



Przewodnik Pacjenta

www.szpitaljp2.krakow.pl

Numer 3 Marzec 2013

O, MAMMO !

▪ Zadbaj o zdrowie swoich piersi!

Rak piersi jest obecnie najczęściej występującym nowotworem u kobiet z krajów rozwiniętych. Należy pamiętać że nowotwory sutka mogą występować również u mężczyzn, są jednak bardzo rzadkie.

Wczesne wykrycie zmian nowotworowych i podjęcie odpowiedniego leczenia zwiększa szanse wyleczenia raka piersi!

W diagnostyce schorzeń piersi wykorzystuje się różne techniki obrazowania:

1/ Sonomammografia - czyli USG piersi – badanie z użyciem ultradźwięków.

Badanie to powinna wykonywać każda kobieta najlepiej w odstępach 1 roku. Badanie to jest całkowicie niebolesne i nieszkodliwe, dedykowane różnicowaniu zmian guzkowych, niewydolne w wykrywaniu wczesnych postaci raka.

2/ Badanie mammograficzne - badanie z użyciem promieniowania rentgenowskiego. Nie może być wykonywane jako badanie przesiewowe u młodych kobiet.

W badaniu pierś ściska się między dwoma płytkami. Stopień odczuwania ucisku zależy od indywidualnej wrażliwości piersi. Badanie trwa bardzo krótko.

3/ Badanie piersi metoda rezonansu magnetycznego - badaniem z użyciem pola elektromagnetycznego i gadolinowego środka kontrastowego. Badanie najbardziej czułe i swoiste, jednak ze względu na wysoki koszt badania i małą dostępność (w dyspozycji wyspecjalizowanych poradni chorób sutka) zarezerwowane dla wybranej grupy pacjentek.

Mammografia i usg to dwa różne, uzupełniające się badania, nie należy więc zastanawiać się, które jest „lepsze”. Każde z nich ma swoje zalety i wady – na przykład ultrasonografia nie wykrywa mikrozwągnięć, które mogą być objawem wczesnej postaci raka.

Badania mammograficzne to wciąż najskuteczniejsza metoda wczesnego diagnozowania raka piersi. Z doświadczeń krajów skan-

Zakład Radiologii i Diagnostyki Obrazowej
Rejestracja na badania:
(012) 614 3333, w godz. 7:30-18:00

dynawskich wynika że badania przesiewowe piersi pozwoliły zredukować umieralność z powodu raka piersi o ok. 30 proc. Zmiany w piersi często wykrywane są przez same kobiety – jest to jednak na ogół już zmiana zaawansowana

Pierwsza mammografia w życiu kobiety powinna być wykonywana w 40-tym roku życia, bez względu na wielkość i typ utkania piersi.

Szpital im. Jana Pawła II w Krakowie bierze udział w licznych programach profilaktycznych dedykowanych dla kobiet mieszkanek województwa małopolskiego finansowanych przez różne podmioty, umożliwiając wykonanie bezpłatnych badań piersi, bez wymaganego skierowania. Stale od kilku realizowany jest program NFZ - screening mammograficzny raka piersi dla kobiet w wieku 50-69.

Dodatkowo wykonywane są również bezpłatnie badania profilaktyczne dla pań z innych grup wiekowych od 40-tego roku życia. O dostępności programów należy pytać w rejestracji Zakładu Radiologii i Diagnostyki Obrazowej w budynku diagnostyki. Można również skorzystać z badań samofinansowanych przez pacjentki.

Szpital im. Jana Pawła II pacjentki dysponuje nowoczesnym cyfrowym aparatem mammograficznym.

Technika cyfrowa gwarantuje:

- wysoką rozdzielczość obrazu
- bardzo dobry kontrast
- możliwość powiększenia zdjęcia na ekranie monitora, co znacznie ułatwia lekarzowi postawienie diagnozy
- **dużo niższą niż w aparatach analogowych dawkę promieniowania**
- możliwość rejestrowania badania na nośniku elektronicznym
- archiwizację wykonanych badań w bazie danych

Konsultacja: dr Małgorzata Urbańczyk-Zawadzka

Rozmowa z dr Małgorzatą Urbańczyk – Zawadzką, Kierownik Zakładu Radiologii i Diagnostyki Obrazowej

Czy badanie mammograficzne należy do standardowych, takich, o którym panie powinny pamiętać, czy udajemy się na nie wtedy, jeśli inne badania – np. usg – wskazują na sytuację niepokojącą?

Badanie mammograficzne piersi powinniśmy traktować jako stałą pozycję w harmonogramie badań profilaktycznych u kobiet od 40-tego roku życia.

Kto stanowi grupę podwyższonego ryzyka jeśli chodzi o zachorowania na raka piersi?

Należy wziąć pod uwagę mutację genetyczną - BRCA1 i BRCA2, występowanie nowotworów złośliwych w rodzinie, zwłaszcza raka piersi, raka trzonu macicy. Pamiętajmy, że rak jednej z piersi zwiększa ryzyko raka drugiej.

Podwyższone ryzyko raka piersi występuje w przypadku wczes-



nej pierwszej miesiączki, późnej menopauzy, u pań stosujących antykoncepcję hormonalną lub hormonoterapię. Mówiąc o podwyższonym ryzyku trzeba również brać pod uwagę obecne inne schorzenia narządu rodowego: endometriozę, torbiele jajnika, mięśniaki.

Czy badanie mammograficzne jest skuteczne?

Jest ono najskuteczniejszą ogólnie dostępną metodą w wykrywaniu raka piersi, w tym bardzo wczesnych jego postaci

Jeśli w badaniu wystąpią podejrzone zmiany, w jaki sposób należy postępować dalej?

Każda zmiana podejrzana musi być weryfikowana poprzez dodatkowe badania - mammograficzne badanie celowane, a przede wszystkim przez badanie cyto- lub histologiczne. W tym celu proponuje się pacjentkom wykonanie biopsji lub pobranie wycinka z guza.

Suplementy diety – korzyści i zagrożenia

Co to są suplementy diety?

Są to środki spożywcze których celem jest uzupełnienie normalnej diety, będące skoncentrowanym źródłem witamin, składników mineralnych lub innych substancji wykazujących efekt odżywczy.

Kiedy ich stosowanie jest uzasadnione

Suplementy diety mogą być stosowane w sytuacjach zwiększonego zapotrzebowania na składniki odżywcze lub kiedy ich przyswajanie z diety nie jest wystarczające. W oparciu o aktualny stan wiedzy przyjmuje się, iż suplementy diety zawierające witaminy i składniki mineralne mogą być stosowane w następujących grupach osób:

- Osoby dorosłe spożywające diety niskokaloryczne (poniżej 1500 kcal dziennie).
- Kobiety w ciąży.
- Osoby starsze zwłaszcza gdy ich dieta jest mało urozmaicona i ubogokaloryczna
- Osoby stosujące dietę z ograniczeniami, bądź eliminacją niektórych składników pokarmowych.

Ryzyko stosowania suplementów

Nadmierne przyjmowanie witamin i składników mineralnych może wywołać skutki uboczne.

Przyczyną może być niewłaściwe stosowanie suplementów die-

ty (np. stosowanie większych dawek niż zalecił producent, nieuzasadniona suplementacja), stosowanie dwóch lub większej ilości suplementów diety jednocześnie. Ponadto niektóre składniki suplementów diety mogą wchodzić w interakcje z lekami i mogą zaburzać działanie tych leków. Np. jednoczesne stosowanie witaminy E i leków przeciwzakrzepowych (np. Warfaryna, Acenokumarol) może nasilać działanie przeciwzakrzepowe i zwiększać ryzyko krwawień

Wskazane jest aby decyzja o stosowaniu suplementów była skonsultowana z lekarzem lub dietetykiem

Należy podkreślić, że u osób zdrowych, stosujących urozmaiconą dietę dodatkowa suplementacja nie ma uzasadnienia. Różnorodne produkty, czyli warzywa, owoce, produkty z pełnego ziarna, produkty strączkowe, produkty mleczne oraz ryby i chude mięso, dostarczają wszystkich składników odżywczych w ilościach wystarczających dla prawidłowego rozwoju i zachowania zdrowia. Ponad to jak donoszą najnowsze wyniki badań najlepiej przyswajalne są witaminy i składniki mineralne pochodzące z naturalnych źródeł.

Agnieszka Gąsior, dietetyczka, Poradnia Leczenia Otyłości



Agnieszka Gąsior



Co się buduje na terenie Szpitala?



Trwają prace wykończeniowe przy nowym obiekcie, realizowanym w ramach projektu pn. Zintegrowane Centrum Specjalistycznej Medycyny Ratunkowej.

W budynku zlokalizowany będzie m. in. specjalistyczny oddział ratunkowy z zapleczem diagnostycznym i logistycznym, jego wyposażenie oraz lotnisko dla śmigłowców, oddziały łóżkowe (oddział kardiologiczny, oddział neurologiczny - udarowy, poradnia kardiologiczna, rehabilitacja neurologiczna oraz OIOM, Małopolskie Centrum Diagnostyki Guza Płuca i oddział inwazyjnej pulmonologii, wyspecjalizowany w leczeniu zatorowości płucnej, oddział chirurgiczny, apteka szpitalna. Dodatkowo przewiduje się utworzenie dwóch sal operacyjnych;



Projekt jest realizowany w ramach Małopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2007 – 2013, Oś priorytetowa 5. Krakowski Obszar Metropolitalny, Działanie 5.2 Rozwój funkcji metropolitalnych Krakowskiego Obszaru Metropolitalnego



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:

9 kwietnia 2013 (wtorek)

12:00-13:00 KARDIOLOGIA – Zaburzenia rytmu serca – diagnostyka i leczenie

13:00-13:15 PYTANIA I DYSKUSJA

13:15-14:00 KARDIOLOGIA – Krótka historia wszczepiania rozruszników serca i kardiowerterów-defibrylatorów

23 kwietnia 2013 (wtorek)

17:00-18:00 KARDIOLOGIA – Zasady pierwotnej i wtórnej profilaktyki chorób cywilizacyjnych

18:00-18:15 PYTANIA I DYSKUSJA

18:15-19:00 CHOROBY NACZYŃ (ANGIOLOGIA) – Miażdżyca tętnic kończyn dolnych – objawy, diagnostyka i metody leczenia

7 maja 2013 (wtorek)

12:00-13:00 KARDIOLOGIA – Prewencja chorób sercowo-naczyniowych

13:00-13:15 PYTANIA I DYSKUSJA

13:15-14:00 CHOROBY NACZYŃ (ANGIOLOGIA) – Miażdżyca tętnic szyjnych – prewencja i leczenie

21 maja 2013 (wtorek)

17:00-18:00 KARDIOLOGIA – Miejsce leków roślinnych i suplementów diety w kardiologii

18:00-18:15 PYTANIA I DYSKUSJA

18:15-19:00 TERAPIA WSPOMAGAJĄCA – Zastosowanie ziół w terapii wspomagającej leczenie

Jak pączuś w maśle?...

■ Brak ruchu, nadwaga, nieprawidłowe odżywianie i wiele innych czynników (np. genetycznych) mogą sprawić, że chorujemy. Coraz częściej dotyczy to również dzieci.

Kiedy nasze dziecko znacząco przybiera na wadze, a jego wzrastanie nie podąża w tym samym tempie, to powinniśmy połączyć te dwa zjawiska i zastanowić się na jakości posiłków, porą ich spożywania oraz nad tym, jak wiele czasu nasze dziecko spędza na aktywności fizycznej. Nie można stale myśleć, że to minie, że przecież wyrośnie, że jak się zrobi ciepło to pójdzie na basen i będziemy dużo spacerować. Odkładanie aktywności na później sprawia, że tak się nie dzieje, chcielibyśmy, ale jakoś to nie wychodzi i znowu, po raz kolejny, zamiast obiadu jest fast-foodowy „kubek”. A może nasze dziecko za dużo czasu spędza przed ekranem komputera? Nasilają się dolegliwości, w końcu udajemy się z dzieckiem do lekarza pierwszego kontaktu, ten zleca wykonanie prób wątrobowych, potem badanie kontrolne i ...zaskoczenie. Próby kontrolne również nieprawidłowe?! Nasze dziecko choruje na niealkoholowe stłuszczeniowe zapalenie wątroby. Nieprawidłowo zbilansowana dieta, brak ruchu, spowolniły metabolizm tłuszczów i węglowodanów może prowadzić do zastępowania prawidłowego miększu wątroby tkanką tłuszczową, co prowadzi do stanu zapalnego wątroby i stopniowego upośledzenia jej funkcji.

Na pewno potrafimy odwrócić ten cykl niekorzystnych wydarzeń, bo dla naszego dziecka zrobimy wszystko. Wojewódzka Poradnia Hepatologiczna Dzieci pomoże zredukować masę ciała, włączyć myślenie o zbilansowanym żywieniu, wytłumaczy dlaczego aktywność fizyczna jest tak ważna. Każdy kto chce, może wyglądać szczupło i zdrowo, ale musi zmienić styl życia.

W Wojewódzkiej Poradni Hepatologicznej Dzieci (pacjenci do 18 roku życia) pacjenci ze skierowaniami mają zapewnioną kompleksową diagnostykę biochemiczną i obrazową i z zakresu biologii molekularnej (metodą PCR) z pełną refundacją NFZ.

Najczęstsze leczone schorzenia: przewlekłe zapalenie wątroby typu B i C, hiperbilirubinemia okresu niemowlęcego, zapalenie wątroby spowodowane zakażeniem CMV zespół Gilerta, toksyczne i polekowe uszkodzenia wątroby, autoagresyjne zapalenie wątroby, jak również wszelkie nieprawidłowości związane z funkcją tego narządu.

Wojewódzka Poradnia Hepatologiczna Dzieci

Kierownik Poradni: dr n. med. Maria Rokitka pediatra, specjalista chorób zakaźnych. Godziny otwarcia: od poniedziałku do piątku od godz.9 – 14, rejestracja osobiście lub telefonicznie pod numerem telefonu 12 614 35 15.

Zapraszamy ze skierowaniami od lekarza rodzinnego.



dr n. med. Maria Rokitka

Ważne telefony

Rejestracja Przychodni i Poradni (kardiologiczna i kardiologiczna, poradnie płucne, poradnie dziecięce, szpitala ochronne refundowane przez NFZ) **12 614 3515**

Odrębne telefony do rejestracji pacjentów do poniższych jednostek:

- Diagnostyka - rejestracja **12 614 3333**
- Poradnia Rehabilitacji **12 614 23 64**
- Wojewódzka Poradnia Wirusowego Zapalenia Wątroby i Hepatologii **12 614 22 80**
- Centrum Szczepień (szczepienia nie refundowane przez NFZ) **NIE WYMAGANA REJESTRACJA, PRZYJĘCIA W KOLEJNOSCI ZGŁOSZEŃ 12 614 22 37** – gabinet zabiegowy
- Poradnia Leczenia Otyłości (świadczenia nie refundowane przez NFZ) **12 614 2601**
- Pracownia Badań Endoskopowych **12 614 2214**

Przychodzi Pacjent do rejestracji, a tam... eWUŚ

■ eWUŚ oznacza system elektronicznej weryfikacji uprawnień świadczeniobiorców oparty o prowadzony przez NFZ Centralny Wykaz Ubezpieczonych, służący świadczeniodawcom do potwierdzania prawa do świadczeń opieki zdrowotnej w dniu udzielania świadczenia.

Od 1 stycznia zaczął funkcjonować system eWUŚ. Z informacją na ten temat spotykają się Państwo podczas rejestracji. Tajemniczy skrót oznacza system elektronicznej Weryfikacji Uprawnień Świadczeniobiorców.

Jest to system, który potwierdza uprawnienia pacjenta do świadczeń opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych. Informacje w systemie są aktualizowane codziennie. Uprawnienia pacjenta są weryfikowane przy okazji każdej wizyty. Dla pacjenta oznacza to, że nie musi już okazywać dokumentu potwierdzającego ubezpieczenie – czyli książeczki ubezpieczeniowej lub druku RMUA.

Co zrobić, jeśli – z jakichś przyczyn – system elektroniczny nie zweryfikuje pozytywnie naszych uprawnień do bezpłatnych świadczeń? Jeśli mamy przy sobie dokumenty potwierdzające ubezpieczenie – należy je okazać, jeśli nie – pacjent składa w rejestracji oświadczenie o prawie do korzystania ze świadczeń bezpłatnych. Taką sytuację należy jednak wyjaśnić u swojego płatnika i ewentualnie w oddziale wojewódzkim Narodowego Funduszu Zdrowia.

Grupę, której status może być zmienny są studenci – wielu spośród nich podejmuje bowiem prace zarobkową przez krótszy lub dłuższy czas. Jeśli student pracuje – nabywa swój własny tytuł ubezpieczenia, natomiast jeśli pozostaje na utrzymaniu rodziny – jego status ubezpieczeniowy jest pochodny i wynika właśnie z faktu bycia członkiem rodziny osoby ubezpieczonej.



Rejestracja do Przychodni Kardiologicznej

Prezes NFZ zapowiedziała, że po upływie I kwartału 2013 roku zostanie dokonana ocena funkcjonowania systemu eWUŚ.

W chwili rejestracji pacjenta pojawia się zielony lub czerwony ekran.

Uwaga: „Czerwony ekran” nie oznacza, że pacjent nie ma prawa do świadczeń. Informuje jedynie o tym, że NFZ w tym dniu nie potwierdza jego prawa do świadczeń. Pacjent, który ma pewność, że takie uprawnienia posiada, może je potwierdzić z pomocą odpowiednich dokumentów lub poprzez złożenie oświadczenia.

W przypadku, kiedy pacjent potwierdza prawo do świadczeń decyzją wydaną przez wójta gminy (burmistrza, prezydenta miasta) na podst. art. 54 ustawy o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych, pracownik rejestracji robi kopię dokumentu i dołącza do dokumentacji pacjenta.

Po co ten MIP?

■ **Rozmowa z Wojciechem Mielnickim, Administratorem Bezpieczeństwa Informacji, Doradcą Dyrektora ds. bezpieczeństwa informacji.**

Panie Wojciechu, czym jest MIP?

MIP, czyli **Medyczny Identyfikator Pacjenta**, jest niepowtarzalnym numerycznym identyfikatorem nadawanym każdemu Pacjentowi, który rejestrowany jest w naszym Szpitalu.

W jakim celu MIP jest stosowany?

Dzięki MIP, osoby, które Pacjent upoważnił do dostępu do informacji dotyczących stanu jego zdrowia, mogą w sposób bezpieczny ją uzyskać -nawet telefonicznie. Możliwe jest również telefoniczne uzyskanie informacji dotyczących np. wyników badań.

Stosowanie numeru MIP rozwiązuje więc szereg problemów, które występują podczas codziennej pracy Szpitala, w związku z koniecznością pogodzenia wymagań etycznych oraz prawnych, związanych z zabezpieczeniem informacji o pacjencie, z przepisami dotyczącymi innych jego uprawnień.

Jak korzystać z MIP?

MIP dostaje każdy Pacjent podczas rejestracji i przyjmowaniu do Szpitala. Uzyskany MIP pacjent może przekazać osobom, które wcześniej upoważnił do dostępu do swoich danych. Ważne jest, by pacjent rozsądnie dobierał osoby, które faktycznie będą miały dostęp do jego medycznych danych osobowych; Zdarzało się, bowiem, że pacjent wybierał, jako jedyną uprawnioną, osobę, która ze względu na swój np. wiek lub chorobę nie była w stanie jego odwiedzić lub zatelefonować. Z tego tytułu pracownicy rejestracji, podczas wstępnego wypełniania dokumentacji medycznej, starają się rozmawiać na ten

temat. MIP może zostać przekazany osobie uprawnionej bezpośrednio przez pacjenta, lub - po weryfikacji uprawnień - przez personel medyczny Szpitala.

Korzystanie z przekazanego identyfikatora jest łatwe dla osób uprawnionych: W celu uzyskania informacji należy podać numer MIP oraz swoje imię i nazwisko.

Pracownik Szpitala - lekarz, po pozytywnym zweryfikowaniu uprawnień dzwoniącego do dostępu do danych, udziela odpowiedzi dotyczących medycznych danych osobowych adekwatnie do potrzeb/zainteresowania dzwoniącego.

Dla zachowania bezpieczeństwa, zaleca się, by pacjent jak też osoby, którym MIP został udostępniony, nie przekazywały go innym, nieuprawnionym podmiotom czy osobom.



Wojciech Mielnicki

Wydawca: Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II

Redakcja: Biuro Marketingu i Promocji
promocja@szpitaljp2.krakow.pl

Druk: Drukarnia Kraków
Marzec 2013

Nakład: 2 tys. egz.

