

# ZADBAJ O ZDROWIE

BIULETYN ZOZ NR 2 W RZESZOWIE



GRUDZIEŃ 2022  
NUMER 5



# Słowo od Dyrekcji ZOZ nr 2

## Drodzy Czytelnicy!

Koniec roku kalendarzowego zazwyczaj obfituje w różne refleksje oraz podsumowania. Tematem wiodącym, który „spędzał sen z powiek” moich - jako menadżera ochrony zdrowia, była inflacja oraz galopujący wręcz wzrost kosztów bieżącej działalności oraz utrzymania naszych placówek. I choć jesień była dla Nas łaskawa gdyż odrobinę zaoszczędziliśmy na ogrzewaniu, to jednak widok sterty faktur i zawrotnych sum na nich widniejących, sprawiał, iż niejednej osobie zrobiłoby się słabo. I przyznam, iż czasem, czułem nieodpartą pokusę, aby te dokumenty umieścić w niszczarce.....oczywiście przed zapłatą. Nie pora jednak na żarty.

Rok 2022 powoli się kończy. Generalnie, mimo drożyzny i ciągłych żądań dostawców podniesienia zapłaty za dostawy materiałów, usługi, itp. „jakoś” sobie radzimy.

Wiele zależy jednak od samych osób pracujących w naszej firmie. Jedno, zbyt długo otwarte okno, świecąca bez potrzeby żarówka - to pomniejszenie Naszych wspólnych zasobów. To pomniejszenie możliwości podwyżek, nagród i innych dodatkowych bonusów. Dlatego też bardzo proszę o stosowanie się do zaleceń oszczędnościowych gdyż bieżące rachunki przychodzą gigantyczne !

W nowym roku - nie przewiduję niestety poprawy sytuacji. Na wiele rzeczy po prostu nie mamy wpływu. Zrobmy to, co do nas należy. Damy radę ! Wiem, że marudzę, ale to w tej chwili powód do zmartwień i stresu największy. Na szczęście - pracujecie Państwo dobrze, a ilość skarg i głosów niezadowolonych naszych pacjentów - nie jest, w porównaniu z ogromną ilością udzielanych świadczeń - zbyt duża.

Przeprowadzony w tym roku przez Starostwo Powiatowe audyt - nie wykazał żadnych istotnych nieprawidłowości. Jest się więc z czego cieszyć !

Budujemy w Dynowie praktycznie nowy ZOL, gdzie pacjenci i oczywiście personel - znajdą się w warunkach godnych XXI wieku. Już niedużo zostało do zrobienia . Mam nadzieję, że z pomocą władz Powiatu, Starosty, który ciągle interesuje się postępami prac - uda się to przedsięwzięcie doprowadzić do końca.

Mamy zamiar doposażyć się o nowy aparat rtg. Obecny, choć nie wiekowy przecież - nie daje rady. Jakość diagnostyki, w tym także laboratoryjnej przyciąga wielu pacjentów.

Z-ca Dyrektora ds. technicznych - Pan Mateusz Stanisławczyk - pasjonat remontów i budów wszelkich - wykonał ich tyle, że sam już nie zliczę. Lśnią wyremontowane sanitariaty Przychodni na ulicy Fredry w Rzeszowie. Prowadzone są prace nad odtworzeniem parkingu zlikwidowanego w związku z remontem ulicy. Renowacji doczekał się m.in. Ośrodek Zdrowia w Bratkowicach, Maławie.

Z-ca Dyrektora ds. organizacyjno-personalnych - Pani Ewa Skoczyńska - toczy nieustanną walkę z NFZ, który chce być nie tym „od płacenia”, ale tym „ od nie płacenia”.

Pełnomocnik ds. jakości oraz z-ca Kierownika Zakładu Radiologii i Diagnostyki Obrazowej - Pani Barbara Furman, żelazną ręką „trzyma” naszą diagnostykę obrazową. Dzięki temu zarabiamy na pokrycie strat, powstających w innych miejscach naszej działalności.

To tylko przykłady, bo mógłbym wyliczać długo jeszcze tych Pracowników, którym się chce i którzy swoim zaangażowaniem oraz kreatywnością przyczyniają się do rozwoju firmy oraz kreowania jej pozytywnego wizerunku.

**Kończąc, pragnę złożyć wszystkim naszym Pacjentom,  
a także Pracownikom oraz Kontrahentom,  
życzenia zdrowych i spokojnych Świąt Bożego Narodzenia  
oraz wszystkiego najlepszego w Nowym 2023 Roku!**

**dr n. med. Aleksander Panek  
Dyrektor ZOZ nr 2 w Rzeszowie**



dr n. med. Aleksander Panek  
Dyrektor ZOZ nr 2 w Rzeszowie

# Zespół redakcyjny życzy miłej lektury



mgr EWA SKOCZYŃSKA  
Z-ca Dyrektora ds.  
Administracyjno-  
Personalnych



mgr piel. KINGA HARPULA  
Naczelna Pielęgniarka  
Diagnosta Laboratoryjny

**Biuletyn Zadbaj o Zdrowie**  
**Redaktor naczelny: Barbara Furman, Kinga Harpula**  
**Adres redakcji: Zespół Opieki Zdrowotnej nr 2**  
**35-005 Rzeszów ul. Fredry 9**  
**Nakład: 400 egz.**



mgr MONIKA GWIZDAK  
Specjalista ds. marketingu



mgr BARBARA FURMAN  
Pełnomocnik Systemu  
Zarządzania Jakością



mgr piel. KATARZYNA  
OSUCHOWSKA



mgr poł. MAGDALENA  
SZWED  
Specjalista pielęgniarstwa  
rodzinnego



mgr piel. ANNA  
CIEŚLA-HOP  
Specjalista pielęgniarstwa  
rodzinnego



mgr piel. DAMIAN DZIĘĆ

# SPIS TREŚCI

- 7** Podsumowanie roku 2022  
Wywiad ze Starostą  
Rzeszowskim
- 10** Ogólnopolski dzień  
transplantologii
- 11** 14.02- Dzień chorych na  
padaczkę
- 12** Padaczka u dzieci
- 13** Inwestycje ZOZ nr 2  
w Rzeszowie
- 14** Zasady przyjęć do ZOZ-i
- 15** Zakłady Opiekuńczo-  
Lecznicze w strukturze  
Zespołu Opieki  
Zdrowotnej nr 2
- 17** Opieka koordynowana w  
podstawowej opiece  
zdrowotnej
- 21** Cukrzyk przy  
świętecznym stole
- 25** Dzień Babci i Dziadka
- 26** "Zozik i Zozia" kącik dla  
dzieci
- 27** Gość biuletynu
- 30** Kącik kulinarny



9

Dzień zdrowia



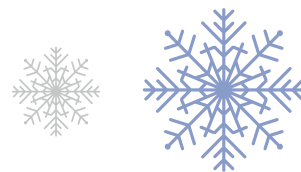
22

Czym jest  
terapia zajęciowa?



8

Profilaktyka  
raka piersi



18

Hipokrates 2022



24

Spotkanie z  
przedszkolakami



# PODSTAWOWA OPIEKA ZDROWOTNA

INFORMUJEMY, IŻ W NASZYCH PLACÓWKACH JEST MOŻLIWOŚĆ KORZYSTANIA Z USŁUG:

- Promocji zdrowia
- Badań profilaktycznych
- Edukacji zdrowotnej
- Medycznych porad telefonicznych

## TELEFONICZNE PORADY MEDYCZNE

Jeśli jesteś pacjentem naszej przychodni POZ i potrzebujesz porady medycznej lub wsparcia, skorzystaj z bezpłatnych porad telefonicznych udzielanych przez lekarzy, pielęgniarki i położne.

Telefoniczne porady medyczne udzielane są od poniedziałku do piątku.

### 1. PORADY PODSTAWOWEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ:

Świadczenia lekarza POZ obejmują:

- profilaktykę chorób, w tym badania i porady w ramach profilaktyki wieku rozwojowego oraz szczepienia ochronne
- świadczenia profilaktyki chorób układu krążenia, udzielanie porad w leczeniu schorzeń, w tym zapewnienie diagnostyki laboratoryjnej oraz obrazowej i nieobrazowej (EKG, RTG, USG) zgodnie z obowiązującym wykazem
- wykonywanie zabiegów w gabinecie zabiegowym i w domu pacjenta
- orzekanie o stanie zdrowia
- inne świadczenia wynikające z potrzeb populacji objętej opieką, w tym: kierowanie do poradni specjalistycznych i na leczenie szpitalne, kierowanie na rehabilitację i leczenie uzdrowiskowe

Kwalifikowanie doświadczeń transportu sanitarnego w POZ i wystawianie zleceń przewozów, wystawianie zleceń na realizację świadczeń pozostających w zakresie zadań pielęgniarki POZ, wystawianie zaświadczeń dotyczących stanu zdrowia pacjenta.

Świadczenia pielęgniarki i położnej POZ obejmują:

- ordynowanie i wystawianie recept w ramach kontynuacji
- szczepienia ochronne
- promocja zdrowia i profilaktyki chorób
- zabiegi pielęgnacyjne, diagnostyczne i lecznicze
- edukacja prozdrowotnego stylu życia kobiety, przedporodowa
- poradnictwo w zakresie odżywiania w ciąży i połogu, pielęgnacji noworodka
- pobieranie badań cytologicznych

Godziny przyjęć są dostosowane do harmonogramu pracy poszczególnych lekarzy.

### 2. WIZYTY DOMOWE

Harmonogram wizyt dostosowany jest do godzin pracy lekarzy/pielęgniarek/położnych POZ. Wizyty domowe realizowane są po wcześniejszym uzgodnieniu.

### 3. PORADNIA POZ DLA DZIECI

Godziny przyjęć są dostosowane do harmonogramu pracy poszczególnych lekarzy.

### 4. PUNKT SZCZEPIEŃ

Godziny szczepień dostosowane są do harmonogramu pracy poszczególnych lekarzy. Szczepienia dzieci odbywają się zgodnie z aktualnym kalendarzem szczepień. Istnieje możliwość zaszczepienia dzieci odpłatnie szczepionkami skojarzonymi 5 w 1 lub 6 w 1, jak również zalecanymi.

### 5. NOCNA I ŚWIĄTECZNA OPIEKA ZDROWOTNA

Świadczenia nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej obejmują świadczenia udzielane od poniedziałku do piątku w godzinach od 18.00 do 8.00 dnia następnego oraz w soboty, niedziele i inne dni ustawowo wolne od pracy w godzinach od 8.00 do 8.00 dnia następnego.

### Zakres świadczeń obejmuje:

- porady lekarskie udzielane doraźnie w warunkach ambulatoryjnych lub w domu chorego w przypadkach zachorowań, z wyłączeniem stanów nagłego zagrożenia zdrowia lub życia
- świadczenia pielęgniarskie zlecone przez lekarza, wynikające z udzielonej porady
- świadczenia pielęgniarskie realizowane w warunkach ambulatoryjnych lub w domu chorego, zlecone przez lekarzy ubezpieczenia zdrowotnego, wynikające z potrzeby zachowania ciągłości leczenia.

### Świadczenia ambulatoryjnej nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej realizowane są w:

- Przychodni Rejonowej w Dynowie
- Przychodni Rejonowej w Sokołowie Młp.

### Nocna, świąteczna i wyjazdowa opieka pielęgniarska:

- Przychodnia Rejonowa w Dynowie dla mieszkańców gm. Dubiecko, gm. i miasto Błażowa, gm. Hyżne
- Przychodnia Rejonowa w Sokołowie Młp. dla mieszkańców miasta Sokołów Młp. i gm. Kamień
- Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 1 i nr 2, Szpital Miejski, Szpital Specjalistyczny PRO-Familia, Szpital Specjalistyczny im. Świętej Rodziny w Rudnej Małej dla mieszkańców pozostałych gmin powiatu rzeszowskiego

### 6. DIAGNOSTYKA LABORATORYJNA

Pobieranie materiału do badań odbywa się od poniedziałku do piątku w godzinach od 7.15 do 10.00 w ZOZ nr 2 w Rzeszowie.

W pozostałych placówkach ZOZ nr 2 pobieranie materiału do badań odbywa się zgodnie z harmonogramem placówki.

Medyczne laboratorium diagnostyczne składa się z pracowni:

- biochemii klinicznej
- hematologii i koagulologii
- analityki ogólnej
- immunochemii
- diagnostyki boreliozy
- serologii grup krwi

Wykonuje szeroki panel badań laboratoryjnych, m. in.:

- analityki ogólnej
  - biochemii klinicznej
  - hematologii
  - serologii grup krwi
  - cytologii
  - immunodiagnostyki
  - wymazy, posiewy, badania histopatologiczne
- Laboratorium posiada certyfikowaną jakość badań.

## SPOSOBY SKŁADANIA DEKLARACJI WYBORU LEKARZY, PIELĘGNIARKI/POŁOŻNEJ POZ ZOZ NR 2:

- osobiście w rejestracji "deklaracja papierowa"
- poprzez Internetowe Konto Pacjenta (IKP)
- poprzez portal pacjent.gov.pl "e-deklaracja"

### DEKLARACJA WYBORU ŚWIADCZENIODAWCY UDZIELAJĄCEGO ŚWIADCZEŃ Z ZAKRESU PODSTAWOWEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ ORAZ LEKARZA PODSTAWOWEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ

I. DANE DOTYCZĄCE ŚWIADCZENIOBIORCY		
1. Imię	2. Nazwisko	
3. Data urodzenia	4. Numer PESEL, a w przypadku jego braku seria i numer dokumentu potwierdzającego tożsamość	
--- -- / --- / ---		
dzień - miesiąc - rok		
5. Adres miejsca zamieszkania		
5A. Ulica	5B. Numer domu / mieszkania	5C. Kod pocztowy i miejscowość
6. Numer telefonu (pole nieobowiązkowe)		
7. Adres e-mail (pole nieobowiązkowe)		

Wzór deklaracji wyboru lekarza POZ

### 7. DIAGNOSTYKA OBRAZOWA

Zakład Radiologii i Diagnostyki Obrazowej (ZRiDO) w Centrum Diagnostycznym-Przychodni Specjalistycznej przy ul. Fredry 9 w Rzeszowie jest czynny od pon. do pt. w godz. 7.00 - 19.00.

W ramach ZRiDO funkcjonują:

- Pracownia Tomografii Komputerowej
- Pracownia Mammograficzna
- Pracownia Rezonansu Magnetycznego
- Pracownia Densytometryczna
- Pracownia Densytometryczna w Przychodni Rejonowej w Błażowej
- Pracownia RTG
- Pracownia RTG w Przychodni Rejonowej w Dynowie
- Pracownia RTG w Przychodni Rejonowej w Sokołowie Młp.

Godziny pracy poszczególnych pracowni są dostosowywane do harmonogramu pracy lekarzy.

**PO WIĘCEJ INFORMACJI  
ZAPRASZAMY NA NASZĄ  
STRONĘ INTERNETOWĄ  
<https://www.zoz2.pl/>**

# Podsumowanie roku 2022

Wywiad mgr Ewy Czekał  
ze Starostą Rzeszowskim Józefem Jodłowskim



Fot. Starosta Rzeszowski Józef Jodłowski

## Rok się zbliża do końca. Jak Pan Starosta ocenia funkcjonowanie służby zdrowia w powiecie, szczególnie ZOZ nr 2 ?

Służba zdrowia w dobie obecnych realiów to trudny obszar w wielu aspektach, obszar niezwykle wrażliwy, bo dotyczy człowieka. Pragnę podkreślić, że promocja i ochrona zdrowia należą do najważniejszych trosk zarządu powiatu. Po doświadczeniach, jakich nam przyszło doznać w związku z epidemią Covid, która wpłynęła na normalną pracę przychodni, stanęliśmy przed kolejnymi wyzwaniami. Nasze placówki służby zdrowia dotyka problem niedoboru kadrowego, zwłaszcza lekarzy specjalistów. Dyrekcja ZOZ nr 2 wraz z Zarządem nie ustaje jednak w wysiłkach, by pozyskać lekarzy i zabezpieczyć potrzeby zdrowotne mieszkańców, a także stworzyć maksymalnie dogodne warunki świadczenia usług. Kolejną ważną sprawą jest poprawa sytuacji ekonomicznej Zakładu, chociaż wynik finansowy z działalności ZOZ nr 2 w Rzeszowie jest dodatni, mniejsze placówki są deficytowe, ale staramy się je utrzymać z uwagi na oczekiwania ludności, a także ogólnie pojętą misję systemu publicznej służby zdrowia. Celem zapewnienia jak najlepszej opieki medycznej mieszkańcom powiatu, musimy dbać zarówno o infrastrukturę i nade wszystko o pracowników naszych jednostek. Chcielibyśmy, aby sprostanie oczekiwaniom w sferze placowej było możliwe, ale kluczowym są tutaj możliwości w tym zakresie. Oceniając działania służby zdrowia, należy wskazać, że dzięki wspólnemu wysiłkowi wszystkich osób zaangażowanych w ochronę zdrowia w powiecie i szczególnie personelu Zespołu Opieki Zdrowotnej Nr 2 udaje się pokonać wiele pojawiających się trudności.

## Co obecnie jest największym problemem w zakresie opieki zdrowotnej w Powiecie Rzeszowskim ?

Występująca sytuacja kryzysowa spowodowana między innymi konfliktem zbrojnym w Ukrainie, ale także stan służby zdrowia po okresie pandemii, której skutki społeczne są odczuwalne w wielu aspektach życia, daleko odbiegają od poziomu, który można uznać za zadowalający. Przybywa pacjentów, wzrasta zapotrzebowanie na usługi medyczne, a to bezpośrednio przekłada się na kwestie finansowe funkcjonowania poszczególnych placówek. Z całą pewnością nie jest to łatwy czas ani dla pacjenta ani dla podmiotów zarządzających służbą zdrowia. Pojawiają się także zagrożenia przy realizacji inwestycji w zakresie infrastruktury ochrony zdrowia. Nie tylko dotyczą one dotrzymania terminów realizacji obiektów, ale również możliwości ich sfinansowania. Jest to ściśle związane ze zjawiskiem wzrostu cen w branży budowlanej.

## Ale muszą być jakieś powody do radości ...

Tak, oczywiście. Szybko postępuje rozbudowa ZOL w Dynowie. Dokonano wielu prac remontowych w Ośrodkach Zdrowia i Przychodni przy ulicy Fredry w Rzeszowie. Realizujemy procedurę przetargową na nowy, bardziej wydajny aparat RTG. Trudno przewidzieć, co przyniesie rok 2023 i w jakich warunkach przyjdzie nam pracować. Jestem jednak pełen optymizmu. Trudne sytuacje są zawsze wyzwaniem, ale nie brakuje nam determinacji, żeby im podołać. Pozdrawiam serdecznie i w Nowym Roku i na Święta Bożego Narodzenia - życzę wszystkiego najlepszego wszystkim pracownikom i pacjentom ZOZ Nr 2 w Rzeszowie.



# PROFILAKTYKA RAKA PIERSI

## PODSUMOWANIE AKCJI PROWADZONYCH W ZOZ NR 2 W RZESZOWIE

### GABINET USG z różową wstążką

W ramach dorocznej akcji „Gabinety z Różową Wstążką” organizowanej przez markę Avon i Stowarzyszenie „Amazonki” Warszawa-Centrum ZOZ Nr 2 w Rzeszowie mógł zaproponować 80 pacjentkom badanie USG piersi w cenie 20 zł. Po zrealizowaniu badania każda Pani otrzymywała prezent – zestaw kosmetyków firmy AVON.

Rejestracja na badania USG piersi rozpoczęła się 17 października i już kilka dni później skończyły się miejsca na badania. Cieszymy się, że akcja ma tak pozytywny odbiór wśród pacjentek, a przede wszystkim, że Panie dbają o zdrowie i chcą wykonywać badania profilaktyczne.

Zapraszamy w przyszłym roku na kolejną edycję akcji „Gabinet z Różową Wstążką”.



### Rak a Zdrowie mammografia z nagrodami

Od października do grudnia 2022 r. ,w ramach IX edycji akcji Rak a Zdrowie, pacjentki w wieku 50 - 69 lat miały możliwość wykonać bez skierowania i bezpłatnie mammografię oraz wziąć udział w losowaniu atrakcyjnych nagród kupując los na loterii.

Loteria towarzysząca akcji profilaktycznej ma na celu zachęcenie kobiet do zgłoszenia się na badanie mammograficzne. Ma również funkcję motywującą do regularnego wykonywania tych badań. Dzięki cykliczności wydarzenia pacjentki mają możliwość wielokrotnego skorzystania z okazji wygrania nagrody przy okazji wykonywania badań.

Dzięki sponsorom mogliśmy przygotować atrakcyjne nagrody dla Pań : zestawy kosmetyków pielęgnacyjnych firmy Bielenda, zestawy kosmetyków kolorowych INGLOT, produkty fitness oraz nagrodę główną: ekspres do kawy.

Losowanie nagród zostało przeprowadzone 16 grudnia, a rozdanie nagród odbędzie się 29 grudnia podczas uroczystej gali w Sali Konferencyjnej ZOZ Nr 2 w Rzeszowie. Fotorelacja z wydarzenia zostanie zaprezentowana w kolejnym wydaniu biuletynu Zadbaj o Zdrowie.

**03.10.2022r. - 15.12.2022r.**

#### GDZIE WYKONAĆ BADANIE:

Pracownia mammografii  
Przychodnia Specjalistyczna - Centrum  
Diagnostyczne w Rzeszowie, ul. Fredry 9

#### REJESTRACJA:

Osobista: Pracownia RTG  
Telefoniczna: 17 86 13 634, 17 86 13 605  
Mailowa: radiologia@zoz2.pl

#### DO WYGRANIA:

Wykonując mammografię  
i kupując los bierzesz udział  
w losowaniu nagród.

#### NAGRODA GŁÓWNA EKSPRES DO KAWY

nagrody dodatkowe:  
produkty fitness,  
zestawy kosmetyków

#### SPONSORZY:



PATRONAT  
HONOROWY:



#### PATRONAT MEDIALNY:





# DZIEŃ ZDROWIA

## DLA MIESZKAŃCÓW RZESZOWA I POWIATU RZESZOWSKIEGO

2 października 2022r. ZOZ Nr 2 w Rzeszowie brał w wydarzeniu "Dzień Zdrowia" które zostało zorganizowane przez Powiatową Stację Sanitarno-Epidemiologiczną w Rzeszowie. Akcja skierowana była do mieszkańców Rzeszowa oraz powiatu rzeszowskiego.

Na naszym stanowisku realizowane były konsultacje dermatologiczne przez lekarza specjalistę lek. med. Barbarę Patruś. Konsultacje z oceną znamion dermatoskopem cieszyły się ogromnym zainteresowaniem ze strony odwiedzających. Skorzystało z nich ponad 100 osób.

Równie chętnie odwiedzający wydarzenie zgłaszali się na pomiary ciśnienia krwi i poziomu glukozy, wykonywane przez nasze pielęgniarki Katarzynę Róg oraz Katarzynę Osuchowską. Dodatkowo realizowane były testy w kierunku *Helicobacter Pylori*.

Ponad 60 osób skorzystało z możliwości wykonania na miejscu badania spirometrycznego, które przeprowadzała technik elektroradiolog Magdalena Kędzińska.

W trakcie wydarzenia rozdane zostały zaproszenia na bezpłatne badania: densytometrię oraz OCT – tomografię oczu. Serdecznie dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nasze stanowisko i skorzystali z badań profilaktycznych.



Fot. Katarzyna Osuchowska mgr pielęgniarstwa, Katarzyna Róg- mgr pielęgniarstwa

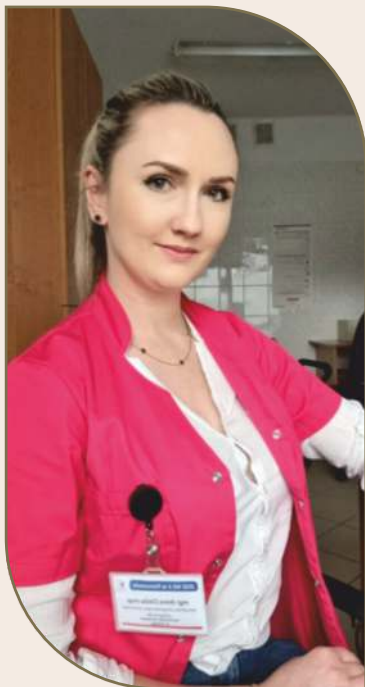


Fot. technik elektroradiologii Magdalena Kędzińska



Fot. lek. med. Barbara Patruś

# OGÓLNOPOLSKI DZIEŃ TRANSPLANTOLOGII



mgr piel. Anna Cieśla Hop  
Specjalistka pielęgniarstwa  
rodzinnego

Transplantacja (inaczej donacja, przeszczep) to operacja polegająca na pobraniu narządu, tkanki lub komórek od dawcy i wszczępieniu go do organizmu biorcy. Przeszczep jest metodą ratowania życia osób ciężko chorych, które potrzebują zdrowego narządu.

Jeden dawca może uratować nawet kilka osób, przekazując: serce, płuca, wątrobę, nerki, trzustkę, jelito cienkie. Dzień Transplantacji obchodzony jest 26 stycznia, jako upamiętnienie pierwszego udanego przeszczepu nerki w 1966 roku w Klinice Chirurgicznej Akademii Medycznej w Warszawie. Był to wtedy 621 taki zabieg na świecie. Natomiast pierwszy przeszczep nerki od brata bliźniaka miał miejsce w 1954 roku w Bostonie. Międzynarodowe obchody światowego Dnia Donacji i Transplantacji oficjalnie odbywają się 26 października. Hasło Dnia Transplantacji brzmi: „nie zabieram swoich organów do nieba, tam wiedzą, że potrzebne są na ziemi” i podkreśla ogromne znaczenie przeszczepiania narządów wewnętrznych w ratowaniu życia ludzkiego. Z każdym rokiem, zwiększa się ilość wykonywanych operacji przeszczepienia narządów. Dzięki ustanowieniu Programu Wieloletniego pod nazwą „Narodowego Programu Rozwoju Medycyny Transplantacyjnej” nastąpiła znacząca poprawa sytuacji polskiej transplantologii.

W naszym kraju realizowane są różne programy dążące do wspierania transplantacji i pozyskiwania potencjalnych dawców narządów. Obecnie istnieją kampanie zachęcające do podpisania oświadczenia woli o wykorzystaniu narządów po naszej śmierci. Przykładem jest kampania „Nie zabieraj swoich narządów do nieba - one potrzebne są tu, na ziemi” prowadzona przez krakowską Klinikę Chirurgii Serca, Naczyń i Transplantologii Collegium Medicum UJ - pod kierownictwem prof. Jerzego Sadowskiego.

Zgodnie z polskim prawem, narządy mogą zostać pobrane od zmarłego, jeżeli ten za życia nie zastrzegł tej decyzji i nie zgłosił swojego postanowienia w specjalnym rejestrze sprzeciwu. Obecnie wystarczy orzeczenie o śmierci mózgu oraz wydana zgoda na pobranie narządów przez rodzinę zmarłego. W Polsce procedura pobierania narządów po śmierci osoby zachodzi po dwukrotnym zbadaniu i stwierdzeniu zgonu pacjenta przez komisję złożoną z trzech lekarzy: neurologa lub neurochirurga, anestezjologa i lekarza innej specjalności. Decyzja o przekazaniu organów staje się bohaterskim postanowieniem. Pobrane narządy mogą uratować i wydłużyć życie aż siedmiu osób, więc każdy narząd jest podarunkiem życia osobie chorej.





## 14.02 DZIEŃ CHORYCH NA PADACZKĘ

14 lutego 2023 roku będziemy obchodzić dzień chorych na padaczkę. To najczęstsza choroba mózgu. Choruje na nią ok. 400 tys. Polaków. Choroba może pojawić się w każdym wieku zarówno u noworodków jak i osób starszych. Istotnym badaniem w przypadku chorób układu nerwowego tj. padaczki jest badanie EEG głowy. EEG czyli elektroencefalografia to badanie aktywności mózgu przy użyciu specjalnego urządzenia zwanego elektroencefalografem. Jest to nieinwazyjna i bezbolesna metoda diagnostyczna, którą można stosować także u dzieci. Podczas badania mózgu pacjent leży na plecach, a na głowie zostaje umieszczony czepek wraz z 21 elektrodami. Każda elektroda pokryta jest specjalnym żelem dla poprawienia przewodnictwa elektrycznego.

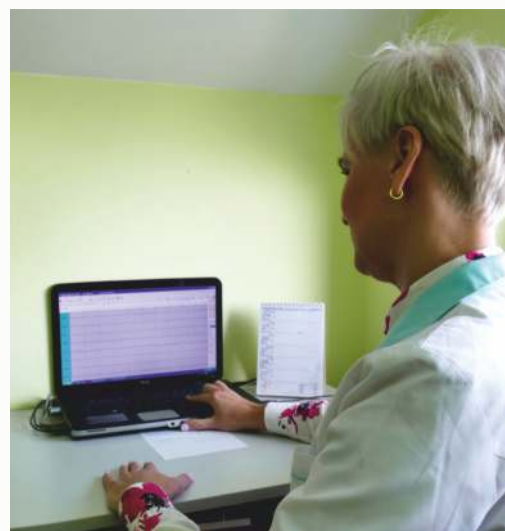
**Pacjent ma za zadanie wykonywać czynności, które wpływają na aktywność mózgu:**

1. próba otwierania i zamykania oczu
2. hiperwentylacja (przez 3 min. głęboko oddychamy)
3. fotostymulacja (działanie błysków świetlnych o różnej częstotliwości)

**Podczas całego badania, które trwa od 20-30 min pacjent ma zamknięte oczy. Badanie wykonuje się tak samo u dzieci jak i u osób dorosłych.**



Magdalena Kędzierska  
technik elektroradiolog



Zdjęcia: Monika Gwizdak

Badanie mózgu EEG u dzieci wykonuje się na 3 różne sposoby: sen, czuwanie i badanie po deprivacji snu. Badanie EEG w czuwaniu wykonuje się u większych dzieci, które są w stanie pozostać nieruchomo przez 20 min. i przy zamkniętych oczach. Badanie we śnie jest wykonywane u małych dzieci w tym niemowląt podczas snu fizjologicznego. Musi ono naturalnie zasnąć bez podania żadnych leków nasennych i po wcześniejszym wybudzeniu w domu przez rodziców. Badanie po deprivacji snu to badanie wykonane po nieprzespanej nocy w czuwaniu. Badanie EEG wymaga od nas techników dużo cierpliwości, wyrozumiałości i indywidualnego podejścia do każdego małego pacjenta, ale za to daje dużo radości gdy po skończonym badaniu pojawia się uśmiech na twarzy maluchów. Każde wykonane badanie EEG opisuje lekarz neurolog.

### Wskazania do badania EEG u dzieci:

- epilepsja
- bóle głowy
- autyzm
- omdlenia
- agresja
- opóźnienia rozwoju

# PADACZKA U DZIECI

Autor artykułu: lek. med. Zofia Bońkowska

Padaczka jest jedną z najczęstszych, przewlekłych chorób układu nerwowego u dzieci. Choruje na nią 1% populacji. Obraz kliniczny bywa bardzo zróżnicowany a u jej podłoża mogą leżeć różnorodne przyczyny. Dzięki rozwojowi metod diagnostycznych możliwe jest lepsze poznanie tej choroby a co za tym idzie coraz skuteczniejsze leczenie. Podejrzenie występowania napadów padaczkowych u dziecka jest wskazaniem do wnikliwej diagnostyki. Część z nich nie jest związana z padaczką a ich przyczyną mogą być np. infekcje, zaburzenia metaboliczne, urazy czaszkowo-mózgowe. W zależności od sytuacji klinicznej konieczne są badania biochemiczne krwi, niekiedy płynu mózgowo-rdzeniowego, konsultacje specjalistyczne /okulista, kardiolog/, badanie USG, często wykonuje się diagnostykę obrazową mózgowia/Kosmografię komputerową i Rezonans Magnetyczny/. Podstawowe znaczenie dla postawienia właściwego rozpoznania ma jednak elektroencefalografia/EEG/. Część padaczek jest uwarunkowana genetycznie i wraz z postępowaniem diagnostyki molekularnej możliwe staje się ich rozpoznanie. Napady padaczkowe nie zawsze mają postać drgawek i nie w każdym przypadku dochodzi do utraty przytomności. Często mamy do czynienia z napadami częściowymi np. drgawki połowicze lub też jednej kończyny bez lub też z częściowym zaburzeniem świadomości. Odrębnym typem padaczki są napady nieświadomości polegające na krótkiej kilku czy kilkunastosekundowej przerwie w wykonywanej czynności. Dziecko nieruchomieje, wpatruje się w jeden punkt, nie reaguje na bodźce i po chwili odzyskuje świadomość.



lek. med. Zofia Bońkowska  
specjalista neurologii dziecięcej

Często spotykanym typem padaczki dziecięcej jest padaczka Rolandyczna. Ogniskowe napady dotyczą w tym przypadku języka, ust i gardła. Pacjent ma trudności z mówieniem, ślini się. Napady występują głównie podczas snu lub po wybudzeniu. Istnieje duża grupa zaburzeń napadowych, które mogą przypominać padaczkę, są to np. napady afektywnego bezdechu, lęki nocne czy też napady nerwicowe. Stąd też niekiedy pacjenta konsultować musi kardiolog czy też psycholog. Większość padaczek dziecięcych można skutecznie leczyć, a wiele wyleczyć całkowicie. Nowoczesne leki w niewielkim stopniu wpływają na czynności poznawcze dziecka. Możliwa więc jest nauka, aktywność fizyczna i kontakty rówieśnicze.



Zdjęcia: Monika Gwizdak

**PORADNIA NEUROLOGICZNA  
DLA DZIECI  
Rzeszów, ul. Fredry 9  
tel. 17 86 13 612**

# INWESTYCJE ZOZ NR 2 W RZESZOWIE

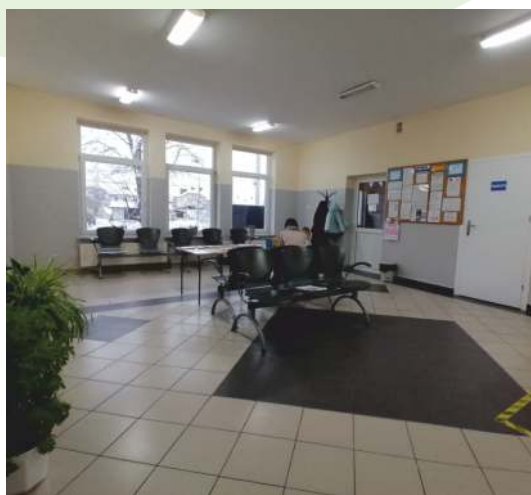
Autor: Zastępca Dyrektora ds. administracyjno-technicznych mgr inż. Mateusz Stanisławczyk

## WIEJSKI OŚRODEK ZDROWIA W MALAWIE

W październiku br. zakończył się remont rejestracji oraz holu głównego Wiejskiego Ośrodka Zdrowia w Malawie. Prace polegały na wyburzeniu ścian działowych holu, przebudowie funkcjonalnej rejestracji oraz pomieszczeń socjalnych dla personelu oraz wymianie drzwi wejściowych do ośrodka. Długo wyczekiwane przez wszystkich działania sprawiły, że pacjenci obecnie mają do dyspozycji duży, naturalnie doświetlony hol spełniający rolę poczekalni, z bezpośrednim dostępem do dwustanowiskowej rejestracji. Natomiast personel medyczny zyskał w pełni funkcjonalny węzeł socjalno-rejestracyjny.

Na tym nie koniec udogodnień przewidzianych dla pacjentów. Obecnie trwają działania ze strony władz Gminy Krasne, które przyczyniły się do utworzenia nowego parkingu dla samochodów osobowych zlokalizowanego bezpośrednio przy budynku, wykonania nowych chodników a także montażu platformy dźwigowej umożliwiającej swobodny dostęp do parteru budynku dla osób niepełnosprawnych. Podnośnik zostanie oddany do użytkowania z początkiem grudnia br.

Opisana w skrócie inwestycja jest kolejnym dobrym przykładem synergii pomiędzy władzami Gminy Krasne a Zespołem Opieki Zdrowotnej nr 2 w Rzeszowie, dzięki której zyskujemy wszyscy.



Zdjęcia : Mateusz Stanisławczyk

# Przyjęcie pacjenta do Zakładu Opiekuńczo -Leczniczego



Z-ca kierownika Zakładu Opieki Długoterminowej i Paliacji - mgr pielęgniarstwa Katarzyna Kocuj - Turczyn.  
fot. M .Ozon

## Zakład Opiekuńczo - Leczniczy – dla kogo?

Do zakładu opiekuńczo-leczniczego mogą trafić tylko osoby ubezpieczone lub mające inne prawo do korzystania ze świadczeń zdrowotnych. Placówki tego typu zapewniają świadczenia pielęgnacyjno-lecznicze dla pacjentów, którzy nie wymagają hospitalizacji, ale nie są samodzielni ze względu na stan zdrowia. Głównie obejmują opieką pacjentów przewlekle chorych, z niepełnosprawnością lub po ciężkiej chorobie albo zabiegu operacyjnym. Długość pobytu w zakładzie jest uzależniona od stanu zdrowia i wyniku oceny w skali Barthel. Opieka medyczna sprawowana jest całodobowo przez 7 dni w tygodniu.

## Zakład Opiekuńczo - Leczniczy – zakres świadczeń

Pacjenci mogą liczyć w naszych placówkach na profesjonalną opiekę medyczną i świadczenia pielęgnacyjno- opiekuńcze. Zespół terapeutyczny składa się z pielęgniarek, lekarzy, fizjoterapeutów opiekunów, terapeutów zajęciowego, dietetyka, psychologa oraz kapelana. oraz. Zapewniamy chorym leki, wyżywienie, pieluchomajtki, pralnię. Posiadamy specjalistyczne wyposażenie w postaci podnośników, mobilnych wanien kąpielowych, fotela kąpielowego. Fizjoterapeuci wykonują zabiegi z zakresu kinezyterapii, fizykoterapii i masażu. W ramach kinezyterapii wykonujemy ćwiczenia bierne, czynno -bierne, ogólnie usprawniające, naukę chodu oraz samoobsługi. Zabiegi fizykoterapeutyczne to: laseroterapia, magnetoterapia, elektroterapia i ultradźwięki oraz światłolecznictwo. Kuchnia przygotowuje zbilansowane posiłki zgodnie z zaleceniami dietetycznymi.

**W sytuacji przyjęcia pacjenta z domu rodzina, opiekun lub pracownik opieki społecznej, dostarcza komplet wypełnionych i podpisanych dokumentów. Są to:**

1. Wniosek o wydanie skierowania do zakładu opiekuńczo-leczniczego/zakładu pielęgnacyjno-opiekuńczego
  2. Skierowanie lekarskie do zakładu opiekuńczo-leczniczego
  3. Karta oceny świadczeniobiorcy kierowanego do zakładu opiekuńczego wg skali Barthel
  4. Wywiad pielęgniarzki i zaświadczenie lekarskie
  5. Oświadczenie – zgoda na ponoszenie odpłatności w wysokości 70% dochodu
- (Ustawa z dnia 27.08.2004 roku o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych art.18 ust.1.)

**Dodatkowo do kompletu dokumentów należy dołączyć aktualną decyzję ZUS/KRUS.**

W sytuacji przyjęcia pacjenta ze szpitala dokumenty kompletuje i przesyła pracownik socjalny placówki kierującej. Do zakładu opieki leczniczej nie kwalifikują się pacjenci chorzy na nowotwory oraz z zaburzeniami psychicznymi. Nie możemy również przyjąć pacjenta, u którego skala Barthel przekracza 40 pkt. . Po sprawdzeniu dokumentów pacjent wpisywany jest do kolejki oczekujących jako przypadek pilny lub stabilny – zgodnie z danymi zawartymi na skierowaniu. Pacjenci przyjmowani są na okres 6 miesięcy z możliwością przedłużenia pobytu. Pobyt jest odpłatny w wysokości 70% posiadanego uposażenia: renty, emerytury lub zasiłku stałego. Po zakończonym leczeniu pacjenci trafiają do domu lub Domów Pomocy Społecznej.

# ZAKŁADY OPIEKUŃCZO - LECZNICZE ZESPOŁU OPIEKI ZDROWOTNEJ NR 2 W RZESZOWIE



mgr Ewa Skoczyńska  
Z-ca Dyrektora ZOZ nr 2 w Rzeszowie

## Zakład Opieki Długoterminowej w Błażowej

Zakład Opieki Długoterminowej i Paliacji w Błażowej  
Placówka powstała w 2003 roku, aktualnie realizuje świadczenia dla 83 pacjentów. Mieści się w Błażowej, na ulicy Armii Krajowej 5.

Kierownik placówki: lek. med. Jan Pelczar  
zastępca Kierownika: mgr piel. Kazimiera Kocój-Turczyn  
Kontakt: tel. 17 22 97 025, mail: zod.blazowa@zoz2.pl

## Zakład Opiekuńczo - Lecznicy w Dynowie

Zakład Opieki Leczniczej w Dynowie  
Placówka powstała w 2002 roku, aktualnie realizuje świadczenia dla około 42 pacjentów. Mieści się w Dynowie, na ulicy ks. Ożoga 32.

Kierownik placówki: lek. med. Grzegorz Hetman  
zastępca Kierownika: piel. Danuta Osiewicz  
Kontakt: tel. 16 65 22 574, mail: zoldynow@zoz2.pl

## Zakład Opiekuńczo- Lecznicy w Hyżnem

Zakład Opieki Leczniczej w Hyżnem  
Placówka powstała w 2009 roku, aktualnie realizuje świadczenia dla około 51 pacjentów. Adres placówki - Hyżne 104.

Kierownik placówki: lek. med. Paweł Grabiec  
zastępca Kierownika: piel. Elżbieta Powroźniak  
Kontakt: tel. 17 22 97 025, mail: zolhyzne@zoz2.pl



Zdjęcia ZODiP w Błażowej

# OPIEKA KOORDYNOWANA W PODSTAWOWEJ OPIECE ZDROWOTNEJ



mgr piel. Kinga Harpula  
Pielęgniarka Naczelna  
Diagnosta Laboratoryjny

Autor : Kinga Harpula

Rosnące zapotrzebowanie na opiekę, ograniczone zasoby finansowe oraz cyfryzacja, aktualne trendy demograficzne czy konieczność wzmocnienia profilaktyki w podstawowej opiece zdrowotnej – sprawiają, iż podstawowym pytaniem jakie się nasuwa, jest kwestia realnych możliwości poprawy stanu zdrowia ludności, poprawy jakości opieki indywidualnej i zmniejszenia kosztów opieki na osobę, korzystając z koordynowanej opieki zdrowotnej skoncentrowanej na pacjencie?

## Koordinacja opieki zdrowotnej – czym jest?

Mamy koniec roku 2022, a już w 2014 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) podała nową definicję opieki skoncentrowanej na osobie.

„Koordynowana opieka zdrowotna to usługi medyczne zarządzane i dostarczane osobom w sposób zapewniający uzyskanie kontinuum promocji zdrowia, zapobiegania chorobom, diagnozy, leczenia, zarządzania chorobami, rehabilitacji oraz paliatywnych usług medycznych, na różnych poziomach oraz w różnych miejscach systemu opieki zdrowotnej, zgodnie z zapotrzebowaniem, w okresie całego życia, i w formie stałej dyskusji z pacjentami”



Ryc. 1. Potrójny cel opieki koordynowanej.

## **Jednym z najważniejszych wartości dodanych koordynacji opieki nad pacjentem jest ciągłość opieki, identyfikowana jako:**

-**ciągłość leczenia** – oznaczająca systematyczne korzystanie ze świadczeń zdrowotnych (zarówno osób zdrowych, jak i chorych), planowane oraz ustalanie celów leczenia – wspólnie z pacjentem, a także pomiar uzyskanych efektów zdrowotnych. To także lepsze zdrowie poprzez ciągłe działania wzmocniania zdrowia oraz profilaktyki zdrowotnej

- **ciągłość relacji** – rozumiana jako możliwość kontaktu pacjenta z tym samym pracownikiem opieki zdrowotnej/zespołem pracowników tak długo, jak to tylko możliwe,

- **ciągłość informacji** – jako przykład wzorowej komunikacji między członkami zespołów pracowników ochrony zdrowia, którzy mają pełny dostęp do informacji o pacjencie; a także z pacjentem,

- **ciągłość organizacyjna opieki nad pacjentem** – jako skutek dobrego zarządzania, szczególnie w sytuacjach kryzysowych, które nie powinny ograniczać dostępu do ochrony zdrowia lub zwiększać czas oczekiwania na świadczenia medyczne.

## **Warto podkreślić, iż opieka koordynowana może wystąpić na wielu płaszczyznach opieki nad pacjentem, stąd można wyodrębnić kilka typów koordynacji opieki.**

- koordynacja pozioma – na przykład w Zespołach podstawowej opieki zdrowotnej
- koordynacja pionowa – na przykład opieka koordynowana dla osób ze schorzeniem przewlekłym
- koordynacja leczenia – na przykład koordynacja leczenia pacjentów z demencją
- koordynacja opieki farmaceutycznej – na przykład koordynacja opieki dla pacjentów leczonych wieloma lekami, w aspekcie bezpieczeństwa stosowanych leków
- koordynacja świadczeń zdrowotnych i społecznych – na przykład koordynowana opieka dla uzależnionych: współpraca między urzędnikami ds. mieszkaniowych, policjantami i psychiatrami



## Opieka koordynowana w podstawowej opiece zdrowotnej

Podstawowa opieka zdrowotna to kluczowy i podstawowy element ochrony zdrowia, stanowiąc miejsce pierwszego kontaktu pacjenta z profesjonalnym systemem opieki zdrowotnej. Najogólniej i najprościej rzecz ujmując, podstawowa opieka zdrowotna to świadczenia zdrowotne profilaktyczne, diagnostyczne, lecznicze, rehabilitacyjne oraz pielęgnacyjne z zakresu medycyny ogólnej, rodzinnej i pediatrii, udzielane w ramach ambulatoryjnej opieki zdrowotnej.

„Podstawowa opieka zdrowotna to model opieki pierwszego kontaktu, skoncentrowanej na pacjencie, zapewniający dostępność, ciągłość, kompleksowość. Ma na celu optymalizację zdrowia populacji.”

(Światowa Organizacja Zdrowia; WHO)

„Podstawowa opieka zdrowotna zaspakaja większość potrzeb zdrowotnych danej osoby przez całe życie”.

(Światowa Organizacja Zdrowia; WHO)

„Okolo połowa światowej populacji nie obecnie dostępu do podstawowej opieki zdrowotnej”.

(Światowa Organizacja Zdrowia; WHO)

Najistotniejszym aktem prawnym w Polsce regulującym organizację i funkcjonowanie podstawowej opieki zdrowotnej w Polsce, jest Ustawa z dnia 27 października 2017 r. o podstawowej opiece zdrowotnej. Zgodnie z treścią tego aktu prawnego, POZ ma na celu m.in.: zapewnienie opieki zdrowotnej nad pacjentem i jego rodziną, koordynację opieki zdrowotnej nad pacjentami w systemie ochrony zdrowia, ocenę potrzeb oraz ustalenie priorytetów zdrowotnych populacji objętej opieką oraz wdrażanie działań profilaktycznych, rozpoznawanie, eliminowanie lub ograniczanie zagrożeń i problemów zdrowia zarówno fizycznego jak i psychicznego, zapewnienie profilaktycznej opieki zdrowotnej oraz promocji zdrowia dostosowanych do potrzeb różnych grup społeczeństwa, zapewnienie edukacji świadczeniobiorcy w zakresie odpowiedzialności za własne zdrowie i kształtowanie świadomości prozdrowotnej.

## Jakość podstawowej opieki zdrowotnej

Jakość funkcjonowania podstawowej opieki zdrowotnej (POZ), a co za tym idzie jakość opieki nad pacjentem w POZ, jest nierozdzielnie związana z profesjonalną jakością opieki koordynowanej w podstawowej opiece zdrowotnej.

### Co to oznacza?

Oznacza to, iż świadczenia zdrowotne dostarczane pacjentom w ramach POZ, zgodnie z celem koordynacji opieki, powinny być dostarczane zgodnie z indywidualnym zapotrzebowaniem pacjentów, w okresie całego życia, i w formie stałego zaangażowania pacjenta w procesy profilaktyki i edukacji zdrowotnej oraz leczenia. Realne wartości dodane dla koordynacji opieki w POZ dla pacjentów oraz grup populacji, dotyczą zmian zdrowia, zachowania, wiedzy, umiejętności w zakresie zdrowia, doświadczenia oraz jakości życia. Z kolei proces opieki składa się z szeregu aktywności, które dzieją się jednocześnie lub sekwencyjnie. Przykłady tego obejmują badania przesiewowe, diagnozę, leczenie (oparte na Indywidualnych Planach Opieki Medycznej w przypadku chorób przewlekłych), dalszą opiekę i edukację zdrowotną. Ciągłość opieki stanowi ważny aspekt jakości. Obejmuje to ciągłość osób (tak mało różnych pracowników opieki na ile to jest możliwe), ciągłość informacji (ponowne użycie uprzednio zebranej informacji), ciągłość logistyczną (brak niepotrzebnego czekania między kolejnymi aktywnościami), a także ciągłość działań z zakresu edukacji zdrowotnej oraz profilaktyki – u osób zdrowych oraz z grup ryzyka poszczególnych chorób oraz systematyczny monitoring osób chorych przewlekle.

## Opieka koordynowana w POZ w Polsce – panaceum na efektywność opieki zdrowotnej?

Od samego początku, istotnym czynnikiem poprawy jakości opieki oraz redukcji kosztów w sektorze podstawowej opieki zdrowotnej było ograniczenie liczby przyjęć do szpitala. Kwestię tę podnosi szereg międzynarodowych badań przekrojowych, wskazujących jednoznacznie iż im dłuższy okres korzystania ze świadczeń w podmiotach podstawowej opieki zdrowotnej w ramach koordynowanej opieki, tym niższe wskaźniki przyjęć do szpitala. Wyniki badań sugerują, że ośrodki zindywidualizowanej/koordynowanej podstawowej opieki zdrowotnej prowadzą do trwałej, długofalowej poprawy stanu zdrowia pacjenta oraz niższych kosztów opieki. Efektywność podstawowej opieki zdrowotnej koreluje także istotnie ze stanem zdrowia osób z chorobami przewlekłymi. Twarde dane z 27 państw Unii Europejskiej (Hansen i wsp.), wskazują iż wysokiej jakości podstawowa opieka zdrowotna wiąże się z lepszymi wynikami pacjentów z chorobami przewlekłymi, co więcej stan zdrowia osób z chorobami przewlekłymi częściej pozostawał dobry lub bardzo dobry w krajach z lepiej rozwiniętą strukturą podstawowej opieki zdrowotnej oraz lepszą koordynacją opieki w tym sektorze. Osoby z więcej niż dwoma chorobami przewlekłymi odniosły największe korzyści: oceniony przez nich stan zdrowia był wyższy, jeżeli mieszkali oni w krajach o lepiej rozwiniętej strukturze podstawowej opieki zdrowotnej, lepszej koordynacji opieki oraz z bardziej kompleksowym pakietem świadczeń podstawowej opieki zdrowotnej.

# HIPOKRATES 2022

## PLEBISCYT MEDYCZNY GAZETY CODZIENNEJ

### NOWINY

Za nami wojewódzki finał plebiscytu medycznego Hipokrates, który po raz kolejny (po przerwie w okresie pandemii COVID-19) został na naszym województwie zorganizowany przez Gazetę Codzienną Nowiny. Patronem plebiscytu był Narodowy Fundusz Zdrowia, a patronem ogólnopolskiej gali także Ministerstwo Zdrowia. Patronat honorowy akcji na naszym województwie objęli także: Marszałek Województwa Podkarpackiego, Wojewoda Podkarpacki, Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce, Podkarpackie Centrum Ratownictwa Medycznego oraz Pan Jerzy Borcz – Przewodniczący Sejmiku Województwa Podkarpackiego.

#### Przebieg wydarzenia

W ramach plebiscytu wybierani byli pracownicy ochrony zdrowia cieszący się największym uznaniem pacjentów – lekarze, pielęgniarki, położne, fizjoterapeuci, ratownicy medyczni, farmaceuci. Z tych zawodów medycznych został wyłoniony odpowiednio Lekarz Roku, Pediatra Roku, Stomatolog Roku, Pielęgniarka oraz Położna Roku, Fizjoterapeuta Roku, Farmaceuta Roku oraz Ratownik medyczny Roku. Wśród nominowanych do nagrody Przychodnia/Gabinet Roku znalazły się także placówki medyczne. Najpierw mieszkańcy naszego regionu nominowali do nagród pracowników systemu opieki zdrowotnej, którzy w Ich uznaniu zasługują na wyróżnienie. Kryteria doboru osób nominowanych przez pacjentów były indywidualne i oparte głównie na własnych doświadczeniach oraz własnej opinii wypracowanej na podstawie kontaktu z danym Nominowanym. Nominowany do plebiscytu personel medyczny został wyróżniony przede wszystkim za profesjonalizm, doświadczenie zawodowe, podejście do pacjenta, empatię – czyli cechy które cieszą się największym uznaniem pacjentów. W dalszej kolejności rozpoczęło się głosowanie, które trwało od 17 sierpnia, za pomocą sms-ów oraz w trybie głosowania internetowego. Ponadto we wrześniu, do całego nakładu gazety codziennej Nowiny dołączony został specjalny dodatek, w którym zaprezentowani zostali wszyscy kandydaci do nagród.



Finałem wojewódzkiej edycji plebiscytu było wręczenie statuetek i nagród podczas uroczystej gali, która odbyła się w listopadzie. Gali będzie towarzyszyła debata medyczna. Nowością tegorocznej edycji akcji była ogólnopolska gala plebiscytu. Odbędzie się ona 2 grudnia w Sali Wielkiej na Zamku Królewskim w Warszawie. Podczas uroczystości główne nagrody odbiorą laureaci finału ogólnopolskiego plebiscytu.

**Zespół Opieki Zdrowotnej nr 2 w Rzeszowie oraz Nasz personel medyczny nominowany przez Pacjentów w plebiscycie – 3 miejsce w plebiscycie.**

Wśród placówek medycznych nominowanych do plebiscytu znalazł się także nasz podmiot leczniczy oraz wielu naszych pracowników, co napawa nas dumą i z czego się ogromnie cieszymy. Jesteśmy wdzięczni, iż nasza praca i zaangażowanie, a także profesjonalizm naszego personelu medycznego, został doceniony przez naszych Pacjentów.

#### Laureatami plebiscytu personel medyczny Zespołu Opieki Zdrowotnej nr 2 w Rzeszowie

Laureatami plebiscytu Hipokrates 2022, wyłoniłymi dla miasta Rzeszów oraz powiatu rzeszowskiego został personel zatrudniony lub realizujący świadczenia medyczne w naszych placówkach, w kategoriach:

Pielęgniarka Roku – 1 miejsce zajęła **piel. Dorota Koralewicz** (Przychodnia Rejonowa w Sokołowie Młp)

Lekarz stomatolog – 1 miejsce zajęła **lek. med. Greta Krzywkowska** (Przychodnia Rejonowa w Boguchwale)

Pediatra Roku – 3 miejsce zajęła **lek. med. Agata Dróbka** (Gminny Ośrodek Zdrowia w Lubeni)

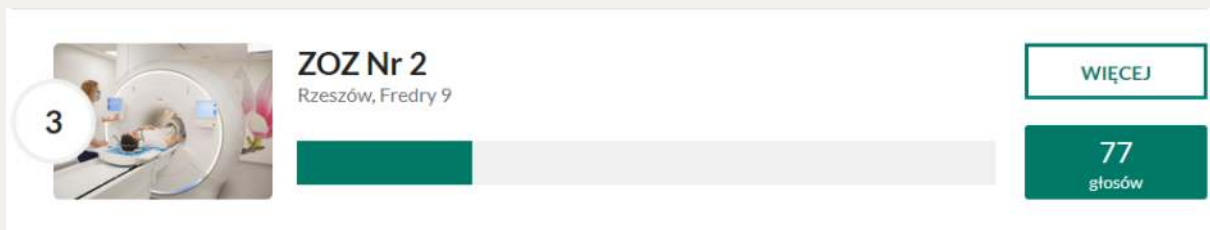
Położna Roku – 3 miejsce zajęła **poł. Monika Koszykowska** (Przychodnia Rejonowa w Sokołowie Młp)

Lekarz Rodzinny Roku – 5 miejsce zajął **lek. med. Karol Łyko** (Przychodnia Rejonowa w Dynowie, Gminny Ośrodek Zdrowia w Hyżnem)

Dermatolog Roku - 9 miejsce zajęła **lek. med. Beata Sroka** (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie)

Fizjoterapeuta Roku – 9 miejsce zajął **Grzegorz Bieda** (Gminny Ośrodek Zdrowia w Lubenii)

## Zespół Opieki Zdrowotnej nr 2 w Rzeszowie uzyskał w plebiscycie Hipokrates 3 miejsce



Źródło: Nowiny24

**Nominowany przez pacjentów personel medyczny Zespołu Opieki Zdrowotnej nr 2 w Rzeszowie.** Już sama nominacja do nagrody jest wyróżnieniem i powodem do dumy. Poniżej przedstawiamy listę osób – naszych pracowników lub współpracowników, którzy zostali nominowani do plebiscytu przez Pacjentów. Nominowani zostali w kategoriach:

### Lekarz Rodzinny:

- lek. med. Katarzyna Bednarz (Przychodnia Rejonowa w Dynowie)
- lek. med. Magdalena Denis (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie, Ośrodek Zdrowia w Łące)
- lek. med. Konrad Fejkiel (Ośrodek Zdrowia w Bratkowicach)
- lek. med. Lidia Żyłka (Przychodnia Rejonowa w Tycynie)

### Pediatra:

- lek. med. Katarzyna Czerkawska-Jasiewicz (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie)
- lek. med. Grzegorz Hetman (Przychodnia Rejonowa w Dynowie)
- lek. med. Maria Skręt-Michalska (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie)
- lek. med. Grzegorz Stasiuk (Ośrodek Zdrowia w Mrowli)
- lek. med. Zbigniew Zawito (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie, Przychodnia Rejonowa w Tycynie)

### Lekarz ortopeda:

- lek. med. Paweł Barć (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie)
- lek. med. Jerzy Bober (Przychodnia Rejonowa w Sokołowie Młp.)
- lek. med. Bartosz Dębski (Przychodnia Rejonowa w Dynowie)
- lek. med. Dorota Hanf-Osetek (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie)
- lek. med. Grzegorz Inglot (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie)
- lek. med. Bartosz Kulig (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie)
- lek. med. Paweł Słysz (Przychodnia Specjalistyczna w Rzeszowie, Przychodnia Rejonowa w Dynowie)

### Lekarz stomatolog:

- lek. stom. Magdalena Ataman-Gargała (Ośrodek Zdrowia w Nienadówce)

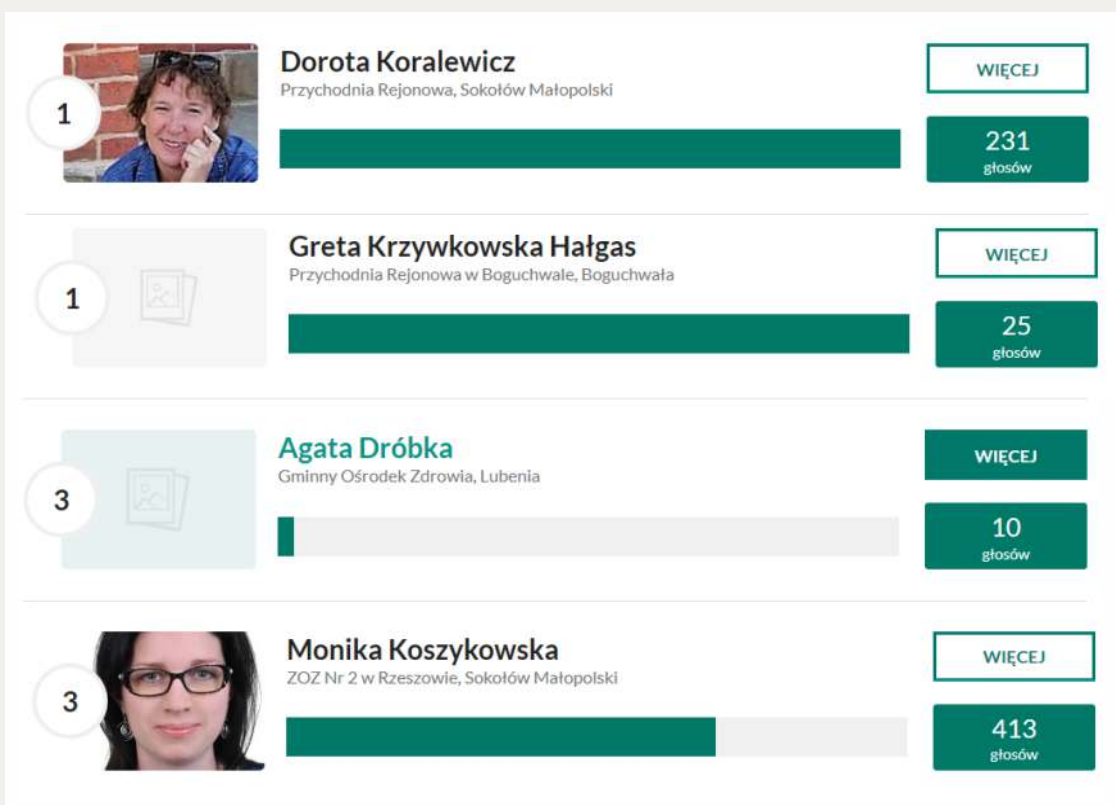
### Pielęgniarka:

- piel. Bożena Franczyk (Ośrodek Zdrowia w Mrowli)

### Położna:

- poł. Barbara Bielec (Przychodnia Rejonowa w Dynowie)

## WYNIKI GŁOSOWANIA



Źródło: Nowiny24

W środę, 16 listopada w Hotelu Prezydenckim w Rzeszowie odbyła się uroczysta gala, podczas której uhonorowano laureatów plebiscytu Hipokrates. Zwycięzcy otrzymali prestiżowe tytuły i nagrody.

Zaproszeni na uroczystość - lekarze, pielęgniarki i położne, stomatolodzy, ginekolodzy, chirurdzy, ortopedzi, dermatolodzy, laryngolodzy, farmaceuci, ratownicy medyczni - zwycięzcy z każdego miasta i powiatu, a także laureaci miejsc od 1 do 3 w wojewódzkich kategoriach plebiscytu otrzymali dyplomy, statuetki, nagrody, a przede wszystkim prestiżowe tytuły.

To Oni właśnie zostali wyróżnieni za fachowość, zaangażowanie, a przede wszystkim podejście do pacjentów. Przypominamy, że kandydatów i laureatów wybrali Ci, którzy najlepiej znają medyków - ich pacjenci, a zaszczytne tytuły zostały przyznane najpierw w każdym mieście i powiecie oraz na szczeblu wojewódzkim, a także ogólnopolskim.

## Wśród Laureatów znalazły się osoby zatrudnione w ZOZ nr 2 w Rzeszowie



Lekarz stomatolog -  
1 miejsce zajęła  
lek. stom. Greta Krzywkowska  
(Przychodnia Rejonowa w Boguchwale)



Pielęgniarka Roku  
1 miejsce zajęła  
piel. Dorota Koralewicz  
(Przychodnia Rejonowa w Sokołowie Młp.)



Położna Roku  
3 miejsce zajęła  
poł. Monika Koszykowska  
(Przychodnia Rejonowa w Sokołowie Młp.)

Zdjęcia Krzysztof Kapica

Źródło: <https://nowiny24.pl/hipokrates-2022-za-nami-uroczysta-gala-pracownicy-ochrony-zdrowia-z-podkarpacia-odebrali-nagrody-i-dyplomy-zdjecia-wideo/ar/c14-17048191>



# ZDROWIA, SZCZĘŚCIA I SŁODYCZY CZYLI ... CUKRZYK PRZY ŚWIĄTECZNYM STOLE

Jolanta Petyniak  
Pielęgniarka diabetologiczna, Edukator w cukrzycy  
Pracownik Zespołu Opieki Zdrowotnej nr 2  
w Rzeszowie od ponad 30 lat



Święta Bożego Narodzenia to cudowny czas spędzany w gronie bliskich, przy stole pełnym smakowitych potraw. Takie ucztowanie może być wyzwaniem dla osób chorujących na cukrzycę. Jak pogodzić te przyjemności z cukrzycą?

Wydaje się, że najważniejsze to podejść do tematu ze spokojem, kultywować tradycję i cieszyć się nią, ale też nie zapominać o własnym zdrowiu. To jak przebiegają Święta diabetyka zależy w dużej mierze od tego, o jakim typie cukrzycy mówimy: tej leczonej insuliną, lekami doustnymi czy samą dietą i aktywnością fizyczną. To metody leczenia cukrzycy determinują sposób przygotowania się do świętowania.

### Cukrzyca typu 1 – oszacuj ilość insuliny

Cukrzyca typu 1 wymaga podania insuliny. Ilość podanej insuliny jest uzależniona od aktualnej glikemii oraz planowanego posiłku. Diabetyk musi oszacować liczbę wymienników węglowodanowych i białkowo – tłuszczowych w danej potrawie i podać odpowiednią dawkę insuliny. Te same zasady obowiązują w czasie Świąt. Kluczem do sukcesu, czyli zdrowego i radosnego świętowania jest częstsza samokontrola, mądre planowanie kolejnych posiłków oraz obliczanie ich wartości odżywczych.

### **Pamiętaj!**

**Cukrzyca wymaga ciągłego myślenia i kalkulowania posiłków. Jeśli wiesz, że jakaś potrawa bardzo podnosi**

**Ci poziom glikemii, to jej nie jedz. Korzystaj z przepisów na potrawy o niskim indeksie glikemicznym, dużo się ruszaj, prowadź samokontrolę, nie przesadzaj ze słodyczami i serdecznie się uśmiechaj, bo to szczęśliwy czas!**

### Cukrzyca typu 2 rządzi się innymi prawami

Osoby z cukrzycą typu 2, które przyjmują leki doustne mają w Święta nieco utrudnione zadanie. O ile insulinę elastycznie dostosowuje się do posiłku, o tyle nie praktykuje się samodzielnego modyfikowania dawek leków obniżających poziom glikemii we krwi. Zatem nawet w Święta diabetyk powinien pilnować ustalonej liczby wymienników węglowodanowych na poszczególne posiłki. Jeśli tego nie robi, najpewniej będzie to skutkowało przecukrzeniem. Warto jednak pamiętać, że nie tylko insulina jest lekarstwem na zbyt wysoki glikemie, podobnie działa aktywność fizyczna, a ta jest w zasięgu ręki każdego diabetyka.

### Cukrzyca ciążowa a smakołyki

Diabetyczki będące w okresie Świąt w ciąży oraz kobiety ze zdiagnozowaną cukrzycą ciążową powinny zwracać baczność uwagę na węglowodany zawarte w posiłkach i wybierać te, które mają niski indeks glikemiczny, a które nie będą wpływały na wzrost poziomu cukru we krwi.



# Czym jest terapia zajęciowa ?



**Terapia zajęciowa** to rodzaj rehabilitacji fizycznej, psychicznej i społecznej, w ramach której osoba jest angażowana w różne formy aktywności życiowej. Dzięki temu poprawia się jej zdrowie fizyczne i psychiczne, odzyskuje zdolność do życia w społeczeństwie, staje się bardziej samodzielna. Terapia zajęciowa znajduje zastosowanie wobec osób niepełnosprawnych fizycznie i intelektualnie, chorych psychicznie, ale także dzieci czy seniorów. Terapia zajęciowa to głównie praca ruchowo-artystyczna. Ma prowadzić do aktywowania i integracji umysłu z ciałem. Główną jej zaletą jest praca w grupie, która nie tylko motywuje do wykonywania określonych zadań, ale jednocześnie tworzy poczucie przynależności.

Wyróżnia się wiele możliwych form terapii zajęciowej. Do tych najpopularniejszych zalicza się:

**arteterapia** – terapia poprzez sztukę.

**ergoterapia** – terapia poprzez pracę, a więc takie czynności jak krawiectwo, majsterkowanie, praca w ogrodzie.

**kinezyterapia** – terapia poprzez ruch, może to być gimnastyka, spacer i każda inna aktywność fizyczna.

**socjoterapia** – terapia polegająca na wspólnym spędzaniu czasu, grach, zabawach.

Jak widać poszczególne rodzaje terapii zajęciowej przenikają się i łączą, mogą być stosowane wspólnie czy naprzemiennie.

## Terapia zajęciowa dla seniorów

Terapia zajęciowa dla seniorów stanowi obecnie nieodłączny element kompleksowego wsparcia obok opieki medycznej oraz rehabilitacji. Wspomaga aktywizację i ułatwia wzajemną współpracę na wszystkich płaszczyznach funkcjonowania podopiecznego w trakcie pobytu długoterminowego w zakładzie. To w jaki sposób seniorzy spędzali swój czas wolny przed chorobą może determinować ich potrzebę aktywności.

W celu aktywizacji chorych stosujemy w Zakładzie Opieki Długoterminowej i Paliacji w Błazowej kilka rodzajów terapii, która jest zawsze dopasowana do indywidualnego problemu i stopnia niepełnosprawności. Dlatego wszystkie elementy terapii są bezpieczne dla pacjentów i uwzględniają ich ograniczenia związane z chorobą lub wiekiem.



Agata Domin  
terapeuta zajęciowy w ZODiP w Błazowej

Pierwszym z rodzajów form terapii jest ergoterapia. Definiowana jest jako leczenie pracą, podczas której poprzez dobór odpowiednich zadań możemy wpływać usprawniająco na pacjenta. Odpowiednio zaplanowane zajęcia mogą wpływać na sprawność różnych odcinków ciała, zwiększać zakres ruchów w stawach i siłę mięśniową. Przyczynia się do zwiększenia sprawności manualnej, uczy konkretnych umiejętności. Form ergoterapii jest bardzo wiele, w naszym zakładzie wyróżnić można: szydełkowanie, haftowanie, robienie na drutach, prace w ogrodzie.

Drugim rodzajem terapii jest socjoterapia, której celem jest niedopuszczenie do wyizolowania osoby chorej. Terapia poprzez gry i zabawy w gronie innych uczestników oraz wspólne zajęcia, ma na celu włączenie seniorów do życia społecznego, aktywizując umiejętności międzyludzkie. Wspólne gry i zabawy zwłaszcza te spędzone przy kawie, herbacie i ciastku stanowią bardzo lubiany przez naszych pacjentów sposób spędzania wspólnego czasu.

Inne rodzaje terapii, które warto także wymienić to: arteterapia oparta na wykorzystaniu elementów sztuki, takich jak malowanie rysowanie, kolorowanie, wycinanie.

**Muzykoterapia**, która jest u nas zawsze przyjmowana z dużym entuzjazmem oraz zaangażowaniem oraz biblioterapia.



Zdjęcia: Agata Domin, prace pacjentów ZODiP W Błazowej

# Świąteczna terapia zajęciowa.

Świąteczna bożonarodzeniowa arteterapia w naszym zakładzie to przede wszystkim ozdoby świąteczne, bombki choinkowe, stroiki, kartki bożonarodzeniowe, ubieranie choinki, rysunki tematyczne. W ramach muzykoterapii słuchanie i śpiewanie kolęd.

Metod oraz form terapii osób starszych jest bardzo wiele. Istotne jest dopasowanie ich do preferencji uczestnika oraz motywacja samego terapeuty do zaangażowania uczestników w określone działania i towarzyszenie im w ich realizacji. Wspólna radość w pokonywaniu barier i uczeniu się nowych rzeczy daje poczucie sprawności. Robienie czegoś razem oraz spędzanie czasu wśród ludzi chroni przed samotnością czy pesymistycznymi myślami, co stanowi wysoką wartość w podtrzymywaniu dobrostanu psychicznego oraz fizycznego seniorów.

Autor: mgr Agata Domin terapeuta zajęciowy w ZODiP w Błazowej



## Radosne Świeta z Fundacją Biedronki

Zbliżające się święta Bożego Narodzenia są szczególnym czasem, kiedy chcemy cieszyć się obecnością bliskich osób w spokojnej i radosnej atmosferze. Czas ten jednak może być trudny dla seniorów, którzy przebywają w różnego typu placówkach.

Fundacja Biedronki, wspierająca seniorów uruchomiła specjalny program, dzięki któremu placówki pomagające osobom starszym otrzymują prezenty dla swoich podopiecznych. Przygotowując bożonarodzeniowe prezenty Fundacja chce pomóc stworzyć świąteczny nastrój oraz sprawić, żeby na twarzy każdego podopiecznego zagościł uśmiech.

Zakłady Opiekuńczo - Lecznicze ZOZ NR 2 w Rzeszowie już po raz 3 będą uczestniczyły w programie "Radosne Świeta z Fundacją Biedronki". Dotychczasowe akcje sprawiły naszym pacjentom wiele radości. Cieszymy się, że i w tym roku będziemy mogli wręczyć naszym pacjentom bożonarodzeniowe prezenty za co jesteśmy wdzięczni Fundacji.





Fot. Jolanta Szałęga mgr pielęgniarstwa

## Spotkanie z przedszkolakami

### Przedszkole w Malawie

W październiku 2022 r. pielęgniarka Justyna Rudnicka i Jolanta Szałęga z Ośrodka Zdrowia w Malawie zorganizowały spotkania edukacyjne z Przedszkolakami Gminnego Przedszkola w Malawie. Panie w bardzo ciekawy sposób opowiedziały gdzie pracują i czym się zajmują. Panie pielęgniarki zaprezentowały dzieciom przedmioty potrzebne do codziennej pracy oraz wyjaśniły do czego służą. Pokazały strzykawkę, igły, bandaż, ciśnieniomierz, stetoskop i wiele innych ciekawych rzeczy. Omówiły temat pierwszej pomocy oraz zdrowego stylu życia jak również procedurę zabiegu pobierania krwi do badań laboratoryjnych oraz rozdały książeczki edukacyjne. Demonstracja stetoskopu i możliwość posłuchania bicia serca oraz mierzenie ciśnienia krwi wzbudziło ogromne zainteresowanie. Spotkanie na długo pozostanie w pamięci przedszkolaków.



Fot. Justyna Rudnicka- mgr pielęgniarstwa





# Dzień Babci i Dzień Dziadka



Dzień Babci i Dziadka w Polsce wypadają kolejno 21 i 22 stycznia. Jest to idealna okazja do tego, aby każdy wnuk i wnuczka wyraził swoją wdzięczność za miłość i troskę, jakimi codziennie jest przez nich obdarzany. Zgodnie z tradycją dzieci i dorośli odwiedzają w tym czasie swoich dziadków, wręczając im upominki i składając najlepsze życzenia. Maluchy bardzo często przygotowują także własnoręcznie robione laurki, a w szkołach i przedszkolach odbywają się specjalne uroczystości. Dzieci wygłaszają na nich wierszyki, śpiewają piosenki, a nawet przygotowują przedstawienia dla swoich babć i dziadków. Wszystkie te zwyczaje są naprawdę rozczulające i sprawiają świętującym osobom wiele radości, jednak dziadkowie obecni są w naszych życiach każdego dnia, dlatego warto doceniać ich nie tylko raz do roku.

---

ZOZ Nr 2 w Rzeszowie każdego roku pamięta o Dniu Babci i Dniu Dziadka i z tej okazji proponuje badania profilaktyczne dedykowane specjalnie dla seniorów. Również w tym roku będziemy zachęcać Babcię i Dziadków do dbania o swoje zdrowie. Babcię zapraszamy na mammografię oraz badanie densytometryczne oceniające gęstość kości. Dziadkom proponujemy badanie USG jamy brzusznej z oceną gruczołu krokowego.

Szczegóły dotyczące badań będą wkrótce dostępne na naszej stronie internetowej [www.zoz2.pl](http://www.zoz2.pl) oraz na profilu FB ZOZ Nr 2 w Rzeszowie.



# „ZOZIK I ZOZIA” KĄCIK DLA DZIECI

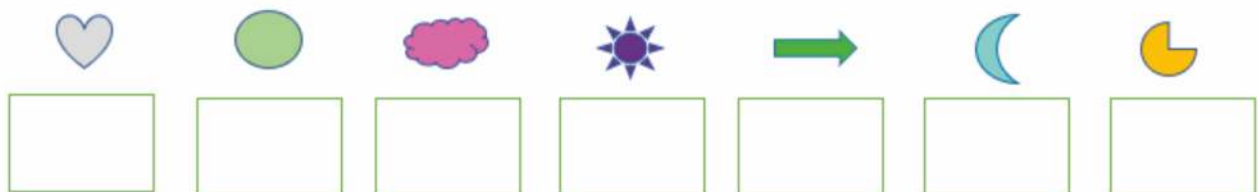
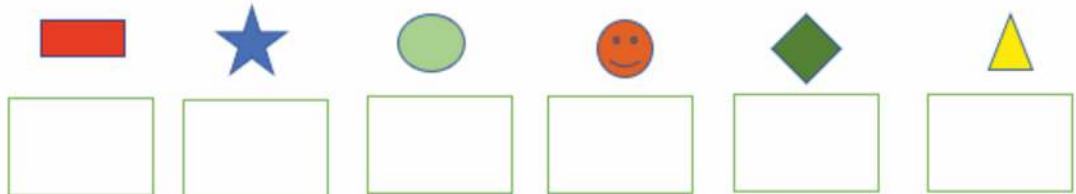


- Ś -
- I -
- W -
- Y -
- T -
- Ę -
- M -
- O -
- K -
- Ł -
- A -
- J -



Rozszyfruj hasło.

Dowiesz się wtedy kto przynosi  
prezenty zimą.



# GOŚĆ BIULETYNU

Wywiad z Kierownikiem Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy  
panią Magdaleną Lisowską

Kinga Harpula: Proszę opowiedzieć naszym Czytelnikom czym jest Świetlica Socjoterapeutyczna i jakie zadania realizuje?

**Magdalena Lisowska:** Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna w Świlczy jest placówką wsparcia dziennego, będącą w strukturach Gminnego Ośrodka Pomocy Społecznej w Świlczy. Organem nadrzędnym jest Wójt Gminy Świlcza. Adres placówki: 36-072 Świlcza 150 B, tel. 17 506 15 75 Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna jest czynna od poniedziałku do piątku; od 10.00 do 18.00. W okresie wakacji świetlica jest czynna od 8.00 do 16.00. Działalność placówki jest finansowana ze środków własnych Gminy Świlcza. Od stycznia 2022 roku świetlica dysponuje 30 miejscami dla dzieci w wieku od 7 do 14 lat, które uczęszczają do Szkoły Podstawowej w Świlczy. Celem świetlicy jest wspieranie rodziny w procesie przygotowania dzieci do samodzielnego życia, poprzez kształtowanie właściwych postaw społecznych – objęcie ich w czasie wolnym od zajęć szkolnych opieką oraz zajęciami socjoterapeutycznymi, sportowymi, edukacyjnymi i profilaktycznymi. Pobyt w placówce jest bezpłatny. W roku 2022 otrzymało wsparcie w placówce w sumie 37 dzieci. Na liście rezerwowej jest 12 dzieci oczekujących na przyjęcie.

Dzieci na co dzień korzystają z zasobów jakimi dysponuje świetlica, tj. ze sprzętu komputerowego, magicznego dywanu, klocków do robotyki, sprzętu sportowego, który jest wykorzystywany na obiekcie sportowym, oraz z wszelkich pomocy dydaktyczno – naukowych. W okresie letnim podczas zajęć sportowych wykorzystuje się boisko trawiaste, boisko wielofunkcyjne tartanowe, tor rowerowy asfaltowy, siłownię zewnętrzną, szachy ogrodowe, plac rowerowy ze znakami drogowymi, plac zabaw, stoliki betonowe do gier w szachy, warcaby i chińczyka. Często korzysta się z grilla i zadaszonej altany. W placówce pracuje kierownik, wychowawca, psycholog oraz edukator do zajęć sportowych. Dzieci na zajęcia przywożone są ze szkoły, a po zajęciach odwożone busem bezpośrednio do domu. Usługa transportowa obejmuje zatrudnienie opiekuna dzieci w busie.

Założeniem działań podejmowanych w świetlicy jest stworzenie warunków do fizycznego, psychicznego i poznawczego rozwoju uczestnika zajęć, nabywanie umiejętności prawidłowego organizowania sobie czasu wolnego, stwarzanie warunków do samorealizacji, wdrażanie do właściwego wyboru zdrowego stylu życia, nabycie umiejętności odmowy sięgania po używki różnego rodzaju, stwarzanie warunków do nabywania umiejętności interpersonalnych i zgodnego przebywania w grupie, pogłębianie, utrwalanie umiejętności i pozytywnych postaw wyniesionych z zajęć, reedukacja.

Placówka prowadzi zajęcia specjalistyczne, a także socjoterapię w terenie, której celem jest wdrażanie wychowanków do przestrzegania zasad współżycia społecznego oraz podnoszenie ich kultury osobistej; podnoszenie kompetencji społecznych poprzez rozwijanie umiejętności zachowania się w różnorodnych sytuacjach społecznych.

Kinga Harpula : Jaki jest cel działania Świetlicy i zadania szczegółowe ?

**Magdalena Lisowska:** Cele terapeutyczne dzielimy na:

terapeutyczne:

- wgląd w siebie
- uświadamianie i umacnianie mocnych stron dziecka
- budowanie pozytywnego obrazu siebie oraz podnoszenie poczucia własnej wartości
- stwarzanie sytuacji do odreagowania napięć emocjonalnych, w tym na zajęciach sportowych
- budowanie poczucia bezpieczeństwa, szacunku, zaufania
- rozwój cech, które sprzyjają kształtowaniu i zachowaniu zdrowia uczestników zajęć
- nauka rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie ze złością

rozwojowe:

- integracja w grupie
- zaspokojenie potrzeby nawiązania pozytywnego bliskiego kontaktu z osobą dorosłą
- dobra komunikacja



Fot. Magdalena Lisowska  
Kierownik Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy

- rozwijanie pozytywnych sposobów wyrażania uczuć
  - zaspokojenie potrzeby wyrażania siebie
  - rozwijanie aktywności społecznej i integracja w środowisku lokalnym
- edukacyjne:
- nabywanie wiedzy na temat uzależnień
  - rozpoznanie, nazywanie i wyrażanie uczuć
  - nabycie umiejętności wyrażania uczuć negatywnych w sposób asertywny
  - nabycie wiedzy na temat tradycji i obyczajów naszego kraju
  - nabycie wiedzy z języka angielskiego

**Kinga Harpula :** W jaki sposób można zostać podopiecznym Świetlicy, jakie trzeba spełniać kryteria formalne?

**Magdalena Lisowska:** Kandydat/ kandydatka do zajęć w Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy musi spełniać kryteria obowiązkowe :

1. zamieszkuje w miejscowości Świlcza (w myśl przepisów Kodeksu Cywilnego),
2. jest w wieku od 7 lat (rozpoczęty wiek życia) do 14 roku życia (nie ukończony rok życia) i uczęszcza do Szkoły Podstawowej w Świlczy
3. wymaga wsparcia socjoterapeutycznego

Dodatkowe punkty kandydat otrzymuje w przypadku: gdy pochodzi z rodziny wielodzietnej oraz posiada orzeczenie, opinię specjalistyczną.

**Kinga Harpula :** Czy w Pani ocenia tego rodzaju formy wsparcia są potrzebne i dlaczego?

**Magdalena Lisowska:** Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna w Świlczy jest placówką wsparcia dziennego, która stanowi ważny i potrzebny element systemu wspierania rodziny przeżywającej trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych. Placówka zapewnia wychowankom wszechstronne wsparcie, począwszy od potrzeb podstawowych, jak opieka, bezpieczeństwo, poprzez pomoc w nauce, wsparcie emocjonalne w sytuacjach trudnych, aż po ciekawe zajęcia rozwojowe. Atutem świetlicy jest stworzenie bezpiecznego, przyjaznego dziecku miejsca, gdzie znajdzie ono akceptację, uwagę i wysłuchanie. Fakt, iż lista rezerwowych do naszej świetlicy jest długa i okres oczekiwania na miejsce bywa długi, pozwala stwierdzić, iż w środowisku lokalnym placówka ma duże znaczenie. Rodzice cenią sobie profesjonalną opiekę nad dziećmi, wiedzą, iż dziecko w sposób konstruktywny spędza czas, rozwija swoje zainteresowania. Opieka i doradztwo psychologa oraz zajęcia socjoterapeutyczne jakie oferujemy wspomagają prawidłowy rozwój emocjonalny i psycho- fizyczny dzieci. W roku 2022 placówka w ramach działań socjoterapeutycznych podjęła się organizacji 75 wydarzeń, co w istotny sposób wpływa na integrację nie tylko uczestników zajęć z lokalnym środowiskiem ale całych rodzin. Rodzice mogą korzystać z porady pedagogów, socjoterapeuty, psychologa, a także uczestniczyć w warsztatach wychowawczych. Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna w Świlczy realizuje nowatorski program wspierania rodzin, który ma na celu usamodzielnianie dzieci oraz likwidowanie barier społecznych i stworzenie miejsca, które zapewni nie tylko dzieciom, rodzinom ale i lokalnej społeczności dostęp do dóbr kultury, wychowania i wsparcia.

**Kinga Harpula :** Czy widać pozytywne efekty działalności Świetlicy na podopiecznych, jeżeli tak to jakie?

**Magdalena Lisowska:** Efekty uczęszczania do placówki:

- dzieci lepiej się zachowują,
- lepiej się uczą, poprawiają wyniki w szkole, dzięki pomocy w odrabianiu lekcji i przygotowaniu do zajęć.
- lepiej radzą sobie w grupie rówieśniczej, w tym zwiększa się aktywność, umiejętność nawiązywania kontaktów.
- odkrywają swoje silne strony,
- nabierają poczucia własnej wartości.
- mają poczucie bezpieczeństwa i opieki w czasie gdy rodzice pracują,
- dzieci stają się bardziej samodzielne, odpowiedzialne
- poszerzają wiedzę, umiejętności i zainteresowania w różnych obszarach (np. poprzez ciekawe wycieczki, zabawy, konkursy, zajęcia plastyczne, komputerowe, gry, lekcje edukacyjne np. z pielęgniarką środowiskową)

**Kinga Harpula :** Jak Pani widzi aktualne wyzwania w swojej pracy?

**Magdalena Lisowska:** Praca z dziećmi nie lubi stagnacji. Mam świadomość, iż nowe pokolenia niosą ze sobą nowe problemy na różnych płaszczyznach naszej pracy. Jako kierownik, pedagog, wychowawca i socjoterapeuta, ponad wszystko stawiam zawsze dobro dziecka, więc będę dążyć do tego aby na terenie naszej Gminy, nie tylko w miejscowości Świlcza, placówki wsparcia dziennego mogły wspierać rodziny.

**Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna w Świlczy może pochwalić się Wyróżnieniem w Konkursie Nasze Dobre Podkarpackie oraz NAGRODĄ SPECJALNĄ W ZAKRESIE POMOCY SPOŁECZNEJ MINISTRA RODZINY, PRACY I POLITYKI SPOŁECZNEJ**

# SPOTKANIE EDUKACYJNE Z PIEŁĘGNIARKĄ PODOPIECZNYCH ŚWIETLICY SOCJOTERAPEUTYCZNEJ W ŚWILCZY



W dniu 18.10.2022 r. z inicjatywy Kierownika Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy – Pani Magdaleny Lisowskiej, odbyło się spotkanie edukacyjne dla podopiecznych Świetlicy, które przeprowadziła nasza pielęgniarka podstawowej opieki zdrowotnej – Pani Danuta Winiarz.

W spotkaniu uczestniczyło 30 dzieci, które na co dzień korzystają z zajęć w Świetlicy Socjoterapeutycznej. Podczas spotkania poruszano tematykę szeroko pojętego zdrowia oraz zdrowego stylu życia, higieny osobistej, wpływu zachowań prozdrowotnych na zdrowie człowieka.

Podczas zajęć dzieci otrzymały drobne upominki – balony, długopisy, cukierki oraz kolorowanki.



Fot. Danuta Winiarz mgr pielęgniarstwa



# Drożdżowa gwiazda z makiem



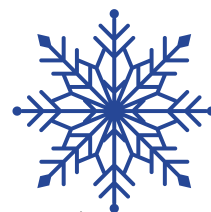
Zdjęcia: Monika Gwizdak

## Wykonanie :

- Przesianą mąkę wsypać do miski, zrobić dołek i wkruszyć do niego drożdże. Wlać ciepłe mleko, delikatnie wymieszać z drożdżami i niewielką ilością mąki. Przykryć i zostawić na 10 min. do wyrośnięcia.
- Dodać jajka i zacząć wyrabiać ciasto w trakcie dolewając roztopione przestudzone masło. Ciasto wyrabiać około 10 min. Przykryć i zostawić do wyrośnięcia na około 1 godzinę.
- Z wyrośniętego ciasta uformować kulę i podzielić na 4 równe części. Każdą rozwałkować na okrąg o średnicy około 25 cm.
- Pierwszy kawałek ciasta położyć na dużej blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Na cieście rozsmarować 1/3 masy makowej zostawiając 1 cm czystego brzegu. Na masę makową położyć drugą część ciasta i kontynuować do ostatniego kawałka ciasta.
- Na środku ciasta ustawić szklankę dnem do góry i ponacinać ciasto na 16 równych części. Następnie obręcać sąsiadujące kawałki ciasta parami (lewy 2 razy w lewo, prawy 2 razy w prawo) i łączyć ze sobą na końcu. Uformować w ten sposób 8 ramienne gwiazdę. Zostawić do wyrośnięcia na 20 min.
- Ciasto posmarować roztrzepanym jajkiem i piec w 180 stopniach przez około 25 min
- Po przestudzeniu posmarować lukrem wykonanym z cukru pudru i soku z cytryny lub pomarańczy.

## Składniki :

500 g mąki pszennej  
30 g świeżych drożdży  
50 g cukru  
180 ml mleka  
2 jajka  
50 g masła  
300 g gotowej masy makowej



**Smacznego !**

# Dziękujemy za współpracę

## *SIEŃKO BARBARA*

*Rejestratorka medyczna  
Punktu lekarskiego w Lubnie*

## *FORNAL BOGUMIŁA*

*Pomoc kuchenna  
Zakład Opieki Długoterminowej w Błazowej*



W październiku z głębokim żalem i smutkiem pożegnaliśmy Śp. Roberta Wybrańca, długoletniego zasłużonego pracownika zatrudnionego na stanowisku konserwatora w Zakładzie Opieki Długoterminowej i Paliacji w Błazowej.

Dla Zespołu Opieki Zdrowotnej Nr 2 w Rzeszowie jest to ogromna strata, ponieważ był osobą całkowicie oddaną swojej pracy, wykonywał ją z ogromnym zaangażowaniem i poświęceniem.

Jego wiedza i ponad 30 letnie doświadczenie zawodowe przyczyniło się do rozwoju naszego zakładu. Ponadto był osobą niezwykle skromną, życzliwą, otwartą na otoczenie i niosącą pomoc innym mimo życiowych trudności.

**Rodzinie i Bliskim składamy wyrazy głębokiego współczucia.**  
**Dyrekcja Dział Gospodarki Materiałowej i Eksploatacji**  
**Koledzy i koleżanki z pracy**



# PHILIPS

Tomografia  
komputerowa

Spectral CT7500

## Obrazowanie spektralne podczas każdego badania pacjenta. Spectral CT 7500

Tomograf komputerowy Philips Spectral CT 7500 to szybkie niskodawkowe urządzenie do precyzyjnej diagnozy. Pozwala na zredukowanie, aż do 26% liczby kontrolnych skanów z powodu niekompletnej diagnozy\*. Wystarczy zaledwie 2 sekundy do wykonania kompletnego skanowania: klatka piersiowa - jama brzuszna – miednica. Tomograf spektralny CT 7500 jest dostosowany do wszystkich pacjentów, niezależnie od wieku lub wagi. Jest to tomograf spektralny, który pozwala na zapewnienie nowego standardu opieki bez kompromisów.

**Dowiedz się więcej na [Philips.com](https://www.philips.com)**

\*Analiza przeprowadzona przez LSU Health, New Orleans, LA, USA

Wyniki przedstawionych tu studiów przypadków nie pozwalają przewidzieć wyników w innych przypadkach. W innych przypadkach wyniki mogą być inne.



© 2022 Koninklijke Philips N.V. All rights are reserved.  
Informacje przeznaczone są wyłącznie dla profesjonalnych podmiotów prowadzących działalność w obszarze ochrony zdrowia. Szczegółowe dane techniczne urządzeń medycznych Philips są przedstawione w specyfikacji technicznej. Philips zastrzega sobie prawo do zmiany specyfikacji w każdym czasie. Niniejsze informacje nie stanowią oferty w rozumieniu art. 66 § 1 Kodeksu cywilnego.



[www.philips.com](https://www.philips.com)

PD-22-49694 \* APR 2022