniniakiem grzybiastym w stadium IA. Z powodu ogromnej rzadkości występowania PDD-like MF oraz jej indolentnego przebiegu, przedstawiona analiza jest unikalna, wykazując możliwość zastosowania RCM jako jedynej nieinwazyjnej metody diagnostycznej pozwalającej na przeprowadzenie wstępnej diagnostyki różnicowej.





NAJWYŻSZY WYNIK PES Z PEDIATRII DLA DR KATARZYNY TERLIKOWSKIEJ

Najwyższy wynik PES z pediatrii w Państwowym Egzaminie Specjalizacyjnym w sesji wiosennej 2026 roku **uzyskała dr Katarzyna Terlikowska** z Kliniki Pediatrii, Alergologii i Nefrologii Dziecięcej **zdobywając 110 na 119 możliwych punktów**.

Lek. Katarzyna Terlikowska jest absolwentką Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, gdzie dyplom lekarza uzyskała w 2017 roku. W 2018 roku rozpoczęła rezydenturę z pediatrii w Klinice Pediatrii, Alergologii i Nefrologii Dziecięcej WIM-PIB w Warszawie. Dr Katarzyna Terlikowska jest autorką kilku publikacji naukowych oraz członkinią Polskiego Towarzystwa Pediatricznego. Swoje kompetencje rozwijała podczas licznych kursów i konferencji naukowych z zakresu pediatrii. Odbiła także praktyki zagraniczne w General University Hospital w Walencji oraz w Torbay Hospital w Wielkiej Brytanii. Prywatnie jest żoną oraz mamą Alicji i Klary.

Szczególne podziękowania kieruje do dr n. med. Agaty Tomaszewskiej, dr n. med. Agnieszki Rusteckiej oraz prof. dr. hab. n. med. Bolesława Kalickiego za przekazaną wiedzę i cenne doświadczenie.



NAJWYŻSZY WYNIK PES Z CHOROÓB ZAKAŻNYCH DLA DOMINIKI JASKÓŁY-POLKOWSKIEJ

Najwyższy wynik PES z chorób zakaźnych w Państwowym Egzaminie Specjalizacyjnym w sesji wiosennej 2026 uzyskała **lek. Dominika Jaskóła-Polkowska** z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii **zdobywając 103 na 120 możliwych punktów**.

Lek. Dominika Jaskóła-Polkowska jest absolwentką kierunku lekarskiego Uniwersytetu Pavla Jozefa Šafárika w Koszycach (Słowacja), gdzie studiowała w języku angielskim, uzyskując dyplom lekarza w 2021 roku. Od 2022 roku jest zatrudniona na stanowisku lekarza rezydenta w Klinice Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii WIM-PIB w Warszawie.

Szczególne podziękowania kieruje do dr Anny Skibińskiej, kierownika specjalizacji, za ogromny wkład włożony w szkolenie i przygotowanie do egzaminu.



Podpisanie Listu Intencyjnego dotyczącego współpracy na rzecz zdrowia psychicznego



SUKCES STUDENTÓW KOŁA NAUKOWEGO PRZY KLINICE NEUROLOGICZNEJ WIM-PIB

22 marca 2026 roku na Warszawskim Uniwersytecie Medycznym odbyła się **ogólnopolska studencka konferencja naukowa Via Cerebri**, skupiająca młodych naukowców zainteresowanych tematyką neurologii.

W wydarzeniu czynny udział wzięli studenci Koła Naukowego działającego przy Klinice Neurologicznej WIM-PIB. Kierownikiem Kliniki jest prof. dr hab. n. med. Adam Stępień, natomiast opiekunami naukowymi Koła są prof. dr hab. n. med. Jacek Staszewski oraz doktor Aleksandra Pogoda-Wesołowska.

Studenci przygotowali prace naukowe pod opieką dr Aleksandry Pogody-Wesołowskiej, prezentując wysoki poziom merytoryczny oraz zaangażowanie badawcze.

Szczególne wyróżnienia zdobyły:

Katarzyna Czerwonogrodzka oraz **Nina Sługodzka** – za prezentacje plakatowe, **Gabriela Zagól** oraz **Agata Świątek** – które zajęły III miejsce w sesjach ustnych za prezentacje przypadków klinicznych.



NOWE WŁADZE POLSKIEGO TOWARZYSTWA ANGIOLOGICZNEGO

W dniach 20–21 marca 2026 r. w Katowicach odbył się XVII Kongres Polskiego Towarzystwa Angiologicznego. Wydarzenie stanowiło część Europejskiego Miesiąca Chorób Naczyń (VAS March European Vascular Forum, www.vas-int.net).

Z przyjemnością informujemy, że podczas kongresu nastąpiło przekazanie funkcji Prezesa Polskiego Towarzystwa Angiologicznego **plk. dr. hab. n. med. Mirosławowi Dziekiewiczowi, prof. instytutu**. Funkcję past-prezesa objęła prof. dr hab. n. med. Agata Stanek, natomiast prezesem elektem został prof. dr hab. n. med. Paweł Maga.

Do Zarządu Towarzystwa dołączył lek. Andrzej Pawłowski, odbywający szkolenie w zakresie chirurgii naczyniowej w Klinice Chirurgii Naczyniowej i Endowaskularnej WIM PIB. Powierzono mu funkcję skarbnika Towarzystwa. Gratulujemy.



WIM-PIB Z INNOWACYJNĄ TERAPIĄ AORTY W EUROPEJSKIM PROGRAMIE EXTENSO

24 marca br. w **Klinice Chirurgii Naczyniowej i Endowaskularnej WIM-PIB** przeprowadzono pierwszą operację pacjenta z ostrym rozwarstwieniem aorty typu B z wykorzystaniem stentu Allay firmy Inressa Vascular.

Zabieg wykonano w ramach międzynarodowego programu naukowego EXTENSO, obejmującego liczne ośrodki w Europie. Zastosowanie systemu Allay ma na celu uzupełnienie działania piersiowego stentgraftu aortalnego, tworząc optymalne warunki do remodelingu aorty po jej rozwarstwieniu.

Zespół operacyjny:

Operator: plk dr hab. n. med. Mirosław Dziekiewicz, prof. WIM

Asysta: lek. Tomasz Orłowski

Anestezjolog: dr n. med. Ryszard Bialic

Pielęgniarka anestezjologiczna: Ewa Kozłowska

Instrumentariuszki: Marta Kramża, Marta Kapczyńska

Technik elektrowizyjny: Łukasz Kosiński

Centrum Wsparcia Badań Klinicznych: Dominika Pałdyna



Okiem kamery

TVP3 WARSZAWA

Przykład krakowskiego alarmu smogowego pokazuje, że oddolna inicjatywa może wpływać pozytywnie na jakość życia milionów ludzi. A czy to życie faktycznie jest tym działaniem ratowane? O to zapytam moich gości.

A są nimi Marek Józefiak z Greenpeace Polska. Dzień dobry. I dr Piotr Dąbrowiecki, alergolog z Wojskowego Instytutu Medycznego. Dzień dobry. To zaczniemy od podstaw. Czym jest smog?





Dzwon Zwycięzy w Klinice Onkologii



<https://cloud.wim.mil.pl/s/cF6F7ZHaEMajtjE>

PROFILAKTYKA ŻOŁNIERZY TYLKO NA PAPIERZE?

Żołnierz ma być sprawny, zwarty, gotowy - tak zazwyczaj postrzegamy służbę, zapominając jednak, że w mundurze jest człowiek. Tak samo jak cywil, narażony na różne problemy zdrowotne. Gen. broni, prof. Grzegorz Gielerak dodaje, że Wojskowy Instytut Medyczny przeprowadził badania na blisko 10 tys. żołnierzy, celem oceny ryzyka sercowo-naczyniowego. Wyniki nie pozostawiają złudzeń, aż 28% z nich ma nadciśnienie tętnicze, blisko 70% zaburzenia lipidowe, a 23% cierpi na objawy lub cechy zespołu metabolicznego. Dlaczego tak się dzieje i jak można poprawić obecną sytuację? Pytamy generała.



<https://politykazdrowotna.com/artukul/profilaktyka-zolnierzy-n2245913>

DZIENNIK REGIONÓW

Wiosna to dla wielu najpiękniejsza pora roku, ale też początek sezonu alergicznego. Marzec jest bowiem miesiącem intensywnego pylenia drzew, głównie olchy i topoli.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/jWkoazJzdsmtMf2>



PROGRAM INFORMACYJNY 19.30

Skutki zbrojnego konfliktu na Bliskim Wschodzie odczuje nie tylko sektor paliwowy. W ślad za drożącą ropą wyższych cen może spodziewać się także rynek leków. Według ekspertów ceny wzrosną o kilkanaście procent.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/rGRstj4sZso9ZnP>



TVN24 WYBADAĆ RAKA. EKSPERCI O POTRZEBIE POWTARZANIA BADAŃ

Do połowy stulecia liczba zachorowań na raka piersi wśród kobiet może wzrosnąć nawet do 3,5 miliona rocznie - wynika z najnowszego raportu "Lancet Oncology". Choć w krajach zamożnych śmiertelność z powodu tej choroby spada, w państwach biedniejszych dramatycznie rośnie z powodu braku wczesnej diagnostyki i ograniczonego dostępu do terapii.

**Dyrektor WIM-PIB
pogratulował**

**Pani Dominice Jaskóle-Polkowskiej
oraz Pani Katarzynie Terlikowskiej
osiągnięcia najwyższego wyniku
w kraju na egzaminie PES.**

**„Swoim wynikiem Panie nie tylko
zdobyły najwyższe miejsce, ale stały
się punktem odniesienia dla innych.
Osiągnięty sukces nie ma wyłącznie
wymiaru statystycznego – wiele
mówi też o osobowości lekarza, jego
pracowitości i kompetencjach”**



<https://tvn24.pl/zdrowie/rak-piersi-coraz-czestszy-do-2050-roku-liczba-przypadkow-wzrosnie-o-polowe-st8940956>



FAKTY

Na leczenie chorób ultrazadkich u dzieci zawsze brakuje pieniędzy, zawsze trudno o szybką diagnozę, brakuje czasu na terapię, zawsze potrzeba wielkiej determinacji rodziców i lekarzy. W tym przypadku też tak jest. Chodzi o mutację genu PUS3. Nasi lekarze stanęli na wysokości zadania.



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

KURIER WARSZAWY I MAZOWSZA PROGRAM BEZPŁATNEGO LECZENIA ENDOMETRIOZY

Marzec jest miesiącem świadomości endometriozy. Choroby, która może dotyczyć nawet co dziesiątą kobietę w wieku rozrodczym. W ubiegłym roku Ministerstwo Zdrowia uruchomiło program bezpłatnego leczenia endometriozy. Jednak wciąż brakuje miejsc, gdzie można zdiagnozować i leczyć tę chorobę w ramach NFZ. Na Mazowszu jedyną placówką z kompleksowym systemem opieki jest Wojskowy Instytut Medyczny w Warszawie.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/7aRMNcTs44QJPBn>

U TOKTORA

Moim gościem jest dr Piotr Dąbrowiecki, specjalista, alergolog z Wojskowego Instytutu Medycznego. Pan już użył tego słowa immunoterapia i Pan użył drugiego słowa odczulanie. Czy to jest to samo?



<https://cloud.wim.mil.pl/s/35K7y72qF3FLcmp>

WIM w mediach

BLISKO 33 MLN ZŁ NA DOSKONALENIE KADR W ZAKRESIE REAGOWANIA NA SYTUACJE KRYZYSOWE I WOJENNE

26.03.2026 r.
www.gov.pl



**Podziękowanie za lata pracy
w WIM-PIB
(1990 - 2026)
Pani Barbara Papis**



Wzmocnienie gotowości systemu ochrony zdrowia na sytuacje kryzysowe to główny cel projektu realizowanego dla Ministerstwa Zdrowia przez Wojskowy Instytut Medyczny - Państwowy Instytut Badawczy we współpracy z ośrodkami partnerskimi. Inicjatywa zakłada utworzenie **ogólnopolskiej sieci szkoleniowej w zakresie medycyny taktycznej**, której centralnym elementem będzie Krajowe Centrum Doskonalenia Medycyny Taktycznej (KCD MED-TAC).

Projekt odpowiada na rosnące wyzwania związane z bezpieczeństwem zdrowotnym – od katastrof i zdarzeń masowych, po zagrożenia hybrydowe i konflikty zbrojne. Jego celem jest systemowe podniesienie kompetencji cywilnego personelu medycznego oraz pracowników cywilnych podmiotów leczniczych, tak aby skutecznie reagowali w warunkach zagrożenia.

Więcej:

<https://www.gov.pl/web/zdrowie/inwestycje-w-bezpieczenstwo-zdrowotne-blisko-33-mln-zl-na-doskonalenie-kadr-w-zakresie-reagowania-na-sytuacje-kryzysowe-i-wojenne>

TA RZADKA CHOROBA MA POLSKIE KORZENIE. PACJENCI WRESZCIE DOCZEKAJĄ SIĘ LECZENIA

26.03.2026 r.
stronazdrowia.pl

Naukowcy pracują nad terapią genową dla jednej z najrzadszych chorób genetycznych na świecie – zespołu PUS3. Według **prof. Leszka Lisowskiego** zespół badawczy ma już czterech kandydatów na lek, a jeden z nich może trafić do praktyki klinicznej. Jeśli uda się zabezpieczyć finansowanie dalszych badań, terapia może być gotowa do podania pacjentom w ciągu około dwóch lat. Aby doszło do wystąpienia zespołu PUS3, dziecko musi odziedziczyć dwie wadliwe kopie genu. Posiadacze jednej kopii nie chorują i są jedynie nosicielami mutacji. U chorego dziecka rozwija się rzadki zespół licznych wrodzonych wad z ciężką niepełnosprawnością intelektualną, ogólnym opóźnieniem rozwoju, brakiem mowy (afazją), niedoborem wzrostu, małogłowieciem oraz wadami organów wewnętrznych. U części pacjentów pojawia się także padaczka, często lekooporna.

Więcej:

<https://stronazdrowia.pl/ta-rzadka-choroba-ma-polskie-korzenie-pacjenci-wreszcie-doczekaja-sie-leczenia/ar/c14p2-28852845>

NAGRODY ANIMUS FORTIS "MĘŻNY DUCH" - DLA TYCH, KTÓRZY RATUJĄ ŻYCIE, SZKOLĄ, INSPIRUJĄ – VIDEO

25.02.2026 r.
rynekzdrowia.pl

Podczas XI Kongresu Wyzwań Zdrowotnych w Katowicach wręczono nagrody Animus Fortis "Mężny Duch", przyznawane przez Wojskowy Instytut Medyczny – Państwowy Instytut Badawczy. W tym roku wyróżniono **strażaka asp. Piotra Wroteckiego, Akademię Pożarniczą, kpt. Jacka Pawła Osickiego oraz Dowództwo Komponentu Wojsk Specjalnych.**

Więcej:

<https://www.rynekzdrowia.pl/Polityka-zdrowotna/Nagrody-Animus-Fortis-Mezny-Duch-dla-tych-ktorzy-ratuja-zycie-szkola-inspiruja-WIDEO,282556,14.html>



LEGIONOWO: PARKING PRZY SZPITALU WIM CORAZ BLIŻEJ

25.03.2026 r.

gazetapowiatowa.pl

Władze Legionowa intensyfikują starania o budowę parkingu wielopoziomowego w sąsiedztwie filii Wojskowego Instytutu Medycznego.

Inwestycja ma pełnić podwójną rolę: rozwiązać paraliż komunikacyjny wokół szpitala oraz stać się obiektem infrastruktury o specjalnym przeznaczeniu na potrzeby szpitala.

Więcej:

<https://gazetapowiatowa.pl/artykul/legionowo-parking-ze-n2249248>



RÓB TO, ABY TWÓJ MÓZG BYŁ OSTRY JAK BRZYTWA

24.03.2026 r.

Beskidy.news.zdrowie.pl

Sprawność umysłowa w podeszłym wieku nie jest zarezerwowana dla wybranych. Neurolog **prof. Jacek Staszewski** podkreśla, że każdy z nas może zadbać o swój mózg, stosując się do trzech kluczowych zasad. **Ekspert wyjaśnia, jak proste nawyki mogą znacząco wpłynąć na kondycję naszego umysłu.**

Jednym z największych zagrożeń dla zdrowia mózgu są choroby układu krążenia, zwłaszcza nadciśnienie tętnicze. Aktywność intelektualna i społeczna to kolejny filar dbania o zdrowie mózgu. Prof. Staszewski wskazuje, że uczenie się nowych umiejętności, rozwijanie pasji czy utrzymywanie relacji z innymi działa na mózg jak najlepsza odżywka. Oprócz aktywności umysłowej nie wolno zapominać o regularnym ruchu. Trzecią zasadą, którą wskazuje w Medonecie prof. Staszewski, jest umiejętność radzenia sobie ze stresem.

Więcej:

<https://beskidy.news/zdrowie/9862-rob-to-aby-twoj-mozg-byl-ostry-jak-brzytwa>



WHO: SKUTECZNOŚĆ LEKÓW CORAZ BARDZIEJ OGRANICZONA

Antybiotykooporność to coraz poważniejszy problem współczesnej medycyny. Oporność na środki przeciwdrobnoustrojowe osłabia skuteczność ratujących życie metod leczenia, stanowiąc poważne i rosnące zagrożenie dla zdrowia na świecie oraz podważając fundamenty współczesnej medycyny – podkreśla Światowa Organizacja Zdrowia. W ubiegłym roku powstał raport "Szpitalne realia antybiotykooporności (i jej koszty)" opracowany przez **gen. prof. Grzegorza Gielera i dr Annę Olczak-Pieńkowską** z Wojskowego Instytutu Medycznego – PIB w Warszawie.

Więcej:

<https://newsmed.pl/profilaktyka/12284964/antybiotykoopornosc-niedlugo-nawet-10-mln-ofiar-na-swiecie.html>



WIELKA ZMIANA DLA OSÓB Z CUKRZYCĄ. BĘDZIE SIĘ WSZYSTKIM OPŁACAĆ.

23.03.2026 r.

diabetyk.org.pl



Konferencja Prasowa „Utworzenie ogólnopolskiej sieci szkoleniowej w zakresie medycyny taktycznej”



Tysiące osób z cukrzycą tracą wzrok z powodu zbyt późnego rozpoznania powikłań choroby. A inni pacjenci diabetologiczni wypełniają kolejki do okulistów, choć nie potrzebują pomocy. Jak to zmienić? Lekarze specjaliści mają pomysł na rozwiązanie, a Ministerstwo Zdrowia skierowało go do oceny Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji. Cemu ta zmiana jest potrzebna – o tym opowiadają nam dr hab. Andrzej Gawrecki z Katedry i Kliniki Chorób Wewnętrznych i Diabetologii Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu oraz **prof. Marek Rękas z Wojskowego Instytutu Medycznego-PIB.**

Wiele osób z cukrzycą nie wie, że powinno mieć regularnie badany wzrok i oceniane dno oka. Biorąc pod uwagę kolejki do specjalistów, przebadanie tylu chorych (nawet 2-3 mln osób) w gabinetach okulistycznych byłoby trudne lub wręcz nierealne. Cemu badać się tak często? Cukrzyca, zwłaszcza nieodpowiednio leczona, uszkadza wzrok. Bez szybkiej reakcji, może być to uszczerbek trwały. Zmiany w gałce ocznej mógłby wychwycić diabetolog

Więcej:

<https://diabetyk.org.pl/wielka-zmiana-dla-osob-z-cukrzyca-bedzie-sie-wszystkim-oplacac/>

ARYTMETYKA OSZCZĘDNOŚCI

23.03.2026 r.
termedia.pl

Czy mechanizm degresywny w ambulatoryjnej opiece specjalistycznej da się pogodzić z odwracaniem piramidy świadczeń zdrowotnych? Między innymi na to pytanie w „Menedżerze Zdrowia” odpowiada **Grzegorz Gielerak.**

Więcej:

<https://www.termedia.pl/mz/Arytmetyka-oszczednosci,66504.html>

CORAZ WIĘCEJ MŁODYCH OSÓB Z CIĘŻKIMI CHOROBYMI JELIT. JEST JEDEN GŁÓWNY WINOWAJCA.

23.03.2026 r.
newsmed.pl

Choroby dotyczą nawet 150 tys. osób w Polsce. Ta liczba wciąż rośnie, głównie z powodu stylu życia i wysoko przetworzonej żywności. Choroby objawiają się przewlekłymi biegunkami (często z krwią lub śluzem), silnymi bólami brzucha, utratą wagi, osłabieniem, gorączką oraz wzdęciami.

– Chorzy gorączkują, a ponieważ wraz ze stolcem tracą krew, to mają anemię i część z nich trafia do szpitala. Często mają depresję, zespół lękowy, zmęczenie, są wykluczeni z życia zawodowego, społecznego lub ma ją dysfunkcje seksualne – mówił dla NewsMed **prof. Maciej Gonciarz**, kierownik Kliniki Gastroenterologii i Chorób Wewnętrznych Wojskowego Instytutu Medycznego – PIB w Warszawie.

Więcej:

<https://newsmed.pl/medycyna/choroby-rzadkie/12283800/choroby-zapalne-jelit-choruja-coraz-mlodsze-osoby.html>

WCALE NIE KASZEL. TO DUSZNOŚĆ JEST NAJPOWAŻNIEJSZYM OBJAWEM POCHP

22.03.2026 r.



zdrowie.pap.pl

Dr hab. Piotr Dąbrowiecki z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie wyjaśnia, że typowym objawem POChP jest duszność pojawiająca się podczas wysiłku. Dodał, że choć kaszel występuje często, połowa pacjentów nie kaszle lub nie zwraca na to uwagi, co może utrudniać szybkie rozpoznanie choroby. Zazwyczaj osoby z takimi dolegliwościami zgłaszają się do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej, który kieruje je na badanie spirometryczne.

Więcej:

<https://zdrowie.pap.pl/choroby/pochp-nie-zawsze-kaszel-jest-objawem-numer-jeden>



PRZEWLEKŁA CHOROBA NEREK - ODPOWIEDNIA DIETA POPRAWIA JAKOŚĆ ŻYCIA I ODSUWA W CZASIE DIALIZY CZY PRZESZCZEP

19.03.2025 r.

zrowiego.pl

– Przewlekła choroba nerek to jest schorzenie wręcz populacyjne. W Polsce kilka milionów osób ma ten problem, o czym często nie wie. Przyczyny są różne. W pewnym sensie jest to choroba cywilizacyjna, czyli wynika z tego, że jesteśmy nadmiernie odżywieni, mamy cukrzycę, nadciśnienie, i z tego, że społeczeństwo się starzeje, czyli dożywamy takiej sytuacji, że generalnie funkcja nerek jest gorsza – mówi agencji Newseria **prof. dr hab. n. med. Stanisław Niemczyk**, kierownik Kliniki Chorób Wewnętrznych, Nefrologii i Dializoterapii w Wojskowym Instytucie Medycznym – PIB w Warszawie. PChN jest drugą najczęściej występującą przewlekłą chorobą w Polsce, zaraz po nadciśnieniu tętniczym.

Więcej:

<https://www.zdrowiego.pl/choroby/11216807/przewlekla-choroba-nerek-odpowiednia-dieta-poprawia-jakosc-zycia-i-odsuwa-w-czasie-dializy-czy-przeszczep.html>



PONAD 300 MLN ZŁ NA WZMOCNIENIE SYSTEMU KRWI. POLSKA PRZYGOTOWUJE SIĘ NA KRZYSY

18.03.2026 r.

stronazdrowia.pl

Krew jest jednym z najcenniejszych zasobów systemu ochrony zdrowia – nie da się jej wyprodukować ani zastąpić syntetycznym odpowiednikiem. Jej dostępność zależy od sprawnej organizacji całego systemu. Zaczynając od honorowych dawców, przez logistykę, aż po zapasy w szpitalach. W czasach globalnych kryzysów – pandemii, katastrof czy konfliktów zbrojnych – znaczenie tego systemu rośnie jeszcze bardziej. Eksperti na XI Kongresie Wyzwań Zdrowotnych zwracali uwagę, że bezpieczeństwo dostaw krwi to jeden z kluczowych elementów odporności państwa.

Więcej:

<https://stronazdrowia.pl/ponad-300-mln-zl-na-wzmocnienie-systemu-krwi-polska-przygotowuje-sie-na-kryzysy/ar/c14p2-28827959>





WOJSKO POTRZEBUJE WŁASNEGO WYKAZU SUBSTANCJI I LEKÓW KRYTYCZNYCH

17.03.2026 r.
termedia.pl

– Stan przygotowania polskiego systemu ochrony zdrowia, w tym szpitali wojskowych, do zapewnienia ciągłości dostaw leków w warunkach kryzysu lub konfliktu zbrojnego pozostaje niewystarczający – powiedział „Menedżerowi Zdrowia” **gen. broni prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerał**, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego.

Więcej:

<https://www.termedia.pl/mz/Wojsko-potrzuje-wlasnego-wykazu-substancji-i-lekow-krytycznych-,66384.html>



POLSKA W OBLICZU WOJNY. GEN. GIELERAŁ O PRZYGOTOWANIACH

17.03.2026 r.
rynekzdrowia.pl

Zbudować odporny system - mówi **gen. Grzegorz Gielerał**, szef Wojskowego Instytutu Medycznego o najpilniejszym działaniu w obliczu zagrożeń geopolitycznych. Składa się na to wiele czynników, w tym przygotowanie kadr medycznych.

- Po pierwsze, właściwe przygotowanie kadr medycznych: przeszkolenie, identyfikacja potrzeb, zgranie tej identyfikacji z potrzebami sił zbrojnych, no i przede wszystkim permanentne szkolenie w układzie cywilno-wojskowym. Kolejna bardzo istotna kwestia to są tzw. chronione miejsca udzielania świadczeń, czyli przygotowanie infrastruktury naszych podmiotów leczniczych do tego, aby móc udzielać świadczeń w warunkach kryzysu, jakim jest kryzys wojenny.

Więcej:

<https://www.rynekzdrowia.pl/Polska-i-swiat/General-Gielerał-wymienia-dzialania-ktore-sa-warunkiem-przetrwania-wojny,282176,15.html>



POCHP ZABIJA PO CICHU I BYWA MYLONA Z ASTMĄ

17.03.2026 r.
newsmed.pl

- „Kaszel palacza” nie istnieje. Jeżeli ktoś kaszle ponad 12 tygodni, to powinien się zastanowić, dlaczego. Kaszel i duszności mogą oznaczać POChP. Z takimi objawami należy zgłosić się do lekarza rodzinnego, wykonać spirometrię, uzyskać rozpoznanie i podjąć leczenie – tłumaczy **dr hab. n. med. Piotr Dąbrowiecki**, przewodniczący Polskiej Federacji Stowarzyszeń Chorych na Astmę, Alergie i POChP z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii Wojskowego Instytutu Medycznego, Państwowego Instytutu Badawczego

Więcej:

<https://newsmed.pl/pacjent/12277467/pochp-objawy-diagnostyka-i-dlaczego-mylona-jest-z-astma.html>





KARTA DIŁO JUŻ OD DAWNA NIE SPEŁNIA SWOJEJ FUNKCJI

16.03.2026 r.
prawo.pl

- Sami stworzyliśmy ten mechanizm „Polak potrafi”. Przecież wiadomo, że nie będziemy wystawiać kart DiLO, jeśli procedury na etapie diagnostyki były źle wycenione, a potem konsekwencją tego jest niepłacenie 100 proc. za zabieg operacyjny, radioterapię czy inne świadczenia. Lepiej opłaca się robić niektóre procedury bez DiLO, niż z nią. Ta ścieżka powinna być poprawiona, a nie tak jak obecnie, że jeśli coś się obsunie, to placówka nie ma zapłacone. Niektóre placówki miały tak ustalone, że kartę zakłada się po rozpoznaniu nowotworu i kierownicy tego pilnowali – mówiła na posiedzeniu ostatniej sejmowej podkomisji stałej do spraw organizacji ochrony zdrowia **prof. Renata Duchnowska**, kierownik Kliniki Onkologii Wojskowego Instytutu Medycznego – PIB w Warszawie.

Więcej:

<https://www.prawo.pl/zdrowie/karta-dilo-problemy,1540604.html>



ONKOŁODZY ALARMUJĄ: CORAZ WIĘCEJ ZACHORWAŃ NA CZERNIAKA

14.03.2026 r.
newsmed.pl

Bardzo ważnym narzędziem w diagnostyce jest też dermatoskopia. – Na wczesnym etapie czerniak może wyglądać identycznie jak zwykłe znamię. Dermatoskopia pozwala wykryć zmianę o średnicy kilku milimetrów i uratować życie pacjenta – mówiła **dr Monika Słowińska** z Kliniki Dermatologii Wojskowego Instytutu Medycznego – PIB w Warszawie podczas wrześniowej debaty eksperckiej „Zdrowie – Wspólna Sprawa: nowotwory skóry – jak poprawić wykrywalność i skutecznie leczyć?”.

Więcej:

<https://newsmed.pl/profilaktyka/12274899/czerniak-coraz-wiecej-zachorowan-zbyt-pozne-rozpoznanie.html>



ZDROWIE ŻOŁNIERZA STRATEGICZNYM ELEMENTEM SYSTEMU BEZPIECZEŃSTWA PAŃSTWA

10.03.2026 r.
pap.pl

-„Przebadaliśmy grupę blisko 10 tys. żołnierzy. Na podstawie uzyskanych wyników okazało się, że aż 28% z nich ma nadciśnienie tętnicze, blisko 70% - zaburzenia lipidowe, a 23% cierpi na objawy lub cechy zespołu metabolicznego. Nie można oczekiwać od żołnierza codziennego stosowania zdrowego stylu życia w oderwaniu od warunków, w jakich pełni służbę. Kultura organizacyjna, w której na co dzień funkcjonuje, ma znaczenie kluczowe” - podkreślał **gen. Gielera**k. Argumentował, że jeśli chcemy mieć sprawnego żołnierza, jego „gotowość operacyjna nie zaczyna się dopiero w chwili zagrożenia, lecz znacznie wcześniej - od jakości profilaktyki, skuteczności badań przesiewowych, szczepień, edukacji zdrowotnej oraz sprawności systemu, który potrafi odpowiednio wcześniej rozpoznawać ryzyka”.

Więcej:

Zajętek w Klinice Pediatrii Wielkanoc pełna uśmiechu





<https://www.pap.pl/mediaroom/zdrowie-zolnierza-strategicznym-elementem-systemu-bezpieczenstwa-panstwa>

TAK WYGLĄDA PRACA MEDYKA W CZASIE ATAKU TERRORYSTYCZNEGO LUB WOJNY

07.03.2026 r.
medonet.pl



Atak terrorystyczny, katastrofa komunikacyjna czy wojna — to sytuacje, na które system ochrony zdrowia musi być przygotowany nie tylko organizacyjnie, ale i mentalnie. W takich chwilach kluczowe staje się nie tylko ratowanie życia, ale także radzenie sobie z własnymi emocjami i stresem. Jak wygląda praca medyków w warunkach kryzysowych?

Atak terrorystyczny to jedna noc traumy. Wojna to nieustanny stres i nowe wyzwania. Walki w Ukrainie wprowadziły nowy rodzaj broni - drony, które powodują liczne, ciężkie urazy. Brakuje możliwości szybkiej ewakuacji, jaką zapewniały śmigłowce w Afganistanie - ryzyko zniszczenia sprzętu jest zbyt duże. Doświadczenia z Afganistanu nie sprawdzają się w Ukrainie. Tam personel medyczny musi codziennie mierzyć się z ekstremalnymi warunkami" - ocenia dr Radosław Tworus, kierownik Kliniki Psychiatrii, Stresu Bojowego i Psychotraumatologii WIM-PIB.

Więcej:

<https://www.medonet.pl/zdrowie/zdrowie-dla-kazdego,wojna-i-ataki-terrorystyczne-tak-medycy-radza-sobie-ze-stresem,artykul,70660306.html>



DZIĘKI INHIBITOROM JAK MOŻEMY UZYSKAĆ PEŁNĄ REMISJĘ W NCHZJ

04.03.2026 r.
zdrowie.pap.pl



W kwietniu mijają dwa lata od momentu, gdy w Polsce wprowadzono inhibitory do programu lekowego **dla chorych z nieswoistymi chorobami zapalnymi jelit (NChZJ)**. Ta doustna terapia małącząsteczkowa zmieniła filozofię leczenia. „Pacjenci zyskali alternatywę wobec klasycznych leków. Problem w tym, że włączamy ją zbyt późno” – uważa **prof. dr hab. n. med. Maciej Gonciarz** kierownik Kliniki Gastroenterologii i Chorób Wewnętrznych Wojskowego Instytutu Medycznego.

Więcej:

<https://zdrowie.pap.pl/wywiady/leczenie/dzieki-inhibitorom-jak-mozemy-uzyskac-pelna-remisje-w-nchzj>



Nasza rozmowa

PPŁK DR AGATA BĘDZICHOWSKA: LEKARZ WOJSKOWY NIE POWINIEN SIEDZIEĆ ZA BIURKIEM

Inwestycja państwa w wyszkolenie lekarzy wojskowych wymaga rozwiązań, które zatrzymają ich jak najdłużej w służbie – mówi ppłk dr n. med. Agata Będzichowska, specjalistka immunologii klinicznej i pediatrii z Kliniki Pediatrii, Nefrologii i Alergologii Dziecięcej Wojskowego Instytutu Medycznego w rozmowie z Mariuszem Tomczakiem.





Co skłoniło Panią do wyboru kierunku wojskowo-lekarskiego zamiast studiów na uczelni cywilnej?

Przede wszystkim głęboko zakorzeniony patriotyzm i poczucie misji. Wybór ten był też podyktowany etosem lekarza wojskowego i prestiżem munduru.



Czym zajmuje się Wojskowa Służba Zdrowia w okresie pokoju?

Realizowane są zadania bieżące, takie jak zabezpieczenie medyczne jednostek i szpitali wojskowych, a także wsparcie w sytuacjach kryzysowych, np. podczas klęsk żywiołowych czy kryzysów humanitarnych. Ale dla całego wojska najważniejsze powinno być utrzymywanie gotowości operacyjnej. W czasie pokoju trzeba szkolić się, gromadzić sprzęt i zapasy oraz opracowywać plany związane z potencjalnym konfliktem zbrojnym.



Czy młodzi lekarze garną się do Wojska Polskiego?

Zainteresowanie jest duże, o czym m.in. świadczą rosnące w ostatnich latach limity przyjęć w Kolegium Wojskowo-Lekarskim w Łodzi – obecnie wynosi on 200 osób na rok. Jednak zderzenie z realiami i ograniczeniami Wojskowej Służby Zdrowia po uzyskaniu dyplomu lekarza sprawia, że sporo osób rezygnuje z munduru. I to jest wielki problem, bo jako państwo inwestujemy w szkolenie lekarzy wojskowych, ale okazuje się, że w praktyce brakuje argumentów za zatrzymaniem ich w służbie.



Co trzeba zmienić?

Jednym z najbardziej odczuwalnych problemów jest dysproporcja finansowa. Za te same kompetencje lekarz wojskowy otrzymuje wynagrodzenie o około 20 proc. niższe niż wynosi obecnie płaca minimalna lekarza w sektorze cywilnym. Oznacza to, że moja koleżanka z za biurka z tymi samymi kompetencjami ma zagwarantowaną ustawowo pensję o jedną piątą wyższą ode mnie. Ta luka płacowa powiększy się od 1 lipca w związku z planowanym wzrostem wysokości minimalnych pensji w ochronie zdrowia. Mimo to z badania ankietowego przeprowadzonego wśród lekarzy wojskowych wynika, że kwestie finansowe nie są głównym problemem.



A co nim jest?

Przede wszystkim brak jasno określonej ścieżki rozwoju zawodowego w obszarze medycyny. Nie ma przejrzystych mechanizmów jak powinna przebiegać kariera lekarza wojskowego po uzyskaniu specjalizacji w zakresie utrzymywania i rozwijania nabytych kompetencji. W ustawodawstwie nie przewidziano m.in. tego, by lekarz ze specjalizacją mógł je podtrzymywać w czasie pełnionej służby.

Po drugie, w jednostce wojskowej nie ma możliwości wykonywania praktyki zawodowej. W tej chwili obowiązki lekarza w mundurze skupiają się na kwestiach administracyjnych, które nie mają nic wspólnego z leczeniem. Nie mamy też uprawnień do wystawiania żołnierzom recept czy zwolnień lekarskich – możemy świadczyć tylko pomoc doraźną.



Problemem jest brak zrozumienia w relacjach z przełożonymi. Nasi dowódcy niebędący lekarzami w ogóle nie rozumieją, że musimy podtrzymywać medyczne kompetencje zawodowe, a praca biurowa w jednostce wojskowej na to nie pozwala. Dowódca oczekuje, by lekarz wykonywał obowiązki administracyjne, a lekarz staje się coraz bardziej sfrustrowany, że jego praca polega głównie na tym.

We wrześniu minister obrony narodowej ogłosił powstanie Dowództwa Wojsk Medycznych. Co to oznacza dla lekarzy w mundurach?

Obecnie zmagamy się z ogromnym rozdrobnieniem kompetencji – w każdym rodzaju sił zbrojnych decyzje dotyczące lekarzy zapadają niezależnie, co utrudnia sprawne zarządzanie. Liczymy na to, że nowa struktura skonsoliduje medycynę wojskową pod jednolitym dowództwem. Dzięki temu nasze problemy staną się też bardziej widoczne, bo na tle całej armii nie jesteśmy najliczniejszą grupą.



Na co dzień pracuje Pani w Klinice Pediatrii, Nefrologii i Alergologii Dziecięcej Wojskowego Instytutu Medycznego. Co pediatra robi w wojsku?

Specjalizacja pediatryczna to coś unikalnego w skali sił zbrojnych, ale moje kompetencje medyczne są takie same jak lekarza ogólnego. Pracując w jednostce wojskowej dwa razy w roku jeździłam na poligon, gdzie odpowiadałam za zabezpieczenie medyczne i pomoc doraźną dla żołnierzy. W związku z tym, że mam też specjalizację z immunologii klinicznej, obecnie raz w tygodniu przyjmuję dorosłych pacjentów w poradni immunologicznej. Jestem w trakcie specjalizacji z alergologii, gdzie również nie ma rozgraniczenia na dorosłych i dzieci.

Dzięki specjalizacji z pediatrii dodatkowo mogę wykazywać się i pomagać na wielu innych polach, np. brałam udział w tworzeniu centrów dla uchodźców z Ukrainy, gdzie 60-70 proc. z nich to dzieci, oraz ewakuacji polskich obywateli ze Strefy Gazy w ramach konfliktu izraelsko-palestyńskiego, głównie dbając o bezpieczeństwo najmłodszych. Moje kompetencje były też przydatne w czasie powodzi na Dolnym Śląsku w 2024 r., kiedy w udzielanie pomocy mieszkańcom zalanych terenów było zaangażowanych wielu żołnierzy.

<https://gazetalekarska.pl/pplk-dr-agata-bedzichowska-lekarz-wojskowy-nie-powinien-siedziec-za-biurkiem/>

Informacje Komendy Pionu Leczniczego

WIM-PIB ZAPRASZA DO PROGRAMU PILOTAŻOWEGO KOWZS

Program pilotażowy KOWZS (Kompleksowa Opieka nad Świadczeniobiorcą z Wczesnym Zapaleniem Stawów) to nowoczesne rozwiązanie w zakresie diagnostyki i leczenia chorób reumatycznych, koncentrujące się na pacjentach z pierwszymi objawami zapalenia stawów.

Program skierowany jest do pacjentów którzy ukończyli 18. rok życia i u których rozpoznano bądź podejrzewa się zapalną chorobę reumatyczną.

Więcej informacji o programie KOWZ na stronie: [Program pilotażowy KOWZS](#)

Poradnia Reumatologii

Program pilotażowy KOWZS

Telefon: 665 707 632

email: kowzspilotaz@wim.mil.pl

NOWE STUDENCKIE KOŁO NAUKOWE ORTOFRONT PRZY WIM-PIB

W dniu **19 stycznia 2026 r. w Warszawskim Uniwersytecie Medycznym zostało oficjalnie zarejestrowane Studenckie Koło Naukowe ORTOFRONT, działające przy Klinice Traumatologii i Ortopedii WIM-PIB.**

Koło powstało z inicjatywy studentów zainteresowanych tematyką ortopedii i traumatologii, a jego działalność będzie koncentrować się na rozwijaniu wiedzy, prowadzeniu badań naukowych oraz aktywnym uczestnictwie w życiu akademickim i klinicznym.

Funkcję przewodniczącego objął Marcin Przybyś.

Utworzenie SKN ORTOFRONT stanowi kolejny krok w rozwoju współpracy dydaktyczno-naukowej pomiędzy WIM-PIB a Warszawskim Uniwersytetem



Medycznym oraz stwarza nowe możliwości rozwoju dla studentów kierunków medycznych.

[Powstanie Studenckiego Koła Naukowego Ortofront.pdf](#)

NOWA STRONA INTERNETOWA PORADNI POZ WIM-PIB

W ramach przygotowań do wizyty akredytacyjnej zaplanowanej na kwiecień br. w Poradni POZ WIM-PIB opracowana została nowa strona internetowa poradni.

Strona została przygotowana z uwzględnieniem wymagań wynikających ze standardów akredytacyjnych, w szczególności w zakresie dostępności informacji dla pacjentów, przejrzystości organizacji udzielania świadczeń oraz komunikacji z pacjentem. Celem jej utworzenia jest ułatwienie pacjentom dostępu do najważniejszych informacji dotyczących funkcjonowania poradni, zasad udzielania świadczeń oraz dostępnych form wsparcia i edukacji zdrowotnej.

Nowa strona jest efektem wspólnej pracy zespołu Poradni POZ WIM-PIB w lokalizacjach Warszawa i Legionowo, przy współpracy Biura Dyrektora oraz Sekcji ds. Jakości.

Link do strony:

<https://news.wim/poz/>



Podziękowania

ZNAKOMICI LUDZIE WIM

Szanowna Dyrekcjo,

pragnę złożyć serdeczne podziękowania oraz wyrazy najwyższego uznania dla Pana **Doktora Jacka Dońca** – chirurga pracującego w Państwa szpitalu – oraz dla Jego Koordynatorki **Pani Joanny Folcik**.

W obliczu nagłej choroby nowotworowej szczególnie ważne są profesjonalizm, szybkie działanie oraz ludzkie podejście do pacjenta. Dzięki zaangażowaniu Pana Doktora Jacka Dońca miałam możliwość otrzymać pomoc medyczną na najwyższym poziomie. Pan Doktor wykazał się nie tylko wysokimi kompetencjami zawodowymi, ale również empatią, spokojem oraz troską o mnie.

Szczególne podziękowania pragnę również skierować do Pani Joanny Folcik za sprawną organizację całego procesu oraz gotowość odpowiedzi na milion pytań. Jako profesor ekonomii i zarządzania od lat uczący studentów sztuki budowania dobrej marki uważam panią Joannę za wzór pracownika na pierwszej linii kontaktu, budującego silny brand swojego szpitala.

Z wyrazami szacunku

Prof. Dorota Ilczuk, Kierowniczka Centrum Badań nad Gospodarką Kreatywną

PODZIĘKOWANIE DLA PERSONELU ODDZIAŁU GINEKOLOGII ONKOLOGICZNEJ

Szanowny Panie Dyrektorze,

pragnę wyrazić swoje głębokie uznanie oraz **serdeczne podziękowania dla całego personelu Oddziału Ginekologii Onkologicznej Wojskowego Instytutu Medycznego przy ul. Szaserów w Warszawie.**



**Pacjenci Kliniki Pediatrii
z wizytą u Dyrektora WIM-PIB,
składając życzenia.**



Jako pacjentka, która spędziła na oddziale trzy tygodnie, doświadczyłam niezwykle troski, profesjonalizmu oraz empatii ze strony wszystkich pracowników – od Pań salowych, po kadrę medyczną i zarządzającą. Każda z tych osób, bez wyjątku, wykazała się życzliwością, uważnością na potrzeby pacjenta oraz wysokimi kompetencjami zawodowymi.

Czas mojego pobytu był dla mnie trudnym doświadczeniem, jednak dzięki zaangażowaniu i wsparciu personelu przeszedł on w znacznie łagodniejszy sposób. Uśmiech, dobre słowo oraz fachowa opieka miały ogromne znaczenie i pozostaną dla mnie nieocenionym wsparciem w tym trudnym okresie.

Pragnę również wyrazić szczególne podziękowania dla mojego lekarza prowadzącego – prof. dr hab. n. med. Włodzimierza Baranowskiego. Jego profesjonalizm, spokój, a przede wszystkim niezwykła umiejętność łączenia wiedzy medycznej z autentycznym zrozumieniem drugiego człowieka, zasługują na najwyższe uznanie. Dzięki jego podejściu czułam się nie tylko pacjentką objętą leczeniem, ale przede wszystkim człowiekiem otoczonym troską i szacunkiem. To właśnie takie postawy nadają medycynie jej najgłębszy, humanistyczny wymiar.

Proszę przyjąć wyrazy szczególnego uznania zarówno dla Pana, jak i dla wszystkich osób tworzących ten wyjątkowy zespół. Takie miejsca, w których profesjonalizm idzie w parze z autentyczną troską o drugiego człowieka, są niezwykle cenne i godne najwyższego szacunku.

*Z wyrazami wdzięczności i szacunku,
Katarzyna Wiktorska*

Informacje Wydziału Finansowego

ZAMKNIĘCIE OKRESU SPRAWOZDAWCZEGO – MARZEC 2026

W nieprzekraczalnym terminie do dnia **10 kwietnia br.** prosimy o dostarczenie wszystkich faktur zagranicznych, będących w posiadaniu komórek organizacyjnych w związku ze złożeniem deklaracji „INTRASTAT” do Urzędu Celnego za miesiąc marzec 2026.

Natomiast do **15 kwietnia br.** prosimy o dostarczenie wszystkich dokumentów księgowych, będących w posiadaniu komórek organizacyjnych, w związku z zamknięciem podatkowym okresu sprawozdawczego za miesiąc marzec 2026.

Informacje Wydziału Sprzedaży Świadczeń Medycznych i Analiz

KOMUNIKAT NFZ MOW W SPRAWIE ZAOPATRZENIA W WYROBY WSPOMAGAJĄCE KONTROLĘ GLIKEMII WE KRWI

Szanowni Państwo,
w związku ze zgłaszaniem się do Oddziału Funduszu pacjentów z negatywną weryfikacją zlecenia na kontynuację zaopatrzenia w wyroby **wspomagające kontrolę glikemii we krwi (sensory, czujniki)** z powodu przekroczenia średnio miesięcznej liczby pasków do mierzenia stężenia glukozy we krwi, kierując się interesem pacjentów oraz mając na uwadze możliwość wyeliminowania blokady na kontynuację refundacji na ww. wyroby, zwracamy się z uprzejmą prośbą, aby przy wypisywaniu zlecenia na przedmiotowe zaopatrzenie i recepty na paski nie przekraczali Państwo limitów wskazanych w rozporządzeniu Ministra Zdrowia [1] oraz informowali pacjentów, że:



- istnieje zależność refundacji sensorów/czujników w oparciu o limit przysługujących im pasków;
- wykupienie na receptę (otrzymaną od lekarza specjalisty lub/i lekarza POZ) większej liczby refundowanych pasków niż limit określony w rozporządzeniu [1], blokuje możliwość kontynuacji zaopatrzenia na produkty wspomagające kontrolę glikemii we krwi (grupa R) odpowiednio na okres 1, 3 lub 6 miesięcy w zależności od rodzaju zaordynowanego sensora/czujnika.

Wyrażam nadzieję, że nasze wspólne działania zminimalizują problemy pacjentów związane z uzyskaniem kolejnej refundacji na wyroby **wspomagające kontrolę glikemii we krwi**.



Podstawa prawna

[1] rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 29 maja 2017 r. w sprawie wykazu wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie (t. j. Dz. U. z 2025 r. poz. 1038).

Z wyrazami szacunku

*Dyrektor Mazowieckiego Oddziału Wojewódzkiego Narodowego Funduszu Zdrowia
Katarzyna Słodka*



[Prośba NFZ MOW o informowanie pacjentów korzystających z wyrobów wspomagających kontrolę glikemii \(grupa R\), o możliwym do wykorzystania limicie pasków do mierzenia stężenia glukozy we krwi.pdf](#)

Informacje Wydziału Prawnego

NAJNOWSZE ZMIANY W PRZEPISACH PRAWNYCH

Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 23 stycznia 2026 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień.
<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/383>

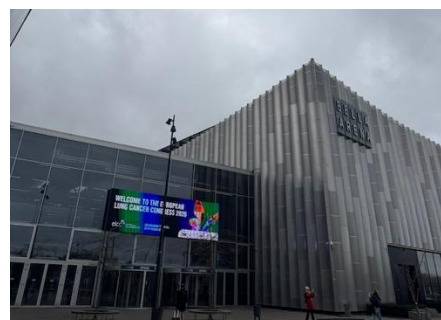
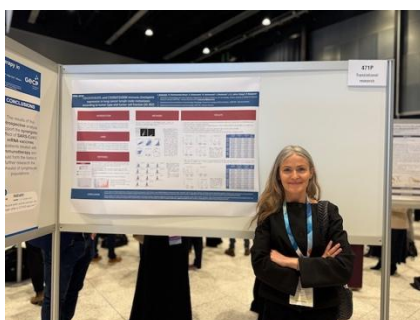
Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 25 marca 2026 r. w sprawie sposobu i trybu finansowania z budżetu państwa świadczeń opieki zdrowotnej udzielanych uprawnionym beneficjentom ochrony czasowej oraz cudzoziemcom przetransportowanym w tym celu na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej.
<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/407>

Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 9 marca 2026 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie kosztów, których wysokość nie jest zależna od parametrów wskazanych w art. 118 ust. 3 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych.
<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/375>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 13 marca 2026 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie standardów organizacyjnych opieki zdrowotnej w dziedzinie radiologii i diagnostyki obrazowej wykonywanej za pośrednictwem systemów teleinformatycznych.
<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/362>

Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 23 stycznia 2026 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu opieki psychiatrycznej i leczenia uzależnień.
<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/383>

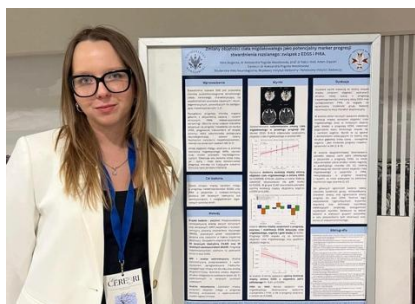
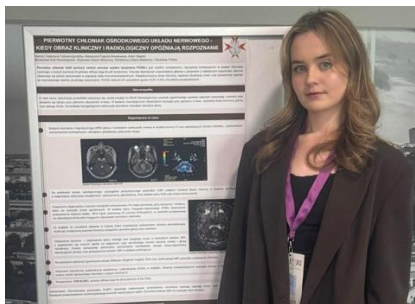
Udział dr hab. n. med. Iwony Kwieciń w międzynarodowym kongresie European Lung Cancer Congress (ELCC 2026)



Udział dr n. biol. Elżbiety Rutkowskiej w międzynarodowej konferencji naukowej poświęconej najnowszym osiągnięciom i zastosowaniom cytometrii przepływowej, zorganizowanej przez Baltic Flow Cytometry Society (BFCS)



Sukces studentów Koła Naukowego przy Klinice Neurologicznej



Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 3 marca 2026 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie sposobu ogłaszania o postępowaniu w sprawie zawarcia umowy o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej, składania ofert, powoływania i odwoływania komisji konkursowej, jej zadań oraz trybu pracy.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/283>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 3 marca 2026 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie zakresu niezbędnych informacji przetwarzanych przez świadczeniodawców, szczegółowego sposobu rejestrowania tych informacji oraz ich przekazywania podmiotom zobowiązanym do finansowania świadczeń ze środków publicznych.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/270>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 2 marca 2026 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie ogólnych warunków umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/257>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 lutego 2026 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie wzorów oświadczeń o przysługującym świadczeniobiorcy prawie do świadczeń opieki zdrowotnej.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/251>

Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 16 lutego 2026 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie standardu organizacyjnego opieki zdrowotnej w dziedzinie anestezjologii i intensywnej terapii.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/228>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 lutego 2026 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie organizacji dyspozytorni medycznej.

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/231>

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

OBOWIĄZKOWE SZKOLENIE Z BLS/ALS 2026

Przypominamy że zgodnie z postanowieniami Programu Akredytacji Szpitali oraz Procedurą Szkolenia z resuscytacji krążeniowo-oddechowej (PR01_P03) **wszyscy pracownicy i żołnierze WIM-PIB są zobowiązani do udziału w szkoleniu w zakresie resuscytacji krążeniowo – oddechowej BLS/ALS co najmniej raz w roku.**

Szkolenia w zakresie resuscytacji krążeniowo – oddechowej BLS/ALS są prowadzone w różnych wariantach do wyboru:

- szkolenie teoretyczne, e-learningowe,
- szkolenie teoretyczne BLS w formie wykładu wraz z częścią praktyczną,
- szkolenie teoretyczne ALS w formie wykładu wraz z częścią praktyczną oraz
- szkolenie zorganizowane w ramach Kliniki / Oddziału / Zakładu.

Aktualne warianty i terminy - [Szkolenie BLS/ALS 2026.pdf](#)



Wykład Koła Profesjonalizm i Pasja



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

ZINTEGROWANY SYSTEM ZARZĄDZANIA JAKOŚCIĄ

W AMODIT-Księga Jakości dodano poniższe procedury:

PR04_P01_IR03 Instrukcja: [Gospodarka środkami odurzającymi \(NARKOTYKI\) i psychotropowymi w WIM-PIB](#), W6

PR05_P03 Procedura: [Postępowanie z materiałem w Centralnej Sterylizatorni](#), W6

PR05_P03_IR13 Instrukcja: [Otwieranie opakowań sterylnych](#), W5

PR05_P03_IR14 Instrukcja: [Przechowywanie materiałów sterylnych i terminy ich ważności](#), W6

PR05_P03_IR15 Instrukcja: [Wypełnianie zlecenia wykonania dezynfekcji i sterylizacji](#), W7

PR09_IR01 Instrukcja: [Zasady kontroli, nadzoru i postępowania z produktami leczniczymi oraz wyrobami medycznymi w Poradni POZ Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego](#), W4

PR09_IR21 Instrukcja: [Szybkie testy diagnostyczne w miejscu opieki nad pacjentem](#), W1

PR09_IR23 Instrukcja: [Postępowanie z wynikami krytycznymi w Poradni POZ](#), W1

PR01_P04_IR01 Instrukcja: [Instrukcja audytu ścieżki pacjenta onkologicznego w Wojskowym Instytucie Medycznym – Państwowym Instytucie Badawczym](#), W1

PR09_P24 Procedura: [Obowiązki, uprawnienia, zakresy odpowiedzialności oraz zasady współdziałania członków zespołu Poradni POZ Wojskowego Instytutu Medycznego – państwowego Instytutu Badawczego](#), W1

PR09_P01_IR01 Instrukcja: [Zasady wzywania pomocy w stanach zagrożenia życia w Poradni POZ Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego](#), W1

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

AUDYT ISO

Audytu ISO w WIM-PIB odbędzie się w dniach 11-12 czerwca 2026 r.

Jednostka certyfikująca: Polskie Centrum Badań i Certyfikacji.

[Plan audytu.pdf](#)

Wskazane w planie godziny mają charakter organizacyjny i mogą ulec zmianom w trakcie realizacji audytu.

PROGRAM EDUKACYJNY PACJENTÓW - PORADNI POZ WIM-PIB

Zapraszamy do zapoznania się z przygotowanymi **Poradnikami dla pacjentów Poradni POZ WIM-PIB**.

Cukrzyca typu 2 - <https://cloud.wim.mil.pl/s/gYHPcfBjJzx7bf6>

Otyłość - <https://cloud.wim.mil.pl/s/ACTAKTHFqZCD3B9>

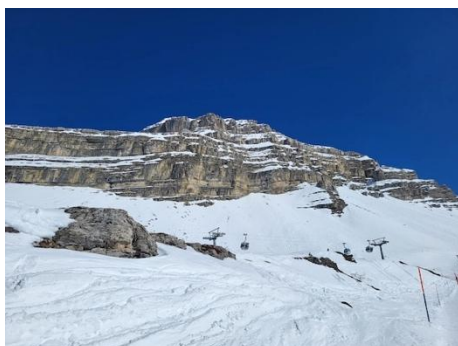
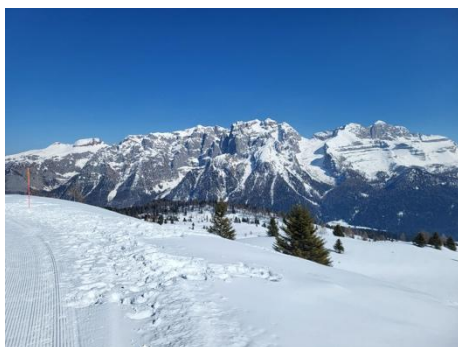
Uzależnienie od nikotyny - <https://cloud.wim.mil.pl/s/mByp8WGO6j54b9B>

Zawarte w nich aktualne wytyczne oraz praktyczne wskazówki mają na celu zwiększenie świadomości i skuteczności działań profilaktycznych wśród pacjentów.

**Wykład prof. Tomasza Banasiewicza
pt.: „Jak poradzić sobie z zakażeniem
rany a jeszcze lepiej bez niego”**



**Marilleva – zimowy raj w sercu
Dolomitów**



Zachęcamy do wykorzystania poradników w codziennej praktyce oraz jako materiał edukacyjny dla pacjentów Poradni.

Informacje Sekcji Socjalnej

SPEKTAKL „SZALONE NOŻYCZKI”

Sekcja Socjalna WIM-PIB zaprasza do zapoznania się z najnowszą ofertą kulturalną. W dniu **10.05.2026 r.** o godz. **16:00** w **Teatrze Palladium** odbędzie się interaktywny spektakl **„Szalone nożyczki”** z udziałem publiczności. Wystąpią: Przemysław Cypryański, Anna Głogowska, Kinga Sawczuk, Marta Lewandowska, Łukasz Żurek, Katarzyna Polewany oraz Mateusz Łapka.

Przed spektaklem odbędzie się krótkie, prowadzone w przystępnej formie szkolenie z zakresu pierwszej pomocy.

Zapisy wraz z opłatą przyjmowane są w terminie **23.03.2026 r. - 10.04.2026 r.**

Ceny biletów:

88,00 zł – pracownik cywilny

175,00 zł – osoba towarzysząca / pracownik – kadra wojskowa

Osoby zainteresowane prosimy o zakup biletów w Sekcji Socjalnej – pokój 33 (parter, przy kasie WIM), budynek Dyrekcji.

Kontakt telefoniczny: **261 816 023, 261 817 888.**

Uwaga! Sekcja nie ma możliwości wydawania reszty – prosimy o przygotowanie odliczonej kwoty.

Gdzie warto pojechać, co warto zobaczyć?

MARILLEVA – ZIMOWY RAJ W SERCU DOLOMITÓW

Jeśli marzy Ci się kierunek, który łączy spektakularne widoki, aktywny wypoczynek i włoski luz, wpisz na swoją listę **Val di Sole i jej górską miejscowość Marilleva**. To idealna propozycja do rubryki „gdzie warto pojechać” – zarówno zimą, jak i latem.

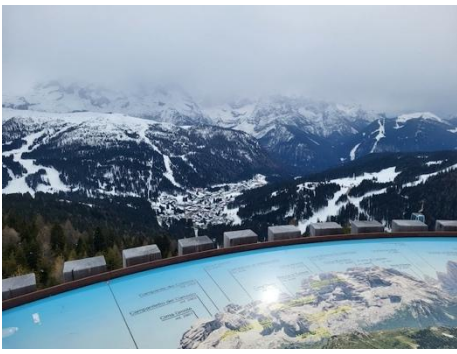
Położona w regionie Trydent-Górna Adyga, Marilleva słynie przede wszystkim z doskonałego dostępu do jednego z największych obszarów narciarskich we Włoszech – Skirama Dolomiti Adamello Brenta.

To jeden z tych kurortów, gdzie dzień zaczyna się... na stoku. Setki kilometrów tras, nowoczesne wyciągi i widoki na majestatyczne szczyty. Dolomity sprawiają, że to raj dla narciarzy i snowboardzistów na każdym poziomie zaawansowania.

Ogromnym atutem jest wygoda – wiele obiektów oferuje formułę ski-in/ski-out, dzięki czemu możesz dosłownie wyjść z hotelu prosto na stok. Do tego dochodzi wysoka jakość śniegu przez cały sezon oraz słoneczna pogoda charakterystyczna dla regionu Trydent-Górna Adyga.

Podobnie jak w innych krajach alpejskich w Marilleva istnieją tereny narciarskie z oświetlonymi nartostradami do nocnej jazdy na nartach. Ci, którzy chcą cieszyć się jazdą na nartach nocą, mają możliwość nocnej jazdy na nartostradzie "Biancaneve". Marilleva to urokliwe, raczej spokojna miejscowość narciarska.

Po dniu spędzonym na stoku na gości czekają dodatkowe atrakcje, takie jak lodowisko, hala tenisowa czy stadion lodowy w Folgarida i Mezzana. Warto również wybrać się na wycieczkę do nieco większego miasteczka Malé lub do słynnego na



całym świecie kurortu Madonna di Campiglio. Narciarska metropolia oddalona jest o ok. 13 km i można się do niej dostać zarówno na nartach, jak i samochodem.

Ale zimowa Marilleva to nie tylko narty. To także klimatyczne spacerunki po zaśnieżonej dolinie, trasy do narciarstwa biegowego, kuligi czy relaks w górskich spa po dniu pełnym aktywności. Wieczorem czekają na Ciebie przytulne restauracje serwujące lokalne specjały – idealne zakończenie dnia na mroźnym powietrzu.

Dlaczego zimą?

Bo Marilleva łączy wszystko, czego oczekujesz od alpejskiego wyjazdu: świetne stoki, wygodę, widoki i prawdziwy zimowy klimat – bez chaosu największych kurortów.

Idealne dla: narciarzy, rodzin z dziećmi i wszystkich, którzy chcą poczuć magię zimy w najlepszym wydaniu.

Ale Marilleva to nie tylko śnieg. Latem dolina zamienia się w zieloną oazę dla miłośników trekkingu, rowerów górskich i raftingu na rzece Noce. To świetna baza wypadowa do odkrywania parków przyrody i mniej uczęszczanych szlaków, gdzie można naprawdę odetchnąć od codziennego pośpiechu.

Na miejscu znajdziesz wszystko, czego potrzeba do komfortowego wypoczynku – od przytulnych apartamentów po hotele z widokiem na góry, a do tego włoska kuchnia, która smakuje tu jeszcze lepiej po dniu pełnym aktywności.

Dlaczego warto?

Marilleva to gotowy przepis na równowagę: ruch, natura i przyjemność. Bez tłumów największych kurortów, za to z autentycznym alpejskim klimatem.

Małgorzata Złotkowska, kierownik Biura Dyrektora WIM-PIB



Coś dla ciała i ducha

SEN - BIOLOGICZNY RESET

Sen to jedna z najbardziej tajemniczych aktywności naszego organizmu.

Spędzamy na nim około jednej trzeciej życia, a mimo to dokładna biologiczna rola snu wciąż stanowi zagadkę dla nauki. Wiemy jednak coraz więcej o tym, co dzieje się w ciele i mózgu, gdy zasypiamy, oraz jakie konsekwencje ma jakość i długość snu dla zdrowia fizycznego i psychicznego.

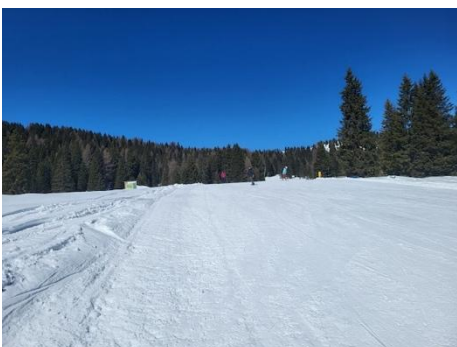
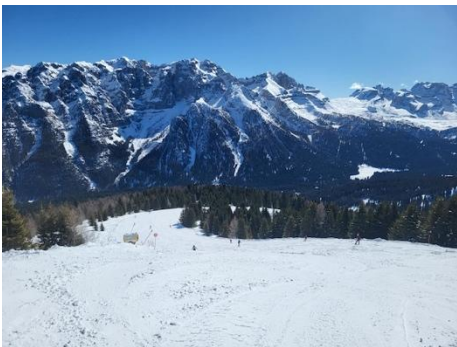
Sen nie jest jednorodnym stanem, lecz cyklem różnych faz, które pojawiają się naprzemiennie w trakcie nocy. Każda z tych faz pełni inną funkcję. Wspólnie decydują one o regeneracji organizmu, konsolidacji pamięci, oczyszczeniu mózgu i regulacji procesów metabolicznych.

Podczas snu organizm przechodzi cyklicznie przez fazy non-REM i REM. Fazy non-REM obejmują sen lekki i głęboki, natomiast REM to faza szybkich ruchów gałek ocznych, w której często pojawiają się marzenia senne. W fazach non-REM tętno zwalnia, ciśnienie krwi spada, a oddychanie staje się mniej intensywne — jest to czas głębokiej regeneracji biologicznej. Podczas REM mózg pozostaje aktywny, ale mięśnie są tymczasowo sparaliżowane, co zapobiega wykonywaniu ruchów ciała zgodnych z treścią snów.

Niemieckie badania neurobiologiczne wykazały, że to właśnie głęboki sen, a nie REM, jest kluczowy dla przenoszenia informacji do pamięci długotrwałej — procesu, który zachodzi w mózgu i pozwala na konsolidację wspomnień i informacji zebranych w ciągu dnia .

Sen - „prysznic” dla mózgu

Jednym z najbardziej fascynujących odkryć ostatnich lat jest to, że sen aktywuje mechanizmy oczyszczania mózgu z toksyn i produktów przemiany materii, w tym białek takich jak amyloid beta — kojarzonych z chorobą Alzheimera. Naukowcy odkryli system, nazwany układem limfatycznym (glymphatic system), który podczas snu działa jak biologiczny „prysznic” mózgu, usuwając toksyczne odpady poprzez płyn





mózgowo-rdzeniowy. To właśnie zwiększona aktywność tego systemu podczas snu pozwala na bardziej efektywne oczyszczanie odpadów, w porównaniu z czasem, gdy organizm jest „na jawie”.

Badanie opublikowane w „Molecular Psychiatry” przez zespół prof. Tatii M.C. Lee z University of Hong Kong wykazało, że u osób starszych z zaburzeniami snu mechanizm ten jest zaburzony, co wiąże się z gorszym funkcjonowaniem pamięci. Autorzy pracy pokazali, że jakość snu ma bezpośredni wpływ na pracę systemu limfatycznego i zdrowie sieci neuronowych mózgu.

Sen nie tylko oczyszcza mózg, ale też pozwala na konsolidację pamięci — przenoszenie wspomnień z pamięci krótkotrwałej do długotrwałej. Eksperymenty laboratoryjne pokazują, że osoby, które mają zaburzony lub skrócony sen, gorzej radzą sobie z zadaniami wymagającymi zapamiętywania i odtwarzania informacji. To dlatego po nieprzespanej nocy pamięć, koncentracja i zdolność rozwiązywania problemów są osłabione.

Nowe badania opublikowane w czasopiśmie „Communications Biology” sugerują, że różne fazy snu pełnią odmienną rolę: głęboki sen może zachowywać szczegóły wspomnień, natomiast REM wspiera ich integrację w szerszy kontekst i generalizację. Oznacza to, że sen nie tylko utrzuca wspomnienia, ale też przeorganizowuje je, co jest kluczowe dla kreatywności i uczenia się nowych pojęć.



Sen i układ odpornościowy

Sen ma także ogromne znaczenie dla pracy układu odpornościowego. Badania pokazują, że podczas snu organizm wytwarza więcej cytokin oraz aktywuje mechanizmy odpowiedzialne za odpowiedź immunologiczną, co pomaga zwalczać infekcje i poprawiać efektywność szczepień. Z kolei brak snu lub jego zaburzenia mogą osłabić odporność i zwiększyć podatność na choroby zakaźne.

To częściowo tłumaczy obserwacje kliniczne, według których osoby z chronicznym niedoborem snu częściej chorują na przeziębienia, a także reagują słabiej na szczepienia.



Sen, metabolizm i hormony głodu

Sen wpływa też na gospodarkę hormonalną. Badania pokazują, że niedobór snu zaburza równowagę hormonów regulujących apetyt — takich jak leptyna i grelina — co prowadzi do zwiększonego głodu, szczególnie na wysokokaloryczne pokarmy, i może przyczyniać się do otyłości i zaburzeń metabolicznych. W praktyce nawet jedna nieprzespana noc może obniżyć wrażliwość organizmu na insulinę i wywołać stan zbliżony do przedcukrzycowego u zdrowych osób.

Podczas snu aktywność układu nerwowego autonomicznego zmienia się — dominuje układ przywspółczulny, co powoduje spadek tętna i ciśnienia krwi. Ten stan „odpoczynku” jest niezbędny do regeneracji naczyń krwionośnych i serca. Przewlekły brak snu natomiast wiąże się z wyższym ryzykiem nadciśnienia, chorób serca, udaru oraz zaburzeń metabolicznych — a więc z szeregiem poważnych chorób cywilizacyjnych. Związek ten jest dobrze opisany zarówno w literaturze naukowej, jak i w badaniach epidemiologicznych obserwujących duże populacje.



Sen a mikrobiom i oś jelito-mózg

Coraz więcej badań wskazuje na rolę mikrobiomu jelitowego w regulacji snu i zdrowia psychicznego — poprzez tzw. oś jelito-mózg. Mikroorganizmy żyjące w przewodzie pokarmowym mogą wpływać na produkcję neuroprzekaźników, modulować rytmy dobowe i oddziaływać na funkcjonowanie układu odpornościowego. Nieprawidłowa równowaga mikrobiomu bywa obserwowana zarówno w zaburzeniach snu, jak i w chorobach psychicznych, takich jak depresja czy lęk — choć to zagadnienie jest nadal aktywnie badane.



Sen nie jest tylko „czasem, gdy ciało odpoczywa”. To aktywny proces biologiczny, który reguluje kluczowe funkcje organizmu — od pracy mózgu, przez układ odpornościowy, po metabolizm i zdrowie psychiczne. Dzięki mechanizmom takim jak



system glimfatyczny, sen pozwala na oczyszczenie mózgu, konsolidację pamięci, utrzymanie równowagi hormonalnej i odpornościowej oraz regenerację narządów wewnętrznych.

<https://zdrowie.pap.pl/profilaktyka/sen-biologiczny-reset>

Kącik kulinarny

ZUPA CHRZANOWA

Składniki:

- 1250 ml wody - 5 szklanek
- 4 białe, surowe kiełbasy - około 385 g
- do 200 g boczku lub żeberk wędzonych
- 500 g ziemniaków - waga przed obraniem
- 1 średnia cebula - do 200 g
- 1 łyżka oleju do smażenia lub masła klarowanego
- kawałek pora - odcinek około 10 cm - około 80 g
- mały kawałek korzenia selera - około 70 g
- mały korzeń pietruszki - około 70 g
- 3 ząbki czosnku - około 15 g
- 3 łyżki tartego chrzanu ze słoika - około 80 g
- 3 łyżki kwaśnej śmietany 18 % - około 80 g
- 1 łyżka mąki pszennej - około 15 g
- przyprawy i zioła: 1 liść laurowy, 2 ziarna ziela angielskiego, łyżka majeranku, 1 łyżeczka soli, 1/3 łyżeczki pieprzu
- propozycja podania: jajka na twardo i natka pietruszki

Przygotowanie:

Podsmaż lekko cebulę z porem w garnku. Ustaw średnią moc palnika i do garnka wlej łyżkę oleju do smażenia lub łyżkę masła klarowanego. Średniej wielkości cebulę obierz i poszatkuj. Pokrój też drobniej biały odcinek pora. Cebulę z porem podsmażaj tak na niedużej mocy palnika przez 5 minut.

Po tym czasie do garnka wlej pięć szklanek wody, czyli 1250 ml wody. Mały kawałek selera oraz mały korzeń pietruszki obierz i pokrój drobniej. Dodaj do garnka. Dorzuć również trzy całe obrane ząbki czosnku, jeden liść laurowy i dwa ziarna ziela angielskiego. Garnek przykryj przykrywką i gotuj wywar przez 20 minut, na małej mocy palnika.

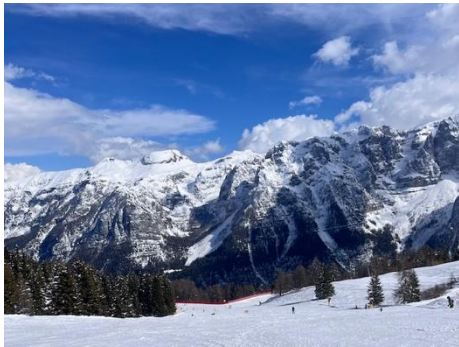
W tym czasie przygotuj już sobie cztery białe, surowe kiełbasy oraz około 200 gramów żeberk lub boczku wędzonego. Sprawdź się też kiełbasa biała parzona oraz boczek parzony zamiast wędzonego.

Obierz też i pokrój w kostkę 500 gramów ziemniaków.

Po 20 minutach gotowania, do garnka dołóż kiełbasy oraz boczek lub żeberka i ziemniaki. Wsyp też łyżkę majeranku, jedną łyżeczkę soli oraz 1/3 łyżeczki pieprzu. Ponownie przykryj garnek przykrywką i całość gotuj około 25 minut. Po tym czasie ziemniaki powinny być już miękkie.

Z zupy wyłów ugotowane białe kiełbasy oraz boczek/żeberka. Mięso odłóż na potem, a do garnka z zupą dodaj trzy łyżki chrzanu tartego, czyli około 80 gramów chrzanu. Zupę gotuj jeszcze na bardzo niskiej mocy palnika. Trzy pełne łyżki śmietany kwaśnej 18 % (około 80 gramów) umieść w niedużym naczyniu. Do śmietany dodaj też jedną łyżkę mąki pszennej, czyli około 15 gramów mąki i trochę lekko przestudzonego wywaru z garnka (lub odrobinę zimnej wody). Śmietanę z mąką i bulionem rozetrzyj dokładnie w naczyniu. Dodaj jeszcze trochę bulionu, by dobrze zahartować śmietanę przed dodaniem jej do zupy. Wlewając do garnka śmietanę rozrobioną z mąką i bulionem, od razu mieszaj jego zawartość. Poczekaj jeszcze dwie minuty i wyłącz





Zart numeru



zupę chrzanową. Sprawdź jej smak i zdecyduj, czy chcesz dodać do niej więcej soli, pieprzu lub chrzanu.

<https://aniagotuje.pl/przepis/zupa-chrzanowa>

ROLADKI Z SZYNKI

Składniki na roladki z szynki z serkiem i papryką

- 6 plasterków szynki konserwowej - 120 g
- 300 g kremowego serka typu Almette - np. jogurtowy
- 40 g świeżej papryki czerwonej
- garść siekanego szczypiorku
- po sporej szczypcie pieprzu i soli

Przygotowanie:

Przygotuj pastę z serka i papryki. W misce umieść 300 gramów serka kremowego naturalnego (śmietankowy lub jogurtowy) np. Almette. Może to być nawet twaróg sernikowy z wiaderka lub serek Philadelphia. Do serka dodaj bardzo drobno posiekany kawałek świeżej, czerwonej papryki oraz garść siekanego szczypiorku i po solidnej szczypcie soli i pieprzu. Zamiast szczypiorku można dodać natkę pietruszki lub koperek. W wersji tylko ziołowej pomijasz paprykę, a serek mieszasz z siekanym szczypiorkiem, koperkiem i małym ząbkiem czosnku przepuszczonym przez praskę. Bardzo smaczne i szybkie w przygotowaniu są też roladki z szynki z chrzanem. Serek kremowy śmietankowy wymieszaj wówczas z płaską łyżeczką chrzanu ze słoiczka. Sprawdź smak i dodaj ewentualnie więcej chrzanu. Najprostszą wersją jest użycie gotowego serka smakowego. Na rynku są dostępne np. serki kanapkowe z ziołami, z chrzanem, ogórkiem, rzodkiewką, czy pomidorami.

Na plasterzek szynki konserwowej wyłóż 1/6 całej pasty. Pastę rozprowadź tak, by zostawić około 2 cm wolnej przestrzeni na jednym z końców szynki. Zwijaj szynkę w roladkę.

Składniki na roladki z szynki z pastą jajeczną

- 6 plasterków szynki konserwowej - 120 g
- 3 średnie jajka ugotowane na twardo
- 1 pełna łyżka majonezu - około 30 g
- 50 g ulubionego żółtego sera - około 3 plasterki
- 1 ogórek kiszony - około 50 g
- garść siekanego szczypiorku
- po sporej szczypcie pieprzu i soli

Przygotowanie:

Trzy jajka ugotowane na twardo (obrane i przestudzone) posiekaj drobno nożem. Do miski z jajkami dodaj tak samo drobnutko posiekanego ogórka kiszzonego oraz garść siekanego szczypiorku. Około 50 gramów sera żółtego zetrzyj na tarce, na dużych oczkach. Jeśli masz ser w pasterkach, to pokrój go w cieniutkie paseczki, a następnie posiekaj. Na koniec dodaj solidną łyżkę majonezu o wadze około 30 gramów oraz po sporej szczypcie soli i pieprzu. Wymieszaj dokładnie farsz i sprawdź jego smak. W razie potrzeby dodaj więcej przypraw. Na plasterzek szynki konserwowej wyłóż 1/6 całej pasty. Pastę jajeczną rozprowadź tak, by zostawić około 2 cm wolnej przestrzeni na jednym z końców szynki.

Zwijaj szynkę w roladkę.

<https://aniagotuje.pl/przepis/roladki-z-szynki>

Idą ciężkie czasy,
trzeba znów kombinować 🤔



Kiedy ogarniam, że niedługo wiosna i sprawdzam jak tam mój stan techniczny



Sytuacja na stacji paliw:

- Ile kosztuje kropla paliwa?
- Nic
- Pan nakropi 40 litrów...

Na wesoło

ŻART NUMERU

Mechanik i kardiochirurg:

Mechanik w warsztacie mówi do kardiochirurga: „Otwieram silnik, wyjmuję zastawki, naprawiam i wszystko działa jak nowe. Dlaczego ja zarabiam 20 tys., a pan 200 tys., skoro robimy to samo?”

Lekarz na to: „Niech pan spróbuje zrobić to, kiedy silnik pracuje”

Mama pyta Jasia:

- Jasiu jaki jest twój ulubiony przedmiot w szkole.

A Jaś na to:

- Dzwonek mamo

Żona przed lustrem:

- Ech... przybyło mi zmarszczek, przytyłam parę kilo, włosy suche...
Powiedz mi, kochanie, coś miłego! – Wzrok masz dalej dobry!

Żona: Jest problem z samochodem. W gaźniku jest woda.

Mąż: Woda w gaźniku??? Głupoty gadasz.

Żona: Mówię ci, że tam jest woda.

Mąż: Ty nawet nie wiesz co to jest gaźnik. Gdzie jest samochód?

Żona: W basenie.

Bieżący numer oraz wcześniejsze numery infoWIM są dostępne na stronie internetowej WIM-PIB - [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