



**10. WOJSKOWEGO SZPITALA KLINICZNEGO
Z POLIKLINIKĄ SPZOZ
W BYDGOSZCZY**

BIULETYN

**10. WOJSKOWEGO SZPITALA KLINICZNEGO
Z POLIKLINIKĄ SPZOZ W BYDGOSZCZY**

VALETUDINARIA

SPIS TREŚCI

Słowo wstępne	1
---------------------	---

Aktualności

Święto Wojska Polskiego w kartach historii.....	2
Bydgoszczanin Stulecia prof. dr hab. n. med. Marek Harat.....	4
Spotkanie z Ministrem Obrony Narodowej	5
Otwarcie Pracowni Gammakamery SPECT-CT Zakładu Medycyny Nuklearnej i zmodernizowanej Kliniki Ortopedii i Chirurgii Narządu Ruchu.....	6
Zarządzanie Jakością w 10. WSzKzP SPZOZ w Bydgoszczy	8
Jubileusz 35-lecia Szpitala.....	11
Życie Szpitala podczas pandemii	12
Poliklinika - fotorelacja	16

Medycyna:

Fala uderzeniowa.....	18
Programy profilaktyczne realizowane przez Szpital.....	20
Test rozpoznawania udaru	22
Internetowe konto pacjenta.....	23
Uwaga kleszcze.....	24

Informacje:

Nasze portale społecznościowe.....	29
Zgłoszenie prac autorskich	29
Kalendarz biegowy	30

Bydgoskie Wydarzenia Kulturalne:

Zabytki i atrakcje turystyczne.....	31
Trasy zwiedzania.....	33
Muzea i galerie	34

SŁOWO WSTĘPNE

„Połączenie sił to początek, pozostanie razem to postęp, wspólna praca to sukces.”

Henry Ford

Szanowni Państwo!

Jest mi niezmiernie miło zaprosić Państwa do zapoznania się z kolejnym numerem Biuletynu 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy.

Rok 2020 jest dla Naszego Szpitala wyjątkowy. Wielkimi krokami zbliżają się obchody jubileuszu 35-lecia Szpitala wraz z otwarciem nowego budynku Polikliniki, co wiąże się z pracami organizacyjnymi, by na początku października móc zorganizować uroczystość. Niewątpliwie jest to święto wszystkich byłych jak i obecnych pracowników. To ludzie tworzą organizację, są jej sercem i motorem do działania. Pracownicy Szpitala wspólnie realizują założone cele, dzięki którym Nasz Szpital cieszy się niezmiernie szacunkiem i renomą.

Niejednokrotnie jednak, życie stawia przed nami wyzwania, i tak stało się tym razem. Minione miesiące wiązały się z licznymi zmianami, ciężką pracą, a także niespodziewanymi wydarzeniami. Od początku roku musieliśmy zmierzyć się z pandemią COVID-19. Był to wyjątkowo trudny czas nie tylko pod względem medycznym, ale również organizacyjnym. Biorąc pod uwagę fakt, że nie posiadaliśmy wcześniejszych doświadczeń związanych z tego typu zagrożeniem. W marcu wstrzymane zostały przyjęcia pacjentów w trybie planowym oraz wprowadzony bezwzględny zakaz odwiedzin. W poradniach uruchomiono system teleporad, przed Klinicznym Szpitalnym Oddziałem Ratunkowym oraz budynkiem Polikliniki stanęły wojskowe namioty do wstępnego triażu, a przy wejściach do szpitala uruchomiono punkty mierzenia temperatury i dezynfekcji rąk. Wszystkie wprowadzone w Szpitalu nowe zarządzenia i wytyczne miały maksymalnie zwiększyć bezpieczeństwo Naszych pacjentów oraz całego personelu Szpitala. Reorganizacja pracy Szpitala przy jednoczesnym zapewnieniu ciągłości jego funkcjonowania jest ogromnym wyzwaniem zarówno dla mnie jako Komendanta Szpitala jak i pracowników. Działania te wymagają dużej elastyczności, szybkiego reagowania na zmieniającą się rzeczywistość i ścisłej, dobrej współpracy Szpitala z innymi instytucjami. Myślę, że w tym miejscu mogę w krótkich żołnierskich słowach podsumować dotychczasową pracę w walce z koronawirusem i zameldować wzorowe wykonanie zadania. Pomimo tego, że nie wiemy co przyniosą kolejne miesiące, obecnie w Naszym Szpitalu, podobnie jak w całej Polsce, trwa powolne „odmrażanie” wprowadzonych obostrzeń. Stopniowo przywracane są planowe zabiegi i porady specjalistyczne.

Jestem pełen uznania dla całego personelu za włożony trud i zaangażowanie w walce z pandemią – i za to Wam serdecznie dziękuję. Jestem pewien, że pozytywne doświadczenia wpłyną pozytywnie na dalszą pracę i umocnią Nas w kolejnych wyzwaniach.



plk dr n. med. Robert SZYCA
Komendant
10. Wojskowego Szpitala Klinicznego
z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy

ŚWIĘTO WOJSKA POLSKIEGO W KARTACH HISTORII

Co roku 15. sierpnia obchodzimy Święto Wojska Polskiego na pamiątkę zwycięskiej bitwy warszawskiej w 1920 r., stoczonej w czasie wojny polsko-bolszewickiej, ustanowione rozkazem Ministra Spraw Wojskowych gen. Stanisława Szeptyckiego nr 126 z dnia 4 sierpnia 1923 roku, w którym zawarto informację: „W dniu tym wojsko i społeczeństwo czci chwałę oręża polskiego, której uosobieniem i wyrazem jest żołnierz. W rocznicę wiekopomnego rozgromienia nawały bolszewickiej pod Warszawą święci się pamięć poległych w walkach z wiekowym wrogiem o całość i niepodległość Polski”. Dzień ten Świętem Wojska Polskiego został

ustanowiony pierwszy raz w 1923 roku jako „Święto Żołnierza”. Co ciekawe, nigdy nie anulowano go, nawet w okresie PRL, po prostu nikt tego dnia nie obchodził (zamiast niego był Dzień Wojska Polskiego 12 października). Ustawowo Święto Wojska Polskiego na 15 sierpnia ustalono dopiero w 1992 roku jako upamiętnienie zwycięstwa Wojska Polskiego w czasie wojny polsko-bolszewickiej. Dokładnie w rocznicę tzw. Cudu nad Wisłą. Historycy są zgodni, że to zwycięstwo uratowało byt niepodległego państwa polskiego na początku lat 20. XX wieku. Zwycięstwo wojsk dowodzonych przez Józefa Piłsudskiego nad wojskami Michaiła Tuchaczew-



skiego pozwoliło zachować świeżo odzyskaną niepodległość. Obchody Święta Wojska Polskiego są bardzo uroczyste. W kościołach polowych w naszym kraju odbywają się specjalne Msze Święte w intencji poległych. Z kolei przed Grobem Nieznanego Żołnierza w Warszawie odprawiana jest honorowa zmiana warty, w której biorą udział najwyższe władze państwowe. W 2007 roku odbyła się defilada - pierwszy raz w historii powojennej Polski - nawiązująca do tradycji II Rzeczypospolitej. Wówczas wzięło w niej udział około tysiąca żołnierzy oraz stu pojazdów. Nad trasą natomiast, która wiodła przez Aleje Ujaz-

dowskie w Warszawie, przelatywały samoloty oraz śmigłowce. Tradycja organizowania defilad 15. sierpnia przetrwała do dziś.

Również w Szpitalu co roku organizowany jest uroczysty apel upamiętniający poległych żołnierzy, który jest zarazem okazją do podsumowania bieżących dokonań oraz wyrażenia uznania dla pracy personelu naszej placówki, w tym odbieranie aktów mianowania na kolejne stopnie wojskowe przez kadrę zawodową wydane przez Ministra Obrony Narodowej.

Ze względu na pandemię COVID-19 w tym roku apel nie został zorganizowany.



BYDGOSZCZANIN STULECIA

PROF. DR HAB. N. MED. MAREK HARAT



Z dumą przyjęliśmy wiadomość o uhonorowaniu prof. dr. hab. n. med. Marka Harata, pełniącego funkcję Konsultanta Klinicznego w Klinice Neurochirurgii 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką, tytułem „Bydgoszczanina Stulecia” podczas gali setnej rocznicy powrotu Bydgoszczy do Macierzy.

Zgłoszenia Kandydatów odbyły się drogą internetową, natomiast ostatecznego wyboru 25 najbardziej zasłużonych dokonali Członkowie Komitetu Honorowego Roku Wolności.

Jak został przeprowadzony plebiscyt?

Podzielono sto lat, okres 1920-2020, na pięć dwudziestoletnich okresów. W każdym z nich wybrano pięciu laureatów.

Bydgoszczanami ostatniej dekady zostali, w kolejności alfabetycznej, pianista Rafał Blechacz, dyrektor Opery Nova Maciej Figas, żużlowy mistrz świata Tomasz Gollob, neurochirurg prof. dr. hab. n. med. Marek Harat, pełniący funkcję Konsultanta Klinicznego w dziedzinie neurochirurgii w naszej placówce, oraz twórca cukierniczego imperium, Adam Sowa.



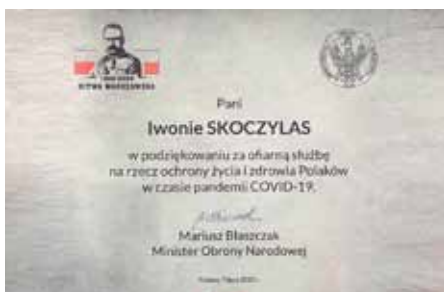
SPOTKANIE Z MINISTREM OBRONY NARODOWEJ

We wtorek, 7 lipca br. szef MON spotkał się z przedstawicielami personelu medycznego Wojskowego Instytutu Higieny i Epidemiologii w Puławach, którzy od kilku miesięcy zaangażowani są w walkę z pandemią koronawirusa. Puławski ośrodek stał się jednym z kluczowych laboratoriów badających próbki podejrzanych o infekcję koronawirusem.

„Wasz wysiłek i wasze zaangażowanie spowodowało, że nasza ojczyzna nie została tak bardzo dotknięta pandemią, jak inne europejskie kraje” – powiedział Minister Obrony Narodowej, dziękując wojskowej służbie zdrowia za walkę z koronawirusem. Zwrócił też uwagę, na fakt że w tym szczególnie ciężkim czasie pandemii, która dotknęła cały świat lekarze, pielęgniarki, ratownicy medyczni,

diagności, cały personel medyczny potwierdzili swój profesjonalizm, gotowość do działania i zdolność do poświęceń w imię służby Ojczyźnie i niesienia pomocy drugiemu człowiekowi.

W trakcie spotkania minister M. Błaszczak wręczył medykom wyróżnienia. Nagrodzona została m.in. Pielęgniarka Oddziałowa Kliniki Rehabilitacji 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy mgr piel. Iwona Skoczylas, pełniąca jednocześnie funkcję Zastępcy Naczelnej Pielęgniarki Szpitala. Obecni z Panią Skoczylas podczas odbierania nagrody byli: Komendant Szpitala płk dr n. med. Robert Szyca, Naczelna Pielęgniarka mgr piel. Elżbieta Pankanin oraz Kierownik Zakładu Analityki Lekarskiej dr n. med. Joanna Sierzputowska.



OTWARCIE PRACOWNI GAMMAKAMERY SPECT-CT ZAKŁADU MEDYCyny NUKLEARNEJ I ZMODERNIZOWANEJ KLINIKI ORTOPEDII I CHIRURGII NARZĄDU RUCHU WRAZ Z NADANIEM KLINICE IMIENIA PŁK. DR N. MED. WIESŁAWA ROMANIUKA

20. lutego 2020 r. w 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy odbyło się uroczyste otwarcie Pracowni Gammakamery SPECT-CT w Zakładzie Medycyny Nuklearnej i zmodernizowanej Kliniki Ortopedii i Chirurgii Narządu Ruchu wraz z nadaniem Klinice imienia płk. dr n. med. Wiesława Romaniuka.

Komendant Szpitala płk dr n. med. Robert Szyca powitał przybyłych gości, wśród których znaleźli się przedstawiciele władz państwowych, regionalnych, wojskowych, a także przyjaciele i pracownicy Szpitala. Następnie Pani Dyrektor Departamentu Wojskowej Służ-

by Zdrowia dr Aurelia Ostrowska wręczyła symboliczne klucze do nowych inwestycji. Kierownik Zakładu Medycyny Nuklearnej dr Witold Zasieczny przedstawił specyfikę i możliwości zakupionego sprzętu, a p.o. Kierownika Kliniki Ortopedii i Chirurgii Urazowej Narządu Ruchu ppłk dr n. med. Jerzy Lachowicz zaprezentował rys historyczny Kliniki.

Nie zabrakło również przemówień gości honorowych Pana Jarosława Wenderlicha Podsekretarza Stanu w KPRM, Pani Poseł na Sejm RP Ewy Kozaneckiej, Pani dr Aureli Ostrowskiej Dyrektora Departamentu Wojskowej Służby Zdrowia, Pana dr Przemysława





Przybylskiego reprezentującego Kujawsko-Pomorski Urząd Marszałkowski oraz Mikołaja Bogdanowicza - Wojewody Kujawsko-Pomorskiego, który podkreślił, iż jest to ważna inwestycja zrealizowana w obszarze leczenia i diagnozowania chorób onkologicznych. Dalejsza część uroczystości odbyła się w nowych pomieszczeniach, gdzie oficjalnie przecięto wstęgi, zaprezentowano nowoczesny sprzęt, poświęcono mury oraz uroczystie odsłonięto tablicę upamiętniającą płk. dr n. med. Wiesława Romaniuka patrona Kliniki Ortopedii i Chirurgii Urazowej Narządu Ruchu. Nowoczesna Gammakamera SPECT-CT znajdująca się w Zakładzie Medycyny Nuklearnej jest urządzeniem hybrydowym i daje unikatowe możliwości jednoczesnej rejestracji obrazów scyntygraficznego (SPECT) i tomografii komputerowej (CT). Pozwala to na zwiększenie czułości i specyficzności diagnostyki obrazowej mającej największe znaczenie w onkologii. Umożliwia wczesną diagnostykę nowotworów, chorób układu sercowo – naczyniowego oraz ośrodkowego układu nerwowego. U chorych na nowotwory podnosi również skuteczność zastosowanej terapii. Zakup sprzętu został

dofinansowany ze środków Ministra Zdrowia w ramach programu pn. Narodowy Program Zwalczenia Chorób Nowotworowych o wartości prawie 2 mln zł. Koszt realizacji całego projektu wyniósł ponad 3 mln zł.

Klinika Ortopedii i Chirurgii Narządu Ruchu również otrzymała dofinansowanie. Ministerstwo Obrony Narodowej przeznaczyło na jej modernizację 2 mln 304 tys. zł. Przy czym wartość całego zadania to 2 mln 736 tys. zł (nieco ponad 400 tys. zł to środki własne). Po gruntownym remoncie wszystkie pomieszczenia zostały wyposażone w klimatyzację, powstały nowe sale opatrunkowe, zabiegowe, gipsowe, sala dydaktyczna oraz konsultacyjna. Powstały też pomieszczenia jednoosobowe i sale izolacyjne, w razie zagrożenia epidemiologicznego.

Nowe inwestycje niewątpliwie podniosą komfort leczenia pacjentów, a także stworzą możliwości do rozwoju kadry.

ZARZĄDZANIE JAKOŚCIĄ W 10. WSZKZP SPZOZ W BYDGOSZCZY

Zarządzanie Jakością w 10. WSzKzP SPZOZ w Bydgoszczy

Misją naszego Szpitala jest świadczenie kompleksowych usług medycznych na najwyższym poziomie jakościowym i etycznym, zdobycie największego uznania oraz zaufania społecznego.

Wolą Komendy 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy jest, by jakość świadczonych przez naszą placówkę, usług medycznych, była na najwyższym poziomie i miała stałą tendencję wzrostową.

Szesnaście lat temu, w 2004 podjęto szereg działań mających na celu wdrożenie w Szpitalu Zintegrowanego Systemu Zarządzania ISO 9001:2000 - System Zarządzania Jakością oraz ISO 14001:2004 System Zarządza-

nia Środowiskowego. Zgodność z wdrożonymi normami ISO został potwierdzony przez firmę certyfikującą DEKRA Intertek Certification Sp. z o.o. z Wrocławia. W dniach 20-21.04.2006 roku odbył się audit certyfikujący na zgodność z AQAP 2110:2006 (wymagania NATO dotyczące zapewnienia jakości w projektowaniu i rozwoju nowych technologii medycznych) przeprowadzony przez Zakłady Systemów Jakości i Zarządzania MON z Warszawy. Drugi audit recertyfikacyjny odbył się w dniach 23-25.03.2009 roku na zgodność z ISO 9001:2000, ISO 14001:2004 oraz AQAP 2110:2006. Audit przeprowadziła zewnętrzna jednostka certyfikująca - Zakład Systemów Jakości i Zarządzania z Warszawy. Trzeci audit recertyfikacyjny odbył się w dniach 22-23.03.2012 r. na zgodność z ISO 9001:2008, ISO 14001:2004 oraz AQAP 2110:2009 przeprowadzony przez zewnętrzną jednostkę certyfikującą - Zakład



Systemów Jakości i Zarządzania z Warszawy. Jednocześnie przeprowadzono audit certyfikujący System Zarządzania Bezpieczeństwem i Higieną Pracy, w rezultacie którego przyznano certyfikat zgodności z normą PN-N-18001:2004. Czwarty audit recertyfikacyjny przeprowadzono w dniach 23-26.03.2015r. na zgodność z ISO 9001:2008, ISO 14001:2004, PN-N-18001:2004, AQAP 2110:2009 oraz pierwszy raz uzyskano certyfikat na zgodność z normą ISO 22000:2005 - System Zarządzania Bezpieczeństwem Żywności. Zewnętrzną jednostką certyfikującą było Centrum Certyfikacji Jakości WAT z Warszawy. W 2017 roku podjęto prace w zakresie wdrożenia znowelizowanych norm ISO 9001:2015, ISO 14001:2015 oraz wymagań AQAP 2110:2016.

Piąty audit recertyfikacyjny przeprowadzono w dniach 14-16.03 oraz 26-29.03.2018r. na zgodność z normami: ISO 9001:2015, ISO 14001:2015, AQAP 2110:2016, PN-N 18001:2004, BS OHSAS 18001:2007 oraz ISO 22000:2005. Po przeprowadzonym audicie recertyfikacyjnym przez niezależną jednostkę certyfikującą Centrum Certyfikacji Jakości WAT z Warszawy Szpital uzyskał potwierdzenie w zakresie spełnienia wymagań w/w norm ISO.

W 2019 roku podjęto prace w zakresie wdrożenia znowelizowanej normy ISO 45001:2018 - System Zarządzania Bezpieczeństwem i Higieną pracy. Po przeprowadzonym audi-

cie w nadzorze w dniach 11-13.03 oraz 25-27.03.2020r Szpital uzyskał potwierdzenie w zakresie utrzymywania i spełnienia wdrożonych norm ISO 9001:2015, ISO 14001:2015, ISO 22000:2005, PN-N 18001:2004, BS OHSAS 18001:2007, ISO PN-N 45001:2018 oraz wymagań AQAP 2110:2016.

10 Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy jest Szpitalem akredytowanym. Uzyskanie certyfikatu akredytacyjnego jest potwierdzeniem w zakresie spełnienia wysokich standardów usług medycznych. Pierwszy raz Szpital przystąpił do przeglądu akredytacyjnego w 2010 roku. Kolejne wizyty akredytacyjne odbyły się w 2013 i 2016 roku. W 2019 roku Szpital poddał się przeglądowi akredytacyjnemu i czwarty raz uzyskał „Certyfikat akredytacyjny” Ministra Zdrowia zakresie spełnienia standardów dla lecznictwa szpitalnego. 10 WSzKzP SPZOZ w Bydgoszczy zapewnia jakość w zakresie realizacji wysokospecjalistycznych, kompleksowych usług medycznych dotyczących diagnostyki, rehabilitacji, leczenia zabiegowego i zachowawczego na bazie zakładów diagnostycznych i oddziałów szpitalnych. Realizuje usługi medyczne w zakresie podstawowej i specjalistycznej opieki zdrowotnej realizowanych przez Poliklinikę. Realizuje wysokospecjalistyczne usługi medyczne obejmujące badania histopatologiczne i autopsyjne, cytodiagnostykę: ginekologiczną, aspiracyjną i eksfoliatywną nieginekologiczną oraz badania genetyczne. Zakres ten obejmuje również

projektowanie i rozwój nowych technologii medycznych oraz żywienie zbiorowe zamknięte.

Na przestrzeni wielu lat 10 WSzKzP SPZOZ w Bydgoszczy spełniał wymagania w zakresie norm ISO, uzyskane certyfikaty są potwierdzeniem, że Szpital spełnia wysokie standardy, posiada wdrożony system zarządzania jakością, który jest utrzymywany a nowe wymagania stanowią potencjał do ciągłego doskonalenia.

Misja jest wyznacznikiem dla personelu, dobrze zorganizowanej pracy, właściwych zachowań, a Pacjent znajduje się w centrum uwagi.

Nieustanne śledzenie rozwoju wiedzy, techniki i technologii medycznych pozwala wychwycić wszystko, co pozwoli naszemu Szpitalowi być placówką nowoczesną, oddanie służącą Pacjentowi. Każde nasze działanie jest i będzie podporządkowane stale rosnącym, różnorodnym potrzebom oraz oczekiwaniom Pacjentów.

Posiadane Certyfikaty:

- ISO 9001:2015 System Zarządzania Jakością,
- AQAP 2110:2016 Wymagania NATO,
- ISO 14001:2015 System Zarządzania Środowiskowego,
- PN-N 18001:2004 System Zarządzania Bezpieczeństwem i Higieną Pracy,
- BS OHSAS 18001:2007 System Zarzą-

dzania Bezpieczeństwem i Higieną Pracy,

- PN-N 45001:2018-06 System Zarządzania Bezpieczeństwem i Higieną Pracy,
- ISO 22000:2005 System Zarządzania Bezpieczeństwem Żywności,
- Certyfikat akredytacyjny Ministra Zdrowia 2019/69.





Wielkimi krokami zbliża się Jubileusz 35-lecia Szpitala wraz z uroczystym otwarciem nowej Polikliniki. Uroczystość odbędzie się w dniach 8-9 października br. Obchody będą miały wydźwięk ogólnopolski, zostały bowiem uhonorowane patronatami:

- Ministra Obrony Narodowej,
- Wojewody Kujawsko-Pomorskiego Mikołaja Bogdanowicza,
- Narodowego Funduszu Zdrowia - Kujawsko-Pomorskiego Oddziału Wojewódzkiego w Bydgoszczy,
- Okręgowej Izby Pielęgniarek i Położnych w Bydgoszczy.

Na pierwszy dzień zaplanowane zostało uroczyste otwarcie nowej Polikliniki oraz konferencja naukowa. Przewodniczącym komitetu naukowego został prof. dr. hab. n. med. Marek Harat. W kolejnym dniu uroczystości zostaną przeniesione do Kina Teatru Klubu Inspektoratu Wsparcia Sił Zbrojnych, gdzie po uroczystym otwarciu uczestnikom zostanie przedstawiony film ukazujący dotychczasowy dorobek Szpitala. Tego dnia głos zabiorą przedstawiciele Kliniki Neurochirurgii oraz Oddziału Klinicznego Anestezjologii i Intensywnej Terapii, po czym nastąpi nagrodzenie medalami okolicznościowymi i wyróżnieniami wieloletnich, zasłużonych pracowników. Zwieńczeniem obchodów 35-lecia będzie występ Reprezentacyjnego Zespołu Artystycznego Wojska Polskiego.

Jubileusz Szpitala jest okazją do podsumowań i wspomnień. Czas mija szybko, może nawet za szybko. Jeszcze niedawno świętowaliśmy 30-lecie, a oto dziś wkraczamy w kolejne lata działalności Szpitala. Jubileusz 35-lecia to bardzo ważny moment dla Nas wszystkich. Poznani ludzie i mury Szpitalne, w przeszłości i teraz tworzą Naszą historię, przywołują wspomnienia wspólnie spędzonych lat i wywołują nutę nostalgii. Trudno bowiem być obojętnym wobec miejsca, w którym zostawiło się część własnego życia i serca.

Jesteśmy dumni z sukcesów, a porażki traktujemy jako wyzwanie do ciągłego podnoszenia swoich kwalifikacji i dążenia do realizacji założonych zamierzeń. Niezmienny szacunek i renoma Szpitala jest wynikiem zaangażowania całego zespołu – ludzi, którzy są oddani swojej pracy, a ich nadrzędnym celem jest dobro pacjenta. Liczymy, że tak jak dotychczas właściwie spełniać będziemy swoją rolę dla potrzeb pacjentów cywilnych, a także wiernie służyć Siłom Zbrojnym Rzeczypospolitej Polskiej.

Wierzmy, że to, co najlepsze i najpiękniejsze, jest dopiero przed Nami!

ŻYCIE SZPITALA PODCZAS PANDEMII



Nie da się ukryć, że pojawienie się wirusa COVID-19 wymusiło wprowadzenie wielu zmian w obszarach publicznych, jak i w prywatnym życiu każdego z nas. Niektórzy od razu wzięli sprawę w swoje ręce, widząc jak sytuacja rozwija się w krajach, do których epidemia dotarła na początku i postanowili wyjść jej na przeciw, na miarę możliwości.

W bydgoskim Uniwersytecie Technologiczno-Przyrodniczym zebrała się grupa osób gotowa do zaprojektowania i zbudowania

prototypu prostego respiratora ratującego życie chorych na COVID-19. Kierownictwo nad zespołem, w skład którego weszli nie tylko pracownicy Uniwersytetu Technologiczno-Przyrodniczego, ale także lokalne firmy, objął – od dawna związany z inżynierią biomedyczną – prof. Tomasz Topoliński, pełniący w tamtym czasie funkcję rektora UTP. Zapewnił on warunki i środki finansowe niezbędne do prowadzenia wszystkich prac projektowych przez uczestników.



Nadzór medyczny nad pracami zespołu objął Zastępca Komendanta 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy – anestezjolog dr n. med. Robert Włodarski. Zajął się koordynowaniem prac związanych ze sformułowaniem założeń i warunków krytycznych, które ze względów bezpieczeństwa pacjenta musi spełniać konstrukcja respiratora. Podpisana już została także umowa w sprawie udziału poszczególnych autorów respiratora, który otrzymał nazwę CoViVENTILUCM01. Porządkuje ona wiele spraw formalnych, w tym także podział praw autorskich uzyskanych w projekcie. Umowa zawarta została między uczelnią a pracownikami lokalnych firm, emerytowanymi pracownikami Wydziału Inżynierii Mechanicznej UTP, a także płk. dr. n. med. Robertem Włodarskim – krajowym konsultantem ds. obron-

ności w zakresie anestezjologii i intensywnej terapii. To nie jedyne tak ważne osiągnięcie Zastępcy Komendanta 10 WSzKzP SPZOZ w Bydgoszczy w walce z COVID-19.

Naukowcy z Politechniki Wrocławskiej, po rozmowach z płk. dr. n. med. Robertem Włodarskim, podjęli się stworzenia śluzy służącej do dezynfekcji personelu medycznego opiekującego się osobami zakażonymi koronawirusem. Prosta do złożenia instalacja dzieli przestrzeń na dwa pomieszczenia – „czyste” i „brudne”. Oddzielone są one szczelnie zamkniętymi drzwiami. Dezynfekcja przeprowadzana jest dwukrotnie – w pomieszczeniu „brudnym” i „czystym”. Po konsultacjach z mikrobiologiem klinicznym naszego Szpitala dr n. med. Joanną Sierżputowską, obecnie prowadzone są badania, które pozwolą ocenić skuteczność śluzy.

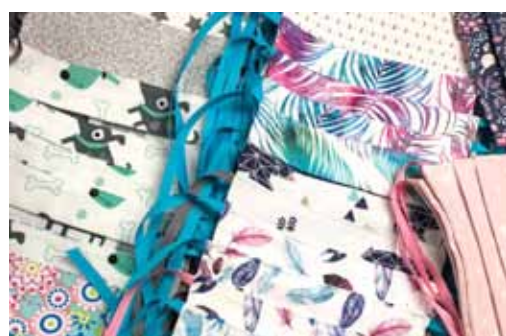


ŻYCIE SZPITALA PODCZAS PANDEMII



Nie można tutaj pominąć firm i osób prywatnych - niekoniecznie z branży medycznej, którzy w krytycznym momencie, kiedy na rynku brakowało najpotrzebniejszych artykułów zapobiegających zakażeniom, wyciągnęli

pomocną rękę i licznie obdarowali personel Szpitala. Za okazane serce i pomoc, wszystkim serdecznie dziękujemy!



POLIKLINIKA - FOTORELACJA





TERAPIA FALĄ UDERZENIOWĄ



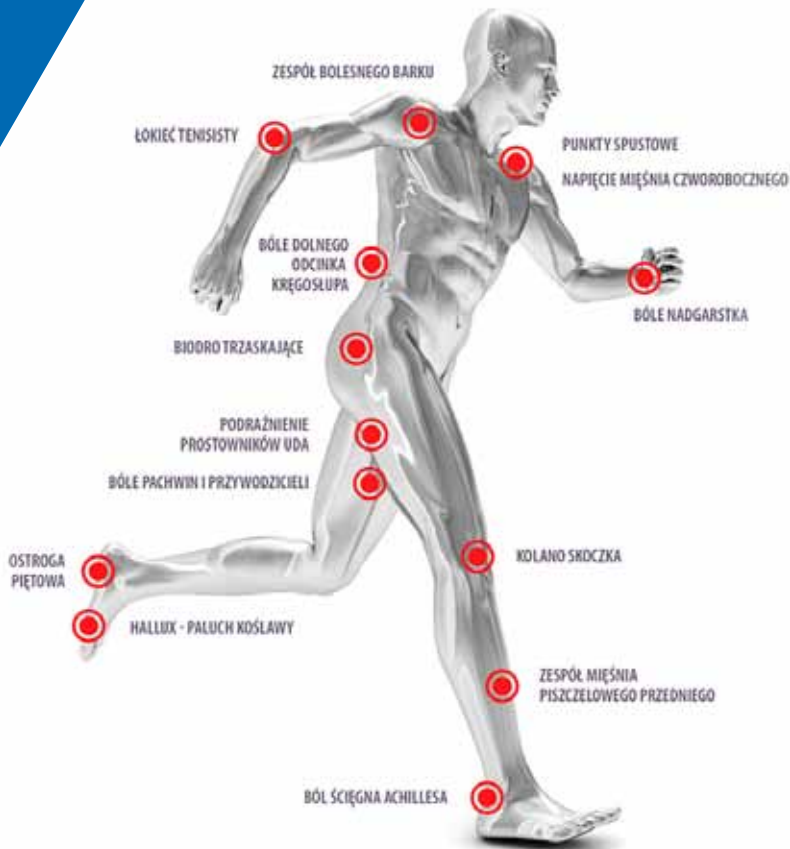
Zastosowanie:

- kolano skoczka,
- ból ścięgna rzepki, kolano biegacza,
- łokieć tenisisty, zapalenie nadkłyčia bocznej kości ramiennej,
- ostroga piętowa,
- zapalenie powięzi podeszwowej stopy,
- syndrom bólów mięśniowo-nerwowych,
- ból ścięgna podeszwowego,
- ból ścięgna Achillesa,
- syndrom brzegu kości piszczelowej,
- bóle barku,
- zwapnienia w obrębie mięśni i tkanek miękkich stawów,
- stany pourazowe
- krwiaki,
- zespół tarcia pasma biodrowo-piszczelowego,
- bóle w pachwinie (przeciążeniowe z mm. przywodzicieli uda),
- punkty spustowe.

Terapia falą uderzeniową (SWT – Shock Wave Therapy) jest nowoczesną, wysoce efektywną metodą leczenia. Fale uderzeniowe przyspieszają proces zdrowienia poprzez stymulację metabolizmu i pobudzenie cyrkulacji krwi, rozpuszczenie zwapniałych fibroblastów, zwiększenie produkcji kolagenu oraz zmniejszenie napięcia mięśni. Uszkodzona tkanka stopniowo regeneruje się i wspomaga proces leczenia w obszarze poddanym terapii.

Zasady działania Terapia falami uderzeniowymi (SWT – Shock Wave Therapy) wykorzystuje lecznicze cechy fali akustycznej o specyficznych właściwościach, tj. wysokim, skokowym ciśnieniu uwalnianym w bardzo krótkim czasie. Energia ta przekazywana jest do organizmu poprzez aplikator przyłożony do skóry, z którą sprzęgany jest za pomocą żelu. Dzięki penetracji fal w głąb ciała, przy odpowiednio dobranych parametrach zabiegowych, terapia ta jest skuteczna w leczeniu procesów chorobowych zlokalizowanych zarówno w powierzchniowych, jak i w głębszych tkankach.

Wpływ terapii na organizm: Terapia falami uderzeniowymi swoje działanie przeciwbólowe zawdzięcza blokowaniu wyzwalań i przekazywania sygnałów bólowych poprzez nieinwazyjne drażnienie błon komórkowych i zakończeń nerwowych. Ponadto dostarczane bodźce energetyczne stymulują metabolizm, polepszając cyrkulację krwi oraz syntezę kolagenu, co wpływa na znaczne przyspieszenie regeneracji tkanek miękkich.



Podsumowując, SWT charakteryzuje:

- działanie poprawiające ukrwienie
- polepszenie metabolizmu i mikrocyrkulacji,
- działanie dezintegracyjne
- rozpuszczenie zwapniałych fibroblastów,
- działanie regeneracyjne
- zwiększenie produkcji kolagenu,
- działanie relaksacyjne
- zmniejszenie napięcia mięśni.

Korzyści:

- wysoka, potwierdzona klinicznie skuteczność,
- nieinwazyjność,
- szybka poprawa stanu klinicznego,
- brak efektów ubocznych,
- brak konieczności podawania znieczulenia i stosowania środków farmakologicznych,
- połączenie leczenia objawowego z przyczynowym,
- długotrwały rezultat leczniczy.

W Zakładzie Rehabilitacji 10. WSzKzP SPZOZ w Bydgoszczy wykonywana jest terapia falą uderzeniową. Konieczna jest wcześniejsza rejestracja: od poniedziałku do piątku w godzinach 7.00-16.30 pod nr tel. 261 416 161 lub osobiście w Zakładzie Rehabilitacji pok. nr 25. Wymagane jest skierowanie. Cena jednego zabiegu: 50 zł.

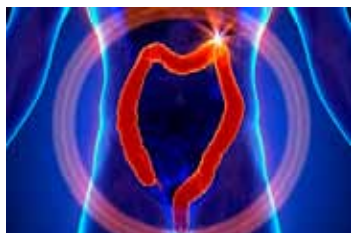
PROGRAMY PROFILAKTYCZNE

PROGRAM PROFILAKTYCZNY RAKA SZYJKI MACICY



„Życie jest bezcennym darem” - to hasło przyświeca akcji bezpłatnych badań cytologicznych. Jest ona skierowana do wszystkich kobiet w wieku od 25 do 59 lat, które przez ostatnie trzy lata nie miały wykonywanego badania cytologicznego. Cytologia to bezpieczne, bezbolesne badanie. Pozwala na wykrycie nie tylko wczesnych postaci raka szyjki macicy, ale także stanów, które nieleczone mogą doprowadzić do powstania nowotworu. Warto wziąć

udział w programie, ponieważ co roku na raka szyjki macicy zapada 4 tys. kobiet. Połowa z nich umiera tylko dlatego, że za późno zgłosiły się do lekarza. Wczesne wykrycie choroby gwarantuje niemal 100% skuteczność wyleczenia. Badania cytologiczne wykonywane są w gabinecie ginekologicznym Polikliniki 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy. Przed wizytą należy się zarejestrować pod nr. tel. 261 417 342.



PROJEKT PROFILAKTYKI RAKA JELITA GRUBEGO

Projekt profilaktyki raka jelita grubego

Profilaktyka jelita grubego to projekt partnerski 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy, Akademickiego Centrum Medycznego oraz NZOZ Stadmedica. Projekt profilaktyki raka jelita grubego to nie tylko bezpłatne badania kolonoskopowe, ale także edukacja zdrowotna pacjentów. Placówkom należy na zwiększeniu wiedzy pacjentów na temat zachorowań na raka i przekonaniu ich o konieczności wcześniejszego wykrywania zagrożeń. Okazuje się bowiem, iż województwo kujawsko-pomorskie ma jeden z najwyższych w Polsce wskaźników zarówno zachorowań, jak i umieralności na nowotwory złośliwe. Adresatem programu są osoby aktywne zawodowo, mieszkające bądź pracujące na terenie województwa

kujawsko-pomorskiego, które narażone są na wystąpienie w miejscu pracy czynników negatywnie wpływających na stan zdrowia. Zainteresowane powinny być głównie osoby po 50 roku życia. Wszystkie spotkania informacyjne, jak i same badania kolonoskopowe są w pełni bezpłatne. Pacjenci mogą liczyć na komfort podczas wykonania kolonoskopii i zdecydować się na znieczulenie anestetyczne. Więcej informacji na temat programu można uzyskać na stronie internetowej: <http://www.kolonoskopia.byd.pl> lub telefonicznie pod nr tel. 52 567 07 82.



Źródło: <http://www.kolonoskopia.byd.pl>

REALIZOWANE PRZEZ SZPITAL

PROGRAM PROFILAKTYCZNY RAKA PIERSI

Mammografia to jedno z najważniejszych badań, które powinny wykonywać kobiety zwłaszcza po okresie menopauzy. Dzięki niemu jest możliwe wykrycie zmian w piersiach o średnicy 0,5 cm, co nie jest możliwe podczas samobadania piersi. W dobie gdy rak piersi jest jednym z najczęściej występujących nowotworów wśród kobiet po 50 r.ż. należy zadbać o to, aby ewentualne zmiany zostały zdiagnozowane jak najwcześniej.

W związku z tym zapraszamy wszystkie Panie pomiędzy 50, a 69 rokiem życia, które w ostatnich dwóch latach nie miały wykonywanej mammografii na bezpłatne badanie mammograficzne, które przeprowadzane są w Poliklinice 10. Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy. W celu ustalenie terminu badania należy skontaktować się z rejestracją RTG osobiście (budynek Polikliniki pok.142) bądź telefonicznie pod nr 261 417 310.



W dniu badania prosimy pamiętać o zabraniu ze sobą zdjęć i wyników poprzednich mammografii.

TEST ROZPOZNANIA UDARU MASZ UDAR!



MOWA
ZMIENIONA

trudności z mówieniem
lub rozumieniem mowy

ASYMETRIA
TWARZY

np. opadnięty kącik ust

SŁABSZA
RĘKA, NOGA

zdrętwienie, osłabienie
albo paraliż ręki lub nogi

ZABURZENIA
WIDZENIA

nagła utrata wzroku w jednym oku,
dwojenie obrazów lub połowiczny
ubytek w polu widzenia

UDAR!



DZWOŃ
NATYCHMIAST



AMBULANS



RATUNEK
W SZPITALU
Z ODDZIAŁEM UDAROWYM



Udar jest coraz częstszą przyczyną
niepełnosprawności lub zgonu.

**NIGDY NIE LEKCEWAŹ NIEPOKOJĄCYCH SYMPTOMÓW!
SZYBKE ROZPOZNANIE = SZANSA NA SKUTECZNE LECZENIE
I UNIKNIĘCIE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI!!!**



CZAS jest najważniejszy!
Leczenie **TRZEBA** podjąć w ciągu **4,5 GODZ.**
od wystąpienia pierwszych objawów!

INTERNETOWE KONTO PACJENTA



W Internetowym Koncie Pacjenta (IKP) znajdziesz informacje na temat danych medycznych swoich i bliskich, którzy udostępnią Ci konto. IKP jest łatwe i szybkie w obsłudze.

Jakie informacje znajdziesz w IKP

Warto założyć konto w IKP, bo dzięki niemu będziesz mieć dostęp do indywidualnych informacji na temat:

- miejsc, w których możesz się leczyć
- świadczeń (wraz z kwotami), których udzieleno Ci w ramach NFZ
- prawa do świadczeń opieki zdrowotnej – czy je masz i na jakiej podstawie
- wyrobów medycznych i leków (wraz z wysokością refundacji), które były Tobie zlecone
- upoważnień do dokumentacji medycznej, które przekazujesz swoim bliskim
- zgód na świadczenia zdrowotne, które wyrażasz
- zaświadczeń lekarskich w czasie choroby i macierzyństwa, które wystawili Ci lekarze
- wysokości składki na ubezpieczenie zdrowotne, którą płacisz
- e-recept, e-skierowań, e-zwolnień, które wystawiają Ci lekarze.



Co zrobisz dzięki IKP

IKP prócz oferty informacyjnej daje też możliwość załatwienia różnych spraw, np.:

- uzyskasz recepty na leki bez konieczności wizyty u lekarza, jeśli kontynuujesz leczenie
- otrzymasz recepty od pielęgniarki lub położnej – zarówno po tradycyjnej wizycie, jak i po konsultacji telemedycznej (na odległość)
- upoważnisz inną osobę do dostępu do swoich danych medycznych lub informacji o stanie Twojego zdrowia.

Jak zalogujesz się do IKP

1. Wejdź na www.pacjent.gov.pl.
2. Wybierz jeden ze sposobów logowania:
 - o za pomocą profilu zaufanego (tutaj możesz założyć profil zaufany)
 - o za pomocą e-dowodu (tutaj dowiesz się więcej o e-dowodzie).

Gdzie dowiesz się więcej na temat IKP

Informacji w sprawie IKP udzielają konsultanci Telefonicznej Informacji Pacjenta Zadzwoń na numer: 800 190 590.

Źródło: <https://www.nfz.gov.pl/dla-pacjenta/internetowe-konto-pacjenta/>



UWAGA KLESZCZE

Bezpieczne Wakacje – Przepis GIS: By mały kleszcz nie stał się dużym problemem!

Wakacje to szczególny czas, który kojarzy się z odpoczynkiem, bez troską, słońcem i zabawą. Aby zapewnić bezpieczeństwo podczas rodzinnych wakacji Główny Inspektorat Sanitarny edukuje, dostarcza niezbędną wiedzę i przydatne informacje, które pozwolą zdrowo cieszyć się latem!

GIS apeluje: Po powrocie ze spaceru dokładnie obejrzymy całe swoje ciało, szczególnie zwróć uwagę by sprawdzić skórę dziecka. By mały kleszcz nie stał się dużym problemem!

By mały kleszcz nie stał się dużym problemem!

Korzystanie z wypoczynku na świeżym powietrzu, szczególnie na terenach zielonych, nad rzeką lub jeziorem zwiększa ryzyko ukąszenia przez kleszcza. Mogą one przenosić groźne dla naszego zdrowia wirusy, bakterie i pierwotniaki. Do spotkania z kleszczem najczęściej dochodzi w miejscach porośniętych trawą lub krzewami. Zarośla stanowią idealne miejsce oczekiwania na swoją „ofiara”, kleszcze najczęściej kryją się na zacienionej spodniej stronie liści, nie wyżej niż 1-1,5 m. Najbardziej aktywne są w godzinach porannych i wieczornych.

Kiedy spotkamy kleszcza?

Gdy temperatura w ciągu doby przekroczy 5-7°C i jest wilgotno, kleszcze rozpoczynają swoją aktywność. Po przebudzeniu ze snu zimowego od połowy marca muszą znaleźć swojego żywiciela. Pierwszy szczyt aktywności sezonowej przypada na marzec-czerwiec, drugi

zaś przypada we wrześniu. Aktywność kleszczy kończy się z chwilą obniżenia średniej temperatury powietrza poniżej 5-7°C, co zazwyczaj w Polsce przypada w październiku i listopadzie. Sezon aktywności może zostać zaburzony poprzez anomalie występujące w przyrodzie, pączęczaki te może spotkać nawet zimą w cieplejszy dzień.

Jak uchronić się przed kleszczem?

- Odpowiednie ubranie np. długie spodnie, koszula z długim rękawem i kapelusz znacznie utrudni drogę kleszcza do naszej skóry.
- Wybierając jasną odzież jesteśmy w stanie zauważyć pasożyta i w porę go usunąć.
- Stosowanie preparatów odstraszających kleszcze będzie stanowiło dodatkową ochronę, pamiętajmy jednak o stosowaniu ich zgodnie z zaleceniami na etykiecie.
- Po powrocie ze spaceru dokładnie obejrzymy całe ciało, kleszcze lubią miejsca, gdzie skóra jest najcieńsza: ręce, nogi, głowę – na granicy włosów i za uszami, zgięcia stawów, pachwiny oraz fałdy skórne. (na rękach, nogach, głowie – na granicy włosów i za uszami, w zgięciach stawów, w pachwinach oraz fałdach skórnych).

Co zrobić, gdy zaobserwujesz na swoim ciele kleszcza?

Należy go niezwłocznie usunąć w prawidłowy sposób:

- usuwamy tylko w sposób mechaniczny, najlepiej plastikową pęsetą lub specjalnym



- przyrządem dostępnym w aptece,
- należy chwycić kleszcza tuż przy skórze, za przednią część ciała i zdecydowanym ruchem pociągnąć ku górze,
- miejsce ukłucia przemyj wodą utlenioną lub 40% alkoholem do dezynfekcji
- dokładnie umyj ręce,
- miejsce po wkłuciu należy obserwować kilkanaście tygodni zwracając uwagę również na ogólne samopoczucie, w przypadku wystąpienia niepokojących objawów, skonsultować się z lekarzem.
- Nie należy wykręcać kleszcza bezpośrednimi palcami lub usuwać go za pomocą substancji natłuszczających!

Pamiętaj!

Jak najwcześniejsze usunięcie kleszcza znacząco zmniejsza ryzyko ewentualnego zakażenia. Ocenia się, że nawet jeśli kleszczył był zakażony to w przypadku usunięcia go ze skóry do 12 godzin od momentu ukąszenia – liczba krętków boreliozy, która przedostanie się do organizmu człowieka będzie zbyt mała, aby spowodować zakażenie.

Kleszcze groźna dla zdrowia

Borelioza to wieloukładowa choroba zapalna, początkowo atakująca skórę, następnie stawy, ośrodkowy układ nerwowy i inne narządy, w tym serce. Nieleczona choroba może powodować poważne następstwa zdrowotne. Zakażenie boreliozą w pierwszej fazie przebiega bezobjawowo. Widoczne objawy w postaci okrągłego lub owalnego rumienia o czerwonym zabarwieniu mogą pojawić się w ciągu kilku tygodni od ugryzienia. Zakażeniu towarzyszyć mogą również objawy takie jak:

- wysoka gorączka, osłabienie, zawroty i bóle głowy,
- bóle mięśni i stawów,
- ogólne osłabienie organizmu,
- problemy neurologiczne.

Kleszczowe zapalenie mózgu może przebiegać bezobjawowo, łagodnie lub ciężko prowadząc do kalectwa, a nawet śmierci. Objawy kleszczowego zapalenia mózgu występują dwuetapowo. Po kilku dniach od ustąpienia pierwszych symptomów dolegliwości wracają, dodatkowo towarzyszyć im mogą jeszcze inne. Zabezpieczeniem przed kleszczowym zapaleniem mózgu jest szczepienie, które uodparnia nasz organizm na tę chorobę. Warto je wykonać zimą lub wczesną wiosną, przed pierwszym wzrostem aktywności kleszczy.

Jak objawia się kleszczowe zapalenie mózgu:

Faza I (trwa 4-14 dni):

- temperatura do 38 stopni,
- złe samopoczucie, narastające osłabienie,
- bóle głowy i karku,
- bóle mięśni, kończyn, bóle gałek ocznych,

Faza II (neurologiczna):

- wysoka gorączka, nawet do 40 st.,
- silne bóle głowy,
- nudności, wymioty,
- objawy oponowe,
- bóle mięśni i stawów.

Źródło: <https://gis.gov.pl/kampania/bezpieczne-wakacje-by-maly-kleszcz-nie-stal-sie-duzym-problemem/>

UWAGA KLESZCZE

Gdy zobaczysz kleszcza **należy go niezwłocznie usunąć** w prawidłowy sposób:

kleszcze usuń **pęsetą** lub **specjalnym przyrządem** dostępnym w aptece



chwyc go tuż przy skórze, za przednią część ciała i **zdecydowanym ruchem pociągnij ku górze**

miejsce ukłucia zdezynfekuj i dokładnie umyj ręce



obserwuj miejsce po ukłuciu, w przypadku wystąpienia niepokojących objawów, skonsultuj się z lekarzem

Bezpieczne wakacje
Przepis G15

By **mały kleszcz** nie stał się **dużym problemem!**


Ministerstwo Zdrowia





Jakie są **niepokojące objawy boreliozy?**

Rumień w miejscu ugryzienia, tzw. rumień wędrujący

Wysoka gorączka, osłabienie, zawroty i bóle głowy



Bóle mięśni i stawów

Ogólne osłabienie organizmu

Problemy neurologiczne

Pamiętaj! Jeśli podejrzewasz boreliozę musisz natychmiast **skonsultować się z lekarzem.**

Bezpieczne wakacje
Przepis G1S

By **mały kleszcz** nie stał się **dużym problemem!**





Kleszczowe zapalenie mózgu

Zabezpieczeniem przed kleszczowym zapaleniem mózgu jest szczepienie, które uodparnia nasz organizm na tę chorobę. Warto je wykonać zimą lub wczesną wiosną, przed pierwszym wzrostem aktywności kleszczy.



Może przebiegać bezobjawowo, łagodnie lub ciężko prowadząc do kalectwa, a nawet śmierci. **Objawy kleszczowego zapalenia mózgu występują dwuetapowo.**

Faza I (trwa 4-14 dni)

- Temperatura do 38 stopni
- Złe samopoczucie, narastające osłabienie
- Bóle głowy i karku
- Bóle mięśni, kończyn, bóle gałek ocznych

Faza II (neurologiczna)

- Wysoka gorączka, nawet do 40 stopni
- Silne bóle głowy
- Nudności, wymioty
- Objawy oponowe
- Bóle mięśni i stawów

Bezpieczne wakacje
Przepis GIS

By mały kleszcz nie stał się dużym problemem!



NASZE PORTALE SPOŁECZNOŚCIOWE



Szanowni Państwo,

Chcielibyśmy dzielić się ze wszystkimi pracownikami jak i miłośnikami Naszego Szpitala najważniejszymi informacjami z dnia codziennego. Dlatego też serdecznie zapraszamy do odwiedzania Nas na Facebooku. Oficjalny profil pod nazwą 10. Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką SPZOZ w Bydgoszczy, łączy pracowników, pacjentów jak i fanów Naszego Szpitala. Zachęcamy do polubienia, śledzenia aktualności, oraz komentowania najciekawszych wydarzeń.

Na Facebooku znajdziecie Nas pod adresem: www.facebook.com/10WSK

Serdecznie zapraszamy
Sekcja Organizacyjno - Promocyjna



ZGŁOSZENIA PRAC AUTORSKICH

Redakcja Biuletynu Valetudinaria 10 Wojskowego Szpitala Klinicznego z Polikliniką SPZOZ zachęca wszystkich pracowników Szpitala do przysyłania i umieszczania autorskich artykułów na łamach biuletynu, który wydawany jest w systemie kwartalnym dla pacjentów i załogi 10. WSzKzP SPZOZ w Bydgoszczy.

Szczegóły odnośnie możliwości publikacji oraz zgłoszenia przyjmuje Sekcja Organizacyjno - Promocyjna: osoba kontaktowa – mgr Joanna Strabel-Gronowska, tel. 261417461, e-mail j.strabel@10wsk.mil.pl



KALENDARZ BIEGOWY

DYSK	DATA	MIEJSCE	NAZWA
	18/05so	Więcbork 42.195 km	Więcbork:371. Rocznicowy Maraton Ryszarda Kałaczy...
	16/08 niedz	Toruń 10 km	RUN TORUŃ Zwiedzaj ze Zdrowiem!
	22/08 so	Bydgoszcz 140.6 mile	OCEAN LAVA Triathlon Poland
	30/08 niedz	Bydgoszcz 10km, 5km	2.Wiosenny Festiwal Biegowy 2 Mistrzostwa Bydgoszczy w Biegu na 10km
	5/09 so	Wąbrzeźno 10 km	V Wąbrzeska Dziesiątka
	6/09 niedz	Bydgoszcz 21.0975 km, 10km	5. PKO Bydgoski Festiwal Biegowy
	12/09 sob	Boniewo 10 km	IV Bieg Pamięci
	13/09 niedz	Inowrocław 5km, 10km	Orange Run V Four Colours Grand Prix Inowrocławia n...
	13/09 niedz	Warszewice 10 km	VII Bieg Dożynkowy IX edycja cyklu biegów Łubianka GPC 2020
	26/09 so	Barcin 10 km	VIII Barcin Biega
	4/10 niedz	Bydgoszcz 5 km	Bieg Budowlanica Zbuduj z nami swoje zdrowie!
	11/10 niedz	Łubianka 8.4 km	XI Bieg im. św. Jana Pawła II X edycja cyklu biegów Łubianka GPC 2020
	11/10 niedz	Bydgoszcz 21.097 km	Bydgoszcz Półmaraton

ZABYTKI I ATRAKCJE TURYSTYCZNE



Kanał Bydgoski

Kanał Bydgoski to wielka, hydrotechniczna myśl podjęta za czasów Królestwa Polskiego, dopracowana i zrealizowana tuż po I rozbiórce Polski w latach 1773-1774 za panowania Fryderyka II władcy Prus, która dziś jest jedną z najciekawszych atrakcji turystycznych Bydgoszczy

Katedra Bydgoska

Katedra Bydgoska św. Marcina i Mikołaja - jest najstarszym kościołem, a zarazem najstarszym budynkiem w Bydgoszczy. Została wzniesiona w latach 1466 – 1502, ale warto zaznaczyć, że fragmenty ściany północnej są znacznie starsze.

Spichrze nad Brdą

Bydgoskie Spichrze nad Brdą są niemal jak herb miasta. Stanowią niewymyślone w konkursie odwieczne logo Bydgoszczy. Skąd tyle sympatii szacunku i dumy mieszkańców dla , można powiedzieć, tylko spichrzy ? - budowli zdecydowanie skromniejszych od bogatych kamieniczek, stylowych kościołów, czy ważnych pomników ? Bydgoszcz powstała w miejscu nieprzypadkowym.

Wyspa Młyńska

Wyspa Młyńska to zielone serce Bydgoszczy, enklawa w samym centrum miasta. Wytchnienie dają park, aleje starych drzew, duże place trawników, alejki z ławeczkami, szum gwałtownie spadającej wody na jazie i przepuście.

Bydgoski Tramwaj Wodny

Bydgoski Tramwaj Wodny stał się jedną z ulubionych i najpopularniejszych wakacyjnych atrakcji turystycznych Bydgoszczy. Możliwość podziwiania miasta z zupełnie innej perspektywy – z wody – przyciąga z roku na rok coraz więcej osób odwiedzających Bydgoszcz.

Exploseum

Exploseum (Centrum Techniki Wojennej DAG Fabrik Bromberg), to dawna tajna pohitlerowska fabryka zbrojeniowa, która stała się najciekawszą industrialną atrakcją turystyczną w Bydgoszczy. Wkraczając do niesamowitego kompleksu jakim jest DAG, przenosimy się do zupełnie innego świata

BYDGOSKIE WYDARZENIA KULTURALNE



Szlak TeH2O

Szlak Wody, Przemysłu i Rzemiosła TeH2O to przemysłowy szlak tematyczny w Bydgoszczy, który łączy historię piętnastu miejsc wpisanych w przestrzeń miasta organicznie związanego z wodą. Każda z powieści spleta ze sobą losy bydgoszczan - rzemieślników, przedsiębiorców, społeczników - z rozwojem lokalnego przemysłu i rzemiosła. Nie sposób zaprzeczyć, że największy potencjał miasta stanowią, niezmiennie, jego ludzie.

Myślęcinek

Myślęcinek jest największą spośród zielonych atrakcji turystycznych Bydgoszczy. To obszar o szczególnych walorach przyrodniczych, rekreacyjno-sportowych, a także dydaktycznych.

Kanał Bydgoski

Kanał Bydgoski to wielka, hydrotechniczna myśl podjęta za czasów Królestwa Polskiego, dopracowana i zrealizowana tuż po I rozbiórce Polski w latach 1773-1774 za panowania Fryderyka II władcy Prus, która dziś jest jedną z najciekawszych atrakcji turystycznych Bydgoszczy

Katedra Bydgoska

Katedra Bydgoska św. Marcina i Mikołaja - jest najstarszym kościołem, a zarazem najstarszym budynkiem w Bydgoszczy. Została wzniesiona w latach 1466 – 1502, ale warto zaznaczyć, że fragmenty ściany północnej są znacznie starsze.

Źródło: <https://visitbydgoszcz.pl/pl/odkryj/co-zobaczyc/2582-zabytki-i-atrakcje-turystyczne-w-bydgoszczy>





TRASY ZWIEDZANIA

Spacer po bydgoskim śródmieściu to doskonała okazja, by zaobserwować zmiany, które dokonały się w architekturze w przeciągu tych kilku dziesięcioleci.

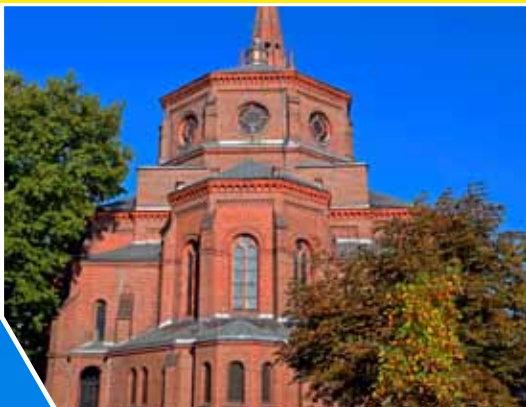
Wybierając się w trasę po śródmieściu, warto rozpocząć ją od Kościoła pw. Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny (potocznie zwany kościołem Klarysek), w którym kiedyś mieścił się klasztor siostr klarysek, prowadzących szpitalny przytułek.

Wychodząc z kościoła, kierujemy się w prawo ulicą Gdańską. Pod drodze mijamy kilka klasycystycznych budynków, wśród których wyróżnia się dom przy Gdańskiej 5 przebudowany przez Rudolfa Kerna, który wprowadził dekorację przywołującą formy berlińskiej secesji z fryzmem zdobionym stylizowanymi łabędziami. W kamienicy mieściła się Apteka „Pod Łabędziem”, którego złocona figura zdobi fasadę, czynna nieprzerwanie w tym miejscu od 1863 do 2017 roku. Obecnie trwają tu prace adaptacyjne związane z przejściem unikatowych zbiorów Muzeum Farmacji przez Muzeum Okręgowe. Idąc dalej w górę ul. Gdańskiej, u zbiegu z ul. Dworcową, zobaczymy modernistyczny dawny dom towarowy z lat 1910-1911 autorstwa Otto Waltera z Berlina. Przy jego budowie po raz pierwszy w Bydgoszczy zastosowano żelazobeton. Budynek znany był w międzywojniu, jako Bydgoski Dom Towarowy Be-De-Te, a dużo później, jako Dom Towarowy „Jedynak”. W dekoracji jego elewacji zobaczymy posągi greckich bogiń: Afrodyty, Eris, Hery i Ateny, a w tympanonie ponad narożną witryną relief z przedstawieniem Sylena. W pierwszych latach funkcjonowania tego Domu Towarowego na samej górze pod szklaną piramidą mieściło się mini zoo. Natomiast przy ul. Gdańskiej 17 na rogu z ul. Pomorską (ulica o średniowiecznej proveniencji) znajduje się najstarsza w tym rejonie dwupiętrowa kamienica z 1852 r. (proj. B. Brinkmann) zwieńczona krenelażem, przypominająca warowny zamek.

Na przeciwko Domu Handlowego przy ul. Gdańskiej 14, uwagę przykuwa gmach „Hotelu Pod Orłem” z lat 1892-1894 – budynek o neobarokowych formach nadanych mu przez Józefa Świąćkiego. Gdy zajrzemy do wnętrza, zobaczymy pełen przepychu hol ze sztukateriami, witrażami i złotymi kutymi balustradami. W 1921 roku w tym hotelu zatrzymał się na kilkugodzinny odpoczynek Józef Piłsudski.

pod „Hotelu pod Orłem” udajemy się w prawo w kierunku placu Wolności, mijając 16 – klasycystyczną kamienicę projektu Carla Semphla (1882 r.). Następnie zobaczymy dominującą wieżę Kościoła św. Piotra i Pawła zaprojektowanego przez berlińskiego architekta Fryderyka Adlera. Kamień węgielny został wmurowany w 1872 r. Kościół, dawniej ewangelicki, aktualnie katolicki, zbudowany został na planie krzyża łacińskiego. W wystroju przestrzonnego wnętrza uwagę przyciągają witraże w prezbiterium, wykonane w Cesarskim Instytucie Witrażowym w Berlinie, ufundowane przez cesarza Wilhelma I.

BYDGOSKIE WYDARZENIA KULTURALNE



Tuż obok kościoła zachwycą swoją urodą kolejne wielkomięskie kamienice. Pierwsza – neobaro-kowa, projektu J. Świącickiego z 1896 roku – pl. Wolności 1. Natomiast na po drugiej stronie, przy Gdańskiej 27 (siedziba m.in. Gazety Wyborczej) – modernistyczna (1908 r., proj. Adolf Schleusener) z odrestaurowanym wnętrzem skrywającym, czynną do dziś, zabytkową windę. Za kościołem znajduje się Park im. Kazimierza Wielkiego, dawny ogród klasztorny, z monumentalną Fontanną Potop.

Dziemy dalej ulicą Gdańską na północ, aż do skrzyżowania trzech ulic: Gdańskiej, Śniadeckich oraz Krasińskiego. Tu znajduje się ławeczka (autorstwa Michała Kubiaka) Mariana Rejewskiego – sławnego matematyka i kryptologa, który podczas II wojny światowej przyczynił się do złamania szyfru niemieckiej maszyny szyfrującej „Enigma”.

To oczywiście nie wszystkie atrakcje Naszego miasta. Kontynuacja spaceru po bydgoskim śródmieściu dostępna będzie w kolejnym wydaniu białetynu.



MUZEA I GALERIE

Dom Leona Wyczółkowskiego

Dom Leona Wyczółkowskiego' (Muzeum Okręgowe w Bydgoszczy) znajduje się na Wyspie Młyńskiej. Budynek powstał w latach 1899-1902 jako obiekt mieszkalny dla członków zarządu Młynów Rothera; do 1908 zrealizowa no towarzyszące zabudowania gospodarcze. Jest przykładem stylu neoromantycznego, typowego dla przełomu XIX/XX wieku. Po II wojnie światowej został przejęty przez Skarb Państwa i przekazany w dzierżawę Państwowym Zakładom Zbożowym, zachowując jednak funkcję mieszkalną. W 1975 roku przeszedł w użytkowanie, a w 1994 roku stał się własnością Muzeum Okręgowego im. Leona Wyczółkowskiego w Bydgoszczy.



Wieża Ciśnień

Wieża ciśnień to dziś jeden z obiektów Muzeum Wodociągów. Jej wnętrze kryje ekspozycję opowiadającą o dziejach lokalnych wodociągów i kanalizacji. Zgromadzono tutaj dokumenty, fotografie, elementy wyposażenia dawnych łazienek i toalet, a nawet wydobyte w trakcie prac archeologicznych, fragmenty drewnianych rur pierwszego wodociągu z XVI wieku. Z jej tarasu widokowego podziwiać można niepowtarzalną panoramę całej Bydgoszczy

Muzeum Fotografii

Muzeum Fotografii funkcjonuje od 2004 roku przy Wyższej Szkole Gospodarki. W jego zbiorach znajdują się eksponaty związane fotografią dawną i obecną oraz Galeria Fotograficzna, w której artyści wystawiają swoje prace. W muzeum również znajduje się ciemnia oraz małe studio, w którym można doskonalić swój warsztat pod okiem specjalistów.

Europejskie Centrum Pieniądza

W salach piwnicznych budynku Europejskiego Centrum Pieniądza, stanowiącego jeden z wielu oddziałów Muzeum Okręgowego, znajdują się wystawy poświęcone historii mennicy bydgoskiej oraz Wyspy Młyńskiej.

Galeria Miejska bwa

Galeria Miejska bwa w Bydgoszczy jest największą i najważniejszą galerią sztuki w Bydgoszczy, istnieje od 1949 roku (do 2005 roku jako Biuro Wystaw Artystycznych). Obecny budynek Galerii powstał w 1970 roku. W Galerii prezentowano prace zarówno znanych artystów zagranicznych (Dali, Fleischner, Picasso, Warhol) jak i polskich (Abakanowicz, Bereś, Kantor, Nowosielski, Rosenstein). Odbywają się także wystawy zbiorowe (CHiNaRT, Współczesna Sztuka Litwy - Od Nowa, Nowe Tendencje w Malarstwie Polskim).

Muzeum Wojsk Lądowych

W tym miejscu można zobaczyć zabytki związane z historią wojsk lądowych poczynając od średniowiecza, przez wojny XVII wieku, powstania narodowe, walki o granice w latach 1918-1921, II wojnę światową po udział żołnierzy polskich w misjach pokojowych i stabilizacyjnych na całym świecie. Do wstępu zaprasza ciężki sprzęt wojskowy przed gmachem Muzeum. We wnętrzu odnajdziemy m. in. mundury i wyposażenie wojskowych, galerie obrazów o tematyce batalistycznej, odznaczenia wojskowych.

Źródło: <https://visitbydgoszcz.pl/pl/dzieje-sie/biezace-wystawy/3557-muzea-i-galerie-w-bydgoszczy>







35 LAT

10. WOJSKOWY SZPITAL KLINICZNY Z POLIKLINIKĄ
SAMODZIELNY PUBLICZNY ZAKŁAD OPIEKI ZDROWOTNEJ
W BYDGOSZCZY

ul. Powstańców Warszawy 5, 85-681 Bydgoszcz
tel. 261 417 220, fax 261 416 110
e-mail: szpital@10wsk.mil.pl

www.10wsk.mil.pl