

MEDICA

KWARTALNIK ZESPOŁU LEKARZY SPECJALISTÓW MEDICA | NR 3 / 2018

TEMAT NUMERU

OPERACJA ZAĆMY

str.3

ZAGADKA ALERGOLOGICZNA

str.6

NUŻENIEC - CO TO TAKIEGO?

str.7

SZCZEPIENIA PRZECIWKO GRYPIE

str.9

E - RECEPTA

str.13

MEDICA

Szanowni Państwo

Wakacje dobiegły końca i chociaż natura dąży w kierunku zimowego uśpienia, my prężnie działamy ze wzmocnionymi siłami. W najbliższych dniach, jeszcze w tym kwartale oddamy do Państwa dyspozycji nowy oddział w Szpitalu Jednego Dnia MEDICA. Jest nim oddział okulistyczny.

Wykonywać na nim będziemy operacje zaćmy. Po wprowadzeniu w 2017 roku okulistycznych zabiegów laserowych w naszej poradni, otwarcie oddziału jest kulminacyjnym punktem rozwoju naszej Nowoczesnej Okulistyki. Nowością naszej przychodni jest również możliwość diagnostyki Nużeńca. Jest to mało znany jednak bardzo powszechny pasożyt atakujący oczy. Na kolejnych stronach postaramy się przybliżyć Państwu ten temat.

Co jest już naszą tradycją doktor Maria Lisiecka przedstawi przypadek kliniczny jaki napotkała w swojej praktyce alergologicznej. Na rozwiązanie zagadki tym razem będziemy musieli poczekać do następnego numeru kwartalnika.

Życzymy miłej lektury
Zespół Lekarzy Specjalistów MEDICA



MEDICA

ZACMA

złodziej wzroku

W ostatnich latach zaćma uważana jest za jedną z chorób cywilizacyjnych. Nie jest już tylko chorobą jedynie osób starszych, często jej początki można zaobserwować u coraz młodszych osób, nawet tych po 40 roku życia.

Jedyną metodą leczenia zaćmy (zmętniałej własnej soczewki) jest jej usunięcie operacyjne i w to miejsce wszczepienie sztucznej soczewki. Dzięki nowoczesnej medycynie już w kilkanaście minut można odzyskać prawidłową ostrość wzroku oraz poprawić znacząco komfort widzenia.

Mam zaćmę i co dalej?

Żeby poprawić jakość widzenia, najlepiej nie czekać z decyzją o usunięciu zaćmy. Zabieg wykonuje się w każdym stadium choroby, a zbyt długie zwlekanie z operacją może ją tylko skomplikować. Zabieg jest skuteczny i rzadko powoduje powikłania. Można go przeprowadzić zarówno u bardzo małych dzieci (np.; gdy zaćma jest wrodzona lub pourazowa) jak i u osób starszych, również tych obarczonych innymi chorobami współistniejącymi takimi jak np. cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa i inne. Przed zabiegiem musimy udać się do lekarza okulisty na pełne badanie okulistyczne, kwalifikujące do operacji zaćmy. Lekarz okulista przeprowadzi szczegółowy wywiad, w celu ustalenia obecności chorób współistniejących oraz wykona badania umożliwiające dobranie odpowiedniego rodzaju sztucznej soczewki wewnątrzgałkowej, która zostanie wszczepiona podczas zabiegu usunięcia zaćmy.



Niezwyczajnie istotną sprawą przed samym zabiegiem jest odpowiednie dobranie rodzaju soczewki, która zostanie nam wszczepiona podczas operacji. Warto przeanalizować swoje oczekiwania związane z leczeniem i poszukać rozwiązań, które będą dla nas najlepsze, bo jest to wybór na całe życie. Soczewki najnowszej generacji (zarówno jednoogniskowe, jak i te wieloogniskowe, czy wyrównujące astygmatyzm) dostępne są w zasadzie wyłącznie w ramach odpłatnego zabiegu wykonywanego w prywatnej placówce, sztuczne soczewki wewnątrzgałkowe mogą być - hydrofobowe, sferyczne lub asferyczne z filtrami UV i światła niebieskiego, chroniącymi siatkówkę oka. Rodzaj soczewki jest dobierany razem z pacjentem na wizycie kwalifikacyjnej. Lekarz okulista po wykonaniu szeregu badań wspólnie z pacjentem dobiera rodzaj i moc soczewki najbardziej odpowiedni do jego potrzeb.

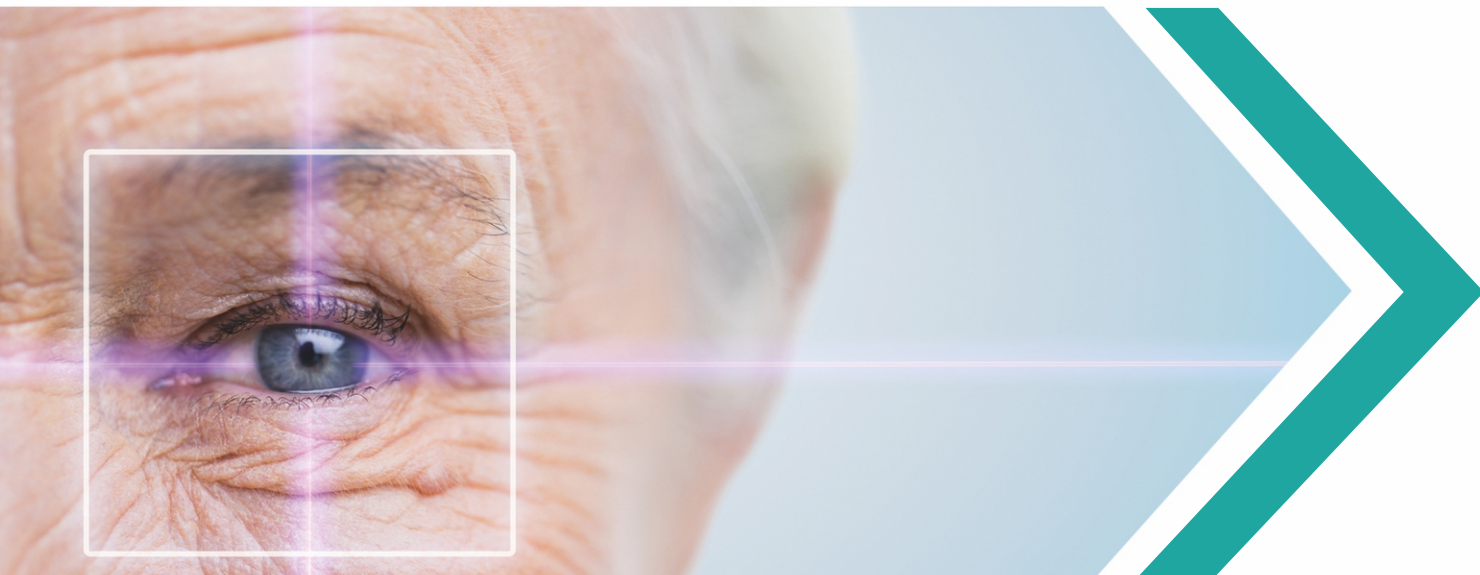
Jak przebiega operacja zaćmy?

Jeszcze kilka lat temu po takiej operacji trzeba było leżeć kilka dni w szpitalu. W chwili obecnej już po kilku godzinach po zabiegu pacjent może w obecności osoby towarzyszącej opuścić szpital.

Obecnie najczęściej stosowaną metodą jest **fakoemulsyfikacja**, w której za pomocą ultradźwięków następuje rozdrobnienie i usunięcie zmętniałej soczewki, a następnie wszczepia się sztuczną. Zabieg jest bezbolesny, a pacjent odczuwa jedynie delikatny dotyk oraz polewanie oka specjalnym płynem. Zazwyczaj zabieg przeprowadzany jest z zastosowaniem znieczulenia miejscowego w obecności doświadczonego lekarza anestezjologa, czasem w sedacji (płytkim znieczuleniu ogólnym). Dlatego też przed operacją musimy jeszcze odbyć tzw. wizytę kwalifikacyjną u anestezjologa. Sam zabieg trwa ok. 15-25 minut.

WAŻNE

Zabiegu usunięcia zaćmy nie wykonuje się na obu oczach jednocześnie. Po zabiegu stosuje się opatrunek na operowane oko, który odklejany jest na kontrolnej wizycie pooperacyjnej w I dobie po operacji.



Znów dobrze widzieć

Już następnego dnia po zdjęciu opatrunku świat odzyskuje ostrość i barwy, może poprawić się znacząco komfort widzenia. Należy jednak pamiętać, że aby mogło to mieć miejsce, inne struktury oka, odpowiedzialne za widzenie, muszą być zdrowe. Zależnie od przedoperacyjnej wady wzroku oraz od rodzaju wszczepionej soczewki możliwe jest, że po operacji widzenie jest lepsze niż przed wystąpieniem zaćmy.

Od razu po operacji można wrócić do normalnego trybu życia, pamiętając jednak o ograniczeniu wysiłku fizycznego i schylania się. Dobrze unikać również jazdy na rowerze lub motorze, biegania, gry w siatkówkę, itp.. Przez kilka tygodni po operacji należy stosować zalecane krople do oczu.

UWAGA

Pojawienie się bólu, zaczerwienienia oka, obrzęku, dokuczliwego światłowstrętu powinno nas zaniepokoić i powinniśmy szybko udać się do okulisty!

Miło nam Państwa poinformować, że od listopada również w naszym Szpitalu Chirurgii Jednego Dnia Medica jest możliwość skorzystania z zbiegu usunięcia zaćmy.

Wszystkie szczegółowe informacje można uzyskać u naszych lekarzy okulistów oraz w rejestracji przychodni.

Nasza placówka zapewnia kompleksowe przygotowanie pacjenta, wraz z doбором soczewki, przeprowadzenie zabiegu oraz kontrolę po zabiegu.



Lek. Krzysztof Wasiak
okulista

ZAUF AJ NASZYM SPECJALISTOM - POPRAW SWÓJ KOMFORT WIDZENIA!



ZAGADKA ALERGOLOGICZNA

19-letnia Zuzanna uczy się do matury wraz z koleżanką.

Późnym wieczorem, około godziny 22:00, zjada talerz przygotowanej przez tatę chińskiej potrawy. Potrawa składa się z warzyw: marchewki, brokuła, cukinii, niewielkiej ilości pietruszki, soli i pieprzu oraz pasty pomidorowej. Warzywa duszone są w oleju. Po około 20 minutach występuje swędzenie w jamie ustnej, obrzęk wargi górnej, obrzęk obu górnych powiek, bąble pokrzywkowe z bardzo nasilonym świądem na skórze całego ciała.

Objawy utrzymują się około 5-6 godzin, mimo wizyty na SOR i podaniu leków.

Kolejny incydent występuje około miesiąc później. Tym razem Zuza uczy się u koleżanki. Podgrzały na oleju mieszanekę mrożonych warzyw. 10 minut po zjedzeniu łyżki stołowej potrawy występuje kłopot z oddychaniem, obrzęk twarzy, powiek i obu warg. Kolejny pobyt na SOR. Pobyt 3 dniowy w Klinice Alergologii.

Mijają 2 miesiące, jest kwiecień, Zuza zjada kęs naleśnika z serem z patelni. Natychmiast występują objawy jak wcześniej. SOR, intensywne leczenie, bo matura za 3 dni.

Co było powodem dramatycznych reakcji u Zuzanny?

Marchewka? Cukinia? Brokuły? Pietruszka? A może biały ser?

Odpowiedź w następnym numerze.

Dr n.med. Maria LISIECKA
specjalista alergologii II stopnia
specjalista pediatrii II stopnia



Co to jest **NUŻENIEC?**

**Nużenie-
często
bagatelizowany
czynnik
etiologiczny chorób oczu**

Nużeniec (**łac. Demodex**) to pasożyt bytujący na ludzkiej skórze i w mieszkach włosowych. Jest wysoce związany ze swoim gospodarzem, nie jest w stanie żyć poza organizmem swojego żywiciela. Z jednakową częstością występuje u wszystkich ras i w takim samym stopniu dotyka mężczyzn i kobiety. Może występować już u bardzo małych dzieci, jednak odsetek zakażeń zwiększa się wraz z wiekiem. Według szacunków, w Polsce, tym rodzajem roztoczy jest zakażonych 7–15% dzieci w wieku od 1 roku do 10 lat oraz 15 – 25% populacji w wieku od 8 do 18 lat. Szacuje się, że zarażenie nużeńcem u osób około 60. roku życia wynosi aż 84%, a u osób powyżej 70. roku życia blisko 100%.

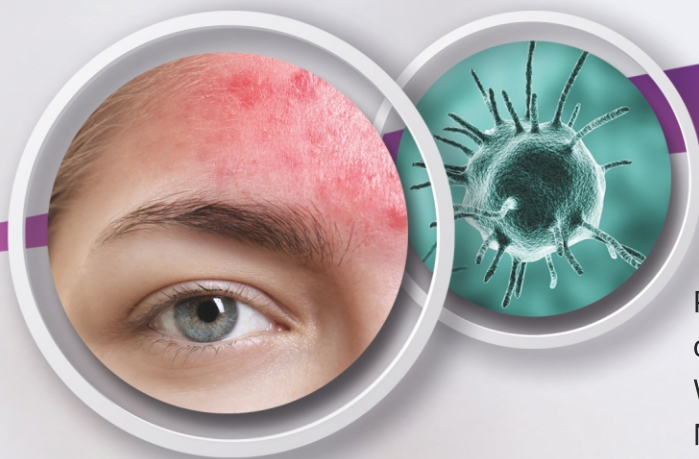


Podstawową drogą zakażenia jest bezpośredni kontakt ze skórą chorej osoby – np. poprzez podanie ręki, wspólne używanie ręczników, pościeli, przyborów do higieny ciała i kosmetyków. Do zakażenia może również dojść za pośrednictwem kurzu, w którym mogą występować jaja pasożytów.

Bardzo częstym miejscem, w którym może dojść do przeniesienia zakażenia są salony fryzjerskie – warto zwrócić uwagę, czy sprzęt który jest w nich używany (golarki, nożyczki, grzebienie) jest dokładnie dezynfekowany i sterylizowany w odpowiednich urządzeniach. Kolejnym typowym miejscem infestacji nużeńcem są salony kosmetyczne i miejsca, gdzie oferowany jest darmowy wizaż. Kosmetyki, np. tusze do rzęs, szminki, błyszczki, cienie do powiek, pudry, a także gąbki czy pędzle do aplikacji kosmetyków są wielokrotnie używane dla wielu klientek. To przyczynia się do lawinowo rosnącego odsetka osób zarażonych nużeńcem.

Osobami szczególnie podatnymi na zakażenie Demodex są pacjenci z obniżoną odpornością, np. leczeni przewlekłe kortykosteroidami, lekami immunosupresyjnymi, przyjmujący fototerapię, z chorobami hematologicznymi lub z zespołem nabytego upośledzenia odporności (AIDS)





Wyróżnia się dwa rodzaje nużeńców: *Demodex folliculorum* i *Demodex brevis*. Pierwszy z nich bytuje w mieszkach włosowych rzęs, brwi, skóry twarzy (głównie czoła, nosa, fałdów nosowo-policzkowych) i ucha zewnętrznego. Odżywia się nabłonkiem mieszków włosowych, w jednym mieszkach może znajdować się od 1 do 25 osobników. *Demodex folliculorum* powoduje rumień i złuszczenie się naskórka, stanowi czynnik etiologiczny przedniego zapalenia brzegów powiek. *Demodex brevis* jest spotykany pojedynczo w gruczołach Meiboma (są to zmodyfikowane gruczoły łojowe znajdujące się w tarczach powiek) oraz innych gruczołach łojowych. Odżywia się zawartością tłuszczową, a zakażenie tym typem nużeńca stanowi czynnik etiologiczny tylnego zapalenia brzegów powiek.

Do objawów okulistycznych zakażenia nużeńcami należą: świąd, pieczenie brzegów powiek, uczucie ciała obcego pod powiekami, strupki na brzegach powiek, zaczerwienienie brzegów powiek i w skrajnych przypadkach pogorszenie widzenia. Ze względu na tak szerokie spektrum objawów, bardzo często zakażenie nużeńcami jest błędnie diagnozowane jako zapalenie alergiczne, bakteryjne, grzybicze czy wirusowe.

Pasożyty poszerzają światło mieszków włosowych, odżywiają się komórkami nabłonka mieszków rzęs. Wywołuje to hiperplazję (rozwrost) tych komórek. Mikrouszkodzenia dokonywane ostrymi zakończeniami odnóży nużeńców doprowadzają do nadmiernego rogowacenia komórek wokół podstawy rzęs. Hiperplazja i nadmierne rogowacenie skutkują powstawaniem charakterystycznych „kołnierzy” dookoła podstawy rzęs. Często zaczopowują ujścia mieszków i powodują stan zapalny wokół nich. Okolice nosa są jednym z ulubionych miejsc pasożytowania *Demodex* – warto zwrócić uwagę na pacjentów, u których nos jest powiększony, a jego powierzchnia przypomina kalafior, jest bruzdowata.

Nużeńce mogą powodować:

- nieprawidłowy wzrost rzęs,
- nasilenie objawów zespołu suchego oka,
- nawracające gradówki i jęczmień, oporne na konwencjonalne leczenie – zwłaszcza u młodzieży i dzieci,
- przewlekłe i trudne do leczenia przednie i tylne zapalenie brzegów powiek,
- zapalenie spojówek i rogówki,
- trądzik różowaty,
- zapalenie przewodów słuchowych zewnętrznych.

Diagnostyka nużeńców polega na pobraniu kilku rzęs i ocenie mikroskopowej – poszukuje się jaj nużeńca, jego larw, nimf i postaci dorosłej.

Leczenie jest długotrwałe (od 2 do kilku miesięcy) i nie zawsze prowadzi do eradykacji pasożyta. Oprócz leczenia miejscowego, często trzeba się wspomagać leczeniem doustnym. Ocena skuteczności leczenia zawsze wymaga kontrolnych badań parazytologicznych. Kiedy po zakończeniu leczenia wynik badania kontrolnego jest ujemny, w celu potwierdzenia całkowitej eliminacji *Demodex*, należy wykonać kolejne badanie w odstępie około 3 miesięcy.

Kogo i kiedy szczepić przeciwko grypie?

Tak jak we wcześniejszych sezonach epidemicznych, coroczne szczepienie zaleca się wszystkim osobom po ukończeniu 6. miesiąca życia, u których nie stwierdza się przeciwwskazań do szczepienia. Szczepienie nadal uważa się za najskuteczniejszą metodę zapobiegania grypie.

Szczepienie najlepiej wykonać przed rozpoczęciem aktywności wirusa grypy w danej populacji, gdy tylko dostępna będzie szczepionka obowiązująca w danym sezonie. Jeśli pacjent z różnych powodów nie mógł być zaszczepiony odpowiednio wcześniej, szczepionkę można podać w dowolnym momencie przez cały okres epidemiczny.



SEZON NA GRYPĘ

jak uchronić się przed chorobą ?



ZASŁANIAJ
BUZIE KICHAJĄC



CZĘSTO
MYJ RĘCE



DBAJ O ODPORNOŚĆ
ZDROWO JEDZ I ĆWICZ



JEŚLI MOŻESZ
UNIKAJ TŁUMÓW



ZASZCZEP SIĘ
PRZECIWKO GRYPIE

CO POLACY WIEDZĄ O GRYPIE?

JAKIE OBJAWY GRYPY ZNAJĄ POLACY

96%

GORĄCZKA

1%

WYSYPKA

6%

WYMIOTY

93%

DRESZCZE

96%

BÓLE MIĘŚNI



SPOSOBY ZABEZPIECZENIA PRZED GRYPĄ

- ☑ szczepienia
- ☑ preparaty wzmacniające odporność
- ☑ ciepłe ubranie
- ☑ regularna higiena osobista i otoczenia
- ☑ unikanie kontaktów z chorymi



1na14

dorosłych Polaków deklaruje, że
zaszczepiło się przeciwko grypie
w sezonie jesienno-zimowym

CO POLACY MYŚLĄ O SZCZEPIONKACH PRZECIWKO GRYPIE?

25%

skutecznie
zabezpiecza
przed chorobą

24%

wywołuje skutki
uboczne

28%

nie są
skuteczne

62%

zabezpieczają
przed powikłaniami
grypy

25%

są zbyt
drogie



GRYPA



Kto jest szczególnie narażony na grypę

- ⚠ dzieci
- ⚠ osoby starsze
- ⚠ kobiety w ciąży
- ⚠ osoby mające częsty kontakt z ludźmi



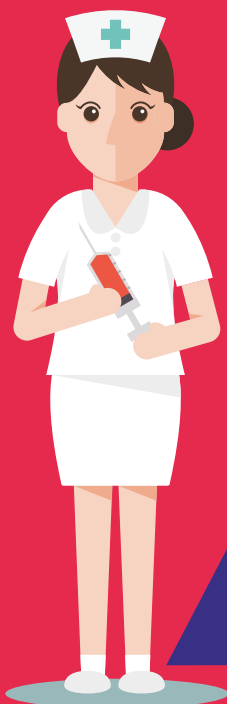
Grupy pacjentów, którym szczególnie zaleca się coroczne szczepienie przeciwko grypie:

grupy zwiększonego ryzyka ciężkiego przebiegu i powikłań grypy – priorytet szczepień

- dzieci w wieku od 6 miesięcy do ukończenia 5 lat (59 mies.)
- osoby w wieku ≥ 50 lat
- chorzy (niezależnie od wieku) na przewlekłe choroby: układu oddechowego (w tym na astmę), sercowo-naczyniowego (z wyjątkiem nadciśnienia tętniczego), nerek, wątroby, układu nerwowego, układu krwiotwórczego, choroby metaboliczne (w tym na cukrzycę)
- osoby z upośledzeniem odporności, w tym spowodowanym leczeniem immunosupresyjnym (m.in. przeciwnowotworowym) lub zakażone HIV
- kobiety, które w czasie sezonu epidemicznego grypy są lub będą w ciąży
- dzieci i młodzież w wieku od 6 miesięcy do 18 lat leczone przewlekłe kwasem acetylosalicylowym (co może zwiększyć u nich ryzyko wystąpienia zespołu Reye'a w przypadku zachorowania na grypę)
- pensjonariusze placówek przewlekłej opieki pielęgnacyjnej i medycznej
- osoby z chorobliwą otyłością ($BMI \geq 40$)

osoby mające bliski kontakt z grupami zwiększonego ryzyka (p. wyżej), mogące stanowić dla nich źródło zakażenia – priorytet szczepień

- personel placówek ochrony zdrowia
- osoby mieszkające wspólnie z dziećmi w wieku <5 lat lub osobami w wieku ≥ 50 lat, lub opiekujące się nimi, ze szczególnym uwzględnieniem osób pozostających w bliskim kontakcie z dziećmi w wieku <6 mies.
- osoby mieszkające wspólnie z chorymi na choroby znacznie zwiększające ryzyko ciężkich powikłań grypy



grupy, którym szczepienie zaleca się głównie ze wskazań epidemiologicznych

- wszystkie dzieci (>6 . mż.) i dorośli

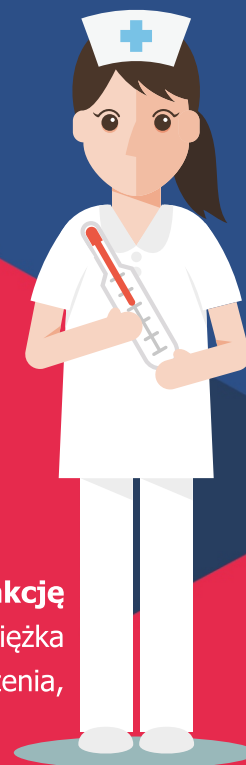
W jakim schemacie szczepić dzieci?

Dzieciom w wieku od 6 miesięcy do 8 lat włącznie, które otrzymają po raz pierwszy szczepionkę przeciwko grypie sezonowej, należy podać 2 dawki szczepionki, zachowując co najmniej 4-tygodniowy odstęp między dawkami.



Przeciwwskazania do szczepienia i sytuacje wymagające zachowania szczególnej ostrożności

Wśród przeciwwskazań do szczepienia przeciwko grypie wymienia się tylko **ciężką reakcję alergiczną** na jakikolwiek składnik szczepionki lub po jej wcześniejszym podaniu. Ciężka reakcja alergiczna to reakcja anafilaktyczna z objawami ze strony układu krążenia, oddechowego lub pokarmowego albo reakcja wymagająca podania adrenaliny.



- Choroba o umiarkowanym lub ciężkim przebiegu z towarzyszącą gorączką jest wskazaniem do odroczenia szczepienia do czasu ustąpienia objawów.
- Wystąpienie w przeszłości **zespołu Guillaina i Barrégo (ZGB)** w ciągu 6 tygodni po podaniu jakiegokolwiek szczepionki przeciwko grypie jest wskazaniem do zachowania szczególnej ostrożności.



Szczepienie ciężarnych



Ciężarne można szczepić w każdym trymestrze ciąży. Warto wiedzieć, że należą one do grupy zwiększonego ryzyka ciężkiego przebiegu grypy (oraz powikłań ciąży w razie zachorowania na grypę – przyp. red.), dlatego wymagają szczególnej ochrony. Dostępnych jest wiele danych (z wyjątkiem szczepienia w I trymestrze ciąży) na temat bezpieczeństwa tego szczepienia w czasie ciąży. Wykazano, że szczepienie za pomocą inaktywowanej szczepionki przeciwko grypie (IIV) nie wpływa niekorzystnie na rozwój płodu. Dzięki przełożyskowemu transportowi swoistych przeciwciał szczepienie może zapewnić ochronę przed zachorowaniem także dzieciom zaszczepionych matek nawet do 6. miesiąca życia (czyli w okresie, kiedy dziecko nie może zostać jeszcze zaszczepione przeciwko grypie)

Coroczne szczepienia są podstawową metodą zapobiegania zachorowaniom na grypę i jej powikłaniom!

Zobacz jak działa e-recepta



Załącz Internetowe Konto Pacjenta na pacjent.gov.pl

Krok 1.



Lekarz elektronicznie wystawia i podpisuje e-receptę

Krok 2.



Otrzymujesz wydruk informacyjny lub e-receptę drogą elektroniczną – jako e-mail albo SMS z 4-cyfrowym kodem*

Krok 3.



Udajesz się do apteki oznaczonej specjalną naklejką

Krok 4.



Farmaceuta skanuje kod z wydruku informacyjnego lub z telefonu pacjenta

Krok 5.



Otrzymujesz leki

*** W celu otrzymania e-recepty drogą elektroniczną:**

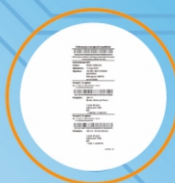


1

Załącz Profil Zaufany – jak to zrobić – dowiedz się na www.pz.gov.pl

Zaloguj się do Internetowego Konta Pacjenta (IKP) przy pomocy Profilu Zaufanego na www.pacjent.gov.pl i zweryfikuj swój numer telefonu oraz adres e-mail

2



3

Teraz możesz otrzymywać e-recepty drogą elektroniczną





Mniejsze ryzyko
wydania
nieprawidłowego
leku
pacjentowi



E-recepta
może być wystawiona
bez konieczności
wizyty pacjenta
w gabinecie lekarskim



Czytelne informacje
o dawkowaniu
przepisanego leku
są zawsze dostępne
na Twoim Internetowym
Koncie Pacjenta (IKP)
na **pacjent.gov.pl**



Leki wystawione
w ramach jednej
e-recepty mogą być
zrealizowane w różnych
aptekach



E-recepty zapewniają większe bezpieczeństwo
prowadzonej terapii poprzez dostęp do wszystkich
przepisanych leków na receptę na Internetowym Koncie
Pacjenta (IKP) na stronie **pacjent.gov.pl**

e-receptę zrealizujesz w każdej aptece oznaczonej tą naklejką



**Powiedz nam,
w czym możemy pomóc?**



19 457
19 IKP



e-recepta@csioz.gov.pl



OPERACJE **zaćmy**

**BEZ KOLEJEK!
DUŻY WYBÓR SOCZEWEK !**



MEDICA "PO GODZINACH"

Prywatne dyżury lekarsko-pielęgniarskie dla dzieci i dorosłych

Zapewniamy stałą opiekę lekarską i pielęgniarską w godzinach:

Poniedziałek: 18:30 – 22:00

Piątek: 18:30 – 22:00

Sobota: 9:00 – 22:00

Godziny otwarcia w inne dni świąteczne, mogą być zmienne
aktualne informacje na www.medica.siedlce.pl

ZESPÓŁ LEKARZY SPECJALISTÓW MEDICA
ul. 3 Maja 3, 08-110 Siedlce

ZESPÓŁ CHIRURGII JEDNEGO DNIA MEDICA
ul. Brzeska 131, 08-110 Siedlce

tel. 25 644 74 00