



Przewodnik Pacjenta

Numer 1

Styczeń 2013

EDUKACJA DLA ZDROWIA

W dniu 15 listopada 2012 r. Dyrekcja Szpitala im. Jana Pawła II w Krakowie w porozumieniu ze Stowarzyszeniem Gmin i Powiatów Małopolski oraz Kolegium Lekarzy Rodzinnych zorganizowała Dzień Edukacji dla Zdrowia. Tematyka wykładów obejmowała zagadnienia związane z promocją zdrowia i nowymi możliwościami diagnostyczno-terapeutycznymi Szpitala. **Dyrektor Szpitala, dr Anna Prokop-Staszecka** zaproponowała, aby 15 listopada każdego roku stał się dniem dedykowanym propagowaniu edukacji zdrowotnej w Małopolsce.

Zapraszamy Państwa do zapoznania się z ciekawymi wątkami listopadowego spotkania.

Prof. dr hab. med. Piotr Podolec przybliżył słuchaczom założenia i realizację pierwszego w Polsce **kompleksowego programu prewencyjnego chorób układu krążenia** realizowanego w całym województwie małopolskim pt. „Program zdrowotny w zakresie prewencji i wykrywania chorób układu krążenia w populacji mieszkańców województwa małopolskiego”. Profesor - podkreślając kluczową rolę programów zdrowotnych w zakresie prewencji i wykrywania chorób – skupił się na chorobach układu krążenia. Celem takich programów jest przede wszystkim wydłużenie życia i poprawa jego jakości, a to - pośrednio - poprzez poprawę wiedzy o czynnikach największego ryzyka, jakim w przypadku chorób serca są: nadużywanie alkoholu, palenie tytoniu, stres, mała aktywność fizyczna, wysokie stężenie cholesterolu, otyłość, nadciśnienie tętnicze i cukrzyca. Przykłady państw Europy Zachodniej, w których wprowadzono skuteczne i długofalowe programy pro-



Dr hab. med. Grzegorz Gajos, Pełnomocnik Dyrektora ds. Edukacji i dr med. Anna Prokop - Staszecka, Dyrektor Szpitala

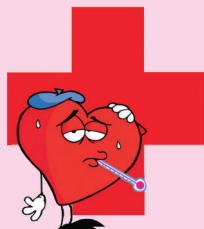
filaktyczne, jak na przykład w Danii, pokazują, że pacjenci którzy aktywnie wdrożyli zachowania prozdrowotne, żyją prawie 10 lat dłużej niż grupa nie objęta programem.

Należy podkreślić, że oprócz medialnych kampanii edukacyjnych, Zarząd Województwa Małopolskiego finansuje badanie pilotażowe „interwencji prewencyjnej” u pacjentów z chorobami sercowo-naczyniowymi. Wdrożenie badań pilotażowych poprzedzone zostało wyszkoleniem ponad 100 nauczycieli prewencji.

Dr hab. med. Grzegorz Gajos mówił o możliwości współpracy gmin, powiatów i lokalnej służby zdrowia ze Szpitalem w zakresie edukacji, prewencji i promocji zdrowia. Zwrócił uwagę na to, że kwestia dbałości o zdrowie pacjenta jest nie

Pamiętaj!

W przypadku chorób serca największe czynniki ryzyka to:



- **Nadużywanie alkoholu**
- **Palenie tytoniu**
- **Stres**
- **Mała aktywność fizyczna**
- **Wysokie stężenie cholesterolu**
- **Otyłość**
- **Nadciśnienie tętnicze**
- **Cukrzyca**

jeśli Twoim problemem jest otyłość i schorzenia z nią związane ...

... pomyśl o wizycie w Poradni Leczenia Otyłości

Poradnia zapewnia opiekę zarówno dzieciom, jak i osobom dorosłym.

- diagnozowanie różnych stopni otyłości i problemów z nią związanych
- indywidualne diety w różnego typu schorzeniach, jak np. chorobach układu krążenia, miażdżycy, nadciśnieniu, dyslipidemiach, osteoporozie, chorobach nowotworowych i innych,
- indywidualne porady i edukacja żywieniowa,
- opieka dietetyczna, również po zakończeniu kuracji,
- porady żywieniowe dla dzieci i młodzieży, kobiet ciężarnych i karmiących, osób w wieku podeszłym.

**Rejestracja: poniedziałki, środy, czwartki,
tel. (12) 614 26 01 lub 505 060 322**

tylko rolą lekarza, ale przede wszystkim samego pacjenta, który musi dbać o realizację zaleceń oraz pamiętać o monitorowaniu stanu zdrowia. Niestety, badania pokazują, że wiedza na temat czynników ryzyka nadal jest bardzo niska, potrafimy wskazać przeciętnie zaledwie 1-2 czynniki zagrażające naszemu zdrowiu. Jeśli już dojdzie do hospitalizacji, przy wypisie niesłychanie ważne jest właściwe poinstruowanie pacjenta co do dalszego postępowania, bo to właśnie na ogół lekarz prowadzący czy wykonujący zabieg jest największym autorytetem dla pacjenta.

Prof. dr hab.

med. Anetta

Undas przedstawiła zadania i możliwości **medycyny translacyjnej**, sposobu uprawiania medycyny skupiającej się na szybkim przeniesieniu wyników osiągnięć nauk podstawowych do praktyki klinicznej. Oczywiście, zawsze było tak, że droga wiodła od wynalazku czy odkrycia



Prof. dr hab. med. Anetta Undas, Kierownik Ośrodka Nowoczesnej Diagnostyki Laboratoryjnej

naukowego do jego aplikacji. Różnica w podejściu medycyny translacyjnej jest jednak różnicą celu i czasu. O ile w tradycyjnym modelu odkrycie naukowe wyrasta z zainteresowania poznawczego niejasnymi mechanizmami i obserwacjami, o tyle w medycynie translacyjnej badania z góry ukierunkowane są na aplikację spodziewanego odkrycia w diagnostyce i leczeniu. Po drugie – w modelu tradycyjnym na zastosowanie odkrycia naukowego w praktyce klinicznej czekało się przeciętnie ok. 20 lat; medycyna translacyjna ma ambicję aby skrócić ten czas o połowę, co jest zadaniem bardzo trudnym. Medycyna translacyjna rozwija się niemal w każdej dziedzinie, jednakże jej „znakiem firmowym” są właśnie choroby serca i naczyń. Dobrym przykładem zastosowania medycyny translacyjnej są komórki macierzyste, hit i nadzieja ostatnich lat. Biolodzy molekularni i lekarze widzą w nich przyszłość w leczeniu wielu schorzeń, w tym zawału serca. Prof. A. Undas mówiła również o zindywi-

dualizowanym podejściu do pacjenta, a rozwój medycyny spersonalizowanej wiąże się z rozwojem medycyny translacyjnej, obie te nowe koncepcje uprawiania medycyny czerpią z rozwoju genetyki, biotechnologii, biochemii i innych dziedzin. Osiągnięciem medycyny translacyjnej jest m.in. ocena genetycznych uwarunkowań dawkowania leków przeciwkrzepliwych z grupy antywitamin K, co pozwala na indywidualizację dawki dobowej leku, która – w zależności od pacjenta – może różnić się nawet 5-krotnie! Możliwość takiej diagnostyki, jak i ocena wrodzonych predyspozycji do zakrzepicy jest już dostępna dla pacjentów konsultowanych w Szpitalu im. Jana Pawła II. Rozwój medycyny translacyjnej w Szpitalu będzie możliwy gdy w lipcu 2013 roku zostanie otwarte Centrum Badań i Technologii Medycznych.

Prof. dr hab. med. Tadeusz Przewłocki przybliżył problematykę **leczenia udarów**, a to w kontekście planowanych nowych kierunków rozwoju Szpitala im. Jana Pawła II w Krakowie. W Szpitalu powstaje bowiem Zintegrowane Centrum Specjalistycznej Medycyny Ratunkowej, którego planowanym celem działania jest leczenie w populacji województwa małopolskiego wszystkich ostrych, zagrażających życiu schorzeń naczyniowych, w tym udarów mózgu. Jest to założenie i projekt unikalny w skali europejskiej.

Udar mózgu jest chorobą o nagłym początku, jest 3. przyczyną zgonów i główną przyczyną kalectwa pacjentów. Ponad 60% chorych, którzy przeżyli udar mózgu, umiera w ciągu najbliższych 5-8 lat. Wśród udarów mózgu 80-85% stanowią stany niedokrwienne, zaś pozostałe 15-20% stany krwotoczne, popularnie zwane wylewami. To, w jaki sposób są leczone udary, zależy od anatomii tętnic.



Prof. dr hab. med. Antoni Działkowiak, pionier krakowskiej kardiologii i transplantologii; dr med. Anna Prokop-Staszecka, Dyrektor Szpitala, Prof. dr hab. med. Piotr Podolec, Ordynator Oddziału Klinicznego Chorób Serca i Naczyń

Prof. dr hab. med. Antoni Działkowiak podsumowując konferencję, raz jeszcze podkreślił ogromną rolę prewencji w zmniejszaniu zachorowań na choroby cywilizacyjne: o prawdziwym sukcesie w odniesieniu do udarów moglibyśmy mówić wtedy, gdyby wdrożenie programów na poziomie rządowym sprawiło, że ich liczba spadłaby o połowę.

Współcześnie edukacja zdrowotna powinna być wielokierunkowa i obejmować choroby cywilizacyjne, w tym choroby sercowo-naczyniowe, nowotworowe i choroby neurologiczne. Centrum Konferencyjno-Szkoleniowe Szpitala im. Jana Pawła II działające od kilku miesięcy pozwoli zintensyfikować działania dla promocji zdrowia wśród mieszkańców Małopolski oraz szkolenia dla lekarzy.



Prof. dr hab. med. Tadeusz Przewłocki, Pełnomocnik Dyrektora ds. Zintegrowanego Centrum Medycyny Ratunkowej

Wyjeżdżam na egzotyczną wycieczkę. Jakie szczepienia należy zaplanować?

■ Odpowiedź na to pytanie znajdziecie Państwo w Centrum Szczepień naszego Szpitala, gdzie można liczyć na fachową poradę. Tu skonsultujecie się Państwo z lekarzem przed planowaną wspinaczką wysokogórską, nurkowaniem, wycieczką do dżungli czy też safari.

W Centrum dostępne są wszystkie szczepienia (nie tylko dla podróżnych), zarówno osób dorosłych, jak i dzieci oraz młodzieży: indywidualne oraz grupowe, zamawiane przez pracodawców, szkoły, uczelnie i instytucje. Szczepienia realizowane są bez skierowania lekarskiego i uprzedniej rejestracji. Poprzedzone są wizytą lekarską na miejscu, w Centrum.

Uwaga: nasza placówka dysponuje uprawnieniami do szczepień przeciwko żółtej gorączce oraz wydaje międzynarodowe książeczki szczepień, obowiązujące przy wyjazdach do szeregu krajów o odmiennych warunkach klimatycznych i epidemiologicznych.

Od października 2010 r. nasze Centrum Szczepień posiada status Certyfikowanego Ośrodka Medycyny Podróży.

Centrum Szczepień kieruje dr Danuta Jurkiewicz-Badacz, specjalista II^o pediatrii i chorób zakaźnych.

Godziny przyjęć w Centrum Szczepień:

- środy 8.00 - 17.30
- pozostałe dni robocze 8.00 - 14.30

Tel. kontaktowy 012 614 22 37 lub 012 614 24 74,

e-mail: centrumszczepien@szpitaljp2.krakow.pl

Możliwość regulowania należności kartami płatniczymi.



Lek. med. Danuta Jurkiewicz-Badacz,
Kierownik Centrum Szczepień i Wojewódzkiej
Poradni Szczepień Ochronnych.
Na zdjęciu: podczas uroczystości jubileuszowych – Pani Doktor znalazła się w gronie osób odznaczonych medalem 95-lecia Szpitala.

Certyfikowany Ośrodek Medycyny Podróży

Dlaczego prosimy Państwa o zgodę na wykonanie określonej procedury medycznej?

■ W procesie leczenia wola pacjenta ma znaczenie podstawowe. Zgoda pacjenta jest wyrazem jego wyboru określonego sposobu postępowania.

Prawa pacjenta długi czas nie były w Polsce usystematyzowane - można je było znaleźć w różnych aktach prawnych np. w ustawie o zawodzie lekarza i lekarza dentystry, ustawie o ochronie zdrowia psychicznego, przepisach dotyczących dokumentacji medycznej i innych. Ich zbiór funkcjonował pod nazwą „Karta Praw Pacjenta”. Obecnie prawa pacjenta określa ustawa o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta.

Jednolity tekst ustawy z dnia 6 listopada 2008 r. o prawach

pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta (Dz.U.2012.159 j.t.) znajduje się na stronie internetowej Rzecznika Praw Pacjenta www.bpp.gov.pl

Jeśli macie Państwo uwagi lub zastrzeżenia co do sposobu realizacji praw pacjenta podczas procesu leczenia na oddziałach naszego szpitala bądź w przychodniach specjalistycznych, nie krępujcie się porozmawiać o tym ze swoim lekarzem. Uwagi można również zgłaszać do Pani mgr Grażyny Kaniuk, odpowiedzialnej za kontakty z pacjentami, e-mail: g.kaniuk@szpitaljp2.krakow.pl lub kontaktując się telefonicznie:

012 614 23 99

PRAWA PACJENTA

1. Prawo do świadczeń zdrowotnych zgodnych z aktualną wiedzą medyczną
2. Prawo do informacji o swoim stanie zdrowia
3. Prawo do zachowania przez osoby udzielające świadczeń zdrowotnych tajemnicy informacji związanych z leczeniem pacjenta
4. Prawo do wyrażenia zgody albo odmowy na udzielenie świadczeń zdrowotnych
5. Prawo do poszanowania intymności i godności pacjenta
6. Prawo do dokumentacji medycznej dotyczącej stanu zdrowia oraz udzielonych świadczeń zdrowotnych
7. Prawo do zgłoszenia sprzeciwu wobec opinii albo orzeczenia lekarza
8. Prawo do poszanowania życia prywatnego i rodzinnego
9. Prawo pacjenta do opieki duszpasterskiej
10. Prawo do przechowywania rzeczy wartościowych w depozycie

Potrzebuję moją dokumentację medyczną. Jak ją uzyskać?

■ **Dokumentacja medyczna** (historie chorób z leczenia w szpitalu, poradni, wyniki badań, karty informacyjne i inne kopie) jest udostępniana w najszybszym możliwym terminie, po złożeniu wniosku. Składa się go w Ośrodku Dokumentacji Medycznej.

Wniosek można pobrać na stronie internetowej Szpitala oraz otrzymać w sekretariatach oddziałów, poradniach i Ośrodku Dokumentacji Medycznej.

Po odbiór dokumentacji należy się zgłaszać osobiście do Ośrodka Dokumentacji Medycznej, od poniedziałku do piątku, w godz. 7:00-14:30. Ośrodek zlokalizowany jest na I piętrze, w tym samym budynku, w którym mieści się Konsultacyjna Przychodnia Specjalistyczna Kardiologiczna i Kardiochirurgiczna.

Jeżeli odbiór osobisty jest niemożliwy, dokumentacja może być wydana osobie wskazanej w **upoważnieniu** lub będzie przesłana na adres wnioskodawcy. Dokumenty mogą być wydane tylko za okazaniem dowodu osobistego. Dokumenty sporządzane są na koszt wnioskodawcy.

Krakowski szpital specjalistyczny im. Jana Pawła II serdecznie zaprasza na nieodpłatne szkolenia dla pacjentów i ich rodzin. Wykłady i warsztaty będą prowadzone w budynku centrum konferencyjno-szkoleniowego przy ul. Prądnickiej 80 (wjazd od ul. Fieldorfa Nila), w terminach:

29 stycznia 2013 (wtorek)

12:00-13:00 KARDIOLOGIA – Jak żyć z nadciśnieniem tętniczym?

13:00-13:45 CHOROBY NACZYŃ (ANGIOLOGIA) – Miażdżyca tętnic kończyn dolnych - objawy, diagnostyka i metody leczenia

13:45-14:30 HEPATOLOGIA – Wirusowe zapalenie wątroby typu C – fakty i mity

5 lutego 2013 (wtorek)

12:00-13:00 KARDIOLOGIA – Jaka powinna być właściwa dieta u pacjentów z chorobami sercowo-naczyniowymi?

13:00-13:45 CHOROBY ZAKAŻNE – Szczepienia dla dorosłych

13:45-14:30 PULMONOLOGIA – Co to jest bezdech senny i jak wpływa na jakość życia pacjenta?

19 lutego 2013 (wtorek)

12:00-13:00 KARDIOLOGIA – Co to jest zawał serca? Jak go leczyć i jak żyć po zawale?

13:00-13:45 CHOROBY NACZYŃ (ANGIOLOGIA) – Zakrzepica żylna - kiedy się jej bać?

13:45-14:30 HEPATOLOGIA – Czy można się wyleczyć z wirusowego zapalenia wątroby typu B?



Na zdjęciu: nowoczesny budynek konferencyjno - administracyjny Szpitala – inwestycja dofinansowana ze środków UE

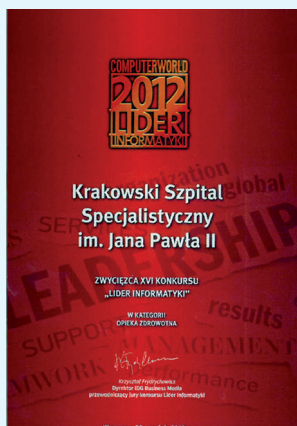
Bezpłatny dostęp do Internetu dla pacjentów Szpitala im. Jana Pawła II w Krakowie.

■ Na 10-hektarowym terenie Szpitala, na którym położone jest kilkanaście budynków, uruchomiony jest tzw. **hotspot** (ang. hot spot czyli „gorący punkt”). Określenie to oznacza punkt, który umożliwi posiadaczom laptopów, tabletów, a także palmtopów, telefonów komórkowych i innych urządzeń (np. odbiorników GPS), podłączenie się i dostęp do Internetu. Bezpłatny dostęp do Internetu na terenie Szpitala zyskali dzięki temu pacjenci i goście.



Czy wiecie Państwo, że ...

■ ... w minionym roku Szpital im. Jana Pawła II w Krakowie uzyskał I miejsce i zaszczytny tytuł „Lidera Informatyki” w kategorii „Opieka zdrowotna”, przyznawany przez Computerworld. Tym samym placówka potwierdziła swoją wysoką pozycję w gronie nowoczesnych, z informatyzowanych szpitali.



Jak zarejestrować się do przychodni i poradni szpitalnych?

Rejestracja Przychodni i Poradni (kardiologiczna i kardiologiczna, poradnie płucne, poradnie dziecięce, szczepienia ochronne refundowane przez NFZ)

012 614 3515

Odrębne telefony do rejestracji pacjentów do poniższych jednostek:

Diagnostyka - rejestracja **012 614 33 33**

Poradnia Rehabilitacji **012 614 23 64**

Wojewódzka Poradnia Wirusowego Zapalenia Wątroby i Hepatologii **012 614 22 80**

Centrum Szczepień (szczepienia nie refundowane przez NFZ) **012 614 24 74, 012 614 22 37**

Poradnia Leczenia Otyłości (świadczenia nie refundowane przez NFZ) **012 614 26 01**

Pracownia Badań Endoskopowych **012 614 22 14**

Szanowni Państwo

Zapraszamy do współredagowania naszego nowego biuletynu dla Pacjentów Szpitala. Chętnie zapoznamy się z Państwa sugestiami, uwagami, tematami, jakie chcielibyście poruszyć.

Korespondencję prosimy kierować drogą elektroniczną na adres: m.rygiel@szpitaljp2.krakow.pl, lub przesłać drogą listową na adres: Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II, ul. Prądnicka 80, 31-202 Kraków z dopiskiem Biuro Marketingu i Promocji

Wydawca: Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II

Redakcja: Biuro Marketingu i Promocji

Druk: Drukarnia Kraków
Styczeń 2013

Nakład: 2 tys. egz.

