



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

infoWIM

Sierpień 2026

PHOTO FLASH

Na dobry początek

Zakończenie zawodowej
służby wojskowej
płk dr n. med. Artur Bachta



PIOSENKA O MOJEJ WARSZAWIE

Jak uśmiech dziewczyny kochanej
Jak wiosny budzącej się wiew
Jak świergot jaskółek nad ranem
Młodzieńcze uczucia nieznane
Jak rosa błyszcząca na trawie
Miłości rodzącej się zew
Tak serce raduje piosenki tej śpiew
Piosenki o mojej Warszawie

Warszawo kochana, Warszawo
Tyś treścią mych marzeń, mych snów
Radosnych przechodniów twych ławą
Ulicznym rozgwarem i wrzawą
Ty wołasz mnie, wołasz, stęskniona
Upojnych piosenek i słów
Jak bardzo dziś pragnę zobaczyć cię znów
O moja Warszawo wysniona

Jak pragnąłbym krokiem beztroskim
Odnaleźć wędrówek mych ślad
Bez celu się przejść Marszałkowską
Na Wisłę napatrzyć się z mostu
Dziewiątką pojechać w Aleje
I z tłumem się wpleść w Nowy Świat
I ujrzeć, jak dawniej za młodych mych lat
Jak do mnie, Warszawo, się śmiejesz

Ja wiem, żeś ty dzisiaj nie taka
Że krwawe przeżyłaś już dni
Że rozpacz i ból cię przygniata
Że muszę nad tobą zapłakać
Lecz taką, jak żyjesz w pamięci
Przywrócę ofiarą swej krwi
I wierz mi, Warszawo, prócz piosnki i łzy
Jam gotów ci życie poświęcić

*Albert Harris /Aaron Hekelman/
tłum. Mieczysław Fogg*

ZAKOŃCZENIE ZAWODOWEJ SŁUŻBY WOJSKOWEJ

Płk Artur Bachta

z dniem 31 sierpnia 2026 r. został zwolniony z zawodowej służby wojskowej na podstawie Decyzji Nr 2935/DK Ministra Obrony Narodowej z dnia 16 czerwca 2026 r.

Płk Bachta rozpoczął zawodową służbę wojskową 16 sierpnia 1996 r. Z Wojskowym Instytutem Medycznym związał się 1 lipca 2004 r., obejmując stanowisko asystenta. W kolejnych latach, wraz z rozwojem zawodowym i naukowym, pełnił funkcje starszego asystenta, a następnie adiunkta.

Od od 4 września 2017 r. do 13 lipca 2026 r. pełnił obowiązki Zastępcy Dyrektora Wojskowego Instytutu Medycznego – Komendanta Szpitala, odpowiadając za funkcjonowanie i rozwój części klinicznej Instytutu.

Zakończenie zawodowej służby wojskowej zamyka ponad 30-letni okres służby płk. Artura Bachty, w tym ponad 22 lata pracy i służby na rzecz Wojskowego Instytutu Medycznego.

W uznaniu wybitnego dorobku w służbie wojskowej Minister Obrony Narodowej, decyzją Nr 3424/DK z dnia 13 lipca 2026 r., wyróżnił płk. Artura Bachtę **Honorową Bronią Białą – „Szablą Honorową Wojska Polskiego”**.

W podziękowaniu za wieloletnią służbę, zaangażowanie oraz pracę na rzecz Wojskowego Instytutu Medycznego Dyrektor WIM-PIB przekazał płk. Arturowi Bachcie również **pamiątkowy ryngraf oraz szablę pamiątkową** – jako wyraz uznania i wdzięczności za lata służby oraz wkład w rozwój Instytutu i Szpitala.

Szanowny Panie Pułkowniku,

w związku z zakończeniem zawodowej służby wojskowej w Siłach Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej proszę przyjąć wyrazy mojego głębokiego szacunku i uznania oraz serdeczne podziękowania za lata oddanej i pełnej zaangażowania służby na rzecz Ojczyzny.

Szczególne podziękowania kieruję do Pana za blisko dziesięć lat pełnienia odpowiedzialnych obowiązków Komendanta Centralnego Szpitala Klinicznego MON WIM. Pana wiedza, doświadczenie i zaangażowanie miały istotny wpływ na rozwój Szpitala, jakość realizowanych zadań oraz bezpieczeństwo pacjentów. To również dzięki Pana pracy i konsekwentnemu dążeniu do najwyższych standardów Instytut uzyskał najwyższe wyniki akredytacyjne oraz certyfikaty potwierdzające zgodność systemów zarządzania z normami ISO. Pozostawia Pan w Wojskowym Instytucie Medycznym ważny i trwały dorobek, zasługujący na szacunek i wdzięczność.

Jako Dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego dziękuję Panu za odpowiedzialną służbę, profesjonalizm oraz troskę o dobro Instytutu i ludzi, z którymi przyszło Panu przez te lata służyć i pracować.

Życzę Panu dobrego zdrowia, wszelkiej pomyślności, osobistego spełnienia oraz wielu powodów do satysfakcji na nowym etapie życia. Niech doświadczenie i wartości wyniesione ze służby wojskowej pozostaną źródłem siły i inspiracji w realizacji kolejnych planów i zamierzeń.

Gen. broni prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak

Dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego





**Przedstawiciele US Army
z wizytą w WIM-PIB**



ŚWIĘTO WOJSKA POLSKIEGO 2026 – DEFILADA W WARSZAWIE

15 sierpnia 2026 r., w dniu **Święta Wojska Polskiego**, Warszawa ponownie stała się miejscem uroczystych obchodów jednego z najważniejszych świąt Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej.

Centralnym punktem obchodów była **wielka defilada wojskowa**, podczas której zaprezentowano żołnierzy różnych rodzajów Sił Zbrojnych RP, a także nowoczesne uzbrojenie i sprzęt wojskowy. Wydarzenie było nie tylko widowiskową prezentacją potencjału polskiej armii, lecz przede wszystkim wyrazem szacunku dla żołnierzy oraz podkreśleniem znaczenia służby wojskowej dla bezpieczeństwa państwa i jego obywateli.

Święto Wojska Polskiego, obchodzone w rocznicę zwycięskiej **Bitwy Warszawskiej 1920 roku**, jest szczególną okazją do przypomnienia tradycji, wartości i etosu służby, które od pokoleń łączą żołnierzy Wojska Polskiego.

Dla społeczności **Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego** jest to również dzień szczególny. Wojskowa służba zdrowia od zawsze stanowi integralną część Sił Zbrojnych, łącząc misję niesienia pomocy i ratowania życia z odpowiedzialnością za zabezpieczenie medyczne żołnierzy – zarówno w czasie pokoju, jak i w sytuacjach kryzysowych oraz podczas działań operacyjnych.

Wszystkim żołnierzom i pracownikom Wojska Polskiego składamy wyrazy uznania oraz najlepsze życzenia – satysfakcji ze służby i pracy, pomyślności oraz bezpiecznej realizacji powierzonych zadań.

ZMIANA NA STANOWISKU DYREKTORA DEPARTAMENTU WOJSKOWEJ SŁUŻBY ZDROWIA

Informujemy, że nastąpiła **zmiana na stanowisku Dyrektora Departamentu Wojskowej Służby Zdrowia**. Funkcję tę objęła **płk dr n. o zdr. Anita Podlasin**, zastępując na tym stanowisku **płk. dr. n. med. Arkadiusza Kosowskiego**.

W związku z powyższym uprzejmie prosimy o kierowanie wszelkiej korespondencji oraz dokumentów do Departamentu Wojskowej Służby Zdrowia zgodnie z aktualnym stanem organizacyjnym i **adresowanie ich do nowej Pani Dyktor**.
Dziękujemy za uwzględnienie powyższej zmiany w bieżącej korespondencji.

NOWOCZESNA PRACOWNIA RADIOLOGII ZABIEGOWEJ JUŻ DOSTĘPNA W WIM-PIB

W Wojskowym Instytucie Medycznym uruchomiono **nowoczesną Pracownię Radiologii Zabiegowej**, wyposażoną w zaawansowany angiograf **Allia IGS 740** oraz innowacyjną technologię rekonstrukcji obrazu **CleaRecon DL**, wykorzystującą algorytmy sztucznej inteligencji.

Nowa infrastruktura umożliwia wykonywanie szerokiego zakresu precyzyjnych, małoinwazyjnych procedur z obszaru radiologii interwencyjnej, kardiologii i chirurgii naczyniowej, m.in. angioplastyk i stentowań naczyń, embolizacji, leczenia tętniaków oraz zabiegów onkologii interwencyjnej.

Zastosowane rozwiązania pozwalają uzyskać wysoką jakość obrazowania i większą precyzję zabiegów, wspierając jednocześnie bezpieczeństwo i komfort pacjentów. Uruchomienie pracowni to kolejny ważny krok w rozwoju nowoczesnych technologii medycznych w WIM-PIB.



<https://wim.mil.pl/2026/08/07/nowoczesna-pracownia-radiologii-zabiegowej-z-angiografem-allia-igs-740-i-technologia-clearcon-dl-juz-dostepna/>

NOWE CZYTNIKI RCP W BUDYNKU NR 34

Informujemy, że **przy wejściu głównym do budynku nr 34 (Okulistyka)** zostały zamontowane nowe czytniki **Rejestracji Czasu Pracy (RCP)**.

Do dyspozycji pracowników są dwa czytniki służące do rejestracji:
wejścia do pracy,
wyjścia z pracy.

Prosimy pracowników korzystających z wejścia głównego do budynku nr 34 o rejestrowanie czasu pracy za pomocą nowych czytników RCP.



OFERTY PRACY

Zapraszamy do zapoznania się z aktualnymi **ofertami pracy** na stronie Biuletynu Informacji Publicznej: <https://wojskowyinstytutmedyczny.bip.gov.pl>



Minione wydarzenia

XV OGÓLNOPOLSKA KONFERENCJA NAUKOWO-SZKOLENIOWA Z UDZIAŁEM STUDENCKICH KÓŁ NAUKOWYCH

W dniach **3–16 sierpnia 2026 r. w Elku** odbyła się XV edycja obozu naukowego z udziałem studentów kierunków medycznych. Wydarzenie, objęte patronatem Dyrektora WIM-PIB, połączyło praktyczne szkolenie kliniczne, zajęcia teoretyczne oraz działalność naukową.

Ważnym punktem programu była konferencja naukowa „**Powikłania narządowe chorób przewlekłych**”, podczas której swoje wykłady prezentowali m.in. eksperci WIM-PIB. Uczestnicy mieli także możliwość przedstawienia własnych projektów badawczych w ramach konkursu prac studenckich.

Tegoroczna edycja po raz kolejny stworzyła młodym adeptom medycyny możliwość zdobywania praktycznych umiejętności, rozwijania zainteresowań naukowych i współpracy z doświadczonymi lekarzami oraz wykładowcami.

[Czytaj więcej na stronie WIM-PIB](#)



PRZEDSTAWICIELE US ARMY Z WIZYTĄ W WIM-PIB

5 sierpnia 2026 r. Wojskowy Instytut Medyczny – Państwowy Instytut Badawczy **gościł przedstawicieli dowództwa medycznego Armii Stanów Zjednoczonych w Europie**. Delegacji przewodniczyli gen. bryg. **Lance C. Raney**, Dowódca 68th Theater Medical Command, oraz gen. bryg. **Mark E. Stackle**, Dowódca U.S. Army Medical Readiness Command, Europe i Dyrektor Defence Health Network – Europe.

Gości powitał **Dyrektor WIM-PIB gen. broni prof. Grzegorz Gielerak**.



Wizyta była okazją do zaprezentowania potencjału klinicznego, naukowo-badawczego i szkoleniowego Instytutu oraz jego doświadczeń w zakresie medycyny wojskowej, w tym leczenia obrażeń wojennych, osteointegracji oraz rozwoju Rejestru Urazów.

Spotkanie zakończyło się rozmowami o dalszym rozwoju współpracy. Przedstawiciele US Army zadeklarowali zainteresowanie realizacją wspólnych przedsięwzięć **naukowych, szkoleniowych i klinicznych**, otwierając tym samym perspektywę rozszerzenia współpracy WIM-PIB z amerykańską medycyną wojskową.

[Czytaj więcej na stronie WIM-PIB](#)

Najbliższe wydarzenia

INAUGURACJA ROKU AKADEMICKIEGO 2026/2027

Dyrektor i Rada Naukowa Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego mają zaszczyt zaprosić na **Inaugurację Roku Akademickiego 2026/2027**.

Uroczystość odbędzie się **8 października 2026 r. o godz. 11.00** w Auli WIM-PIB. Po uroczystości zapraszamy na poczęstunek do sali wykładowej 236 im. płk. prof. Stanisława Pokrzywnickiego (II p.)
Ubiór dla żołnierzy: mundur galowy.

III KONFERENCJA „WSPÓŁCZESNE KRYZYSY ZDROWIA PSYCHICZNEGO W WOJSKU POLSKIM” 6 PAŹDZIERNIKA 2026 R.

Klinika Psychiatrii, Stresu Bojowego i Psychotraumatologii WIM-PIB zaprasza na III konferencję z cyklu **„Współczesne kryzysy zdrowia psychicznego w Wojsku Polskim”**, która odbędzie się **6 października 2026 r. w WIM-PIB w Warszawie**.

Tegoroczna edycja, organizowana z okazji Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego, poświęcona będzie prewencji i postwencji zachowań samobójczych w siłach zbrojnych i po raz pierwszy będzie miała charakter międzynarodowy.

W programie znalazły się wykłady i dyskusje ekspertów z Polski oraz państw NATO, m.in. Finlandii i Portugalii. Uczestnicy będą rozmawiać o dobrych praktykach w zakresie zapobiegania kryzysom psychicznym, budowaniu systemu postwencji w Siłach Zbrojnych RP, a także o wykorzystaniu sztucznej inteligencji, narzędzi cyfrowych i nowych technologii we wspieraniu zdrowia psychicznego żołnierzy.

Konferencja skierowana jest przede wszystkim do psychologów i psychiatrów wojskowych oraz specjalistów zaangażowanych w ochronę zdrowia psychicznego żołnierzy.

Udział jest bezpłatny, a wydarzenie odbędzie się wyłącznie stacjonarnie. Rejestracja trwa do 31 sierpnia 2026 r. lub do wyczerpania limitu miejsc.

Liczba uczestników jest ograniczona do 100 osób.

Ubiór dla żołnierzy – mundur wyjściowy.

<https://wim.mil.pl/2026/08/18/wspolczesne-kryzysy-zdrowia-psychicznego-w-wojsku-polskim/>

WEBINAR „DOKŁADNE WYNIKI POBRANIA KRWI? LEPSZA OPIEKA NAD PACJENTEM?”

Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej WIM-PIB zaprasza do udziału w bezpłatnym webinarze poświęconym fazie przedanalizycznej pobierania krwi, organizowanym przez firmę BD.



Szkolenie odbędzie się **24 września 2026 r. o godz. 12:00** i będzie dotyczyło **wpływu czynników przedanalitycznych na dokładność wyników badań laboratoryjnych**. Uczestnicy dowiedzą się m.in., jakie błędy mogą pojawić się na etapie pobierania krwi żyłnej oraz jak właściwe postępowanie może ograniczyć ich występowanie i poprawić jakość uzyskiwanych wyników.

Tematyka webinaru jest szczególnie istotna z punktu widzenia jakości i bezpieczeństwa diagnostyki, a także standardów ocenianych podczas audytów zarówno w obszarze laboratoryjnym, jak i pielęgnarskim oraz lekarskim.

Webinar poprowadzi mgr Dagmara Wąsowska – BD, Sales Manager Polska & Ukraina, biolog z wieloletnim doświadczeniem w zarządzaniu materiałem biologicznym, audytowaniu fazy przedanalitycznej oraz szkoleniu z zakresu dobrych praktyk pobierania krwi.

Termin: 24 września 2026 r., godz. 12:00

Forma: online

Rejestracja: za pomocą kodu QR zamieszczonego na plakacie. [Webinar „Dokładne wyniki pobrania krwi? Lepsza opieka nad pacjentem?.pdf](#)

Zachęcamy personel WIM-PIB, w szczególności osoby uczestniczące w procesie pobierania krwi i przygotowania materiału do badań laboratoryjnych, do udziału w szkoleniu.

Nasze sukcesy

PRACOWNICY WIM-PIB NOMINOWANI W PLEBISCYCIE MEDYCZNYM HIPOKRATES 2026

Z radością informujemy, że przedstawiciele Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego otrzymali nominacje w tegorocznej edycji Plebiscytu Medycznego **HIPOKRATES 2026**.

W gronie nominowanych znaleźli się przedstawiciele WIM-PIB reprezentujący wiele specjalności i zawodów medycznych:

- **Menedżer Placówki Medycznej Roku** – gen. broni prof. Grzegorz Gielerak, Dyrektor WIM-PIB
- **Kardiolog Roku** – Agnieszka Jakubiak-Bursa, Barbara Domino, Krystian Krzyżanowski i Zbigniew Orski
- **Dermatolog Roku** – Anna Kozera-Żywczyk, Vasiliki Chwiałkowska i Wiktoria Dzierzgowska
- **Onkolog Roku** – Anna Nasiłowska, Marta Zarieczna, Przemysław Langiewicz i Wojciech Solarek
- **Pielęgniarka/Pielęgniarz Roku** – Daria Żolek, Karolina Żydak, Małgorzata Chodyra i Małgorzata Radzka
- **Ratownik Medyczny/Ratownik Przedmedyczny Roku** – Gabriela Bzowy i Jakub Nowakowski
- **Neurolog Roku** – Joanna Walczyńska
- **Fizjoterapeuta/Osteopata Roku** – Mateusz Dulęba
- **Laryngolog Roku** – dr n. med. Marcin Jadczyk
- **Chirurg Roku** – Agnieszka Bielarska
- **Ortopeda Roku** – prof. dr hab. n. med. Wojciech Marczyński

To wyróżnienie jest wyrazem uznania dla profesjonalizmu, zaangażowania i wysokiej jakości codziennej pracy na rzecz pacjentów.

Serdecznie gratulujemy wszystkim nominowanym i życzymy powodzenia w plebiscybie!

Głosowanie rozpocznie się **1 września 2026 r.**



Nasza rozmowa

CZERNIAK – WCZEŚNIE WYKRYTY JEST NIEMAL W 100 PROCENTACH WYLECZALNY

Regularne oglądanie skóry, badanie dermatoskopowe i rozsądna ochrona przed promieniowaniem UV to podstawowe elementy profilaktyki czerniaka. O tym, dlaczego w przypadku tego nowotworu czas rozpoznania ma tak duże znaczenie oraz jak powinna wyglądać opieka nad pacjentem po leczeniu, mówi **dr Karol Pniewski** z Kliniki Dermatologicznej Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego.

Dlaczego tak wiele mówi się o samobadaniu skóry?

Regularna obserwacja skóry jest niezwykle ważna. Powinniśmy zwracać uwagę na pojawiające się nowe zmiany oraz na to, czy już istniejące znamiona zmieniają wygląd. Oczywiście są miejsca, których sami nie jesteśmy w stanie dokładnie obejrzeć, na przykład plecy. Warto więc poprosić bliską osobę o pomoc. Najważniejsza jest systematyczność.

Co dzieje się, gdy podejrzana zmiana zostanie usunięta i badanie histopatologiczne potwierdzi czerniaka?

Dalsze postępowanie zależy przede wszystkim od wyniku badania histopatologicznego. Patomorfolog ocenia m.in. głębokość naciekania, obecność owrzodzenia oraz inne parametry pozwalające określić stopień zaawansowania nowotworu.

Na tej podstawie podejmowane są kolejne decyzje. W niektórych przypadkach konieczne jest poszerzenie marginesu wycięcia, w innych pacjent kierowany jest do ośrodka onkologicznego, gdzie może zostać wykonana m.in. biopsja węzła wartowniczego i dalsza diagnostyka pod kątem ewentualnego rozsiewu choroby. W Polsce dysponujemy również nowoczesnymi możliwościami leczenia zaawansowanego czerniaka, m.in. immunoterapią oraz leczeniem ukierunkowanym molekularnie, stosowanym u odpowiednio zakwalifikowanych pacjentów.

Czy osoba, która przebyła czerniaka, powinna szczególnie uważnie kontrolować skórę?

Zdecydowanie tak. Pacjent po przebytych czerniaku ma zwiększone ryzyko wystąpienia kolejnego czerniaka. Dlatego kontrole dermatoskopowe wykonywane są u niego częściej – zgodnie z indywidualnymi zaleceniami i stopniem ryzyka mogą odbywać się co kilka miesięcy.

W populacji ogólnej warto wykonywać profilaktyczne badanie dermatoskopowe raz w roku. Natomiast osoby po leczeniu czerniaka muszą bardzo konsekwentnie przestrzegać zasad ochrony przeciwsłonecznej oraz regularnie obserwować skórę.

Czy po przebytej chorobie pacjenci zaczynają bać się słońca?

Tak, i jest to zrozumiałe. Rozpoznanie nowotworu wpływa również na stan psychiczny pacjenta. Osoby po przebytych czerniaku często bardzo skrupulatnie obserwują swoją skórę i reagują na każdą nową lub zmieniającą się zmianę.

Nie chodzi jednak o całkowite unikanie wychodzenia na zewnątrz, lecz o świadomą i konsekwentną ochronę przed nadmierną ekspozycją na promieniowanie UV oraz regularne kontrole dermatologiczne.

Kto chętniej zgłasza się na badania profilaktyczne – kobiety czy mężczyźni?

Nadal częściej są to kobiety. Chętniej korzystają z badań profilaktycznych i częściej stosują ochronę przeciwsłoneczną. Mężczyźni bywają pod tym względem mniej systematyczni, choć na szczęście świadomość zagrożenia stopniowo rośnie.



Duże znaczenie mają akcje profilaktyczne – badania podczas pikników zdrowotnych, kampanie edukacyjne czy możliwość wykonania dermatoskopii w ramach różnych wydarzeń. Im więcej takich inicjatyw, tym większa szansa na wykrycie podejrzaney zmiany na wczesnym etapie.

Dlaczego jest to szczególnie ważne w przypadku mężczyzn?

Ponieważ mimo że zachorowania dotyczą obu płci, u mężczyzn obserwujemy wyższą śmiertelność. Jedną z przyczyn jest późniejsze rozpoznawanie choroby. Dlatego tak istotne jest, aby również mężczyźni nie odkładali profilaktycznych wizyt u dermatologa.

Czy w przypadku czerniaka naprawdę możemy powiedzieć, że wczesne wykrycie ratuje życie?

Zdecydowanie. Czerniak wykryty na wczesnym etapie jest niemal w 100 procentach wyleczalny. Im późniejsze rozpoznanie i większe zaawansowanie choroby, tym szanse na pełne wyleczenie maleją.

To właśnie dlatego najważniejszy komunikat jest bardzo prosty: badajmy się, regularnie oglądajmy swoją skórę i wykonujmy badania dermatoskopowe. W przypadku czerniaka wczesne wykrycie rzeczywiście może uratować życie.

Coraz popularniejsze są badania genetyczne. Czy mogą pomóc określić ryzyko zachorowania na czerniaka?

Genetyka odgrywa ważną rolę, ale obecnie nie znamy jeszcze wszystkich genów odpowiedzialnych za rozwój czerniaka. Dlatego wykonywanie przesiewowych badań genetycznych w całej populacji nie przyniosłoby obecnie oczekiwanych rezultatów. Badania molekularne mają natomiast istotne znaczenie u wybranych pacjentów z już rozpoznanym czerniakiem. Przykładem jest oznaczanie mutacji BRAF, które może mieć wpływ na kwalifikację do odpowiedniego leczenia ukierunkowanego molekularnie.

Co zatem każdy z nas może zrobić już dziś?

Przede wszystkim nie lekceważyć profilaktyki. Regularnie oglądać swoją skórę, zwracać uwagę na nowe i zmieniające się znamiona, korzystać z badań dermatoskopowych oraz chronić skórę przed nadmiernym promieniowaniem UV. Jeżeli zauważymy coś niepokojącego, nie warto czekać – należy zgłosić się do dermatologa.

Warto zapamiętać!

Czerniak wcześnie wykryty jest niemal w 100 procentach wyleczalny. Regularne badanie skóry może uratować życie.

Materiał opracowany na podstawie rozmowy z dr. Karolem Pniewskim z Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego, wyemitowanej na antenie Polskiego Radia RDC.

Posłuchaj rozmowy: <https://cloud.wim.mil.pl/s/mPX4c4w2Szo5MAAt>

Okiem kamery

**MEDYCINA OPARTA NA DOWODACH CZY „CUDOWNE TERAPIE”?
EKSPERTKA WIM W TVN24**

Dlaczego pacjenci rezygnują ze sprawdzonych metod leczenia i szukają pomocy w medycynie alternatywnej? Jakie zagrożenia niosą za sobą niesprawdzone terapie, suplementy czy pseudomedyczne metody diagnostyczne? O problemie tzw. szarlatanerii medycznej mówiła na antenie TVN24



Anna Bazydło-Pyrka, lekarz psychiatra z Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego.

Ekspertka WIM zwróciła uwagę, że szczególnie niebezpieczna jest rezygnacja z leczenia o potwierdzonej skuteczności na rzecz metod, które obiecują szybkie i pewne wyleczenie. W przypadku poważnych chorób utrata cennego czasu może prowadzić do nieodwracalnych konsekwencji.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/pZA4t3Wmr2jRBiP>

TELEWIZYJNY KURIER WARSZAWSKI UPAŁ MOŻE ZAGRAŻAĆ ZDROWIU

Wysokie temperatury to nie tylko dyskomfort, ale również realne zagrożenie dla zdrowia. W materiale TVP3 Warszawa o skutkach upałów mówił **dr Piotr Talik** ze Szpitalnego Oddziału Ratunkowego WIM-PIB, zwracając uwagę m.in. na ryzyko odwodnienia i zaburzeń elektrolitowych oraz zwiększoną liczbę pacjentów wymagających pomocy medycznej w czasie upałów.

W materiale pokazano również kriokomorę WIM-PIB, w której temperatura może sięgać nawet -160°C . O zasadach stosowania krioterapii opowiedział **dr Józef Mróz**, kierownik Kliniki Rehabilitacji WIM-PIB.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/fPMM7LSs7eBqcxm>

TVP 3 WARSZAWA CZyste powietrze to inwestycja w nasze zdrowie

Jak smog i zanieczyszczenie powietrza wpływają na nasze zdrowie? O konsekwencjach oddychania zanieczyszczonym powietrzem oraz o tym, jak



możemy ograniczyć jego negatywny wpływ na organizm, mówi **dr Piotr Dąbrowiecki**, alergolog z Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego.

Zanieczyszczenia powietrza mogą wywoływać i zaostrzać choroby układu oddechowego, a ich skutki odczuwa cały organizm. Szczególnie narażone są dzieci, seniorzy, kobiety w ciąży oraz osoby z chorobami układu oddechowego i krążenia.

– Jeżeli chcesz mieć lepiej, nie chcesz mieć astmy, nie chcesz mieć alergii, zadbaj o swoje otoczenie – apeluje dr Piotr Dąbrowiecki.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/TMkCfsRxKy2F2Ag>

GIGANTYCZNY WYCIEK DANYCH. WARSZAWSKIE SZPITALA NA CELOWNIKU HAKERÓW

Warszawskie przychodnie i szpitale wzmacniają nadzór nad oprogramowaniem i systemami informatycznymi. Kradzież danych pacjentów to ogromne zagrożenie, które może się powtórzyć w każdej chwili.

– Próby ataku na Wojskowy Instytut Medyczny trwają nieprzerwanie. To nie jest tak, że to było raz, kiedyś i się skończyło. My mamy takich ataków 20 dziennie i je po prostu odpieramy – mówi **Piotr Murawski**, kierownik Działu Teleinformatyki Wojskowego Instytutu Medycznego.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/6os96BR9HsQQ7on>

KURIER WARSZAWY I MAZOWSZA WSTRZĄS ANAFILAKTYCZNY ATAKUJE BEZ OSTRZEŻENIA

Błogi odpoczynek na łonie natury – lato to dla wielu osób najpiękniejsza pora roku. Ale nie dla wszystkich.



– Alergicy nie mają latem łatwo. To jest czas, kiedy osoby uczulone na pyłki traw mają zatkany nos, kichają, łzawią – mówi **dr hab. Piotr Dąbrowiecki**, alergolog z Wojskowego Instytutu Medycznego.



<https://cloud.wim.mil.pl/s/mrZbbjE5dzzCe3w>

WIM w mediach

ŻOŁNIERZ WALCZY OCZAMI

28.08.2026 r.
termedia.pl

– **Każdy z nas pracuje i walczy oczami** – mówi **płk prof. Marek Rękas** z Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego, w którym rozpoczął się **program laserowej korekcji wzroku dla żołnierzy**. Tegoroczny limit wynosi 100 zabiegów, choć placówka ma możliwości, by wykonywać ich nawet 1000 rocznie. Na razie mogą z niej korzystać przedstawiciele wybranych korpusów, grup osobowych i specjalności, między innymi piloci, nawigatorzy, operatorzy bezałogowych statków powietrznych, nurkowie oraz żołnierze wojsk specjalnych i jednostek powietrznodesantowych. W przyszłości przedsięwzięcie mogłoby objąć znacznie większą grupę wojskowych

Więcej:

<https://www.termedia.pl/mz/Zolnierz-walczy-oczami,68757.html>

LICZYMY NA DALSZY WZROST LICZBY SZCZEPIEŃ

27.08.2026 r.
termedia.pl

– **Szczepienie to ubezpieczenie na życie** – przekonuje **dr hab. Aleksandra Kucharczyk** z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Pneumonologii, Alergologii, Immunologii Klinicznej i Chorób Rzadkich Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie.



Eksperci zaznaczają, że szczepienia są szczególnie ważne u osób starszych i powinny być traktowane jako jeden z najważniejszych elementów profilaktyki zdrowotnej, jak i polityki lekowej państwa. Kluczowe znaczenie ma usuwanie utrudniających je barier refundacyjnych i administracyjnych. Głównym celem powinno być to, by szczepienia były proste i łatwo dostępne – przekonują.

Więcej:

<https://www.termedia.pl/aktualnosci/Eksperci-liczymy-na-dalszy-wzrost-liczby-szczepien,68732.html>



GEN. BRONI PROF. GRZEGORZ GIELERAK O POTRZEBIE REFORMY PAŃSTWOWEGO RATOWNICTWA MEDYCZNEGO

24.08.2026 r.
wim.mil.pl

Dyrektor WIM-PIB gen. broni prof. Grzegorz Gielerak w najnowszej publikacji „Państwowe Ratownictwo Medyczne – między systemową dysfunkcją a szansą na przełom” przedstawia diagnozę najważniejszych problemów systemu ratownictwa medycznego oraz konkretne kierunki jego reformy.



Autor wskazuje m.in. na potrzebę lepszej integracji ratownictwa medycznego z całym systemem ochrony zdrowia, stworzenia alternatywnych ścieżek pomocy dla pacjentów niewymagających interwencji w SOR, rozszerzenia kompetencji ratowników medycznych oraz wykorzystania wiarygodnych danych o dostępności świadczeń w czasie rzeczywistym. Celem proponowanych zmian jest stworzenie spójnego systemu, który kieruje pacjenta do miejsca najlepiej odpowiadającego jego rzeczywistym potrzebom zdrowotnym.

Zachęcamy do zapoznania się z publikacją i proponowaną mapą reform Państwowego Ratownictwa Medycznego.

Więcej:

<https://wim.mil.pl/2026/08/10/gen-broni-prof-grzegorz-gielerak-o-koniecznosci-reformy-panstwowego-ratownictwa-medycznego/>



Święto Wojska Polskiego 2026 – Defilada w Warszawie



W GODZINIE PRÓBY TO SZPITALA CYWILNE PRZEJMĄ CIĘŻAR WOJNY. GEN. GIELERAK O BUDOWIE MEDYCZNEJ TARCZY POLSKI

18.08.2026 r.
niezalezna.pl

Wojenna matematyka nie pozostawia złudzeń. **Nawet 1200 rannych dziennie w skali kraju i masowa ewakuacja medyczna z całej wschodniej flanki NATO** – tak prezentują się prognozy na wypadek wybuchu pełnoskalowego konfliktu. Realia trwającej blisko pięć lat inwazji na Ukrainę bezpardonowo zdemaskowały założenia o tym, że wyizolowany system medycyny wojskowej sam udźwignie ten ciężar. „Doświadczenie ukraińskie pokazuje kierunek: siedmiu na dziesięciu rannych żołnierzy trafia tam do szpitali cywilnych i ta proporcja przestaje być obserwacją z cudzej wojny, a staje się parametrem planistycznym” – wskazuje w swojej analizie **gen. Grzegorz Gielerak**, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego (WIM) w Warszawie. Wyjścia z sytuacji są dwa: zamiana rozproszonych cywilnych szpitali w zwarty mechanizm obronny państwa albo oczekiwanie na chaos i medyczną katastrofę w momencie kryzysu.





Więcej:

https://niezalezna.pl/polska/w-godzinie-proby-to-szpital-cywilne-przejma-ciezar-wojny-gen-gielerak-o-budowie-medycznej-tarczy-polski/577450#goog_rewarded

GEN. GIELERAK OSTRZEGA: ZA BRAK SKUTECZNYCH REFORM PACJENCI ZAPŁACĄ WŁASNYM ZDROWIEM

16.08.2026 r.
niezalezna.pl



Polska ochrona zdrowia pochłania rocznie astronomiczne 348 miliardów złotych, doganiając europejską średnią. Mimo to szpitale dramatycznie tną planowe przyjęcia pacjentów, a Narodowy Fundusz Zdrowia musi być potężnie dotowany z budżetu państwa. W swoim najnowszym wpisie w mediach społecznościowych **gen. Grzegorz Gielerak**, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie po raz kolejny **obnaża patologie systemu i ostrzega: bez pilnej, ustawowej reformy finansowania, polskie leczenie czeka zapaść, a cena za polityczną beczynność będzie mierzona ludzkim zdrowiem i życiem.**

Więcej:

https://niezalezna.pl/polska/o-krok-od-zapasci-gen-gielerak-ostrega-za-brak-skutecznych-reform-pacjenci-zapla-wlasnym-zdrowiem/577301#goog_rewarded



KRYZYS BEZ NIEWIADOMYCH

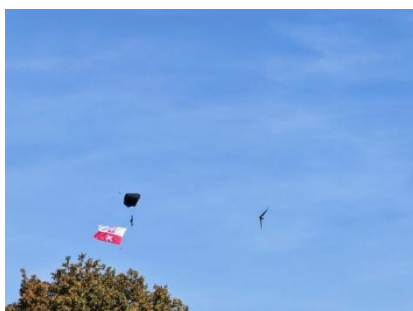
12.08.2026 r.
termedia.pl



– Przyczyny, skala i koszty kryzysu zostały opisane i policzone. **Do podjęcia pozostała decyzja o mechanizmie płac, wycenie świadczeń i ustroju finansowania, a jej termin wyznaczają reguła wydatkowa i kalendarz polityczny.** Reformę systemu można odkładać, arytmetyki nie. Zwłoka nie zawiesza rachunku, bo ten sam wybór, powtarzany od lat, z każdym rokiem będzie kosztował więcej – pisze w „Menedżerze Zdrowia” **Grzegorz Gielerak.**



- Kryzys mamy opisany co do złotówki – znamy przyczyny, skalę i rosnącą do 250 mld zł lukę finansową w Narodowym Funduszu Zdrowia. Mimo kompletnej wiedzy system wciąż trwa w paraliżu decyzyjnym.
- Pacjenci podjęli decyzję szybciej niż władza – nie czekając na reakcję państwa, Polacy płacą rocznie 64,5 mld zł w sektorze prywatnym, byle tylko ominąć paraliżujący system kolejki.
- Mechanizm, o którym wiemy od lat – 90 proc. dzisiejszego deficytu wygenerowała jedna decyzja z 2022 r., ale mimo czytelnych danych nikt nie odważył się zmienić sztywnego automatu płacowego.
- Zamiast reformy jest ucieczka w półśrodki – wiemy, że niedoszacowane wyceny niszczą szpitalnictwo, ale państwo zamiast systemowych zmian wybiera doraźne dosypywanie miliardów i punktowe cięcia.
- Koniec beczynności wyznaczy arytmetyka – wiemy dokładnie, jakie trzy decyzje trzeba podjąć, by uratować finanse. Dalsze odkładanie reform nie zawiesza rachunku – po prostu zwiększa cenę politycznej bierności.



Więcej:

<https://www.termedia.pl/mz/Kryzys-bez-niewiadomych-,68524.html>



KRAJOWI PRODUCENCI LEKÓW O "SABOTAŻU" NOWELI PRZEZ ZAGRANICZNE KONCERNY

10.08.2026 r.
rynekzdrowia.pl

Polski Związek Pracodawców Przemysłu Farmaceutycznego – Krajowi Producenci Leków alarmuje, że zagraniczne koncerny próbują zatrzymać prace nad nowelizacją ustawy refundacyjnej. Zdaniem związku stawką jest nie tylko kształt systemu refundacji, ale także bezpieczeństwo lekowe Polski.

Znaczenie krajowych zdolności produkcyjnych leków potwierdzają dokumenty i analizy dotyczące bezpieczeństwa państwa, w tym raporty Ministerstwa Obrony Narodowej oraz Wojskowego Instytutu Medycznego. Wskazują one, że produkcja i logistyka farmaceutyczna powinny być traktowane jako element strategicznej infrastruktury państwa.

Więcej:

<https://www.rynekzdrowia.pl/Farmacja/To-nie-sluzzy-interesom-Polakow-Krajowi-Produttori-Lekow-o-sabotazu-noweli-przez-zagraniczne-koncerny,287593,6.html>



TAK POLSKA SZYKUJE SIĘ NA WYPADEK WOJNY. AMERYKANIE CHCĄ WSPÓŁPRACOWAĆ

10.08.2026 r.
rynekzdrowia.pl

Medycyna musi być gotowa także na wypadek wojny. Do Wojskowego Instytutu Medycznego przyjechali przedstawiciele dowództwa medycznego Armii USA w Europie, by poznać polskie doświadczenia z medycyny pola walki. Rozmowy dotyczyły m.in. leczenia ciężkich obrażeń i doświadczeń zdobytych podczas pomocy pacjentom poszkodowanym w wojnie w Ukrainie.

Więcej:

<https://www.rynekzdrowia.pl/Finanse-i-zarzadzanie/Tak-Polska-szykuje-sie-na-wypadek-wojny-Amerykanie-chca-wspolpracowac,287534,1.html>



GEN. GIELERAK PUNKTUJE BŁĘDY, PRZEZ KTÓRE KARETKI NIE DOJEŻDŻAJĄ TAM, GDZIE FAKTYCZNIE SĄ POTRZEBNE

09.08.2026 r.
niezalezna.pl

Na dziesięć wyjazdów karetek w Polsce, aż sześć dotyczy przypadków, w których w zupełności wystarczyłaby zwykła porada lekarska. W swoim wpisie w mediach społecznościowych **gen. broni. prof. Grzegorz Gielera**k, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego (WIM) w Warszawie, bije na alarm, punktując patologie polskiego systemu ochrony zdrowia. – W organizacji naszego systemu po najdroższy zasób sięgamy nie w drodze wyjątku, ale rutynowo – diagnozuje profesor i proponuje trzystopniowy plan naprawczy oparty na sprawdzonych europejskich wzorcach.

Więcej:

https://niezalezna.pl/polska/fikcja-ratunkowa-gen-gielerak-punktuje-bledy-przez-ktore-karetki-nie-dojedzaja-tam-gdzie-sa-potrzebne/576814#goog_rewarded





UDAR MOŻE MIEĆ NIETYPOWY PRZEBIEG

07.08.2026 r.

medonet.pl

- Podczas mszy ksiądz nagle zaczął się dziwnie zachowywać — przekreślał słowa, modlitwy. Wierni od razu wezwali karetkę - opowiada **dr Jacek Staszewski**. Okazało się, że to udar mózgu. Neurolog ostrzega, że może on dawać objawy, które w ogóle nie wzbudzają podejrzeń. Przez to ludzie trafiają do szpitali za późno. **Lekarz mówi, co powinno uruchomić natychmiastowy alarm.** — Niezależnie od tego, czy czujemy się dobrze, czy nie.

- **Kiedy zaatakuje udar, zaczyna się bezwzględny wyścig z czasem** - wyścig o życie i o sprawność — mówi Jacek Staszewski. — Już w ciągu pierwszych kilkudziesięciu minut w mózgu dochodzi do gwałtownej utraty (śmierci) i nieodwracalnego uszkodzenia milionów neuronów — nawet 30 tys. neuronów na sekundę! — ostrzega lekarz.

Więcej:

<https://www.medonet.pl/narodowy-test-zdrowia-polakow/co-dolega-polakom/pierwsze-objawy-udaru-mozgu-neurolog-o-nietypowych-sygnalach-zaskakujace/wzw5vlc>

TO NIE JEST ZWYKŁY KATAR. POLIPY NOSA ODBIERAJĄ WĘCH, SEN I POZUCIE BEZPIECZEŃSTWA

06.08.2026 r.

newsmed.pl

Utrata węchu, zaburzenia snu, przewlekłe zmęczenie i kolejne operacje – tak może wyglądać ciężkie zapalenie zatok z polipami nosa. Nowy raport pokazuje, jak choroba wpływa na codzienne życie pacjentów i dlaczego **eksperti apelują o szybszy dostęp do terapii biologicznych.**

- Osoby, u których dochodzi do szybkiego nawrotu choroby już po pierwszej operacji, często znajdują się w podobnej sytuacji klinicznej jak pacjenci po kolejnych zabiegach. Sam zabieg mechanicznie usuwa skutki, ale nie likwiduje podłoża zapalnego choroby – wskazuje **dr Piotr Rapiejko**.

Więcej:

<https://newsmed.pl/system/12408243/polipy-nosa-objawy-nawroty-i-leczenie-biologiczne.html>

TO URZĄDZENIE ZWIĘKSZY ZNACZNIE SZANSE NA URATOWANIE ŻYCIA

06.08.2026 r.

newsmed.pl

Wojskowy Instytut Medyczny ma opracować urządzenie, które pozwoli wykryć zagrożenie toksynami na polu walki.

Jednym z dofinansowanych (w wys.15,1 mln zł) projektów jest GNOFOS, czyli „Szybka diagnostyka polowa zatruc związkami fosforoorganicznymi”. Wykonawcy to: Wojskowy Instytut Medyczny – Państwowy Instytut Badawczy, Dynamic Safety



Corporation sp. z o.o., Uniwersytet Łódzki oraz Wojskowa Akademia Techniczna im. Jarosława Dąbrowskiego. Dofinansowanie: 15,1 mln zł.

Projekt ma na celu opracowanie przenośnego zestawu diagnostycznego do szybkiego wykrywania zatruc związkami fosforoorganicznymi w warunkach polowych. Urządzenie pozwoli szybko wykryć zagrożenie i podjąć właściwe leczenie. Oznacza to zwiększenie szans na uratowanie życia żołnierza. "Jak to ważne, nie trzeba nikogo przekonywać" – podkreślano podczas podpisywania umowy. Podpisał ją **gen. broni prof. Grzegorz Gielerak**, dyrektor WIM.

Więcej:

<https://newsmed.pl/aktualnosci/12407580/medycyna-pola-walki-to-urządzenie-wykryje-groźne-toksyny.html>

POLSKA I USA WSPÓLNIE ROZWIJAJĄ WOJSKOWE ZDOLNOŚCI MEDYCZNE

05.08.2026 r.
gov.pl

5 sierpnia 2026 r. Dyrektor Departamentu Wojskowej Służby Zdrowia, płk dr n. o zdr. Anita Podlasin spotkała się z delegacją szefostwa służby zdrowia Sił Zbrojnych Stanów Zjednoczonych w Europie (United States Army Europe and Africa – USAREUR-AF), której przewodniczyli wspólnie naczelny lekarz – gen. bryg. Lance Raney, pełniący jednocześnie funkcję Dowódcy 68th Theater Medical Command (68th TMC) oraz Dowódcy U.S. Army Medical Readiness Command, Europe (MRC-E) – gen. bryg. Mark Stackle, będący jednocześnie Dyrektorem Defense Health Network – Europe (DHN-E).

Rozmowa była okazją do omówienia statusu obecnie realizowanych projektów, a także zamierzeń i planów na najbliższą przyszłość w sferze szeroko pojętej wojskowej służby zdrowia

Dalszą częścią wizyty amerykańskiej delegacji było spotkanie w Wojskowym Instytucie Medycznym – Państwowym Instytucie Badawczym (WIM-PIB) w Warszawie, gdzie odbyły się rozmowy z kierownictwem i personelem Instytutu. Goście zostali zapoznani z potencjałem i wiodącą rolą placówki w zabezpieczeniu medycznym wschodniej flanki NATO oraz z prowadzonymi w Instytucie badaniami i projektami m.in. z zakresu ortopedii rekonstrukcyjnej czy chirurgii twarzowo-czaszkowej w kontekście obrażeń typowych dla współczesnego pola walki.

Wiecej:

<https://www.gov.pl/web/obrona-narodowa/polska-i-usa-wspolnie-rozwijaja-wojskowe-zdolnosci-medyczne>

OBJAWY PRZEPOWIADAJĄCE UDAR CIEPLNY. NEUROLOG: OSTATNI DZWONEK

03.08.2026 r.
medonet.pl

Udar od gorąca (udar cieplny) istnieje naprawdę, choć wiele osób nie zdaje sobie sprawy, jak może być groźny. — Późno rozpoznane objawy mogą doprowadzić do śmierci — przestrzega neurolog. Na co trzeba uważać? Wśród objawów są m.in. ból głowy i osłabienie. — To ostatni dzwonek, by się nawodnić i uciekać do cienia — apeluje **dr Jacek Staszewski** i mówi, co się stanie, jeśli tego nie zrobimy. — Długotrwałe przegrzanie organizmu może wywołać objawy bardzo



zbliżone do udaru i rzeczywiście może wtedy dojść do uszkodzenia mózgu, ale też wątroby, nerek i innych narządów — bywa, że nieodwracalnego. Choć używa się określenia „udar”, jest to raczej krytyczna reakcja całego organizmu, w tym mózgu — wyjaśnia.

Więcej:

<https://www.medonet.pl/narodowy-test-zdrowia-polakow/zyj-zdrowiej/objawy-przed-udarem-cieplnym-neurolog-ostatni-dzwonek-by-uciekac-do-cienia/hb3xvnp>



PACJENT WRACA DO DOMU PO ZAWALE. CZĘSTO MUSI RADZIĆ SOBIE SAM

03.08.2026 r.
rynekzdrowia.pl

W przypadku ostrej fazy zawału niemal nie ma różnic w dostępie do leczenia, ale równość ta kończy się, gdy pacjent jest wypisywany do domu - zauważa **gen. broni prof. Grzegorz Gielera**k. O dostępie do rehabilitacji decyduje kod pocztowy. A jest ona kluczowa, by atak serca się nie powtórzył.

Więcej:

<https://www.rynekzdrowia.pl/Serwis-Kardiologia/Pacjent-wraca-do-domu-po-zawale-Czesto-musi-radzic-sobie-sam,287349,1014.html>



PRZEWLEKLE POLIPY NOSA ODBIERAJĄ PACJENTOM WĘCH, SMAK I RADOŚĆ ŻYCIA

03.08.2026 r.
naszesprawy.eu

Przewlekłe zapalenie zatok przynosowych z polipami nosa nie jest błahą chorobą; odbiera pacjentom węch, smak oraz radość życia – alarmowali specjaliści. Zapewniali, że jest dostępne skuteczne leczenie, dające lepsze efekty aniżeli operacje usunięcia polipów. U prawie połowy pacjentów z przewlekłym zapaleniem zatok przynosowych z polipami nosa (PZZPzPN) współistnieją również inne choroby zapalne, takie jak astma czy atopowe zapalenie skóry. – Bo choroba ta nie ogranicza się tylko do niedrożności nosa – tłumaczył **dr Piotr Rapiejko** z Kliniki Otolaryngologii Wojskowego Instytut Medycznego w Warszawie. – Poza utratą węchu i smaku występują jeszcze zaburzenia snu i przewlekłe zmęczenie. Na dodatek dochodzi do nawrotów choroby pogarszającej życie rodzinne, społeczne i zawodowe. – Trzeba pamiętać, że to nie jest tylko polip w nosie. Z powodu zapalenia zatok przynosowych z polipami nosa choruje cały organizm – podkreślał **dr hab. Piotr Dąbrowiecki** z Kliniki Chorób Wewnętrznych, Infekcyjnych i Alergologii Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie, przewodniczący Polskiej Federacji Stowarzyszeń Chorych na Astmę, Alergię i POChP.

<https://naszesprawy.eu/rehabilitacja-zdrowie-i-nauka/przewlekle-polipy-nosa-odbieraja-pacjentom-wech-smak-i-radosc-zycia/>

PROF. GIELERAK: MNIEJ BIAŁKA MOŻE WYDŁUŻAĆ ŻYCIE

02.08.2026 r.





cowzdrowiu.pl

"Mniej białka, dłuższe życie!" - napisał gen. broni prof. dr hab. n. med. Grzegorz Gielerak, dyrektor Wojskowego Instytutu Medycznego - Państwowego Instytutu Badawczego, w poście opublikowanym na X. Gielerak przytoczył wnioski z obszernego przeglądu literatury poświęconego wpływowi białka i aminokwasów na zdrowie oraz długość życia. Jego zdaniem publikacja przedstawia podejście odwrotne do popularnego w mediach społecznościowych "proteinmaxingu", czyli zwiększania ilości białka w codziennej diecie.

Więcej:

<https://cowzdrowiu.pl/aktualnosci/post/prof-gielerak-mniej-bialka-moze-wydluzac-zycie>



Podziękowania od życzliwych Pacjentów

PODZIĘKOWANIA DLA ZESPOŁU KLINIKI OKULISTYKI WIM-PIB

Do Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego wpłynęły serdeczne podziękowania **od pacjenta, Pana Sylwestra Proczka**, skierowane do całego zespołu Kliniki Okulistyki, który otoczył go opieką podczas operacji zęza przeprowadzonej 26 sierpnia 2026 r.

Pacjent wyraził szczególną wdzięczność **lekarzom, zespołowi anestezjologicznemu, pielęgniarkom oraz personelowi pomocniczemu** za profesjonalizm, wiedzę i precyzję, a także poczucie bezpieczeństwa zapewnione na każdym etapie leczenia.

W słowach podziękowania podkreślił również ogromne znaczenie **empatii, życzliwości, cierpliwości i troski o komfort pacjenta**, dzięki którym zarówno przygotowanie do operacji, sam zabieg, jak i opieka pooperacyjna przebiegały w atmosferze zaufania i spokoju.

„Praca, którą Państwo wykonują każdego dnia, zasługuje na najwyższy szacunek. Dziękuję za przywrócenie mi nie tylko zdrowia i komfortu widzenia, ale też za wspaniałą, ludzką postawę” – napisał Pan Sylwester.

Dołączamy się do tych słów uznania i gratulujemy całemu zespołowi Kliniki Okulistyki WIM-PIB profesjonalizmu oraz postawy, która buduje zaufanie pacjentów i jest najlepszym świadectwem jakości opieki w naszym Instytucie.

PODZIĘKOWANIA DLA PEŁNOMOCNIK PRAW PACJENTA WIM-PIB

Do Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego wpłynęły serdeczne **podziękowania** od Pani Bożeny Lamot, skierowane **do Pani Anny Klimowicz**, Pełnomocnik Praw Pacjenta WIM-PIB, za życzliwość, zaangażowanie oraz gotowość do pomocy w ustaleniu terminu wizyty zgodnie z planem leczenia.

Choć ostatecznie Pacjentce udało się ustalić termin wizyty w innym szpitalu, szczególnie doceniła zainteresowanie jej sprawą oraz podjęte działania:

„Proszę przyjąć ogromne podziękowania za chęć okazania pomocy w sprawie wyznaczenia wizyty zgodnie z planem leczenia. [...] W mojej ocenie Pani działanie sprawiło, że Państwa podmiot jest jednym z nielicznych, któremu dobro pacjenta nie jest obojętne. Jeszcze raz dziękuję”.





Słowa te są pięknym wyrazem uznania dla Pani Anny Klimowicz oraz potwierdzeniem, jak ważne w kontakcie z pacjentem są zaangażowanie, empatia, uważność i gotowość do udzielenia wsparcia.

„MACIE NIESAMOWITY ZESPÓŁ!” – PODZIĘKOWANIA DLA ZESPOŁU KARDIOLOGII

Do WIM-PIB wpłynęły wyjątkowo serdeczne podziękowania od Pani Agnieszki Jasińskiej-Goerd, pacjentki Oddziału Kardiologii Interwencyjnej, która w dniach 3–5 sierpnia 2026 r. przebywała w Instytucie w związku z zabiegiem ablacji.

Pacjentka podkreśla ogromny profesjonalizm, życzliwość i empatię, z jakimi spotkała się zarówno podczas hospitalizacji, jak i wcześniej – korzystając z opieki poradni kardiologicznej oraz SOR WIM-PIB.

Szczególne słowa wdzięczności skierowała do **dr. n. med. Krystiana Krzyżanowskiego**, który przeprowadził zabieg ablacji, **Pań Izę i Agnieszki**, asystujących podczas zabiegu, oraz **dr. Marcina Wańczuka** za opiekę i szczegółowe wskazówki dotyczące dalszego postępowania po wypisie.

Podziękowania kieruje również do wszystkich osób zaangażowanych w jej leczenie i opiekę – lekarzy, pielęgniarek, pielęgniarzy, techników, personelu pomocniczego oraz studentów. Jak podkreśla, każde badanie, procedura i rozmowa odbywały się z kulturą, spokojem i uśmiechem, co w stresującym dla pacjenta czasie ma szczególne znaczenie.

Pacjentka z wdzięcznością wspomina także osoby, których nazwisk nie zna – personel towarzyszący jej podczas echa przezpręłykowego, pielęgniarkę troszczącą się o nią w nocy po zabiegu, lekarki dyżurujące oraz chirurga naczyniowego, który późnym wieczorem udzielił jej pomocy, a przy tym swoim poczuciem humoru podniósł ją na duchu.

Najlepszym podsumowaniem tych podziękowań są słowa Pani Agnieszki:

„Takich przykładów było wiele i dlatego bardzo chciałam przekazać – że macie niesamowity zespół!”

Pacjentka zwraca uwagę, że choć często słyszymy o tym, co w ochronie zdrowia nie działa, tym bardziej warto mówić o miejscach, w których spotyka się ludzi wykonujących swoją pracę z prawdziwym powołaniem.

Serdecznie gratulujemy całemu Zespołowi i dziękujemy za profesjonalizm, zaangażowanie oraz codzienną troskę o naszych pacjentów.

SŁOWA WDZIĘCZNOŚCI ZAPISANE WIERSZEM

Do Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego wpłynęły wyjątkowe podziękowania od Pana Bolesława Krawczyka, który w formie wiersza wyraził wdzięczność za opiekę otrzymaną w Poradni Chirurgii Onkologicznej. Swoją dedykację skierował do dr. Piotra Trojanowskiego oraz całego zespołu poradni, podkreślając nie tylko wysoki poziom leczenia, ale także życzliwość, empatię i wsparcie, których doświadczał podczas pobytu w naszym Instytucie.

Takie słowa uznania są dla wszystkich pracowników WIM-PIB najcenniejszym dowodem, że profesjonalizm połączony z troską o pacjenta pozostawia trwały ślad w pamięci osób, którym pomagamy.

Serdecznie dziękujemy Panu Bolesławowi Krawczykowi za piękną dedykację i życzymy dużo zdrowia oraz pomyślności.



Wiersz pacjenta

Dedykacja dla Pana Doktora Piotra Trojanowskiego i Współpracowników Poradni Chirurgii Onkologicznej

Sercem i skalpelem

Duże szczęście miałem, by z pomocy Pana Doktora korzystać,
Za co chcę dziś serdecznie podziękować.
Tu z sercem potraktowany zostałem
I dwukrotnie zabiegom chirurgicznym się poddałem.

Pan Doktor ze stoickim spokojem skalpelem operował –
Fachowo moje zdrowie ratował.
Teraz do Narodowego Instytutu Onkologii otrzymałem skierowanie.
Mam nadzieję na dalsze pomyślne leczenie.

W Szpitalu na każdym kroku byłem dobrze traktowany,
A ludzie serdeczni – „przyłóż Ich do rany”.
Tu nie tylko specjalistyczną pomoc otrzymałem –
Komfortu psychicznego też doznałem.

Na ręce Pana Doktora składam serdeczne podziękowanie
Za pomoc medyczną i wzorowe traktowanie.
Wielką wdzięczność Panu i Szpitalowi okazuję,
A za dobre serce też bardzo dziękuję.

Dziękuję za wszystko, co było, jest i będzie.
Życzę Panu Doktorowi i Współpracownikom zdrowia i sukcesów – zawsze i wszędzie.

Warszawa, 31 lipca 2026 r.

Wdzięczny Pacjent

Bolesław Krawczyk

[Sercem i skalpelem.pdf](#)

Informacje Pionu Nauki

DOFINANSOWANIE KOSZTÓW KSZTAŁCENIA ZE ŚRODKÓW MON – ZASADY SKŁADANIA WNIOSKÓW

Przypominamy o możliwości ubiegania się przez pracowników WIM-PIB wykonujących zawody medyczne o dofinansowanie lub refundację kosztów kształcenia ze środków Ministerstwa Obrony Narodowej.

O dofinansowanie może ubiegać się pracownik, który wykonuje zawód medyczny, jest zatrudniony w WIM-PIB co najmniej rok oraz spełnia określone w instrukcji warunki dotyczące formy i okresu zatrudnienia. W przypadku osób zatrudnionych w niepełnym wymiarze czasu pracy wysokość dofinansowania jest proporcjonalna do wymiaru etatu.

Jak złożyć wniosek?

Wnioski składane są w systemie AMODIT, w zakładce Nauka → Procesy, gdzie dostępne są dwa procesy:

„Umowa szkoleniowa MON – wniosek kadrowy” – składany przed planowanym wyjazdem szkoleniowym, jeżeli szkolenie odbywa się w czasie pracy lub pracownik ubiega się również o pokrycie kosztów delegacji;



„Umowa szkoleniowa MON – wniosek finansowy” – składany po uzyskaniu zgody na wyjazd lub po zakończeniu kształcenia.

W przypadku kształcenia realizowanego w czasie wolnym, bez ubiegania się o zwrot kosztów delegacji, np. studiów lub kursów weekendowych, składany jest wyłącznie wniosek finansowy obejmujący koszt uczestnictwa.

Po zakończeniu szkolenia komplet wymaganych dokumentów należy przekazać do Centrum Kształcenia Podyplomowego.

Do Komisji kierowane są wyłącznie kompletne wnioski. Ostateczna decyzja o przyznaniu dofinansowania oraz jego wysokości podejmowana jest indywidualnie po rozpatrzeniu wniosku przez Komisję.

Ważne: po przyznaniu dofinansowania pracownik zobowiązany jest do podpisania umowy lojalnościowej. Okres lojalnościowy wynosi 2 lata przy dofinansowaniu do 3 000 zł włącznie oraz 3 lata przy kwocie powyżej 3 000 zł.

Kontakt w CKP:

Agnieszka Błachnio

e-mail: ablachnio@wim.mil.pl

tel. 261 818 402

[Instrukcja Składanie wniosków o dofinansowanie kosztów kształcenia ze środków MON.pdf](#)

Zachęcamy osoby zainteresowane do zapoznania się z pełną instrukcją dotyczącą składania wniosków o dofinansowanie kosztów kształcenia ze środków MON.

PRZYPOMNIENIE O OBOWIĄZKU SKŁADANIA REJESTRU GODZIN SZKOLENIA SPECJALIZACYJNEGO

Wydział Kształcenia Podyplomowego Lekarzy przypomina o obowiązku systematycznego przekazywania do Sekcji Płac wymaganej dokumentacji dotyczącej liczby godzin szkolenia specjalizacyjnego zrealizowanych przez lekarzy i lekarzy dentystów.

Wszyscy lekarze odbywający szkolenie specjalizacyjne w WIM-PIB są zobowiązani do składania Rejestru godzin w terminie do **2 dni roboczych po zakończeniu każdego miesiąca kalendarzowego**, którego dotyczy rozliczenie.

Terminowe przekazywanie dokumentacji jest niezbędne do prawidłowego prowadzenia ewidencji czasu szkolenia oraz właściwego rozliczania realizacji programu specjalizacji.

Prosimy o przestrzeganie wskazanego terminu.

ORCID – ZADBAJ O AKTUALNOŚĆ SWOJEGO PROFILU I PUBLIKACJI

Biblioteka Naukowa WIM-PIB przypomina pracownikom naukowym oraz wszystkim osobom publikującym o **regularnej weryfikacji i aktualizacji profilu ORCID**, a także o powiązaniu z nim publikacji indeksowanych w bazach **Scopus** oraz **Clarivate Web of Science**.

Osoby, które planują rozpoczęcie działalności publikacyjnej, zachęcamy do założenia identyfikatora ORCID.

Czym jest ORCID?

ORCID (Open Researcher and Contributor ID) to międzynarodowy, bezpłatny system identyfikacji autorów prac naukowych. Każdej zarejestrowanej osobie nadawany jest **unikalny identyfikator alfanumeryczny**, który pozwala na jednoznaczne przypisanie autora do jego publikacji i dorobku naukowego.



Dlaczego warto posiadać i aktualizować ORCID?

Identyfikator ORCID:

- umożliwia powiązanie z innymi identyfikatorami autora, m.in. **ResearcherID**, **Scopus Author ID** czy **Google Scholar**;
- ułatwia importowanie i aktualizowanie informacji o dorobku naukowym indeksowanym w innych bazach;
- eliminuje problemy wynikające z różnych sposobów zapisu imienia i nazwiska autora;
- pozwala prawidłowo rozróżnić autorów o tych samych imionach i nazwiskach;
- zapewnia ciągłość identyfikacji w przypadku zmiany nazwiska lub afiliacji;
- jest bezpłatny, uniwersalny i niezależny od komercyjnych dostawców baz naukowych.

Ważne ustawienia profilu

Zaleca się, aby w profilu ORCID informacje dotyczące **afiliacji (Employment)** oraz **publikacji (Works)** były ustawione jako widoczne dla wszystkich (**Everyone**). Ułatwia to jednoznaczną identyfikację autora oraz jego powiązanie z Wojskowym Instytutem Medycznym – Państwowym Instytutem Badawczym.

Pamiętajmy również o **regularnym uzupełnianiu profilu ORCID o publikacje indeksowane w bazach Scopus i Clarivate Web of Science**.

Więcej na stronie: [ORCID - Wojskowy Instytut Medyczny](https://info.orcid.org/pl/documentation/integration-and-api-faq/#easy-faq-2682)

Przydatne linki:

<https://info.orcid.org/pl/documentation/integration-and-api-faq/#easy-faq-2682>

[Jakie możliwości daje połączenie konta PBN z ORCID? – Polska Bibliografia Naukowa](#)

Informacje Oddziału Teleinformatyki

MIGRACJA LOGOWAŃ W CLOUD.WIM.MIL.PL

Oddział Teleinformatyki informuje, że od **środy (2.09)** realizowany będzie dla **cloud.wim.mil.pl** proces migracji z logowań dotychczasowych do nowych – **cyfrowych**. Stąd, użytkownicy logujący się dotąd tzw. starym loginem mogą nie mieć chwilowego dostępu do swoich zasobów. Po migracji do loginu cyfrowego dostęp do dotychczasowych zasobów zostanie przywrócony i będą dostępne w folderze „Przeniesiono z ...”.

W efekcie, Użytkownicy, którzy logowali się innym loginem do komputera a innym do chmury będą w obu miejscach mogli logować się jednym loginem „jak do komputera”.

DANE MEDYCZNE, OSOBOWE I ZEWNĘTRZNE ZASOBY SIECIOWE

Mając na uwadze informacje dotyczące incydentu związanego z wyciekami danych medycznych z systemów udostępnianych przez firmę MyDr, przypominamy, że **udostępnianie i przetwarzanie danych związanych z działalnością WIM-PIB z wykorzystaniem zewnętrznych, nieautoryzowanych systemów i narzędzi jest zabronione**. Zasady w tym zakresie zostały określone w dokumentacji **Systemu Zarządzania Bezpieczeństwem Informacji WIM-PIB**.

WIM-PIB zapewnia pracownikom własne, odpowiednio zabezpieczone zasoby i rozwiązania przeznaczone do przetwarzania oraz udostępniania tego rodzaju danych. Prosimy o korzystanie wyłącznie z narzędzi udostępnionych i zatwierdzonych przez Instytut.



Spacerkiem po Bolzano



W przypadku pytań dotyczących Systemu Zarządzania Bezpieczeństwem Informacji WIM-PIB odpowiedzi udziela Zespół Zarządzania Bezpieczeństwem (e-mail: zzb@wim.mil.pl) a w przypadku infrastruktury Oddział Teleinformatyki (e-mail: informatyka@wim.mil.pl).

ODDZIAŁ TELEINFORMATYKI – INFORMACJE KONTAKTOWE

Oddział Teleinformatyki przypomina, że w ramach doskonalenia procesu komunikacji od lat funkcjonują w WIM-PIB dedykowane adresy mailowe związane z dziedziną bądź lokalizacją prowadzonej działalności.

Poprawne adresowanie spraw wpływa istotnie na szybkość ich obsługi, stąd prosimy o stosowanie:

1. sl@wim.mil.pl – sprawy łączności - Sekcja Łączności OTI;
2. itl@wim.mil.pl – dowolne w ramach kompetencji OTI – Sekcja Wsparcia Użytkownika OTI „Legionowo”;
3. his@wim.mil.pl – sprawy związane z systemami medycznymi ;
4. informatyka@wim.mil.pl – sprawy infrastruktury, sprzętu komputerowego

Adresy te utworzono również w celu nie wykorzystywania adresów imiennych dla spraw które „imiennymi” nie są, a w konsekwencji zawieszenia biegu spraw w przypadku nieobecności pracownika.

Informacje Wydziału Sprzedaży Świadczeń Medycznych i Analiz

WAŻNE ZMIANY W RAPORTOWANIU OBECNOŚCI PERSONELU MEDYCZNEGO DO NFZ

Informujemy, że z **dniem 1 listopada 2026 r.** wchodzi w życie przepisy Rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie **ogólnych warunków umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej** ([LINK do rozporządzenia](#)).

Zgodnie z dodanym § 6a świadczeniodawcy realizujący świadczenia w rodzaju **leczenie szpitalne** będą zobowiązani do przekazywania Narodowemu Funduszowi Zdrowia **miesięcznych zestawień obecności osób wykonujących zawody medyczne**, obejmujących dzień oraz godzinę rozpoczęcia i zakończenia obecności w miejscu udzielania świadczeń.

W związku z nowym obowiązkiem prosimy o zwrócenie szczególnej uwagi na prawidłowe przygotowywanie i prowadzenie harmonogramów pracy, w szczególności na:

- rzetelność, kompletność i aktualność wprowadzanych danych;
- zgodność harmonogramów z rzeczywistą organizacją pracy;
- terminowe i prawidłowe zatwierdzanie harmonogramów przez osoby uprawnione;
- bieżące wprowadzanie zmian wynikających z faktycznej organizacji pracy;
- zachowanie pełnej zgodności pomiędzy harmonogramem a rzeczywistą obecnością personelu w miejscu udzielania świadczeń.

Dane dotyczące obecności personelu będą przekazywane do NFZ, dlatego szczególnie istotne jest, aby harmonogramy odzwierciedlały faktyczną organizację i czas pracy personelu medycznego.

Przypominamy również, że **kierownicy komórek organizacyjnych oraz osoby zatwierdzające harmonogramy odpowiadają za prawdziwość, rzetelność i zgodność przekazywanych danych.**



Obowiązek raportowania stanowi element realizacji umowy o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej zawartej z NFZ. **Niewykonanie lub nienależyte wykonanie tego obowiązku może skutkować nałożeniem na WIM-PIB kary umownej.** Prosimy zatem o szczególną staranność przy przygotowywaniu, aktualizowaniu i zatwierdzaniu harmonogramów pracy.

KOMUNIKAT DOTYCZĄCY ELEKTRONICZNEJ KARTY DIAGNOSTYKI I LECZENIA ONKOLOGICZNEGO (EDILO)

Na stronie internetowej NFZ w zakładce Aktualności Centrali opublikowany został **komunikat dotyczący nowej elektronicznej karty diagnostyki i leczenia onkologicznego (eDiLO).**

Komunikat dostępny jest pod adresem [Centrala NFZ - Aktualności / Aktualności / Narodowy Fundusz Zdrowia \(NFZ\) – finansujemy zdrowie Polaków](#)

Prosimy o zapoznanie się z jego treścią.



Informacje Wydziału Prawnego

NOWA INSTRUKCJA DOTYCZĄCA NIEDOBORÓW I SZKÓD W MIENIU WIM-PIB

Informujemy, że Zarządzeniem nr 154/2026 Dyrektora WIM-PIB wprowadzona została „Instrukcja prowadzenia postępowań wyjaśniających w sprawach niedoborów i szkód w mieniu Wojskowego Instytutu Medycznego – Państwowego Instytutu Badawczego”.

Nowa instrukcja określa zasady prowadzenia postępowań wyjaśniających dotyczących niedoborów i szkód w mieniu Instytutu. Jednocześnie traci moc dotychczas obowiązujące Zarządzenie Nr 54/2013 Dyrektora Wojskowego Instytutu Medycznego z dnia 14 października 2013 r.

Do postępowań wszczętych i niezakończonych przed wejściem w życie nowego Zarządzenia stosuje się przepisy dotychczasowe.

Zarządzenie wchodzi w życie z dniem podpisania.

Zachęcamy osoby odpowiedzialne za gospodarowanie mieniem WIM-PIB oraz pracowników, których zakres obowiązków obejmuje przedmiotowe zagadnienia, do zapoznania się z nową Instrukcją.

Instrukcja dostępna jest w **Amodit, zakładka Rejestry – Zarządzenia Dyrektora WIM.**

[Instrukcja prowadzenia postępowań wyjaśniających w sprawach niedoborów i szkód w mieniu WIM-PIB.pdf](#)

NAJNOWSZE ZMIANY W PRZEPISACH PRAWNYCH

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2026 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie centralnej elektronicznej rejestracji.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2026/1143>

Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2026 r. **w sprawie leczenia substytucyjnego.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2026/1135>





Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 25 sierpnia 2026 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie ogólnych warunków umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/2026/1137>

Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 21 lipca 2026 r. **w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie specjalizacji i uzyskiwania tytułu specjalisty przez diagnostów laboratoryjnych.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/1027>



Rozporządzenie Ministra Finansów i Gospodarki z dnia 29 lipca 2026 r. zmieniające rozporządzenie **w sprawie szczegółowych zasad prowadzenia gospodarki finansowej Narodowego Funduszu Zdrowia.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/1021>

Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 30 lipca 2026 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu rozporządzenia Ministra Zdrowia **w sprawie rodzajów elektronicznej dokumentacji medycznej.**

<https://dziennikustaw.gov.pl/DU/rok/2026/pozycja/1059>

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



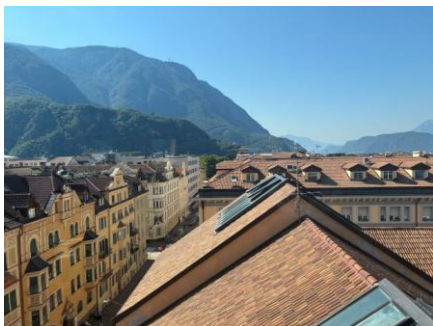
Informacje Sekcji Jakości

PORADNIK DLA PACJENTA – PRZYGOTOWANIE DO TK I RADIOTERAPII

Zapraszamy do zapoznania się z poradnikiem dla pacjenta **„Przygotowanie do badania tomografii komputerowej (TK) oraz do każdej sesji radioterapii”.**

Materiał zawiera aktualne zalecenia oraz praktyczne wskazówki, które pomogą pacjentom właściwie przygotować się do badania TK oraz kolejnych sesji radioterapii. Zachęcamy personel WIM-PIB do korzystania z poradnika w codziennej praktyce oraz do udostępniania go pacjentom jako materiału edukacyjnego wspierającego prawidłowe przygotowanie do procedur medycznych.

[Zalecenia dla pacjenta: Przygotowanie do badania tomografii komputerowej \(TK\) oraz do każdej sesji radioterapii.pdf](#)

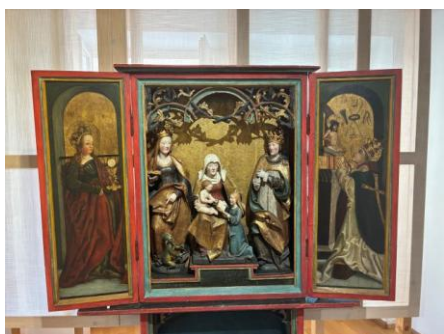


PORADNIK DLA PACJENTA – NIEWYDOLNOŚĆ SERCA

Zapraszamy do zapoznania się z poradnikiem dla pacjenta **„Edukacja pacjenta – Niewydolność serca”.**

Poradnik zawiera aktualne informacje, zalecenia oraz praktyczne wskazówki, które pomagają pacjentom lepiej zrozumieć istotę niewydolności serca, wspierają właściwe postępowanie w chorobie oraz zwiększają świadomość znaczenia profilaktyki i codziennej dbałości o zdrowie.

Zachęcamy personel WIM-PIB do korzystania z poradnika w codziennej praktyce klinicznej oraz do udostępniania go pacjentom jako wartościowego materiału edukacyjnego wspierającego proces leczenia i profilaktykę.





Informacje Pionu Finansowego

ZAMKNIĘCIE OKRESU SPRAWOZDAWCZEGO – SIERPIEŃ 2026

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

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



Gdzie warto pojechać, co warto zobaczyć?

SPACERKIEM PO BOLZANO

Bolzano to historyczne miasto położone we włoskim regionie Trydent-Górna Adyga. Do dzisiaj można w nim zobaczyć wiele budynków, kościołów czy zamków z dawnych czasów. Zabytki Bolzano powinien poznać każdy przybywający do tego miasta turysta.



Jednym z nich jest wybudowany w XII wieku Zamek Mareccio, który słynie m.in. z tego, że corocznie odbywa się tam święto wina. Na tę okazję przybywają do niego tłumnie nie tylko mieszkańcy prowincji, ale również turyści. Piazza Walther to główny plac miasta, na którym odbywają się wydarzenia kulturalne, a także jarmark bożonarodzeniowy w okresie przedświątecznym. Można śmiało powiedzieć, że to serce miasta, ale również świetne miejsce spotkań. Plac obfituje bowiem w restauracje i urokliwe kawiarnie. Na jego skraju położona jest przepiękna katedra z rzeźbionym dzwonem i robiącymi duże wrażenie mozaikami.



Najbardziej znanym miejscem w mieście jest Muzeum Archeologiczne Południowego Tyrolu, w którym można podziwiać z mumifikowane szczątki „człowieka lodu”, zwanego Otzim. Jego śmierć datuje się na 3300 lat p.n.e, a został znaleziony w latach 90. XX wieku przez niemieckich turystów podczas wycieczki górskiej. Jego ciało było zamrożone w alpejskim lodowcu. W muzeum można też zobaczyć eksponaty z regionu Alp z okresu mezozoiku i paleozoiku. Dla fanów literatury nie lada gratką będzie natomiast gotycki Zamek Runkelstein (wł. Castel Roncolo) z XIII wieku, znajdujący się na obrzeżach miasta i zlokalizowany na wysokiej skale. To właśnie w nim zobaczyć można freski przedstawiające dzieje bohaterów słynnej celtyckiej legendy, czyli Tristana i Izoldy. Latem często odbywają się tam imprezy artystyczne. Ciekawym obiektem jest także kaplica św. Jana. Nieopodal rynku znajduje się zaś Chiesa dei Domenicani, czyli kościół Dominikanów połączony z klasztorem, stanowiący doskonały przykład architektury gotyckiej. Warto również odwiedzić Muzeum Historii Naturalnej, poświęcone przyrodzie regionu. Duże wrażenie robi w nim pokaźnych rozmiarów akwarium z rafą koralową.



Nieźbyt dobrym pomysłem jest wybranie się do tego miasta w sierpniu. Pogoda w Bolzano w tym czasie nie jest najlepsza, bo odnotowuje się najwięcej opadów



deszczu. Zdecydowanie lepiej wybrać się na wakacyjny wyjazd w tamte rejony w lipcu, który jest najcieplejszy. Warto też dodać, że bliskość Alp sprawia, że w Bolzano jest nieco chłodniej w porównaniu z innymi popularnymi miastami północnych Włoch. Z tego powodu miłośnicy białego szaleństwa mają doskonałe warunki do uprawiania sportów zimowych aż do pierwszych dni maja.

To właśnie majestatyczne góry są często powodem, dla którego miasto przeżywa istne obłożenie turystów. W Bolzano powstało nawet Muzeum Górskie stworzone przez legendę himalaizmu Reinholda Messnera.

W Bolzano i okolicach każdy znajdzie coś dla siebie i warto odwiedzić ten region o każdej porze roku.

mgr Tomasz Zaborowski – Biblioteka Naukowa WIM-PIB

Coś dla ciała i ducha

JAK CZYTAĆ ETYKIETY ŻYWNOŚCI?

Składniki wymieniane są od składnika, którego jest najwięcej, do tego, którego jest najmniej.

Alergeny zwykle zapisane są pogrubioną czcionką, są to m.in. jaja, mleko, orzechy, skorupiaki, zboża zawierające gluten czy sezam.

„Bez dodatku cukru” nie oznacza, że w tabeli wartości odżywczych będzie 0 g cukru. To znaczy, że producent nie dodał do produktu cukru, ale żywność może posiadać cukry występujące naturalnie.

Produkty **„light”** cechuje niższa zawartość energii, tłuszczu lub cukru niż w standardowych produktach. Uwaga tylko na sytuacje, gdzie producent zmniejsza zawartość tłuszczu, jednocześnie zwiększając zawartość cukru.

Jogurt **truskawkowy** to nie to samo co jogurt **o smaku truskawkowym**. Owocowy smak zazwyczaj jest pozyskiwany przez aromaty. Dotyczy to nie tylko jogurtów, ale wszystkich produktów spożywczych. Lepiej wybierać produkt owocowy, nie o smaku owoców.

Substancje E w produkcie spożywczym nie zawsze oznaczają coś złego! Są to dodatki do żywności mające na celu m.in. nadanie pożądanej barwy czy konsystencji, przedłużenie trwałości żywności lub poprawienie jej smaku. Niektóre z tych substancji są zupełnie naturalnymi składnikami, którym zaufalibyśmy, gdyby nazwano je standardową nazwą, nie skrótem E. Przykłady: E100 kurkumina (składnik kurkumy, często używanej przyprawy), E160a karoteny (barwniki roślinne, które naturalnie występują np. w marchwi i dyni), E160d likopen (ten z kolei nadaje czerwony kolor m.in. pomidorom), E260 kwas octowy (tak, ten sam, co w butelce octu w naszych kuchniach), E300 kwas askorbinowy (inaczej witamina C), E307 α-tokoferol (naturalna postać witaminy E), E440 pektyny (rodzaj błonnika pokarmowego), E641 L-leucyna (aminokwas potrzebny organizmowi, naturalnie występuje w mięsie, jajach czy nasionach roślin strączkowych).

Daty ważności mogą być sugestiami lub granicą bezpieczeństwa. Czym więcej wody w produkcie, tym większe ryzyko rozwoju drobnoustrojów chorobotwórczych. Dlatego m.in. na mięsie, produktach mlecznych czy pieczywie znajdziemy informację „należy spożyć do...”. Należy, ponieważ po tym terminie produkt może zawierać mikroorganizmy niebezpieczne dla naszego zdrowia i życia. W suchych produktach rzadziej i wolniej rozwijają się drobnoustroje chorobotwórcze, dlatego na makaronach, cukrze, czekoladzie itp. znajdziemy informację „najlepiej spożyć do...”, ponieważ jest to data po której produkt może zmienić lekko barwę, zapach, smak lub rozwarstwi się (np. oddzieli tłuszcz), ale jego spożycie nie powinno być niebezpieczne dla człowieka.



Błonnik i sól – ich zawartość znajdziesz na etykiecie w tabeli wartości odżywczych. Zaleca się, żeby błonnika w diecie zdrowego człowieka było przynajmniej 25 g dziennie, a soli maksymalnie 5 g dziennie. Kiedy masz do wyboru kilka podobnych produktów, warto sprawdzić etykietę i wziąć produkt, który ma mniej soli i/lub więcej błonnika.

Produkty ekologiczne ≠ zdrowsze. Żywność oznaczona liściem (ekologiczna) oznacza, że została wytworzona z min. 95% produktów ekologicznych, czyli np. nienawożonych sztucznymi nawozami. Nie oznacza to jednak, że marchew ekologiczna jest zdrowsza od marchwi nie ekologicznej. Jest inaczej wytwarzana, ale to ciągle marchew.

mgr Łaszkowska Ada - dietetyk WIM-PIB

POMÓŻMY JAKUBOWI WRÓCIĆ DO SAMODZIELNOŚCI



Zwracamy się do społeczności WIM-PIB z prośbą o wsparcie **19-letniego Jakuba Majkowskiego, syna Karoliny Tumińskiej, pielęgniarce Oddziału Otolaryngologii WIM-PIB.**

U Jakuba zdiagnozowano **mięsaka Ewinga lewej kości piszczelowej**. Obecnie przechodzi chemioterapię, a przed nim bardzo trudna operacja amputacji nogi. Po zabiegu będzie potrzebował odpowiedniej protezy, której koszt znacznie przekracza możliwości finansowe rodziny.

Rodzina Jakuba uruchomiła zbiórkę za pośrednictwem Fundacji Cancer Fighters. Zebrane środki mają pomóc w zakupie protezy i umożliwić Jakubowi odzyskanie jak największej samodzielności oraz powrót do codziennego życia i realizacji planów na przyszłość.

Każda wpłata ma znaczenie.

Razem możemy pomóc Jakubowi i jego rodzinie w tym niezwykle trudnym czasie.

Zbiórka dla Jakuba:

Pomóż Jakubowi – [przejdź do zbiórki](#)



Kącik kulinarny

KURCZAK PIECZONY Z CUKINIĄ, POMIDORAMI I ŚLIWKAMI

To prosty pomysł na obiad lub ciepłą kolację, w którym spotykają się ostatnie smaki lata. Soczyste pomidory, cukinia i papryka świetnie komponują się ze słodką pieczonych śliwek, a tymianek i odrobina miodu nadają całości wyjątkowego aromatu.

Składniki na 4 porcje:

- 4 filety z udek kurczaka lub piersi
- 1 niewielka cukinia
- 1 czerwona papryka
- 250 g pomidorków koktajlowych
- 6–8 śliwek
- 1 czerwona cebula
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżki oliwy
- 1 łyżeczka miodu
- świeży tymianek lub rozmaryn
- sól i pieprz

Opcjonalnie:





Żart numeru



- 100 g sera feta

Przygotowanie:

Warzywa pokrój na większe kawałki, śliwki przekrój na pół i usuń pestki. Wszystko ułóż w naczyniu żaroodpornym razem z mięsem.

Oliwę wymieszaj z miodem, przeciśniętym czosnkiem, solą, pieprzem i ziołami. Polej nią składniki i delikatnie wymieszaj.

Piecz około **30–35 minut w 200°C**, aż mięso będzie upieczone, warzywa lekko przypieczone, a śliwki puszczą sok i utworzą naturalny, słodko-kwaśny sos.

Pod koniec można posypać całość pokruszoną fetą.

Podawaj z kuskusem, kaszą bulgur albo po prostu z kawałkiem dobrego pieczywa.

Śliwki można zastąpić **gruszkami lub brzoskwiniami**, a mięso – serem halloumi lub fetą, otrzymując wersję bezmięsną.

SZAKSZUKA

Kolorowa, pachnąca i przygotowywana na jednej patelni. **Szakszuka ze świeżymi pomidorami, papryką i cukinią** to świetny pomysł na weekendowe śniadanie albo lekką kolację. Najlepiej smakuje właśnie pod koniec lata, gdy świeże warzywa są pełne smaku.

Składniki na 2 porcje:

- 4 jajka
- 3–4 dojrzałe pomidory
- ½ niewielkiej cukinii
- ½ czerwonej papryki
- ½ cebuli
- 1–2 ząbki czosnku
- 1 łyżka oliwy
- ½ łyżeczki kminu rzymskiego,
- szczypta słodkiej lub wędzonej papryki
- sól, pieprz oraz świeża natka pietruszki, kolendra albo bazylia

Przygotowanie:

Na oliwie zeszklij cebulę i czosnek. Dodaj pokrojoną paprykę i cukinię, a po kilku minutach świeże pomidory. Dopraw i duś, aż powstanie aromatyczny, dość gęsty sos. Zrób w nim cztery niewielkie wgłębienia i wbij jajka. Przykryj patelnię i gotuj kilka minut – najlepiej tak, aby białka się ścięły, a żółtka pozostały kremowe. Posyp świeżymi ziołami.

Podawaj od razu, najlepiej z **chrupiącym pieczywem na zakwasie**. Można również dodać ulubione zielone pesto, pokruszoną fetę, kilka oliwek albo odrobinę chili.

CRUMBLE ZE ŚLIWKAMI, MALINAMI I MIGDAŁOWĄ KRUSZONKĄ

Ciepłe, soczyste owoce ukryte pod chrupiącą, maślaną kruszonką. Prosty deser, który łączy jeszcze letnie maliny z pierwszym smakiem nadchodzącej jesieni – dojrzałymi śliwkami. Najlepiej smakuje lekko ciepły, podany z jogurtem greckim albo gałką lodów waniliowych.

Składniki:

- 500 g śliwek



- 150 g malin
- 1–2 łyżki brązowego cukru lub miodu
- ½ łyżeczki cynamonu.
- Na kruszonkę:
- 100 g mąki
- 70 g zimnego masła
- 50 g płatków migdałowych lub posiekanych migdałów
- 50 g brązowego cukru
- szczypta soli

Przygotowanie:

Śliwki przekrój na pół, usuń pestki i pokrój na ćwiartki. Wymieszaj z malinami, odrobiną cukru lub miodu oraz cynamonem i przełóż do naczynia do zapiekania. Mąkę, masło, cukier i migdały rozetrzyj palcami na kruszonkę. Posyp nią owoce i piecz około **25–30 minut w 190°C**, aż owoce zaczną delikatnie bulgotać, a kruszonka pięknie się zezłoci.

I tak można pożegnać lato – na ciepło, słodko i z zapachem śliwek, malin i cynamonu.



Na wesoło

ŻART NUMERU

Lekarz pyta pacjenta:

- Czy stosuje się pan do moich zaleceń?
- Oczywiście, panie doktorze. Kupiłem nawet krokomierz.
- I ile pan robi kroków dziennie?
- Nie wiem. Na razie szukam ładowarki.
- Postanowiłem od dziś zdrowo się odżywiać.
- I jak ci idzie?
- Świetnie. Przeczytałem już trzy artykuły o zdrowym odżywianiu.
- Szefie, mogę dziś wyjść wcześniej? Żona chce iść ze mną na zakupy.
- Absolutnie nie!
- Bardzo dziękuję. Wiedziałem, że mogę na szefa liczyć.



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