

kierunek ZDROWIE

marzec 2025

bezpłatna gazeta

W tym numerze:

więcej na
str. 2

Sztuczna inteligencja.
Rewolucja czy ewolucja?

Czas zmienić przyszłość



Historia medycyny to ewolucja rozłożona w czasie. Jako że czas jest pojęciem względnym, działa zarówno na naszą korzyść, jak i niekorzyść. Dłużej żyjemy, to fakt, ale nie wszyscy. I to jest problem. Pod względem przeciętnej długości życia polscy mężczyźni na ten przykład znaleźli się na 28. miejscu wśród 34 europejskich krajów, żyjąc średnio 4–5 lat mniej, a gdy porównać z krajami „starej pięt-nastki” to aż o osiem lat krócej! Biologia? Genetyka? W tym szukać przyczyn, że np. Polacy żyją też średnio osiem lat krócej od Polek?

Jeśli odpowiedź brzmi: nie tylko dlatego, to przyczyn trzeba szukać gdzie indziej. W słabości naszego systemu ochrony zdrowia, czyli medycynie naprawczej i, co w dzisiejszych czasach równie ważne, w systemowym zapobieganiu chorobom, czyli profilaktyce.

Nie zliczę już, ilu polityków wszelkich opcji opowiadało o tym, jak ważna jest dla nich profilaktyka. A to przecież prawda stara jak świat, że lepiej zapobiegać niż leczyć. A na pewno taniej.

Choroby układu krążenia czy nowotwory to dla przykładu kosztowne w le-

czeniu schorzenia. W wypadku tych ostatnich mamy mniejsze od średniej unijnej wskaźniki zapadalności i wyższe wskaźniki umieralności. Na pewno ma w tym swój udział późna wykrywalność, a czas właściwie jest tu kluczowy, także gdy spojrzeć na dostęp chorego do systemu. Niech pierwszy rzuci kamieniem ten, kto w chorobie nie szukał znajomego lekarza, albo nie płacił za diagnozę w prywatnym gabinecie, albo jedno i drugie naraz, byle tylko wygrać z czasem.

Bo tak to u nas „systemowo” działa. I bez wątpliwości jest to wynik słabości, głównie finansowej, tego systemu.

Ktoś powie: z pustego i Salomon nie naleje. Nasze wydatki na zdrowie to tylko 6,5 procent PKB. W Czechach np. system całkiem nieźle sobie radzi. Żaden ze szpitali nie potrzebował procedur oddłużeniowych, przestrzegane są ustawowe czasy dostępu do lekarzy. Problem przepełnionych SOR-w nie istnieje. Może to efekt 7,8 proc. PKB rocznie, a może innej organizacji, bo system opiera się głównie na podmiotach publicznych, jest kilka kas chorych (płatników) a podstawą jest konkurencja płatników, bo każdy Czech raz w roku może zmienić ubezpieczyciela.

A u nas? Monopol NFZ, kolejki do specjalistów, (jest szansa, że trochę się skrócą po nałożeniu na poradnie obowiązku prowadzenia harmonogramu wolnych wizyt) i prywatny sektor w pełnym rozkwicie. To co nam zostaje? Dbać o siebie, by nie chorować. Ależ odkrywca puenta, powiecie z sarkazmem. A jednak to jedyny sposób, by kupić sobie czas, zanim politycy albo AI, albo jedni i drudzy, coś wymyślą.

Ministerstwo Zdrowia zapowiada gruntowną przebudowę systemu ochrony zdrowia i nowe programy profilaktyczne dla różnych grup wiekowych. To naturalnie dobra wiadomość. Nie zapomnijmy jednak, że wszelkie reformy czy innowacyjne technologie medyczne, których rozkwit przed nami, powinny współgrać z zapewnieniem, że zmiany i postęp posłużą dobru wszystkich pacjentów, niezależnie od ich sytuacji życiowej. Może już czas najwyższy, by pojąć, że tak naprawdę to największe wyzwanie zdrowotne, nie tylko w polskim systemie ochrony zdrowia

Maria Zawata, TVP 3 Opole

Po zdrowie do uzdrowiska

Atrakcyjne zabiegi lecznicze i relaksacyjne w pięknych okolicznościach przyrody – czy można wymarzyć sobie lepszy pomysł na regenerację organizmu? Wiele polskich miejscowości wykorzystuje lecznicze właściwości klimatu i otoczenia, by przez okrągły rok służyć swoją infrastrukturą uzdrowiskową a wiele z nich bacznie śledzi najnowsze trendy, by stale zaskakiwać powracających kuracjuszy.

Pobyt w uzdrowisku – pierwszy krok do zmiany na lepsze

Już od XII wieku „podróże do wód”, czyli wyjazdy do miejscowości uzdrowiskowych kusity wszystkich spragnionych wypoczynku i regeneracji. Choć początkowo zarezerwowane były wyłącznie dla przedstawicieli elit, szybko zyskały na popularno-

ści i otworzyły się na szersze grono gości. Dziś uzdrowiska ponownie przeżywają swój renesans, a oferta zabiegów inspirowana jest nie tylko lokalną tradycją, ale także światowymi trendami branży wellness.

Kąpiele w wodach termicznych, okłady z borowiny, smakowanie wód leczniczych, czy zabiegi z wykorzystaniem gazów leczniczych – pod-

stawą leczenia uzdrowiskowego jest balneoterapia, czyli korzystanie z tego, co oferują występujące na danym terenie naturalne surowce. W uzdrowisku każdy kuracjusz traktowany jest indywidualnie – spersonalizowanym zabiegom leczniczym towarzyszy specjalnie dobrana dieta oraz odpowiednie formy aktywności fizycznej.

Odkryj magię Gór Stołowych w Uzdrowiskach Kłodzkich

Ziemia Kłodzka słynie z cudownych właściwości występujących tu dóbr natury. Zjawiskowa przyroda, czyste źródła najwyższej jakości wód mineralnych oraz malownicze szlaki górskie wspomagają leczenie najróżniejszych schorzeń. Uzdrowiska Kłodzkie to prawdziwa perła na mapie polskich kurortów.

CZYTAJ
więcej na str. **2**

ciąg dalszy ze str. 1

Bogata historia, urokliwa architektura, komfortowa baza hotelowa, szeroki wachlarz zabiegów i wycieczek oraz fachowa opieka doświadczonych specjalistów – w Uzdrowskich Kłodzkich

Wydawca: Media Operator sp. z o.o.

Adres: Walentego Roździeńskiego 2A, 41-946 Piekary Śląskie

można zaplanować nie tylko prozdrowotny wypoczynek, ale i urlop wypoczynkowy dla całej rodziny.

Polanica-Zdrój to idealne miejsce na relaks w otoczeniu najpiękniejszego parku zdrojowego, w Dusznikach-Zdroju można podreperować układ oddechowy i trawienny, a w Kudowie-Zdroju wzmocnić układ krążenia. Każde z tych uzdrowisk oferuje kompleksowo zorganizowane pobyty, podczas których można skorzystać ze wszystkich dobrodziejstw zabiegów

lecniczych, relaksacyjnych i fizjoterapeutycznych.

Poznaj wszystkie tajemnice Uzdrowiska Ustroń

Beskid Śląski to jeden z najbardziej malowniczych regionów Polski, który obfituje w źródła mineralnych wód leczniczych. Już w XVIII wieku odkryto niezwykle właściwości tutejszego mikroklimatu. To właśnie tu znajduje się Uzdrowisko Ustroń, którego nazwa idealnie oddaje cha-

rakter tego miejsca – spokojny, ustronny i zachęcający do relaksu.

Flagowym obiektem Uzdrowiska Ustroń jest Równica, która góruje nad innymi obiektami i przykuwa wzrok imponującym kształtem przypominającym wielki statek. Tuż obok znajdują się również spektakularne cztery piramidy tworzące kompleks Kos oraz Uzdrowski Instytut Zdrowia – jedna z największych baz zabiegowych w Europie. Na powierzchni ponad 18 000 m kw. znajdują się

liczne gabinety fizjoterapeutyczne i lekarskie, sale gimnastyczne, baseny solankowe, tężnia, kriokomora siłownia oraz SPA.

Pobyty w uzdrowisku, niezależnie od lokalizacji to idealny pomysł, by wykonać pierwszy krok w kierunku zmiany swoich codziennych nawyków. Zabiegi oferowane przez uzdrowska są nie tylko niezastąpione podczas leczenia lub rekonwalescencji, ale także inspirują do poprawy kondycji, zmiany nawyków żywieniowych i pozytywnych zmian trybu życia

Sztuczna inteligencja. Rewolucja czy ewolucja?

Automatyzacja procesów, przyspieszona diagnostyka, dokładniejszy monitoring pacjentów, personalizacja ich leczenia oraz usprawnienie zarządzania wszelkimi informacjami osobowymi – sztuczna inteligencja to fundament nowoczesnej służby zdrowia. W jakich obszarach możemy spokojnie oddać jej ster? Czy lekarze mogą bezkrytycznie ufać nowej technologii? Kto powinien ponosić odpowiedzialność za decyzje podejmowane przez algorytmy? AI oznacza rewolucję służby zdrowia na wielu poziomach, co wiąże się zarówno z nowymi szansami, jak i kolejnymi wyzwaniami.

Optymalizacja codziennej pracy

Sztuczna inteligencja pozwala nie tylko usprawnić codzienną pracę pracowników służby zdrowia, ale także poprawić doświadczenia pacjentów. AI umożliwia szybkie analizowanie ogromnej liczby danych, a następnie kompleksowe interpretowanie wyników i wysuwanie konkretnych wnio-

sków. Narzędzia wykorzystujące AI są w stanie samodzielnie tworzyć dokumentację medyczną, dzięki czemu lekarze zyskują więcej czasu na to, co najważniejsze – bezpośredni kontakt z pacjentem i skuteczną opiekę medyczną.

AI oznacza przede wszystkim optymalizację wszelkich procedur, na których opiera się codzienna praca personelu medycznego i pracowników

administracyjnych. Placówki medyczne dysponują ogromną liczbą gromadzonych danych o charakterze wrażliwym, a jednym z największych wyzwań pozostają kwestie ich odpowiedniego zabezpieczenia. Dane osobowe pacjentów w rękach cyberprzestępców stanowią wyjątkowo niebezpieczną broń, wykorzystywaną do różnego rodzaju nielegalnych działań. Sztuczna inteligencja wykorzystywana w procesie przetwarzania danych osobowych pozwala zapewnić najwyższe standardy bezpieczeństwa.

Tworzenie spersonalizowanych planów leczenia

Szybki dostęp do przetworzonych i ustandaryzowanych informacji znacznie skraca czas podejmowania odpowiednich działań. Wykorzystując możliwości sztucznej inteligencji pracownicy medyczni mogą maksymalnie zautomatyzo-

wać swoją pracę oraz stworzyć procesy, które pozwolą na wykrywanie zagrożeń na bardzo wczesnym etapie leczenia. Już dziś AI wykorzystywana jest z powodzeniem w nowoczesnej diagnostyce, w tym w niezwykle precyzyjnej interpretacji obrazów radiologicznych. Ciekawym przykładem innowacyjnego rozwiązania wykorzystywanego w diagnostyce jest m.in. system TITAN, który wykorzystuje sztuczną inteligencję do oceny złośliwości guzków nerek, osiągając ponad 87-procentową skuteczność.

Sztuczna inteligencja umożliwia tworzenie w pełni spersonalizowanych planów leczenia dopasowanych nie tylko do konkretnych wyników badań, ale nawet indywidualnych cech pacjenta, takich jak wiek, styl życia, a nawet genotyp. Narzędzia działające w oparciu o AI są w stanie na bieżąco i w pełni zdalnie monitorować stan zdrowia pacjenta, a nawet przewidy-

wać wszelkie potencjalne zagrożenia. W praktyce oznacza to redukcję hospitalizacji oraz zmniejszenie kosztów związanych z diagnostyką. Sztuczna inteligencja to także rozwój medycyny. AI znacznie przyspiesza i jednocześnie zmniejsza koszty prac badawczych nad wprowadzaniem na rynek nowych leków oraz alternatywnych terapii leczenia.

AI – rewolucja czy ewolucja?

Sztuczna inteligencja to przyszłość służby zdrowia. Choć wymaga przełamania sceptycyzmu sporej części środowiska medycznego, światłem w tunelu jest nowe pokolenie, które śmiało wdraża nowoczesną technologię tam, gdzie jej skuteczność już została potwierdzona, a jednocześnie aktywnie reaguje na wszelkie pojawiające się zagrożenia. Warto pamiętać, że nadal ulubionym lekarzem wielu Polaków jest dr Google, a sztuczna inteligencja, tak jak każde inne narzędzie, może być wykorzystywana w niewłaściwy sposób. Różnego rodzaju czatboty, choć opierają się na technologii AI, nie opierają się na profesjonalnej wiedzy medycznej i mogą stanowić realne zagrożenie dla życia lub zdrowia



O NAS

Dbamy o komfort i zdrowie naszych pacjentów, oferując profesjonalne podejście, nowoczesne technologie oraz indywidualnie dobrane rozwiązania.

Nasi specjaliści posiadają wieloletnie doświadczenie, a dzięki przyjaznej atmosferze wizyty przebiegają w bezstresowy sposób.

NASZ ZESPÓŁ

Zespół doświadczonych specjalistów - eksperci z różnych dziedzin stomatologii, zapewniający najwyższy standard leczenia.

Nasz zespół to nie tylko praktycy, ale również wykładowcy akademicki i eksperci stale podnoszący swoje kwalifikacje na krajowych i międzynarodowych szkoleniach.



➔ ZESKANUJ KOD QR
I DOŁĄCZ DO NAS!



NEFROLUX
CENTRUM STOMATOLOGII

TWÓJ KOMFORT JEST DLA NAS PRIORYTETEM!

Nasz gabinet został zaprojektowany z myślą o relaksującej i przyjaznej atmosferze. Nowoczesne wnętrza, ergonomiczne fotele oraz ciepłe kolory sprawiają, że każda wizyta staje się przyjemnym doświadczeniem. Dbamy o najwyższe standardy higieny i bezpieczeństwa, stosując zaawansowane technologie dezynfekcji oraz sterylizacji. Dzięki temu możesz czuć się u nas w pełni bezpiecznie. Zapraszamy do miejsca, gdzie profesjonalna opieka łączy się z troską o Twój komfort!



OFERUJEMY

- **STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA I ENDODONCJA** - KOMPLEKSOWE LECZENIE PRÓCHNICY, ODBUDOWA ZĘBÓW ESTETYCZNYMI MATERIAŁAMI ORAZ NOWOCZESNE LECZENIE KANAŁOWE POD KONTROLĄ MIKROSKOPU, ZAPEWNIAJĄCE MAKSYMALNĄ PRECYZJĘ I TRWAŁOŚĆ EFEKTÓW.
- **STOMATOLOGIA DZIECIĘCA** - BEZSTRESOWE LECZENIE ZĘBÓW MLECZNYCH I STAŁYCH NIEDOJRZAŁYCH, SKUTECZNE METODY ELIMINACJI LĘKU.
- **NOWOCZESNA ORTODONCJA** - LECZENIE WAD ZGRYZU U DZIECI I DOROSŁYCH, W TYM PRZEZROCZYSTE NAKŁADKI INVISALIGN.
- **STOMATOLOGIA ESTETYCZNA** - NOWOCZESNE METODY POPRAWY WYGLĄDU I ZDROWIA ZĘBÓW.
- **CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA ZIMPLATOLOGIĄ** - SPECJALISTYCZNE ZABIEGI, W TYM EKSTRAKCJE ZĘBÓW ZATRZYMANÝCH, ZAAWANSOWANE PROCEDURY CHIRURGICZNE ORAZ KOMPLEKSOWE LECZENIE IMPLANTOLOGICZNE - OD WSZCZEPIENIA IMPLANTÓW PO ODBUDOWĘ PROTETYCZNĄ.
- **LECZENIE PACJENTÓW LĘKOWYCH** - KOMPUTEROWE ZNIECZULENIE, SEDACJA WZIEWNA (GAZ ROZWESELAJĄCY), EMPATYCZNE PODEJŚCIE.
- **NOWOCZESNE TECHNOLOGIE** - PRECYZYJNA DIAGNOSTYKA, BEZBOLESNE PROCEDURY, INNOWACYJNE MATERIAŁY.

ZAREZERWUJ WIZYTĘ!



505 407 505

NAPISZ DO NAS



stomatologia@nefrolux.com.pl

TUTAJ NAS ZNAJDZIESZ



CENTRUM STOMATOLOGII NEFROLUX
ul. Sokolska 30/U20 II piętro, 40-086 Katowice



Rozgość się w Uzdrowisku Ustroń!

To nowoczesny kurort medyczny położony w sercu Beskidu Śląskiego. Nasze podejście do medycyny łączy wiedzę znamienitych lekarzy, fizjoterapeutów oraz technologie z niezwykłą mocą natury, aby pomagać w szybkim powrocie do zdrowia. Uzdrowisko Ustroń to sześć budynków (**Sanatorium Równica, Kos, Narcyz, Rosomak i Wilga oraz baza zabiegowa - Uzdrowski Instytut Zdrowia**), które malowniczo wpasowują się w krajobraz u podnóża góry Równica.

Znajdziesz u nas:

- Pobyty z zabiegami
- Kompleks basenów solankowych
- Kriokomorę ogólnoustrojową i saunarium
- Strefę fitness i siłownię
- Zabiegi Spa & Wellness
- Zabiegi lecznicze z wykorzystaniem borowiny i solanki

Kontakt

ul. Sanatoryjna 1, 43-450 Ustroń
tel. +48 33 854 54 54 wew. 2
rezerwacja@uzdrowisko-ustron.pl
www.uzdrowisko-ustron.pl



SENIORZE

POZNAJ
UZDROWISKA KŁODZKIE



O NAS

Uzdrowiska Kłodzkie to największy w Polsce kompleks uzdrowski. W naszych sanatoriach, położonych w urokliwych Sudetach, dbamy o zdrowie i dobre samopoczucie Kuracjuszy.

POBYTY PEŁNOPLATNE

- pobyty i pakiety dla Seniorów z zabiegami
- pobyty profilaktyczno-rehabilitacyjne
- pobyty Spa & Wellness
- baza noclegowa i konferencyjna
- posiłki wykonywane na miejscu
- źródła wód mineralnych
- bliskość parku zdrojowego
- własna baza zabiegowa
- kompleksy basenowe

REALIZUJEMY

Świadczenia w zakresie lecznictwa w formie:

- szpitali uzdrowskich dla dorosłych i dzieci,
- sanatoriów,
- leczenia ambulatoryjnego,
- rehabilitację kardiologiczną w warunkach stacjonarnych.

KONTAKT

OBSŁUGA KLIENTA

☎ 74 30 67 800

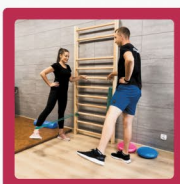
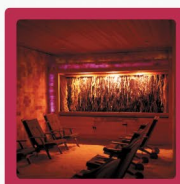
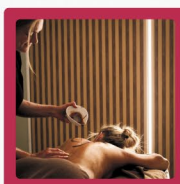
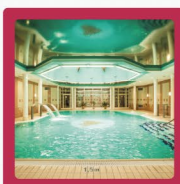
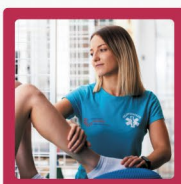
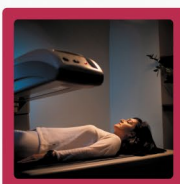
REZERWACJE@UZDROWISKA-KLODZKIE.PL



UZDROWISKA
KŁODZKIE

Polska Grupa Uzdrowisk

Polanica-Zdrój | Duszniki-Zdrój | Kudowa-Zdrój





NEFROLUX



OKULISTYKA

Zdrowie i zadowolenie pacjenta naszym celem

NFZ

- Usuwanie zaćmy metodą fakoemulsyfikacji z wszczepieniem soczewki jednoogniskowej
- witrektomia

- ➔ Usuwanie zaćmy metodą fakoemulsyfikacji z wszczepieniem soczewki:
 - ✓ jednoogniskowej torycznej-korygującej astygmatyzm
 - ✓ z poszerzoną głębią ostrości - do dali, odległości pośrednich oraz bliży
 - ✓ wielogniskowej/wielogniskowej torycznej - do każdej odległości
- ➔ plastyka powiek
- ➔ laserowa korekcja wady wzroku

POSIADAMY:

- ✓ doskonale wyposażoną pracownię diagnostyczną
- ✓ nowoczesny blok operacyjny
- ✓ komfortowe sale chorych z własnymi łazienkami i bezpłatnym WiFi

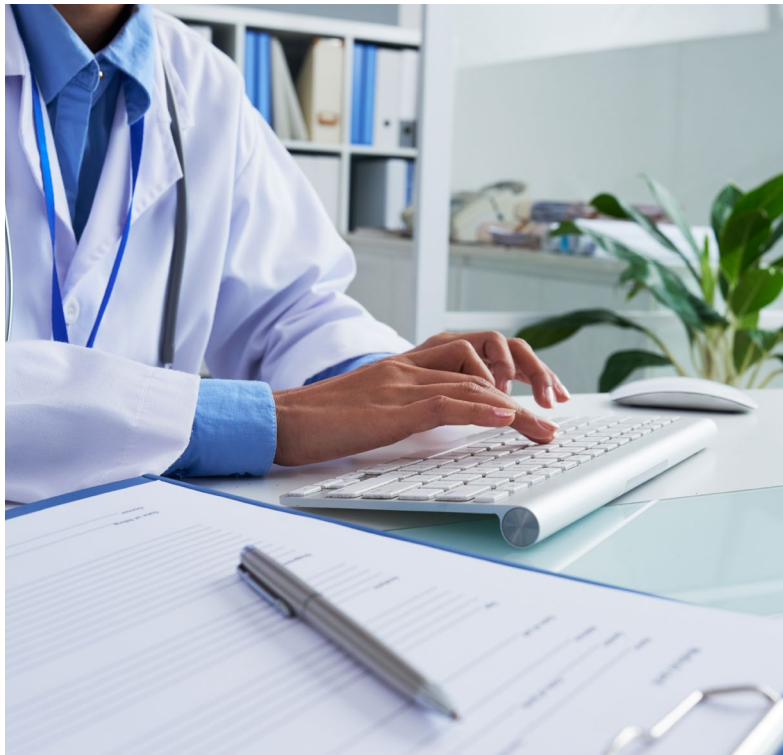


Rejestracja
 ODDZIAŁ OKULISTYCZNY
 TEL: 32 621 26 15
 okulista@nefrolux.com.pl

Szpital Nefrolux
 ul. Szpitalna 6
 41-100 Siemianowice Śląskie

www.nefrolux.com.pl

Cyfryzacja służby zdrowia – na jakim etapie jesteśmy?



System opieki zdrowotnej w Polsce wymaga przemyślanych i skutecznie zarządzanych reform, także w obszarze cyfrowym. Okazją do prawdziwego skoku technologicznego są środki finansowe udostępnione w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększenia Odporności (KPO). Na jakim etapie jesteśmy i czy wiemy, dokąd zmierzamy?

Poprawa jakości polskiej służby zdrowia jest możliwa jedynie dzięki zastosowaniu nowoczesnych i spójnych rozwiązań technologicznych. Zanim jednak nowe technologie cyfrowe zostaną wprowadzone w życie, potrzebna jest śmiała i jasna wizja potrzebnych zmian. Ograniczenia w dostępności do świadczeń medycznych, nadmierna biurokracja, mnogość i różnorodność wykorzystywanych systemów informatycznych,

równoległe wykorzystywanie dokumentów papierowych i cyfrowych oraz brak bieżącej oceny podejmowanych działań – to tylko niektóre z wyzwań, które stoją na drodze do stworzenia w Polsce systemu godnego nowej ery medycyny.

Jednym z najbardziej rewolucyjnych narzędzi cyfrowych wdrożonych w celu usprawnienia polskiej służby zdrowia jest uruchomione w maju 2018 roku Internetowe Konto Pacjenta (IKE), które po-

rządkuje rozproszone dotąd informacje i ułatwia pacjentom korzystanie z różnego rodzaju usług medycznych. Bezpłatna aplikacja Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia regularnie rozbudowywana jest o kolejne funkcjonalności i stanowi doskonałą bazę pod tworzący się nowoczesny system opieki zdrowotnej.

Coraz większą popularnością cieszą się także usługi aplikacyjne, za pośrednictwem

REKLAMA

Twój Kompletny Panel Badań, Zawsze Pod Ręką!

W ramach naszych usług możesz skorzystać z profesjonalnych pobrań krwi oraz kompleksowych usług pielęgniarskich. Organizujemy również interaktywne webinary i udostępniamy teleporady, które umożliwiają szybki kontakt ze specjalistami. Dodatkowo, dzięki opcji grupowych pobrań krwi, dbamy o wygodę i efektywność badań dla całych społeczności.



Home Lab

patient / courier / lab

www.homelab24.pl

Zamów badanie teraz!

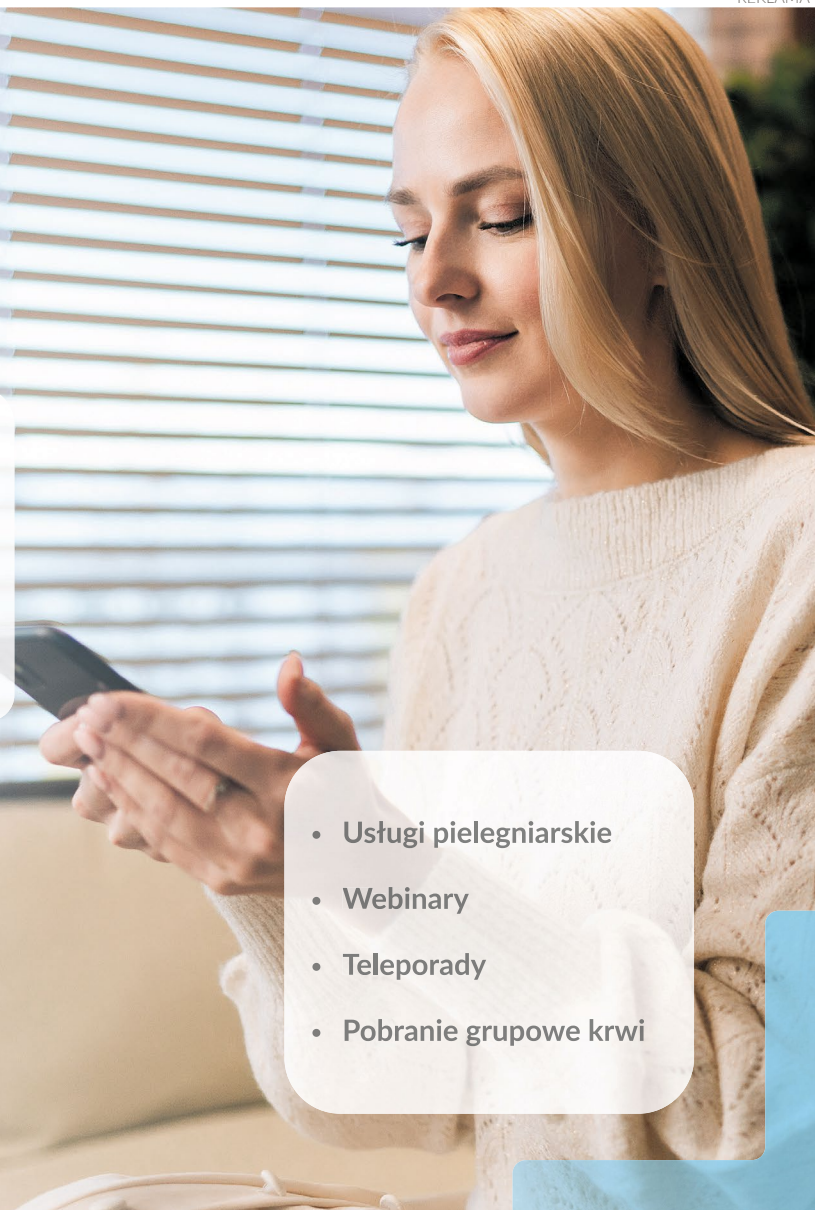


 Apple iOS



 Android

- Usługi pielęgniarskie
- Webinary
- Teleporady
- Pobranie grupowe krwi

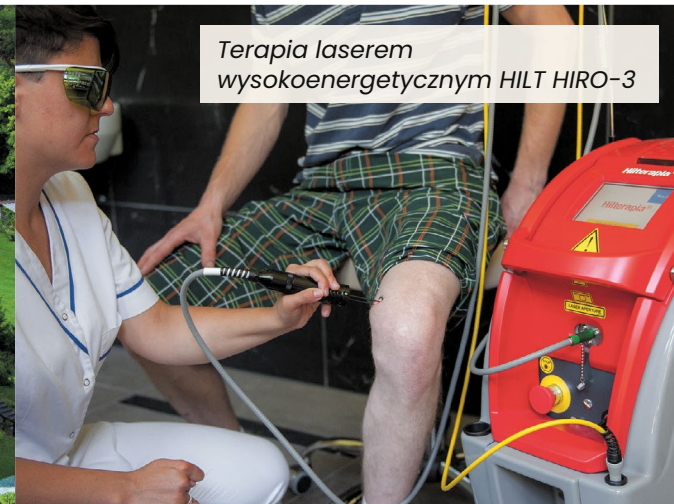




Elektroterapia aparatem Zimmer



Hotel Sudetia

Terapia laserem
wysokoenergetycznym HILT HIRO-3

HOTEL SUDETIA Medical&Spa

w **Świeradowie-Zdroju** położony 200 m od zabytkowego Domu Zdrojowego, to jednostka lecznicza zajmująca się **kompleksową rehabilitacją**. Obiekt korzysta ze sprzętu najwyższej światowej jakości, który obsługują **wysoko wykwalifikowani fizjoterapeuci**. Nowoczesną bazę zabiegową uzupełnia **strefa SPA, sala konferencyjna i biblioteka**.



Terapia manualna ortopedyczna

Terapia laserem
wysokoenergetycznym MLS M6

POLECANE ZABIEGI LECZNICZE:

- terapia manualna ortopedyczna,
- masaże lecznicze i relaksacyjne,
- terapia falą uderzeniową,
- terapia laserem wysokoenergetycznym,
- okłady borowinowe z naturalnej borowiny,
- drenaż limfatyczny,
- krioterapia miejscowa,
- elektroterapia, magnetoterapia,
- gimnastyka w basenie i na sali gimnastycznej,
- kąpiele lecznicze, inhalacje,
- aquavibron,
- masaż wirowy,
- refleksjoterapia,
- kuracja pitna.



Gimnastyka na basenie



Terapia falą uderzeniową aparatem firmy Storz Medical z czterema głowicami

Sudetia
HOTEL

Hotel Sudetia Medical&Spa

ul. Zielona 6
59-850 Świeradów-Zdrój

tel. +48 75 783 51 26
e-mail: recepcja@hotelsudetia.pl