



Okręgowa Izba Pielęgniarek i Położnych
z siedzibą w Pile

Informator medyczny

dla Pielęgniarek i Położnych



2015

Powiaty: chodzieski, czarnkowsko-trzcianecki,
pilski, wałecki, wągrowiecki, złotowski

Piła Płotki

Centrum Konferencji i Rekreacji GEOVITA



Zorganizujemy dla Państwa:

- Uroczystości weselne
- Przyjęcia komunijne
- Imprezy integracyjne
- Pikniki firmowe
- Rocznice
- Zjazdy rodzinne
- Spotkania biznesowe
- Biesiady przy ognisku
- Kolacje uroczyste
- Catering

Zapraszamy do skorzystania z naszej oferty!

Rezerwacje:

tel. 67 212 22 29, 607 367 774

plotki@geovita.pl

plotki.marketing@geovita.pl

Poszukujesz kompleksowych informacji dotyczących

LECZENIA RAN TRUDNOGOJĄCYCH SIĘ?

The screenshot displays the homepage of the website www.na-rany.pl. At the top, there is a navigation bar with a logo of a maple leaf and the website name. Below it, a search bar and a list of navigation links are visible. The main content area features a central infographic titled "Skuteczne leczenie ran trudno gojących się" (Effective treatment of difficult-to-heal wounds). The infographic is shaped like a maple leaf and contains the text "System wilgotnego gojenia ran" (Moist wound healing system). Surrounding this central text are eight categories of wounds: Leczenie ran (Wound treatment), Odleżyny (Pressure ulcers), Stopa cukrzycowa (Diabetic foot), Oparzenia (Burns), Owrzodzenie podudzi (Venous leg ulcers), Izolacja (Isolation), Leczenie ran (Wound treatment), and Odleżyny (Pressure ulcers). Each category is accompanied by a brief description and a "dowiedz się więcej" (learn more) link. At the bottom of the page, there are four additional links: FAQ, Refundacja, Gdzie kupić, and Dobierz opatrunek.

www.na-rany.pl

Słowniczek pojęć

Leczenie ran · Owrzodzenie podudzi · Odleżyny · Oparzenia · Stopy cukrzycowe · Dla pacjenta · Dla profesjonalistów · Kontakt

Skuteczne leczenie ran trudno gojących się

Leczenie ran

Rana jest uszkodzeniem skóry i czasami też głębiej leżących tkanek a nawet narządów na skutek urazu mechanicznego, termicznego lub chemicznego.

[dowiedz się więcej >](#)

Owrzodzenie podudzi

Najczęstszą przyczyną powstawania owrzodzeń podudzi jest nadciśnienie żylne i niewydolność tętnicza.

[dowiedz się więcej >](#)

Odleżyny

Ryzyko wystąpienia odleżyn dotyczy osób z długotrwałym ograniczeniem zdolności do samodzielnego poruszania się.

[dowiedz się więcej >](#)

Stopa cukrzycowa

Zespół stopy cukrzycowej to zespół zmian chorobowych pojawiających się na kończynach dolnych u osób chorych na cukrzycę.

[dowiedz się więcej >](#)

Oparzenia

Najczęstszą przyczyną oparzeń jest wypadek przy prasowaniu czy też obłanie się wrzątkiem.

[dowiedz się więcej >](#)

System wilgotnego gojenia ran

LECZENIE RAN · ODLEŻYNY · STOPA CUKRZYCOWA · OPARZENIA · OWRZODZENIE PODUDZI · IZOLACJA · LECZENIE RAN · ODLEŻYNY

FAQ
pytania i odpowiedzi >
zapytaj eksperta >

Refundacja
[dowiedz się więcej >](#)

Gdzie kupić
opatrunki specjalistyczne >

Dobierz opatrunek
do rany >

Odwiedź stronę:

www.na-rany.pl

SZPITAL POWIATOWY IM. PROF. ROMANA DREWSA W CHODZIEŻY



KONTAKT:

Szpital Powiatowy
im. Romana Drewsa w Chodzieży

ul. Żeromskiego 29
64-800 Chodzież

tel. 67 28 29 221
fax 67 28 29 321

e-mail: szpital@szpital-chodziej.pl
internet: szpital-chodziej.pl
BIP: sp-chodziej.ebip.info

ODDZIAŁY SZPITALA:

- Oddział chorób wewnętrznych
- Oddział dziecięcy
- Oddział położniczo-ginekologiczny
- Oddział chirurgii ogólnej
- Oddział urazowo-ortopedyczny
- Oddział anestezjologii i intensywnej terapii medycznej
- Oddział rehabilitacji ogólnoustrojowej

KOMÓRKI PIERWSZEGO KONTAKTU:

- Centralna izba przyjęć
- Oddział ratownictwa medycznego

PRACOWNIE DIAGNOSTYCZNE:

- Centralne Laboratorium Analityczne
- Pracownia Diagnostyki Obrazowej
- Pracownia Endoskopii
- Pracownia EKG wysiłkowego, badań holterowskich i spirometrii
- Pracownia USG





Okręgowa Izba Pielęgniarek i Położnych z siedzibą w Pile

District Chamber of Nurses and Midwives in Piła

Szanowni Państwo, Koleżanki i Koledzy



Z przyjemnością oddaję w Wasze ręce kolejne wydanie „Informatora Medycznego”. Sądzę, że treści w nim zawarte zaspokoją oczekiwania naszego środowiska, jak również ułatwią poruszanie się w obszarach zdrowia tym wszystkim, którzy z różnych powodów potrzebują pomocy czy wsparcia. W numerze tym uwzględniliśmy treści, które nasi czytelnicy wcześniej postulowali, w szczególności kwestie zbliżających się wyborów samorządowych. Pragniemy przedstawić naszych kandydatów (str. 29-33).

W imieniu Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych gorąco apeluję o głosowanie na nich, gdyż opierając się o maksymę „nic o nas bez nas” kolejny raz możemy spowodować, że o naszych sprawach decydować będą inni.

Musimy mieć wpływ na dalszy rozwój pielęgniarstwa, na utrzymanie miejsc pracy, na zarobki. Przyjęcie biernej postawy spowoduje dalszą pogłębiającą się degradację w ochronie zdrowia. Pielęgniarki i położne są najliczniejszą grupą zawodową wśród pracowników medycznych i czas najwyższy abyśmy sami stanowili o naszej przyszłości.

Cieszę się, że sporo naszych koleżanek i kolegów podjęło wyzwanie kandydowania w wyborach samorządowych. Z drugiej strony do sejmiku kandyduje tylko jedna osoba – Tomasz Baran. Myślę że jego dotychczasowe doświadczenie, wysoka świadomość odpowiedzialności, wiedza oraz przemyślane i konsultowane rozwiązania będą wielką szansą dla przyszłości naszego środowiska.

Pragnę też serdecznie podziękować tym wszystkim, którzy przyczynili się do wydania tego informatora.

Przewodniczący

Marcin Michlewicz

INTER Medyk Life

Do 130 000 zł na zabezpieczenie przyszłości Twojej rodziny

Ubezpieczenie na życie INTER Medyk Life jest stworzone z myślą o osobach wykonujących zawód medyczny.

■ W ramach ubezpieczenia otrzymujesz świadczenia pieniężne:

- związane z uszczerbkiem na zdrowiu,
- dla rodziny w przypadku Twojej śmierci,
- w przypadku śmierci najbliższych,
- związane z poddaniem się operacji,
- w przypadku rozpoznania poważnej choroby.



INTER Medyk Life zabezpiecza Ciebie i Twoją rodzinę na wypadek choroby, uszczerbku na zdrowiu czy śmierci. To gwarancja, że gdy nie będziesz mógł wykonywać pracy zawodowej, Ty i Twoja rodzina nie pozostaniecie bez środków do życia.



TU INTER-ŻYCIE Polska S.A.
najdynamiczniej rozwijającą się
instytucją finansową na polskim rynku
(Gazeta Finansowa, październik 2013 r.)

■ Ważne informacje:

- INTER Medyk Life oferowany jest w 3 wariantach różniących się wysokością świadczeń.
- Oferujemy korzystne warunki kontynuacji ubezpieczenia grupowego od poprzedniego ubezpieczyciela.
- Możliwość rozszerzenia ochrony ubezpieczeniowej o pakiet ryzyk związanych z wykonywaniem zawodu medycznego.

Towarzystwo Ubezpieczeń INTER Polska S.A.

Przedstawicielstwo w Pile

ul. Śródmiejska 16, 64-920 Piła

tel. 67 351 61 86 | e-mail: mgporada@op.pl

inter
UBEZPIECZENIA

STYCZEŃ 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	cz				Nowy Rok
2	pt				
3	s				
4	n				
5	pn				
6	wt				Objawienie Pańskie (Trzech Króli)
7	śr				
8	cz				
9	pt				
10	s				
11	n				
12	pn				
13	wt				
14	śr				
15	cz				
16	pt				
17	s				
18	n				
19	pn				
20	wt				
21	śr				Dzień Babci
22	cz				Dzień Dziadka
23	pt				
24	s				
25	n				Światowy Dzień Trędownatych
26	pn				
27	wt				
28	śr				
29	cz				
30	pt				
31	s				

LUTY 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	n				
2	pn				
3	wt				
4	śr				Światowy Dzień Walki z Rakiem
5	cz				
6	pt				
7	s				
8	n				
9	pn				
10	wt				
11	śr				Światowy Dzień Chorych
12	cz				Tłusty czwartek
13	pt				
14	s				Święto Zakochanych
15	n				
16	pn				
17	wt				Ostatki
18	śr				Popielec
19	cz				
20	pt				
21	s				
22	n				
23	pn				Ogólnopolski Dzień Walki z Depresją
24	wt				
25	śr				
26	cz				
27	pt				
28	s				Światowy Dzień Chorób Rzadkich

MARZEC 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	n				
2	pn				
3	wt				
4	śr				
5	cz				
6	pt				
7	s				
8	n				Międzynarodowy Dzień Kobiet
9	pn				
10	wt				
11	śr				
12	cz				
13	pt				
14	s				
15	n				Światowy Dzień Inwalidów i Ludzi Niepełnosprawnych
16	pn				
17	wt				
18	śr				
19	cz				
20	pt				Początek astronomicznej wiosny (23:45)
21	s				Światowy Dzień Zespołu Downa
22	n				
23	pn				
24	wt				Światowy Dzień Walki z Gruźlicą
25	śr				
26	cz				
27	pt				
28	s				
29	n				Zmiana czasu na letni
30	pn				
31	wt				

KWIECIEŃ 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	śr				Prima Aprilis
2	cz				Światowy Dzień Świadomości Autyzmu
3	pt				
4	s				
5	n				Wielkanoc
6	pn				Poniedziałek Wielkanocny / Dzień trzeźwości
7	wt				Światowy Dzień Zdrowia
8	śr				
9	cz				
10	pt				
11	s				Światowy Dzień Chorych na Chorobę Parkinsona
12	n				
13	pn				
14	wt				
15	śr				
16	cz				
17	pt				
18	s				
19	n				
20	pn				
21	wt				
22	śr				Międzynarodowy Dzień Ziemi
23	cz				
24	pt				
25	s				
26	n				
27	pn				
28	wt				Światowy Dzień Pamięci Ofiar Wypadków przy Pracy
29	śr				
30	cz				

MAJ 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	pt				Święto Pracy
2	s				Dzień Flagi Rzeczypospolitej Polskiej
3	n				Święto Konstytucji 3 Maja / Światowy Dzień Astmy i Alergii
4	pn				
5	wt				Europejski Dzień Walki z Dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych
6	śr				
7	cz				
8	pt				Dzień Położnej / Międzynarodowy Dzień Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężyca
9	s				
10	n				
11	pn				
12	wt				Międzynarodowy Dzień Pielęgniarki
13	śr				
14	cz				Dzień Farmaceuty
15	pt				Międzynarodowy Dzień Rodzin
16	s				
17	n				Światowy Dzień Nadciśnienia Tętniczego
18	pn				
19	wt				Międzynarodowy Dzień Pamięci Ofiar AIDS
20	śr				
21	cz				
22	pt				
23	s				
24	n				Zesłanie Ducha Świętego
25	pn				
26	wt				Dzień Matki
27	śr				
28	cz				
29	pt				
30	s				
31	n				Światowy Dzień bez Papierosa

CZERWIEC 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	pn				Dzień Dziecka
2	wt				
3	śr				
4	cz				Boże Ciało • Dzień Wolności i Praw Obywatelskich
5	pt				Światowy Dzień Ochrony Środowiska
6	s				
7	n				
8	pn				
9	wt				
10	śr				
11	cz				
12	pt				
13	s				
14	n				
15	pn				
16	wt				
17	śr				
18	cz				
19	pt				
20	s				
21	n				Początek astronomicznego lata (18:37)
22	pn				
23	wt				Dzień Ojca
24	śr				
25	cz				
26	pt				Międzynarodowy Dzień Walki z Nadużywaniem Leków i ich Nielegalnym Handlem
27	s				
28	n				
29	pn				
30	wt				

LIPIEC 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	śr				
2	cz				
3	pt				
4	s				
5	n				
6	pn				
7	wt				
8	śr				
9	cz				
10	pt				
11	s				
12	n				
13	pn				
14	wt				
15	śr				
16	cz				
17	pt				
18	s				
19	n				
20	pn				
21	wt				
22	śr				
23	cz				
24	pt				
25	s				
26	n				
27	pn				
28	wt				
29	śr				
30	cz				
31	pt				

SIERPIEŃ 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	s				
2	n				
3	pn				
4	wt				
5	śr				
6	cz				
7	pt				
8	s				
9	n				
10	pn				
11	wt				
12	śr				
13	cz				Międzynarodowy Dzień Osób Leworęcznych
14	pt				
15	s				Wniebowzięcie Najświętszej Marii Panny
16	n				
17	pn				
18	wt				
19	śr				
20	cz				
21	pt				
22	s				
23	n				
24	pn				
25	wt				
26	śr				
27	cz				
28	pt				
29	s				
30	n				
31	pn				

WRZESIEŃ 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	wt				
2	śr				
3	cz				
4	pt				
5	s				
6	n				
7	pn				
8	wt				
9	śr				Światowy Dzień FAS (Alkoholowego Zespołu Płodowego)
10	cz				
11	pt				
12	s				
13	n				
14	pn				Ogólnopolski Dzień Solidarności z Osobami Chorymi na Schizofrenię
15	wt				
16	śr				
17	cz				
18	pt				
19	s				
20	n				
21	pn				Światowy Dzień Choroby Alzheimer
22	wt				
23	śr				Początek astronomicznej jesieni (10:20)
24	cz				
25	pt				
26	s				
27	n				Międzynarodowy Dzień Niesłyszących
28	pn				
29	wt				
30	śr				

PAŹDZIERNIK 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	cz				Miesiąc Walki z Rakiem Piersi Międzynarodowy Dzień Osób Starszych
2	pt				
3	s				
4	n				
5	pn				
6	wt				
7	śr				
8	cz				
9	pt				
10	s				Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego
11	n				
12	pn				
13	wt				
14	śr				Święto Edukacji Narodowej
15	cz				Międzynarodowy Dzień Niewidomych
16	pt				
17	s				Dzień Walki z Rakiem Piersi
18	n				Światowy Dzień Menopauzy i Andropauzy
19	pn				
20	wt				Światowy Dzień Osteoporozy
21	śr				
22	cz				Światowy Dzień Jąkających Się
23	pt				
24	s				Europejski Dzień Walki z Otyłością
25	n				Zmiana czasu na zimowy
26	pn				
27	wt				
28	śr				
29	cz				
30	pt				
31	s				

LISTOPAD 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	n				Wszystkich Świętych
2	pn				Dzień Zaduszny
3	wt				
4	śr				
5	cz				
6	pt				
7	s				
8	n				
9	pn				
10	wt				
11	śr				Narodowe Święto Niepodległości
12	cz				
13	pt				
14	s				Światowy Dzień Walki z Cukrzycą
15	n				
16	pn				
17	wt				
18	śr				
19	cz				
20	pt				
21	s				Światowy Dzień Pozdrowienia (Dzień Życzliwości)
22	n				Tydzień Honorowego Krwiodawstwa (22-26 XI)
23	pn				
24	wt				
25	śr				
26	cz				
27	pt				
28	s				
29	n				
30	pn				

GRUDZIEŃ 2015

		DYŻURY			NOTATKI
		R	P	N	
1	wt				Światowy Dzień Walki z AIDS / Dni Walki z Gruźlicą i Chorobami Płuc (1-10 XII) Europejskie Dni Autyzmu (1-7 XII)
2	śr				
3	cz				Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych
4	pt				
5	s				Międzynarodowy Dzień Wolontariuszy (Dzień Pomocy Cierpiącym)
6	n				
7	pn				
8	wt				
9	śr				
10	cz				
11	pt				
12	s				
13	n				
14	pn				
15	wt				
16	śr				
17	cz				
18	pt				
19	s				
20	n				
21	pn				
22	wt				Początek astronomicznej zimy (05:48)
23	śr				
24	cz				Wigilia Bożego Narodzenia
25	pt				Boże Narodzenie
26	s				Drugi Dzień Świąt Bożego Narodzenia
27	n				
28	pn				
29	wt				
30	śr				
31	cz				

KODEKS ETYKI ZAWODOWEJ PIELĘGNIARKI I POŁOŻNEJ RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

PRZYRZECZENIE

„Z głębokim szacunkiem i czcigłównie przyjmuję nadany mi tytuł pielęgniarki położnej i uroczystie przyrzekam:

1. Sprawować profesjonalną opiekę nad życiem i zdrowiem ludzkim.
2. Według najlepszej mego wiedzy przeciwdziałać cierpieniu, zapobiegać chorobom, współuczestniczyć w procesie terapeutycznym.
3. Nieść pomoc każdemu człowiekowi bez względu na rasę, wyznanie religijne, narodowość, poglądy polityczne, stan majątkowy i inne różnice.
4. Okazywać pacjentom należyty szacunek, nie nadużywać ich zaufania oraz przestrzegać tajemnicy zawodowej.
5. Strzec godności zawodu pielęgniarki/położnej, a do współpracowników odnosić się z szacunkiem i życzliwością, nie podważać ich zaufania, postępować bezstronnie mając na względzie przede wszystkim dobro pacjenta.
6. Wdrażać do praktyki nowe zdobycze nauk medycznych, społecznych i humanistycznych oraz systematycznie doskonalić swoje umiejętności i wiedzę dla dobra zawodu.
7. Rzetelnie wypełniać obowiązki wynikające z pracy w tym zawodzie.

CZĘŚĆ OGÓLNA

1. Zasady etyki zawodowej wynikają z uniwersalnych zasad etycznych i zobowiązują pielęgniarki i położne do przestrzegania praw pacjenta i dbania o godność zawodu.
2. Działalność zawodowa pielęgniarki i położnej to świadome i dobrowolne podejmowanie profesjonalnych działań na rzecz pacjentów niezależnie od ich sytuacji zdrowotnej i społecznej.
3. Pielęgniarka/położna swoją postawą osobistą, zawodową i społeczną powinna dbać o prestiż zawodu i podnosić jego znaczenie w społeczeństwie.
4. Czynności zawodowe pielęgniarki/położnej nie mogą służyć aktom bezprawnym ani też powodować szkód dla zdrowia ludzkiego.
5. Pielęgniarka/położna posiadająca pełne uprawnienia zawodowe ponosi osobistą odpowiedzialność za swoje działania.
6. Pielęgniarka/położna działa zawsze w interesie swych pacjentów szczególnie tam, gdzie ich życie i zdrowie mogą być zagrożone.
7. Wszelkie szczegółowe ustalenia dotyczące uzupełniającej działalności zawodowej pielęgniarki/położnej w zakresie działalności naukowo-badawczej, edukacyjnej i administracyjno-organizacyjnej powinny uwzględniać powyższe zasady ogólne.

CZĘŚĆ SZCZEGÓŁOWA

I. Pielęgniarka/położna a pacjent

1. Pielęgniarka / położna pełniąc rolę zawodową zobowiązana jest do:
 - a) udzielania wszystkim pacjentom troskliwej opieki zgodnej z obowiązującymi standardami,
 - b) udzielania pierwszej pomocy w nagłych przypadkach oraz w sytuacji zagrożenia życia,
 - c) udzielania pacjentowi rzetelnej i zrozumiałej informacji dotyczącej procesu pielęgnowania.
2. We współpracy z pacjentem pielęgniarka/położna powinna okazywać życzliwość, wyrozumiałość, cierpliwość stwarzając atmosferę wzajemnego zaufania i zrozumienia.

>>

- >>3. Pielęgniarka/położna obowiązana jest przestrzegać następujących zasad wynikających z praw pacjenta:
- a) respektować prawo pacjenta do intymności i godności osobistej podczas udzielania świadczeń medycznych,
 - b) realizować świadczenia pielęgniarские za zgodą pacjenta, o ile jest on zdolny ją sformułować
 - c) poinformować pacjenta, w przypadkach odmowy wyrażenia przez niego zgody, o możliwych skutkach jego decyzji oraz podjąć próbę przekonania pacjenta, aby zmienić swoje zdanie.
4. Pielęgniarkę/położną obowiązuje zachowanie w tajemnicy wszystkich wiadomości o pacjencie i jego środowisku (rodzinnym, społecznym) uzyskanych w związku z pełnieniem roli zawodowej.
5. Pielęgniarka/położna umożliwia pacjentowi kontakt z rodziną, w miarę potrzeby pomaga rodzinie w sprawowaniu nad nim opieki oraz edukuje członków rodziny w zakresie dalszego postępowania pielęgnacyjnego.
6. Na prośbę pacjenta lub jego rodziny pielęgniarka/położna umożliwia kontakt z duchownym, stwarzając w miarę możliwości odpowiednie ku temu warunki.
7. Pielęgniarka/położna powinna dołożyć wszelkich starań, aby zapewnić pacjentowi humanitarną opiekę terminalną, godne warunki umierania wraz z poszanowaniem uznawanych przez niego wartości.
8. Położna powinna przyczynić się do stworzenia godnych warunków i rodzinnej atmosfery w czasie porodu.
9. Pielęgniarka/położna, nie może żądać od pacjentów dodatkowego wynagrodzenia ani też uzależniać swych usług od uzyskania korzyści materialnych.

II. Pielęgniarka/położna a praktyka zawodowa i nauka

1. Obowiązkiem pielęgniarki/położnej jest ciągłe podnoszenie kwalifikacji zawodowych.
2. Pielęgniarkę/położną nie wolno wykonywać zleceń lekarskich bez wyraźnego polecenia na piśmie umożliwiającego identyfikację lekarza i pacjenta z wyjątkiem sytuacji nagłych, stanowiących zagrożenie życia pacjenta.
3. Pielęgniarka/położna ma prawo dostępu do informacji istotnych dla realizacji czynności zawodowych oraz związanych zarówno z bezpieczeństwem osobistym pielęgniarki, jak i bezpieczeństwem pacjenta.
4. Pielęgniarka/położna ma obowiązek dokładnego dokumentowania swojej działalności zawodowej i zabezpieczenia dokumentów.
5. Przekazywanie przez pielęgniarkę/położną informacji o stanie zdrowia pacjenta innym członkom zespołu terapeutycznego nie jest naruszeniem tajemnicy zawodowej.
6. Pielęgniarka/położna ma prawo odmówić uczestnictwa w zabiegach i eksperymentach biomedycznych, które są sprzeczne z uznawanymi przez nią normami etycznymi.
7. Pielęgniarka/położna zobowiązana jest do działalności na rzecz promocji zdrowia.
8. Pielęgniarka/położna zorientowawszy się, że w postępowaniu medycznym został popełniony błąd (zwłaszcza w przypadku błędu zagrażającego życiu lub zdrowiu pacjenta), niezwłocznie powinna powiadomić o tym odpowiednie osoby z zespołu terapeutycznego.
9. Pielęgniarka/położna powinna uczestniczyć w działalności krajowych i międzynarodowych organizacji pielęgniarских/położniczych na rzecz ochrony zdrowia społeczeństwa, przysparzając tym samym prestiżu zawodowi.
10. Pielęgniarka/położna współuczestniczy w miarę swoich możliwości w rozwoju badań naukowych z zakresu pielęgniarstwa, położnictwa oraz edukacji swojej grupy zawodowej.
11. Pielęgniarka/położna powinna cenić i szanować swój zawód, chronić jego godność, a w pracy zawodowej powinna postępować tak, aby budzić szacunek i zaufanie.
12. Pielęgniarka/położna powinna powstrzymać się od jakiegokolwiek działania, które mogłoby spowodować złą opinię o zawodzie.

>>

- >> 13. Pielęgniarka/położna powinna otaczać szacunkiem historię i tradycję zawodu, dbać o pozytywny wizerunek zawodu.
14. Pielęgniarka/położna chroniąc interesy zawodowe nie powinna współpracować z organizacjami mającymi cele sprzeczne z racjami zawodowymi i moralnymi.
15. Pielęgniarka/położna powinna upowszechniać osiągnięcia naukowo-badawcze związane z wykonywaniem zawodu poprzez wystąpienia i publikacje. Publikacje te powinny być rzetelne i pozbawione znamion sensacji.

III. Pielęgniarka/położna a samorząd pielęgniarek i położnych

1. Pielęgniarki/położne powinny solidarnie wspierać działalność swego samorządu, którego zadaniem jest zapewnienie im należytej pozycji w społeczeństwie.
2. Pielęgniarka/położna jest obowiązana do przestrzegania uchwał podjętych przez uprawnione organy samorządu zawodowego.
3. Stosunki między członkami samorządu powinny opierać się na wzajemnym szacunku, lojalności, koleżeństwie i solidarności zawodowej. Powinni oni dzielić się swoimi doświadczeniami i służyć sobie pomocą. Wzajemna ocena winna być sprawiedliwa, a krytykę należy formułować w sposób bezstronny, przekazując ją w pierwszej kolejności osobie zainteresowanej. W przypadku braku reakcji i powtarzających się błędów pielęgniarka/położna powinna poinformować właściwą Okręgową Radę za pośrednictwem właściwej Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych.

IV. Pielęgniarka/położna a współpracownicy

1. Pielęgniarka/położna mająca większe doświadczenie zawodowe powinna przekazywać młodszym koleżankom i kolegom swoją wiedzę i umiejętności zawodowe oraz wzorce kultury i poszanowania człowieka. Moralnym obowiązkiem jest kształtowanie poczucia odpowiedzialności za wykonywaną pracę, nawyku uczciwości, rzetelności, pracowitości i dokładności.
2. Pielęgniarka/położna nie powinna dyskredytować postępowania innych współpracowników zespołu terapeutycznego, zwłaszcza w obecności osób trzecich.
3. Pielęgniarka/położna nauczająca zawodu powinna przekazywać słuchaczom także zasady etyki zawodowej, czuwając nad ich adaptacją zawodową.
4. Nieuczciwa konkurencja pomiędzy członkami samorządu jest szczególnie naganna.
5. Pełnieniu obowiązków kierowniczych przez pielęgniarki/położne powinno towarzyszyć poczucie odpowiedzialności za rozwój zawodowy i naukowy podwładnych.
6. Pielęgniarka/położna jest współodpowiedzialna za efekty procesu terapeutycznego oraz za podjęte przez siebie działania wynikające z procesu pielęgnowania.

V. Pielęgniarka/położna a zasady postępowania wobec społeczeństwa

1. Pielęgniarka/położna zgodnie ze swą wiedzą i kompetencjami powinna czynnie uczestniczyć w zwalczaniu przejawów patologii społecznej.
2. Pielęgniarka/położna powinna brać czynny udział w życiu społecznym i w działaniach na rzecz ochrony środowiska naturalnego, a także przeciwdziałać praktykom uznanym przez naukę za bezwartościowe i szkodliwe dla zdrowia.

VI. Przepisy końcowe

1. W przypadkach nieprzewidzianych w Kodeksie Etyki Zawodowej Pielęgniarki i Położnej Rzeczypospolitej Polskiej pielęgniarka/położna powinna postępować zgodnie z zasadami sformułowanymi w:
- a. ustawie o zawodach pielęgniarki i położnej,
 - b. orzecznictwie Naczelnego Sądu Pielęgniarek i Położnych,
 - c. uchwałach organów samorządu pielęgniarek i położnych oraz zgodnie z zasadami dobrej praktyki i dobrym obyczajem.
2. Wszelkie zmiany w Kodeksie mogą być dokonane jedynie przez Krajowy Zjazd Pielęgniarek i Położnych.
3. Kodeks wchodzi w życie po uchwaleniu przez Krajowy Zjazd Pielęgniarek i Położnych.

PRZEDSTAWICIELE SAMORZĄDU ZAWODOWEGO Z POSZCZEGÓLNYCH POWIATÓW

Okręgowa Rada Pielęgniarek i Położnych:

Przewodniczący – Marcin Michlewicz – powiat czarnkowsko-trzcianecki

Członkowie Prezydium:

Tomasz Baran – Wiceprzewodniczący – powiat pilski

Władysława Rieger – Sekretarz – powiat czarnkowsko-trzcianecki

Dorota Urbańska – Skarbnik – powiat pilski

Hanna Jakubowska (położna) – członek – powiat pilski

Wojciech Zawacki – członek – powiat pilski

Członkowie Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych:

Maria Falgowska – powiat wałecki

Henryka Grześkowiak – powiat pilski

Ewa Jankowicz-Reszelewska – powiat chodzieski

Halina Jarzyńska – powiat wągrowiecki

Donata Jasik (położna) – powiat pilski (Wyrzysk)

Joanna Kabat – powiat pilski

Barbara Karykowska – powiat pilski

Grażyna Kończewska – powiat pilski

Maria Łotysz – powiat czarnkowsko-trzcianecki

Krzysztof Małkowski – powiat chodzieski

Lidia Michalak – powiat wałecki

Beata Mioduszevska – powiat złotowski

Danuta Misiak – powiat złotowski

Bernadeta Pater – powiat pilski

Robert Śnioszek – powiat pilski

Okręgowy Rzecznik Odpowiedzialności Zawodowej:

Rzecznik: Urszula Dźwigala – powiat wałecki

Zastępcy Okręgowego Rzecznika:

Joanna Major (położna) – powiat pilski

Elżbieta Sobolewska – powiat wałecki

Okręgowy Sąd Pielęgniarek i Położnych:

Przewodnicząca: Anna Łopatko – powiat czarnkowsko-trzcianecki

Członkowie:

Hanna Charlikowska – powiat pilski

Hanna Kaźmierczak – powiat czarnkowsko-trzcianecki

Dorota Mędryk – powiat wałecki

Renata Szafrąńska – powiat pilski

Okręgowa Komisja Rewizyjna:

Przewodnicząca: Danuta Celkowska – powiat pilski (Wyrzysk)

Członkowie:

Mirosława Jakubowska – powiat czarnkowsko-trzcianecki

Bogusława Wieczorek – powiat czarnkowsko-trzcianecki

REGULAMIN FINANSOWANIA KOSZTÓW KSZTAŁCENIA I DOSKONALENIA ZAWODOWEGO CZŁONKÓW OKRĘGOWEJ IZBY PIELĘGNIAREK I POŁOŻNYCH Z SIEDZIBĄ W PILE

Na podstawie art. 31 ustawy z dnia 1 lipca 2011 r. o samorządzie zawodowym pielęgniarek i położnych (Dz.U. 11.174.1038) oraz Uchwały nr 7 Okręgowej Zjazdu Pielęgniarek i Położnych z dnia 13 marca 2009 r. oraz uchwały nr 360/V Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych w Pile z dnia 30 czerwca 2011 r. uchwała się co następuje:

§ 1

Okręgowa Rada Pielęgniarek i Położnych mając na celu umożliwienie członkom samorządu podnoszenie kwalifikacji zawodowych, ustala zasady finansowania kosztów kształcenia i doskonalenia zawodowego.

§ 2

Członek OIPIP w Pile ma prawo do pomocy finansowej w postaci częściowej refundacji kosztów poniesionych na kształcenie i doskonalenie zawodowe w formach:

- * kursów doskonalących
- * kursów specjalistycznych
- * kursów kwalifikacyjnych
- * kursów specjalizacyjnych (wraz z obowiązkowymi kursami specjalistycznymi)
- * udziału w konferencjach, seminariach krajowych, sympozjach i zjazdach naukowych (po wcześniejszym zatwierdzeniu Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych, Prezydium lub Przewodniczącego)

§ 3

1. Każdy członek OIPIP w Pile ma prawo do refundacji **jeden raz na trzy lata**, przez zapis raz na trzy lata należy rozumieć termin od daty wypłaty refundacji do daty złożenia kolejnego wniosku.
2. Z pomocy finansowej mają prawo korzystać członkowie OIPIP w Pile, **opłacający regularnie składki przez co najmniej 3 lata** na rzecz OIPIP w Pile i wpisani do rejestru OIPIP w Pile. Przez regularne opłacanie składek członkowskiej rozumie się przekazanie na konto OIPIP do 15 dnia każdego miesiąca za miesiąc poprzedni lub z góry za okres określony Uchwałą nr 42/IV ORPIP z dnia 26.03.2004 tj. dopuszcza się opłacanie składek członkowskich za okres kwartału, 6 miesięcy lub całego roku – opłata następuje na początku każdego z wymienionych okresów płatności.
3. **Wniosek o refundację należy składać przed rozpoczęciem szkolenia** w celu zatwierdzenia przez Okręgową Radę Pielęgniarek i Położnych lub Prezydium ORPIP. W wyjątkowych i uzasadnionych pisemnie przypadkach po zatwierdzeniu przez Okręgową Radę Pielęgniarek i Położnych lub Prezydium ORPIP istnieje możliwość złożenia wniosku do 14 dni od rozpoczęcia szkolenia.
4. Zaświadczenie o ukończeniu szkolenia, oryginały rachunków, zaświadczenie o partycypowaniu w kosztach przez zakład pracy, oświadczenie wnioskodawcy o finansowaniu, należy składać w nieprzekraczalnym terminie 30 dni od daty zakończenia szkolenia.
5. W razie nie złożenia dokumentów, o których mowa w ust. 4 w terminie tam ustalonym członek OIPIP traci prawo do refundacji.
6. Refundacja kursów kwalifikacyjnych, specjalistycznych oraz doskonalących **wynosi do 50%** kosztów kształcenia i doskonalenia zawodowego opłaconych przez uczestnika kursu, **nie więcej jednak niż 500 zł**.
7. Koszty kursów specjalizacyjnych trwającej dłużej niż rok refundowane będą dwa razy w trakcie kształcenia: po zakończeniu pierwszego roku i po ukończeniu szkolenia. Refundacja szkolenia specjalizacyjnego **wynosi do 50%** kosztów kształcenia opłaconych przez uczestnika kursu, **nie więcej jednak niż 800 zł za rok**.
8. W przypadku nie ukończenia kursu specjalizacyjnego, o którym mowa w ust. 6 uczestnik kursu zobowiązany jest do zwrotu wypłaconej refundacji.
9. W przypadku nie zatwierdzenia przez ORPIP wniosku o refundację wnioskodawca zostanie powiadomiony pisemnie.
10. Każdy członek samorządu ubiegający się o refundację ma prawo w ciągu 14 dni od daty otrzymania odmownej decyzji odwołać się do Okręgowej Komisji Rewizyjnej.
11. Uzyskanie refundacji zobowiązuje członka samorządu do zaprezentowania treści w szkoleniach wewnętrznych organizowanych przez Izbę lub dla podmiotu przez nią wskazanego.

§ 4

Członek samorządu może być oddelegowany na jedną z form szkolenia wymienionych w § 1 bezpośrednio przez Okręgową Radę Pielęgniarek i Położnych, Prezydium lub Przewodniczącego. W takim wypadku Izba pokrywa całość kosztów z tego tytułu.

§ 5

1. W ramach budżetu Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Pile tworzy się fundusz kosztów kształcenia i doskonalenia zawodowego pielęgniarek i położnych.
2. Wysokość funduszu określa na dany rok kalendaryzowy Okręgowy Zjazd Pielęgniarek i Położnych w Pile ujęty w pozycji planu finansowego.
3. W przypadku wyczerpania się środków finansowych zatwierdzonych budżetem na kształcenie i doskonalenie zawodowe dopuszcza się przeniesienie środków z innych pozycji planu finansowego w ramach budżetu, **a przy braku możliwości wypłaty refundacji w danym roku przechodzi ona na następny rok**.

§ 6

1. Uchwała wchodzi w życie z dniem 01 lipca 2011 r.
2. Traci moc uchwała nr 169/V ORPIP w Pile z dnia 9 grudnia 2009 roku.

SKŁADKI CZŁONKOWSKIE

Pielęgniarka i Położna posiadająca prawo wykonywania zawodu
ma ustawowy obowiązek do regularnego opłacania składek
na rzecz samorządu zawodowego.

(Dz.U.11.174.1038) art. 11 ust. 2 pkt 4 ustawy z dnia 1 lipca 2011 r. o samorządzie
pielęgniarek i położnych.

Wysokość miesięcznej składki członkowskiej została ustalona
Uchwałą Nr 19 VI Krajowego Zjazdu Pielęgniarek i Położnych
z dnia 7 grudnia 2011 roku
wynosi ona:

1. **1%** miesięcznego wynagrodzenia zasadniczego w przypadku zatrudnienia.
 2. **0,5%** miesięcznej emerytury, renty lub świadczenia przedemerytalnego.
 3. **1%** przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia dla przedsiębiorstw bez wypłat z zysku, ogłaszanego przez Prezesa GUS za ostatni kwartał poprzedniego roku kalendarzowego w odniesieniu do osób wykonujących zawód pielęgniarki, położnej w ramach działalności gospodarczej – indywidualnej bądź grupowej praktyki zawodowej, a także innych członków samorządu zobowiązanych do opłacania składek nie wymienionych w pkt 1-2, w tym również pielęgniarek i położnych wykonujących zawód wyłącznie poza terytorium Rzeczypospolitej Polskiej, które nie złożyły wniosku o wykreślenie z rejestru pielęgniarek i położnych.
- W przypadku uzyskiwania dochodów jednocześnie z kilku źródeł, składka członkowska powinna być naliczona z jednego źródła, tego z którego wysokość składki jest wyższa.
 - W przypadku uzyskiwania dochodów jednocześnie z działalności gospodarczej -prowadzenia indywidualnej, bądź grupowej praktyki zawodowej oraz z innego źródła, składka członkowska powinna być naliczona na podstawie 1% przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia dla przedsiębiorstw bez wypłat z zysku, chyba że składka członkowska obliczona z innego źródła byłaby wyższa.
 - W sytuacji, gdy dana osoba jest zatrudniona na podstawie umowy o pracę u więcej niż jednego pracodawcy, wysokość składki członkowskiej obliczana jest od najwyższego miesięcznego wynagrodzenia zasadniczego.
 - Składki członkowskie są płatne miesięcznie. Składki członkowskie przekazuje się na rachunek Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Pile do **15 dnia każdego miesiąca** za miesiąc poprzedni.

Z płatności składek członkowskich zwolnione są pielęgniarki i położne:

- bezrobotne, które są zarejestrowane w urzędzie pracy;
- przebywające na urlopie wychowawczym lub pobierające zasiłek rehabilitacyjny;
- które zaprzestały wykonywania zawodu i złożyły wniosek o odwołanie z rejestru zawodu.

Składki należy odprowadzać:

- Poprzez dział kasowo-finansowy swojego pracodawcy – na konto Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Pile
- Samodzielnie:
 - na konto Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Pile
 - w biurze Okręgowej Izby od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-15:00

Przypominamy nr konta, na który należy wpłacać składki:
ING Bank Śląski 70 1050 1520 1000 0023 1185 8670

WAŻNE ADRESY - CENTRALA

Naczelna Izba Pielęgniarek i Położnych

02-757 Warszawa, ul. Pory 78, Xp.
tel. 22 327 61 61, fax 22 327 61 60
e-mail: nipip@nipip.pl
www.nipip.pl

Ministerstwo Zdrowia

00-952 Warszawa ul. Miodowa 15
tel. 22 634 96 00 centrala
e-mail: kancelaria@mz.gov.pl
www.mz.gov.pl

Narodowy Fundusz Zdrowia - Centrala

02-390 Warszawa, ul. Grójecka 186
tel. 22 572 60 00, fax 22 572 63 33
www.nfz.gov.pl

Wielkopolski Oddział Wojewódzki

Narodowego Funduszu Zdrowia
61-823 Poznań, ul. Piekary 14/15
tel./fax 61 850 60 00,
adres do korespondencji:
60-309 Poznań, ul. Grunwaldzka 158
e-mail: centrala@nfz-poznan.pl
www.nfz-poznan.pl

Wielkopolski Oddział Wojewódzki

Narodowego Funduszu Zdrowia
Delegatura w Pile
64-920 Pila, ul. Wojska Polskiego 43
tel. 67 351 28 80, fax 67 351 28 81

Zachodniopomorski Oddział Wojewódzki

Narodowego Funduszu Zdrowia
71-470 Szczecin, ul. Arkońska 45
tel. 801 00 22 72, fax 91 425 11 88
www.nfz-szczecin.pl

Urząd Marszałkowski

Województwa Wielkopolskiego
61-713 Poznań ul. Niepodległości 18
tel. 61 626 66 66, fax: 61 626 67 44
e-mail: info@umwww.pl
www.umwww.pl

Urząd Marszałkowski

Województwa Zachodniopomorskiego
70-540 Szczecin, ul. Korsarzy 34
tel. 91 489 39 69, fax 91 489 39 69
e-mail: sekretariat.marszal@wzp.pl
www.wzp.pl

Wielkopolski Urząd Wojewódzki w Poznaniu

61-713 Poznań, al. Niepodległości 16/18
tel. 61 854 10 71, 854 13 00
fax 61 852 73 27
e-mail: www@poznan.uw.gov.pl,
www.poznan.uw.gov.pl

Wielkopolski Urząd Wojewódzki w Poznaniu Delegatura w Pile

64-920 Pila, ul. Dzieci Polskich 26
tel. 67 211 89 00, fax 67 211 89 50
e-mail: del-pila@poznan.uw.gov.pl

Zachodniopomorski Urząd Wojewódzki w Szczecinie

70-502 Szczecin, Wały Chrobrego 4
tel. 91 43 03 500
e-mail: zuw@szczecin.uw.gov.pl
www.szczecin.uw.gov.pl

WAŻNE ADRESY Z OBSZARU DZIAŁANIA IZBY

Szpital Specjalistyczny im. Stanisława Staszica

64-920 Pila, ul. Rydygiera 1
tel. 67 210 66 66, fax 67 212 40 85
e-mail: wszpila@pi.onet.pl
www.szpitalpila.pl

Szpital Powiatowy im. prof. Romana Drewna w Chodzieży

64-800 Chodzież, ul. Żeromskiego 29
tel. 67 282 92 21, fax 67 282 93 21
e-mail: szpital@szpital-chodzież.pl
www.szpital-chodzież.pl

Wielkopolskie Centrum Pulmonologii i Torakochirurgii im. Eugenii i Janusza Zeylandów Szpital w Chodzieży

64-800 Chodzież, ul. Strzelecka 32
tel. 67 282 28 37, fax 67 282 08 68
e-mail: chodzież@wcpit.pl
www.wcpit.pl

Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Czarnkowie

64-700 Czarnków, ul. Kościuszki 96
tel. 67 352 81 70 fax 67 352 81 71
e-mail: sekretariat@zozzczarnkow.x.pl
www.zozzczarnkow.x.pl

Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II w Trzciance

64-980 Trzcianka, ul. Sikorskiego 9
tel. 67 352 32 00 fax 67 352 32 99
e-mail: kancelaria@szpital-trzcianka.pl
www.szpital-trzcianka.pl

107 Szpital Wojskowy z Przychodnią SPZOZ w Wałczu

78-600 Wałcz, ul. Kołobrzaska 44
tel. 67 250 28 09, fax 67 250 28 20
e-mail: sekretariat@107sw.mil.pl
www.107sw.mil.pl

Zakład Opiekuńczo-Lecniczy

SP ZOZ „Leśna Ustroń” w Tucznie
78-640 Tuczno, ul. Staszica 5
tel. 67 259 30 04, 259 31 30, fax 67 259 30 04 wew. 14
e-mail: biuro@sanatoriumtuczno.org
www.sanatoriumtuczno.org

Zespół Opieki Zdrowotnej w Wągrowcu

62-100 Wągrowiec, ul. Kościuszki 74
tel. 67 268 15 00, fax 67 268 50 77
e-mail: szpital@wagrowiec.pl
www.zozwagrowiec.internetdsl.pl

Szpital Powiatowy w Wyrzysku Sp. z o.o.

89-300 Wyrzysk, ul. 22 Stycznia 41
tel. 67 210 98 62, fax 67 264 26 63
e-mail: szpitalwyrzysk@wp.pl
www.szpitalwyrzysk.com

Szpital Powiatowy im. Alfreda Sokolowskiego w Złotowie

77-400 Złotów, ul. Szpitalna 28
tel. 67 263 22 33, fax 67 263 58 78
e-mail: szpizlot@pi.onet.pl
www.szpital.zlotow.pl

Domy Pomocy Społecznej

DPS w Pile

64-920 Pila, ul. 11 Listopada 40
tel./fax 67 212 26 43
e-mail: dpspila@kadan.pl
www.dpspila.kadan.pl

DPS w Chlebnie

89-310 Łobżenica, Chlebno 8
tel. 67 286 11 34, fax 67 286 00 14
e-mail: dpschlebno@wp.pl
www.dpschlebno.pl

DPS w Chodzieży

64-800 Chodzież, ul. Ujska 47
tel. 67 282 14 09, fax 67 282 06 30
e-mail: dps@dpschodziej.pl
www.dpschodziej.pl

DPS w Dębnie

89-310 Łobżenica, Dębno 27
tel./fax 67 286 18 20
e-mail: dps@dps-debno.pl
www.dps-debno.pl

DPS w Falmierowie

89-311 Falmierowo 1
tel. 67 286 32 26, fax 67 286 32 42
e-mail: dyrektor@dpsfalmierowo.pl
www.dpsfalmierowo.pl

DPS w Gębicach

64-707 Gębice, ul. Kasztanowa 45
tel./fax 67 255 14 24

DPS w Rzadkowie

64-810 Kaczory, Rzadkowo 79
tel. 67 283 11 39, fax 67 283 11 40
e-mail: centrumdps@wp.pl

DPS w Srebrnej Górze

62-120 Wapno, Srebrna Góra 62
tel. 67 261 14 65, fax 67 268 73 88
e-mail: dpssg@o2.pl
www.dps-srebrnagora.pl

DPS w Trzciance

64-980 Trzcianka, ul. 27 Stycznia 41
tel./fax 67 216 23 66

DPS w Walczu

78-600 Walcz, ul. Orła 35
tel. 67 387 37 77
e-mail: dps@pro.onet.pl

DPS w Wieleniu

64-730 Wieleni, ul. Fryderyka Chopina 9
tel. 67 256 10 55, fax 67 256 12 40
e-mail: sekretariat@dpswielen.com.pl
www.dpswielen.com.pl

**DPS Zgromadzenia Sióstr Franciszkanek
Rodziny Maryi w Wieleniu**

64-730 Wieleni, ul. Staszica 2
tel. 67 256 10 33, 67 256 21 99, fax 67 256 10 73
e-mail: dpswielen@op.pl
www.dpswielen.pl

Hospicjum Sióstr Św. Elżbiety w Złotowie

77-400 Złotów, ul. Panny Marii 7
tel./fax 67 263 28 60,
tel. kom. 604 410 733
e-mail: hospicjum@hospicjum-zlotow.pl
www.hospicjum-zlotow.pl

**Stowarzyszenie im. Ks Jerzego Niwarda Musolfffa
Hospicjum Miłosiernego Samarytanina**

62-100 Wagrowiec, ul. Brzozowa 23
tel./fax 67 268 92 54
e-mail: musolff@wagrowiec.wlkip.pl
www.hospicjum.wagrowiec.wlkip.pl

Ważne strony internetowe

<http://www.mz.gov.pl> – Ministerstwo Zdrowia

<http://www.nipip.pl> – Naczelna Izba Pielęgniarek i Położnych

<http://www.ptp.na1.pl> – Polskie Towarzystwo Pielęgniarskie

<http://www.zgptpol.am.lublin.pl> – Polskie Towarzystwo Położnych

<http://www.ozzpip.com.pl> – Ogólnopolski Związek Zawodowy Pielęgniarek i Położnych

<http://www.nfz.gov.pl> – Narodowy Fundusz Zdrowia – Centrala

<http://www.nfz-poznan.pl> – Wielkopolski Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia

<http://www.nfz-szczecin.pl> – Zachodniopomorski Oddział Wojewódzki Narodowego Funduszu Zdrowia

<http://www.kspms.org> – Krajowe Stowarzyszenie Pielęgniarek Medycyny Szkolnej

<http://www.ptmr.info.pl> – Polskie Towarzystwo Medycyny Rodzinnej

<http://www.ptpaio.pl> – Polskie Towarzystwo Pielęgniarek Anestezjologicznych i Intensywnej Opieki

<http://www.ptpr.org.pl> – Polskie Towarzystwo Pielęgniarstwa Ratunkowego

<http://www.ptp.edu.pl> – Polskie Towarzystwo Pediatriczne

<http://www.poltowgin.pl> – Polskie Towarzystwo Ginekologiczne

<http://www.pielęgniarki.info.pl> – Portal Pielęgniarek i Położnych

<http://www.who.int/en> – World Health Organization

ZAKŁAD DOSKONALENIA ZAWODOWEGO



CENTRUM KSZTAŁCENIA w PILE

64-920 PIŁA, ul. Browarna 19

tel./fax 67 213 15 74, tel. 67 214 82 76, tel. kom. 723 405 247

www.zdz.pila.pl, e-mail: ck_pila@poczta.onet.pl

CENTRUM DOSKONALENIA KADR MEDYCZNYCH

OFERUJE NASTĘPUJĄCE KURSY DLA PIELĘGNIAREK I POŁOŻNYCH:



Kwalifikacyjne:

- Pielęgniarstwo chirurgiczne
- Pielęgniarstwo rodzinne dla pielęgniarek
- Pielęgniarstwo rodzinne dla położnych **NOWOŚĆ**
- Pielęgniarstwo opieki długoterminowej
- Pielęgniarstwo anestezjologiczne i intensywnej opieki
- Pielęgniarstwo pediatryczne
- Pielęgniarstwo operacyjne
- Pielęgniarstwo zachowawcze
- Pielęgniarstwo onkologiczne
- Pielęgniarstwo w ochronie zdrowia pracujących
- Pielęgniarstwo opieki paliatywnej
- Pielęgniarstwo środowiska nauczania i wychowania

Specjalistyczne:

- Szczepienia ochronne
- Leczenie ran
- Wykonywanie i interpretacja zapisu elektrokardiograficznego
- Terapia bólu ostrego u dorosłych
- Resuscytacja kraeniowo-oddechowa
- Edukator w cukrzycy
- Podstawy opieki paliatywnej
- Podstawy dializoterapii
- Wykonanie badania spirometrycznego
- Wykonywanie i ocena testów skórnych
- Żywienie enteralne i parenteralne **NOWOŚĆ**
- Endoskopia **NOWOŚĆ**

Specjalizacyjne:

- Pielęgniarstwo chirurgiczne
- Pielęgniarstwo ratunkowe
- Pielęgniarstwo operacyjne
- Pielęgniarstwo rodzinne **NOWOŚĆ**
- Pielęgniarstwo opieki długoterminowej **NOWOŚĆ**
- Pielęgniarstwo anestezjologiczne i intensywnej opieki
- Pielęgniarstwo epidemiologiczne dla pielęgniarek i położnych **NOWOŚĆ**



...oraz inne w zależności od potrzeb

NASZE ATUTY:

Wieloletnia tradycja

Wysoka jakość szkolenia

Doświadczona kadra wykładowców



Szpital Powiatowy im. Jana Pawła II ul. Gen. W. Sikorskiego 9

64-980 Trzcianka

Tel.: 067 35 23 200

Fax: 067 35 23 299

kancelaria@szpital-trzcianka.pl

www.szpital-trzcianka.pl



PN-EN ISO 9001:2009

PN-EN ISO 14001:2005



WYBORY SAMORZĄDOWE 2014

**ZACNIJMY WALCZYĆ O NASZE SPRAWY I ZAGŁOSUJMY
W TYCH WYBORACH NA NASZYCH PRZEDSTAWICIELI**

Okręgowa Izba Pielęgniarek i Położnych z siedzibą w Pile informuje, że nie ponosi odpowiedzialności za treści zawarte w materiałach wyborczych kandydatów, których sylwetki są prezentowane według klucza: województwo, powiat, gmina/miasto, alfabetycznie.

DO SEJMIKU WOJEWÓDZTWA WIELKOPOLSKIEGO



TOMASZ BARAN

CZAS WYLECZYĆ OCHRONĘ ZDROWIA

Tomasz Baran Absolwent Akademii Medycznej Wydziału Pielęgniarskiego, specjalista medycyny społecznej, specjalista organizacji ochrony zdrowia, absolwent oraz wykładowca Wyższej Szkoły Bankowej w Poznaniu, wieloletni menedżer w ochronie zdrowia, obecnie wice-szef samorządu pielęgniarek i położnych, wykładowca Centrum Doskonalenia Kadr Medycznych.

Dalsze niekorzystne zmiany w ochronie zdrowia powodują coraz gorszą sytuację zawodową i finansową, nie tylko pielęgniarek i położnych, ale również w dużej części innych pracowników zatrudnionych w systemie ochrony zdrowia. Nieudolne zarządzanie systemem opieki zdrowotnej odczuwają nie tylko nasi pacjenci, ale również te grupy zawodowe, które są lekceważone przez obecne władze. Brak reprezentantów naszego środowiska w samorządach terytorialnych spowoduje prawdopodobnie zastąpienie zawodu pielęgniarki opiekunkami medycznymi, a co najgorsze masowe zwolnienia. Zagrożeń jest bardzo wiele.

Można na mnie głosować w każdym powiecie. Koleżanko, Kolego proszę weź rodzinę, przyjaciół oraz sąsiadów i głosuj na Tomasza Barana. **Pamiętaj o mnie 16 listopada, a ja będę pamiętał o Tobie przez 4 lata.**

Kandydat bezpartyjny z listy SLD-Lewica Razem pozycja 5.

DO RADY POWIATU CHODZIESKIEGO



EWA JANKOWICZ-RESZELEWSKA

Mgr pielęgniarstwa i medycyny społecznej.

Kandydatka na Radną Powiatu, Komitetu Wyborczego „Nowy Powiat” w Chodzieży.

Okręg Nr 1, zakreśl szczęśliwą 13-tkę.

Do 2014 roku z-ca dyrektora ds. pielęgniarstwa/naczelną pielęgniarką, a także pełnomocnik dyrektora ds. jakości oraz reprezentowania Praw Pacjenta w WSSCPiG w Chodzieży. Od października 2014 roku, p.o. naczelną pielęgniarką w Szpitalu Specjalistycznym w Pile. W Radzie Powiatu zajmę się ochroną zdrowia w pełnym tego słowa znaczeniu. Począwszy od profilaktyki i informacji skierowanej do pacjenta, leczenia, pielęgnacji, rehabilitacji a skończywszy na egzekwowaniu Jego Praw.

Jeżeli leży Ci na sercu zdrowie wszystkich mieszkańców Powiatu Chodzieskiego, głosuj na Listę Nowego Powiatu, Okręg Nr 1 pozycja 13.

DO RADY POWIATU CZARNKOWSKO-TRZCIANECKIEGO



ANNA KRYSZYNA ŁOPATKO

42 lata, mężatka, troje dzieci, wykształcenie wyższe, pielęgniarka. Od 21 lat pracuję jako pielęgniarka w ZZOZ w Czarnkowie. Ponadto mam dziesięcioletnie doświadczenie w opiece nad chorym i jego rodziną zdobyte w Poradni Opieki Paliatywnej Hospicjum Domowe Filia Czarnków. Jestem magistrantką Uniwersytetu Szczecińskiego, Wydziału Nauk Ekonomicznych i Zarządzania. Ukończyłam także wyższe studia zawodowe w zakresie administracji ogólnej i studia podyplomowe z zarządzania w opiece zdrowotnej. Nie boję się wyzwań, dlatego poza pracą zawodową czynnie działam na rzecz swojego środowiska w Samorządzie Zawodowym Pielęgniarek i Położnych, a także w strukturach OZZPiP.

Kandyduje do Rady Powiatu Czarnkowski-Trzcianiecki z Komitetu Wyborczego PSL, Okręg Wyborczy nr 1, pozycja nr 2 – jako osoba bezpartyjna, aby mieć wpływ na zmiany w ochronie zdrowia w Powiecie nie tylko jako pracownik systemu, ale przede wszystkim jako PACJENT. Bardzo ważne jest dla mnie szeroko pojmowane bezpieczeństwo i problemy mojego środowiska.

DO RADY POWIATU PILSKIEGO



EWA GURDA

Licencjonowana pielęgniarka, ukończyłam Państwową Wyższą Szkołę Zawodową w Pile. Od 32 lat pracuję w zawodzie pielęgniarki. Aktualnie w oddziale hematologii i chemioterapii w Szpitalu Specjalistycznym w Pile. Jestem zaangażowana w działalność społeczną na rzecz ludzi w tym też chorych. Jestem ławnikiem przy Sądzie Rejonowym w Pile, członkiem NSZZ „Solidarność”. Piastuję rolę Prezesa Stowarzyszenia Apalicznych i Wybudzonych – „MOTYL” (idea Stowarzyszenia wspieranie chorych w śpiączce apalicznej i ich opiekunów oraz edukacja społeczna). Chciałabym pracować w komisji zdrowia na rzecz chorych niepełnosprawnych oraz zaważać o poprawę warunków pracy i płacy naszych pielęgniarek, aby dostosować wyżej wymienione do standardów europejskich.

Jestem kandydatką do Rady Powiatu z ramienia PiS, Okręg Wyborczy nr 2 pozycja nr 5.

„Nasza wartość człowieczeństwa jest zawarta w tym ile możemy dać drugiemu człowiekowi”.



BOŻENA HAJDUŚ

Magister pielęgniarstwa, ukończone PWSZ w Pile, PAM w Szczecinie, WSB w Poznaniu.

Od 21 lat zatrudniona na oddziale dermatologicznym w Szpitalu Specjalistycznym w Pile z zamiłowania podróźniczka.



GRAŻYNA KOŃCZEWSKA

Pielęgniarka, od 30 lat pracuję w Szpitalu Powiatowym w Wyrzysku. W latach 2007-2014 Przełożona Pielęgniarek. Członek ORPiP w Pile. Ukończyła UKW w Bydgoszczy oraz WSB w Pile.

Kandyduję do Rady Powiatu z szeregów Porozumienia Samorządowego, co pozwoli mi realizować wybrane zadania i cele: zauważanie potrzeb ważnych dla całego powiatu z uwzględnieniem udziału mieszkańców w podejmowaniu decyzji, wspieranie inwestycji na terenie Piły i powiatu, podejmowanie czynności promujących zdrowie, współpraca i kooperacja z pracownikami opieki zdrowotnej, chronienie praw osób niepełnosprawnych, współpraca ze szkołami, stowarzyszeniami i organizacjami społecznymi.

Kieruje mną poczucie odpowiedzialności za rozwój powiatu, chęć wysłuchania każdego człowieka, konsekwencja w dążeniu do celu, odpowiedzialność za swoje czyny i słowa.

To Państwo zadecyduje, czy będzie mi dane reprezentować mieszkańców powiatu.

Spróbujmy razem budować przyszłość!



BERNADETA PATER

Pielęgniarka lat 52, wykształcenie wyższe. Kandyduję po raz drugi do Rady Powiatu w Pile, obecnie pełnię funkcję wiceprzewodniczącej w Komisji Polityki Społecznej, Zdrowia i Bezpieczeństwa Rady Powiatu. Jestem członkiem Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych w Pile. Kandyduję dlatego, że bliskie są mi problemy zarówno środowiska pracy jak i zamieszkania.

„NIC O NAS BEZ NAS”

Kandyduję z listy Komitet Wyborczy Wyborców Lewica Razem pozycja nr 5.



ALINA KRYSZYNA WASILEWSKA

Lat 46, magister położnictwa, absolwentka Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, specjalista pielęgniarstwa położniczego. Studia podyplomowe na kierunku: Organizacja i Zarządzanie w Ochronie Zdrowia ukończyłam w Wyższej Szkole Bankowej w Poznaniu.

Od 24 lat zatrudniona jestem w Szpitalu Specjalistycznym w Pile na stanowisku starszej położnej w Bloku Porodowym. Zawód mój wykonuję z pasją, dlatego cały czas pogłębiam wiedzę, którą staram się przekazać przyszłym rodzicom tak, aby kolejne pokolenia były zdrowsze.

Prowadzę Indywidualną Praktykę Położniczą, Szkołę Rodzenia, przyjmuję porody domowe oraz wraz z mężem prowadzimy Klinikę Wasilewski Medycyny Estetycznej i Laseroterapii. Jestem matką dwóch synów-Patryka lat 22 studenta medycyny i Piotra lat 17 ucznia liceum ogólnokształcącego, mąż Paweł jest lekarzem. Lubię taniec, narty, wycieczki turystyczne, rowerowe, dobrą muzykę, film i książkę.

Cenię lojalność, otwartość, szacunek dla drugiego człowieka, jestem za wdrożeniem postępu.

Ważna dla mnie jest poprawa sytuacji gospodarczej i społecznej w ochronie zdrowia w powiecie pilskim. Chcę zadbać o rozwój przedsiębiorczości w naszym mieście i powiecie.

Kandyduję do Rady Powiatu jako osoba niezależna z listy SLD Lewica Razem Okręg wyborczy nr 2, pozycja nr 3 na liście.

DO RADY POWIATU WAŁECKIEGO



ZOFIA SZCZOTKIEWICZ

Kandyduję do Rady Powiatu w Wałczu z KWW „Niezależni”. Od ponad 30 lat, pracuję jako pielęgniarka w Zakładzie Opiekuńczo-Lecznicznym w Tucznie.

Aktywnie działam na rzecz środowiska zawodowego i lokalnej społeczności. Byłam Przewodniczącą Komisji Spraw Społecznych i Budżetu w Radzie Miejskiej Tucznia, Członkiem Powiatowej Rady Zatrudnienia, Członkiem Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych w Pile. Bliskie są mi problemy zawodowe oraz te związane z regionem.

Proszę o poparcie.

DO RADY MIASTA I GMINY CHODZIEŻ



ZOFIA SIEJAK

Ubiegam się o mandat radnej do Rady Miasta Chodzież (obecnie jestem radną). Startuję z Komitetu Wyborczego – Pokochajmy Nową Chodzież.

Urodziłam się w Dzień Służby Zdrowia, tj. 7 kwietnia 1953 r. Jestem wdową, mam trójkę dorosłych, samodzielnych dzieci i jedną wnuczkę.

Jestem absolwentką Liceum Pielęgniarskiego w Kaliszu. Po ukończeniu nauki pracowałam na różnych stanowiskach wymagających kwalifikacji pielęgniarskiej. W latach 1973-1977 pracowałam w Szpitalu Miejskim im. J. Strusia w Poznaniu. Od 1983 r. pracowałam przez 10 lat w oddziale wewnętrznym Szpitala Powiatowego im. prof. R. Drewsa w Chodzieży, następnie w poradni neurologicznej, w poradni poszpitalnej chirurgicznej. Od 13 lat pracuję w charakterze pielęgniarki epidemiologicznej.

Lubię wyzwania, pragnę by Chodzież była miasteczkiem pięknym jak EDEN. Chciałabym pracować na rzecz miasta, czuć się potrzebna. Lubię ład i porządek oraz przejrzyste sytuacje. Cenię w ludziach pracowitość, bezinteresowność. Nie lubię natomiast polskiej przyzwary, czyli ciągłego narzekania na wszystko i wszystkich, nic nie dając od siebie. Działalność społeczna: działalność na rzecz swojego osiedla, działalność proekologiczna, praca w Centrum Pomocy Rodzinie (rodziny dysfunkcyjne), pomoc osobom starszym i nieporadnym życiowo.



ALEKSANDRA ZAWODNA-CYRAN

KOMITET WYBORCZY „POKOCHAJMY NOWĄ CHODZIEŻ”

Jestem rodowitą chodzieżanką, pielęgniarką z zawodu. Ukończyłam studia licencjackie Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu i studia podyplomowe Organizacja i Zarządzanie w Ochronie Zdrowia. Pracuję w Powiatowym Szpitalu im. Romana Drewsa w Chodzieży na stanowisku pielęgniarki oddziałowej na oddziale wewnętrznym. Aktywnie uczestniczę też w pracach Miejskiego Ośrodka Rozwiązywania Problemów Alkoholowych. Do ubiegania się o mandat radnej do Rady Miasta zmotywowały mnie przede wszystkim spostrzeżenia wyniesione z pracy zawodowej, a dotyczące ludzi starszych. Zauważyłam, że często już w wieku przedemerytalnym tracą oni swą aktywność, zawężają się ich zainteresowania sprawami społecznymi, zamykają się w kręgu najbliższej rodziny, ograniczają kontakt zaledwie do kilku znajomych, stają się pasywni i przygnębieni. Jako radna będę zabiegać o powstanie Dziennego Domu Opieki Społecznej finansowanego przy udziale środków z Unii Europejskiej. Zadbam, by za pomocą wolontariatu dotrzeć do emerytów, uaktywnić ich najpierw w małych grupach, ułatwić im organizację wolnego czasu. Kolejnym moim zamierzeniem są starania o stworzenie warunków do spędzania wolnego czasu przez dzieci z mojego okręgu wyborczego. Myślę również o zwiększeniu bezpieczeństwa na drodze przy ulicy Buczkowskiej.

DO RADY MIASTA I GMINY PIŁY



KATARZYNA BLECHINGER-PIŁAT

Kandydatka do Rady Miasta Piły z listy KW Porozumienie Samorządowe Okręg nr 17 (Al. Powstańców Wlkp. 181-195, Królowej Jadwigi, Prześwit, Łączna).

Katarzyna Blechinger-Piłat mgr pielęgniarstwa UMK Bydgoszcz, studia podyplomowe na Wyższej Szkole Bankowej w Poznaniu „Zarządzanie w opiece zdrowotnej dla kadry kierowniczej pielęgniarek i położnych”. Przewodnicząca Rady Pracowników Szpitala Specjalistycznego im. Stanisława Staszica w Pile, członkini NSZZ „Solidarność”.



MAŁGORZATA MAĆKÓW

Kandydatka do Rady Miasta Piły. KWW Staszycy i Motylewo Aleksy Łopiński. Okręg nr 20.

Urodzona 03.05.1963 r. Zamieszkuje w Pile od 1987 r. Mężatka, dwoje dorosłych dzieci. Pielęgniarka, pracuje na oddziale Neurologii Szpitala Specjalistycznego w Pile od roku 1984. Ukończyła 5-letnie Liceum Medyczne w Złotowie uzyskując dyplom pielęgniarki.

Ukończyła kurs kwalifikacyjny w dziedzinie organizacji i zarządzania dla pielęgniarek i położnych, kurs kwalifikacyjny w dziedzinie pielęgniarstwa opieki długoterminowej. Członkini zarządu w Zespole Pielęgniarek ds. Stwardnienia Rozsianego pod patronatem Polskiego Towarzystwa Pielęgniarek Neurologicznych. Prowadzi program terapeutyczny dla pacjentów z chorobą SM (opieka i edukacja chorych i ich rodzin).



DOROTA URBAŃSKA

Wykształcenie wyższe: kierunek administracyjny Wydział Pielęgniarski Akademii Medycznej w Lublinie, studia podyplomowe: organizacja pomocy społecznej, pielęgniarstwo internistyczne, pedagogika.

Dyrektor Domu Pomocy Społecznej im. Jana Pawła II w Pile, członek Prezydium Okręgowej Rady Pielęgniarek i Położnych, nauczyciel, współpracuje z licznymi organizacjami pozarządowymi zajmującymi się problemami ludzi starszych, chorych i niepełnosprawnych.

Kandyduje z listy Komitetu Wyborczego Platformy RP – okręg nr 10.

DO RADY MIASTA I GMINY TRZCIANKA



HANNA DĄBKOWSKA

Pielęgniarka, **kandydatka do Rady Miasta, Okręg wyborczy nr 11 w Trzciance.**

KOLEŻANKI I KOLEDZY, LICZĘ NA WASZE WSPARCIE!

DO RADY MIASTA I GMINY TUCZNO



EWA JAKUBOWSKA

Ewa Jakubowska lat 50. Od 30 lat pracuję w Zakładzie Opiekuńczo-Lecznicznym w Tucznie. Jestem pielęgniarką-specjalistką. **W wyborach samorządowych 2014 roku kandyduje po raz pierwszy z Okręgu wyborczego nr 4 do Rady Miejskiej w Tucznie.** Proszę o wsparcie i zapraszam do urn wyborczych 16 listopada.

DO RADY MIASTA I GMINY WYRZYSK



BARBARA KLÓSKA

Komitet Wyborczy Wyborców Solidność Odpowiedzialność Służba. **Kandydat na radnego Rady Miejskiej w Wyrzysku, okręg nr 5. Gmina Wyrzysk zasługuje na więcej!**

Wykształcenie: mgr pedagogiki ogólnej, specjalista w zakresie pedagogiki opiekuńczej i wychowawczej, specjalista oligofrenopedagogiki, specjalista w zakresie organizacji pomocy społecznej i zarządzania oświatą, nauczyciel przedmiotów zawodowych.

Zawód: pielęgniarka dyplomowana, pedagog. Pełnione funkcje: dyrektor DPS w Falmierowie.

Szanowni Państwo! Mieszkam w Wyrzysku od urodzenia. Znam więc potrzeby jego Mieszkańców i ludzi żyjących w moim okręgu wyborczym. Wiem, o co trzeba zadbać i co zmienić, by żyło nam się lepiej. Jestem osobą pracowitą i uczciwą, wrażliwą na potrzeby innych. Potrafię słuchać i rozmawiać. Staram się być blisko ludzi. **Swoją osobą gwarantuję konsekwencję i skuteczność w działaniu.**



STOWARZYSZENIE

POROZUMIENIE SAMORZĄDOWE

W PILE, 64-920 Piła, ul. Krzywa 10



Nasze stowarzyszenie zostało powołane przez ludzi, którym zależy na rozwoju Piły i powiatu pilskiego, a przede wszystkim mającym na względzie dobro drugiego człowieka. Takie cele przyświecają nam w codziennej działalności na wielu płaszczyznach, gdyż członkami Stowarzyszenia są samorządowcy, biznes-meni, rzemieślnicy oraz przedstawiciele wolnych zawodów.

Wszędzie, gdzie to jest możliwe, zabieramy głos w sprawach, które nurtują wielu z Was. Z Waszymi problemami staramy się docierać do właściwych adresatów i poszukujemy najlepszych rozwiązań. Stowarzyszenie jest organizacją nienastawioną na osiągnięcie zysku, lecz na pomoc w rozwoju gospodarczym, pobudzeniu inicjatyw mieszkańców powiatu z zakresu spraw społecznych, kultury, sztuki i sportu.

Jeśli chcesz być aktywnym, przyłącz się do nas. Potrzebujemy ludzi, którzy nie są obojętni na otaczającą rzeczywistość. Razem możemy zrobić znacznie więcej.

Bogusław Mikita
Prezes Stowarzyszenia
"Porozumienie Samorządowe"

Zapraszamy do naszego biura

w Piile przy ul. O. M. Kolbe 9A/1u
od poniedziałku do piątku w godzinach 9:00 – 14:00

- > Udzielimy bezpłatnych porad prawnych
- > Pomożemy rozwiązać Twoje problemy i zrealizować pomysły
- > Prowadzimy punkt informacji dla osób niepełnosprawnych i dla przedsiębiorców zatrudniających takie osoby
- > Podczas dyżurów czekają na Państwa z każdą sprawą nasi radni miasta Piły i powiatu pilskiego

tel./fax 67 3491616

biuro@sps.pila.pl

www.sps.pila.pl



WSPÓLNE OŚWIADCZENIE O ZDARZENIU DROGOWYM

Strona 1/2

Sheet 1/2

Osoby ranne
injured(s) even if slight

nie ☐ no tak ☐ yes

Woj., powiat, gmina, miejscowość, droga/ulica:
Place:

Miejsce zdarzenia:
Country:

Godzina
Time

Straty materialne
Material losses

inne niż pojazdy A i B
other than to vehicles A and B?

nie ☐ no tak ☐ yes

Świadkowie: imiona, nazwiska, adresy, tel.
Witnesses: names, addresses, tel.

POJAZD A Vehicle A

6. Ubezpieczony (wg *dowodu/polis ubezpieczenia)
Insured policyholder (see insurance certificate)

NAZWISKO:
Name

Imię i nazwisko
First name and surname

Adres:
Address

Kod pocztowy:
Postal code

Kraj:
Country

E-mail:
E-mail

Tel. (no. e-mail):
Tel. (no. e-mail)

7. Pojazdy (Vehicles)

POJAZD SILNIKOWY (Motor)

Marka, typ (Mark, type)

Nr rejestracyjny (Registration no.)

Kraj rejestracji (Country of registration)

PRZYCZEPA (Trailer)

Marka, typ (Mark, type)

Nr rejestracyjny (Registration no.)

Kraj rejestracji (Country of registration)

8. Zakład ubezpieczeń (wg *dowodu/polis ubezpieczenia)
Insurance company (see insurance certificate)

NAZWA:
Name

Adres:
Address

*Dowód ubezpieczenia/polis wystawiony przez *agenta/oddział
Insurance certificate issued by an agent / bureau

nr (no.)

ważna od
valid from

Zielona Karta pojazdu wystawiona przez *agenta/oddział
Green Card no. issued by an agent / bureau

nr (no.)

ważna od
valid from

Czy pojazd posiada ubezpieczenie AC?
Does the policy cover material damage to the vehicle?

nie ☐ no tak ☐ yes

12. OKOLICZNOŚCI Circumstances

zaznacz okoliczności zdarzenia
cross each of the following to explain the draft

POJAZDY
Vehicles

1 *zaparkowany/wyznaczony
1 parked / designated

2 *ruszył z miejsca postępu / otworzył drzwi
2 started moving / opened door

3 w trakcie parkowania
3 during parking

4 wyjeżdżał z parkingu
4 leaving parking place

5 teren przywarty, drogę nieutwardzoną
5 uneven ground, a track

6 wjechał się do ruchu okrężnego
6 entering a roundabout

7 ponaślą się w ruchu okrężnym
7 circulating a roundabout

8 uderzył w tył pojazdu
8 hitting the rear of the vehicle

9 jadącemu tym samym pasem ruchu
9 driving in the same lane

10 jechał w tym samym kierunku
10 driving in the same direction

11 zmienił pas ruchu
11 changing lanes

12 skręcał w prawo
12 turning to the right

13 skręcał w lewo
13 turning to the left

14 *cofął / zawracal
14 going backwards / reversing

15 jechał pasem przeznaczonym
15 driving in the special direction

16 na skrzyżowaniu nadjechał
16 coming from the right at road junctions

POJAZD B Vehicle B

6. Ubezpieczony (wg *dowodu/polis ubezpieczenia)
Insured policyholder (see insurance certificate)

NAZWISKO:
Name

Imię i nazwisko
First name and surname

Adres:
Address

Kod pocztowy:
Postal code

Kraj:
Country

E-mail:
E-mail

Tel. (no. e-mail):
Tel. (no. e-mail)

7. Pojazdy (Vehicles)

POJAZD SILNIKOWY (Motor)

Marka, typ (Mark, type)

Nr rejestracyjny (Registration no.)

Kraj rejestracji (Country of registration)

PRZYCZEPA (Trailer)

Marka, typ (Mark, type)

Nr rejestracyjny (Registration no.)

Kraj rejestracji (Country of registration)

8. Zakład ubezpieczeń (wg *dowodu/polis ubezpieczenia)
Insurance company (see insurance certificate)

NAZWA:
Name

Adres:
Address

*Dowód ubezpieczenia/polis wystawiony przez *agenta/oddział
Insurance certificate issued by an agent / bureau

nr (no.)

ważna od
valid from

Zielona Karta pojazdu wystawiona przez *agenta/oddział
Green Card no. issued by an agent / bureau

nr (no.)

ważna od
valid from

Czy pojazd posiada ubezpieczenie AC?
Does the policy cover material damage to the vehicle?

nie ☐ no tak ☐ yes

9. Kierujący pojazdem (wg prawa jazdy)
Driver (see driving licence)

NAZWISKO:

Imię:

Data urodzenia:

Date of birth:

Adres:

Kod pocztowy:

Postal code:

Tel. lub E-mail:

Tel. no., e-mail:

Nr prawa jazdy:

Driving licence no.:

Kategoria (A, B, ...):

Category:

Prawo jazdy ważne do:

Driving licence valid until:

☐ 17 * nie udielił pierwszeństwa przejazdu / ☐
jechał na czerwonym świetle
had not observed a right of way sign or a red light

☐ liczba pól zakreślonych krzyżykami ☐
state number of boxes marked with a cross

Muszą podpisać oświadczenie. Must be signed by both drivers
Dokument nie stanowi przyznania się do odpowiedzialności;
lecz tylko do potwierdzenia tożsamości i faktów,
co powinno przyspieszyć likwidację roszczeń
Does not constitute an admission of liability, but a summary of details
and of the facts which will speed up the settlement of claims.

13. Szkic zdarzenia drogowego
Draft of accident

Zaznaczyć: 1. układ drogi; 2. strzałkami kierunku jazdy pojazdów
A i B - 3. pojazdów w momencie zdarzenia - 4. znaki
drogowe sygnalizujące świetlna - 5. ruchy ulic / running way
Indicate: 1. The layout of the road - 2. By arrows the direction of vehicles A, B
- 3. their position at the time of impact - 4. the road signs - 5. names of the
streets or roads.



10. Zaznaczyć strzałką miejsce
uderzenia w pojazd A →
Indicate the point of initial impact
to vehicle A by an arrow

11. Widoczne uszkodzenia
pojazdu A:
(Visible damages to vehicle A)

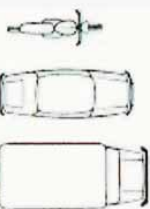
14. Uwagi:
My remarks:

15.

Podpisy kierujących pojazdami
Signatures of the drivers

15.

14. Uwagi:
My remarks:



10. Zaznaczyć strzałką miejsce
uderzenia w pojazd B →
Indicate the point of initial impact
to vehicle B by an arrow

11. Widoczne uszkodzenia
pojazdu B:
(Visible damages to vehicle B)

14. Uwagi:
My remarks:

9. Kierujący pojazdem (wg prawa jazdy)
Driver (see driving licence)

NAZWISKO:

Imię:

Data urodzenia:

Date of birth:

Adres:

Kod pocztowy:

Postal code:

Tel. lub E-mail:

Tel. no., e-mail:

Nr prawa jazdy:

Driving licence no.:

Kategoria (A, B, ...):

Category:

Prawo jazdy ważne do:

Driving licence valid until:



Ujście, nowoczesne miasto i gmina

Rozległe lasy, malowniczo położone wsie z wielowiekową tradycją, wymarzone tereny do rekreacji i wypoczynku oraz czyste powietrze – to walory, którymi dysponujemy. Posiadamy też wolne tereny pod nowe inwestycje produkcyjne. Stwarzamy korzystne warunki tym, którzy chcą u nas inwestować.

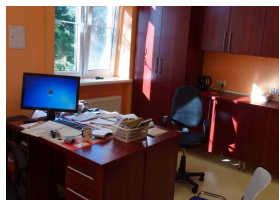
Henryk Kazana

Burmistrz Ujścia

**107 Szpital Wojskowy z Przychodnią
w Wałczu
Samodzielny Publiczny
Zakład Opieki Zdrowotnej
78-600 Wałcz, ul. Kołobrzeska 44**



107 Szpital Wojskowy z Przychodnią w Wałczu jest szpitalem wieloprofilowym. Udzielane są świadczenia zdrowotne w zakresie leczenia stacjonarnego, ambulatoryjnego, rehabilitacji, diagnostyki podstawowej oraz wysokospecjalistycznej.



Kontakt:

Dyrektor/sekretariat

e-mail: sekretariat@107sw.mil.pl

tel./fax 67 250 28 09

z-ca dyrektora ds. medycznych

tel. 67 250 28 01

z-ca dyrektora ds. ekonomicznych

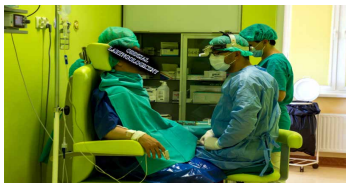
tel. 67 250 28 05

Przełożona Pielęgniarek

tel. 67 250 28 33

Oddziały szpitalne – numery telefonów:

- | | |
|---|--|
| ✓ Chirurgia ogólna | 67 250 28 02, 67 250 28 67 |
| ✓ Chirurgia urazowo-ortopedyczna | 67 250 23 94, 67 250 28 73 |
| ✓ Ginekologiczno-położniczy | 67 250 24 31, 67 250 28 95, 67 250 24 98 |
| ✓ Otolaryngologiczny | 67 250 28 99, 67 250 23 21 |
| ✓ Okulistyczny | 67 250 28 82, 67 250 28 81 |
| ✓ Chorób wewnętrznych | 67 250 28 53, 67 250 28 25 |
| ✓ Neurologiczny | 67 250 28 88, 67 250 28 87 |
| ✓ Pediatryczny | 67 250 29 06, 67 250 29 07 |
| ✓ Chorób zakaźnych | 67 250 29 12, 67 250 29 11 |
| ✓ Psychiatryczny | 67 250 28 78, 67 250 28 79 |
| ✓ Anestezjologia i Intensywna Terapia | 67 250 28 43, 67 250 28 42 |
| ✓ Izba Przyjęć | 67 250 28 80, 67 250 28 89 |
| ✓ Rejestracja POZ | 67 250 29 09 |
| ✓ Rejestracja Poradni Specjalistycznych | 67 250 28 39 |
| ✓ Zakład Rehabilitacji | 67 250 28 17 |
| ✓ Zakład Radiodiagnostyki Obrazowej | 67 250 28 37, 67 250 29 14 |
| ✓ Zakład Diagnostyki Laboratoryjnej | 67 250 28 77, 67 250 28 55 |



Wiecej informacji na stronie internetowej szpitala www.107sw.mil.pl

WYKAZ KONSULTANTÓW WOJEWÓDZKICH

Województwo Wielkopolskie

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa

mgr Barbara MAJKOWSKA

Szpital Wojewódzki
60-749 Poznań, ul. Juraszów 7/19
tel. 61 821 22 00, 61 821 12 64
e-mail: majkowska@lutycka.pl

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Rodzinnego

dr n. biol. Maria STACHOWSKA

61-694 Poznań, ul. Żołnierzy Lenino 29
tel. kom. 501 254 094

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Ginekologicznego

i Położniczego

dr hab. n. o zdrowiu Beata PIĘTA

Wydział Nauk o Zdrowiu Zakład Praktycznej
Nauki Położnictwa UM im. K. Marcinkowskiego
w Poznaniu
61-512 Poznań, ul. Jackowskiego 41
tel. 61 854 72 27
sekr. 61 854 72 25

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Epidemiologicznego

mgr Krystyna BRONSKA

Zespół Kontroli Zakażeń Szpitalnych
Szpital Wojewódzki w Poznaniu
60-749 Poznań, ul. Juraszów 7/19
tel. 61 821 22 10
e-mail: bronska@lutycka.pl

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Onkologicznego

mgr Zofia C WALINA

Wielkopolskie Centrum Onkologii
im. Marii Skłodowskiej-Curie
61-866 Poznań, ul. Garbary 15
tel. 61 885 06 29
e-mail: z.cwalina@wco.pl

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Przewlekłe Chorych

i Niepełnosprawnych

mgr Cecylia KASPRZAK

Szpital Powiatowy w Rawiczu Zakład
Opiekuńczo-Lecznicy
63-900 Rawicz, ul. Gen. Grota Roweckiego 6
tel. 65 545 20 50

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Pediatricznego

mgr Emilia KŁOS

SP ZOZ nad Matką i Dzieckiem
Oddział Dzieci Starsze II
61-825 Poznań, ul. Krysiewicza 7/8
tel. 61 859 03 26

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Anestezjologicznego

i Intensywnej Opieki

mgr Jadwiga MALIŃSKA

Ginekologiczno-Położniczy Szpital Kliniczny UM
Oddział Anestezjologii i Intensywnej Opieki
Medycznej
60-535 Poznań, ul. Polna 33
tel. 61 841 94 83

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Ratunkowego

mgr Aleksandra WIELIK-NOWAK

Oddział Intensywnego Nadzoru Toksykologicznego
ZOZ Poznań Jeżyce
60-834 Poznań, ul. Mickiewicza 2
tel. 61 847 69 46
e-mail: a.wieliknowak@onet.pl

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Psychiatrycznego

dr hab. n. med. Krystyna GÓRNA

Uniwersytet Medyczny im. K. Marcinkowskiego
Zakład Pielęgniarstwa Neurologicznego
i Psychiatrycznego
60-179 Poznań, ul. Smoluchowskiego 11
tel. 61 861 22 57
e-mail: kgorna8@poczta.onet.pl

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Opieki Paliatywnej

mgr Wiesława PIOTROWSKA

Katedra i Klinika Medycyny Paliatywnej
61-245 Poznań, os. Rusa 15
tel. kom. 502 953 898

Konsultant Wojewódzki w dziedzinie Pielęgniarstwa Chirurgicznego

i Operacyjnego

mgr Janusz WOŹNIAK

Klinika Neurochirurgii Szpital Kliniczny nr 2
60-355 Poznań, ul. Przybyszewskiego 49
tel. 61 869 14 26

WYKAZ KONSULTANTÓW WOJEWÓDZKICH

Województwo Zachodniopomorskie

**Konsultant Wojewódzki w dziedzinie
Pielęgniarstwa Epidemiologicznego**

mgr Bożena PRZADKA

Specjalistyczny Szpital im. prof. A. Sokołowskiego
70-891 Szczecin - Zduńowo
ul. A. Sokołowskiego 11
tel. 91 442 72 03
tel. kom. 501 476 778
e-mail: bozenab@wp.pl

**Konsultant Wojewódzki w dziedzinie
Pielęgniarstwa Onkologicznego**

mgr Marzena KACZMAREK

Zachodniopomorskie Centrum Onkologii
71-731 Szczecin, ul. Strzałkowska 22
tel. 91 425 15 64
tel. kom. 506 136 155
e-mail: marzka99@wp.pl

**Konsultant Wojewódzki w dziedzinie
Pielęgniarstwa Anestezjologicznego
i Intensywnej Opieki**

mgr Bożenna LEŚNIAK

Samodzielny Publiczny Szpital Zespolony
Oddział Anestezjologiczny i Intensywnej Terapii
i Zatrucia
71-455 Szczecin, ul. Arkońska 4
tel. 91 813 96 92
tel. kom. 605 601 598
e-mail: leboz@poczta.fm

**Konsultant Wojewódzki w dziedzinie
Pielęgniarstwa Pediatricznego**

mgr Beata MAŃKA

Samodzielny Publiczny Wojewódzki Szpital
Zespolony
71-455 Szczecin, ul. Arkońska 4
tel. kom. 503 866 703
e-mail: beth1@o2.pl

**Konsultant Wojewódzki w dziedzinie
Pielęgniarstwa Psychiatrycznego**

mgr Danuta GROCHOWSKA

Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny Nr 1
Klinika Psychiatrii
71-460 Szczecin, ul. Broniewskiego 26
tel. 91 454 07 01 w. 325, 333
e-mail: dangroch@op.pl

**Konsultant Wojewódzki w dziedzinie
Pielęgniarstwa Przewlekłych Chorych
i Niepełnosprawnych**

Dorota KALISZ

Samodzielny Publiczny Specjalistyczny ZOZ
„Zdroje” Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy
70-780 Szczecin, ul. Mączna 4
tel. 91 880 61 56
tel. kom. 608 494 645
e-mail: kaliszdorota@wp.pl

KOMUNIKAT

Uprzejmie przypominamy, że zgodnie z art. 97 ust. 1 ustawy o zawodach pielęgniarki i położnej z dnia 15 lipca 2011 roku (Dz.U.2011.174.1039 ze zm.) osoby, które przed dniem wejścia w życie tej ustawy ukończyły liceum medyczne lub szkołę policealną albo szkołę pomaturalną kształcącą w zawodzie pielęgniarki albo ukończyły szkołę policealną albo szkołę pomaturalną kształcącą w zawodzie położnej, które nie uzyskały stwierdzenia prawa wykonywania zawodu przed dniem 1 stycznia 2012 r., mogą je uzyskać, jeżeli w terminie **do 1 stycznia 2015 r.** złożą stosowny wniosek.

Po upływie tego terminu prawo wykonywania zawodu albo ograniczone prawo wykonywania zawodu wygasa, jak również ustaje prawo do złożenia wniosku o stwierdzenie prawa wykonywania zawodu.

Komunikat niniejszy jest także adresowany do osób, które posiadają prawo wykonywania zawodu wydane w oparciu o poprzednio obowiązujące przepisy i legitymują się dokumentem "zaświadczenie o prawie wykonywania zawodu", którego nie wymienili po wejściu w życie rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 3 listopada 1999 roku w sprawie wzoru zaświadczenia o prawie wykonywania zawodu pielęgniarki lub położnej i wzoru zaświadczenia o ograniczonym prawie wykonywania zawodu pielęgniarki lub położnej, (Dz. U. Nr 97, poz. 1137).

NAJCZĘŚCIEJ STOSOWANE LEKI PRZECIWBÓLOWE

Acidum acetylsalicylicum

Nazwy handlowe: Acard, Acesan, Anopyrin, ASA, Asopiryna, Aspirin, Aspirin Protect, Bestpirin, Cadiopirin, Encopirin, Entreik, Miraspryn, Novaspryn, Polopiryna, Thrombo ASS, Togonal ASS, Upsarin i inne.

Postacie: tabletki, tabletki musujące, tabletki dojelitowe.

Działanie: przeciwbólowe, przeciwzapalne, przeciwgorączkowe, antyagregacyjne (hamują agregację płytek krwi).

Farmakokinetyka: łatwo wchłania się z przewodu pokarmowego.

Zastosowanie: ból głowy, mięśni, stawów, grypa, przeziębienie z gorączką, profilaktyka, zawału serca i udaru mózgu.

Przeciwwskazania: uczulenie na kwas acetylosalicylowy (astma aspirynozależna), choroba wrzodowa żołądka lub dwunastnicy, skaza krwotoczna, cukrzyca, choroby nerek i wątroby, III trymestr ciąży i okres karmienia, w przebiegu chorób wirusowych u dzieci poniżej 12 r.ż. ze względu na możliwy udział w patogenezie zespołu Reye'a, nie podawać w pierwszym roku życia.

Paracetamolum

Nazwy handlowe: Acenol, Apap, Benuron, Calpol, Codipar, Efferalgan, Novo-Gesic, Panadol, Paracetamol, Plicet, Tazamol, Tylenol i inne.

Postacie: tabletki, krople, zawiesina, syrop, czopki.

Działanie: przeciwbólowe, przeciwgorączkowe, nie działa przeciwzapalnie.

Farmakokinetyka: szybko całkowicie wchłania się z przewodu pokarmowego.

Zastosowanie: gorączka, bóle różnego pochodzenia o słabym lub umiarkowanym nasileniu, bolesne miesiączki.

Przeciwwskazania: uszkodzenia wątroby, alkoholizm, ciężka niewydolność nerek, niedobór G-6-PD, niedobór reduktazy methemoglobiny.

Objawy przedawkowania: nadmierna potliwość, ból w prawym podżebrzu, żółtaczka, 2-4 dni po przedawkowaniu mogą wystąpić nudności, wymioty, biegunka.

Antidotum: N-acetylocysteina.

Metamizole

Nazwy handlowe: Pyralgin, Pyralginum.

Postacie: ampułki, czopki, tabletki.

Działanie: przeciwbólowe, przeciwgorączkowe, przeciwzapalne, słabo uspokajające, zmniejsza napięcia mięśni gładkich.

Farmakokinetyka: nasila działanie doustnych leków przeciwcukrzycowych, przeciwkrzepiowych, glikokortykosterydów i sulfonamidów.

Zastosowanie: bóle różnego pochodzenia (również w przebiegu choroby nowotworowej), stany gorączkowe nieustające po innych lekach, u dzieci wyłącznie w przypadku stanu gorączkowego zagrażającego życiu i nieustępującego po podaniu innych leków.

Przeciwwskazania: ostra porfiria wątrobowa, skurczowe ciśnienie tętnicze poniżej 100 mm Hg, niewydolność serca, nadwrażliwość na lek.

Uwagi: lek ma mały indeks terapeutyczny (jest bardzo toksyczny).

NAJCZĘŚCIEJ STOSOWANE LEKI PRZECIWBÓŁOWE

Ibuprofen

Nazwy handlowe: Ibufen, Ibuprofen, Ibuprom, Ibutop, Advil, Dexpfen, Dolgit, Nurofen.

Postacie: tabletki, drażetki, ampułki, żel, krem, czopki, zawieszina.

Działanie: przeciwzapalne, przeciwbólowe, przeciwgorączkowe, przeciwagregacyjne (słabsze i krótsze niż kwasu acetylosalicylowego).

Farmakokinetyka: szybko wchłania się z przewodu pokarmowego, maksymalne stężenie we krwi osiąga po 2 godzinach, a w płynie synowialnym – po około 7-8 godzinach.

Zastosowanie: reumatoidalne zapalenie stawów, zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa, zespół bolesnego barku, pourazowe uszkodzenie mięśni (urazy sportowe), bóle o różnej etiologii, gorączka.

Przeciwwskazania: ciąża i okres karmienia piersią, mięszsowe uszkodzenie wątroby i nerek, czynna choroba wrzodowa żołądka lub dwunastnicy, skaza krwotoczna, ostrożnie w astmie oskrzelowej i u dzieci do 12 roku życia.

Uwagi: leki przyjmować po posiłku, ma słabsze działanie od kwasu acetylosalicylowego – w mniejszym stopniu drażni błonę śluzową przewodu pokarmowego, posiada najmniejszą toksyczność z przeciwwzapalnych leków niesterydowych, może być stosowany u chorych z przebytymi owrzodzeniami żołądka i dwunastnicy oraz nietolerujących innych niesterydowych leków przeciwzapalnych.

NAJCZĘŚCIEJ STOSOWANE LEKI USPOKAJAJĄCE

Hydroxyzine (Hydroxizini hydrochloridum)

Nazwa handlowa: Atarax, Hydroxyzinum

Postacie: syrop, tabletki, ampułki, drażetki;

Działanie: uspokajające, nasenne, przeciwlękowe, cholinoktyczne, blokuje receptory histaminowe H1, przeciwbólowe, przeciwwymiotne.

Farmakokinetyka: wchłania się szybko z przewodu pokarmowego, początek działania po około 15-30 minutach i trwa 6-8 godzin.

Zastosowanie: ostre i przewlekłe postacie lęku, leczenie wspomagające zespołów depresyjnych, psychozy z zaburzeniami jakościowymi świadomości (np. majaczenie), pomocnicze w chorobach organicznych ze współistnieniem lęku i niepokoju oraz w leczeniu odczynów alergicznych (np. przewlekła pokrzywka)

Przeciwwskazania: jaskra, rozrost gruczołu krokowego, porfiria, nadwrażliwość na lek.

Lorazepamum

Nazwa handlowa: Lorafen.

Postacie: tabletki, wlewki doodbytnicze, syrop.

Działanie: uspokajające, nasenne, zwiotczające mięśnie prądkowane, euforyzujące.

Farmakokinetyka: wchłania się szybko z przewodu pokarmowego, maksymalne stężenie w surowicy osiąga po około 1 godzinie.

Zastosowanie: lek uspokajający i napadowy, zaburzenia snu – trudności w zasypianiu, płytki sen, zaburzenia psychosomatyczne, w przerywaniu napadu padaczkowego.

Przeciwwskazania: miastenia, ciężka niewydolność oddechowa, jaskra z zamykającym się kątem przesączania, ciąża i okres karmienia piersią.

Uwagi: powoduje uzależnienie, nagłe odstawienie wywołuje objawy zespołu abstynencyjnego; lek działa wyłącznie objawowo.

NAJCZĘŚCIEJ UŻYWANE ŚRODKI DEZYNFEKCYJNE I ODKAŻAJĄCE

Medicarina

Zastosowanie: środek do dezynfekcji wszelkich zmywalnych powierzchni wolnych od zanieczyszczeń organicznych i zanieczyszczonych organicznie oraz sprzętów zanieczyszczonych organicznie.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciugrzybicze, przeciwwirusowe, także prątki gruźlicy.

Sposób postępowania: roztwór z jednej tabletki na 1,5 litra wody: działanie bakteriobójcze, wirusobójcze, prątkobójcze i grzybobójcze.

Czas działania: 15 minut, sprzęt zanieczyszczony substancjami organicznymi zanurzyć w roztworze z sześciu tabletek na 1,5 litra wody.

Środki ostrożności: bardzo silny preparat, wywołujący oparzenia; w kontakcie z kwasami uwalnia toksyczne gazy; stosować rękawice ochronne i maskę na usta i nos!

Meliseptol

Zastosowanie: środek do dezynfekcji małych powierzchni.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciugrzybicze.

Sposób postępowania: roztwór gotowy do użycia.

Czas postępowania: 15 minut.

Octeni Sept

Zastosowanie: płyn dezynfekujący do krótkich zabiegów antyseptycznych, do stosowania na rany, błony śluzowe i skórę.

Działanie: bakteriobójcze (G+ łącznie z MRSA, *Chlamydia*, *Mycoplasma* oraz G-), grzybobójcze, drożdżakobójcze, pierwotniakobójcze (łącznie z *Trichomonas*), wirusobójcze (Herpes Simplex, HBV, HIV).

Sposób postępowania: stosowanie w postaci nierozcieńczonej, wymagany czas działania: minimum 1 minuta (wskazane do 5 minut).

Czas działania: stosować w razie potrzeby.

Środki ostrożności: nie stosować do wnętrza ucha i nie dopuszczać do połykania.

Presept

Zastosowanie: środek do dezynfekcji wszelkich zmywalnych powierzchni wolnych od zanieczyszczeń organicznych i zanieczyszczonych organicznie oraz sprzętów zanieczyszczonych organicznie.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciugrzybicze, przeciwwirusowe.

Sposób postępowania: roztwór 2%.

Czas działania i dezynfekcji: czas dezynfekcji z aktywatorem – 30 minut, bez aktywatora – 2 godziny; maksymalny okres działania wynosi 6 godzin.

Środki ostrożności: chronić błonę śluzową i oczy.

NAJCZĘŚCIEJ UŻYWANE ŚRODKI DEZYNFEKCYJNE I ODKAŻAJĄCE

Rafasept

Zastosowanie: środek do dezynfekcji pomieszczeń i urządzeń sanitarnych.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe.

Sposób postępowania: roztwór 1,5 % (mycie i dezynfekcja podłóg, ścian i mebli szpitalnych); roztwór 2% stosować przy występowaniu prątków gruźlicy i do bielizny.

Czas działania: nieokreślony, stosować raz na dobę.

Środki ostrożności: chronić błonę śluzową i oczy.

Sekusept Forte

Zastosowanie: środek do dezynfekcji narzędzi lekarski ze szkła, metalu i plastiku.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe (także HBV i HIV), także prątki gruźlicy.

Sposób postępowania: sporządzić roztwór 4%.

Czas dezynfekcji: 1 godzina.

Sekusept Pulver

Zastosowanie: środek do dezynfekcji narzędzi stalowych, szkła laboratoryjnego, sprzętu anestezjologicznego, inkubatorów, endoskopów, przedmiotów z gumy oraz tworzyw sztucznych, protez zębowych.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe (także HBV i HIV).

Sposób postępowania: sporządzić roztwór 2% (na każdy litr wody wsypać jedną miarkę Sekuseptu Pulver), zamieszać. W celu poszerzenia spektrum działania preparatu o Tbc i spory, po upływie 15 minut na każdy litr roztworu dodać 5 ml aktywatora.

Czas dezynfekcji: 30 minut – z dodatkiem aktywizatora, 2 godziny – bez aktywatora.

Środki ostrożności: środek drażni oczy i skórę, nie wdychać pyłu.

Softasept N

Zastosowanie: środek do szybkiej dezynfekcji skóry, miejsc wkłucia, butelek przed nakłuciem.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe (włączenie z HIV), także prątki gruźlicy.

Sposób postępowania: roztwór gotowy do użycia.

Czas działania: nieokreślony, stosować w razie potrzeby.

Spitaderm

Zastosowanie: środek do dezynfekcji i pielęgnacji skóry. Stosować szczególnie przed iniekcjami, punkcjami, pobieraniem krwi, przy zmianie opatrunku.

Działanie: przeciwbakteryjne, przeciwgrzybicze, przeciwwirusowe (także HBV i HIV), także prątki gruźlicy.

Sposób postępowania: roztwór gotowy do użycia.

Czas działania: nieokreślony, stosować przed wykonaniem czynności.

Środki ostrożności: przestrzegać zasad bezpieczeństwa dotyczących stosowania alkoholowych środków odkażających.

JAK CZYTAĆ WYNIKI BADAŃ

Niektóre z poniższych badań można wykonać raz na kilka lat – i da nam to gwarancję zdrowia. Niektóre jednak warto wykonywać co roku, szczególnie po przekroczeniu czterdziestki. Pamiętajmy też o tym, by zawsze poprosić lekarza o dokładne wytłumaczenie celu i sposobu przeprowadzenia badania oraz interpretację jego wyników. Normy w poszczególnych laboratoriach mogą się niezależnie różnić.

OB

Odczyn Biernackiego, czyli odczyn opadania krwinek czerwonych (norma)

Mężczyźni

poniżej 60. roku życia 3-15 mm/godz.
powyżej 60. roku życia poniżej 20mm/godz.

Kobiety

poniżej 60. roku życia 1-10 mm/godz.
powyżej 60. roku życia poniżej 20mm/godz.

OB powyżej 100 mm/godz. prawie zawsze świadczy o istnieniu jakiejś choroby. Niekiedy jednak zdarza się, że choć OB jest prawidłowe, to dana osoba i tak jest jednak chora.

Morfologia krwi obwodowej

HCT- hematokryt (norma)

Mężczyźni 40-54 proc. (0,4-0,54)

Kobiety 37-47 proc. (0,37-0,47)

- Za wysoki hematokryt może świadczyć o odwodnieniu lub zbyt dużym zagęszczeniu krwi.
- Za mały – o niedokrwistości.

HGB - hemoglobina (norma)

Mężczyźni 14-18 g/dl lub 8,7-11,2 mmol/l

Kobiety 12-16 g/dl lub 7,5-9,9 mmol/l

RBC- krwinki czerwone

Mężczyźni 4,2-5,4 mln/ μ l

Kobiety 3,5-5,2 mln/ μ l

MCV - objętość erytrocytów- norma 82-92 fl

MCH - norma 27-34pg

MCHC - norma 32-36 g/dl

- MCH i MCHC – to dwa wskaźniki zawartości hemoglobiny. Gdy ich wyniki są nie prawidłowe, może to świadczyć o anemii (niedokrwistości), zwiększonym wytwarzaniu krwinek w szpiku kostnym, odwodnieniu.

WBC- krwinki białe (norma)

Kobiety i mężczyźni 4-10 tys./ μ l

- Wynik nieprawidłowy: zakażenia, procesy zapalne, nowotwory krwi, uszkodzenie szpiku kostnego.

PLT- płytki krwi (norma)

Kobiety i mężczyźni 150-400 tys./ μ l

- Wyniki nieprawidłowe występują w chorobach szpiku kostnego, w chorobach śledziony, jeżeli płytki są niszczone przez niektóre leki czy środki owadobójcze.

Wzór odsetkowy

– rozmaz krwi obwodowej

To badanie poszczególnych typów krwinek białych.

Granulocyty obojętnochłonne (neutrofile- norma)

pałeczkowate 3-5proc.(0,03-0,05)

podzielone 50-70 proc. (0,5-0,7)

- Powyżej normy - w zakażeniach.
- Poniżej normy - po niektórych lekach, w zakażeniach wirusowych i bakteryjnych, przy niedoborze żelaza, witaminy B12, kwasu foliowego i przy zmniejszeniu odporności.

Granulocyty kwasochłonne (eozynofile)

Norma 2-4 proc.(0,02-0,04)

- Powyżej normy – alergię, zakażenia pasożytami, ziarnica złośliwa, kolagenozy.
- Poniżej normy – ciężkie zakażenia ogólnoustrojowe, po zażyciu sterydów.

Granulocyty zasadochłonne (bazofile)

Norma 0-1 proc. (0-0,01)

- Powyżej normy – alergię, niedoczynność tarczycy, gruźlica.
- Poniżej normy – po podaniu niektórych leków (sterydy, hormony tarczycy, estrogeny), po chemioterapii i naświetleniach.

Limfocyty

Norma 25-40 proc. (0,25-0,40)

- Powyżej normy – zakażenia, alergię
- Poniżej normy – zakażenia HIV

Monocyty

Norma 4-8 proc. (0,04-0,08)

- Powyżej normy – zakażenia (gruźlica, mononukleozą), po usunięciu śledziony, szpiczak mnogi.

JAK CZYTAĆ WYNIKI BADAŃ

Badania krzepnięcia krwi

Czas protrombinowy

Norma 12-16 sekund

Wskaźnik protrombinowy

Norma 70-100 proc.

• Powyżej normy – zmniejszona krzepliwość np. przy niedoborze witaminy K i uszkodzeniu wątroby.

APTT – czas kaolinowo-kefalinowy

Norma 26-40 sekund

INR

Norma 0,85-1,15

• Powyżej normy – zmniejszona krzepliwość

Fibrynogen

Norma 200-400 mg/dl

• Powyżej normy – stany zapalne, choroby zakaźne, choroby tkanki łącznej, tzw. kolagenozy, choroby nerek, ciąża, choroby nowotworowe.

• Poniżej normy – choroby wątroby, ciężkie zakażenia po zabiegach operacyjnych.

Badania wątroby

ALAT i AspAT- enzymy wątrobowe

- aminotransferaza alaninowa

i asparaginianowa

Norma poniżej 40 IU/l

• Powyżej normy: uszkodzenie wątroby przez np. wirusy, leki, alkohol, toksyny, zapalenie dróg żółciowych, uszkodzenie mięśni, np. na skutek stanu zapalnego lub działania niektórych leków.

Bilirubina

Norma 0,2-1,0 mg/dl (3,4-17 μmol/l)

• Powyżej normy – zastój żółci w drogach żółciowych na skutek zapalenia lub kamicy, choroby wątroby, zatrucia alkoholem, lekami, grzybami lub środkami chemicznymi.

Badania białek

Białka całkowite

Norma 6-8 g/dl

Albuminy

Norma 55-69 proc. (4,3-5,1) g/dl

Globuliny alfa 1

Norma 1,6-2,9 proc. (0,1-0,2 g/dl)

Globuliny alfa 2

Norma 7,0-11 proc. (0,5-0,8 g/dl)

Globuliny beta

Norma 7,9-13 proc. (0,6-0,9 g/dl)

Globuliny gamma

Norma 9-16 proc. (0,6-1,1 g/dl)

• Powyżej normy – hiperproteinemia: niektóre choroby wątroby, choroby tkanki łącznej (kolagenozy), przewlekłe stany zapalne, np. reumatoidalne zapalenie stawów.

Pozorna hiperproteinemia może się pojawić przy odwodnieniu.

• Poniżej normy – hipoproteinemia: za mało białka w diecie, nieprawidłowe trawienie i wchłanianie białek, nadczynność tarczycy, zakażenia bakteryjne, wirusowe i pasożytnicze.

Badanie cukru

Stężenie cukru:

• Krew pobrana na czczo:

wynik prawidłowy

poniżej 100 mg/dl (5,6 mmol/l)

wynik nieprawidłowy

100-125mg/dl (5,6-6,9 mmol/l)

cukrzyca (wynik musi zostać powtórzony dwa razy)

126mg/dl (7,0 mmol/l) lub powyżej

• Krew pobierana w dowolnym momencie:

cukrzyca (wynik musi zostać powtórzony dwa razy)

200 mg/dl (11,1mmol/l) lub powyżej

• Krew pobrana dwie godziny po wypiciu 75 g glukozy (test obciążenia glukozą):

wynik prawidłowy

poniżej 140 mg/dl (7,8mmol/l)

nieprawidłowa tolerancja glukozy

140-199 mg/dl (7,8-11mmol/l)

cukrzyca

200 mg/dl (11,1 mmol/l) lub powyżej

• Cukier poniżej normy – hipoglikemia: stężenie glukozy spada poniżej 50 mg/dl (2,8mmol/l), wpływ leków przeciwcukrzycowych, głodzenie się, przewlekłe uszkodzenie wątroby.

JAK CZYTAĆ WYNIKI BADAŃ

Ogólne badanie moczu

- Barwa moczu - jasnożółto (mocz ciemniejszy np. przy odwodnieniu)
- Przezroczystość - (mętnienie np. gdy pojawi się krew lub bakterie).

Norma

pH 5,5-6,8

- Poniżej normy: gorączka, odwodnienie, głodzenie się, cukrzyca.
- Powyżej normy: po uporczywych wymiotach, nadczynność przytarczyc, dieta bezmięсна.

Cieężar właściwy 1,015-1,025 g/ml

Bilirubina poniżej 0,2 mg/dl

Urobilinogen poniżej 1 mg/dl

- Powyżej normy - np. wirusowe zapalenie wątroby, żółtaczką

Białko poniżej 10 mg/ dl

- Powyżej normy - przemarznięcie, stany gorączkowe, duży wysiłek fizyczny.

Glukoza poniżej 15mg/dl

- Powyżej normy - źle kontrolowana cukrzyca,

Ciała ketonowe poniżej 5 mg/dl

- Powyżej normy - przy cukrzycy, stanach gorączkowych, głodzeniu się.

Badanie osadu moczu

krwinki czerwone (erytrocyty) 0-1 wpw
(w polu widzenia)

krwinki białe (leukocyty) 1-4 wpw

nabłonki płaskie 5-15 wpw

nabłonki okrągłe brak

bakterie brak

drożdżaki brak

wałeczki szkliste 0-1 wpw

**wałeczki erytrocytarne, leukocytarne,
nabłonkowe i ziarniste** brak

szczawiany obecne

fosforany obecne

moczany obecne

- Nieprawidłowe wyniki badania moczu mogą świadczyć o: zakażenia układu moczowego, kamicy nerkowej, niewydolności nerek, zaburzeniach dotyczących prostaty, urazie nerek.

Witaminy

Witamina B12 148-740 pmol/l

- Obniżenie prawidłowego stężenia witaminy B12 ma miejsce np. w przypadku ścisłego wegetarianizmu, alkoholizmu, choroby Leśniowskiego Crohna czy po resekcji jelita krętego.

Witamina D 75-200 nmol/l

- Zmniejszenie stężenia ma miejsce przy niedostatecznej podaży witaminy D lub np. przy zmniejszonej jej hydroksylacji w niedoczynności przytarczyc.

Badania nerek

Kreatynina

Norma 0,7-1,4 mg/ dl

- Im wyższy poziom kreatyniny, tym nasze nerki gorzej pracują.

Mocznik

Norma 15-39 mg/dl

- Powyżej normy - choroby nerek, przewlekłe choroby wątroby, stany gorączkowe, krwotoki.

Kwas moczowy

Norma 2,3-8,0 mg/dl

- Zbyt wysoki poziom kwasu moczowego może świadczyć np. o rozwoju dny moczanowej.

Wskaźnik eGFR

- Uważa się, że jeżeli jest mniejszy niż 60 ml/min, jest to sygnałem alarmowym, a osoby u których taki wynik się pojawił, powinny się natychmiast zgłosić do lekarza rodzinnego, który skieruje na konsultację nefrologiczną.

Tarczycza

TSH

Norma 0,350- 4,940 µU/mL

fT3

Norma 2,63-5,7 pmol/l

fT4

Norma 9,0-19 pmol/l

JAK CZYTAĆ WYNIKI BADAŃ

Zmiany w chorobach tarczycy

- TSH - zmniejszone, fT3, fT4 - zwiększone - nadczynność tarczycy.
- TSH - zwiększone, fT3, fT4 - zmniejszone - niedoczynność tarczycy.
- TSH - zmniejszone lub w dolnej granicy normy.
- fT3, fT4 - prawidłowe - wczesna nadczynność bez dolegliwości.
- TSH - zwiększone lub w górnej granicy normy.
- fT3, fT4 - prawidłowe - wczesna niedoczynność, najczęściej bez objawów.
- Pamiętaj: prawidłowe wyniki badań hormonu tarczycy nie wykluczają całkowicie choroby.

Badanie CRP

Norma 0,08-3,1 mg/l

Densytometria

W badaniu tym otrzymujemy porównanie do wzorowej gęstości kości młodego człowieka (Z-score) i do normy odpowiedniej wieku (T-score). Ostateczny wynik oznaczony jako BMD jest w normie, jeśli mieści się w przedziale ± 1 . Wartość od -1 do -2,5 wskazuje na osteopenię (stan zagrażający), poniżej -2,5 - osteoporozę.

Pomocniczo wykonuje się też badania biochemiczne:

- poziom wapnia we krwi (norma 2,2-2,75 mmol/l lub 8,6-10,2 mg/100ml),
- poziom fosforu we krwi (norma 0,9-1,6 mmol/l lub 2,8-5 mg/100ml),
- poziom wapnia w moczu (powinien się mieścić w granicach 250-300mg, czyli 2,5-6,25 mmol/ dobę).

Badanie jonów

Sód - Na

Norma 135-145 mmol/l

- Poniżej normy – zbyt mała ilość w diecie, stosowanie leków moczopędnych, przy wymiotach, biegunkach, nadmierny poceniu się, zapaleniu trzustki, niewydolności krążenia.
- Powyżej normy – odwodnienie, zbyt dużo sodu w diecie – przy przesalaniu.

Potas - K

- Kto powinien się badać: osoby z zaburzeniami rytmu serca, cierpienie na zaparcia, przy zaburzeniach oddawania moczu, gdy przez dłuższy czas utrzymuje się uczucie osłabienia.

Norma

3,5-5 mmol/l

- Powyżej normy - hiperkaliemia: zbyt dużo potasu w diecie, niewydolność nerek, niedobór insuliny, po lekach, np. rozluźniających mięśnie.
- Poniżej normy - hipokaliemia: za mało potasu w diecie, biegunki, wymioty, nadużywanie środków przeczyszczających, stosowanie leków moczopędnych, zaburzenia hormonalne.

Magnez - Mg

Norma 1,9-2,5 mg/dl (0,8-1 mmol/l)

- Powyżej normy: za dużo magnezu w diecie, leki zawierające magnez, środki przeczyszczające; niewydolność nerek, zaburzenia hormonalne, np. niedoczynność tarczycy.
- Poniżej normy: za mało magnezu w diecie, nadużywanie alkoholu, zaburzenia hormonalne, np. nadczynność tarczycy i przytarczyc, cukrzyca, wymioty, biegunki, stosowanie leków moczopędnych, ostre zapalenie trzustki, choroby kości.

Wapń - Ca

Norma 8,6-10,2 mg/dl (2,20-2,75 mmol/l)

- Powyżej normy: zbyt dużo wapnia w diecie, zwłaszcza pod postacią suplementów.
- Poniżej normy: niedobór wapnia w diecie, nieprawidłowe wchłanianie z przewodu pokarmowego, niedobór witaminy D, pod wpływem leków moczopędnych, ostre zapalenie trzustki.

Cholesterol

Cholesterol całkowity

Norma poniżej 190 mg/dl (5 mmol/l)

Trójglicerydy

Norma poniżej 150 mg/dl (1,7 mmol/l)

Cholesterol LDL, tzw. zły cholesterol

Norma poniżej 100 mg/mmol/dl (2,5 mmol/l)

Cholesterol HDL, tzw. dobry cholesterol (norma)

Kobiety powyżej 46 mg/dl (1,2 mmol/l)

Mężczyźni powyżej 40 mg/dl (1 mmol/l)

LECZENIE W UNII EUROPEJSKIEJ

Planując wyjazd na urlop w państwach członkowskich UE warto pamiętać o zabraniu ze sobą Europejskiej Karty Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ).

Co gwarantuje EKUZ

Dzięki EKUZ będziesz mógł skorzystać w nieprzewidzianych sytuacjach ze świadczeń zdrowotnych niezbędnych z przyczyn medycznych, np. w razie wypadku, nagłej choroby, czy pogorszenia stanu zdrowia w związku z chorobą przewlekłą. O tym, jakie świadczenie w danym przypadku jest konieczne, zawsze decyduje lekarz.

Pamiętaj, że EKUZ daje Ci gwarancję leczenia jedynie w placówkach działających w ramach publicznej opieki zdrowotnej w kraju, w którym spędzasz wakacje! W placówkach spoza systemu za leczenie zapłacisz z własnej kieszeni.

Za co możesz zapłacić

W większości państw członkowskich UE/EFTA obowiązuje system współpłacenia przez pacjenta, a więc pokrywania części kosztów leczenia z własnych środków finansowych. Dlatego przed wyjazdem warto sprawdzić, koszty jakich usług i świadczeń będziesz musiał pokryć samodzielnie.

W Niemczech i Chorwacji zapłacisz między innymi za wizytę u lekarza, pobyt w szpitalu, wezwanie lekarza do domu i wydanie leku refundowanego przepisanego na receptę.

Jak otrzymać EKUZ

EKUZ otrzymasz składając odpowiedni wniosek w oddziale wojewódzkim Narodowego Funduszu Zdrowia, do którego jesteś zgłoszony w ramach ubezpieczenia zdrowotnego – osobiście, za pomocą poczty lub Internetu. Karta wydawana jest nieodpłatnie. W większości przypadków EKUZ można uzyskać od ręki.

Nie masz karty?

Jeżeli podczas pobytu turystycznego na terenie innego państwa członkowskiego UE będziesz musiał skorzystać ze świadczeń zdrowotnych, a z jakiegoś powodu (np. kradzieży) nie masz ze sobą EKUZ, możesz uzyskać Certyfikat Tymczasowo Zastępujący EKUZ. W tym celu skontaktuj się z macierzystym oddziałem wojewódzkim NFZ w kraju i prześlij podpisany wniosek.

Źródło: www.ekuz.nfz.gov.pl



LECZENIE W UNII EUROPEJSKIEJ

Zwrot kosztów za leczenie w Unii Europejskiej

W przypadku, kiedy ubezpieczony poniósł koszty leczenia w jednym z państw Unii Europejskiej, może starać się o ich zwrot, niezależnie od tego, czy podczas pobytu za granicą posiadał przy sobie kartę EKUZ, czy też nie.

Należy jednak pamiętać, że w większości państw członkowskich UE ubezpieczony ponosi część kosztów związanych z udzielonymi świadczeniami rzeczowymi i koszty te nie podlegają refundacji przez Narodowy Fundusz Zdrowia (tzw. kwota współfinansowania). W odniesieniu do pozostałych kosztów istnieje możliwość ubiegania się o ich zwrot.

Co do zasady o refundację może ubiegać się każda osoba, która:

- skorzystała podczas czasowego pobytu ze świadczeń rzeczowych^{*/**} na terenie innych państw członkowskich UE,
- posiadała prawo do świadczeń jako osoba ubezpieczona w Narodowym Funduszu Zdrowia,
- opłaciła rachunki wystawione przez zagranicznego świadczeniodawcę.

W przypadku niektórych państw takich jak Belgia i Francja o refundację kosztów ubezpieczony może wnioskować już w państwie pobytu. Jeżeli z wnioskiem nie wystapiono podczas pobytu na terenie tych państw to, tak jak w przypadku pozostałych państw członkowskich, wniosek o zwrot kosztów wraz z załącznikami należy złożyć we właściwym dla ubezpieczonego Oddziale Wojewódzkim NFZ.

Oddział sprawdza, czy osoba składająca wniosek miała prawo do świadczeń zdrowotnych w momencie ich udzielania oraz czy do wniosku dołączone zostały wymagane dokumenty.

Uwaga! Do wniosku należy dołączyć wszystkie rachunki wraz z dowodami zapłaty. W razie braku jednego z wymaganych dokumentów, należy liczyć się z odmową zwrotu poniesionych kosztów za dane świadczenie. Informacje o dokumentach, które należy dołączyć do wniosku znajdują się w zakładce Wniosek o zwrot kosztów w odnośnikach dotyczących poszczególnych państw.

Uwaga!!

W związku ze zmianą przepisów od 1 maja 2010 r. w odniesieniu do państw UE oraz od 1 kwietnia 2012 r. w odniesieniu do Szwajcarii jak również od 1 czerwca 2012 r. w odniesieniu do pozostałych państw EFTA, tj. Norwegii, Liechtensteinu i Islandii instytucją odpowiedzialną za rozpatrywanie wniosku o zwrot kosztów leczenia osób otrzymujących formularze E 121 i E 109 jest instytucja właściwa. Wyjątek stanowią koszty leczenia planowanego w odniesieniu do państw rozliczających się według ryczałtu. Zgodnie z treścią załącznika nr 3 do rozp. 987/2009 (zmienionego z dniem 8 stycznia 2013 r. przez art. 2 pkt 2 rozporządzenia Komisji nr 1224/2012 z dnia 18 grudnia 2012 r.) są to następujące państwa: Irlandia, Hiszpania, Cypr, Holandia, Portugalia, Finlandia, Szwecja, Wielka Brytania. Za zwrot kosztów refundacji z leczenia planowanego w tym przypadku odpowiada instytucja miejsca zamieszkania (art. 26 ust. 1 rozporządzenia 987/2009).

^{*} Chodzi o świadczenia niezbędne podczas pobytu, uwzględniając charakter tych świadczeń i przewidywany czas pobytu poza państwem właściwym.

^{**} W odniesieniu do poniesionych kosztów leczenia planowanego warunkiem ubiegania się o ich refundację jest uprzednie uzyskanie zgody (zezwoleń) na przeprowadzenie leczenia poza państwem właściwym.

Źródło: www.ekuz.nfz.gov.pl

MASZ PRAWO WIEDZIEĆ – PRAWA I OBOWIĄZKI PACJENTA

PRAWA PACJENTA



I. Prawo pacjenta do świadczeń zdrowotnych

1. Pacjent ma prawo do świadczeń zdrowotnych odpowiadających wymaganiom aktualnej wiedzy medycznej.
2. Pacjent ma prawo żądać, aby udzielający mu świadczeń zdrowotnych:
 - a) lekarz zasięgnął opinii innego lekarza lub zwołał konsylium lekarskie,
 - b) pielęgniarka (położna) zasięgnęła opinii innej pielęgniarki (położnej).
3. Pacjent ma prawo do natychmiastowego udzielenia świadczeń zdrowotnych ze względu na zagrożenie zdrowia lub życia.
4. Pacjent ma prawo do świadczeń zdrowotnych udzielanych z należytą starannością w warunkach odpowiadających wymaganiom fachowym i sanitarnym.

II. Prawo pacjenta do informacji

1. Pacjent ma prawo do informacji o swoim stanie zdrowia.
2. Pacjent, w tym małoletni, który ukończył 16 lat, lub jego ustawowy przedstawiciel mają prawo do uzyskania od lekarza przystępnej informacji o stanie zdrowia pacjenta, rozpoznaniu, proponowanych oraz możliwych metodach diagnostycznych i leczniczych, dających się przewidzieć następstwach ich zastosowania albo zaniechania, wynikach leczenia oraz rokowaniu.
3. Po uzyskaniu informacji o swoim stanie zdrowia, pacjent ma prawo przedstawić lekarzowi swoje zdanie w tym zakresie.

III. Prawo pacjenta do tajemnicy informacji z nim związanych

1. Pacjent ma prawo do zachowania w tajemnicy przez osoby wykonujące zawód medyczny, w tym udzielające mu świadczeń zdrowotnych informacji z nim związanych, a uzyskanych w związku z wykonywaniem zawodu medycznego. Osoby wykonujące zawód medyczny, udzielające świadczeń zdrowotnych są związane tajemnicą również po śmierci pacjenta.

IV. Prawo pacjenta do wyrażenia zgody na udzielanie świadczeń zdrowotnych

1. Pacjent ma prawo do wyrażenia zgody na udzielenie określonych świadczeń zdrowotnych lub odmowy takiej zgody.
2. Pacjent, w tym małoletni, który ukończył 16 lat, ma prawo do wyrażenia zgody na przeprowadzenie badania lub udzielenie innych świadczeń zdrowotnych przez lekarza.
3. Przedstawiciel ustawowy pacjenta małoletniego, całkowicie ubezwłasnowolnionego lub niezdolnego do świadomego wyrażenia zgody ma prawo do wyrażenia zgody. W przypadku braku przedstawiciela ustawowego prawo to w odniesieniu do badania może wykonać opiekun faktyczny.
4. Pacjent małoletni, który ukończył 16 lat, osoba ubezwłasnowolniona albo pacjent chory psychicznie lub upośledzony umysłowo, lecz dysponujący dostatecznym rozeznaniem ma prawo do wyrażenia sprzeciwu, co do udzielania świadczenia zdrowotnego pomimo zgody przedstawiciela ustawowego lub opiekuna faktycznego.
5. Zgoda oraz sprzeciw mogą być wyrażone ustnie albo poprzez takie zachowanie, które w sposób niebudzący wątpliwości wskazuje na wolę poddania się proponowanym przez lekarza czynnościom albo brak takiej woli.
6. W przypadku zabiegu operacyjnego albo zastosowania metody leczenia lub diagnostyki stwarzających podwyższone ryzyko dla pacjenta zgodę wyraża się w formie pisemnej.

>>

MASZ PRAWO WIEDZIEĆ – PRAWA I OBOWIĄZKI PACJENTA

>> V. Prawo do poszanowania intymności i godności pacjenta

1. Pacjent ma prawo do poszanowania intymności i godności w czasie udzielania mu świadczeń zdrowotnych.
2. Przy udzielaniu świadczeń zdrowotnych może być obecna bliska osoba.
3. Prawo do poszanowania godności pacjenta obejmuje także prawo do umierania w spokoju i godności.
4. Pacjent znajdujący się w stanie terminalnym ma prawo do świadczeń zdrowotnych zapewniających łagodzenie bólu i innych cierpień.



VI. Prawo pacjenta do dokumentacji medycznej

1. Pacjent ma prawo do dostępu do dokumentacji medycznej dotyczącej jego stanu zdrowia oraz udzielonych mu świadczeń zdrowotnych.
2. Podmiot udzielający świadczeń zdrowotnych udostępnia dokumentację medyczną pacjentowi lub jego przedstawicielowi ustawowemu, bądź osobie upoważnionej przez pacjenta. Po śmierci pacjenta, prawo wglądu w dokumentację medyczną ma osoba upoważniona przez pacjenta za życia.
3. Dokumentacja medyczna jest udostępniana:
 - a) do wglądu w siedzibie podmiotu udzielającego świadczeń zdrowotnych,
 - b) poprzez sporządzenie jej wyciągów, odpisów lub kopii,
 - c) poprzez wydanie oryginału za pokwitowaniem odbioru i z zastrzeżeniem zwrotu po wykorzystaniu.

VII. Prawo pacjenta do zgłoszenia sprzeciwu wobec opinii albo orzeczenia lekarza

1. Pacjent lub jego przedstawiciel ustawowy mogą wnieść sprzeciw wobec opinii albo orzeczenia, jeżeli opinia albo orzeczenie ma wpływ na prawa lub obowiązki pacjenta wynikające z przepisów prawa.
2. Sprzeciw wnosi się do Komisji Lekarskiej działającej przy Rzeczniku Praw Pacjenta, za pośrednictwem Rzecznika Praw Pacjenta, w terminie 30 dni od dnia wydania opinii albo orzeczenia przez lekarza orzekającego o stanie zdrowia pacjenta. Sprzeciw wymaga uzasadnienia.

VIII. Prawo pacjenta do poszanowania życia prywatnego i rodzinnego

1. Pacjent ma prawo do dodatkowej opieki pielęgnacyjnej.
2. Pacjent ma prawo do kontaktu osobistego, telefonicznego lub korespondencyjnego z innymi osobami.

IX. Pacjent ma prawo do:

1. Opieki duszpasterskiej.
2. Przechowywania rzeczy wartościowych w depozycie.

MASZ PRAWO WIEDZIEĆ – PRAWA I OBOWIĄZKI PACJENTA**OBOWIĄZKI PACJENTA**

1. Przy przyjęciu do szpitala pacjent obowiązany jest okazać odpowiednie dokumenty – dowód osobisty i skierowanie do szpitala.
2. Pacjent ma obowiązek przebywać w wyznaczonej dla niego sali chorych w czasie wizyt lekarskich, zabiegów leczniczo – pielęgnacyjnych oraz w porze podawania posiłków.
3. Pacjent obowiązany jest stosować się do zaleceń lekarzy i pielęgniarek oraz innych pracowników medycznych biorących udział w procesie leczenia.
4. Pacjent nie może przyjmować leków ani poddawać się zabiegom innym niż zlecone przez lekarza lub pielęgniarkę.
5. Pacjentowi nie wolno wychodzić poza obręb Szpitala chyba, że jest to konieczne ze względów diagnostyczno-leczniczych.
6. Pacjent obowiązany jest przestrzegać norm społecznego zachowania, poszanowania godności i prywatności innych pacjentów.
7. Pacjent winien odnosić się kulturalnie i życzliwie do innych pacjentów i personelu szpitala, nie zakłócać spokoju innym chorym oraz przestrzegać godzin ciszy nocnej.
8. Pacjent obowiązany jest dbać o należytą higienę osobistą oraz wygląd swojego otoczenia.
9. Pacjent ma obowiązek przestrzegania zakazu samodzielnego obsługiwanie aparatów i urządzeń leczniczych będących własnością szpitala.
10. Pacjent ponosi odpowiedzialność za rzeczy wartościowe, garderobę, pieniądze i dokumenty, których nie przekazał do depozytu. Za w/w przedmioty zatrzymane przez pacjenta Szpital nie ponosi odpowiedzialności.
11. Pacjent ma obowiązek przestrzegać zakazu palenia tytoniu, spożywania alkoholu oraz używania środków odurzających na terenie Szpitala.
12. Pacjent obowiązany jest szanować mienie będące własnością Szpitala (w przypadku jego zniszczenia naprawia poniesione szkody).
13. W przypadku rażącego naruszenia regulaminu pacjent może być wypisany ze szpitala, jeżeli nie zachodzi obawa, że odmowa lub zaprzestanie udzielania świadczeń może spowodować bezpośrednie niebezpieczeństwo dla życia lub zdrowia pacjenta albo życia lub zdrowia innych osób.
14. Pacjent, którego stan zdrowia nie wymaga dalszego leczenia szpitalnego a pozostał w szpitalu ponosi koszty pobytu niezależnie od uprawnień do bezpłatnych świadczeń zdrowotnych, od terminu określonego przez Dyrektora Szpitala.



Podstawa prawna: Ustawa z dnia 06 listopada 2008 r. o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta (Dz.U. z 2009 r. nr 52 poz. 417 ze zm.) – wyciąg.

KARTA TO PIENIĄDZ!

Wypłacanie pieniędzy z bankomatu to **wielka wygoda, ale także niebezpieczeństwo. Złodzieje tylko czekają na okazję, by wykorzystać naszą nieostrożność.**

Najpopularniejszą ostatnio formą oszustw bankomatowych jest **skimming**, czyli kradzież danych z karty. Złodzieje pozyskują dane z paska magnetycznego karty oraz podpatrują miniaturową kamerą wpisywany potem kod PIN. Dzięki temu mogą potem wypłacić pieniądze z naszego konta. Robią to zazwyczaj daleko od miejsca kradzieży, często w Azji czy Stanach Zjednoczonych. Poza Europą o wiele łatwiej można dokonać takiej transakcji, bo nie korzysta się tam z chipów, których nie da się zeskanować, a właśnie z pasków magnetycznych.

Skimmerzy dysponują specjalistyczną technologią, która umożliwia kradzież. Dlatego też każda dostrzeżona przez nas zmiana w wyglądzie bankomatu powinna być niepokojąca. Najczęściej dane są kradzione z pomocą tzw. nakładek skimmingowych. Składają się one z dwóch elementów. Pierwszy to skimmer, który kopiuje dane i je zapisuje. Montuje się go w szczelinie, do której wkłada się kartę bankomatową. Drugi element to kamera lub specjalnie zmodyfikowana nakładka na klawiaturę bankomatu. Dzięki temu złodzieje pozyskują nasz kod PIN.

Inną z metod stosowanych przez złodziei jest montowanie w bankomatach listwy z klejem. Wypłacane banknoty przyklejają się do listwy, w związku z czym użytkownik bankomatu odchodzi z niczym lub tylko z częścią pożądaney kwoty. W 2012 r. dwóch obywateli Rumunii okradło w ten sposób około 30 bankomatów, wyjmując z nich kwoty od 50 do kilkuset złotych. Przed tego typu kradzieżą trudno się ustrzec. Możemy jednak próbować zabezpieczyć swoje pieniądze.

W jaki sposób?

- ⇒ Najlepiej korzystać z bankomatów w pobliżu miejsca pracy i zamieszkania. Jeśli będziemy korzystać z danego urządzenia w miarę często, prędzej zauważymy zmiany w jego wyglądzie. Wszelkie odstające elementy czy ślady kleju mogą świadczyć o tym, że w bankomacie została zainstalowana nakładka skimmingowa. Jeśli bankomat wygląda podejrzanie należy po prostu wybrać inny i zgłosić sprawę do banku lub na policję. Najbezpieczniejsze są te, które znajdują się w placówkach bankomatowych.
- ⇒ Można zasłaniać drugą dłoń klawiaturę podczas wpisywania PIN-u. Jeżeli w bankomacie zainstalowana jest kamera, złodzieje nie będą mogli odtworzyć wpisywanego przez nas kodu.
- ⇒ Nie należy nosić zapisanego kodu PIN łącznie z kartą!
- ⇒ Dobrze jest dopasować limity transakcyjne do własnych potrzeb. Każdy mniej więcej wie, jak wysokie kwoty wypłaca. Dzięki limitowi złodzieje nie będą mogli wypłacić więcej, a w tym czasie być może zdążymy zareagować i zablokujemy kartę.
- ⇒ Przy wyborze karty należy sprawdzić, czy spełnia ona warunki bezpieczeństwa. Można ją również dodatkowo ubezpieczyć, aby w razie kradzieży pieniędzy uzyskać odszkodowanie.
- ⇒ Każdorazowo, płacąc kartą w sklepie czy restauracji, trzeba żądać wydania potwierdzenia. Warto od czasu do czasu sprawdzić wszystkie transakcje.
- ⇒ Nie można mieć pełnego zaufania do kelnerów i ekspedientów. Podając im kartę, należy obserwować, co się z nią dzieje.
- ⇒ Część banków oferuje powiadomienia SMS o każdej transakcji. Taka opcja pozwala na bieżąco kontrolować, co dzieje się z naszym kontem. Żadna wypłata dokonana przez kogoś obcego nie ujdzie wtedy naszej uwadze.
- ⇒ Jeśli już dojdzie do kradzieży karty, przyda się numer telefonu banku. Dzięki temu możemy natychmiast zablokować kartę i uniemożliwić złodziejom wypłacenie środków z konta.

Przedruk-skrót

PRZEMOC W SIECI

Skala agresji i przemocy wyrażanej za pośrednictwem internetu przez jego użytkowników zaczyna przybierać ogromne rozmiary. Według badań niemieckiego Instytutu Forsa, w ubiegłym roku ofiarą cybermobbingu padło aż 30 proc. młodych ludzi korzystających z sieci. Pod adresem 16 procent z nich kierowano groźby, także co szósty badany deklarował, że padł ofiarą oszczerstwa.



Internetowa przemoc objawia się przede wszystkim pod postacią poniżających komentarzy zamieszczanych na różnego rodzaju portalach społecznościowych oraz forach. Sprawcy cybermobbingu często także rozprzestrzeniają w sieci filmy i zdjęcia upokarzające występujące na nich osoby. Zdaniem badaczy, istotnym czynnikiem wpływającym na szerzenie agresji w internecie jest przekonanie dopuszczających się tego osób o anonimowości, a co za tym idzie – także bezkarności. Sprawcom wydaje się, że pozostają anonimowi, ponieważ podszywają się pod inne osoby lub „tworzą” sobie nową tożsamość wirtualnej rzeczywistości.

Skutki cybermobbingu są różnorodne. Większość ankietowanych deklarujących się jako ofiary odczuwała gniew, zwątpienie i bezradność. Skrajnym następstwem internetowej przemocy może być samobójstwo ofiary. Uczestnicy badania przyznawali, że głównym źródłem dotyczącej ich traumy była świadomość, że atak, którego ofiarą padli, nastąpił publicznie, zaś jego świadkami było wiele osób. I właśnie rodzaje reakcji postronnych internautów – świadków dokonywanej na innych przemocy – stała się przedmiotem zainteresowania psychologów.

W badaniu przeprowadzonym przez zespół naukowców z Wydziału Psychologii Pedagogicznej na Technischen Universität Berlin pod kierunkiem Jana Pfetscha, sprawdzono, jak zachowują się młodociani świadkowie cybermobbingu.

W badaniu wzięło udział 30 młodych ludzi (14-17 lat). Większość zadeklarowała bierność wobec obserwowanych w sieci aktów przemocy, jako jej przyczynę podając brak wiedzy, kogo mieli by o tym poinformować oraz obawę przed podzieleniem losu ofiary.

Ci którzy postanowili zareagować i sprzeciwić się cybermobbingowi, czynią to przede wszystkim zapewniając wsparcie ofierze oraz informując administratora strony o zaistniałym zdarzeniu – sprzecznym z regulaminem strony, na której do niego doszło, lub powszechnie obowiązującym prawem.

Przedruk-skrót

TAJEMNICA ŚWIEŻEGO SMAKU

9 metod konserwacji żywności

1. SUSZENIE

ZASADA: Suszenie usuwa z potraw taką ilość wody, aby uniemożliwić rozwój mikroorganizmów psujących żywność.

ZALETY: Proste przygotowanie, mała masa ułatwiająca transport, długi okres trwałości.

WADY: Potrawy tracą swój pierwotny kształt, zmienia się ich struktura i właściwości smakowe. Dlatego dodaje się do nich obecnie barwniki, cukry i glutaminian sodu, aby polepszyć smak i wygląd potrawy.

2. ZAMRAŻANIE

ZASADA: Żywność najpierw jest mrożona w -80°C , dzięki czemu na powierzchni pojawiają się drobne kryształki lodu, które uniemożliwiają naruszenie struktury dania. Następnie porcja jest poddawana silnemu podciśnieniu, w którym reszta wilgoci odparowuje.

ZALETY: Żywność zachowuje kształt i smak. Ma też więcej witamin i minerałów niż przy tradycyjnym suszeniu gorącym powietrzem. Nie trzeba dodawać chemikaliów ani cukru.

WADY: Wyższa cena konserwowanych w ten sposób potraw.

3. SOLENIE

ZASADA: Dodawanie soli (chlorku sodu) do potraw przeciwdziała powstaniu i koncentracji mikroorganizmów.

ZALETY: Przyjemnie słony smak mięsa lub wyrobów mięsnych (przy zawartości soli 1,5 do 2,5%), ładny i naturalny kolor mięsa, uzupełnienie jodu w organizmie (jeśli sól jest jodowana).

WADY: Częścią solanek bywają azotany (sodu i potasu, E 251, E 252) i azotyny (substancje trujące, których jednak nie trzeba się obawiać, ponieważ podczas procesu konserwacji zupełnie się rozkładają).

4. CHŁODZENIE I MROŻENIE

ZASADA: Dostatecznie szybkie mrożenie potraw i magazynowanie ich w temperaturze -18°C w zamrażarce lub od -1 do 4°C w lodówce.

ZALETY: Żywność pozostaje długo świeża, nie pogorszy się jej jakość. Smak, minerały i witaminy są zachowane w najwyższej możliwej mierze.

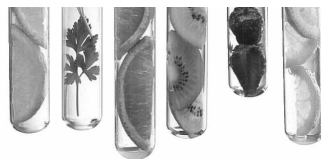
WADY: Rozmrażane potrawy są wyraźnie bardziej podatne na szybki rozwój mikroorganizmów niż przed mrożeniem. Każda potrawa potrzebuje innych warunków chłodniczych.

5. KONSERWACJA CHEMIKALIAMI

ZASADA: Do żywności dodaje się substancje chemiczne zabijające mikroorganizmy lub opóźniające ich rozwój.

ZALETY: Potrawy oraz półprodukty konserwowane chemicznymi konserwantami (i alkoholem ponad 10%) możemy przechowywać w temperaturze pokojowej.

WADY: W ostatnich latach konserwantów chemicznych używa się coraz częściej. Niektóre nie zagrażają naszemu zdrowiu, działanie części jest nie do końca zbadane, a cały szereg innych, w zależności od ilości, może być szkodliwy dla organizmu.



TAJEMNICA ŚWIEŻEGO SMAKU

6. KONSERWACJA ULTRADŹWIĘKIEM

ZASADA: Mikroorganizmy nie wytrzymują szybkiej zmiany ciśnienia, które powstaje w ich wilgotnym środowisku dzięki ultradźwiękom. Ten typ konserwacji ma zastosowanie w przypadku przypraw, owoców i warzyw.

ZALETY: Nie dochodzi do podwyższenia temperatury potrawy, nie zmienia się jej jakość.

WADY: Przemysłowa konserwacja ultradźwiękiem nie jest jeszcze w użyciu, na razie stosuje się ją jedynie w warunkach laboratoryjnych.

7. KONSERWACJA WYSOKIM CIŚNIENIEM

ZASADA: Potrawy są specjalnie pakowane i umieszczane w urządzeniu wysokociśnieniowym, w którym w krótkim czasie ciśnienie wzrasta ze 100 do 1000 MPa. W ten sposób giną bakterie, grzyby i pleśnie.

ZALETY: Zachowanie niezmienniej jakości pożywienia.

WADY: Spory (czyli przetrwalniki, komórki pomagające w długotrwałym przeżyciu w trudnych warunkach) bakterii, grzybów i pleśni przeżywają również wyższe ciśnienie. Minusem jest też cena urządzenia.

8. KONSERWACJA PRÓŻNIOWA (VACUUM)

ZASADA: Podstawową zasadą konserwacji z użyciem systemu próżniowego jest ograniczenie dostępu powietrza do potraw. Powietrze jest wysysane pompą próżniową ze specjalnych woreczków na żywność.

ZALETY: W woreczku próżniowym żywność utrzyma świeżość 3-5 razy dłużej niż w zwykłych warunkach, zachowując przy tym witaminy, substancje odżywcze, barwę i zapach. System jest prosty w użyciu i powszechnie dostępny.

WADY: Niektóre bakterie atakują nawet żywność zamkniętą w próżni. Na przykład bakteria, która wywołuje botulizm (zatrucie jadem kiełbasianym), rozmnaża się również w temperaturze pokojowej i bez tlenu.

9. PASTERYZACJA

ZASADA: Krótkotrwałe podwyższenie temperatury do 60-75°C, które niszczy mikroorganizmy.

ZALETY: W przeciwieństwie do przegotowania, pasteryzacja nie zmienia jakości potrawy. Bez niej nie byłoby dłuższego przechowywania mleka, jajek, piwa czy nawet lodów.

WADY: Całkowicie lub częściowo zabija witaminy A i C zawarte np. w mleku. Działanie temperatury musi być też dostosowane do konkretnej żywności.

Naturalne konserwanty

W przyrodzie istnieją naturalne substancje antybakteryjne, które spowalniają proces psucia się żywności:

- **LIZOZYM** w jajkach rozkłada ściany komórkowe bakterii
- **BORÓWKI** zawierają kwas benzoesowy, który spowalnia powstawanie pleśni
- **CEBULA, CZOSNEK, RZODKIEWKA i CHRZAN** zawierają substancje spowalniające rozmnażanie bakterii, grzybów i pleśni
- do konserwacji owoców stosuje się **OLEJ CYNAMONOWY** czy **SOK AKACJOWY**



NA PRZEKÓR PRZEZIĘBIENIOM

Co roku zadajemy sobie pytanie: co jeść, żeby nie chorować? Czy jest jakiś sposób, by przygotować organizm na jesienne przeziębienie, by zwiększyć odporność i nie dać się chorobom? Podpowiadamy, co jeść, aby wzmocnić odporność przed zimą.

Czosnek – wykazuje silne działania antybakteryjne, przeciwzapalne i nie pozwala na rozprzestrzenienie się i rozmnażanie bakterii. To chyba najbardziej znany naturalny antybiotyk, pierwszy strażnik wszystkich infekcji.

Omega 3 – to kwasy tłuszczowe, które wzmacniają odporność, pobudzają produkcję białych krwinek i eliminują z organizmu szkodliwe bakterie. Źródłem kwasów są przede wszystkim ryby (łosoś, makrela, śledzie, sardynki), a także oleje: lniany, sojowy, słonecznikowy, oliwa z oliwek oraz orzechy włoskie.

Miód – jest naturalnym antybiotykiem, od wieków stosowanym w walce z przeziębieniami. Mleko z miodem lub herbata z cytryną i miodem to wzmacniający i rozgrzewający napój na jesienne dni. Dodatkowo miód pomaga w regeneracji organizmu i wzmacnia serce, a przy okazji może choć trochę osłodzić nam życie.

Natka pietruszki – jedno z najbogatszych źródeł witaminy C; może być dodawana do sosów, dań obiadowych, sałatek, a także jako smakowita ozdoba kanapek.

Jajka – bogate źródło cynku, szczególnie te ugotowane na miękko.

Ananas – źródło naturalnej bromeliny – substancji o właściwościach likwidujących katar i drobnoustroje.

Cynamon i pieprz cayenne – ich oczyszczające działanie sprawdzi się szczególnie podczas infekcji dróg oddechowych, ponieważ ograniczają ilość wydzielanego śluzu.

Imbir – jego działanie przeciwwirusowe, przeciwbakteryjne, przeciwzapalne i rozgrzewające sprawdzi się znakomicie przy różnego rodzaju przeziębiach.

Cytryna – zawiera bardzo dużo witaminy C, wykazuje działanie antyseptyczne.

Cebula – bardzo skuteczna w walce z infekcjami, szczególnie przy problemach z gardłem – sok z cebuli nawilża i ułatwia odksztuszanie.

Kapusta – niewiele osób wie, że jest także bogatym źródłem witaminy C oraz wielu mikroelementów. Sok ze świeżej kapusty nasze babki podawały anemicznym dzieciom jako lek, ponieważ oprócz witaminy C i A zawiera on dużą ilość żelaza.

Czarny bez – a dokładnie sok z czarnego bzu, to źródło witaminy C bogate także w antyoksydanty i związki przeciwzapalne.

ZESPÓŁ OPIEKI ZDROWOTNEJ



62-100 Wagrowiec ul. Kościuszki 74
e-mail: szpital@wagrowiec.pl

tel: 67 268 15 00

tel/fax: 67 268 50 77



Od 2011 roku w szpitalu funkcjonuje nowy, 16-rzędowy Tomograf Komputerowy oraz wiele wysokospecjalistycznych urządzeń medycznych współfinansowanych ze środków Unii Europejskiej.



www.zozwagrowiec.internetdsl.pl

HOROSKOP NA ROK 2015



Baran (21.03-20.04)

Rok 2015: Początek roku daje wiele możliwości do osiągnięcia sukcesów osobistych jak i również całkowitej niezależności. Otworzą się przed Tobą nowe, niezbrane horyzonty. Jeśli wyrównasz poziom swojego entuzjazmu, wszystko, czego się podejmiesz, stanie się długotrwałym projektem.

Pierwsza połowa roku będzie sprzyjająca zwłaszcza dla osób, które są singlami, będą się cieszyć życiem pełnym przygód podczas randek i poznawania nowych ludzi. Z pewnością użyjesz swoich uwodzieńskich umiejętności! Nie przyspieszaj rzeczy, spraw, by te nowe emocje już na stałe zagłębiły w miłości. Daj z siebie wszystko, lecz miej również odwagę przynajmniej się do popełnionych błędów.

W życiu towarzyskim wszystko naprawdę zacznie się dziać w drugiej połowie roku. Szczęście będzie po Twojej stronie! Możesz ruszyć naprzód z pełną energią, pamiętaj jednak, by nie dzielić skóry na niedzwiedziu od razu po pierwszych uzyskanych rezultatach. Nie proś o zbyt wiele, gdyż może się to obrócić przeciwko Tobie. Użyj raczej metody „krok po kroku”.



Byk (21.04-20.05)

Rok 2015: Wszystko będzie obracać się wokół rozwiązywania problemów długoterminowych. Zauważysz przełom w życiu osobistym jak i również w karierze. W sposób pokojowy będziesz w stanie przewyciszyć stare, może nawet długo zapomniane spory. Możesz również pomóc innym rozwiązać ich nieporozumienia, dzięki czemu zdobędziesz uznanie. To czas na podejmowanie poważnych decyzji co zaowocuje rozpoczęciem spokojnego życia wypełnionego szczęściem, zdrowiem i miłością.

W życiu miłosnym czekają cię duże zmiany, poznasz wielu nowych ludzi którzy otworzą przed Tobą nowe możliwości. W drugiej połowie roku masz okazję poznać osoby o podobnej filozofii życia.

To czas na porządk! Rok 2015 da tobie dużo energii co zmobilizuje cię do wprowadzenia znaczących zmian zarówno w sferze zawodowej jak i zdrowotnej. Poświęć trochę czasu wyłącznie dla siebie. Zrelaksuj się, znajdź nowe hobby i postaraj się rozwijać swoją osobowość. Horoskop mówi, że najlepszym dla ciebie okresem będzie stabilna jesień.



Bliźnięta (21.05-21.06)

Rok 2015: To dobry czas na budowanie poczucia własnej wartości, co pomoże tobie w połowie roku do przyjęcia wszystkich złotów i upadków z uśmiechem na twarzy. W 2015 r. zdecydowanie nie ignoruj swojej rodziny, to dobry czas aby zakopać topór wojenny. Horoskop przewiduje, że między twoimi bliskimi nastanie w końcu harmonia.

Od początku roku Bliźnięta będą cieszyły się pozytywną energią w związkach. Użyjesz swojej spontaniczności i wyobraźni co pozytywnie wpłynie na twój związek partnerski, osoby samotne również będą szczęśliwe. W tym okresie będziesz bardzo atrakcyjny dla potencjalnych partnerów. Twoją ważną erogeną strefą jest umysł i fascynacje. Podczas krótkiego wyjazdu totalnie się zauroczysz, a znajomość przetrwa znacznie dłużej. Druga połowa roku upływać będzie pod znakiem samorozwoju. Pojawi się nowa energia, którą będziesz mógł wykorzystywać.



Rak (21.06-22.07)

Rok 2015: Początek roku zapowiada się niezwykle satysfakcjonujący we wszystkich dziedzinach twojego życia! Druga połowa roku szykuje znaczną poprawę finansów, co pomoże w realizacji wcześniej ustalonych celów.

W przeciwieństwie do zeszłego roku, osoby urodzone pod tym znakiem zodiaku mogą teraz liczyć na pozytywną energię w sferze związków. Twoje życie miłosne nabierze nowego toru, staniesz się wesolą/y i spontaniczną/y. Będziesz czerpać radość z życia pełnymi garściami bez żadnego poczucia winy! Według Horoskopu już początek roku był dla ciebie ciężki. Spotkasz interesującą osobę płci przeciwnej i między wami zaiskrzy. Ale powinienes myśleć racjonalnie. Poświęć więcej uwagi sprawą zawodowym szykuje się w tym roku podwyżka, a może nawet awans! 2015 rok otwiera przed Tobą nowe możliwości, zarówno zawodowo, jak i finansowo.



Lew (23.07-23.08)

Rok 2015: Na początku roku będziesz raczej bierny. To zdecydowanie nie jest dobry okres na podejmowanie ważnych decyzji czy rozpoczynanie nowych projektów w pracy. Powinieneś trzymać się tego, co dobrze znasz. W następnym kwartale będziesz mieć możliwość poprawienia swojej sytuacji zawodowej jak i również finansowej. Na horyzoncie pojawi się cichy wielbiciel/elka, ale ty również będziesz zainteresowany/a tym. Jeśli jesteś w związku, który przetrwał już kilka sytuacji kryzysowych, uda Wam się znaleźć wspólny cel, przez co Wasza relacja stanie się trwała i stabilna.

To idealny czas na zaplanowanie generalnego remontu. Czas na utrzymanie swojej kondycji fizycznej w dobrej formie! Odkryjesz dzięki temu zapomniane wrażenia i satysfakcję! Pamiętaj jednak, by zacząć na spokojnie i nie przemęczać swojego organizmu. Twój czas konfliktów się skończył.



Panna (24.08-22.09)

Rok 2015: W nowym roku może obudzić się w tobie natura twórcy. Nie ignoruj tego i wykorzystaj swój potencjał, potrzebą bezpieczeństwa, komfortu i zadowolenia zmotywuje cię do zmiany podejścia do spraw finansowych. Harmonia we wszystkich relacjach będzie twoim priorytetem.

Przez pierwszą połowę 2015 roku Twoje życie miłosne będzie się kręcić w kółko. Możesz mieć wrażenie, że nic już się nie polepszy. Niezależnie od tego, czy jesteś sam, czy też w związku, Twoje życie miłosne wzbogaci się o szczerość i autentyczność. Spójrz na swoją sytuację w pozytywnym świetle – dzięki temu łatwiej poradzisz sobie ze swoim życiem, z relacjami z innymi oraz z różnymi wydarzeniami.

HOROSKOP NA ROK 2015



Waga (23.09-23.10)

Rok 2015: W pierwszym półroczu będziesz miała możliwości, aby osiągnąć postawiony przed tobą cel. Mogą ci trochę przeszkadzać nadmierny upór i trudności z komunikacją. Powinieneś działać w inteligentny sposób bez wyrzutów sumienia pozbądź się wszystkiego, co już należy do przeszłości. Początek roku niezbyt romantyczny, ale za to zrobisz wiele dobrego na polu rodzinnym, np. urządzisz mieszkanie, zaprowadzisz jakieś zmiany. Jeśli twoim problemem jest samotność, uzbroj się w cierpliwość: dopiero wakacje przyniosą zmiany, ale za to już pierwsza randka to może być strzał w dziesiątkę! To rok prawdziwych rewolucji. Już zimą możliwe zmiany z gatunku tych, które na trwałe wpisują się w życiorys, np. zmiana stanu cywilnego, miejsca zamieszkania itd. Stan, w którym twój obecny będzie tak dokuczliwy, że zbierzesz się w sobie, aby go zmienić.



Skorpion (24.10-22.11)

Rok 2015: Przez cały rok podejmować będziesz ważne decyzje. Powinieneś zwyciężać zdrowy rozsądek, choć może być wam to nie w smak, bo rozsądek będzie wam mówił rzeczy, których w ogóle nie macie ochoty słuchać. W pierwszym półroczu korzystaj z przychylności losu i podpowiedzi niezawodnej intuicji. W twoim najbliższym otoczeniu znajdą niebanalne zmiany – poznasz długo skrywane tajemnice.

Stara miłość nie rdzewieje. Powróć do kogoś lub czegoś z przeszłości. Docen prawdziwe wartości i zalety w ludziach, które może nie są atrakcyjne ani widowiskowe, ale się sprawdzają w trudniejszych czasach. Możesz odkryć jakieś ukryte w sobie zdolności.

Do wakacji rodzina, dom – będą najważniejsze. Jeśli wciąż jesteś singlem, być może właśnie teraz uwijesz własne gniazdo. Ostrze twojego krytycyzmu mocno się stępi i przychylnym okiem spojrzysz na partnera, który wciąż nie mógł doskoczyć do poręczki, którą mu ustawieś.



Strzelec (23.11-21.12)

Rok 2015: W nowym roku przejdiesz proces gruntownego oczyszczenia. Pozbędziesz się zbędnego balansu różnych obciążeń zarówno w swojej świadomości, jak i w życiu. Jak nowonarodzona! rozpoznaś wszystko od niezapisanej, czystej karty.

Samotny Strzelec, jeśli tylko zechce, może znaleźć kogoś do pary – najbardziej w kwietniu i w maju. Rewelacyjny czas dla wszystkich to przełom września i października – to ostateczny koniec zmartwień i samotności. Kumulacja wydarzeń, cierpliwości czekaj na nowy etap w swoim życiu. Nie wpadaj w panikę, postaraj się wykrzesać siebie maksimum.



Koziorożec (22.12-20.01)

Rok 2015: Jeśli rano określiś cel działania, w nowym roku masz szansę go osiągnąć. Powinieneś wierzyć w siebie!

We wrześniu czas będzie sprzyjał edukacji-studium, dodatkowym kursom, nauce języków. W październiku możesz dostać ciekawą propozycję, która pozwoli znacznie poprawić twój status materialny. W sprawach sercowych nie obejdzie się bez konieczności wyjaśnienia sobie nieporozumień wynikających z różnicy charakterów. Najważniejsze zmiany mogą dotyczyć sfery zawodowej. Nie bój się przejawiania inicjatywy i demonstrowania tego, co umiesz najlepiej. Pozwól by świat dowiedział się o twoich talentach. Traktuj ludzi tak jak chciałbyś być przez nich traktowany.



Wodnik (21.01-19.02)

Rok 2015: Aby móc zbliżyć się do swoich marzeń w pierwszej połowie roku, Jowisz postawi na Twojej drodze osoby, które prawdopodobnie przyczynią się do Twojego sukcesu. Nie kieruj się jedynie swoim impulsem! Najpierw pomyśl, a dopiero potem podejmuj decyzje. Czas skoncentrować się na swoich osiągnięciach i doświadczeniach, które pomogą Ci w posunięciu spraw do przodu. Wraz z napływem letniej pory roku bądź bardziej zdyscyplinowany. Pamiętaj, by przeczytać wszystko to, co napisane drobnym druczkiem, zanim podejmiesz decyzję. 2015 rok będzie przepełniony emocjami! Abyś mógł zachować równowagę i spokój, Saturn zachęci Cię do lektury związanej z jogą, ćwiczeniami oddechowymi czy innymi tego typu technikami. To przede wszystkim Twój osobisty rozwój wpłynie na równowagę Twojego stanu umysłu. Znajomość zawarte w nadchodzącym roku będą miały ogromne znaczenie dla twojego rozwoju zawodowego jak i również osobistego.



Ryby (20.02-20.03)

Rok 2015: spróbuj w najbliższym czasie skupić się na zdarzeniach powiązanych ze swoim życiem zawodowym. Musisz być czynny, gdyż wiele spraw powiązanych z twoją rodziną będzie się rozgrywało przy tobie. Możliwe, że wpływ Wenus na znak Ryby będzie miał oddziaływanie na twoje szczęście w grach losowych. Dokładność i sumiennność osób spod znaku Ryby zostaną w roku 2015 dostrzeżone, co może być początkiem dawno spodziewanych zwrotów w twoim życiu. Posmakujesz radości jaką dają miłość i sukces. Czekają cie duże wydatki, ale i dobra passa zawodowa.

OKRĘGOWA IZBA PIELEŃGNIAREK I POŁOŻNYCH Z SIEDZIBĄ W PILE

64-920 Piła, ul. Motylewska 9, tel./fax 67 351 94 24, tel. 67 351 94 25

e-mail: oipippila@pro.onet.pl www.oipip.kadan.pl

KONTO: ING Bank Śląski 70 1050 1520 1000 0023 1185 8670

Biurowie OIPIP czynne: poniedziałek–czwartek w godz. 8.00–16.00, piątek w godz. 8.00–15.00

Informator opracowali: Tomasz Baran, Marcin Michlewicz – redaktor naczelny,
Natalia Musz, Justyna Polcyn, Anna Skowrońska
OIPIP z siedzibą w Pile nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń reklamowych



Pielęgnacja, która chroni od pierwszych dni

Czy wiesz, że skóra małego dziecka jest inna niż skóra dorosłego i potrzebuje specjalnej ochrony? Linia Emolium do codziennego stosowania została stworzona z myślą o wrażliwej skórze Twojego maleństwa. Receptury Emolium oparte o wyjątkowo skuteczne, ale też w pełni bezpieczne składniki zapewniają:

- kompletną ochronę dla zdrowia skóry Twojego dziecka,
- działanie zarówno na powierzchni skóry, jak i w jej głębszych warstwach,
- bezpieczeństwo stosowania potwierdzone badaniami.

NOWOŚĆ!

Wypróbuj także Krem ochronny przeciw odparzeniom Emolium.

Rekomendowane przez Polskie Towarzystwo Pediatryczne.
Dostępne w aptekach.



**Emolium – kompletne emolienty dla zdrowia i ochrony skóry
Nr 1 w rekomendacji pediatrów***



* Badanie Segmenter – Postrzeganie preparatów OTC stosowanych w leczeniu skóry bardzo suchej lub atopowej u dzieci, 2014; badania pediatrów z miast wojewódzkich.

2016

Styczeń

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Luty

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29						

Marzec

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Kwiecień

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Maj

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Czerwiec

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
	1	2	3	4	5	
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Lipiec

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Sierpień

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Wrzesień

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Październik

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Listopad

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
1	2	3	4	5	6	
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Grudzień

pn	wt	śr	cz	pt	so	nd
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



Urząd Miejski Trzcianki
ul. Sikorskiego 7
64-980 Trzcianka
tel. 67 352 73 04
fax 67 216 37 50
www.trzcianka.pl



Trzcianka to nowoczesne miasto z wyjątkowym klimatem, otoczone licznymi jeziorami i lasami. Przyciąga swoim pięknem, budzi podziw przedsiębiorczością, jest miejscem, w którym znajdują natchnienie artyści, a biznesmeni potrafią realizować swoje marzenia i śmiało projekty.

Łatwo się o tym przekonać, wystarczy raz przyjechać i później wielokrotnie tu wracać.

Serdecznie zapraszam!



Burmistrz Trzcianki

Krzysztof Czarnecki
Krzysztof Czarnecki