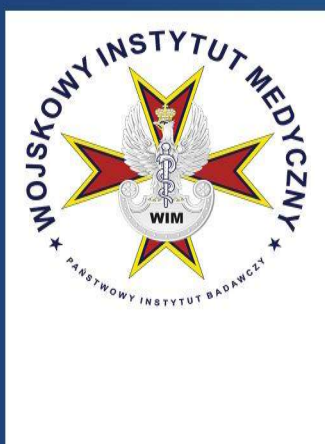


# PROGRAM KOS



**ZAWAŁ**  
KROK po KROKU

**KOS - zawał to bezpłatny,  
finansowany przez NFZ  
program kompleksowej opieki  
dla pacjentów po zawale serca.**



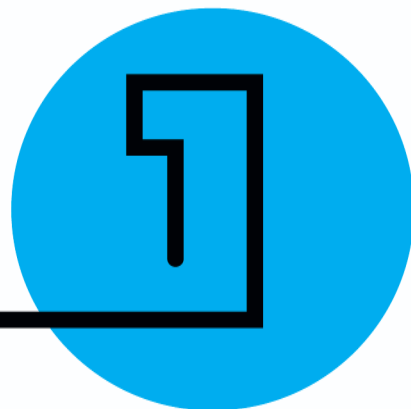
# TRZY FILARY TWOJEGO LECZENIA



## KROK 1 HOSPITALIZACJA

OBEJMUJE DIAGNOSTYKĘ I LECZENIE ZABIEGOWE

---



## KROK 2 REHABILITACJA KARDIOLOGICZNA

W WARUNKACH AMBULATORYJNYCH,  
DZIENNYCH, STACJONARNYCH  
LUB HYBRYDOWYCH - ZALEŻNIE OD KWALIFIKACJI

---



## KROK 3 AMBULATORYJNA OPIEKA KARDIOLOGICZNA

OBEJMUJE WIZYTY W PORADNI KARDIOLOGICZNEJ

---



# Korzyści dla Pacjenta z przystąpienia do programu

1

## **REHABILITACJA KARDIOLOGICZNA**

która powinna rozpocząć się jak najszybciej od wypisu ze szpitala pod warunkiem zakończenia leczenia



2

## **OPIEKA AMBULATORYJNA**

w poradni kardiologicznej przez okres 12 miesięcy od zawału serca



3

## **INDYWIDUALNY PLAN LECZENIA**

dla każdego pacjenta w programie



4

## **OPIEKA KOORDYNATORA**

który wspiera pacjenta przez cały czas trwania programu



5

## **EDUKACJA**

dotyczącą prozdrowotnego stylu życia oraz czynników ryzyka chorób układu krążenia



6

## **DOSTĘP**

do badań w tym kontrola lipidogramu i leczenie zaburzeń lipidowych



# Jak zmniejszyć ryzyko kolejnego zawału

1

Nie pal tytoniu, ogranicz spożycie alkoholu zgodnie z zaleceniami lekarza



2

Zadbaj o odpowiedni sposób odżywiania się zgodnie z zaleceniami dietetyka



3

Bądź aktywny fizycznie zgodnie z planem rehabilitacji



4

Kontroluj masę ciała



5

Dbaj o odpowiednią ilość snu



6

Przyjmuj zapisane leki



## Twoje cele po zawale



**LDL-C ..... mg/dl**  
wpisz wynik

1

2

**Ciśnienie tętnicze .....mmHg**  
wpisz wynik

**Glikemia /HbA1c .....**  
(jeśli dotyczy) wpisz wynik

3

4

**Palenie tytoniu:**  
**całkowite zaprzestanie**

**Aktywność fizyczna:**  
**zgodnie z planem rehabilitacji**

5



# W sytuacjach nagłych zawsze DZWOŃ POD NUMER ALARMOWY 112!



**NIE CZEKAJ NA USTĄPIENIE OBJAWÓW !  
NIE PROWADŹ SAMODZIELNIE SAMOCHODU  
W DRODZE DO SZPITALA !**

# Twoja ścieżka opieki po zawale

1

## WYPIS ZE SZPITALA

Otrzymujesz zalecenia, listę leków oraz plan dalszej opieki.

2

## KONTAKT Z KOORDYNATOREM PROGRAMU

Koordinator pomaga ustalić terminy wizyt kontrolnych i rehabilitacji.

3

## WIZYTA KOORDYNUJĄCA W PORADNI KARDIOLOGICZNEJ

Lekarz ocenia Twój stan zdrowia, kontroluje leczenie i omawia dalsze zalecenia.

4

## REHABILITACJA KARDIOLOGICZNA

Rozpoczyna się możliwie wcześnie, zgodnie z kwalifikacją lekarską. Pomaga bezpiecznie wrócić do aktywności.

5

## OPIEKA KARDIOLOGICZNA PRZEZ 12 MIESIĘCY

Obejmuje wizyty kontrolne, badania, ocenę skuteczności leczenia i modyfikację terapii.

6

## PODSUMOWANIE LECZENIA

Lekarz omawia wyniki leczenia oraz przekazuje zalecenia na dalszy okres.

**Pacjent w centrum uwagi.  
Leczymy i opiekujemy się:  
Nowocześnie i bezpiecznie**

**Nie jesteś sam !**



**Koordynator Programu KOS  
zawał w WIM-PIB**

**Luiza Łysiak**

**Telefon: 22 261 817 792**

**od poniedziałku do piątku  
w godzinach 08:00-14:00**

Realizacja wszystkich etapów programu  
zwiększa bezpieczeństwo leczenia,  
ułatwia powrót do codziennej aktywności  
i pomaga zmniejszyć ryzyko kolejnych  
zdarzeń sercowo-naczyniowych

