

BIULETYN INFORMACYJNY ŚWIĘTOKRZYSKIEJ IZBY LEKARSKIEJ W KIELCACH

ESKULAP

ŚWIĘTOKRZYSKI

ISSN 1233-3972
NR 9-10 (373-374)
WRZESIEŃ - PAŹDZIERNIK 2023



**Zmęczenie czy wypalenie?
Oto jest pytanie**

CZYTAJ NA STRONACH 5-7

Szanowni Państwo!

Wizja nadchodzących zimnych miesięcy z ograniczoną ilością słońca skłoniła nas do wyboru na top temat bieżącego wydania kwestii związanych z wypaleniem zawodowym. Wydaje się to tym bardziej uzasadnione, że z opublikowanego raportu STADA 2023 na temat zdrowia Europejczyków wynika, że Polacy są jednym z narodów z najwyższym odsetkiem wypalenia zawodowego. Stąd w bieżącym numerze nasi specjaliści Magdalena Florek i dr Ksenia Buglewicz postarają się Państwu przybliżyć problematykę, znaczenie i konsekwencje wypalenia zawodowego.

W numerze wiele relacji. Z przyjemnością opowiemy Państwu m.in. o wizycie w Opolu na Kongresie Kultury i Historii Lekarskiej, o naszej obecności na nadaniu tytułu Doctora Honoris Causa UJK dla prof. Nauk medycznych Marii Siemionow i proteście lekarzy rezydentów. Tradycyjnie już zaglądamy również do naszego ośrodka szkoleniowego, skąd prześlemy informacje na temat zrealizowanych i nadchodzących szkoleń.

W bieżącym numerze Kurier ŚIL, a w nim wydarzenia ze świata medycyny z regionu, z kraju i ze świata. Opowiemy również o benefisie Macieja A. Zarębskiego i młodych adeptach sztuki lekarskich, którym we wrześniu wręczono Prawa Wykonywania Zawodu Lekarza i Lekarza Dentysty. Oczywiście mamy dla Państwa solidną dawkę informacji z własnego podwórka.



Niestety zbiórka na rzecz bezdomniaków nie przyniosła spodziewanych efektów. Nieco zawiedzeni przedłużamy ją o kolejny miesiąc, mając nadzieję, że serca miłośników zwierząt, których przecież wśród nas nie brakuje, skłonią do ofiarności na rzecz porzuconych psów i kotów przebywających w świętokrzyskich schroniskach. Przypominam, że w recepcji ŚIL można zostawiać karmę, koce, smycze, szelki, psie i kocie zabawki, które prześlemy jako dar do schronisk i domów tymczasowych dla zwierząt.

W jesienne wieczory warto rozwiąć pasje. Są wśród nas tacy, którzy swoje zamiłowania podnieśli do rangi sztuki. W tym roku odbyły się kolejne rozgrywki szachowe. Mamy nadzieję, że publikując osiągnięcia naszych lekarzy, zainspirujemy Państwa do pogłębiania swoich zainteresowań. Być może już wkrótce napiszemy właśnie o nich. W numerze wracamy do teatru i filharmonii, do których mamy zaproszenia na spektakle i wydarzenia muzyczne. Wystarczy uważnie czytać i wziąć udział w konkursie. Na dłużące się wieczory proponujemy Państwu

krzyżówkę. Dla zwycięzcy mamy profesjonalną samochodową apteczkę pierwszej pomocy.

Kolejny numer Eskulapa szybciej niż zwykle. Już za miesiąc otrzymają Państwo ostatnie w tym roku wydanie. Zachęcam do lektury. Tematem numeru będzie paląca kwestia kontraktów lekarskich z publicznymi placówkami zdrowia. Radca prawny nakreśli Państwu na co w sposób szczególny zwrócić uwagę w umowach zawieranych z pracodawcą.

Bardzo serdecznie dziękuję za zdjęcia i nadsyłane teksty. Cieszy ogromnie, że z miesiąca na miesiąc redakcja otrzymuje ich coraz więcej. Dziękuję również za uwagi co do zamieszczanych treści i estetyki biuletynu. W odpowiedzi na nie dokonujemy zmian, które skłonią Państwa do sięgania po niego. Zachęcam do zaglądania na nasze media społecznościowe. Zasięgi się znacznie poprawiają, ale ze statystyk FB wynika, że co najmniej do połowy członków ŚIL jeszcze nie dotarliśmy. Pod publikowanym kodem QR znajduje się link do naszego profilu. Będą Państwo na bieżąco z informacjami, którymi chętnie się dzielimy.

Nieustannie pozostaję do Państwa dyspozycji pod adresem mailowym redaktor.eskulap@gmail.com.

Dorota Pacholec
Redaktor Naczelna



BIURO ŚWIĘTOKRZYSKIEJ IZBY LEKARSKIEJ: al. ks. J. Popiełuszki 43, 25-155 Kielce, tel. 41 362 13 81, www.sil.apsnet.pl, e-mail: sekretariat@sil.apsnet.pl, konto nr 29 1240 4416 1111 0000 4965 4095.

Dyrektor biura: mgr Anna Zysk-Litwin, pn.-pt. w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰, tel. 41 362 06 29.
Radca prawny: mgr Mariusz Łaba, udziela porad prawnych dla lekarzy w zakresie wykonywania zawodu lekarza (pn., wt. w godz. 14¹⁵-16⁰⁰, śr. w godz. 10⁴⁵-15¹⁵).

Biuro rzecznika odpowiedzialności zawodowej: Klaudiusz Kanclerz (pn.-pt. w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰, tel. 41 368 75 67, 41 362 13 81, wew. 13).

Biuro Sądu Lekarskiego: mgr Anna Tkaczyk (pn.-pt. w godz. 8⁰⁰-16⁰⁰, tel. 41 362 13 81, wew. 19).

Księgowość: Lucyna Papis – główna księgowa, mgr Jadwiga Zielińska – księgowa, tel. 41 362 13 81 wew. 14, faks 41 362 15 00.

Eskulap Świętokrzyski. Wydawca: Świętokrzyska Izba Lekarska w Kielcach, al. ks. J. Popiełuszki 43, 25-155 Kielce. **Redaguje kolegium w składzie:** Dorota Pacholec – redaktor naczelna, Krzysztof Bidas, Urszula Chonin, Barbara Kocela, Marta Sitnik, Grażyna Sławeta, Dorota Szyska-Skrobot, Janusz Wiśniewski, Jadwiga Zielińska – sekretarz redakcji.

Skład, łamanie i szata graficzna: Paweł Kowalski. **Druk:** Wydawnictwo ESSI 3, Kielce, ul. Witosa 61D, w kooperacji z drukarnią KOLORAMI Kielce, ul. Magazynowa 6A. **Nakład:** 4600 egz.

Kontakt: redaktor.eskulap@gmail.com, tel. 507 001 724

Zdjęcia i grafiki wykorzystane w publikacji: stock.adobe.com: okładka: C Coetzee/peopleimages.com, s. 6 – елена калиничева , s. 7 markstudio2008, s. 11 grafik Monika Janiak, s. 16 polukarovaanna, s. 17 – VWeiner

UWAGA! Redakcja nie zwraca nadesłanych materiałów i zastrzega sobie prawo do skrótów, adiacji i zmiany tytułów. Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń.

Rejestr lekarzy: mgr Anita Dubiel – praktyki lekarskie, tel. 41 362 13 81, wew. 15, mgr Beata Kuprian – prawa wykonywania zawodu, tel. 41 362 13 81, wew. 22 oraz 41 362 15 40.

Prezes Okręgowej Rady Lekarskiej: dr n. med. Dorota Szyska-Skrobot.

Rzecznik Praw Lekarza: dr Urszula Chonin, dyżuruje w poniedziałki w godz. 14⁰⁰-16⁰⁰, tel. 661 313 309, [u.chonin@interia.pl](mailto:uchonin@interia.pl).

Pełnomocnik do spraw zdrowia lekarzy i lekarzy dentystów:

dr Włodzimierz Gajewski, tel. 604 639 805, e-mail: w.t.gajewski@op.pl.
Ewentualne spotkania – poniedziałki w godz. 12⁰⁰-14⁰⁰.

Rzecznik prasowy:

Dorota Pacholec, tel. 507 001 724



KONSEKWENCJE STRESU ZAWODOWEGO

Przy mnogości problemów związanych z polskim systemem opieki medycznej wynikających głównie z finansowania i sposobów jego zorganizowania zapomina się o zasadniczym i narastającym problemie dotyczącym nas – lekarzy. Statystyki publikowane w polskich i europejskich raportach są alarmujące. Z roku na rok zwiększa się odsetek osób wykonujących zawody medyczne doświadczających wypalenia zawodowego. Obciążenie pracą zawodową jest ogromne, a stres wynikający z zawodu potęgowany jest problemami źle funkcjonującego systemu. Te dwa czynniki: zmęczenie oraz stres stają się coraz częściej bodźcami wywołującymi syndrom wypalenia. Słyszemy o tym w rozmowach koleżeńskich, czytamy na łamach prasy branżowej, świadczą też o tym zgłaszane do nas problemy. Nie ma się co oszukiwać, widzą to również nasi pacjenci i bliscy. Konsekwencje wypalenia zawodowego lekarzy są na tyle poważne, że warto otwarcie przyrzeć się problemom, które zaczynają stawać się zjawiskiem typowym dla naszego środowiska.

W ostatnim czasie ruszyła realizacja programu finansowanego przez Unię Europejską. Ministerstwo Zdrowia uruchomiło platformę psychologdlamedyka.pl (odnośnik do platformy znajdują Państwo w publikowanym na stronie kodzie QR). Celem programu jest udzielanie wsparcia psychologicznego lekarzom i lekarzom denty stom oraz osobom wykonującym pozostałe zawody medyczne (pielęgniarkom, położnym, ratownikom, fizjoterapeutom, diagnostom laboratoryjnym i farmaceutom). Za pośrednictwem platformy można uzyskać specjalistyczną pomoc

m.in. w formie konsultacji i wizyt on-line i stacjonarnych. Rodzaje możliwych konsultacji to porady diagnostyczne, psychologiczno-diagnostyczne oraz indywidualne sesje terapeutyczne.

Jako świadomy problemów samorząd lekarski w odpowiedzi na zgłoszone przez koleżanki i kolegów potrzeby w niedalekiej przyszłości chcemy zorganizować w ramach naszego ośrodka szkoleniowego odpowiednie warsztaty. Ostatnie takie wydarzenie cieszyło się dużym zainteresowaniem uczestników, którzy nie szczędzili nam swoich pozytywnych opinii.

Zdając sobie sprawę ze znaczenia profilaktyki dla zdrowia i jakości życia zachęcam do zwrócenia uwagi na poruszone w bieżącym numerze zagadnienia dotyczące kwestii wypalenia zawodowego. Istotne jest dostrzeżenie problemu na indywidualnym poziomie, aby nie przeoczyć zapalającej się czerwonej lampki. Nasza praca powinna być dla nas źródłem satysfakcji i zadowolenia i tym większa będzie skuteczność terapeutyczna, im lepiej będziemy się czuć wykonując ją.

Dorota Szyska-Skrobot



foto: Lukasz Styczeń

Świętokrzyska Izba Lekarska informuje

Wprowadzony został nowy system umożliwiający dokonywanie wpłat składek członkowskich za pomocą odrębnych kont bankowych dla każdego członka izby. Dzięki takiemu rozwiązaniu składki członkowskie wpływające od Państwa będą widoczne w naszych systemach księgowych natychmiast po dokonaniu wpłaty. Indywidualne konto do odprowadzania składek na rzecz ŚIL nie dotyczy tych lekarzy, którzy opłacają składki za pośrednictwem pracodawcy.

Więcej szczegółów i możliwość wygenerowania unikatowego konta (wpisując swój numer Prawa Wykonywania Zawodu) na naszej stronie internetowej <https://www.sil.apsnet.pl/skladki-czlonkowskie>.

Przypominamy, że składka za dany miesiąc powinna wpłynąć na konto Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej w Kielcach do końca miesiąca, za który powstało zobowiązanie. W przypadku nieuregulowania składki w terminie automatycznie naliczane będą odsetki ustawowe.

Indywidualne numery kont dotyczą WPŁAT DOKONYWANYCH TYTUŁEM SKŁADKA CZŁONKOWSKA.

Pozostałe opłaty należy dokonywać na konto ogólne SIL. W przypadku wątpliwości prosimy o kontakt z Izbą, tel. 41 362 13 81 wew. 14 lub wew. 21, e-mail: skladki@sil.apsnet.pl

RZECZNIICY I SĘDZIOWIE

Z chwilą utworzenia samorządu lekarskiego powołano organy odpowiedzialności zawodowej: rzecznika i sąd lekarski. Przed utworzeniem izb rozstrzyganiem spraw w tym zakresie zajmowały się odwoławcze komisje kontroli zawodowej.

Okręgowy rzecznik odpowiedzialności zawodowej wybierany jest podczas okręgowego zjazdu lekarzy większością głosów i sprawuje swoją funkcję jednoosobowo, mając do pomocy zastępców i biuro.

Rzecznik:

1. zapoznaje się z wpływającymi pismami oraz wskazuje, w jaki sposób mają być załatwione;
2. odpowiada na pisma wpływające do biura i podpisuje pisma wychodzące;
3. rozdziela pracę między zastępców, a w szczególności przydziela im wpływające sprawy i nadzoruje ich pracę;

4. zwołuje narady w celach szkoleniowych i organizacyjnych;
5. dba o merytoryczne przygotowanie do prowadzenia spraw; wszczyna i prowadzi postępowania zgodnie z właściwością; powołuje biegłego (biegłych);
6. określa zakres opinii oraz termin jej wydania;
7. nadzoruje organizację i pracę biura i czuwa nad sprawnością i terminowością pracy; sporządza i przedstawia okręgowemu zjazdowi lekarzy roczne i kadencyjne sprawozdania, przed którym odpowiada.

Aby móc pełnić funkcję rzecznika, trzeba pracować w zawodzie przynajmniej 10 lat. Takie samo ograniczenie dotyczy również członków sądów lekarskich.

Zgodnie z artykułem 30 ustawy o izbach lekarskich okręgowy sąd lekarski:

1. rozpatruje sprawy z zakresu odpowiedzialności zawodowej;
2. analizuje protesty przeciwko ważności wyborów delegatów na okręgowy zjazd lekarzy;
3. składa roczne i kadencyjne sprawozdania z działalności przed okręgowym zjazdem lekarzy, przed którym odpowiada.

Okręgowy sąd lekarski orzeka na podstawie wniosku o ukaranie przedstawionego przez okręgowego rzecznika odpowiedzialności zawodowej w trzyosobowych składach podczas posiedzeń jawnych lub niejawnych w zależności od charakteru sprawy.

Rydwan

W imieniu wszystkich czworonożnych istot przedłużamy zbiórkę rzeczową. Do końca listopada do siedziby Izby można przynosić karmę, koce, zabawki, smycze itp., które na początku października rozdysponujemy do schronisk w naszym województwie.



KOMUNIKAT KOMISJI DS. PRAKTYK PRYWATNYCH ŚIL

Komisja ds. Rejestracji Praktyk Prywatnych ŚIL przypomina o obowiązku zgłaszania przez lekarzy i lekarzy dentyków wszelkich zmian danych objętych rejestrem w prowadzonych praktykach prywatnych w terminie 14 dni od dnia ich powstania, w szczególności w praktykach wykonywanych w zakładzie leczniczym (tzw.: praktyki „kontraktowe”).

Obowiązkiem lekarza i lekarza dentydy przed podjęciem działalności „kontraktowej” w nowym zakładzie leczniczym jest dokonanie wpisu tego „nowego” miejsca w RPWDL. Wpisu można dokonać w formie elektronicznej na platformie RPWDL. Działalność leczniczą można rozpocząć, zgodnie z art. 103 ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2023 r., poz. 991), dopiero po uzyskaniu wpisu do rejestru. W przypadku niezgłoszenia zmiany danych w terminie, o którym mowa wyżej, organ rejestrowy ma prawo w drodze decyzji administracyjnej

nałożyć na podmiot wykonujący działalność leczniczą karę pieniężną w wysokości do dziesięciokrotnego minimalnego wynagrodzenia za pracę określonego na podstawie przepisów o minimalnym wynagrodzeniu za pracę – art. 7 ust. 2 ustawy o działalności leczniczej.

W przypadku zaprzestania wykonywania działalności należy dokonać wykreślenia praktyki w rejestrze Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej. Rejestr ten jest jawny.

W razie pytań prosimy o kontakt telefoniczny: 41 362 13 81 wewn. 15, lub e-mailowy: rejestrpraktyk@sil.apsnet.pl.

Przewodniczący Komisji ds. Rejestracji Praktyk Prywatnych
Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej
dr n. med. Krzysztof Bidas

Wypalenie zawodowe – nowa epidemia?

O wypaleniu zawodowym mówi się coraz więcej. Nic dziwnego, skala problemu jest zatrważająca. Według różnych szacunków odsetek osób wykonujących medyczne zawody doświadczających objawów wypalenia zawodowego waha się od 30 do 70 procent!

Problemy związane z trudnościami życiowymi

Wypalenie zawodowe według obowiązującej wersji Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób ICD-10 zaliczane jest do kategorii „problemów związanych z trudnościami życiowymi”. W najnowszej wersji, ICD-11, wypalenie zawodowe opisane jest jako „syndrom zawodowy, znacząco wpływający na stan zdrowia”. Tym samym zjawisko to nie jest uznawane za jednostkę chorobową. Jednocześnie problem wypalenia zawodowego jest realny i wymaga odpowiednich działań. By je poznać, warto przyjrzeć się jego charakterystyce.

Wypalenie zawodowe w praktyce

Wypalenie zawodowe to „syndrom fizycznego i emocjonalnego wyczerpania, dystansowania się oraz obniżonych osiągnięć osobistych, które mogą występować u osób pracujących w określony sposób z ludźmi”. Zgodnie z tą definicją wypalona zawodowo osoba odczuwa nadmierne zmęczenie i wyczerpanie zawodowe. Jednocześnie brak jej możliwości regeneracji sił i uszczuplonych zasobów. Ten deficyt energii fizycznej i psychicznej oraz związana z nim pustka uczuciowa prowadzą do podejmowania działań dystansujących emocjonalnie i poznawczo od pracy. Z jednej strony działania te są reakcją na wyczerpanie, z drugiej, pełnią funkcję ochronną przed dalszą eksploatacją. Dystansowanie się

prowadzi z kolei do osłabienia relacji ze współpracownikami i do przyjęcia postawy apersonalnej, do dehumanizacji. Wkrada się cynizm, podatność na rozczarowanie, brak szacunku do pacjentów, a nawet awersja do osób, którym z założenia miało się nieść pomoc. Do tego osoba doświadczająca syndromu wypalenia zawodowego zaczyna negatywnie oceniać swoją pracę, wydajność, a wreszcie kompetencje. Pojawia się obniżone poczucie własnych dokonań oraz przekonanie, że wykonywana praca jest mało wartościowa, wręcz bezsensowna. Koszty psychologiczne ponoszone przez jednostkę są więc ogromne. Okazuje się, że ponosi je także pacjent: według metaanalizy z 2022 roku w przypadku osób wykonujących zawody medyczne zmagających się z wypaleniem zawodowym ryzyko podjęcia decyzji zagrażającej bezpieczeństwu pacjenta wzrasta dwukrotnie.

Jak pomóc osobie z syndromem wypalenia zawodowego?

Odpowiedź na to pytanie jest złożona, a adekwatne interwencje odnoszą się do czynników, które do wypalenia zawodowego prowadzą. A te można podzielić na: systemowe, związane ze specyfiką wykonywanego zawodu i indywidualne.

Czynniki systemowe

Wśród nich wymienia się niewystarczającą liczbą personelu medycznego



foto: Archiwum

i przeładowanie obowiązkami, silną biurokracją i często nieprzystające do realiów rozwiązania administracyjne, w dużej mierze pozostające poza sferą wpływu pojedynczego pracownika. Jednocześnie upatruje się w nich silny potencjał „wypalający”.

Czynniki specyficzne

Czynniki dotyczące specyfiki wykonywanego zawodu – np. praca o charakterze pomocowym, w trybie zmianowym, nocne dyżury, nadgodziny – podlegają już nieco większym modyfikacjom ze strony lekarzy. Na tyle, na ile jest to możliwe, warto przeorganizować tryb pracy i ograniczyć jego negatywne dla zdrowia fizycznego i psychicznego skutki związane m.in. z dysregulacją rytmu dobowego czy nieadekwatnym, nadmiarowym zaangażowaniem w wykonywanie obowiązków.

Czynniki indywidualne

Z jednej strony można je rozpatrywać w kategorii strategii prewencyjnych, z drugiej zaś jako zachowania wspierające przy wypaleniu zawodowym. Do pierwszej z nich zaliczamy dbanie o właściwą aktywność fizyczną, dietę,

OKIEM EKSPERTA

KRZYK ROZPACZY ORGANIZMU

wypoczynek, praktykowanie uważności, treningów relaksacyjnych, oddechowych, medytację, dbanie o relacje interpersonalne w życiu zawodowym i osobistym oraz budowanie adaptacyjnych strategii regulowania emocji i radzenia sobie ze stresem zawodowym. Działania indywidualne w obliczu wypalenia zawodowego powinny opierać się na poszukiwaniu adekwatnego wsparcia – czasem wystarczy wsparcie od najbliższych, wsparcie koleżeńskie w miejscu pracy, niekiedy zaś potrzebna jest specjalistyczna pomoc ze strony psychologa, psychoterapeuty czy psychiatry, zwłaszcza gdy stan wypalenia zawodowego się przedłuża. Urlop czy inna przerwa od pracy nie przyniosą poprawy stanu psychofizycznego medyka, jeśli nie podejmie on określonych działań modyfikujących dotychczasowy sposób pracy i postawy wobec niej. Tym bardziej że możliwość regeneracji sił w stanie wypalenia zawodowego pozostaje mocno ograniczona. W przeciwnym razie, to znaczy w sytuacji, gdy po urlopie medyk wraca do dotychczasowych, niezmiennych zasad funkcjonowania i trybu pracy, istnieje ryzyko, że objawy wypalenia zawodowego się nasilą.

Konsekwencje w szerszej perspektywie

Choć kryteria diagnostyczne wypalenia zawodowego precyzują, że doświadczane w związku z tym syndromem objawy ograniczają się do obszaru zawodowego, to jednak przy braku adekwatnej pomocy mogą prowadzić do zaburzeń nastroju, np. depresji. Brak wsparcia psychologicznego przeciążonych lekarzy, szczególnie tych pracujących z pacjentami w ciężkim stanie klinicznym, bezpośrednio obcujących ze śmiercią, może także sprzyjać rozwojowi wtórnego zespołu stresu pourazowego (STSD), który szczególnie wymaga oddziaływań terapeutycznych – ze strony psychotraumatologa, psychoterapeuty oraz psychiatry.

Magdalena Florek

Do katalogu chorób cywilizacyjnych śmiało można dodać kolejną – wypalenie zawodowe. A może to już nie choroba, tylko po prostu znak czasów? Krążą teorie, że wypalenie jest tożsame ze znudzeniem wykonywanymi obowiązkami. I często ta przypadłość jest właśnie w taki sposób definiowana.

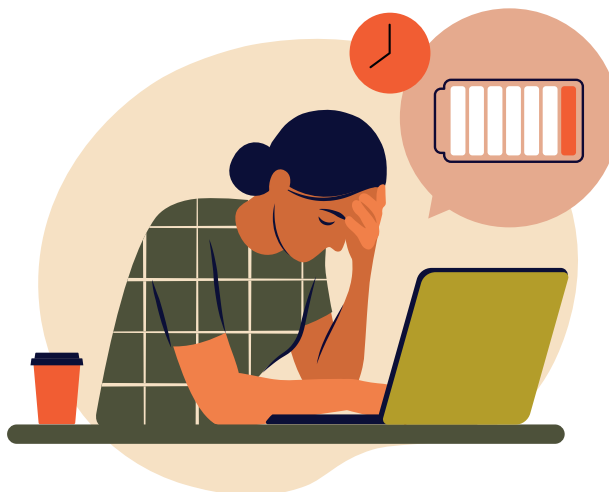
Ale gdyby tylko o znużenie chodziło, można byłoby w sumie machnąć na nie ręką, bo kto z nas nie doświadczył poczucia, że to, co kiedyś sprawiało mu frajdę, już nie budzi takiego entuzjazmu jak dotychczas.

No więc krótko – NIE, wypalenie to nie znudzenie. Wypalenie zawodowe to dysfunkcja organizmu, który doszedł do ściany i nie jest w stanie wykrzesać

i kalendarzem. Ale w tym przypadku fraza „na pozór” to klucz do wypalenia. Ono bowiem nie pojawia się znikąd. Wysyła wcześniej masę sygnałów ostrzegawczych. Najpierw to subtelne alerty, niczym SMS-y z centrum powiadamiania kryzysowego. Potem włączają się głośniejsze sygnały, jak kolejna drzemka, za sprawą której poirytowany budzik



foto: Archiwum



z siebie ani jednej więcej iskry. To tak jak gdybyśmy przekręcając kluczyk w stacyjce, słyszeli tylko zgrzyty i trzaski, a auto stałoby niczym słup soli.

W przypadku wypalenia to właśnie jeden ze stanów, całkowita obojętność, indyferencja, która pojawia się na pozór bez jakiegokolwiek uprzedzenia i przejmuje kontrolę nad człowiekiem, nad jego myślami, ciałem

stara się nas poderwać na równe nogi. Następnie to już cięższa artyleria, jak czujnik czadu, który wydaje przeraźliwie gwizdy, a potem to już niemal race dymne i hukowe. Ale natura ludzka ma to do siebie, że lubi wypierać to, co dla niej niewygodne. I w tym przypadku też wypiera.

Organizm, który stoi na progu wypalenia, objawia to za pomocą licznych

symptomów, począwszy od lżejszych, a skończywszy na fali, której można się już tylko poddać. Mogą to być np. bóle głowy (ale te składa się na karb niewyspania), kłopoty żołądkowe (bagatelizowane, bo przecież przy szybkiej konsumpcji niezdrowych dań to „normalne”), drżenie rąk, kołatanie serca, problemy z koncentracją, obniżony nastrój, ale to wszystko wrzuca się zazwyczaj do wspólnego worka o nazwie „nerwica”. No a kto nie ma nerwicy w dzisiejszych czasach. Praktycznie każdy, więc nie ma się czym przejmować. Wrzuci się do torebki

taki czy inny suplement i wszystko będzie OK.

Niestety drogą na skróty nie dojdzie się do upragnionego celu, a co najwyżej na bagienne tereny, z których trudno się wydostać, dlatego jedynym skutecznym wyjściem jest po prostu się tam nie zapuszczać.

Można nakleić na ranę najdroższy, najbardziej zaawansowany plaster o leczniczych właściwościach, ale jeśli tej rany wcześniej się nie oczyści, to i takie technologiczne чудо nie pomoże wyzwaniu. Podobnie jest w przypadku wypalenia, i to na każdym polu,

bo choć termin wiązany na ogół z pracą zawodową, to może zawitać w każdej sferze życia, nawet w prywatnych relacjach.

A zatem, dokładnie tak jak w przypadku każdej innej choroby, lepiej zapobiegać niż leczyć. I jeśli organizm przeciążony stresem, niedospaniem, ciągłym wyścigiem, presją i rywalizacją zaczyna wysyłać sygnały ostrzegawcze, to warto te wiadomości odczytać, zanim pochopnie się je „skasuje”.

dr Ksenia Buglewicz

Wypełnij TEST i sprawdź, czy wypalenie zawodowe dotyczy Ciebie

Istnieje kilka narzędzi wspierających rozpoznanie syndromu wypalenia zawodowego. Niektóre z nich są powszechnie dostępne, np. Maslach Burnout Inventory (MBI) czy Oldenburg Burnout Inventory (OLBI). Poniżej znajduje się lista przykładowych pytań diagnostycznych:

Odpowiedz na poniższe pytania, zaznaczając pasującą do Ciebie odpowiedź, gdzie określona wartość oznacza:

- 1 – zdecydowanie się zgadzam
- 2 – zgadzam się
- 3 – nie zgadzam się
- 4 – zdecydowanie się nie zgadzam

- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| • Są takie dni, kiedy czuję się zmęczony/-a, jeszcze zanim wyjdę do pracy | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Coraz częściej zdarza się, że negatywnie wypowiadam się na temat swojej pracy | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Po pracy potrzebuję więcej czasu niż kiedyś, żeby się zrelaksować i odpocząć | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • W czasie pracy często czuję się wyczerpany/-a emocjonalnie | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Czasami robi mi się niedobrze na myśl o pracy | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Ostatnio coraz mniej myślę w swojej pracy i zaczynam wykonywać ją prawie automatycznie | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Po pracy zazwyczaj czuję się wyczerpany/-a i zużyty/-a | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Obawiam się, że ta praca czyni mnie niewrażliwym/niewrażliwą emocjonalnie | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Bezpośrednia praca z ludźmi jest dla mnie zbyt stresująca | 1 | 2 | 3 | 4 |
| • Sądzę, że osoby, z którymi mam kontakty zawodowe, obciążają mnie odpowiedzialnością za niektóre ze swoich problemów | 1 | 2 | 3 | 4 |

Jeśli w przynajmniej połowie pytań Twoja odpowiedź brzmi „zgadzam się” lub „zdecydowanie się zgadzam”, warto zasięgnąć porady specjalisty: psychologa, psychiatry w celu weryfikacji, czy aktualnie doświadczane stany spełniają kryteria zespołu wypalenia zawodowego. Co więcej, zespół ten należy zróżnicować z określonymi jednostkami chorobowymi takimi jak zaburzenia adaptacyjne, zaburzenia nastroju (m.in. depresja), zaburzenia lękowe czy wtórny zespół stresu pourazowego (STSD). W tym celu należy skonsultować się z psychiatrą i/lub przeprowadzić diagnozę psychologiczną.

Opracowała Magdalena Florek



Innowacyjny zabieg chirurgów naczyniowych w WSzZ w Kielcach

Chirurdzy naczyniowi z Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego w Kielcach przeprowadzili innowacyjny zabieg tętniaka łuku aorty u pacjentki, która z powodów obciążeń kardiologicznych nie kwalifikowała się do zabiegu tradycyjnego. Operacja wewnątrznaczyniowa przy zabezpieczeniu kardiologicznym trwała 4,5 godziny. Podczas zabiegu z niewielkich dostępów do naczyń obwodowych wprowadzili stentgraft z odnogami do tych trzech prawidłowych odgałęzień łuku aorty. Klasycznie operacja wykonywana jest na otwartej klatce piersiowej. Kielce są piątym miastem w Polsce (po Warszawie, Szczecinie, Opolu i Wrocławiu), gdzie przeprowadzono tego typu zabieg.



Nowy oddział rehabilitacji w szpitalu we Włoszczowie

28 września w szpitalu we Włoszczowie dokonano uroczystego otwarcia nowego oddziału rehabilitacji. Składa się on z 15 sal dwuosobowych z łazienkami, izolatki oraz świetlicy. Oddział wyposażony jest w nowoczesny sprzęt do rehabilitacji i ćwiczeń. Przy realizacji inwestycji wartej 4 mln 200 tysięcy zł korzystano ze współfinansowania z UE, które wyniosło 2,5 mln. Obecna na otwarciu Prezes Okręgowej Rady Lekarskiej Dorota Szyska-Skrobot w krótkim przemówieniu pogratulowała władzom szpitala i oddziału.



fot: Materiał prasowy ZOZ Włoszczowa



fot: Materiał prasowy ZOZ Włoszczowa



Operacje raka jelita grubego w szpitalu w Czerwonej Górze

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Św. Rafała w Czerwonej Górze jako jedna z pierwszych placówek w województwie świętokrzyskim wprowadza małoinwazyjną metodę operacyjnego leczenia nowotworu jelita grubego z wykorzystaniem robota. To zabiegi znacznie mniej obciążające dla pacjentów, a zarazem dające nieporównywalnie lepsze rezultaty. Chirurgia robotyczna stanowi rozwinięcie i odmianę chirurgii laparoskopowej. Pozwala na operowanie pacjentów z precyzją niemożliwą do osiągnięcia ludzkimi rękoma. Zabiegi wykonywane są z pomocą konsoli, która oddalona jest od stołu operacyjnego i która steruje pracą ramion robota. Jak wyjaśnił lek. Jerzy Majewski z Oddziału VI Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej, ruchy wykonywane przez operatora za pomocą dżojstików przekazywane są elektronicznie na ramiona robota i końcówki narzędzi chirurgicznych. Operatorowi robota towarzyszy asystent, który uzbraja ramiona robota w narzędzia i wprowadza je do brzucha pacjenta. Wykorzystanie najnowocześniejszej technologii w trakcie operacji eliminuje ruchy mimowolne operatora i zapewnia większy zakres ruchu niż fizjologiczne ruchy ręki człowieka. To przekłada się na wybitną precyzję. Rozpoczęcie zabiegów na pacjentach poprzedzone jest kilkuetapowym szkoleniem. Kurs obejmuje treningi na symulatorze, e-learning, wykłady i trening na zwłokach. Na początku zabiegi wykonywane są pod okiem preceptora, czyli doświadczonego chirurga zajmującego się od lat chirurgią robotyczną.



Zagnańsk ma zmodernizowany ośrodek zdrowia

W pierwszych dniach października zakończył się kompleksowy remont ośrodka zdrowia w Zagnańsku. Po 12 miesiącach prac ośrodek ma windę, nowy dach, wymienione drzwi oraz okna. Przeprowadzono również prace termomodernizacyjne i wymieniono starą kotłownię. Ośrodek nie był remontowany od 30 lat. Szczególnie istotnym elementem było dostosowanie budynku do potrzeb osób niepełnosprawnych. Inwestycja była współfinansowana ze środków UE, a jej przeprowadzenie w znaczny sposób poprawi jakość i dostępność opieki medycznej. Pacjenci i personel placówki nie kryją zadowolenia.



Nowi w „Samorządzie”

19 i 20 września w siedzibie Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej dokonano uroczystego wręczenia Praw Wykonywania Zawodu Lekarza i Lekarza Dentysty. Stażystom wydano łącznie 123 prawa wykonywania zawodu. Wręczenie praw poprzedziła krótka prelekcja Prezes Okręgowej Rady Lekarskiej



fot. Archiwum ŚÍL

Doroty Szyski-Skrobot na temat organizacji i funkcjonowania samorządu lekarskiego. Oprócz złożenia życzeń i gratulacji Prezes zwróciła uwagę na znaczenie kształcenia i pogłębiania zdobytej już wiedzy w zawodzie lekarza oraz istotność zachowywania zasad etyki lekarskiej. Dodatkowym elementem spotkania była prezentacja radcy prawnego Pawła Strzelca, specjalizującego się w sprawach bezpieczeństwa wykonywania zawodu lekarza, który wprowadził świeżo upieczonych stażystów w kwestie obowiązkowego i dobrowolnego ubezpieczenia odpowiedzialności cywilnej. Na spotkaniu obecni byli przedstawiciele funkcjonującego w Izbie Zespołu Młodych Lekarzy.



Nowy rok akademicki na UJK oficjalnie zainaugurowany



fot. Archiwum ŚÍL

30 września gościliśmy na Uniwersytecie Jana Kochanowskiego, gdzie zainaugurowany został nowy rok akademicki 2023/24 w uroczystej oprawie muzycznej w wykonaniu chóru Antidotum pod batutą prof. UJK Ewy Robak. Inaugurację rozpoczął Pochód Rektorski, w którym uczestniczyli członkowie Senatu UJK, dziekani wydziałów oraz filii UJK, byli rektorzy uniwersytetu oraz rektorzy innych uczelni. Na czele pochodu znaleźli się przedstawiciele obecnych władz

z rektorem prof. dr. hab. Stanisławem Głuszkim. Podczas wydarzenia obecni byli również przedstawiciele administracji rządowej i samorządowej oraz osoby reprezentujące instytucje nauki, edukacji, kultury i biznesu. Nie brakło także delegatów służb mundurowych. Na inaugurację licznie zgromadziła się również społeczność akademicka. Uroczystość była wyjątkowa również ze względu na towarzyszące jej nadanie tytułu doktora honoris causa prof. dr. hab. n. med. Marii Siemionow, specjalistce z zakresu mikrochirurgii, chirurgii ręki, nerwów obwodowych oraz transplantologii. Profesor Maria Siemionow zyskała światową sławę, wykonując nowatorski kompleksowy przeszczep twarzy w 2008 roku w USA (więcej na ten temat na str. 13)



Program profilaktyki zakażeń wirusem RSV u wcześniaków w WSZ

Już w październiku w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Kielcach uruchomiono realizację programu immunizacji, czyli profilaktyki zakażeń wirusem RSV u wcześniaków, w którym szpital na Czarnowie uczestniczy od 5 lat. Program polega na podawaniu wcześniakom urodzonym przed 33 tygodniem przeciwciał monoklonalnych. Grażyna Pazera, kierownik Klinicznego Oddziału Neonatologii w WSZ, szacuje, że w tym roku z programu skorzysta około 80 dzieci, podkreślając, że dzieci uczestniczące w programie są skutecznie chronione przed ciężkimi infekcjami układu oddechowego wywołanymi przez RSV. Ze względu na wysokie koszty uczestnictwa (20 tys. za pełną immunizację) do programu kwalifikowane są dzieci z określonej grupy.



Z ostatniej chwili...

11 października 2023 jedna z naszych lekarek – Danuta Barańska została Laureatką Nagrody Wojewody Świętokrzyskiego „Czyste Serce 2023”. Serdecznie gratulujemy!



fot. Archiwum

PROBLEM NIEDOCENIANY CZY MAŁO ZNANY?

Pierwotne niedobory odporności

Jesień jako okres przejściowy charakteryzuje się wzrostem infekcji. Szczególnie narażeni na nie są pacjenci z pierwotnymi niedoborami odporności. Pierwotne niedobory odporności (PNO) lub inaczej: wrodzone błędy odporności stanowią niejednorodną grupę schorzeń układu odpornościowego, charakteryzującą się zaburzeniami jego funkcji, co prowadzi do przewlekłych i nawracających zakażeń układu oddechowego i innych narządów oraz wiąże się z dużym ryzykiem rozwoju chorób nowotworowych, autoimmunizacyjnych i alergicznych. Pierwotne niedobory odporności wywoływane są przez wady genetyczne, ale zdarzają się też mutacje de novo.

Problemy epiemiologii

Początkowo sądzono, że PNO występują bardzo rzadko. Ostatnie badania wykazały jednak, że jako grupa zaburzenia te są bardziej rozpowszechnione niż pierwotnie sądzono. Szacuje się, że występować one mogą u 1 na 1200 – 2000 osób. Aktualnie opisanych zostało około 500 zaburzeń spowodowanych nieprawidłowym funkcjonowaniem komórek lub białek układu odpornościowego. Głównym źródłem danych epidemiologicznych na temat PNO są rejestry pacjentów. Dane te bazują tylko na przypadkach zdiagnozowanych i są w związku z tym niedoszacowane. Na podstawie tych danych można przyjąć szacunkowo, że około 6 mln pacjentów w skali światowej cierpi na PNO. Około 70–80% pacjentów w całej Europie jest niezdiagnozowanych. W związku z tym można ocenić, że w Polsce z powodu PNO cierpi ponad 20 tys. osób, ale tylko nieco ponad 5 tys. to przypadki zdiagnozowane.

Objawy, przebieg, rokowania

Wspólnym mianownikiem dla opisywanych chorób pomimo pewnych różnic są: nawracające infekcje, choroby nowotworowe i autoimmunizacyjne. Dominującymi objawami są nawracające, odporne na długotrwałą terapię zakażenia, często wywołane przez drobnoustroje, które w warunkach prawidłowej odporności nie są drobnoustrojami chorobotwórczymi. Pamiętać jednak należy o zróżnicowanym przebiegu

infekcji od bardzo ciężkich, które występują już w pierwszych miesiącach życia i pozwalają na wczesne postawienie rozpoznania, do łagodnych, ze stopniowo narastającymi objawami. I to właśnie u tych pacjentów dochodzi do rozwoju powikłań, a rozpoznanie stawiane jest często u dorosłej osoby, która uważana była za zdrową. Do innych objawów należą zakażenia skóry, tworzenie się ropni czy upośledzone gojenie ran. W PNO obserwuje się zjawiska alergiczne, naczynioruchowe, mikroangiopatie, limfadenopatie, hepatosplenomegalie, małopłytkowość i neutropenię, wady serca, problemy z płodnością, choroby płuc i przewodu pokarmowego. Ryzyko rozwoju nowotworów w niektórych PNO jest nawet kilkadziesiąt razy wyższe niż w populacji bez zaburzeń immunologicznych. Brak właściwego rozpoznania i odpowiedniego leczenia są przyczyną ciężkich, zagrażających życiu zakażeń oraz nieodwracalnych powikłań jak rozstrzenie oskrzeli czy włóknienie płuc. Manifestacją zaburzeń immunologicznych w układzie oddechowym może być granulocytarno-limfocytarne śródmiąższowe zapalenie płuc (GLILD). Główną przyczyną zgonów osób z PNO są przede wszystkim powikłania infekcyjne. Właściwie leczone dzieci z PNO osiągają pełnoletniość i wymagają następnie wielodyscyplinarnego leczenia hematologicznego, reumatologicznego, pulmonologicznego, alergologicznego i onkologicznego. Podkreślić jeszcze raz należy, że pacjenci chorujący na PNO wymagają wielospecjalistycznej

opieki lekarskiej, ze względu na wielochorobowość, co wymaga zaangażowania w proces leczniczy i współpracy specjalistów różnych dziedzin. Organizowanie wielodyscyplinarnych zespołów poprawiłoby znacznie jakość opieki nad chorymi z PNO.

Problemy diagnostyki

Według dr hab. n. med. Sylwia Kołtan konsultanta krajowego w dziedzinie immunologii klinicznej opóźnienie diagnostyczne w Polsce u dzieci wynosi średnio około 5 lat. U dorosłych te wskaźniki są jeszcze gorsze – średnie opóźnienie przekracza 11,5 roku, a u niektórych chorych nawet 20 lat. Pierwotne niedobory odporności mogą wystąpić w każdym wieku. Pierwsze opisy tych chorób dotyczyły dzieci, jednak dzięki rosnącemu doświadczeniu medycznemu PNO rozpoznaje się obecnie zarówno u nastolatków, jak i osób dorosłych. Według danych Jeffrey Model Foundation pierwotne niedobory odporności rozpoznawane są najczęściej w grupie wiekowej 5–19 lat (38%), co ciekawe jednak, nawet 22% PNO rozpoznawanych jest dopiero powyżej 40 roku życia. Wynika to częściowo z faktu, że niektóre z tych zaburzeń, takie jak pospolity zmienny niedobór odporności (CVID) i selektywny niedobór IgA, mogą objawiać się klinicznie dopiero w wieku dorosłym. Zbyt niska liczba rozpoznań wynika również z braku finansowania podstawowych badań immunologicznych w ramach POZ, braku finansowania badań genetycznych (wielokrotnie niezbędnych do postawienia

W rozpoznawaniu pierwotnych niedoborów odporności pomocna jest lista objawów ostrzegawczych, które sugerują chorobę. Po stwierdzeniu co najmniej dwóch z powyższych objawów pacjent powinien zostać skierowany z podejrzeniem PNO do immunologa.

10 OBJAWY OSTRZEGAWCZYCH

U OSÓB DOROSŁYCH:

1. ≥ 2 zapalenia ucha w ciągu roku
2. ≥ 2 zapalenia zatok przynosowych w ciągu roku u osoby bez alergii
3. 1 zapalenie płuc rocznie przez >1 rok
4. Przewlekła biegunka z utratą masy ciała
5. Nawracające zakażenia wirusowe (przeziębienia, zakażenie wirusami *Herpes*, HPV)
6. Nawracająca konieczność stosowania antybiotykoterapii dożylną
7. Nawracające ropnie głębokie skóry lub narządów wewnętrznych
8. Przewlekające się zakażenie grzybicze
9. Zakażenie prątkami atypowymi
10. Występowanie w rodzinie pierwotnego niedoboru odporności.

10 OBJAWÓW OSTRZEGAWCZYCH

U DZIECI:

1. 4 lub więcej nowych zakażeń ucha w ciągu roku
2. 2 lub więcej nowych zakażeń zatok w ciągu roku
3. 2 lub więcej zapaleń płuc w ciągu roku
4. Nieprzybieranie na wadze lub zahamowanie prawidłowego rozwoju dziecka
5. Stosowanie antybiotyków przez 2 miesiące lub dłużej z niewielkim efektem
6. Uporczywe pleśniawki w jamie ustnej lub zakażenia grzybicze na skórze
7. 2 lub więcej zakażeń tkanek głębokich, w tym sepsa
8. Nawracające, głębokie ropnie skóry i innych narządów
9. PNO w wywiadzie rodzinnym
10. Konieczność stosowania antybiotyków dożylnych do leczenia zakażenia

rozpoznania PNO) i niskiej świadomości społeczeństwa dotyczącej PNO. Konsekwencją takiego stanu jest niedodiagnozowanie tego typu chorób, szczególnie wśród dorosłych, i co za tym idzie – ograniczona dostępność do leczenia substytucyjnego immunoglobulinami. Kluczem do sukcesu w procesie diagnostycznym jest rola lekarzy pierwszego kontaktu. Dopiero kolejnym etapem są coraz bardziej szczegółowe badania laboratoryjne. Wczesne wykrycie choroby przynosi korzyści zarówno dla pacjenta, jak i jego rodziny. Szybkie rozpoznanie to wczesne wdrożenie leczenia, co pozwala na uniknięcie powikłań, ewentualną zmianą stylu życia, uwzględnienie ryzyka choroby genetycznej przy planowaniu rodziny. Tylko wczesne rozpoznanie pozwala zapobiec powikłaniom.

Leczenie pacjentów z PNO

Wybór metody uwarunkowany jest zdiagnozowanym podtypem choroby. Podstawową metodą terapii większości PNO, w których dochodzi do zaburzeń produkcji przeciwciał własnych, jest leczenie substytucyjne preparatami immunoglobulin, trwające z reguły całe życie. W Polsce leczenie substytucyjne

prowadzone jest ramach dwóch programów lekowych: dla dzieci i dla osób dorosłych. Wdrożenie zastępczej terapii immunoglobulinami pozwala zapobiegać powikłaniom oraz umożliwia prowadzenie aktywnego trybu życia. W leczeniu wykorzystywane są preparaty immunoglobuliny ludzkiej zawierające przeciwciała przeciwko licznym patogenom. Wykorzystywane są trzy rodzaje immunoglobulin: jeden do podawania dożylnego oraz dwa do podawania podskórnego.

Najważniejsze – wiedzieć

Zwiększeniu świadomości na temat PNO służy Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niedoborami Odporności „Immunoprotect”. Na stronie internetowej stowarzyszenia można znaleźć historie zarówno dorosłych jak i rodziców dzieci chorych na PNO oraz adresy ośrodków prowadzących leczenie. W Kielcach pacjentów dorosłych, z podejrzeniem PNO można kierować do Poradni Immunologicznej w Świętokrzyskim Centrum Onkologii, pacjentów do 18 roku życia – do Poradni Immunologicznej dla Dzieci przy Oddziale Hematologii i Onkologii Dziecięcej.

Porozmawiajmy naukowo o PNO

Aby przybliżyć tematykę pierwotnych niedoborów odporności u dzieci oraz osób dorosłych, mam przyjemność zaprosić wszystkich zainteresowanych tą tematyką na spotkanie naukowe pt. **Pierwotne niedobory odporności w codziennej praktyce klinicznej**, które odbędzie się w siedzibie Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej **9 grudnia 2023 r. o godzinie 10**. Wśród poruszanych zagadnień: *Czerwone flagi w rozpoznawaniu PNO w praktyce lekarza pediatry* – dr n. med. **Beata Wolska-Kuśnierz**, *Drugi do rozpoznania pierwotnego niedoboru odporności w codziennej praktyce lekarza internisty* – dr n. med. **Dariusz Sołdacki**, *Prezentacja przypadków* – dr n. med. **A. Stelmach-Gołdyś**, dr n. med. **B. Garus** oraz dyskusja. O szczegółach będziemy informować w mediach społecznościowych i stronie internetowej ŚIL.

Agnieszka Stelmach-Gołdyś



Egzaminy LEK i LDEK do poprawki

8 września 2023 roku Prezydium Naczelnej Rady Lekarskiej (NRL) podjęło stanowisko o Lekarskim i Lekarsko-Dentystycznym Egzaminie Końcowym. W stanowisku podkreślono, że dotychczasowa formuła egzaminów nie spełnia swojej roli rzetelnego weryfikowania poziomu przygotowania do zawodu i jakości kształcenia. Zdaniem Prezydium NIL problem stanowi baza pytań z ich ograniczoną liczbą. Samorząd lekarski zauważa konieczność modyfikacji bazy pytań przy jednoczesnym usunięciu z niej wariantów odpowiedzi. Dodatkowo zdaniem Prezydium NIL ważnym elementem zmiany powinna stać się zasada jednokrotnego wykorzystywania bazy pytań. Problem wydaje się palącym w kontekście wzrostu liczby uczelni niemedycznych kształcących studentów na kierunkach medycznych, co przy ograniczonej możliwości weryfikowania poziomu ich kształcenia w przyszłości skutkować będzie znaczącym spadkiem jakości świadczeń medycznych.



Pozorna wygrana przed bitwą?

9 września Minister Edukacji i Nauki w porozumieniu z Ministrem Zdrowia podpisał rozporządzenie odnoszące się do jednego z postulatów planowanego na 30 września protestu lekarzy. Rozporządzenie dotyczy zmiany w obszarze standardów kształcenia na kierunkach medycznych. Zmiany w znaczący sposób mają poprawić jakość kształcenia lekarzy, lekarzy dentyistów, farmaceutów, pielęgniarek, położnych, pracowników diagnostyki laboratoryjnej, fizjoterapeutów i ratowników medycznych. Standardy mają obowiązywać od roku akademickiego 2024/2025. Rozporządzenie wprowadza konieczność zwiększenia wymiaru zajęć praktycznych (w tym również z nauczania klinicznego), a zakres efektów kształcenia obejmować ma również obszar umiejętności komunikacyjnych w relacji z pacjentem, rodziną pacjenta oraz komunikacji zespołowej. Rozporządzenie wprowadza obowiązkowy egzamin standaryzowany (OSCE) na szóstym roku studiów na kierunkach lekarskich oraz na piątym roku studiów na kierunku lekarsko-dentystycznym. Wskazuje również zalecaną wielkość grupy do maksymalnie 5 studentów, a w sytuacji, gdy nie jest to możliwe, do 8 studentów. Minimalne liczby godzin w toku studiów na kierunkach medycznych to: nauki morfologiczne – 270, naukowe podstawy medycyny – 465, nauki przedkliniczne – 525, nauki behawioralne i społeczne z elementami profesjonalizmu i komunikacji, z uwzględnieniem idei humanizmu w medycynie – 240, nauki kliniczne niezabiegowe – 1120, nauki kliniczne zabiegowe – 940, prawne i organizacyjne aspekty medycyny – 90, praktyczne nauczanie kliniczne na VI roku studiów – 900, praktyki zawodowe – 600. Rozporządzenie wzbudza jednak wiele kontrowersji. Zdaniem rezydentów wskazana liczebność grup w praktyce jest większa niż w starych standardach nauczania i oznacza obniżenie jakości kształcenia praktycznego.



Nowelizacja ustawy refundacyjnej

Pod koniec września resort zdrowia odniósł się do pojawiających się wątpliwości dotyczących ustawy z 17 sierpnia 2023 r. o zmianie ustawy o refundacji leków, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. poz. 1938). Po 1 listopada 2023 należy pacjentowi wydać leki na maksymalnie 120-dniowy okres terapii, a kolejna realizacja może nastąpić po ¼ tego okresu, czyli 90 dniach. Warto pamiętać, że najpóźniej od 1 marca 2024 r. zacznie obowiązywać zasada, że obliczenia ilości produktu leczniczego, środka spożywczego specjalnego przeznaczenia żywieniowego lub wyrobu medycznego przeznaczonego do wydania pacjentowi dokonywać będzie system teleinformatyczny, o którym mowa w art. 7 ust. 1 ustawy z dnia 28 kwietnia 2011 r. o systemie informacji w ochronie zdrowia. W praktyce oznacza to, że system teleinformatyczny najpóźniej 1 marca 2024 r. obejmie zadania automatycznych wyliczeń. Ministerstwo obiecuje, że system rozpocznie pracę przed zakładanym terminem.



Protest

30 września odbył się protest lekarzy organizowany przez Ogólnopolski Związek Zawodowy Lekarzy oraz Porozumienie Rezydentów. Pod Ministerstwem Zdrowia stawiało się kilkuset młodych lekarzy. Protestujący zwracali uwagę na jakość edukacji medycznej w Polsce, która ich zdaniem jest niewystarczająca. Podkreślali również aspekt niewłaściwego zarządzania systemem opieki zdrowotnej w Polsce oraz warunki i jakość pracy lekarzy. Jednym z kluczowych postulatów protestujących było wprowadzenie założenia o finansowaniu ochrony zdrowia na poziomie minimum 9% PKB. Na manifestacji obecni byli również przedstawiciele Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej.



Wzrost zachorowań na cholereę na świecie

WHO opublikowało raport z danymi dotyczącymi statystyk cholery. W 2022 roku na tę chorobę zapadło 472697 pacjentów, co stanowi wzrost o 25% względem roku 2021. W Europie w ubiegłym roku odnotowano 51 przypadków, z czego niemal połowę w Wielkiej Brytanii (23), we Francji i Szwecji po 7 przypadków, a w Niemczech 6. Dane za rok 2023 wskazują na kontynuowanie trendu wzrostowego. Na początku października 24 kraje zgłosiły ogniska zapalne tej choroby. W związku z tym zawieszono dotychczas stosowany standard szczepionek dwudawkowych, zastępując je schematem jednodawkowym. Dodatkowo WHO zaapelowała o kwotę 160,4 mln USD na walkę z cholera w ramach realizowania globalnego planu strategicznej gotowości i reagowania. Dotychczas w latach 2022–2023 uwolniono na walkę z chorobą kwotę 16,6 mln USD.

Triumf medycyny na UJK

500 prac naukowych, 120 publikacji książkowych, naukowy nadzór nad 4 publikacjami zbiorowymi oraz autorstwo 8 patentów. 30 września 2023 roku podczas uroczystej inauguracji roku akademickiego Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach prof. Maria Siemionow otrzymała tytuł doktora honoris causa naszej kieleckiej uczelni.

Naukowy rozwój

Prof. Maria Siemionow ukończyła studia na Wydziale Lekarskim Akademii Medycznej w Poznaniu. W 1985 roku obroniła doktorat z nauk medycznych, a w 1992 uzyskała tytuł doktora habilitowanego. Wyemigrowała do Stanów Zjednoczonych do Louisville w stanie Kentucky w ramach stypendium naukowego Instytutu Christine Kleinert. Szybko dała poznać się jako wybitny naukowiec i specjalista i już w 1955 roku objęła kierownictwo nad oddziałem chirurgii plastycznej i mikrochirurgii w Klinice Kolegium Medycyny w Cleveland w stanie Ohio, gdzie od 2005 roku jest profesorem wydziału chirurgicznego.



foto: Materiał prasowy UJK

Pierwszy zakończony sukcesem przeszczep twarzy w USA

W 2008 roku prof. Siemionow dokonała pierwszej w Stanach Zjednoczonych udanej transplantacji twarzy. Podczas trwającej 22 godziny operacji pod jej nadzorem 8 chirurgów rekonstrukcyjnych, 2 transplantologów, 4 anestezjologów i ponad 30-osobowy zespół pielęgniarek i personelu pomocniczego dokonał przeszczepu allograftu o całkowitej powierzchni 535 cm³ (nos, powieki dolne, wargi, skóra, mięśnie, kości, dolna ściana oczodołu, obydwie kości jarzmowe, przednia część szczęki górnej z zębodołami, przednia część podniebienia twardego, tętnice, żyły oraz nerwy). Dzięki tej operacji pacjentka odzyskała funkcje twarzy w 2011 roku.

Humanizm a innowacje w medycynie

Podczas swojego wykładu prof. Maria Siemionow przedstawiła dotychczasowy dorobek naukowy oraz wy-

niki swoich badań odnoszących się do nowych terapii komórkowych w transplantologii opartych na komórkach chimerycznych w modelu fuzji ex vivo, które w przyszłości mogą być źródłem wzbudzania tolerancji w transplantologii oraz ograniczenia skutków ubocznych immunosupresji (uszkodzenia nerek, wątroby, szpiku kostnego, neurotoksyczność, infekcje, cukrzyca, nekroza głowy kości udowej, guzy, utrata włosów). Szczególną uwagę zwróciła na kwestie humanizmu i etyki w medycynie, przywołując słowa Hipokratesa Primum non nocere i podkreślając, że innowacje w transplantologii wymagają przygotowania społeczeństwa i naukowo-etycznej debaty.

Świętokrzyska Izba Lekarska angażuje się w życie Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach. Na zaproszenie Okręgowej Rady Lekarskiej, pod-

czas spotkania w siedzibie izby w czerwcu, prof. Stanisław Głuszek przedstawił plany dotyczące inicjatywy utworzenia szpitala uniwersyteckiego. W efekcie spotkania Okręgowa Rada Lekarska ŚIL w Kielcach przedstawiła stanowisko popierające działania władz uniwersytetu w tym kierunku.

PK



KONGRES KULTURY I HISTORII LEKARSKIEJ

Od 8 do 10 września „Eskulap” oraz przedstawiciele Zespołu ds. Kultury: Urszula Chonin, Iwona Skubida i Maciej Młodnicki gościliśmy w Opolu na Kongresie Kultury i Historii Lekarskiej, podczas którego lekarze prezentowali swój dorobek artystyczny. Kongres okazał się fantastycznym wydarzeniem zorganizowanym z artystycznym rozmachem i ze spektakularnym wręcz bogactwem towarzyszących mu spotkań, warsztatów i pokazów. Podczas Kongresu odbyło się również wyjazdowe posiedzenie Prezydium NRL oraz spotkanie Konwentu Prezesów Okręgowych Rad Lekarskich wraz z otwartym posiedzeniem Krajowej Komisji Wyborczej.

Dobry wieczór w Opolu!

W uroczystości otwarcia Kongresu licznie uczestniczyli przedstawiciele samorządów lekarskich z całej Polski oraz przedstawiciele Naczelnej Rady Lekarskiej. Obecni byli m.in. prezes NRL Łukasz Jankowski, wiceprezesi NRL Mateusz Kowalczyk i Klaudiusz Komor, sekretarz NRL Grzegorz Wrona, skarbnik NRL Grzegorz Mazur, członkowie Prezydium NRL Halina Borgiel-Marek i Dariusz Samborski, przewodniczący Naczelnego Sądu Lekarskiego Jacek Miarka i Naczelny Rzecznik Odpowiedzialności Zawodowej Zbigniew Kuzyszyn. Gości w imieniu organizatorów i gospodarzy powitał Jarosław Wanecki, kierownik Ośrodka Kultury i Dziedzictwa Historycznego Naczelnej Rady Lekarskiej (NRL) a także Jolanta Smerkowska-Mokrzycka, prezes Okręgowej Rady Lekarskiej w Opolu.

Leczyć czy pisać?

Jednym z wydarzeń organizowanych podczas Kongresu było spotkanie literackie prowadzone przez Waldemara Hładkę – Prezesa Unii Polskich Pisarzy

Lekarzy, który podkreślał, że twórczość literacka stanowi swoiste dopełnienie pracy zawodowej, jako dwie uzupełniające się sztuki. O swoich pisarskich doświadczeniach opowiadały również Joanna Matlachowska-Pala i Agnieszka Kania, prezentując fragmenty swoich utworów poetyckich i prozatorskich.

Na spotkaniu odbyła się także premiera książki – zbioru prac laureatów 12. edycji Ogólnopolskiego Konkursu Literackiego „Przychodzi wena do lekarza”.



Z dystansem do samych siebie

W godzinach wieczornych 8 września uczestnicy Kongresu mieli okazję uczestniczyć w występie kabaretu

Okręgowej Izby Lekarskiej w Łodzi. Występ kabaretu Bąk był widowiskiem, które składało się z krótkich form estradowych i miał formę spontanicznej i improwizowanej rozrywki. Inteligentny humor raz po raz powodował wybuchy śmiechu na widowni.



„Wczoraj” to już historia

Podczas Kongresu, 9 września, spotkali się również miłośnicy historii medycyny. W ramach „Medycznych spotkań z Historią” odbyły się dwie sesje wykładowe: „Wykład autorytetów” (prowadzący prof. Krzysztof Siemianowicz oraz Krzysztof i Zbigniew Kopicieński) i „Oblicza działalności historycznej okręgowych izb lekarskich” (prowadząca prof. Halina Ey-Chmielewska). Podczas swojej prelekcji prof. Eugeniusz Kucharz apelował do historyków, aby nie tworzyć mitów osiągnięć polskiej medycyny, lecz skupiać

się na historycznej prawdzie. Dr Jacek Kotuła (prezes ORL w Zielonej Górze) podarował uczestnikom egzemplarze monografii pt. „Środowisko lekarskie w kształtowaniu Rzeczypospolitej”.

Szczerze o kulturze



Również 9 września z wielką uwagą i zaangażowaniem uczestniczyliśmy w spotkaniu przedstawicieli komisji i zespołów ds. kultury Okręgowych Rad Lekarskich i redaktorów naczelnych oraz dziennikarzy wydawanych przez ORL biuletynów informacyjnych i gazet. Podczas dyskusji podsumowano osiągnięcia poszczególnych izb lekarskich stanowiących istotny wkład w krzewienie kultury tworzonej przez lekarzy. Debata umożliwiła nie tylko wymianę doświadczeń uczestniczącym w niej przedstawicielom samorządów lekarskich, ale stworzyła również przestrzeń do szukania odpowiedzi na trudne pytanie: co dalej z kulturą?

Ceramika, fotografia, rzeźba i malarstwo

Podczas trwania Kongresu można było również podziwiać prace plastyczne autorstwa lekarzy. W Miejskiej Bibliotece Publicznej została zorganizowana wystawa fotografii podróżniczych autorstwa Jolanty Smerkowskiej-Mokrzyckiej („Fotografia po godzinach – natura i kultura”), rzeźby Stanisława Mysiaaka ze Śląskiej Izby Lekarskiej („Sculpto ergo sum”), a w Alei Gwiazd Festiwalu Opolskich na rynku

zrealizowano wystawę prac plenerów organizowanych przez Lubelską Izbę Lekarską w Kazimierzu nad Wisłą. Prace malarskie z plenerów w ośrodku Jowisz” w Turawie można było natomiast podziwiać w foyer Teatru im. Jana Kochanowskiego w Opolu.

Koncert, koncert, koncert...

Kulminacyjnym wydarzeniem Kongresu był koncert chórów lekarskich z udziałem gościa specjalnego – Stanisława Soyki. W porywającym, niezwykle energetycznym i wzruszającym wydarzeniu wzięło udział 11 chórów lekarskich. Próby i warsztaty chórów, w których z ogromnym zapałem uczestniczył nasz reprezentant Maciej Młodnicki, realizowane były równoległe do innych imprez Kongresu. Niewątpliwie koncert potwierdził kunszt i profesjonalizm lekarzy chórzystów. Podczas swoich krótkich występów (każdy chór wykonywał dwa utwory) usłyszeliśmy szlagiery polskiej sceny muzycznej. Wypełniona po brzegi widownia Teatru im. Jana Kochanowskiego nagrodziła artystów owacją na stojąco. Jednym z najbardziej wzruszającym momentem koncertu było wywołanie na scenę prof. nauk medycznych Jerzego Woy-Wojciechowskiego, wybitnego pianisty i kompozytora. Profesora poproszono na scenę



po wykonaniu przez chór Opolskiej Izby Lekarskiej kompozycji jego autorstwa pt. „Goniąc kormorany”. Obchodzącemu swoje 90. urodziny profesorowi odśpiewaliśmy wszyscy „Sto lat”. Podczas recitalu Stanisława Soyki nie zabrakło osobistych anegdot artysty na temat jego relacji z lekarzami. Mamy nadzieję, że na kolejnym Kongresie usłyszemy również występ niedawno powołanego chóru Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej.



Kultura pisana wielką literą

Kongres w Opolu potwierdził ogromną skalę potencjału artystycznego środowiska lekarskiego w Polsce. Udowodnił również, że zawód lekarza wiąże się z niezwykłą wrażliwością osób go wykonujących. Cieszymy się i dziękujemy za wzruszenia, jakich doświadczyliśmy, będąc jego gośćmi. Szczególne podziękowania należą się organizatorom i wszystkim osobom zaangażowanym w przygotowanie Kongresu. Zorganizowanie tak wielkiego artystycznego przedsięwzięcia z udziałem tak wielu gości i z ogromną liczbą wydarzeń mu towarzyszących stanowiło zapewne duże wyzwanie, z którym zarówno organizatorzy, jak i gospodarze poradzili sobie w sposób perfekcyjny.

Tekst i zdjęcia: DP/MK

Medycyna przez wieki (cz. III)

W Salerno koło Neapolu ok. 850 r. powstała pierwsza świecka niearabska szkoła medyczna, która nawiązywała do nauk Hipokratesa. Łączyła wiedzę Wschodu i Zachodu. Studia obejmowały 3 lata nauki logiki, 5 lat nauki medycyny i 1 rok praktyki u lekarza. Kształcili się tu również kobiety. Szkoła działała aż do 1811 r.

Znaczącą postacią w historii naszej cywilizacji był Awicenna (Abu-Ali al-Husayn ibn-Sina, 918-1037). Nadworny perski lekarz, filozof, przyrodnik, astronom i poeta. Oprócz 450 ksiąg obejmujących prawie całą ówczesną wiedzę napisał ok. 1030 r. wielkie pięciotomowe dzieło filozoficzno-medyczne „Al-Quanun” (*Kanon medyczny*). Przetłumaczono je na wiele języków (miało m.in. 30 wydań łacińskich) i posługiwano się nim przez stulecia. Awicenna nazywany jest ojcem nowoczesnej medycyny.

Po podboju Ziemi Świętej przez Seldżuków w 1070 r. powstał masowy ruch wypraw krzyżowych i pielgrzymek do Ziemi Świętej. Dla zapewnienia opieki rannym i chorym uczestnikom wypraw tworzone były duchowne i szpitalne zakony rycerskie. Niektóre z nich przetrwały do naszych czasów: lazaryci, joannici (maltańscy), bożogrobcy, duchacy, Krzyżacy. Najstarszym zakonem zgromadzeniem pielęgnacyjnym były siostry augustianki we wzorowo prowadzonym paryskim szpitalu Hotel Dieu (powstał w 651 r.). Tam też w 1630 r. utworzono pierwszy w historii oddział położniczy. Drugim wiodącym ośrodkiem położniczym był Berlin. Tam pracowała Justine Siegemundin (1648-1705). Napisała pionierskie dzieło na podstawie własnych doświadczeń: *Nadzwyczaj potrzebne pouczenia o porodach trudnych i z niewłaściwym ułożeniem płodu*. Opracowała „podwójny chwyt” przy poprzecznym ułożeniu płodu. Jej pierwszym miejscem pracy jako akuszerki była Legnica (*Liegnitz*).

O polskiej medycynie można mówić dopiero po przyjęciu chrześcijaństwa

w 966 r. Dotąd pomoc chorym opierała się na leczeniu ludowym i pogańskich wierzeniach. Dzięki pojawieniu się zakonu joannitów (Kawalerowie Maltańscy) stworzono szkoły klasztorne i pierwsze hospicja (1030 r.). Duże zmiany w zakonnych ośrodkach medycznych w całej Europie przyniósł reformatorski ruch zapoczątkowany w klasztorze w Cluny w XI wieku. Opiekę nad chorymi uznano za zakłócanie spokoju monastycznego. Hospicja zostały przejęte od klasztorów przez świeckich obojga płci, którzy przekształcili się stopniowo w tercjarzy (trzeci zakon).

Kolejną znakomitą postacią związaną z medycyną był urodzony w Kor-

dobie Majmonides (Mosze ben Majmon) (1135-1204). Był najstojniejszym spośród żydowskich lekarzy działających w świecie islamu. Zrobił wielką karierę jako nadworny lekarz sułtana Saladyna. Omówił w swych pismach zagadnienia dietetyki, higieny, pierwszej pomocy, trucizn i ogólną problematykę medyczną, przede wszystkim jednak zajmował się filozofia.

Jedynym lekarzem, który został papieżem, był Pedro Julião (1210-1277), urodzony w Lizbonie syn lekarza, który studiował w Paryżu i w Sienie. Napisał wiele tekstów medycznych. Dostarczył m.in. systematycznego opisu chorób umysłowych i chorób oczu. Wybrany został w 1276 r. jako 187 papież, przybrał imię Jan XXI. Zmarł po roku panowania, przygnieciony zapadającym się sufitem w pałacu w Viterbo, który sam projektował.

Jerzy Krzewicki



„Nic piękniejszego nad niebo,
które przecież ogarnia wszystko, co piękne”

M. Kopernik



Rok 2023 jest rokiem kopernikowskim. W tym roku bowiem obchodzimy 550 rocznicę urodzin Mikołaja Kopernika, wybitnego historyka, politologa, prawnika, urzędnika, dyplomaty, kanonika, lekarza, astronoma, matematyka, ekonomisty, stratega, kartografa i filologa, określanego mianem naukowca wszechczasów. Z tej okazji prezentujemy twórczość naszych lekarzy inspirowaną jego postacią i nawiązującą do życia i osiągnięć tego znakomitego Polaka.

...Wjechaliśmy do Fromborka i gdy zobaczyłam okalające go mur i górującą na miastem katedrę, coś się we mnie poruszyło – to na pewno miejsce, które wywrze na mnie niezapomniane wrażenie. Spojrzałam na wznoszący się wyżej kościół z czerwonej cegły i czas jakby się cofnął. Wciąż tu mieszka Mikołaj Kopernik. Patrzy w gwiazdy, robi obliczenia, wyliczenia. To przecież jego pasja. Czuje, że po to zszedł na Ziemię, aby zanegować niedorzeczny pogląd, że jesteśmy centralnym punktem Wszechświata. Nad naszymi głowami chodzi Słońce, Księżyc i kilka planet. Gwiazdy mrugają do nas i w bezchmurną noc oświetlają nam drogę. Jacy jesteśmy ważni. Wszystko dla nas stworzył Bóg i dał nam – ludziom panowanie nad Ziemią. Czyż to nie powód do dumy? Raczej do zarozumiałstwa – chciałoby się dodać.

A może Ziemia nie stoi na wielkim żółwiu ani nie trzyma jej na ramionach potężny Atlas? Jakby trzymał, musiałby się na czymś opierać. Na czym? Znaczy, że jest coś jeszcze pod tym Atlasem. A tam, gdzie kończy się Ziemia, co jest? Nic? Coś? Co to jest nicość? Bo przecież nie piekło. Piekło jest pod nami. Czy takie właśnie pytania zadawał sobie Mikołaj Kopernik? Nie interesowały go wyłącznie filozoficzne dywagacje na ten temat, ale chciał się przekonać, czy to da się matematycznie udowodnić. W zakresie dociekania prawdy jestem do niego podobna. Chyba dlatego, że urodziłam się tak samo jak wielki odkrywca 18 lutego...

...O godzinie 22 pojechaliśmy do obserwatorium. Jest ono poza miastem, aby światła z domostw nie rozpraszały rozgwieżdżonego nieba. Szliśmy nieoświetloną ścieżką do miejsca, gdzie jest teleskop. Do tego z Arceibo w żaden sposób nie przystaje, ale jak na oczekiwania moje i całej grupy, spełnia je w nadmiarze. Pan Ernest wycelował teleskop na Saturna i wszyscy po kolei patrzyli przez niego na planetę szóstą od Słońca. To niesamowite zobaczyć ją taką, jak na wielu publikowanych zdjęciach. Żółciutka, a wokół pierścienie. Oglądać zdjęcia, a zobaczyć planetę żywą, przez teleskop to zupełnie inne wrażenie. To tak samo jak z człowiekiem. Oglądać jego zdjęcie, a zobaczyć w naturze. Dla mnie to było wielkie przeżycie. I nie ma to znaczenia, że na astronomii się nie znam i nie potrafię nazwać żadnej gwiazdy. Ważne jest, że na nie patrzę.

Poczułam się nagle mała, maluteńka, pyłek w kosmosie. Co znaczą moje sprawy, niepokoje, lęki wobec takiego ogromu nieogarnionego przez żadne teleskopy na Ziemi? Nic. Zero. Nul. A jednak w jakiś sposób jestem ważna. To było niesamowite, duchowe przeżycie. Patrzeć i poczuć jedność z całym Wszechświatem. Ten Saturn i jego pierścienie były mi bliskie i wydawało mi się, że mogę wyciągnąć rękę i dotknąć je. W obserwatorium doświadczyłam wprost mistycznego przeżycia.

Irena Paździerz

Fragment „Dzienników”, Frombork, lipiec 2018 rok

Poemat

Człowiek Renesansu geniusz Wszechświata
wszechstronny talent i wykształcenie
na zawsze zmienił obraz Kosmosu
najbardziej cenił "królową nauk"
a astronomia to jego hobby
tajniki wiedzy Ptolemeusza
z geocentryczną teorią
poznawał w uczonych księgach
przeczuwał błędy w teorii...

...wzruszona intuicja podpowiadała
gwiazdy to nie Anioły
żyją w gromadach i umierają
Słońce to nieruchomy twór Kosmosu
cały w koronie jak możnowładca
a Ziemia krąży ze swym Księżycem
i się obraca przy własnej osi
nadał planetom właściwe miejsca
obliczył drogę z Ziemi na Księżyc
to wydarzenie w historii świata
w historii nauki...

...zakazana księga i zakazana miłość
Anna Schilling była jego słońcem
iskrą do życia i do działania
dla niej zbudował altankę w Fromborku
otuliła ją bluszczem
biskup warmiński ostrzegał
ona zbyt piękna i posągowa
musi opuścić dom kanonika
tajemna czułość zmieniała miejsca
odwiedzała go nadal
kiedy był już w gwiazdach

żyjesz Mikołaju w naszych myślach
dla Ciebie kwiat nazwany
pierwiastek 112 Cn, planetoida 1322
gwiazda w zbiorze Raka 55 Cancri
krater na księżycu i Marsie
i wiele wiele twoich pomników

Barbara Kocela

fragmenty poematu

Izba po godzinach

II Rajd na start

30 września odbył się zorganizowany przez ŚIL II rajd na start, dla nowych członków, którzy w tym roku zostali skierowani na staże podyplomowe. W rajdzie uczestniczyło ok. 20 osób. Młodzi lekarze wraz z przewodnikiem PTTK Pawłem Wojasem wyruszyli spod szpitala w Czerwonej Górze przez kamieniołom Zygmontówka, a następnie leśnymi szlakami przeszli przez górę Patrol, Słowik, górę Biesak, Pierścienicę aż do Dworku Binkowski. Uczestnikom podczas rajdu dopisywał humor, a po pokonaniu 17 km trasy – również i apetyt. Zwieńczeniem rajdu był grill, podczas którego członkowie działającego w Izbie Zespołu Młodych Lekarzy rozmawiali ze stażystami na tematy, które zawsze trapią lekarza rozpoczynającego pracę w zawodzie, m.in. jakie są realia pracy i czym się kierować przy wyborze specjalizacji.

DK



fot: Archiwum ŚIL

pozytywnych emocji. Na razie w chórze ŚIL występuje 9 lekarzy. O próbach i występach naszego chóru będziemy informować na bieżąco w naszych mediach społecznościowych, na stronie internetowej oraz na łamach „Eskulapa”. Zapraszamy do zasilenia grona chórzystów i trzymamy kciuki za dalszy rozwój artystyczny.

Wizyta na UJK

6 września członkowie Zespołu ds. Lekarzy Emerytów i Rencistów gościli na wydziale medycznym na Uniwersytecie Jana Kochanowskiego w Kielcach. Podczas wizyty uczestnicy spotkania usłyszeli wiele ciekawostek na temat uczelni, jej historii, bieżących i przyszłych planów kieleckiego Collegium Medicum. Przewodnicząca Zespołu ds. Lekarzy Emerytów i Rencistów podkreślała, że spotkaniu towarzyszył duch serdeczności i ciepła atmosfera, dzięki której w wyraźny sposób można było odczuć solidarność zawodową.



fot: Archiwum ŚIL

Niezwykły spacer

21 października lekarze w towarzystwie Krzysztofa Myślińskiego, przewodnika Muzeum Historii Kielc, udali się na wyjątkowy spacer po Cmentarzu Starym w Kielcach.



fot: nadestane DK

Głosy pilnie poszukiwane

W Świętokrzyskiej Izbie Lekarskiej z inicjatywy Macieja Młodnickiego – przewodniczącego Zespołu ds. Kultury powstał chór. Premierowy występ odbył się w czerwcu tego roku. Podczas próby, w której uczestniczyliśmy na początku października, mieliśmy możliwość zobaczyć na własne oczy i usłyszeć na własne uszy, jak wielką pasją dla naszych lekarzy może być śpiewanie. Niezwykle ambitny repertuar dobierany przez chórzystów i prowadzącą chór Edytę Bobryk śpiewany jest wspólnie z Chórem Garnizonowym. Lekarze chórzyci z ogromnym zaangażowaniem uczestniczą zarówno w próbach, jak i wspólnych koncertach. Maciej Młodnicki oraz pozostali artyści zachęcają do podjęcia wyzwania i zasilenia swoimi głosami chóru ŚIL. Ambicją chórzystów jest rozwinięcie tej inicjatywy, która zdaniem Marka Czerwatego stwarza okoliczności artystycznego spełnienia, twórczej odskoczni od trudów wykonywanej profesji i wyzwala ogrom

Wspominano sylwetki pochowanych na nim przedstawicieli medycyny kieleckiej. Zatrzymywano się i zapalano znicze na mogiłach zmarłych lekarzy. Były tam zarówno okazałe pomniki nagrobne z XIX i początków XX w., jak i skromne mogiły z lat późniejszych. Wśród tych najstarszych na próżno szukać nagrobków kobiet lekarek. Pierwsze, które się pojawiły w Kielcach, powstały już w XX wieku. Spacer wspomnień to tradycyjny już sposób na odkrywanie i upamiętnianie lekarzy, którzy odeszli. Uczestnikom spaceru towarzyszyła atmosfera zadumy.

Zespół ds. kultury zaprasza

Zespół ds. kultury Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej serdecznie zaprasza koleżanki i kolegów lekarzy do Izby w dniu 24 listopada b.r. o godz. 16 na spotkanie autorskie z dr Dariuszem Kaźmierczakiem, specjalistą chorób dziecięcych, który zaprezentuje swoją najnowszą książkę pt. „Musisz iść”. Spotkaniu towarzyszyć będzie krótki recital w wykonaniu Magdaleny Surmy (wokalistka) i Rocha Dobrowolskiego (wiolonczela, pianino). Również już dzisiaj zapraszamy na spotkanie z pisarką Ałbeną Grabowską, dr nauk medycznych w dziedzinie neurologii, które odbędzie się w naszej Izbie w styczniu 2024. O tym wydarzeniu będziemy informować na łamach „Eskulapa”, na stronie internetowej oraz w mediach społecznościowych.

Wystawa fotografii Jacka Stypuły

Od 26 października w siedzibie Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej można podziwiać fotografie artystyczne autorstwa dr. n. med. Jacka Stypuły. Wśród nich obrazy czarno-białe i kolorowe ukazujące świat widziany oczami artysty.



KONFERENCJA 18.11.2023

JESZCZE INFORMACJA, CZY JUŻ REKLAMA?

KOMPLEKSOWO O REKLAMIE W MEDYCYNIE

TEORETYCZNIEM I PRAKTYCZNIEM

PRAWO



JOANNA ANDRZEJEWSKA

Prawnik, dyrektor Śląskiej Izby Lekarskiej. Prawo w reklamie dla lekarzy w praktyce. Co jest zakazane a co dopuszcza polski porządek prawny i etyka lekarska w marketingu medycznym.

godz. 9.00

godz. 9.45
BUFET KAWOWY

GRAFIKA
SOCIAL MEDIA



KATARZYNA KABAŁA

Właścicielka firmy marketingowej, graficzna. Specjalistka ds. mediów społecznościowych, identyfikacji wizualnej, stron www. Prezentacja praktycznych narzędzi i rozwiązań marketingu w przestrzeni internetowej.

godz. 11.00

godz. 11.15
BUFET KAWOWY

MARKA
OSOBISTA



MACIEJ ORŁOŚ

Aktor filmowy i telewizyjny, dziennikarz i prezydent telewizyjny. Praktyczne wskazówki i analiza narzędzi kreowania wizerunku i marki osobistej.

godz. 13.30

godz. 14.30
LUNCH

Limit uczestników: 50 osób

Zgłoszenia: recepcja@sil.apsn.net.pl, tel. 41 362 13 81

Świętokrzyska Izba Lekarska
ESKULAP
ŚWIĘTOKRZYSKI



POMOC SOCJALNA DLA CZŁONKÓW ŚIL:

- pożyczki (maksymalna kwota pożyczki długoterminowej 25.000 zł, karencja 1 miesiąc, oprocentowanie pożyczki długoterminowej w skali roku wynosi 4%)
- częściowa rekompensata za uzyskanie specjalizacji lub stopnia naukowego (wniosek o wypłatę należy składać w terminie 12 miesięcy od dnia uzyskania dyplomu specjalisty, stopnia naukowego lub dokumentu potwierdzającego nadanie tytułu naukowego profesora)
- zapomogi losowe przyznawane w związku z trudną sytuacją losową
- zapomogi pośmiertne (po zmarłym lekarzu) – wniosek o wypłatę należy złożyć nie później niż 24 miesiące po śmierci lekarza
- jednorazowy zasiłek z tytułu urodzenia lub przysposobienia dziecka (wniosek o zasiłek należy składać w terminie 12 miesięcy od daty narodzin dziecka lub uprawomocnienia się postanowienia o przysposobieniu)

Warunkiem przyznania pomocy socjalnej: pożyczek, rekompensat, zapomóg czy zasiłków jest regularne opłacanie składek członkowskich.

INTERDYSCYPLINARNIE ZNACZY WIĘCEJ

Interdyscyplinarne szkolenia dla lekarzy różnych specjalności i lekarzy dentyistów organizowane pod patronatem Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej są już tradycją. Poprzednie konferencje cieszyły się dużym zainteresowaniem ze strony lekarzy różnych specjalności. Tematem spotkania, które odbyło się 7 października 2023 r., była „Nadwrażliwość na leki, zapalenie w chorobach przewodu pokarmowego i leczenie w stomatologii”.

Uczestnicy

Z nadwrażliwością na leki czy działaniami niepożądanymi po zastosowaniu leku u pacjenta spotyka się lekarz szpitalnego oddziału ratunkowego, specjalista medycyny rodzinnej, lekarz w gabinecie prywatnym, lekarz dentysta, lekarz w szpitalu oraz alergolog w poradni alergologicznej. Temat spotkania dotyczył więc lekarzy wielu specjalności. W konferencji uczestniczyło 51 osób, głównie z Kielc i województwa świętokrzyskiego, ale również z województwa mazowieckiego i Podlasia. Byli wśród nich interniści, specjaliści gastroenterolodzy, lekarze rodzinni, pediatrzy alergolodzy, alergolodzy, endokrynolodzy, radiolodzy, pulmonolodzy, lekarze dentyści i chirurdzy szczękowi.

Tematyka poruszanych zagadnień

Pierwszy wykład: „Postępowanie w nadwrażliwości na leki. Alergia w stomatologii” wygłosiła dr n. med. Grażyna Sławeta, specjalista alergologii, dermatologii i Immunologii klinicznej z Powiatowego Centrum Usług Medycznych w Kielcach ul. Żelazna 35; Poradnia Alergologiczna. Temat istotny, ponieważ reakcje nadwrażliwości na leki stanowią nie więcej niż 6–10 % działań niepożądanych. Stanowią jedną z najczęstszych przyczyn wstrząsu

anafilaktycznego i odpowiadają za prawie 40 % związanych z nim zgonów. Niepożądane działania na leki występują u około 10 % populacji ogólnej. Reakcje alergiczne powstają po podaniu leku, który chory wcześniej już otrzymywał i na który jest w stanie reagować (substancja czynna; vehiculum; substancja konserwująca). Niekiedy uczula produkt metabolizmu leku. Druga część wykładu dotyczyła alergii w stomatologii: na leki znieczulenia miejscowego (1 %), leki znieczulające ogólnie, leki i dodatki stomatologiczne oraz alergii kontaktowej na metale, materiały protetyczne, masy wyciskowe, lateks, paraformaldehyd i inne oraz alergii zawodowej personelu medycznego (lekarzy, pielęgniarek stomatologicznych, protetyków stomatologicznych). Kolejne wykłady wygłosili: dr hab. n. med. Maciej Sikora, specjalista chirurgii szczękowo-twarzowej, Szpital MSWiA w Kielcach, Kierownik Oddziału; Konsultant Wojewódzki ds. chirurgii szczękowo-twarzowej – „Iniekcje dostawowe pacjentów zaburzeniami stawów skroniowo-żuchwowych”, dr Joanna Lesicka specjalista gastroenterologii, Przychodnia ARS-MED. „Gastro”, Poradnia Gastroenterologiczna z Pracownią Endoskopii i Pracownią badań Czynnościowych Przewodu Pokarmowego w Ostrowcu Świętokrzyskim – „Pułapki diagnostyczno-terapeutyczne



foto: Archiwum

Dr n. med. Grażyna Sławeta specjalista alergologii, dermatologii i immunologii klinicznej, w latach 2002–2016 Konsultant Wojewódzki w dziedzinie alergologii

w chorobie refluksowej przełyku – oporna pozaprzełykowa czy eozynoflowe zapalenie przełyku?” oraz dr n. med. Krzysztof Bartosz, specjalista gastroenterologii, Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Gastrolog”, Konsultant Wojewódzki ds. gastroenterologii – „Przewlekłe zapalenie żołądka”. Wszystkie wykłady były bardzo ciekawe, praktyczne, bogato ilustrowane zdjęciami, jak i własnymi badaniami wykładowców. Bez wątpienia zdobyte wiadomości przydadzą się i mogą mieć zastosowanie w praktyce lekarskiej, chirurgii szczękowej i dentystrycznej. Lekarze, którzy brali udział w szkoleniu, wyrazili duże zainteresowanie tematyką sesji, podkreślali rangę wykładowców oraz zwracali uwagę na aspekty praktyczne szkolenia.

O organizacji

Na pomysł zorganizowania konferencji o tej tematyce wpadła dr n. med. Grażyna Sławeta już w marcu 2022 r. Pierwszym krokiem było zweryfikowanie potrzeby zorganizowania szkolenia

i pozyskanie wykładowców. Następnie należało ustalić datę, przygotować plan i program konferencji, zaproszenia i obmyśleć sposoby informowania o wydarzeniu. Informacja o tej konferencji ukazała się dwukrotnie na łamach „Eskulapa Świętokrzyskiego”, na profilu w mediach społecznościowych oraz na tablicy ogłoszeń w Izbie. Na konferencję można było zgłaszać się już od drugiej połowy sierpnia. Organizatorka osobiście zaangażowała się w promowanie konferencji, wysyłając zaproszenia do oddziałów szpitali w naszym województwie. Świętokrzyska Izba Lekarska udostępniła salę konferencyjną, pomogła w wydrukowaniu zaproszeń, zabezpieczyła również catering i pomoc w trakcie samej konferencji. Na frekwencję niewątpliwie miało również wpływ to, że tego samego dnia odbywały się 3 inne spotkania szkoleniowe (m.in. w Warszawie i Łodzi).

Konkluzja

Aktualnie wiele materiałów informacyjnych, wykładów i innych źródeł wiedzy dostępnych jest w przestrzeni internetowej. Warto jednak zwrócić uwagę, na to, że szkolenia „na żywo” mają dodatkową wartość dodaną. Lekarze mogą wymieniać poglądy; uzyskać wskazówki/konsultacje do dalszego postępowania z trudnym pacjentem, jak również spotkać się z koleżanką i dawno niewidzianym kolegą.

Opracowała dr n. med.
Grażyna Sławeta

Zasady postępowania w nadwrażliwości na leki zawarte są w Wytycznych Sekcji Nadwrażliwości na Leki Polskiego Towarzystwa Alergologicznego z grudnia 2017r. pod redakcją prof. dr hab. n. med. Marka L. Kowalskiego, dr hab. n. med. Joanny Glück; dr hab. n. med. Joanny S. Makowskiej, współautorstwa dr n. med. Grażyny Sławety, ukazały się w *Alergologii Polskiej* (2018;5,1:1-61).

Ortodoncja i zaburzenia czaszkowo-żuchwowe

29 września w ośrodku szkoleniowym naszej izby odbyło się szkolenie dotyczące zagadnień stomatologicznych pt. „Ortodoncja funkcjonalno-estetyczna w aspekcie zaburzeń czaszkowo-żuchwowych i rehabilitacja w ujęciu holistycznym”.



foto: Archiwum SiL

Szkolenie miało charakter zajęć warsztatowych. Przygotowała je Elżbieta Chichłowska-Bieniek. W warsztatach licznie uczestniczyli lekarze dentyści z terenu całego naszego województwa, aktywnie angażując się w zajęcia, które prowadziły Małgorzata Kulesza-Mrowiecka oraz Barbara Czerwińska-Niezabitowska. W sposób szczegółowy omówiono m.in. tematykę zaburzeń



foto: Archiwum SiL

czaszkowo-żuchwowych wraz z fizjoterapią stomatognatyczną i dysfunkcje stawu skroniowo-żuchwowego. Własnymi doświadczeniami uczestnicy mogli podzielić się podczas niezwykle żywej dyskusji, w trakcie której prowadzące zajęcia odpowiadały na liczne pytania.

O wytycznych sanepidu u źródła

24 października zrealizowaliśmy szkolenie dla lekarzy prowadzących prywatne praktyki lekarskie, gabinety, przychodnie etc. Podczas szkolenia pracownik stacji sanitarno-epidemiologicznej w Kielcach przybliżyła praktyczne aspekty wymagań, jakim powinny odpowiadać pomieszczenia i urządzenia podmiotu świadczącego usługi medyczne. Istotnym elementem spotkania było wyjaśnienie, na czym polega i jak realizowany jest nadzór sanitarno-epidemiologiczny nad placówkami wykonującymi działalność leczniczą.

Plany

W niedalekiej przyszłości chcemy zorganizować szkolenia dla lekarzy planujących zarejestrowanie prywatnej praktyki lekarskiej obejmujące zagadnienia dotyczące obligatoryjnych procedur rejestrowych w izbach lekarskich oraz aspekty księgowo i podatkowe działalności gospodarczej świadczącej usługi medyczne. O szczegółach informować będziemy na stronie www, w mediach społecznościowych i na łamach „Eskulapa Świętokrzyskiego”.



foto: Archiwum

Specjalnie dla „ESKULAPA ŚWIĘTOKRZYSKIEGO”

Serdecznie Państwa zapraszam na spotkanie, które odbędzie się 18 listopada w ramach konferencji. Porozmawiajmy o reklamie, marce osobistej, promocji w mediach społecznościowych i skutecznej walce z banowaniem i hejtowaniem.

*Do zobaczenia!
Maciej Ortoś*

Benefis Macieja A. Zarębskiego

23 września 2023 roku w Zagnańsku na ziemi kieleckiej Świętokrzyskie Towarzystwo Regionalne zorganizowało w Ośrodku Świętokrzyskich Mateczników Polskości uroczyste obchody 80-lecia urodzin i 60-lecia działalności publicznej Macieja A. Zarębskiego, prezesa Towarzystwa i szefa Krajowej Rady Mateczników. Najważniejszą częścią imprezy była promocja kolejnej (75. już) książki autorskiej benefisanta – 4. cz. „Wojaże po Polsce”, stanowiącej 416. pozycję Biblioteki Świętokrzyskiej. W obchodach wzięli udział również regionaliści, gospodarze mateczników oraz zaproszeni goście. W sumie w benefisie uczestniczyło ponad 35 osób.

„Wojaże po Polsce”

Po powitaniu gości Maciej A. Zarębski zaprezentował i przybliżył treść promowanej książki – czwartej części „Wojaże...”(2). Przy zachowaniu dotychczasowej formuły (połączenie dwóch gatunków artystycznych – albumu krajoznawczego z reportażem literackim) w czwartej części tej serii zostało pokazane bogactwo historyczno-kulturowe prawie całej Polski: od Podlasia, Warmii i Mazur, poprzez Kujawy, Wielkopolskę, po Dolny Śląsk i Podkarpacie. Autor podkreślił wyjątkowość tej pozycji wydawniczej: z uwagi na jej objętość – 600 stron (poprzednie części liczyły poniżej 300) oraz liczbę zamieszczonych w niej kolorowych zdjęć – blisko 1100. Zwrócił uwagę na ponad 9-miesięczny okres pracy nad książką. Następnie podziękował swojej żonie Ludomirze za redagowanie i pracę korektorską nad tomem,



zaznaczając, iż nad korektą pracował także Wawrzyniec Marek Rak z Győr. Słowa wdzięczności skierował również do sponsorów strategicznych książki – Narodowego Instytutu Wolności w Warszawie i Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej w Kielcach, a także do dwudziestu sześciu darczyńców subskrybentów, odczytując ich nazwiska.

Piętnastu z nich, obecnym na imprezie, wręczył promowaną książkę.

Laudacja jubileuszowa

Laudację jubileuszową przekazał Andrzej Zagdański, poeta, solista Opery Narodowej w Warszawie. Píše w niej m.in.: *Doktor Zarębski jest osobą o wielu zainteresowaniach i talentach; bowiem poza zawodową działalnością pasjonował się niby hobbystycznie – a jednak na serio pozytywistyczną ideą „pracy u podstaw” – jakże niezbędną w czasie obecnym. Laudację kończy słowami: życliwość dr. Zarębskiego i Jego otwartość dla innych jest ujmująca – zatem drogi Doktorze Jubilacie, życzę Ci dalszych sukcesów na wszystkich polach, które z pasją uprawiasz – a także zdrowia i szczęścia w życiu osobistym. Niech ta Laudacja będzie wyrazem mojego – i wszystkich prawdziwych polskich patriotów – uznania i ogromnego szacunku.*



„Polonia Technica”

Z okazji jubileuszu A. Zarębski został uhonorowany Złotą Odznaką Stowarzyszenia Polskich Inżynierów „Polonia Technica” w Nowym Jorku. Odznaczenie przyznano w uznaniu wkładu wniesionego w promocję narodowych i kulturalnych tradycji ziemi kieleckiej, za autorstwo ponad 70 tytułów prezentujących piękno, bogactwo folkloru ziemi polskiej oraz za współpracę z przedstawicielami Polonii Świata. W imieniu kapituły pismo przyznające to odznaczenie podpisał dr inż. Janusz Romański z historycznej Filadelfii.

Bogactwo przeżyć i emocji

Działalność publiczną jubilata omówili kolejno – Jadwiga Szyszka, Maria Magdalena Człapińska, Przemysław Jaśkiewicz, Longin Kaczanowski i Bogusław Cebulski. A w części artystycznej odbył się występ łódzkiego zespołu muzycznego „Mona Polaski”. Zespół grający w składzie: Karol Stolarek – wokół, syntezatory, Wit Zarębski – gitara basowa oraz Michał Gibki, dał się poznać publiczności z jak najlepszej strony. Po ich występie odbyła się część biesiadna benefisu, podczas której wznoszono toasty za przyszłe działania i sukcesy Jubilata i Jego Małżonki, wymieniano się książkami oraz żywo dyskutowano o sytuacji społecznej i przyszłości regionu i kraju, podnosząc m.in. kwestię organizacji Kongresu Polskich Mateczników. Oglądano także towarzyszące imprezie wystawy: wydawnictw Biblioteki Świętokrzyskiej ostatnich dwóch lat oraz dorobku twórczego Benefisanta, w tym wszystkich jego książek, folderów autorskich jego kilkunastu wystaw fotograficznych, a także książek jemu dedykowanych. Mimo nie najlepszej pogody goście opuszczali Ośrodek Matecznikowy w Zagnańsku w dobrym nastroju i w przekonaniu, że warto było przyjechać...

Relację przygotował: ZAM
Fot. Marek Sobieniak

fot. Archiwum ŚIL



XX Igrzyska Lekarskie – Zakopane 2023

9 września 2023 zakończyły się w Zakopanem jubileuszowe XX Igrzyska Lekarskie w siedemnastu dyscyplinach sportowych. Z dumą prezentujemy naszą reprezentantkę, zwyciężczynię i medalistkę w dyscyplinach lekkoatletycznych – **Marię Malinowską-Maj**, która z igrzysk przywiozła aż 5 medali (bieg na 100 m, bieg na 200 m, bieg na 400 m, pchnięcie kulą oraz skok w dal). Serdecznie gratulujemy zwycięstwa!

DP

MISTRZOSTWA LEKARZY W SZACHACH

Od 25 do 28 maja w Kompleksie Turystyczno-Wypoczynkowym Kuźnica w Sielpi Wielkiej odbywały się XXI Mistrzostwa Polski Lekarzy w szachach. Organizatorami mistrzostw były Naczelna Izba Lekarska, Świętokrzyska IL i Śląska IL. Sędziował Janusz Wieczorek.

Rozegrane turnieje

W turnieju Blitz (tempo 4'+3"/ruch, – 13 rund. Udział wzięło 22 zawodników reprezentujących 10 Izb Lekarskich, wśród których najaktywniejsze były Śląska, Gdańska i Świętokrzyska IL. Mistrzem Polski Lekarzy w blitzu na rok 2023 został Piotr Anyszek (1 miejsce Tomasz Anyszek – Krakowska IL 9,0 p., 2 miejsce Jarosław Kwiecień – Śląska IL 9,0 p., 3 miejsce Piotr Wiśniewski – Świętokrzyska IL 9,0 p., 4 miejsce Andrzej Kozłowski – Białostocka IL 8,5 p., 5 miejsce Michał Jaromin – Beskidzka IL 8,5 p., 6 miejsce Maciej Kiełbratowski – Zielonogórska IL 8,5 p.). W Turnieju Rapid. (tempo gry 12' + 3" /ruch, – 13 rund, 27 zawodników z 9 IL). Mistrzem Polski Lekarzy w rapidzie na rok 2023 został Miłosz Lorek, a Mistrzynią Polski Lekarzy Kobiet została Marta Podolecka (1 miejsce Miłosz Lorek – Śląska IL 12,0 p., 2 miejsce Michał Jaromin – Beskidzka IL 10,5 p., 3 miejsce Jarosław Kwiecień – Śląska IL 9,0 p., 4 miejsce Piotr Wiśniewski – Świętokrzyska IL 9,0 p., 5 miejsce Maciej Kiełbratowski – Zielonogórska IL 8,0 p., 6 miejsce Jarosław Tomaszewski Gdańska IL 8,0 p.).



fot. Archiwum ŚIL

Solving

W konkursie rozwiązywania zadań (tzw. solving) wzięło udział 10 zawodników. 1 miejsce zajął Piotr Wiśniewski – Świętokrzyska IL, 2 miejsce: Lorek Miłosz – Śląska IL, dwa 3 miejsca: Jaromin Michał – Beskidzka IL i Paweł Kruższyn Gdańska IL. Równoległe z rywalizacją w Mistrzostwach Polski Lekarzy rozgrywany był Turniej Rodzin Lekarskich. W grze błyskawicznej i w szachach szybkich 1 miejsce zdobył Tomasz Grochulski.

Mocni razem

Drużynowo 1 miejsce zajęła Śląska IL (28,0 p.), 2 miejsce – Gdańska IL (22,5 p.). Na trzecim miejscu znaleźli się reprezentanci Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej uzyskując 21,5 p.

Piotr Wiśniewski



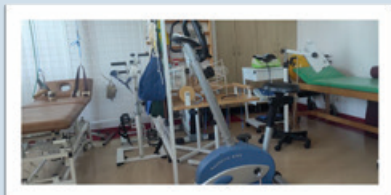
SPZZOZ w Staszowie zatrudni lekarzy neurologów

SPZZOZ w Staszowie świadczy usługi medyczne obejmujące leczenie szpitalne, ratownictwo medyczne, ambulatoryjną opiekę specjalistyczną, nocną i świąteczną opiekę zdrowotną, a także diagnostykę laboratoryjną i obrazową. Stale rozszerzamy swój zakres usług, umożliwiając naszym Pracownikom rozwój zawodowy i wpływ na wyznaczanie nowych kierunków rozwoju.

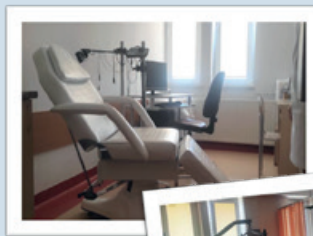
**Zapraszamy do współpracy lekarzy:
specjalistów neurologów
będących w trakcie specjalizacji z zakresu neurologii,
a także zainteresowanych otwarciem specjalizacji z zakresu neurologii**

OFERUJEMY:

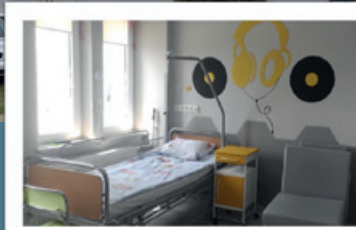
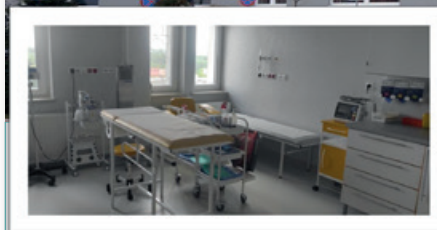
- indywidualnie dopasowaną formę zatrudnienia,
- dogodne warunki pracy,
- elastyczne godziny pracy,
- dobrą atmosferę w gronie doświadczonego i zaangażowanego zespołu Oddziału Neurologicznego i Udarowego
- dostęp do nowoczesnego sprzętu medycznego - dysponujemy własną specjalistyczną bazą diagnostyczną,
- stabilne zatrudnienie w dynamicznie rozwijającej się placówce ochrony zdrowia.



Jeśli zależy Ci na doskonaleniu swoich kwalifikacji zapraszamy do współpracy.
Kontakt: email: rekrutacje@szpitalstaszow.pl,
tel. 735 910 694, 15 864 86 10.
Zachęcamy do odwiedzenia naszej strony Internetowej: www.szpitalstaszow.pl



SAMODZIELNY PUBLICZNY ZESPÓŁ ZAKŁADÓW OPIEKI ZDROWOTNEJ W STASZOWIE ZATRUDNI LEKARZY: SPECJALISTÓW PEDIATRII, SPECJALISTÓW NEONATOLOGII



DOŁĄCZ DO NASZEGO ZESPOŁU KONTAKT:

rekrutacje@szpitalstaszow.pl
Tel. 15 864 86 10, 735 910 694

www.szpitalstaszow.pl

OFERUJEMY:

- INDYWIDUALNIE DOPASOWANĄ FORMĘ ZATRUDNIENIA,
- DOGODNE WARUNKI PRACY,
- DOSTĘP DO NOWOCZESNEGO SPRZĘTU MEDYCZNEGO - DYSPONUJEMY WŁASNĄ BAZĄ DIAGNOSTYCZNĄ
- STABILNE ZATRUDNIENIE W DYNAMICZNIE ROZWIJAJĄCEJ SIĘ PLACÓWCE OCHRONY ZDROWIA
- MOŻLIWOŚĆ PODNOSZENIA KWALIFIKACJI

TEATR ŻEROMSKIEGO W KIELCACH

LISTOPAD 2023

TEATR ŻEROMSKIEGO W KIELCACH

TEATR ŻEROMSKIEGO W KIELCACH

25-507 Kielce, ul. Sienkiewicza 32 /
 / SIEDZIBA TYMCZASOWA przy Wojewódzkim Domu Kultury /
 / 25-033 Kielce, ul. Ściegiennego 2, wejście od al. Legionów / kasa +48 41 344 75 00 /
 / kasa@teatrzeromskiego.pl / sekretariat@teatrzeromskiego.pl /
 / www.teatrzeromskiego.pl

ALE Z NASZYMI UMARŁYMI
 na podst. książki Jacka Dehnela, adapt. Michał Kmiecik, reż. Marcin Liber

03 LISTOPADA / PT / g. 19:00 04 LISTOPADA / SB / g. 19:00
 05 LISTOPADA / ND / g. 17:00

NIKO Joanna Mueller, reż. Zofia Gustowska

08 LISTOPADA / ŚR / g. 11:00 09 LISTOPADA / CZ / g. 11:00
 10 LISTOPADA / PT / g. 18:00 → **PREMIERA STUDENCKA**

Spektakl realizowany w ramach projektu „Niebieska Stręka” z uwzględnieniem na odmienne potrzeby widzów, także tych ze spektrum autyzmu.

UCIEKŁA MI PRZEPIÓRECZKA
 na podst. sztuki Stefana Żeromskiego, oprac. Krystyna Duniec i Paweł Sablik, reż. Michał Kotański

16 LISTOPADA / CZ / g. 11:00 17 LISTOPADA / PT / g. 19:00
 18 LISTOPADA / SB / g. 19:00 19 LISTOPADA / ND / g. 17:00

OPOWIEŚCI Z NARNII. LEW, CZAROWNICA I STARA SZafa
 C.S. Lewis, adapt. Radosław Paczocha, reż. Gabriel Gietzky

23 LISTOPADA / CZ / g. 11:00

ŻYWIOT I ŚMIERĆ PANA HERSHA LIBKINA Z SACRAMENTO W STANIE KALIFORNIA
 Ishbel Szatrawska, reż. Łukasz Kos

25 LISTOPADA / SB / g. 17:00 26 LISTOPADA / ND / g. 17:00
 ostatnia niedziela miesiąca • bilet w cenie 35 zł

12 LISTOPADA / ND // **MIARKA ZA MIARKĘ** William Szekspir, reż. Dan Jermett | spektakl prezentowany na 61. Rzeszowskich Spotkaniach Teatralnych – Festiwalu Arcydzieł
 14 LISTOPADA / WT // **W MAJU SIĘ NIE UMIERA. Historia Barbary Sadowskiej**
 Piotr Rowicki, reż. Anna Gryszkówna | spektakl wyprodukowany przez warszawski Dom Spotkań z Historią, prezentowany w ramach Festiwalu „Auchawości i Zdobarnie” Stowarzyszenia im. Jana Karłowicza • wstęp bezpłatny, wejściówki do odebrania w kasie teatru

28 LISTOPADA / WT // **JAK NIE ZABIŁEM SWOJEGO OJCA I JAK BARDZO TEGO ŻALUJĘ** tekst i reż. Mateusz Pakula
 | spektakl prezentowany podczas 4. Festiwalu Teatralnego „Scena Wolności” w Słupsku

www.teatrzeromskiego.pl

Roksana Węgiel to zwyciężczyni pierwszej edycji The Voice Kids oraz triumfatorka Konkursu Piosenki Eurowizji dla Dzieci 2018 (historyczne zwycięstwo dla Polski). Jej debiutancki singiel „Żyj” w serwisie YouTube wyświetlono ponad 16 mln razy. Artystka nagrała również singiel „Zatrzymać chwilę” w duecie z Edytą Górniak na potrzeby promocji filmu animowanego „Hotel Transylwania 3”, w którym użyczyła głosu postaci Lucy. 31 marca 2023 ukazał się nowy album **Roxie Węgiel „13+5”**, ukazujący wokalistkę w całkowicie nowej odsłonie, a promuje ją teledysk „Miasto”, który jest drugą po „Cichych szeptach” zapowiedzią płyty.

Zapraszamy Państwa na koncert Roksany Węgiel do **Filharmonii Świętokrzyskiej** (ul. Żeromskiego 12, 25-369 Kielce) **25.11.2023 r. o godz. 17.00**. Bilety w cenie od 100 do 120 zł dostępne w kasie Filharmonii Świętokrzyskiej tel. 41 368 05 01, 41 365 54 83, u organizatora tel. 669 179 886, tel. 602 757 446 oraz na KupBilecik.pl

Dla czytelników Eskulapa Świętokrzyskiego mamy jedno podwójne zaproszenie na koncert. Otrzyma je osoba, która pierwsza zadzwoni w dniach 15–17 listopada pod redakcyjny numer 507 001 724 i poda hasło: **Roksana**.

Uwaga KONKURS!

Dla naszych czytelników mamy dwa podwójne zaproszenia. po jednym na spektakl „Uciekła mi przepióreczka” Stefana Żeromskiego w reżyserii Michała Kotańskiego (18 listopada) i „Żywot i śmierć pana Hersha Libkina z Sacramento w stanie Kalifornia” Ishbel Szatrawskiej w reżyserii Łukasza Kosa (25 listopada).

Pytania konkursowe:

1. Podaj imię i nazwisko głównej bohaterki spektaklu zrealizowanego na podstawie „Uciekła mi przepióreczka” Stefana Żeromskiego.
2. Za kim tęskni główny bohater spektaklu „Żywot i śmierć pana Hersha Libkina z Sacramento w stanie Kalifornia”?

Na odpowiedzi czekamy do 15 listopada. Zaproszenia otrzymają osoby, które jako pierwsze dodzwonią się z prawidłową odpowiedzią na konkursowe pytania pod numer 507 001 724.



materiał prasowy filharmonii

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że zmarła nasza Koleżanka

Anna Beza

specjalista w dziedzinie stomatologii ogólnej
i protetyki stomatologicznej

*Wyraży współczucia
oraz słowa wsparcia Rodzinie*

Składają

*Dyrekcja oraz Koleżanki i Koledzy z SPZOZ
MSWiA w Kielcach*

Zmarł nasz Kolega

Wiesław Palonka

specjalista w dziedzinie
chorób wewnętrznych, reumatologii,
balneoklimatologii i medycyny fizykalnej

Wyraży współczucia oraz słowa wsparcia

Rodzinie

*Składają Koleżanki i Koledzy
ze Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej*

Wyraży głębokiego współczucia oraz słowa
wsparcia Rodzinie
po śmierci naszej Koleżanki

Anny Bezy

składają

*Koleżanki i Koledzy z Oddziału Wewnętrznego
Szpitala Kieleckiego św. Aleksandra*

Naszej Koleżance

Dr Grażynie Stypule

łącząc się w żałobie i smutku
składamy wyrazy współczucia
z powodu śmierci

Mamy

*Koleżanki i Koledzy z Poradni RESMEDICA
w Kielcach*

Zmarła nasza Koleżanka

Barbara Grabowska

specjalista w dziedzinie dermatologii
i wenerologii

*Wyraży współczucia
oraz słowa wsparcia Rodzinie*

składają

*Koleżanki i Koledzy
ze Świętokrzyskiej Izby Lekarskiej*

Wyraży głębokiego żalu i współczucia

dla Pani doktor Aldony Podstolskiej-Sosnow-
skiej oraz Pana doktora Zbigniewa Sosnowskiego
z powodu śmierci

Mamy i Teściowej

składają

*Pracownicy NZOZ „Południowa” Sp. z o. o.
w Końskich*



Zmarł nasz Kolega

doc. dr hab. n. med.

Ryszard Leydo

Wyraży współczucia
składają lekarze ortopedzi
ze szpitala w Czerwonej Górze

Zmarł nasz Kolega

doc. dr hab. n. med. Ryszard Leydo

specjalista w dziedzinie chirurgii
i chirurgii ortopedycznej

Wyrazy współczucia Rodzinie i bliskim
składają
członkowie Świętokrzyskiego Towarzystwa
Ortopedycznego

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że zmarł nasz Kolega

doc. dr hab. n. med. Ryszard Leydo

specjalista w dziedzinie chirurgii
i chirurgii ortopedycznej

Wyrazy współczucia najbliższym
składają
współpracownicy z Wojewódzkiego Szpitala
Zespolonego w Kielcach

OGŁOSZENIA

PILNE!

**Szpital w Skarżysku-Kamiennej
zatrudni**

kierownika oraz lekarzy

w oddziale chorób wewnętrznych.

Dowolna forma zatrudnienia, atrakcyjne wynagrodzenie.

tel. 516 209 203 lub 516 209 226 lub 516 209 297

SPZOZ w Szydłowie

(woj. świętokrzyskie, 60 km do Kielc, 50 km do Mielca)

zatrudni lekarza POZ,

w wymiarze pełnego etatu lub mniejszym
w dowolnej formie zatrudnienia. Ośrodek zdrowia
czynny od poniedziałku do piątku, w godzinach
od 8:00 do 18:00. Zapewniamy mieszkanie.

Tel: 41 354 51 82 lub 698 996 146.

Wynajmę gabinet lekarski

w Skarżysku-Kamiennej przy ul. Piłsudskiego 34.

kontakt: tel 796 254 182 lub 501 205 091

**Przychodnia w Kielcach
zatrudni specjalistę**

lub lekarza w trakcie specjalizacji
z endokrynologii, ginekologii
oraz specjalistę okulistyki

lub lekarza w trakcie specjalizacji z okulistyki
(ukończony drugi rok specjalizacji).

Gabinet bardzo dobrze wyposażony włącznie z OCT
oraz USG.

**Osoby zainteresowane ofertą prosimy
o kontakt telefoniczny: 509 748 275.**

NZOZ w Skarżysku-Kamiennej

przyjmie do pracy lekarzy POZ

ze specjalizacją lub w jej trakcie
z medycyny rodzinnej, interny, pediatrii.
Forma zatrudnienia i wynagrodzenie do uzgodnienia.
Posiadamy wolne miejsca rezydentkie do specjalizacji
z zakresu medycyny rodzinnej.

Kontakt telefoniczny: 604 44 77 07

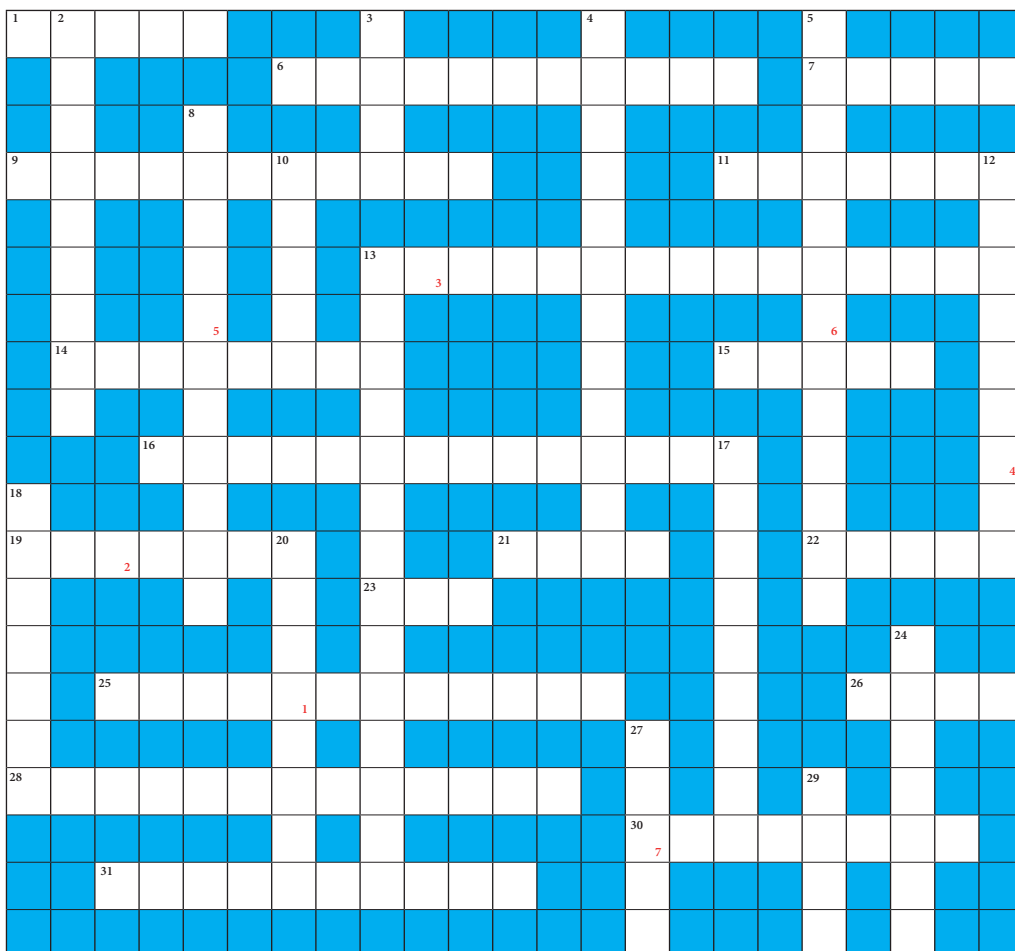
Gabinet Stomatologiczny

DREAM DENT

w Starachowicach przyjmie lekarza dentystę
(praca dodatkowa 2 dni w tygodniu).

Tel. 691 527 211

Z PRZYMRUŻENIEM OKA



POZIOMO

1. Jest prawie całkowicie wodoszczelna u jaszczurek, węży i innych gadów; zatrzymuje płyny organizmu w całym ciele.
6. Narzędzie medyczne do dokładnego badania krtni.
7. Kompleks ... silne uczucie erotyczne do matki.
9. Aparat do precyzyjnego ustalania zakresu widzenia barwnego.
11. Segment, fragment, człon.
13. Należy do trichotecenów grupy B i jest wytwarzany głównie przez grzyby rodzaju *Fusarium*.
14. Aminokwas niebiałkowy powstający w wątrobie.
15. Wrzód, ropień.
16. Grupa chorób serca, które posiadają wiele zróżnicowanych przyczyn oraz prowadzą do zaburzonego funkcjonowania mięśnia sercowego.
19. Składnik białkowy mleka.
21. Międzynarodowy kwestionariusz aktywności fizycznej.
22. Powoduje niedowidzenie.
23. Narząd wzroku.
25. Rozpad mięśni.
26. Najwyżej uorganizowane zwierzę.
28. Nauka zajmująca się analizą odmienności genetycznych, które zależą od różnic w reakcji na dane składniki pożywienia.

30. Rzadka choroba charakteryzująca się specyficznym wyglądem twarzy i opóźnionym rozwojem oraz niskim wzrostem.
31. Stan spowolnienia procesów życiowych spędzany przez zwierzęta w ukryciu w czasie niesprzyjających warunków, na ogół zimą.

PIONOWO

2. Znacznik czaszek.
3. Defekt.
4. Jedna z ośmiu kości nadgarstka człowieka, leżąca w szeregu bliższym, pomiędzy kością trójganiastą a kością łódeczkowatą.
5. Choroba odkleszczowa zdiagnozowana pierwszy raz w 2010 roku.
8. Organiczny związek chemiczny; pochodna pirazynamidu, lek przeciwwirusowy.
10. ... mózgowe.
12. Gorączka zajęcza.
13. Zdolność wykonywania ruchów naprzemiennych.
17. Składnik budulcowy komórek oraz DNA.
18. Ester kwasu akrylowego.
20. Przyrząd okulistyczny.
24. W mitologii greckiej bóg sztuki lekarskiej (medycyny).
27. Np. ratunkowa.
29. Wiązka włókien nerwowych różnej długości i grubości.

HASŁO:

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Pierwsze dwie osoby, które prześlą poprawne hasło na adres mailowy redaktor.eskulap@gmail.com, otrzymają w pełni wyposażoną, profesjonalną apteczkę samochodową.