

naszemiasto.

GP24.pl

GŁOS
POMORZA

Gdzie
się leczyć

REKLAMA

**KONSULTACJE
LEKARSKIE**

PRYWATNIE BARDZO KRÓTKIE TERMINY

SALUS
ul. Zielona 8

TEL. 727 507 300

GINEKOLOG

ORTOPEDA

KARDIOLOG

0010045164

Rak nie czeka na koniec pandemii. Też nie czekaj i zrób kolonoskopię

Rak jelita grubego

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Kolonoskopia to badanie, którego wiele osób unika ze strachu - boi się, że jest nieprzyjemne i bolesne. Z reguły wcale tak nie jest. I często ratuje życie.

Rak jelita grubego jest jednym z najczęściej występujących nowotworów złośliwych w Polsce. Wcześniej zdiagnozowany nowotwór jest w pełni wyleczalny. Początkowe objawy choroby są nieswoiste i mogą sugerować inne schorzenia jamy brzusznej. Zachorowania można uniknąć, wykonując regularnie kolonoskopię.

Centrum Zdrowia Salus w Słupsku wykonuje kolonoskopię w ramach darmowego programu profilaktycznego. Koszty badań w całości pokrywa Ministerstwo Zdrowia z funduszy EFS. Trzeba jednak spełnić określone warunki.

Warunki wykonania badań:

* osoby w wieku 50 - 65 lat, niezależnie od wywiadu rodinnego,

* osoby w wieku 40 - 49 lat, które mają krewnego pierwszego stopnia, u którego rozpoznano raka jelita grubego,

* osoby w wieku 25 - 49 lat z rodziny z zespołem Lynch. W tej grupie osób konieczne jest potwierdzenie rozpoznania przynależności do rodziny z zespołem Lynch z poradni genetycznej na podstawie spełnienia tzw. kryteriów amsterdamskich i ewentualnego badania genetycznego.

* osoby w wieku 20-49 z rodziny z zespołem polipowatości rodzinnej gruczolakowatej (FAP). W tej grupie osób konieczne jest potwierdzenie rozpoznania przynależności do rodziny z FAP z poradni genetycznej.

Warunkiem kwalifikacji do badań jest wypełnienie Ankiety Programu, podpisanej przez lekarza POZ lub specjalistę:

* dla osób, które nie wykonywały kolonoskopii w ciągu ostatnich 10 lat;

* dla osób, u których nie występują objawy kliniczne sugerujące istnienie raka jelita grubego

Zakres badań:

* Wykonanie kolonoskopii diagnostycznej wraz z usunięciem polipów o wielkości do 15 mm włącznie i ich badaniem histopatologicznym oraz pobraniem wycinków z nacieku nowotworowego (plus badanie histologiczne).

* Skierowanie osób z polipami wielkości powyżej 15 mm lub licznymi polipami (10 lub więcej) oraz naciekiem nowotworowym do dalszego leczenia szpitalnego (endoskopowego lub chirurgicznego), niefinansowanego w ramach Programu, oraz uzyskanie informacji o wynikach tego dalszego leczenia.

Każdy pacjent zakwalifikowany do badania otrzymuje bezpłatnie preparat Fortrans

niezbędny w przygotowaniu do badania (oczyszczenia jelita). Badanie wykonywane jest z zastosowaniem środków przeciwbólowych i uspokajających.

Co zrobić po kolei:

Zgłoś się do swojego lekarza rodzinnego w celu wypełnienia ankiety kwalifikującej do programu lub skontaktuj się z Centrum Zdrowia SALUS w Słupsku.

Wypełnij ankietę i z podpisaną przez lekarza zgłoś się do Centrum Zdrowia SALUS w Słupsku celem wyznaczenia terminu badania i otrzymania preparatu do oczyszczenia jelita. W wyznaczonym terminie zgłoś się na badanie.

Gdzie wykonać badanie:

Centrum Zdrowia SALUS, Słupsk, ul. Zielona 8, tel. 721 212 137 (poniedziałek - piątek w godzinach 8.00 - 15.00), e-mail: endoskopia@salus.com.pl.

Pokonaj wstyd, pokonasz raka!



Pamiętaj, ludzie chorują nie tylko na COVID-19. Inne choroby wciąż istnieją i sieją spustoszenie w organizmie

Dbaj o zdrowie. Podpowiadamy, gdzie się leczyć

Od redaktora

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Mimo epidemii koronawirusa, leczenia u specjalisty nie należy odkładać. Poradnie dostosowały organizację pracy do zaostrzonego reżimu sanitarnego i czekają na pacjentów. Specjaliści apelują, aby zaniebyszyć swojego zdrowia.

Pandemia nie wyleczyła innych chorób, ale położyła się cieniem na polskiej medycynie. Często badania i wizyty u specjalistów są odwoływane. Dlaczego?

Na początku pandemii wszyscy zostaliśmy przestraszeni. Szpitale pracowały w innym trybie, wstrzymano planowe przyjęcia, przekładano wizyty u specjalistów.

Pacjent, który miał do wyboru albo zarazić się albo zaciąć zęby i wytrzymać jeszcze jakiś czas bez konsultacji lekarskiej, wybierał to drugie.

Zamieszanie spowodowane przekazem dotyczącym rozwoju pandemii w późniejszych miesiącach również nie pomogło. Pacjent był zdezorientowany, nie wiedział w co ma wierzyć. Tak jest do dzisiaj.

Pacjenci onkologiczni podczas pandemii są w najgorszej sytuacji. Ze statystyk wychodzi, że mamy zdrowsze społeczeństwo, mniej chorujące na nowotwory. To oczywiście ironiczne twierdzenie. To dowód na to, że potencjalnie chorzy pacjenci nie przyszli do lekarza, być może z powodu pandemii.

Niestety, zdaniem specjalistów, jest duże prawdopodobieństwo, że pacjenci, którzy teraz z różnych powodów nie zostali przebadani, po pandemii trafią do szpitala z zaawansowanym, rozsiazanym nowotworem. W tej chwili - jak mó-

wią lekarze - mamy odroczone wyroki śmierci.

Gdzie się leczyć?

W Pomorskiem czynne są praktycznie wszystkie poradnie specjalistyczne. Można z nich korzystać bez obaw o zakażenie. Pacjenci przyjmowani na pierwszą wizytę powinni być przyjęci przez lekarza osobiście. Kolejne wizyty i wizyty pacjentów, którzy od dawna są pod opieką poradni specjalistycznej, mogą odbywać się w formie teleporady lub wizyt osobistych. Teleporada to telefoniczna rozmowa z lekarzem, podczas której pacjent otrzyma od lekarza zalecenia, e-receptę, e-skierowanie do innej poradni lub na badanie, skierowania na badania laboratoryjne, potwierdzone zlecenie na wyroby medyczne czy zwolnienie lekarskie. O formie wizyty, ze względu na dobro pacjenta, decyduje lekarz. Wszystkie poradnie specjalistyczne w Pomorskiem są otwarte i prowadzą leczenie oraz diagnostykę pacjentów.

W naszym specjalnym dodatku „Gdzie się leczyć?” zachęcamy do zadbania o swoje zdrowie. Wskazujemy, które poradnie specjalistyczne mają podpisany kontrakt z NFZ, co oznacza, że wizyty w nich są darmowe.

W poszukiwaniu poradni, zachęcamy także do zaglądania na stronę internetową NFZ. Tam w zakładce „dla pacjenta - gdzie się leczyć”, znajdziemy wykaz wszystkich placówek medycznych, które mają podpisany kontrakt z NFZ.

Z kolei na stronie www.terminylleczenia.nfz.gov.pl, sprawdzimy, gdzie będziemy czekać najkrócej.

Epidemia sprawiła, że do niektórych poradni oraz na badania diagnostyczne kolejki znacznie się skróciły.



Kolonoskopia jest wstydlwym badaniem. Ale jeśli pokonasz wstyd, pokonasz raka. W trakcie stosuje się znieczulenie

Prywatna Przychodnia Lekarska **medica**



DIAGNOZOWANIE I LECZENIE OSTEOPOROZY

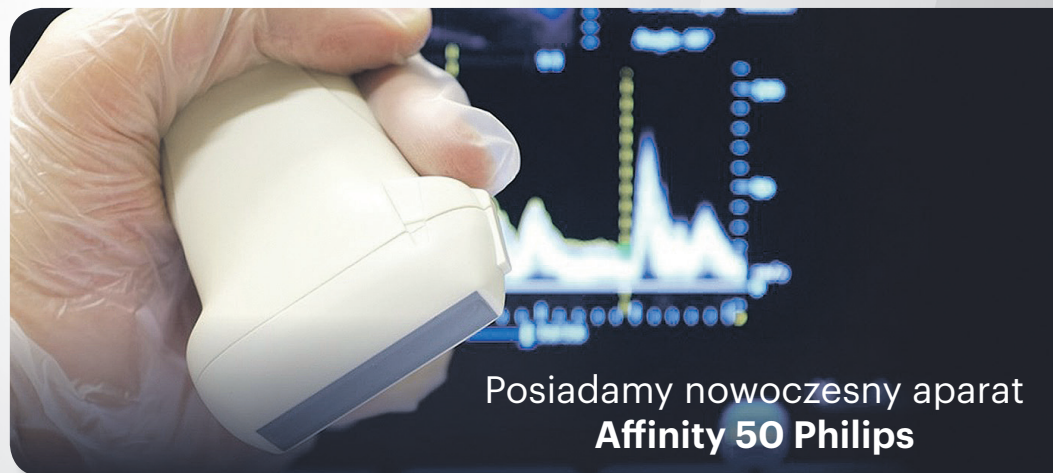
Od stycznia 2021 jesteśmy w posiadaniu nowego aparatu do badania gęstości mineralnej kości. Jest to nowoczesny, uznawany na świecie za jeden z najdokładniejszych, referencyjnych densytometrów - densytometr **Lunar (GE Medical System USA)**. Ten nowy aparat do diagnozowania i monitorowania leczenia osteoporozy oparty jest na najnowocześniejszych rozwiązaniach w zakresie badań gęstości kości.

Zapraszamy na badania!

GABINET USG

Badania USG

- ▶ jamy brzusznej, tarczycy, stawów,
- ▶ tkanek miękkich,
- ▶ jąder, węzłów chłonnych,
- ▶ badanie dopplerowskie tętnic:
 - szyjnych - dogłównych,
 - kończyn górnych,
 - kończyn dolnych,
- ▶ badania dopplerowskie żył,
- ▶ USG piersi.



Posiadamy nowoczesny aparat
Affinity 50 Philips

PRYWATNE SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

(doświadczeni lekarze specjaliści)

- ▶ reumatolog,
- ▶ hematolog,
- ▶ specjalista chorób wewnętrznych,
- ▶ kardiolog,
- ▶ neurolog,
- ▶ psychiatra.

Zapraszamy!



ZAPRASZAMY NA BADANIA

Słupsk, ul. Jodłowa 53 B (budynek za szpitalem)

rejestracja w godzinach: 11:00-15:00; tel. 59 846 86 37; 59 840 26 09; 602 614 972

<http://medica.slupsk.pl/>

Zadbaj o swoje piersi. Mammografia wykryje zmiany nowotworowe

Dla kobiet

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Mammografia w zwalczaniu raka piersi okazuje się najbardziej czułym i zarazem specyficznym badaniem. Panie w wieku 50-69 lat mogą je wykonać za darmo i bez skierowania w ramach programu NFZ. Pozostałe panie muszą mieć skierowanie lub zapłacić.

Na bezpłatne badania mammograficzne zaprasza Samodzielny Publiczny Miejski Zakład Opieki Zdrowotnej w Słupsku. Panie w wieku od 50 do 69 lat, które w ciągu ostatnich 2 lat nie wykonywały badania mammograficznego, mogą się zgłosić do Zakładu Rentgenodiagnostyki przy ulicy Tuwima 37 w Słupsku. Badanie finansowane jest przez Narodowy Fundusz Zdrowia.

Na badanie możesz się zarejestrować w dni powszednie w godzinach 7.30 -18 pod numerem telefonu: 59 847 45 20.



Zdjęcia wykonywane są przez technika elektoradiologii

W przypadku rejestracji telefonicznej wymagany będzie numer PESEL.

Informację o terminie, w którym wykonano ostatnie badanie mammograficzne pa-

centki uzyskają w rejestracji Zakładu RTG.

Panie proszone są o zabranie dowodu osobistego oraz zdjęć z poprzednich badań. Kolety, które nie są objęte

programem profilaktycznym mogą wykonać badanie bezpłatnie - na podstawie skierowania lekarskiego od lekarza specjalisty, z którym SPMZOZ ma podpisaną umowę lub od-

płatnie - posiadając zaświadczenie lekarskie o zasadności wykonania badania np. z prywatnego gabinetu lekarskiego.

Przygotowanie do badania

Niewątpliwą zaletą mammografii piersi jest fakt, iż nie wymaga ona specjalistycznego przygotowania. Zaleca się jednak, by tego typu badanie przeprowadzić w okresie mniejszej wrażliwości piersi na dotyk, czyli około 10. dnia cyklu miesiączkowego (w jego pierwszej fazie). Do samego badania pacjentka nie musi się specjalnie przygotowywać - wystarczy rozebranie górnej połowy ciała. Wykonanie zdjęć trwa zaledwie kilka minut i jest całkowicie nieinwazyjne. Standardowa mammografia piersi pozwala wykonać 4 zdjęcia - dwa prawej oraz dwa lewej piersi. Jedno wykonywane jest zawsze w projekcji górnej (górnodół), natomiast drugie - skośnej. W ten sposób możliwe jest uzyskanie pełnego obrazu.

Zdjęcia wykonywane są przez

elektoradiologii. Pomaga on pacjentce odpowiednio ustawić się przy aparacie oraz umieszcza pierś na specjalnym stoliku aparatu. W trakcie samego badania zostaje ona, za pośrednictwem specjalnej płytki z przejrzystego tworzywa, docisnięta do urządzenia. Jest to niezbędne, gdyż dzięki temu można zastosować minimalną dawkę promieniowania rentgenowskiego. Docisnięcie piersi pozwala też na jej unieruchomienie w trakcie badania mammograficznego, a co za tym idzie - umożliwia uzyskanie wyraźnego i precyzyjnego obrazu. Zastosowany ucisk nie stanowi jakiegokolwiek zagrożenia dla zdrowia pacjentki.

Badaniu mammograficznemu, w przypadku niektórych kobiet, może towarzyszyć chwilowy ból. Jest on jednak jedynie bardzo krótkim uczuciem dyskomfortu.

Warto jednak zrobić mammografię, gdyż tylko wcześniej wykryty rak piersi daje stuprocentową pewność całkowitego wyleczenia. ©©

REKLAMA

0010046063



DENTAL HOUSE

Dental House Klimsiak to nowoczesny i bezpieczny gabinet stomatologiczny zlokalizowany w Ustce. Specjalizujemy się w kompleksowym leczeniu stomatologicznym oraz w stomatologii estetycznej. Wyróżnia nas dokładność, estetyka, precyzja oraz holistyczne podejście do oczekiwania Pacjentów, których zadowolenie jest dla nas najważniejsze.

**STOMATOLOGIA | STOMATOLOGIA DZIECIĘCA
ENDODONCJA | PROTETYKA | ORTODONCJA**

KLIMSIK.COM 531 691 656



Samodzielny Publiczny Miejski Zakład Opieki Zdrowotnej



przyjmuje zapisy do lekarzy podstawowej
opieki zdrowotnej w swoich
przychodniach:

PORADNIE DLA DOROSŁYCH:

PORADNIE DLA DZIECI:

Przychodnia Rejonowa, ul. 11 Listopada 7,
☎ 59 847-41-70

Przychodnia Rejonowa, ul. Władysława Łokietka 6,
☎ 59 844-97-30/31

Przychodnia Rejonowa, ul. Juliana Tuwima 37,
☎ 59 847-45-30

Przychodnia Rejonowa, ul. Bohaterów Westerplatte 1,
☎ 59 844-76-00

Przychodnia Rejonowa, ul. Wojska Polskiego 49,
☎ 59 842-31-50 lub 59 848-35-60

Przychodnia Rejonowa, ul. 11 Listopada 7,
☎ 59 847-41-77 lub 59 845-54-07

Przychodnia Rejonowa, ul. Władysława Łokietka 6,
☎ 59 843-31-64 lub 59 844-97-20

Przychodnia Rejonowa ul. Bohaterów Westerplatte 1
☎ 59 844-76-02



Samodzielny Publiczny Miejski Zakład Opieki Zdrowotnej w Słupsku,
udostępnia dla swoich pacjentów na stronie **www.spmzoz-slupsk.pl**
elektroniczne formularze, umożliwiające łatwy i szybki kontakt
z przychodnią:

- ▶ **e-REJESTRACJA** - Rejestracja do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej;
- ▶ **e-WYNIKI LABORATORYJNE** - Dostęp do badań laboratoryjnych;
- ▶ **ELEKTRONICZNE ZAMAWIANIE RECEPT** - Zamawianie powtórek recept niezbędnych do kontynuacji leczenia;
- ▶ **FORMULARZ KONTAKTOWY** - Po wypełnieniu formularza skontaktujemy się z Państwem maksymalnie w ciągu 24 godzin.



ePUAP - Przesyłanie do SPMZOZ w Słupsku różnego rodzaju dokumentów w wersji elektronicznej, a także załatwianie wytypowanych spraw bez konieczności osobistego stawiennictwa w naszych placówkach.

Pacjenci **SPMZOZ w Słupsku** **nie muszą odbierać skierowania z rejestracji, jeśli lekarz podstawowej opieki zdrowotnej zlecił wykonanie badań laboratoryjnych lub prześwietlenie.**

Zlecenie przekazywane jest automatycznie do **Laboratorium** oraz **Zakładu Rentgenodiagnostyki** przy **ul. Tuwima 37**.

Wystarczy udać się do punktu pobrań lub zarejestrować na prześwietlenie podając numer PESEL.

Lekarz ma również bezpośredni dostęp do wyników badań laboratoryjnych oraz opisu prześwietlenia Pacjenta.

Idź do lekarza, rak nie poczeka. Zrób cytologię, wygrasz życie

Ginekologia

Oprac. Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Kontrolne wizyty u ginekologa są nadal tematem tabu wśród Polek. I pomimo coraz większej liczby kampanii zdrowotno-społecznych, zachęcających do regularnych badań, wiele kobiet w dalszym ciągu swoje zdrowie intymne spycha na dalszy plan.

Jak wynika z danych Narodowego Instytutu Onkologii, w 2020 roku zgłaszalność kobiet kwalifikujących się do badań przesiewowych spadła do zatrważających 14 proc. Rak szyjki macicy dotyczy blisko półtora miliona kobiet na całym świecie. Tylko w Polsce, ponad 3000 pacjentek rocznie słyszy diagnozę „RSM”. Wykryty dostatecznie wcześnie, w jego przedinwazyjnej fazie, daje dobre rokowania. Lekarze podkreślają, że jest to jeden z najbardziej „podatnych na profilaktykę” nowotworów złośliwych u kobiet. Niestety, według danych Krajowego Rejestru Nowotworów, w Polsce aż 40 proc. nowozdiagnozowanych przypadków raka szyjki macicy cechuje się wysokim stopniem zaawansowania.

Rak szyjki macicy - wszystkiemu winien HPV
Za rozwój stanów przedrakowych i raka szyjki macicy odpow-



Odpowiednio wcześniej wykryty rak szyjki macicy jest uleczalny. Warto poświęcić kilka minut

wiedzialny jest wirus brodawczaka ludzkiego (HPV). Ze względu na stopień zagrożenia dla zdrowia i życia, dzieli się na dwie grupy: wysokoonkogenne (wysokiego ryzyka) i niskoonkogenne (niskiego ryzyka). Do transmisji wirusa HPV dochodzi głównie w wyniku kontaktów seksualnych z osobą zakażoną, rzadziej przez kontakt powierzchni skórnych. Co ważne, obecność wirusa HPV stwierdza się w niemal 100 proc. przypadków inwazyjnych nowotworów szyjki macicy. Szacuje się,

że aż 80 proc. dorosłych kobiet prowadzących życie seksualne, zetknęło się lub zetknie w przyszłości z tym wirusem.

Nie da się całkowicie zabezpieczyć przed zakażeniem wirusem HPV, można jednak w znacznym stopniu ograniczyć ryzyko infekcji, między innymi poprzez stosowanie prezerwatywy i ograniczenie liczby partnerów seksualnych oraz współżycie wyłącznie z zaufanym partnerem. Dodatkową ochronę stanowi szczepionka przeciw HPV. Szczepić można osoby każdej płci, najlepiej

w wieku nastoletnim (11-12 lat), przed rozpoczęciem współżycia. Możliwe jest także szczepienie osób, które podjęły aktywność seksualną, ale w tym przypadku warto najpierw wykonać cytologię z typowaniem genów HPV - radzi Ewelina Śliwka-Zapaśnik, ginekolog Grupy LUX MED.

Badanie, które ratuje życie

W Skandynawii odsetek zgłaszalności kobiet kwalifikujących się do badań przesiewowych wynosi średnio 70-80 proc. Dla porównania,

w Polsce był on dotychczas stosunkowo niski i wynosił zaledwie 30 proc. Ubiegły rok i związana z nim sytuacja epidemiologiczna pogłębiła dodatkowo problem. Według ostatniego raportu Narodowego Instytutu Onkologii, uwzględniającego 2020 rok, z danymi z Narodowego Funduszu Zdrowia, zgłaszalność Polek na badanie cytologiczne zanotowała spadek niemal o połowę w stosunku do i tak niskiego wyniku 30 proc. sprzed pandemii. Pacjentki, w obawie przed zakażeniem wirusem SARS-CoV-2 odwoływały lub przekładały terminy wizyt.

Cytologia jest badaniem przesiewowym. Ma na celu wyłonić pacjentki, które - z racji predyspozycji i czynników warunkujących ryzyko rozwoju nowotworu - powinny być objęte dokładniejszą obserwacją. Rak szyjki macicy to nowotwór, który rozwija się niekiedy się latami. Można pokusić się o stwierdzenie, że to dobrze i źle zarazem. Z jednej strony, w przypadku pacjentki dbającej o profilaktykę, daje nam czas na odpowiednio wcześnie podjęcie leczenia, z drugiej jednak strony - nie dający objawów, a rozwijający się już w szyjce macicy nowotwór, może uśpić czujność. W szczególności kobiet, które unikają regularnych badań, które są przecież najważniejszym elementem profilaktyki. Wszyst-

kim moim pacjentkom przypominam, że rak nie poczeka, aż pandemia minie, a ryzyko zakażenia się koronawirusem w placówce, przy zachowaniu wszelkich środków ostrożności, nie jest wyższe niż w jakimkolwiek innym publicznym miejscu. Nie lekceważmy zdrowia, bo cena może być zbyt wysoka - mówi Ewelina Śliwka-Zapaśnik.

Celem cytologii jest zbadanie komórek szyjki macicy, aby dowiedzieć się, czy na szyjce nie ma groźnych zmian. Samo badanie jest bezbolesne, bezpieczne i skuteczne oraz pozwala wykryć niebezpieczne zmiany w początkowej fazie.

Obawa przed złym wynikiem cytologii nie powinna stanowić wymówki do wykonywania regularnych badań. Odkładanie w czasie wizyty kontrolnej u ginekologa jedynie pogłębia i wzmacnia stres związany ze strachem przed zachorowaniem. To błędne koło. Odpowiednio wcześniej wykryty rak szyjki macicy jest uleczalny. Jeśli zatem chcemy cieszyć się dobrym zdrowiem i długim życiem, warto raz w roku poświęcić te kilkanaście minut w gabinecie ginekologa.

W dzisiejszym dodatku publikujemy listę poradni specjalistycznych, które zawarły kontrakt z NFZ, w tym poradni położniczo-ginekologicznych (str. 13).

Kiedy zwykły pieprzyk może stać się nowotworem

Zadbaj o zdrowie

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Pacjenci przychodni rodzinnych SALUS mogą w swoich przychodniach korzystać z bezpłatnej profilaktyki w zakresie czerniaka skóry i raka jelita grubego. W ramach programu wykonywana jest zarówno edukacja, jak i darmowe konsultacje i badania.

Centrum Zdrowia Salus realizuje kilka programów profilaktycznych. Mimo trwającej pandemii, lekarze apelują, aby nie zapominać o profilaktyce w zakresie innych schorzeń.

Nowotwory skóry - czerniak

ETAP 1 - EDUKACJA obejmuje rozmowę edukacyjną na temat działań zapobiegających nowotworowi, wiedzy o samokontroli w zakresie zmian skórnych, możliwości

wykorzystania do tego nowoczesnych technologii oraz wypełnienie dokumentów programowych.

Skorzystać mogą:

- *osoby aktywne zawodowo w wieku 15-64 lata (edukacja)
- *osoby starsze pod warunkiem, że są nadal aktywne zawodowo

ETAP 2 - KONSULTACJA LEKARZA POZ to szczegółowe badanie skóry całego ciała - w przypadku wykrycia niepokojących zmian lekarz POZ kieruje do dermatologa na badanie dermatoskopowe.

Skorzystać mogą:

- *osoby w wieku 50-64 lub osoby w wieku 15-49 tylko przypadku jasnych zaleceń lekarza związanych z występowaniem czynników ryzyka lub występowania niepokojących znamion.

CZAS TRWANIA PROGRAMU

*do 31 grudnia 2021 r.

MIJESCE REALIZACJI

Przychodnie POZ SALUS - przy, ul. Piłsudskiego 2, tel. 841 37 63; Mochnackiego 1, 84 82 666; ul. Szafranka 10, 848 25 55, w Siemianicach, ul. Rzemieślnicza 10, 848 90 95.

Poradnia Dermatologiczna SALUS, Słupsk, ul. Zielona 8.

CO ZROBIĆ PO KOLEI

Skontaktuj się z dowolną przychodnią POZ SALUS i zapytaj o udział w programie - otrzymasz wszelkie niezbędne informacje. Projekt „ABCDE - Profilaktyka nowotworów skóry” w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014 - 2020 współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, realizowany na podstawie umowy pomiędzy SALUS Sp. z o.o. a Szpitalami Pomorskimi Sp. z o.o. z siedzibą w Gdyni.

lami Pomorskimi Sp. z o.o. z siedzibą w Gdyni.

Czerniak złośliwy

Czerniak jest nowotworem wywodzącym się z komórek barwnikowych - melanocytów, które rozwijają się z tkanki nerwowej powłok. Stanowi około 2% wszystkich zachorowań na nowotwory. Najczęstszym punktem wyjścia czerniaka jest skóra, ale może on powstawać także w obrębie błon śluzowych przewodu pokarmowego lub w gałce ocznej. Czerniak jest nowotworem o wysokim

Czerniak jest nowotworem wyleczalnym we wczesnym stadium. Przeżycie w czerniaku o grubości do 0,8 mm jest bliskie 100%

stopniu złośliwości. Może dawać przerzuty do okolicznych węzłów chłonnych, a także przerzuty odległe, najczęściej do płuci i mózgu.

Czerniak jest nowotworem wyleczalnym we wczesnym stadium rozwoju. Przeżycie w czerniaku o grubości do 0,8 mm jest bliskie 100%. Warunkiem wyleczalności jest wczesne wykrycie nowotworu i jego szybkie wycięcie, dlatego też tak ważna jest profilaktyka czerniaka. U kobiet czerniak najczęściej umiejscowiony jest na kończynach, w przypadku mężczyzn na tułowi.

Objawy czerniaka

Czerniak może rozwinąć się, pod wpływem różnych czynników, na podłożu już istniejących znamion barwnikowych lub powstać na skórze niezmienionej. Niepokój budzić powinny WSZELKIE! zmiany dotyczące już istniejących zna-

mion. Do najczęstszych objawów, wymagających konsultacji lekarza (onkolog, chirurg onkolog, dermatolog) należą: zgrubienie, zaczerwienienie wokół znamienia, swędzenie, krwawienie, powiększenie, zmiany zabarwienia, zmiana kształtu. Zmiany w obrębie znamienia, budzące niepokój onkologiczny, są określane jako ABCD:

A - asymetria - zmiana kształtu znamienia z okrągłej na niesymetryczną

B - brzegi - nierówne, postrzępione brzegi znamienia

C - kolor (ang. Color) - zmiany w zabarwieniu znamienia: ściemnienie, rozjaśnienie, różne zabarwienia w obrębie tego samego znamienia

D - rozmiar, średnica znamienia (ang. Diameter) - ocenie powinny być poddane wszelkie znamiona o wielkości powyżej 6 mm

©©

PRACOWNIA PROTETYCZNO - ORTOPEDYCZNA

ul. Portowa 18F, 76-200 Słupsk
tel. 59 8400576, 697005005

- indywidualne wykonanie protez nóg i rąk do wszystkich poziomów amputacji
- ortotyka (aparaty ortotyczne, ortezy, gorsety)
- wykonujemy obuwie ortopedyczne na indywidualne zamówienie

Realizujemy e-wnioski

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia



Szeroka gama wkładek,
zróżnicowana w zależności od
potrzeb pacjentów, aktywności
i rodzaju obuwia:

- wkładki gotowe
- indywidualne
- termoformowalne

„SKLEP MEDYCZNY JEST MIEJSCEM WYJĄTKOWYM – TO MIEJSCE GDZIE MOŻNA DOSTAĆ
PRODUKT, INFORMACJĘ, SERWIS ORAZ NADZIEJĘ NA LEPSZE ŻYCIE WŁASNE LUB BLISKICH.”

Specjalistyczny Sklep Zaopatrzenia Medycznego Pod Słowikiem R-O-M:

ul. Jana Pawła II
76-200 Słupsk
tel. 502 557 895
pon-pt 8:00-16:00

ul. Westerplatte 54A/2
76-200 Słupsk
tel. 608 601 773
pon-pt 9:00-17:00
sob 10:00-14:00

ul. Jedności Narodowej 36/95
76-100 Sławno
tel. 605 550 650
pon-pt 8:00-16:00

ul. Dworcowa 18
77-100 Bytów
tel. 502 557 891
pon-pt 9:00-17:00

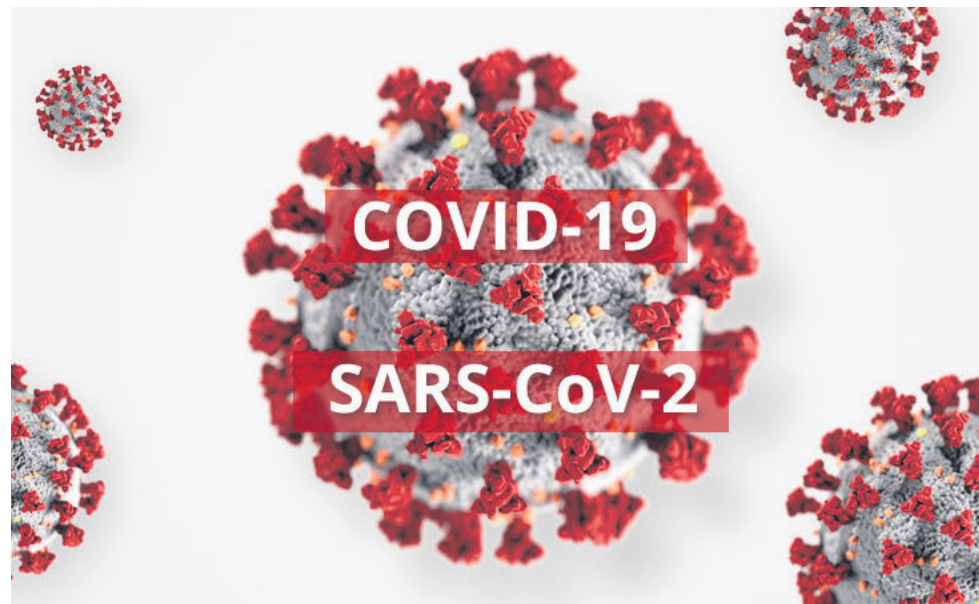
ul. Węgrzynowicza 7
84-300 Łębork
tel. 502 557 847
pon-pt 8:00-16:00

Jesteśmy z Wami od 1997 roku!



DLACZEGO WARTO SIĘ ZASZCZEPIĆ PRZECIWKO COVID-19?

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia



Bo uchronisz siebie przed niebezpieczeństwem

Z bardzo dużym prawdopodobieństwem – sięgającym nawet 95% – szczepienie uchroni Cię przed zakażeniem COVID-19.

Bo uratujesz komuś życie

Szczepiąc się, myślisz również o innych – członkach rodziny, przyjaciółach i znajomych. Ale także nieznajomych – spotkanych przypadkiem na ulicy, czy w sklepie. Dzięki Tobie zwiększy się również ich bezpieczeństwo. Nawet jeśli czujesz się młody i silny, poprzez zaszczepienie przerwiesz łańcuch zakażeń.

Bo możesz!

Szczepionki na koronawirusa są dobrowolne, bezpłatne i skuteczne.

Bo pomożesz zwalczyć pandemię na świecie

Od wybuchu epidemii na COVID-19 zmarło już ponad 1,5 mln ludzi na całym świecie. Każdy zaszczepiony to potencjalnie od kilku do kilkunastu osób uchronionych przed zarażeniem. Już 50% zaszczepionej populacji istotnie wpłynie na zmniejszenie ryzyka szerzenia się w niej koronawirusa.

Bo zyskasz spokój

Szczepiąc się, zyskasz wewnętrzny spokój, wynikający z bezpieczeństwa własnego i najbliższych.

Bo szczepionki są bezpieczne

Szczepionki są badane przez polskie i unijne instytucje. Ich dopuszczenie do użytku jest zależne od decyzji Europejskiej Agencji Lekowej.

Bo zostaniesz zbadany

Przed szczepieniem zostaniesz przebadany przez lekarza. Dzięki temu sprawdzisz swój aktualny stan zdrowia.

Bo dzięki Tobie szybciej wrócimy do normalności!

Szczepiąc się, przyczyniasz się do szybszego znoszenia ograniczeń i powrotu nas wszystkich do normalnego życia.

Szczepionki są najbardziej skuteczną metodą chroniącą przed zarażeniem różnymi chorobami. Ludzkość z powodzeniem korzysta z tej zdobyczy cywilizacji od kilkuset lat.

#SZCZEPIMYSIĘ

JAK OSOBA 70+ MOŻE ZAREJESTROWAĆ SIĘ NA SZCZEPIENIE?



przez infolinię
989



przez e-Rejestrację
na **pacjent.gov.pl**



w wybranym
punkcie szczepień



przez SMS o treści **SZCZEPIMYSIĘ**
na numer 664 908 556

MATERIAŁ INFORMACYJNY POMORSKIEGO ODDZIAŁU WOJEWÓDZKIEGO NARODOWEGO FUNDUSZU ZDROWIA

@skierowanie – KOLEJNE UŁATWIENIE DLA PACJENTÓW I LEKARZY

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

Od 8 stycznia 2021 roku **nie** ma już wszystkich skierowań są wystawiane wyłącznie elektronicznie. Tylko w pierwszym miesiącu obowiązywania skierowań w postaci elektronicznej lekarze wystawili blisko 2,5 mln skierowań na konsultacje i badania. Od momentu uruchomienia systemu w Polsce lekarze wystawili ponad 7,8 mln elektronicznych skierowań. Średnio dziennie wystawia się niemal 150 tysięcy tych elektronicznych dokumentów.

W styczniu 2021 roku rozpoczął się kolejny etap informatyzacji polskiego systemu ochrony zdrowia, bowiem do codziennej praktyki weszły e-skierowania. Wprowadzenie elektronicznych skierowań

jest ważne dla lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej i poradni specjalistycznych, ponieważ ułatwia proces kierowania i rejestrowania pacjentów na wizyty i badania, zmniejsza biurokratyczne obciążenia i pozwala wystawiać skierowania podczas teleporady bez potrzeby osobistej wizyty. Zaletą e-skierowań jest to, że nie mają one ściśle określonej daty ważności, dzięki czemu mogą zostać zrealizowane przez pacjenta w dowolnym terminie. Skierowania w postaci elektronicznej od 8 stycznia 2021 roku są obowiązkowo wystawiane na następujące świadczenia medyczne:

- ambulatoryjne świadczenia specjalistyczne finansowane ze środków publicznych,



- leczenie w szpitalu, który zawarł z NFZ umowę o udzielenie świadczeń opieki zdrowotnej,
- badania medycyny nuklearnej oraz badania tomografii komputerowej finansowane

- ze środków publicznych oraz ze środków innych niż środki publiczne,
- badania rezonansu magnetycznego, badania endoskopowe przewodu pokarmowego oraz badania

echokardiograficzne płodu finansowane ze środków publicznych. Na pozostałe świadczenia medyczne skierowania wystawia się na dotychczasowych zasadach,

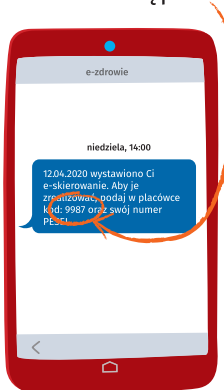
w postaci papierowej. W efekcie stosowania e-skierowań zniesiony został obowiązek dostarczenia oryginału skierowania w ciągu 14 dni, nie ma też konieczności gromadzenia i archiwizowania papierowych skierowań, wystarczającą będzie rejestracja przez telefon polegająca na podaniu przez pacjenta czterocyfrowego kodu oraz numeru PESEL. Wystawianie e-skierowań powinno zapobiec problemom występującym często na skutek zapisywania się przez pacjenta do kilku placówek na podstawie jednego skierowania. Wystawione e-skierowania można obserwować na Internetowym Koncie Pacjenta w serwisie pacjent.gov.pl.

Jak działa e-skierowanie?

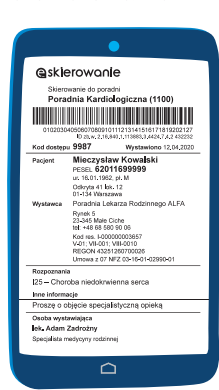
1 Lekarz wystawi e-skierowanie

2 Otrzymasz informację o e-skierowaniu

SMS
z 4-cyfrowym kodem dostępu



albo **e-mail**
z załączonym w PDF e-skierowaniem



Jeśli nie korzystasz z Internetowego Konta Pacjenta, lekarz da Ci **wydruk informacyjny**



3 Zapisz się na świadczenia medyczne na podstawie e-skierowania

- przez telefon – podaj **4-cyfrowy kod** i numer **PESEL** (już nie musisz dostarczać skierowania osobiście, to ważne szczególnie dla osób samotnych lub z ograniczonymi możliwościami poruszania się)
- osobiście – przekaż **4-cyfrowy kod** wraz z numerem **PESEL** lub przedstaw wydruk informacyjny albo informację o e-skierowaniu na ekranie swojego telefonu. Placówce wyposażonej w czytnik wystarczy kod kreskowy, aby pobrać e-skierowanie

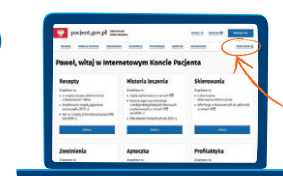
Co zrobić, by dostawać e-skierowania e-mailem lub SMS-em

1 Wpisz pacjent.gov.pl i kliknij „Zaloguj się”

2 Wybierz sposób logowania, na przykład:

- **profil zaufany (PZ)**
- **e-dowód**
- **bezpośrednio przez bank** – sprawdź czy Twój bank już to oferuje

3



Jesteś na swoim Internetowym Koncie Pacjenta. Kliknij „Moje konto”

4

Wpisz swój **numer telefonu** lub **e-mail**

5

Kliknij „Zapisz” – i już!

Warto mieć profil zaufany.
To Twój podpis elektroniczny, za pomocą którego załatwisz online wiele spraw urzędowych

Załącz profil zaufany!
To proste. Możesz:

- założyć go online przez bank (listę banków, w których możesz to zrobić znajdziesz w serwisie pz.gov.pl)
- zarejestrować się w serwisie pz.gov.pl, a następnie potwierdzić swój PZ w każdym oddziale NFZ, w urzędzie gminy, w urzędzie skarbowym lub w innej placówce oznaczonej znakiem profilu zaufanego

Listę punktów potwierdzających PZ znajdziesz na stronie pz.gov.pl

Więcej informacji o e-skierowaniu znajdziesz na: pacjent.gov.pl

Rehabilitacja w wodzie pomoże na ból kręgosłupa, otyłość oraz stres

Zdrowie

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

W ramach określonego reżimu sanitarnego rząd zdecydował o otwarciu m.in. basenów. Warto skorzystać z tej możliwości. Pływanie i ćwiczenia w wodzie to doskonały sposób zadbania zarówno o zdrowie, jak i o zgrabną sylwetkę.

Rehabilitacja w basenie może stać się panaceum na wiele dolegliwości. Pływanie poprawia ogólną formę, łagodzi bóle mięśni i stawów, koryguje wady postawy, wzmacnia serce. Jest sprawdzonym sposobem w walce ze stresem.

Na czym polega rehabilitacja w basenie?

Rehabilitacja w wodzie (pływanie i aquaerobic) przynosi bardzo dobre efekty. Ćwiczenia w wodzie wykonuje się prawie bez wysiłku, a mimo to poprawiają formę, rzeźbią sylwetkę i doskonale odprężają. Spora nadwaga, kiepska forma, bóle pleców, stawów czy kolan nie są przeszkodą dla gimnastyki w wodzie.

Rekreacyjne pływanie można uprawiać bez względu na wiek i fizyczną kondycję. Łączy w sobie trening aerobowy

(tlenowy) i ćwiczenia siłowe, nie powodując przy tym takiego zmęczenia, jak np. zajęcie w siłowni czy bieganie. Jest przyjemną i bezpieczną formą rehabilitacji. Wspomaga leczenie różnych schorzeń ortopedycznych, neurologicznych, kardiologicznych, metabolicznych. Kształtuje sylwetkę i relaksuje.

Rehabilitacja w basenie odciąża stawy i wzmacnia serce

Ze względu na opór wody pływanie i wykonywane w niej ćwiczenia są ćwiczeniami siłowymi. Ale jednocześnie wyporność wody powoduje, że odczuwany ciężar ciała jest nawet 10 razy mniejszy od rzeczywistego.

Trening w basenie przyniesie korzyści, jeśli będziemy pływać chociaż 3 razy w tygodniu po pół godziny.

Dlatego w wodzie ćwiczenia łatwiej wykonać niż w powietrzu, co ważne jest dla osób o słabej kondycji, po urazach, otyłych - nie przeciążają ścięgien, przyczepów, stawów ani mięśni. Woda przez swoją oporność amortyzuje wstrząsy i wymusza płynność ruchów, zapobiegając urazom. W wodzie człowiek nie upadnie, nie nabije sobie guza ani nie połamie kości, natomiast poprawi

koordynację ruchową i równowagę w schorzeniach neurologicznych czy zaburzeniach równowagi (w przypadku np. osób starszych).

Pływanie aktywizuje większość mięśni obręczy barkowej, klatki piersiowej, pleców, brzucha, nóg oraz stabilizujących

odcinek piersiowy i lędźwiowy kręgosłupa. W czasie pływania mięśnie uwalniają się od napięć nagromadzonych w nich pod wpływem stresu albo przebywania w jednej pozycji, a krążki międzykręgowe oddalają się od siebie, przynosząc ulgę w bólu.

Leczy wady postawy i osteoporozę

Pływanie zapobiega przeciążeniom, wadom postawy i pomaga je korygować. Ta forma aktywności zalecana jest głównie osobom, które mają problemy z kręgosłupem i stawami oraz profilaktycznie tym, któ-

rzy prowadzą siedzący tryb życia i stronią od sportu.

Pływanie odgrywa ważną rolę w profilaktyce i leczeniu osteoporozy - ściskanie kości przez mięśnie i obciążanie kości zwiększa ich gęstość. Zmuszając mięśnie do pracy, reguluje poziom cukru we krwi.

REKLAMA



TRZY FALE KLINIKA ZDROWIA

Klinika Zdrowia
gwarantuje
szeroki zakres
usług rehabilitacyjnych
pod okiem
wykwalifikowanych
fizjoterapeutów.

Dodatkowo zapraszamy na:

- turnusy rehabilitacyjne (zajęcia na sali gimnastycznej, rehabilitacja w wodzie, masaże, zabiegi)
- turnusy pocovidowe (zabiegi dobierane indywidualnie)
- laser wysokoenergetyczny (urazy, stany zapalne, zwyrodnienia stawów)
- leczenie wad postawy (zajęcia indywidualne i zajęcia grupowe)

W OFERCIE:

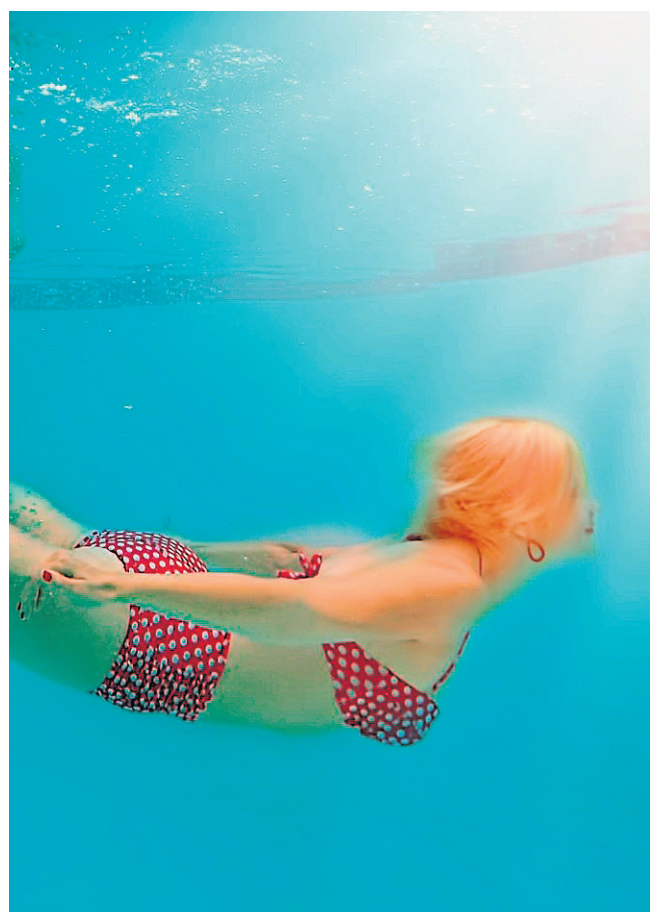
- rehabilitacja w wodzie
- terapia manualna
- kinezyterapia
- fizykoterapia
- korygowanie wad postawy
- kinesiologia taping
- masaż klasyczny
- chiropraktyka

TRZY FALE

887 808 812

ul. Grunwaldzka 8A, 76-200 Słupsk

www.rehabilitacja.trzyfale.slupsk.pl



FOT. PIXABAY.COM

Pływanie ma same korzyści. Przynosi ulgę dla kręgosłupa, odświeża i relaksuje

Chorowałeś na COVID-19? Zapisz się na rehabilitację w szpitalu

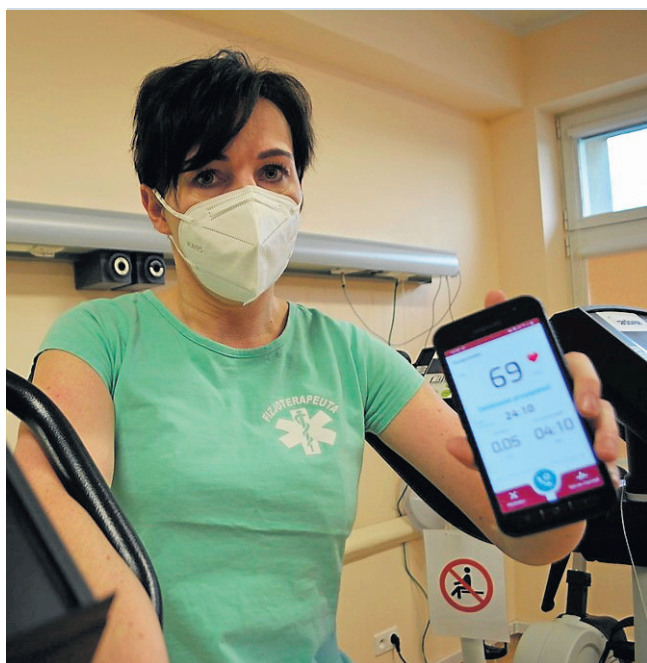
Pomorz

IMagdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janusza Korczaka w Słupsku zaczyna zapisy na dzienną rehabilitację kardiologiczną dla pacjentów z przebyciem COVID-19 z współtowarzyszącą chorobą układu krążenia lub po ostrym incydencie sercowo-naczyniowym. Rehabilitacja jest darmowa, ale tylko dla osób aktywnych zawodowo.

Wiele osób, które przechorowało COVID-19 ma powikłania i wymaga specjalistycznej rehabilitacji. Teraz jest ona możliwa w słupskim szpitalu.

- Chcemy jak najbardziej wspomóc pacjentów post-COVID w powrocie do jak najwyższej sprawności i pracy zawodowej - mówi Damian Sendrowski, koordynator oddziału kardiologicznego Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Słupsku. - Nowo pow-



Rehabilitacja pocovidowa jest możliwa w słupskim szpitalu, ale tylko dla aktywnych zawodowo

stały termin- LONG COVID określa niekorzystny zespół licznych objawów u ozdrowieńców dramatycznie obniża-

jący jakość życia i możliwości szybkiego powrotu do normalnej aktywności. Kaszel, duszność, zmęczenie, nawracające

bóle głowy, kołatanie serca, bóle w klatce piersiowej, bóle mięśni i stawów, depresja, utrata lub zmiana smaku i węchu, dolegliwości żołądkowo-jelitowe oraz problemy z uwagą, pamięcią i skupieniem - to najczęstsze dolegliwości na jakie skarżą się pacjenci z przebyciem COVID-19. Jednym ze sposobów poprawy jest udział w programach rehabilitacji - tłumaczy dr Damian Sendrowski.

Nowością w słupskim szpitalu będzie wdrożenie rehabilitacji hybrydowej z nadzorem telemetrycznym aktywności fizycznej w warunkach domowych. Program składa się z dwóch etapów.

I etap - wstępny - realizowany jest w trakcie kilku spotkań w oddziale/ośrodku rehabilitacji. Zakłada:

1. przeprowadzenie badań i testów w celu określenia aktualnego stanu klinicznego i wydolności fizycznej pacjenta.

2. indywidualne zaplanowanie treningu fizycznego na podstawie wykonanych badań;

3. teoretyczne i praktyczne szkolenie chorego i rodziny z zasad udzielania pierwszej pomocy/reanimacji krążeniowo-oddechowej.

4. nauka przeprowadzenia treningów realizowanych później w warunkach domowych.

5. konsultacje kardiologiczne, psychologiczne, dietetyczne.

II etap - podstawowy - tele-rehabilitacja

Etap realizowany jest w domu, gdzie pacjent wykonuje sesje treningowe, których nauczył się podczas etapu I, nadzorowane zdalnie z użyciem narzędzi telemedycznych - przenośnego ekg bluetooth, ciśnieniomierza bluetooth, wagi ciała bluetooth z natychmiastową transmisją danych do fizjoterapeuty/lekarza oraz możliwością kontaktu telefonicznego lub poprzez dedykowaną aplikację mobilną.

Pomoc dla pacjentów realizowana będzie w ramach programu: „Rehabilitacja kardiologiczna szansą na wydłużenie aktywności zawodowej miesz-

kańców województwa pomorskiego”, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Pomorskiego na lata 2014-2020”.

Dla kogo rehabilitacja kardiologiczna?

Jeżeli przebyłeś/przebyłaś COVID-19, jesteś osobą aktywną zawodowo i dodatkowo chorujesz na jedną z poniższych chorób: nadciśnienie tętnicze, chorobę wieńcową, chorobę naczyń obwodowych, niewydolność serca, zaburzenia rytmu serca, przebyte zapalenie mięśnia serca, stan po udarze mózgu, masz zdiagnozowaną wadę serca, przebyłaś/eś zabiegi rewaskularyzacji wieńcowej lub naczyń obwodowych lub amputację z powodów naczyniowych zgłoś się do nas.

Gdzie się zgłosić?

OPIEKUN PACJENTA: Milena Abramczuk tel. 509 575 216; www.radynauklady.pl

REKLAMA

0010042409

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janusza Korczaka

w Słupsku Sp. z o.o., ul. Hubalczyków 1



JEDNOSTKA
SAMORZĄDU
WOJEWÓDZTWA
POMORSKIEGO

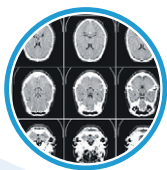


zapraszamy pacjentów

LECZENIE ZAĆMY

Na NFZ - BEZ LIMITÓW!

Rejestracja: poniedziałek - piątek w godz. 10.00 - 14.00
pod nr. tel. 59 84 60 470 lub 59 840 60 473



TOMOGRAFIA KOMPUSEROWA

/REZONANS MAGNETYCZNY

na NFZ - BEZ LIMITÓW!

Rejestracja: poniedziałek - piątek w godz. 7.00-18.00
pod nr. tel. 59 84 60 160 lub 59 84 60 161



KOORDYNOWANA

OPIEKA BARIATRYCZNA

Dowiedz się więcej:

www.szpital.slupsk.pl/bariatria

lek. Mateusz Wityk tel. 608 439 585

e-mail: bariatria@szpital.slupsk.pl

Stale dbamy o wasze zdrowie!

PORADNIE SPECJALISTYCZNE

POWIAT	PLACÓWKA MEDYCZNA	MIASTO	ULICA	TELEFON
--------	-------------------	--------	-------	---------

PORADNIA ALERGOLOGICZNA

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „ESKULAP”	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1/13-14	598 468 642
--------	---	--------	---------------------------	-------------

PORADNIA CHIRURGII DZIECIĘCEJ

Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 172
--------	--------------------------------	--------	-------------------	-------------

PORADNIA CHIRURGII NACZYNIOWEJ

Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
--------	--------------------------------	--------	-------------------	-------------

PORADNIA CHIRURGII OGÓLNEJ

Słupsk	Miejska Ambulatoryjna Opieka Zdrowotna w Słupsku	Słupsk	ul. Tuwima 37	598 474 528 598 474 500
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Centrum Zdrowia SALUS”	Słupsk	ul. Zielona 8	598 489 000
Słupsk	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Koszalinie	Słupsk	ul. Lelewela 58	598 412 006
Słupsk	Mapa Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
słupski	PZU ZDROWIE SPÓŁKA AKCYJNA	Ustka	ul. Mikołaja Kopernika 22	598 145 358
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 500
bytowski	Szpital Miejski w Miastku Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością	Miastko	ul. Generała J. Wybickiego 30	598 570 936

PORADNIA CHIRURGII ONKOLOGICZNEJ

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Centrum Zdrowia SALUS”	Słupsk	ul. Zielona 8	598 489 000
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Koszalinie	Słupsk	ul. Lelewela 58	598 412 006

PORADNIA CHOROÓB PŁUC

Słupsk	NZOZ PORADNIA CHOROÓB PŁUC I ALERGOLOGII	Słupsk	ul. Hubalczyków 5/1	598 420 184
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170

PORADNIA DERMATOLOGICZNA

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Dermis”	Słupsk	ul. Prosta 1/1a	598 403 700
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 747
Słupsk	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Koszalinie	Słupsk	ul. Lelewela 58	598 412 006
słupski	Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Ustce	Ustka	ul. Komandorska 54 Lędowo-Osiedle	261 231 239
bytowski	Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Medyczne „VITA”	Bytów	ul. Sikorskiego 57	598 222 339
bytowski	Przychodnia Urologii i Dermato-Wenerologii Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Gdańsku	Bytów	ul. Lęborska 11	730 274 876

PORADNIA DIABETOLOGICZNA

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 753
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 505

PORADNIA FIZJOTERAPII I REHABILITACJI

Słupsk	Centrum Rehabilitacji	Słupsk	ul. Sygietyńskiego 5	598 403 015
Słupsk	Centrum Rehabilitacji AVENIR	Słupsk	ul. Jana Kilińskiego 47A	598 413 048
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „AUXILIUM”	Słupsk	ul. Sienkiewicza 5a/1	598 413 388
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej SPEC-MED	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1A	598 431 829
Słupsk	Ortho-Cerebri	Słupsk	ul. Szczecińska 70	598 411 368
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 180
słupski	Centrum Rehabilitacji	Redzikowo	ul. Redzikowo 16B	598 403 016
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej SPEC-MED	Ustka	ul. Na Wydmie 5a	598 145 544
słupski	Nordmedic Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością	Garda Wielka	Plac Wolności 1	598 463 200
słupski	Reha-aktiv Luiza Weinmeister	Kępice	Plac Wolności 23 a	598 425 796
słupski	Zakład Opieki Zdrowotnej W. Polaczuk M. Polaczuk	Potęgowo	ul. Kościuszki 4A	598 115 325
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej - Maria Nowak	Czarna Dąbrówka	ul. Lęborska 9	598 212 480
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „REHAPOZ”	Studzienice	ul. Brzozowa 8	598 216 584
bytowski	NiepublicznyZakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego	Bytów	ul. Lęborska 11	598 228 749
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Lipnicy	Lipnica	ul. Słominskiego 33	598 218 393
bytowski	Szpital Miejski w Miastku Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością	Miastko	ul. Generała J. Wybickiego 30	598 570 974

PORADNIE GINEKOLOGICZNO-POŁOŻNICZE

Słupsk	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Michał Kisiel	Słupsk	ul. prof. Tadeusza Kotarbińskiego 7/1	601 650 067
Słupsk	Miejska Ambulatoryjna Opieka Zdrowotna w Słupsku	Słupsk	ul. WojskaPolskiego 49	598 483 581
Słupsk	Miejska Ambulatoryjna Opieka Zdrowotna w Słupsku	Słupsk	ul. 11 Listopada 7	598 454 892
Słupsk	Miejska Ambulatoryjna Opieka Zdrowotna w Słupsku	Słupsk	ul. Łokietka 6	598 431 301
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 749
Słupsk	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Koszalinie	Słupsk	ul. Lelewela 58	598 412 006
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Borzęcinie	Borzęcino	ul. Zjednoczenia 26	598 430 299
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Kobylnicy	Kobylnica	ul. Główna 54A	598 429 049
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Kobylnicy	Głobino	ul. Głobino 47	598 429 049
słupski	PZU ZDROWIE SPÓŁKA AKCYJNA	Ustka	ul. Leśna 10	598 145 339
bytowski	Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej Centrum Medyczne „VITA”	Bytów	ul. Sikorskiego 57	598 228 960
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej - Maria Nowak	Czarna Dąbrówka	ul. Lęborska 9	598 212 480
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 500
bytowski	Szpital Miejski w Miastku Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością	Miastko	ul. Generała J. Wybickiego 30	598 570 929

PORADNIA PATOLOGII CIĄŻY

Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 123
				598 460 123

PORADNIA HEMATOLOGICZNA

Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
--------	--------------------------------	--------	-------------------	-------------

PORADNIE KARDIOLOGICZNE

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Dermis”	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1A	539 420 756
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MEDICA” s.c.	Słupsk	ul. Jodłowa 53B	598 468 637
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 747
Słupsk	NZOZ Centrum Konsultacji Kardiologicznych	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1	597 251 626
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 761

PORADNIE LARYNGOLOGICZNE

Słupsk	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Małgorzata Lewicka-Kisiel	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1 5	598 468 634
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Centrum Zdrowia SALUS”	Słupsk	ul. Zielona 8	598 489 000
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 747
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
słupski	Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Ustce	Ustka	ul. Komandorska 54 Lędowo-Osiedle	261 231 239
bytowski	Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Medyceusz” s.c. E. Kicińska A. Kiciński	Bytów	ul. Sienkiewicza 5	598 226 677
bytowski	Poradnia Urologii i Dermato-Wenerologii Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Gdańsku	Bytów	ul. Lęborska 11	730 274 876

PORADNIA LECZENIA BÓŁU

Słupsk	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Koszalinie	Słupsk	ul. Lelewela 58	598 412 006
--------	---	--------	-----------------	-------------

PORADNIA CHORÓB ZAKAŻNYCH

Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
--------	--------------------------------	--------	-------------------	-------------

PORADNIA ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Słupsk	Centrum Zdrowia Psychicznego w Słupsku	Słupsk	ul. Obrońców Wybrzeża 4	598 322 576
Słupsk	Niepubliczny Specjalistyczny Psychiatryczny Zakład Opieki Zdrowotnej „SON”	Słupsk	ul. Ziemowita 1A	598 402 001
bytowski	Niepubliczny Specjalistyczny Psychiatryczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MEDEN AGEN” PZP Miastko	Miastko	ul. Wybickiego 30	598 572 275
bytowski	Niepubliczny Specjalistyczny Psychiatryczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MEDEN AGEN” PZP Bytów	Bytów	ul. Gen. Władysława Sikorskiego 30/1	598 221 132

PORADNIA LOGOPEDYCZNA

Słupsk	Specjalistyczny Ośrodek Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadą Słuchu Polskiego Związku Głuchych	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1/506	598 428 629
bytowski	„Centrum” Logopedii, Uzależnień i Mediacji Sądowych	Bytów	ul. Derdowskiego 7	723 079 161

PORADNIA MEDYCyny PALIATYWNEJ

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „PAL-MED”	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1/p. 48a	598 468 649
--------	---	--------	----------------------------	-------------

PORADNIA NEFROLOGICZNA

Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
bytowski	Regionalne Centrum Nefrologii	Miastko	ul. Wybickiego 30	598 570 220

PORADNIA NEONATOLOGICZNA

Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 172
--------	--------------------------------	--------	-------------------	-------------

PORADNIE OKULISTYCZNE

Słupsk	Grupowa Praktyka Lekarska „VIS-MED Słupsk” s.c. Bożena Sitkiewicz, Halina Żabińska, Jacek Papierowski Poradnia Okulistyczna 24	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1/24,47,48	598 468 626 598 468 627 598 468 638
Słupsk	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Beata Fiutowska-Plecka	Słupsk	ul. Armii Krajowej 1A/1	598 468 624
Słupsk	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Izabella Nisiewicz-Jacek	Słupsk	ul. Wojska Polskiego 49/310	730 264 855
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Centrum Zdrowia SALUS”	Słupsk	ul. Zielona 8	598 489 000
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 747
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
słupski	PZU ZDROWIE SPÓŁKA AKCYJNA	Ustka	ul. Mikołaja Kopernika 22	598 145 358
słupski	Wojkowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Ustce	Ustka	ul. Komandorska 54	261 231 239
bytowski	Niepubliczny Specjalistyczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MEDICUS”	Bytów	ul. KS. DR B. SYCHTY 3	598 223 111
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „ONYX”	Miastko	ul. OSIEDLE CEGLANE 1	598 578 134

PORADNIA ONKOLOGICZNA

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Centrum Zdrowia SALUS”	Słupsk	ul. Zielona 8	598 489 000
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170

PORADNIA CHIRURGICZNO-ORTOPEDYCZNA

Słupsk	Miejska Ambulatoryjna Opieka Zdrowotna w Słupsku	Słupsk	ul. Tuwima 37	598 474 526
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej SPEC-MED	Słupsk	ul. Jana Pawła II 1A	598 431 829
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 170
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 500

PORADNIA UROLOGICZNE

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 747
Słupsk	Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji w Koszalinie	Słupsk	ul. Lelewela 58	598 412 006
bytowski	Przychodnia Urologii i Dermato-Wenerologii Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Gdańsku	Bytów	ul. Lęborska 11	730 274 876

BADANIA DIAGNOSTYCZNE

Pracownia endoskopii - Gastroskopia i kolonoskopia

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Centrum Zdrowia SALUS”	Słupsk	ul. Zielona 8	598 489 000
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 530
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 716
bytowski	Szpital Miejski w Miastku Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością	Miastko	ul. Generała J. Wybickiego 30	598 570 939

Pracownia rezonansu magnetycznego i tomografu komputerowego

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „Centrum Zdrowia SALUS”	Słupsk	ul. Zielona 8	598 489 000
Słupsk	Specjalistyczny Słupsk	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 160
bytowski	„NOBO” Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 780

POMOC MEDYCZNA W NAGŁYCH PRZYPADKACH

POWIAT	PLACÓWKA MEDYCZNA	MIASTO	ULICA	TELEFON
Słupsk	Centrum Zdrowia Psychicznego w Słupsku IZBA PRZYJĘĆ	Słupsk	ul. Obrońców Wybrzeża 4	598 322 555
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia Stomatologiczna AMBULATORIUM STOMATOLOGICZNE	Słupsk	ul. Wiejska 27	598 402 772
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk SZPITALNY ODDZIAŁ RATUNKOWY	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 490
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk PORADNIA NOCNEJ I ŚWIĄTECZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 600
słupski	Szpital Specjalistyczny Słupsk PORADNIA NOCNEJ I ŚWIĄTECZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ	Ustka	ul. Mickiewicza 12	598 154 228
słupski	Szpital Specjalistyczny Słupsk Poradnia nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej	Kobylnica	ul. Główna 54A	598 429 049
bytowski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego IZBA PRZYJĘĆ SZPITALA	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 500
bytowski	Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Powiatu Bytowskiego PORADNIA NOCNEJ I ŚWIĄTECZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ	Bytów	ul. Lęborska 13	598 228 744
bytowski	Szpital Miejski w Miastku PORADNIA NOCNEJ I ŚWIĄTECZNEJ OPIEKI ZDROWOTNEJ	Miastko	ul. Generała J. Wybickiego 30	598 570 917
bytowski	Szpital Miejski w Miastku Izba przyjęć szpitalna	Miastko	ul. Generała J. Wybickiego 30	598 570 917

Gdzie zrobisz test w kierunku COVID? Za darmo, ze skierowaniem lub bez

Pomorze

Magdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Gdy nie masz pewności, czy twoje symptomy chorobowe, są objawem zarażenia koronawirusem, zrób test w kierunku COVID-19.

Wysoka gorączka, kaszel, duszności, utrata węchu lub smaku – to objawy, które powinny skłonić cię do działania. Najważniejsza jest samoizolacja i telefon do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej. Od jego decyzji zależy dalsze postępowanie.

Objawy

Jeśli obserwujesz u siebie: wysoką gorączkę, kaszel, duszności, utratę węchu lub smaku, a także bóle mięśni i głowy, biegunkę, wysypkę – przede wszystkim odizoluj się od innych osób i skontaktuj się z lekarzem pierwszego kontaktu. Lekarz zdecyduje o ewentualnym skierowaniu na test w kierunku koronawirusa.



FOT. LUKASZ CAPAR

Do punktu wymazowego przy ul. Westerplatte w Słupsku podjeżdżamy samochodem

Skierowanie na test

Aby wykonać test w kierunku koronawirusa za darmo, potrzebne jest skierowanie od lekarza pierwszego kontaktu. W Słupsku jest jednak jeden

punkt wymazowy, w którym skierowanie nie jest wymagane. Kwalifikacja do wykonania testu odbywa się za pomocą ankiety, która przeprowadzana jest przez telefon.

Punkty wymazowe

Słupsk

* Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. Janusza Korczaka w Słupsku Sp. z o.o., ul.

Hubalczyków 1, tel. 59 846 01 02, 59 846 04 90, 59 846 01 02; 59 846 04 90 - pon.-niedz. 7-15 (potrzebne skierowanie);

* Diagnostyka Sp. z o.o., ul. Tuwima 23, tel. 661 621 569 pon. - pt. 14.30-17.30, sob. - niedz., święta 8-11 (potrzebne skierowanie);

* Punkt pobrania na dzień dzisiejszy Akademii Pomorskiej (przy ul. Westerplatte), czynny od poniedziałku do soboty w godzinach, telefoniczna rejestracja pod numerem 58 727 05 05 od poniedziałku do piątku w godzinach 9-15, w weekendy - 9-12.

Z badania może skorzystać każdy, kto zaobserwował u siebie niepokojące objawy mogące świadczyć o zarażeniu koronawirusem. Wystarczy zadzwonić pod nr tel. 58 727 05 05 i po przeprowadzeniu wywiadu może zostać zakwalifikowany. Badanie jest bezpłatne.

Bytów

* Szpital Powiatu Bytowskiego Sp. z o.o., ul.

Lęborska 13, tel. 731 997 391 pon. - niedz. 9-11 (ze skierowaniem);

Miastko

* Szpital Miejski w Miastku Sp. z o.o. ul. Generała J. Wybickiego 30, tel. 59 857 09 17, pon. - niedz. 8-10 i 15-16 (ze skierowaniem).

Ustka

* Diagnostyka Sp. z o.o., ul. Kopernika 19, tel. 798 764 620, pon. - pt. 15-17, sob. - niedz. i święta 8-10 (ze skierowaniem).

Ważne!

Od czasu skierowania na test automatycznie jesteś na kwarantannie (10 dni od dnia następującego po dniu zlecenia testu). Kwarantanna nie dotyczy jednak twoich domowników.

Jeżeli wynik testu okaże się dodatni, automatycznie zostajesz objęty izolacją. W zależności od stanu zdrowia lekarz może skierować Cię do szpitala lub zalecić leczenie w domu.

REKLAMA

0010047161



☎ 42 208 10 00

SZYBKIE TERMINY BADAŃ NA NFZ

**TOMOGRAF
KOMPUTEROWY
W KARTUZHACH**



Kartuzy, ul. Mściwoja II 9

NZOZ Centrum Medyczne Kaszuby Spółka z o.o.

☎ 58 681 31 12

**REZONANS
MAGNETYCZNY
W LĘBORKU**



Lębork, ul. Węgrzynowicza 13

Na terenie SPZOZ

☎ 59 722 88 00

www.wizjamed.pl

SzczepieniaMagdalena Olechnowicz
magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

W całym kraju trwa akcja szczepień przeciw COVID-19. Szczepieni są seniorzy powyżej 70. roku życia oraz nauczyciele. Pozostałe grupy muszą czekać na swoją kolej i na dostawy szczepionek, których wciąż jest za mało.

Osoby, które mają 70 lat lub więcej, a jeszcze się nie zarejestrowały, mogą cały czas to zrobić. Jednak trzeba uzbroić się w cierpliwość i czekać na wyznaczenie terminu. Dotychczasowe terminy do końca marca zostały wyczerpane. Kolejne pojawią się, gdy do punktów szczepień dotrą kolejne dostawy szczepionek.

Jak się zarejestrować?

Sposobów jest kilka.

1. Można zadzwonić na bezpłatną infolinię Narodowego Programu Szczepień: 989.

2. Można skontaktować się z wybranym punktem szczepień (lista w ramce obok).

3. Można też zapisać się poprzez e-rejestrację.

Żeby zapisać się na szczepienie w ten sposób, trzeba się załogować profilem zaufanym lub dowodem osobistym z warstwą elektroniczną (e-dowód). Osoby, które mają konto internetowe w bankach spółdzielczych, PKO BP lub Pekao SA mogą załogować się do tego formularza takimi samymi danymi, jakimi logują się na swoje konto internetowe iPKO lub Inteligo w PKO BP, konto internetowe w Pekao SA lub banku spółdzielczym.

Podczas rejestracji możesz wybrać dokładny termin oraz miejsce szczepienia, a następnie otrzymasz SMS z potwierdzeniem umówienia wizyty na szczepienie. Do rejestracji nie potrzebujesz żadnych dodatkowych danych czy dokumentów, wystarczy, że podasz swój numer PESEL.

Pamiętaj, że możesz wybrać dowolny punkt szczepień, niekoniecznie najbliższy. Jeśli żaden z proponowanych terminów nie będzie Ci pasował albo będziesz chciał zaszczepić się w innym punkcie, w innym mieście – będzie taka możliwość. Wystarczy, że skorzystasz z dostępnej wyszukiwarki i wskażesz dogodną dla Ciebie datę i lokalizację.

Zaraz po dokonaniu rezerwacji, otrzymasz powiadomienie SMS-em, a następnie, również SMS-em, przypomnienie



W pierwszej kolejności szczepieni są seniorzy powyżej 70. roku życia. Pozostali muszą czekać na swoją kolej

Szczepienia od A do Z. Jak się zarejestrować? Jak się przygotować?

na dzień przed planowanym terminem szczepienia.

Jeśli masz mniej niż 70 lat

Najpierw szczepieni są seniorzy. Dlatego teraz jeszcze nie możesz się umówić na szczepienie, ale już możesz zgłosić chęć zaszczepienia się. Dzięki temu, kiedy szczepienia będą dostępne dla Twojej grupy wiekowej, zostaniesz o tym poinformowany mailem. Informację o tym, że zaczynają się szczepienia dla kolejnej kategorii wiekowej osób znajdziesz też na stronie [www.gov.pl/web/szczepimysie](https://szczepimysie.pacjent.gov.pl)

Zgłoszenie chęci zaszczepienia się

Wejdź na formularz zgłoszenia chęci zaszczepienia się – jest dostępny pod adresem: <https://szczepimysie.pacjent.gov.pl>.

Wpisz swoje dane we wskazanych miejscach – imię i nazwisko, numer PESEL, adres mailowy, kod pocztowy i opcjo-

nalnie numer telefonu i kliknij na „Wyślij formularz”.

Na adres mailowy, który podałeś w formularzu zgłoszenia chęci zaszczepienia się, otrzymasz wiadomość z prośbą o potwierdzenie zgłoszenia. Po kliknięciu w link Twój formularz zostanie zatwierdzony i zapisany w systemie.

W momencie ogłoszenia terminu szczepień dla Twojej grupy wiekowej dostaniesz mail z informacją, że masz już wystawione e-skierowanie i możesz umówić się na szczepienie. Wypełnienie tego formularza nie jest jednak obowiązkowe. Wszystkie osoby w grupie wiekowej dla której ruszają szczepienia, o ile posiadają numer PESEL, będą mieć wystawione automatyczne e-skierowanie.

Ważne! Zgłoszenie chęci szczepienia nie jest rejestracją na szczepienie. Zapisać się na konkretny termin szczepienia będzie można dopiero w momencie, kiedy zostaną

ogłoszone terminy szczepienia dla Twojej grupy wiekowej i zostanie dla Ciebie wystawione e-skierowanie.

Jak się przygotować na szczepienie?

Szczepienie nie wymaga żadnego przygotowania. Nie trzeba być na czczo, szczepienie można wykonać o dowolnej porze dnia. Szczepionka będzie podana w formie iniekcji w ramię. Jak przed każdym innym szczepieniem, lekarz na początku kwalifikuje pacjenta do podania szczepionki odbywającą się w trakcie tej samej wizyty.

Osoba, która otrzymała szczepionkę (lub jej opiekun) otrzymuje „Kartę identyfikacji i przypomnienia o szczepieniu” zawierającą termin podania drugiej dawki szczepionki.

Co należy mieć ze sobą?

Wymagany jest dokument tożsamości. Pacjent zgłasza się sam bez osób towarzyszących

(wyjątek stanowią osoby niesamodzielne, które wymagają pomocy), osoby z chorobami albo w trakcie diagnostyki i leczenia proszone są o przygotowanie dokumentacji medycznej, osoby przyjmujące stałe leki proszone są o przygotowanie listy leków.

Po szczepieniu wskazane jest odczekanie w przychodni przynajmniej 15-30 minut po podaniu szczepienia.

Przed szczepieniem lekarz przeprowadza badanie kwalifikacyjne, w trakcie tego badania poinformuj o tym, czy cierpisz na jakiegokolwiek alergię, masz gorączkę, masz zaburzenia krzepliwości krwi i przyjmujesz leki przeciwzakrzepowe, masz obniżoną odporność lub przyjmujesz leki wpływające na układ odpornościowy, jesteś w ciąży lub planujesz ciążę lub karmisz piersią, zaszczepiono cię inną szczepionką przeciwko COVID-19. Dostaniesz do wypełnienia kwestionariusz, który znajduje się na stronie 17. ©

PUNKTY SZCZEPIEŃ**Gdzie zaszczepić się w Słupsku**

- „Lekarz Domowy” - ul. Kołłątaja 31 (tel. 603 297 800) oraz ul. Chełmońskiego 3 (tel. 601 313 898)
- „AUXILIUM” Lidzińska Słojka Dołek, ul. Jana Pawła III, tel. 59 846 86 25 lub 59 846 86 35
- INVICTA sp. z o.o., ul. Leszczynowa 43/46, 600 466 758,
- Przychodnia przy ul. Lelewela 58,
- SPM ZOZ, ul. 11 Listopada 7; tel. 721 201 115
- Szpital Specjalistyczny, ul. Hubalczyków 1, tel. 59 84 60 700
- Salus, ul. Piłsudskiego 2, tel. 729 929 381, 885 904 943
- Salus, ul. Mochnackiego 1, tel. 59 84 82 666, 84 56 999, 885 904 941
- Salus, ul. Szafranka 10 - tel. 59 848 25 55, 848 25 50, 885 904 944
- Salus, ul. Zielona 8, 59 848 90 00

Gdzie się zaszczepić w powiecie słupskim?

- Salus, Siemianice, ul. Rzemieślnicza 10, tel. 59 848 90 95 oraz 887 87 87 16, 885 904 942
- Andrzej Proniewski Gabinet Szczepień, gm. Główny, Poblócie 8; tel. 59 811 65 09
- Violetta Kazimieruk NZOZ PRZYCHODNIA RODZINNA, Smółdzino, ul. Bema 12, tel. 59 811 73 30
- SPM ZOZ w Smółdzinie, ul. Ogrodowa 12, tel. 59 811 73 76
- Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „VESALIUS” s.c.w Duninowie; tel. 59 810 07 79
- Cezary Adam Zielewski NZOZ CEZ-MED, Potęgowo, ul. Kościuszki, tel. 59 811 52 89
- Reha-aktiv Luiza Weinmeister, Kępice, pl. Wolności 23a; tel. 609560063
- Ewa Bińczyk, NZOZ „EWA-MED”, Sycewice, ul. Słupska 14A, tel. 59 846 64 68
- Elżbieta Basaj-Grabowska Poradnia lekarza POZ, Budowo 41; tel. 59 858 12 98
- NZOZ w Kobylnicy, ul. Główna 54A, 605 983 911
- NZOZ w Kobylnicy - Łupawa; tel. 605 983 911
- PZU ZDROWIE S.A. - Ustka, ul. Kopernika 18; tel. 59 814 53 64
- NZOZ Krystyna Stus POZ, Borzęcino 5; tel. 59 858 26 78
- Niepubliczny ZOZ Krystyna Stus, Dębica Kaszubska, Antoniego Kani 26, tel. 59 843 02 99.

Szczepienie nie wymaga żadnego przygotowania. Nie trzeba być na czczo. Można je wykonać o dowolnej porze dnia.



KANCELARIA PREZESA
RADY MINISTRÓW



Ministerstwo Zdrowia

Imię i nazwisko pacjenta:

PESEL lub seria i nr paszportu:

Kwestionariusz wstępnego wywiadu przesiewowego przed szczepieniem osoby dorosłej przeciw COVID-19

Kwestionariusz należy wypełnić przed wizytą u lekarza. Odpowiedź na poniższe pytania pozwoli lekarzowi zdecydować, czy można u Pani/Pana wykonać w dniu dzisiejszym szczepienie przeciw COVID-19. Odpowiedzi będą wykorzystane przez lekarza w czasie kwalifikacji do szczepienia. Lekarz może zadać dodatkowe pytania. W przypadku niejasności, należy poprosić o wyjaśnienie pracownika medycznego realizującego szczepienie.

Lp.	Pytania wstępne	Tak	Nie
1.	Czy w ciągu ostatnich 4 tygodni miała Pani/miał Pan dodatni wynik testu genetycznego lub antygenowego w kierunku wirusa SARS-CoV-2?		
2.	Czy w ciągu ostatnich 14 dni miała Pani/miał Pan bliski kontakt lub mieszka z osobą, która uzyskała dodatni wynik testu genetycznego lub antygenowego w kierunku wirusa SARS-CoV-2 lub mieszka z osobą, która miała w tym okresie objawy COVID-19 (wymienione w pyt. 3–5)?		
3.	Czy w ciągu ostatnich 14 dni miała Pani/miał Pan podwyższoną temperaturę ciała lub gorączkę?		
4.	Czy w ciągu ostatnich 14 dni występował u Pani/Pana nowy, utrzymujący się kaszel lub nasilenie kaszlu przewlekłego z powodu rozpoznanej choroby przewlekłej?		
5.	Czy w ciągu ostatnich 14 dni wystąpiła u Pani/Pana utrata węchu lub odczucia smaku?		
6.	Czy w ciągu ostatnich 14 dni wróciła Pani/wrócił Pan z zagranicy (strefa czerwona)?		
7.	Czy otrzymała Pani/otrzymał Pan jakąkolwiek szczepionkę w ciągu ostatnich 14 dni?		
8.	Czy Pani/Pan czuje dzisiaj przeziębienie lub ma biegunkę, lub wymioty?		

Jeśli odpowiedź na którekolwiek z powyższych pytań jest pozytywna, szczepienie przeciw COVID-19 powinno zostać odroczone. Na szczepienie należy zgłosić się wtedy, gdy wszystkie odpowiedzi na ww. pytania będą negatywne. W razie wątpliwości należy skontaktować się z lekarzem realizującym szczepienia.

Lp.	Pytania dotyczące stanu zdrowia	Tak ^a	Nie	Nie wiem ^a
1.	Czy dziś czuje się Pani/Pan chora/chory, czy występuje pogorszenie (zaostrenie) choroby przewlekłej?			
2.	Czy w przeszłości lekarz rozpoznał u Pani/Pana ciężką, uogólnioną reakcję alergiczną (wstrząs anafilaktyczny) po podaniu jakiegoś leku lub pokarmu, albo po ukąszeniu owada?			
3.	Czy wystąpiła u Pani/Pana kiedykolwiek ciężka niepożądana reakcja po szczepieniu?			
4.	Czy lekarz rozpoznał kiedyś u Pani/Pana uczulenie na glikol polietylenowy (PEG) lub inne substancje ¹ ?			
5.	Czy choruje Pani/Pan na chorobę znacznie obniżającą odporność (nowotwór złośliwy, białaczkę, AIDS lub inne choroby układu immunologicznego)?			
6.	Czy otrzymuje Pani/Pan leki osłabiające odporność (immuno-supresyjne), np. kortyzon, prednizon lub inny kortykosteroid (deksametazon, Encortolon, Encorton, hydrokortyzon, Medrol, Metypred itp.), leki przeciw nowotworom złośliwym (cytostatyczne), leki zażywane po przeszczepieniu narządu, radioterapię (napromienianie) lub leczenie z powodu zapalenia stawów, nieswoistego zapalenia jelita (np. choroby Crohna) lub łuszczycy?			
7.	Czy choruje Pani/Pan na hemofilię lub inne poważne zaburzenia krzepnięcia? Czy otrzymuje Pani/Pan leki przeciwkrzepliwe?			
8.	(tylko dla Pań) Czy jest Pani w ciąży?			
9.	(tylko dla Pań) Czy karmi Pani dziecko piersią?			
10.	Czy ma Pani/Pan wątpliwości do zadanych pytań? Czy którekolwiek z pytań było niejasne?			

^a Odpowiedź TAK lub NIE WIEM, na którekolwiek pytanie wymaga dodatkowego wyjaśnienia przez lekarza.

Formularz wypełniony przez: Data:

Formularz sprawdzony przez: Data:

Oświadczenie

Oświadczam, że dobrowolnie wyrażam zgodę na wykonanie szczepienia przeciw COVID-19

Potwierdzam, że zostały mi przekazane informacje dotyczące tego szczepienia i je zrozumiałam/zrozumiałem. Zostały mi udzielone również odpowiedzi na wszystkie zadane przeze mnie pytania i zrozumiałam/zrozumiałem udzielone mi odpowiedzi.

.....
Data i podpis

¹ Więcej informacji na temat składu szczepionki można znaleźć w Ulotce dla pacjenta, dostępnej na stronie urpl.gov.pl. Ulotkę udostępnia personel realizujący szczepienia.

GABINETY STOMATOLOGICZNE

POWIAT	PLACÓWKAMEDYCZNA	MIASTO	ULICA	TELEFON
Słupsk	Indywidualna Praktyka Lekarska Kamila Markiewicz	Słupsk	ul. Frąckowskiego 15/55	598 437 486
Słupsk	Praktyka Stomatologiczna Kalina Kwiatkowska	Słupsk	ul. Księżnej Zofii 2	598 435 675
Słupsk	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Jerzy Wróbel	Słupsk	ul. Konopnickiej 17/2	502 064 786
Słupsk	Miejska Ambulatoryjna Opieka Zdrowotna w Słupsku PORADNIA STOMATOLOGICZNA	Słupsk	ul.11 Listopada 7	598 454 892
Słupsk	Miejska Ambulatoryjna Opieka Zdrowotna w Słupsku PORADNIA STOMATOLOGICZNA	Słupsk	ul. Tuwima 37	598 474 560
Słupsk	Zakład Opieki Zdrowotnej „IDEA-DENT”	Słupsk	ul. Prosta 1/3c	598 413 576
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej „MEDICUS” Ewa Abramowicz	Słupska	ul. Piłsudskiego 16/B	598 456 222
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POŁO w Słupsku PORADNIA STOMATOLOGICZNA	Słupsk	ul. Wileńska 30	598 474 747
Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia Stomatologiczna PORADNIA STOMATOLOGICZNA	Słupsk	ul. Wiejska 27	598 402 772
Słupsk	Szpital Specjalistyczny Słupsk PORADNIA STOMATOLOGICZNA	Słupsk	ul. Hubalczyków 1	598 460 579
Słupsk	Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej PORADNIA STOMATOLOGICZNA	Słupsk	ul. BOH.WESTERPLATTE 67	261 458 881
słupski	Grupowa Praktyka Lekarska Gabinet Stomatologiczny Maria i Leszek Jodko	Ustka	ul. Słupska 13	598 148 444
słupski	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Beata Wanda Wiercioch-Gomulska	Ustka	ul. Grunwaldzka 18	591 466 662
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDEX	Ustka	ul. Grunwaldzka 8/3	605 540 607
słupski	Wojskowa Specjalistyczna Przychodnia Lekarska Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Ustce	Ustka	ul. Komandorska 54 Lędowo-Osiedle	598 151 239
słupski	Indywidualna Praktyka Lekarska Elżbieta Bachewicz-Maślińska	Dębica Kaszubska	ul. ks. Antoniego Kani 26	604 986 676
słupski	Indywidualna Praktyka Lekarska Ewa Maria Kobryń-Stark	Łupawa	ul. Łupawa 18	604 937 310
słupski	Indywidualna Praktyka Lekarska Justyna Jadwiga Adamowicz-Proniewska	Pobłocie	ul. Pobłocie 8	598 116 509
słupski	Indywidualna Praktyka Lekarska Katarzyna Nisiewicz	Wrzeście	ul. Wrzeście 44A	604 327 706
słupski	Indywidualna Praktyka Lekarska Małgorzata Renata Hałubek	Jezierzyce	ul. Główna 8/8	598 112 480
słupski	Indywidualna Praktyka Lekarska Maria Barbara Bajda-Kozioł	Kobylnica	ul. Główna 54a	693 450 625
słupski	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Barbara Danuta Zyśk	Główczyce	ul. Słupska 9	664 130 482
słupski	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Jarosław Kobiałka	Potęgowo	ul. Kościuszki 6	501 078 164
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDEX	Damnica	ul. Górna 8	605 540 607
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDEX	Smółdzino	ul. Ogrodowa 12	605 540 607
słupski	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia Stomatologiczna	Głobino	ul. Głobino 47	504 048 750
bytowski	Indywidualna Praktyka Lekarska Mirosław Józef Maszluch	Bytów	ul. Kochanowskiego 3	598 225 953
bytowski	Indywidualna Praktyka Lekarska Elżbieta Mikulska-Nawrocka	Bytów	ul. Kochanowskiego 3	598 226 177
bytowski	Indywidualna Praktyka Lekarska Gabinet Dentystyczny „CENTRUM UŚMIECHU”	Bytów	ul. Wojska Polskiego 11	662 577 061
bytowski	Indywidualna Praktyka Lekarska lek.dent Łukasz Mohr	Bytów	ul. Wojska Polskiego 11	598 227 217
bytowski	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Anna Teresa Sudoł	Bytów	ul. 11 LISTOPADA 1	598 222 755
bytowski	Indywidualna Praktyka Lekarska Małgorzata Karczewska	Miastko	ul. Wielkopolska 6	598 572 425
bytowski	Prywatna Przychodnia Lekarzy Specjalistów „MEDYK” Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej	Miastko	ul. Długa 13	598 572 888
bytowski	Czasow Leon Gabinet stomatologiczny w Trzebielinie	Trzebielino	ul. Trzebielino 33	793 104 670
bytowski	Gabinet Stomatologiczny Amelia Rolbiecka Amelia Urba	Kończygłowy	ul. Kończygłowy 34	600 455 211
bytowski	Indywidualna Praktyka Lekarska Lilianna Szota	Czarna Dąbrówka	ul. Lęborska 9	598 212 606
bytowski	Indywidualna Praktyka Lekarska Nune Balmas	Studzienice	ul. Brzozowa 6	598 216 018
bytowski	Indywiualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Elżbieta Fiszer-Marnowska	Miastko	ul. Wybickiego 30	598 575 215
bytowski	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Magdalena Brzozowska-Karolczak	Parchowo	ul. Bytowska 24	598 214 478

PORADNIE ORTODONTYCZNE

POWIAT	PLACÓWKAMEDYCZNA	MIASTO	ULICA	TELEFON
Słupsk	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska - Dorota Winiarska	Słupsk	ul. M. Konopnickiej 17/2	598 426 127
Słupsk	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska - Katarzyna Wasak	Słupsk	ul. Tramwajowa 5/3	598 400 404
Słupsk	OrtoMag Grażyna Anna Matowska	Słupsk	ul. Teatralna 1/1	598 420 778
bytowski	Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska Zofia Dębska	Miastko	ul. OSIEDLE CEGLANE 1	598 572 627

LECZENIE STOMATOLOGICZNE - POMOC DORAŻNA

Słupsk	Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Przychodnia Stomatologiczna AMBULATORIUM STOMATOLOGICZNE	Słupsk	ul. Wiejska 27	598 402 772
--------	---	--------	----------------	-------------

Uważaj na opłaty covidowe! Możesz zapłacić nawet 300 złotych więcej

Stomatologia

Magdalena Olechnowicz

magdalena.olechnowicz@polskapress.pl

Stomatolodzy pracują w czasie pandemii, ale w zaostrzonym reżimie sanitarnym. Za dodatkowe zabezpieczenia naliczają często dodatkowe opłaty. Czasami sięgają one nawet 300 złotych!

Sprawą dodatkowych opłat zajęł się Urząd Ochrony Konkurencji i konsumentów. Opłata covidowa wunosi 10, 70 a nawet 350 złotych w niektórych prywatnych placówkach medycznych. Prezes UOKiK Tomasz Chróstny apeluje do przedsiębiorców o uczciwość i rzetelne informowanie konsumentów o cenach i opłatach przed realizacją usług.

Inspekcja Handlowa zweryfikuje, czy przedsiębiorcy prawidłowo informują konsumentów o tzw. opłatach covidowych przed realizacją usługi. Bywało, że dopiero po wizycie pacjent był zaskoczony dodatkową opłatą, i to



AFOT. PIRABAY.COM

Stomatolodzy pracują w zaostrzonym reżimie sanitarnym. Naliczają często dodatkowe opłaty

nie miała. Wypowiedź Prezesa UOKiK Tomasza Chróstnego:

- Do Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów napłynęły skargi i pytania od konsumentów dotyczące opłat po-

bieranych przez dentystów czy lekarzy w związku z koronawirusem. Zgodnie z informacją przekazywaną przez prywatne placówki medyczne opłaty te mają pokrywać koszty

związane z zabezpieczeniem gabinetów przed wirusem np. dodatkowe środki czystości, maseczki, fartuchy. Prezes UOKiK Tomasz Chróstny przyznał się opłatom stosowanym

w wybranych placówkach. Ponad 30 proc. skontrolowanych stosowało tzw. opłaty covidowe za zapewnienie wymogów sanitarnych podczas świadczenia usług. - Apeluję do wszystkich świadczących różne rodzaje usług, w szczególności do prywatnych gabinetów medycznych, o uczciwość i rzetelne informowanie o cenach i opłatach przed realizacją usług - mówi Tomasz Chróstny, prezes UOKiK.

Prośbę o rozwałę kieruje również do konsumentów. - Szczególnie w tym trudnym czasie bądźmy ostrożni i porównujmy oferty pomiędzy placówkami medycznymi. Pod pretekstem wystąpienia dodatkowych kosztów niektórzy przedsiębiorcy realizują dodatkowe wynagrodzenie, weryfikujemy zatem całkowitą cenę usługi jeszcze przed jej rozpoczęciem lub podpisaniem umowy - dodaje.

Z wywiadu przeprowadzonego przez UOKiK wynika, że wysokość pobieranych opłat wahała się od 10 zł nawet

do 350 zł. Średnio pacjenci musieli dodatkowo zapłacić nieco ponad 70 zł.

Jednocześnie przypominamy, że przedsiębiorca powinien podać całkowity koszt usługi przed jej wykonaniem. Jeśli pobiera dodatkowe opłaty powinien o tym jasno poinformować konsumenta przed zawarciem umowy.

Niedopuszczalne są sytuacje, w których o dodatkowych kosztach klienci informowani są np. po zabiegu, wizycie czy wykonaniu usługi. Prawidłowość uwidaczniania cen w tym zakresie kontroluje Inspekcja Handlowa. Za nieprawidłowości w zakresie oznakowania cen inspektor Inspekcji Handlowej może nałożyć na przedsiębiorcę karę finansową w wysokości do 20 tys. zł.

Pamiętajmy też, że możemy leczyć zęby za darmo w gabinetach, które mają podpisany kontrakt z NFZ. Na str. 18 prezentujemy pełną listę takich gabinetów w Słupsku, powiecie słupskim oraz powiecie bytowskim.

ARTYKUŁ SPONSOROWANY

0010049454



MEDICAL CANNABIS
ONLY FOR MEDICAL USE

Polskie olejki CBD od MEDICAL CANNABIS z miłości do konopi

Polskie olejki CBD od MEDICAL CANNABIS są w całości produkowane w Polsce. Proces produkcji GMP zapewnia najwyższej jakości ekstrakty. CBD działa na wiele chorób: rak, padaczka, autyzm, stwardnienie rozsiane, borelioza, parkinson, alzheimer, depresja, demencja, lęki i wiele innych.

✓ Olej CBD Full Spectrum to oryginalny produkt, który można nazwać „ojcem” produktów CBD. Jest to najpopularniejszy produkt CBD w skali całego świata. Olej CBD Full Spectrum, jak sama nazwa wskazuje, jest jedną z najczystszych form, w jakiej konsument może otrzymać CBD. Zawiera pełne spektrum wyekstrahowanych kannabinoidów, flawonoidów i terpenoidów naturalnie występujących w konopiach (w tym CBD – kannabichromen, CBG – kannabigerol, CBDV – kannabidiwarin, BCP- β-kariofilen), które niektórzy uważają za komplementarne. Nasze produkty są dostępne w pożądanym przez klienta stężeniu od 5% do 30%, bez użycia izolatów czy innych nienaturalnych dodatków. Wysokiej jakości Olej CBD MEDICAL CANNABIS Full Spectrum charakteryzuje się wyrazistym smakiem i aromatem oraz kolorem. Aby uzyskać najwyższą i naturalną jakość, wykorzystywany jest czysty proces ekstrakcji CO2 SFE wraz z zastrzeżonymi metodami filtracji. Dzięki temu polski olej CBD Full Spectrum MEDICAL CANNABIS wyróżnia się na rynku jakością i właściwościami niespotykanymi w innych produktach tego typu.

Co to jest CBD?

✓ CBD to w 100% legalna i najważniejsza substancja aktywna konopi, o bardzo szerokim spektrum działania. Spośród kilkuset substancji wykrytych w konopiach CBD posiada najsilniejsze właściwości zdrowotne.

✓ Olej CBD z konopi siewnych nie jest psychoaktywny i może być stosowany jako wszechstronny środek terapeutyczny bez obaw o zmiany świadomości. CBD, inaczej zwane Kannabidiolem, w przeciwieństwie

do THC nie powoduje skutków ubocznych, nie odurza i nie uzależnia.

- ✓ CBD to całkowicie bezpieczny składnik konopi, który naśladuje działanie substancji naturalnie występujących w ludzkim organizmie. Substancje o podobnym działaniu i strukturze chemicznej można znaleźć w organizmie każdego człowieka, a nawet w mleku matki. Kannabidiol jest doskonale tolerowany przez ludzki organizm, a jego przedawkowanie jest niemożliwe.
- ✓ Preparaty CBD znajdują zastosowanie w kuracji większości chorób cywilizacyjnych i neurologicznych. Kannabidiol wykazuje korzystny wpływ farmakologiczny zarówno na ciało, jak i umysł użytkownika.
- ✓ Wskazania do stosowania naturalnego CBD pozyskanego z konopi to między innymi: rak, padaczka, autyzm, stwardnienie rozsiane, borelioza, parkinson, alzheimer, depresja, demencja, lęki, ataki paniki, niepokój, schizofrenia, bezsenność, ból, migreny, astma, jaskra, cukrzyca, reumatyzm, RZS, osteoporoza, miażdżyca, zapalenia, choroba Crohna, uzależnienia, anoreksja, alergie, stres oraz wiele innych.
- ✓ Naturalne CBD zapewnia o wiele lepsze rezultaty terapii od syntetycznych środków konwencjonalnych, lecz w przeciwieństwie do nich nie wykazuje skutków ubocznych. Dlatego też cieszy się uznaniem wśród coraz szerszej grupy lekarzy, ale przede wszystkim pacjentów, dla których medycyna konwencjonalna okazała się nieskuteczna.
- ✓ CBD w świetle prawa
- ✓ CBD w żaden sposób nie powoduje oddziaływania psychoaktywnego. W związku powyższym CBD w polskim prawie nie widnieje jako substancja niebezpieczna i narkotyczna.
- ✓ Również Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) podczas trzydziestego dziewiątego posiedzenia Komisji Eksperckiej ds. Uzależnień od Narkotyków (ECDD) w dniach 6-10 listopada 2017 r. w Genewie po przeprowadzeniu wielu badań wydała pozytywną rekomendację na temat CBD i jego leczniczego działania. Stwierdzono, że CBD nie uzależnia, jest całkowicie bezpieczne, a jego stosowanie nie stanowi zagrożenia dla zdrowia. 19 listopada 2020 r. Trybunał Sprawiedliwości UE wydał przełomowy wyrok w sprawie CBD, w którym orzekł, że CBD nie jest narkotykiem ani środkiem odurzającym.

Jak kannabidiol wpływa na ludzki organizm?

- ✓ W konopiach występują substancje zwane kannabinoidami.
- ✓ W organizmach ssaków znajduje się układ fizjologiczny zwany układem endokannabinoidowym, który zawiera receptory CB1 i CB2.
- ✓ Gdy stosujemy CBD kannabinoidy obecne w roślinie, łączą się z receptorami CB1 i CB2.
- ✓ Choroby są związane z brakiem równowagi i z „zakłóceniami” w komunikacji układu endokannabinoidowego.
- ✓ Podając odpowiednią dawkę kannabinoidów roślinnego pochodzenia, możemy przywrócić równowagę w organizmie.

Badania potwierdziły działanie CBD w zakresie:

CIAŁO:

- Działa przeciwbólowo i przeciwzapalnie
- Hamuje rozrost komórek nowotworowych
- Chroni przed chorobami układu krążenia
- Łagodzi objawy reumatologicznego zapalenia stawów
- Obniża poziom cukru we krwi
- Obniża ciśnienie
- Zwalcza wymioty i nudności
- Wspomaga leczenie trądziku i zmian skórnych
- Wspomaga leczenie łuszczycy
- Spowalnia proces starzenia się skóry

UMYSŁ:

- Przeciwdziała lękom i depresji
- Łagodzi objawy psychiczne
- Chroni przed zaburzeniami neurologicznymi
- Wspomaga koncentrację
- Zmniejsza objawy chorób Alzheimera i Parkinsona
- Uspokaja
- Ułatwia zasypianie
- Łagodzi objawy głodu nikotynowego

Zgłoś się do nas, pomożemy dobrać odpowiedni **OLEJEK CBD.**

MASZ PYTANIA – ZADZWOŃ UDZIELIMY INFORMACJI 796-006-100

Zakupu można dokonać stacjonarnie oraz internetowo

www.med-cannabis.pl



MEDICAL CANNABIS
WOJSKA POLSKIEGO 33C
76-200 SŁUPSK

Cukrzyca dziś i jutro. Systemy ciągłego monitorowania glikemii i telemedycyna

Diabetologia

Patrycja Wacławska

patrycja.waclawska@polskapress.pl

Jak wynika z raportu „Rola nowoczesnych metod monitorowania glikemii i telemedycyny w indywidualizacji opieki nad pacjentem z cukrzycą”, eksperci z obszaru diabetologii podkreślają rolę i znaczenie nowoczesnych rozwiązań teleinformatycznych w utrzymaniu ciągłości współpracy z pacjentem, poprawie zrozumienia cukrzycy oraz oceny zmienności glikemii. Jest to niezwykle istotne dla efektywnego leczenia cukrzycy, nie tylko w dobie pandemii koronawirusa.



FOT. 123RF

Tradycyjne metody sprawdzania poziomu glukozy są powoli wypierane przez nowoczesne systemy monitorowania

Systemy ciągłego monitorowania glikemii zwiększają poczucie bezpieczeństwa i zapewniają wygodę, wynikającą z braku konieczności wielokrotnego nakłuwania opuszek palców w ciągu dnia - wymieniają pacjenci.

Znaczenie prawidłowego poziomu glukozy

Cukrzyca charakteryzuje się wysokim stężeniem glukozy we krwi, który prowadzi do rozwoju jej przewlekłych powikłań, pogorszenia stanu zdrowia oraz jakości życia chorego a przy braku kontroli do znacznego skrócenia życia osoby z cukrzycą. Aby temu zapobiec konieczne jest utrzymanie prawidłowego poziomu cukru we krwi. Ten cel można osiągnąć, dzięki regularnym pomiarom stężenia glukozy. Eksperci podkreślają kluczową rolę pomiarów glikemii i zwracają uwagę, że bez nich nie można mówić o skutecznym leczeniu cukrzycy. Informacja o glikemii jest konieczna do podjęcia właściwych decyzji terapeutycznych.

Do niedawna kryteria wyrównania cukrzycy opierały się na oznaczeniu hemoglobiny glikowanej, która zależy od średniego stężenia glukozy w ciągu ostatnich 3 miesięcy. Jednak pojawienie się i stale rosnąca liczba użytkowników nowoczesnych systemów ciągłego monitorowania glikemii przyczyniły się do opracowania nowych kryteriów wyrównania cukrzycy. Obecnie coraz częściej rekomendowanym parametrem wyrównania glikemii w ciągu doby jest czas spędzony w zakresie docelowym, tzw. normoglikemii (czyli prawidłowej glikemii, ta-

kiej, jaka występuje fizjologicznie u osób zdrowych).

- Dane glikemiczne dostępne dzięki systemom ciągłego monitorowania dają dużo pełniejszy i dokładniejszy obraz wahań glikemii u chorego, a wiedza o przebiegu krzywej stężenia glukozy pozwala lepiej kontrolować cukrzycę, co w efekcie zmniejsza ryzyko rozwoju i progresji przewlekłych powikłań choroby. Dzieje się tak między innymi dzięki możliwości retrospektywnej analizy wyników z ostatnich dni i tygodni. Pacjenci mają możliwość zaobserwowania na wykresie trendów zmian poziomu glukozy, co pozwala im zareagować, gdy poziom glukozy zbliży się do zbyt wysokich lub zbyt niskich wartości, a nie tylko wtedy, gdy ta granica zostanie już przekroczona. Monitorowanie i właściwa interpretacja wyników zmian wartości glikemii oraz bieżące reagowanie i zapobieganie pozwala pacjentom z cukrzycą pozostawać znacząco dłużej w stanie normoglikemii niż w przypadku stosowania glukometrów. A do tego dążymy w procesie leczenia cukrzycy - wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Krzysztof Strojek, Konsultant Krajowy w dziedzinie Diabetologii.

Nowoczesne urządzenia zmieniają życie pacjentów

Diabetologia stała się jednym z obszarów medycyny, w których nowoczesne narzędzia teleinformatyczne nie tylko znajdują coraz szersze zastosowanie, ale również stanowią odpowiedź na potrzebę zindy-

widualizowania leczenia cukrzycy. Urządzenia, które w sposób ciągły monitorują glikemię, pozwalają pacjentom na obserwację poziomu glukozy przez 24 godziny na dobę, dzięki czemu chorzy oraz ich bliscy stają się bardziej świadomi przebiegu choroby i uczą się podejmować samodzielne decyzje dotyczące diety czy aktywności fizycznej, które korzystnie wpływają na poziom cukru we krwi.

- Okazało się, że nowoczesne systemy monitorowania glikemii poprawiają skuteczność oraz bezpieczeństwo terapii osób z cukrzycą typu 1 i 2. Co istotne, odnotowano zmniejszenie liczby epizodów oraz skrócenie czasu trwania hiperglikemii oraz hipoglikemii, a zwłaszcza jej nocnych wystąpień - wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Dorota Zozulińska-Ziółkiewicz, prezes Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego.

Pacjenci, którzy stosują nowoczesne urządzenia do monitorowania glikemii cenią łatwość i wygodę ich wykorzystania. Spośród wskazywanych przez pacjentów korzyści ze stosowania tych urządzeń eksperci zwracają uwagę na: bezbolesność pomiarów, większą ilość informacji o zmienności glikemii, a także łatwość dokonywania pomiaru, co w efekcie przekłada się na deklaracje pacjentów, że chętniej korzystaliby z systemów do ciągłego monitorowania glikemii niż z tradycyjnych glukometrów. Eksperci zauważają również znaczącą poprawę zrozumienia choroby i jej wpływu na or-

ganizm, np. świadomości ryzyka niedocukrzeń, ale też poczucia bezpieczeństwa i prywatności, jakie dają im te urządzenia oraz ułatwienie codziennego funkcjonowania.

- Obecnie dużo mówi się o personalizacji leczenia wielu chorób. Współczesna diabetologia także umożliwia dostosowanie leczenia do konkretnego pacjenta, a nie ogółu pacjentów z cukrzycą. Możemy zatem uwzględnić na przykład wiek pacjenta, inne choroby, z którymi się zmagają, tryb życia i aktywność fizyczną. Te wszystkie dane mają wpływ na wyniki pomiaru glikemii oraz leczenie. Sami pacjenci, obserwując na podstawie częstych pomiarów trendy przebiegu glikemii, uczą się rozpoznawać, co im służy, a co nie. Wiedzą na przykład czy idąc na spacer powinni coś zjeść lub wziąć ze sobą coś do zjedzenia, co jeść, a czego unikać. Dzięki tym wszystkim informacjom pacjent nie jest już biernym pacjentem, który czeka na głos lekarza, ale staje się jego partnerem, będąc bardziej świadomym cukrzycy - mówi prof. dr hab. n. med. Małgorzata Myśliwiec z Katedry i Kliniki Pediatrii, Diabetologii i Endokrynologii Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego.

- Szczególnymi pacjentkami są kobiety w ciąży, które wymagają stałej prawidłowej kontroli poziomu cukru, co ma znaczenie zarówno dla matki, jak i jej dziecka. Kobiety w ciąży bardzo potrzebują dostępu do nowoczesnych rozwiązań, ponieważ źle leczona cukrzyca prowadzi do niezwykle poważnych powikłań dla niej i dla

dziecka. Hiperglikemia w II i III trymestrze ciąży jest czynnikiem decydującym o nadmiernej masie ciała dziecka, która z kolei jest istotnym czynnikiem ryzyka powikłań okołoporodowych u matki (ciężce cesarskie, urazy dróg rodnych, krwotoki, atonia macicy) i u dziecka (dystocja barkowa, porażenie splotu barkowego, wylewy wewnątrzczaszkowe oraz po porodzie niedocukrzemia i hiperbilirubinemia) - tłumaczy prof. dr hab. n. med. Krzysztof Czajkowski, Krajowy Konsultant w dziedzinie Położnictwa. - Stosowanie takich systemów należy rozpatrywać jednak nie tylko w aspekcie medycznym, ale też ludzkim. Aspekt ludzki to zamiana codziennego, wielokrotnego nakłuwania palców na wymieniany co 2 tygodnie czujnik oraz dodatkowo możliwość dyskretnego kontroli glikemii bez „stygmatyzowania” cukrzycą. Jestem przekonany, że to ludzkie oblicze kontroli glikemii jest równie ważne jak medyczne - podsumowuje prof. dr hab. n. med. Krzysztof Czajkowski.

- Przeprowadzone w ostatnich latach badania pokazują, że to właśnie możliwość ciągłego monitorowania glikemii znacząco przyczynia się do zmniejszenia powikłań zarówno u ciężarnych z cukrzycą, jak również ich noworodków. Warto pamiętać, że dbając o najwyższą jakość opieki nad kobietami w ciąży przyczyniamy się również do poprawy zdrowia przyszłych pokoleń - dodaje prof. dr hab. n. med. Mirosław Wielgoś, Konsultant Krajowy ds. Perinatologii.

Telemedycyna w czasie pandemii

Skutki pandemii COVID-19 negatywnie odbijają się na funkcjonowaniu przeciążonego systemu opieki zdrowotnej w Polsce. Dostęp do lekarzy specjalistów jest utrudniony, a pacjenci w obawie przed zakażeniem niekiedy rezygnują z wizyt lekarskich. Sytuacja diabetyków w czasie epidemii jest szczególnie trudna, są oni bowiem dużo bardziej zagrożeni ciężkim przebiegiem choroby przy zakażeniu koronawirusem, szczególnie jeśli choroba nie jest dobrze kontrolowana. Nowoczesne metody teleinformatyczne wychodzą naprzeciw obecnym wyzwaniom i pozwalają na skuteczniejszą kontrolę choroby i poprawienie komunikacji na linii pacjent - lekarz.

Jak wykazały dane z zwołanego raportu, narzędzia teleinformatyczne stanowią „platformę dla pacjenta i zespołu terapeutycznego podnoszącą jakość opieki”.

- To jest przyszłość medycyny, która już teraz jest dostępna dla pacjenta. W dobie pandemii koronawirusa, kiedy bezpośredni kontakt z lekarzem bywa utrudniony, nowoczesne systemy do monitorowania glikemii dają ogromne możliwości. Poprawiają jakość komunikacji lekarza z pacjentem, dzięki czemu ta opieka nad chorym jest bardziej efektywna i kompleksowa, a chorzy mają poczucie właściwego zaopiekowania przez lekarza. Każdy pacjent powinien mieć możliwość z tego skorzystać - wyjaśnia prof. dr hab. n. med. Maciej T. Małecki z Katedry i Kliniki Chorób Metabolicznych Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego.

W dłuższej perspektywie, zastosowanie systemów monitorowania glikemii może pomóc w zmniejszeniu ilości powikłań cukrzycy, podnieść jakość i długość życia chorych, poprawić efektywność leczenia i zmniejszyć skutki ekonomiczne tej choroby. Jednak, co najważniejsze w dobie pandemii, telemedycyna jest w stanie ułatwić kontakt z lekarzem, zapewnić bieżącą analizę wyników, a co za tym idzie, wpłynąć na poczucie bezpieczeństwa pacjentów oraz ich bliskich.

Co trzeba wiedzieć o cukrzycy

Cukrzyca to przewlekła choroba metaboliczna, która jako pierwsza choroba niezakaźna została uznana przez ONZ za epidemię XXI wieku. Jak podaje Światowa Organizacja Zdrowia, liczba chorych na cukrzycę na świecie wynosi ponad 420 mln (WHO, 2016), a w Polsce około 3 mln i wciąż dynamicznie rośnie. Podstawowym celem leczenia cukrzycy, jest zapobieganie możliwości rozwinięcia powikłań. Nieleczona lub niewłaściwie leczona choroba, może bowiem doprowadzić w konsekwencji do takich powikłań, jak: zaburzenia czynności narządów i układów spowodowanego uszkodzeniem naczyń krwionośnych, do zawału serca, udaru mózgu, utraty wzroku, amputacji kończyn dolnych, a nawet przedwczesnego zgonu.

©©