Narodowy Instytut Onkologii
im. Marii Skłodowskiej-Curie – Państwowy Instytut Badawczy

Poradnik pacjenta



Dla pacjentów hospitalizowanych w Klinikach

Narodowego Instytutu Onkologii

Szanowni Państwo,

zapraszamy do zapoznania się z poradnikiem stworzonym dla pacjentów hospitalizowanych w klinikach NIO-PIB. Przygotowaliśmy dla Państwa przydatne informacje, które umożliwią Państwu zapoznanie się z procedurami związanymi z przyjęciem na odział, jego funkcjonowaniem oraz możliwymi formami wsparcia Państwa procesu leczenia podczas hospitalizacji. Mamy nadzieję, że przygotowane przez nas informacje ułatwią Państwu wzmocnienie się w procesie leczenia i zmniejszą Państwa napięcie związane z diagnozą i pobytem w szpitalu.

Dyrekcja
Narodowego Instytutu Onkologii
im. Marii Skłodowskiej-Curie
- Państwowego Instytutu Badawczego

Rozpoznanie, czy nawet tylko podejrzenie choroby nowotworowej, to ogromny stres dla pacjenta i jego bliskich. W okresie diagnostyki i leczenia codzienne życie ulega zmianie. Strach i poczucie niepewności towarzyszą na początku tego procesu właściwie każdemu. To naturalne. Dodatkowym źródłem niepokoju i lęku może być pobyt w szpitalu - to nowa sytuacja, inny rytm dnia, nieznane otoczenie. Dlatego też warto zapoznać się z kilkoma informacjami, które mogą ułatwić przejście przez ten czas i zmniejszyć Państwa napięcie związane z diagnozą i pobytem w szpitalu.

IZBA PRZYJĘĆ

- W dniu wyznaczonego przyjęcia na oddział, każdy z Państwa przechodzi przez Izbę Przyjęć, gdzie dokonuje się rejestracji danych i dopełnia wszelkich formalności.
- W trakcie procesu przyjęcia na oddział będą Państwo informowani przez nasz personel o kolejnych jego etapach.

W przypadku jakichkolwiek wątpliwości zachęcamy do zadawania pytań.

- Czas przyjęcia Państwa na oddział od momentu zgłoszenia się na Izbę Przyjęć jest trudny do oszacowania. Należy pamiętać, że proces ten jest złożony i wynika z procedur szpitalnych, a także nagłych przypadków, z jakimi każdego dnia może spotkać się personel szpitala. Nasz Zespół dokłada wszelkich starań, by czas ten był dla Państwa jak najkrótszy. Prosimy, by uzbroili się Państwo w cierpliwość.
- W trakcie procedury przyjęcia otrzymają Państwo opaskę identyfikacyjną która umieszczana jest na nadgarstku. Znajdują się na niej takie informacje jak: imię, nazwisko, PESEL, data urodzenia, PID (Indywidualny Numer Pacjenta), data i godzina przyjęcia oraz skrót nazwy oddziału, na który pacjent jest przyjęty. Dodatkowo, na opasce jest umieszczony kod QR.
- Na tym etapie oceniany jest również Państwa stan ogólny, dokonywane są pomiary, w tym m.in. waga, wzrost, temperatura czy saturacja.
- Przy Izbie Przyjęć znajduje się przebieralnia. To w niej, przed przejściem na oddział, możecie Państwo przebrać się w piżamę lub inne wygodne ubranie i obuwie, najlepiej z antypoślizgową podeszwą. Możecie Państwo skorzystać także z piżamy szpitalnej.

- Wierzchnie okrycie oraz codzienne ubranie możecie Państwo zostawić w depozycie lub oddać najbliższym, jeśli towarzyszą Państwu podczas przyjęcia. Istnieje możliwość przekazania rzeczy cennych do depozytu szpitala, jednak w miarę możliwości prosimy o nie zabieranie ich ze sobą.

Należy pamiętać, aby zabrać pokwitowanie oddanych do depozytu rzeczy i włożyć je w bezpieczne miejsce, które łatwo zapamiętać.

- Warto upewnić się, że macie Państwo ze sobą środki higieniczne do mycia, szczoteczkę i pastę do zębów, stosowane kremy i balsamy. Dodatkowo warto mieć swoje sztućce oraz kubek lub szklankę. Jeśli zorientują się Państwo, że czegoś Państwu brakuje mogą Państwo poprosić bliskich o doniesienie niezbędnych rzeczy.

- Po zakończonej procedurze przyjęcia zostaną Państwo zaprowadzeni przez personel pomocniczy (Sanitariuszka/Sanitariusz) na oddział.

Jeśli mają Państwo trudności w poruszaniu się mogą Państwo skorzystać z dostępnych wózków inwalidzkich i pomocy personelu.



PIERWSZE KROKI NA ODDZIALE

- Personel pomocniczy (Sanitariuszka/Sanitariusz) zaprowadzi Państwa na oddział i poinformuje personel oddziału, że zakończyli Państwo procedury związane z Izbą Przyjęć. Następnie wskazane zostanie Państwu miejsce gdzie będą Państwo oczekiwać na dalsze procedury związane z przyjęciem na oddział. W tym miejscu opiekę przejmie Pielęgniarka / Pielęgniarz, którzy przyjdą do Państwa najszybciej jak tylko będzie to możliwe. Prosimy o cierpliwość i wyrozumiałość, ponieważ nie zawsze personel jest w stanie zająć się Państwem od razu po przybyciu.

- Następnie Pielęgniarz/Pielęgniarka wskażą Państwu salę, gdzie będą mogli Państwo zostawić swoje rzeczy, i oczekiwać na dalsze działania. Do Państwa dyspozycji będzie szafeczka przy łóżku oraz szafa na większy bagaż.

- Na oddziale Pielęgniarki/Pielęgniarze zapoznają Państwa z rozkładem oddziału, obowiązującymi zasadami, przeprowadzą wywiad środowiskowy, dietetyczny oraz określą potrzeby w zakresie opieki pielęgniarskiej. Dodatkowo zostaną Państwo zapytani o leki przyjmowane na stałe. Często też na tym etapie przyjęcia do szpitala zakładane jest wkłucie do naczynia lub portu, a także pobierana jest krew.

- Po ocenie pielęgniarskiej zostaną Państwo zaproszeni przez lekarza prowadzącego do pokoju badań, gdzie zostanie przeprowadzony dokładny wywiad lekarski, dotyczący dolegliwości, wywiadu chorobowego, innych schorzeń współistniejących, przyjmowanych leków. Lekarz przyjdzie do Państwa kiedy tylko będzie miał taką możliwość. Najlepiej aby Państwo na wizytę lekarza oczekiwali w swojej sali.

- Podczas wywiadu lekarz wyjaśni jaki jest cel Państwa pobytu w Instytucie, jakie metody diagnostyczne i lecznicze będą stosowane, jakie mogą być skutki uboczne lub działania niepożądane zleconych

procedur diagnostycznych i leczenia.

- Jeśli zostaną zaplanowane jakieś badania wymagające pozostania na czczo, zostaną Państwo o tym poinformowani zarówno przez lekarza, jak i pielęgniarkę.

Należy mieć ze sobą wykaz aktualnie przyjmowanych leków, suplementów diety, ziół, witamin. To zdecydowanie wpłynie na poprawę Państwa bezpieczeństwa w trakcie pobytu w szpitalu i w procesie diagnostyczno-terapeutycznym.

Lista powinna zawierać:

- nazwę środka (leku/suplementu diety/witamin/ziół)
- dawkę i postać leku
- częstotliwość przyjmowania (ile razy dziennie i o której godzinie).

- Dodatkowo dobrze mieć ze sobą komplet **leków zażywanych przewlekle** (stosowanych np. w przebiegu cukrzycy, nadciśnienia tętniczego i innych chorób przewlekłych) na cały przewidywany czas pobytu w szpitalu. Leki własne należy dostarczyć **w oryginalnych opakowaniach z widoczną nazwą i dawką leku, numerem serii i datą ważności.**

- Torbę z lekami należy przekazać personelowi medycznemu. Wszelkie potrzebne środki farmakologiczne muszą być kontrolowane przez lekarza!

Narodowy Instytut Onkologii zapewnia pacjentowi nieodpłatnie te leki, które są niezbędne do udzielenia świadczenia związanego z daną hospitalizacją w zakresie koniecznym do wykonania danego świadczenia gwarantowanego

W trakcie pobytu w Instytucie mogą Państwo skorzystać z porad:

- dietetyka,
- rehabilitanta,
- psychologa.
- pracownika socjalnego

Poznacie ich Państwo na pewno podczas swojego pobytu, bo często zaglądają do chorych na oddziale.

RYTM DNIA NA ODDZIALE

W szpitalu rytm dnia wyznaczają procedury medyczne.

- Już o godz. **6:00** rano rozpoczynają się **badania, sprawdzanie temperatury ciała, czy toaleta poranna.** Część badań wykonywana jest w godzinach porannych, są to np. pobranie krwi czy moczu. Jednak warto nastawić się, że mogą również być wykonywane w dalszej części dnia, w zależności od Państwa sytuacji zdrowotnej.

- W okolicach godz. **7:30-10:00** odbywa się **obchód lekarski** – warto, aby byli Państwo wtedy w okolicy swojej sali.

- **Procedury diagnostyczne, zabiegi i operacje** mogą być wykonywane przez cały dzień. Dlatego też, jeśli planują Państwo wyjść z oddziału do sklepu, czy barku należy o tym poinformować personel pielęgniarski.

Procedury diagnostyczne, zabiegi czy operacje często wykonywane są poza Kliniką w której się Państwo znajdują, dlatego też personel oddziału zna tylko orientacyjny czas kiedy będą one miały miejsce. Kiedy tylko personel będzie miał informację o dokładnej godzinie poinformuje Państwa o tym.

- **Cisza nocna** obwiązuje w szpitalu **od 22.00**.
  Często jednak już o godz. 21:00 pierwsi pacjenci udają się na spoczynek. Dobrze jest wzajemnie szanować swoje potrzeby.

- Zazwyczaj posiłki wydawane są w godzinach:

śniadanie	→	7:30 – 9:00
obiad	→	12:00 – 14:00
kolacja	→	17:00 – 18:00

- Dieta szpitalna zalecona jest przez lekarza i dostosowana jest do Państwa potrzeb zdrowotnych.
- W przypadku gdy mają Państwo zaplanowane procedury medyczne wymagające pozostania na czczo, zostaną Państwo o tym powiadomieni.
- W przypadku potrzeby zmiany diety należy omówić tę kwestię z lekarzem prowadzącym.
- Na oddziale znajduje się do Państwa dyspozycji lodówka i kuchenka, jak również dystrybutor wody pitnej.
- Pacjenci mają prawo do odwiedzin ze strony bliskich. Prosimy jednak o uwzględnianie rekomendowanych godzin odwiedzin, szczególnie w okresie reżimu sanitarnego, jak również ograniczenie przebywania liczby bliskich w jednym czasie ze względu na komfort i bezpieczeństwo pozostałych pacjentów.
- W przypadku gdy odwiedzają Państwa bliscy będziemy Państwa prosić o uszanowanie intymności i godności pozostałych pacjentów. Dlatego też Państwa bliscy mogą zostać poproszeni o wyjście z sali na czas badania, czy konieczności zajęcia się innym pacjentem. Jeśli mogą Państwo przemieszczać się, to zachęcamy do przebywania z bliskimi poza salą.

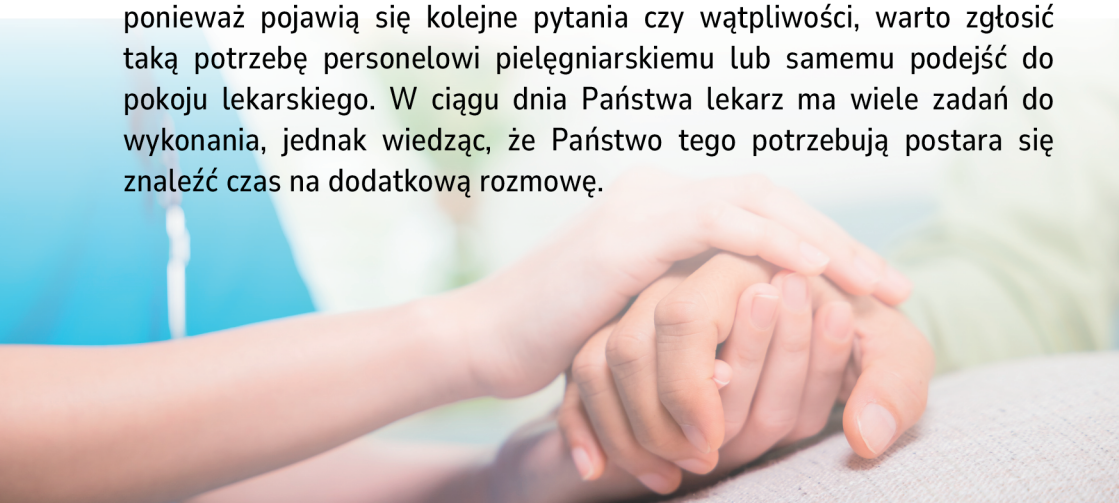
W przypadku złego samopoczucia, przeziębienia lub choroby prosimy o zrezygnowanie z odwiedzin – zadbają Państwo o zdrowie swoje i swoich najbliższych, ale również pozostałych pacjentów i opiekującego się nimi personelu.

OPIEKA LEKARSKO - PIELĘGNIARSKA

Pacjent podczas hospitalizacji objęty jest całodobowo opieką lekarsko-pielęgniarską.

- **Obchody lekarskie** realizowane są zazwyczaj w godzinach porannych. W obchodzie lekarskim może uczestniczyć kilku lekarzy i pielęgniarki / pielęgniarze oraz pozostały personel medyczny (np. rehabilitant, dietetyk czy psycholog). Odbywa się on w salach pacjentów. Dlatego też w przypadku sal wieloosobowych, ma miejsce w obecności innych Pacjentów. Zespół podczas obchodu dokonuje oceny zdrowia, przekazuje plany na dany dzień. To dobry moment, aby zadać pytania, ale jeśli sytuacja wydaje się krępująca można poprosić o rozmowę indywidualną, po obchodzie lekarskim.

- **Lekarz prowadzący** spotka się ze swoimi Pacjentami i Pacjentkami codziennie. Zazwyczaj jest to lekarz, który zajmował się Państwa przyjęciem. Zwykle przychodzi do swoich Pacjentów po odprawie porannej i obchodzie. Jednak jeśli w danym dniu nie będzie to możliwe (Państwa lekarz prowadzący np. miał dyżur, urlop, jest nieobecny), proszę się nie martwić, przyjdzie do Państwa inny lekarz z zespołu, który będzie posiadał wszelkie informacje na temat przebiegu leczenia i choroby. Jeżeli będą Państwo chcieli wrócić jeszcze do rozmowy, ponieważ pojawią się kolejne pytania czy wątpliwości, warto zgłosić taką potrzebę personelowi pielęgniarskiemu lub samemu podejść do pokoju lekarskiego. W ciągu dnia Państwa lekarz ma wiele zadań do wykonania, jednak wiedząc, że Państwo tego potrzebują postara się znaleźć czas na dodatkową rozmowę.



Jeśli cokolwiek Państwa niepokoi, czegoś Państwo nie wiedzą, nie są pewni, mają wątpliwości, coś się dzieje – bez wahania należy poinformować personel pielęgniarski, który skontaktuje się z lekarzem. Szczególnie jeśli są Państwo przygotowywani do zabiegu – warto przełamać skrepowanie i śmiało pytać personel do momentu aż rozwieją Państwo swoje wątpliwości.

- **Lekarz dyżurny**. Po godz. 15.00 opiekę nad pacjentami przejmuje lekarz dyżurny, który podczas odprawy popołudniowej otrzymał od lekarzy prowadzących informacje na temat Państwa stanu zdrowia i potrzeb zdrowotnych. Wieczorem lekarz dyżurny sprawdzi stan samopoczucia wszystkich chorych i zmodyfikuje zalecenia jeśli zajdzie taka potrzeba.

- **Odprawy.** Personel oddziału zazwyczaj dwukrotnie w ciągu dnia odbywa tzw. odprawy, podczas których przekazuje sobie kluczowe informacje na temat pacjentów oraz pracy oddziału. W tym czasie większość zespołu znajduje się na odprawie. Część personelu zostaje jednak do Państwa dyspozycji w sytuacjach nagłych i pilnych. Pozostałe kwestie zostaną zaopiekowane po zakończeniu odprawy.

- Podczas pobytu są Państwo pod opieką pielęgniarek, lekarzy, a także dodatkowo psychologów, dietetyków i rehabilitantów oraz pracownika socjalnego, którzy ściśle ze sobą współpracują. Zespół ten ma za zadanie wspólnie wesprzeć Państwa w procesie leczenia i zdrowienia. Wszyscy wymieniają się informacjami o chorych i ich potrzebach, na które starają się reagować jak najszybciej, aby najlepiej zadbać o Państwa zdrowie. Potrzebę spotkania z którymś ze specjalistów można zgłosić swojemu lekarzowi lub pielęgniarce. Często jednak to sam lekarz prowadzący prosi dietetyka czy psychologa o rozmowę z Państwem i/lub zaleca rehabilitację ruchową.

PSYCHOLOG

Podczas pobytu w szpitalu mają Państwo możliwość skorzystania z pomocy psychologicznej. Mogą Państwo zgłosić taką potrzebę lekarzowi prowadzącemu lub pielęgniarce.



Zachęcamy do skorzystania z opieki psychologicznej zarówno tych z Państwa, którzy dotychczas nie korzystali z takiej opieki, jak również tych, którzy korzystają z opieki psychologiczno-psychiatrycznej poza szpitalem.

Dla wielu osób przyjmowanie pomocy, czy proszenie o nią bywa trudne. Niekorzystne przekonania o tym, że tylko osoby „słabe" sięgają po pomoc, czy obawy przed etykietą słabości i osoby niezaradnej, często stoją na przeszkodzie, aby skorzystać z pomocy, w tym opieki psychologa. Czasem przyczyną jest po prostu brak doświadczenia w proszeniu o pomoc, ponieważ pełnimy w życiu rolę osoby, która wspierała innych i zawsze musiała sobie sama radzić. Jeśli nie mieli Państwo dotychczas kontaktu z psychologiem, mogą Państwo również nie wiedzieć w jakim zakresie ta pomoc może być dla Państwa korzystna. Zachęcamy do przełamywania powyższych przekonań i wątpliwości, oraz do skorzystania z opieki psychologicznej! Tłumienie emocji może być przyczyną silniejszego przeżywania stresu, braku apetytu czy bezsenności. Podzielenie się tymi emocjami może być pomocne w rozładowaniu nagromadzonego napięcia. Nierzadko głośne wypowiedzenie trudnych myśli, rozmowa o swoich niepokojach czy lękach pozwala spojrzeć na sytuację z innej perspektywy, co nie znaczy, że problemy całkowicie znikną. Psycholog może Państwu pomóc w zidentyfikowaniu źródła niepokoju, które nie zawsze dotyczy samej choroby czy leczenia. Wspólnie z psychologiem mogą Państwo rozpoznać swoje dotychczasowe mechanizmy radzenia sobie i zobaczyć, czy w danej sytuacji są one pomocne w redukowaniu stresu.

- W ramach pomocy psychologicznej uzyskają Państwo wsparcie w procesie adaptacji do sytuacji choroby i leczenia.
- Psycholog poprzez psychoedukację może wskazać Państwu różne techniki radzenia sobie ze stresem i trudnymi emocjami.
- Mogą Państwo wspólnie omówić z psychologiem jak rozmawiać z dziećmi czy innymi bliskimi o chorobie, jak przekazywać informacje w pracy, jak radzić sobie na co dzień w trakcie procesu leczenia.
- Konsultacje psychologiczne mają za zadnie poprawę jakości życia Pacjentów na każdym etapie leczenia.
- Warto pamiętać, że każdy potrzebuje czasu, aby dostosować się do nowych warunków, tak więc warto podzielić swoją drogę leczenia na małe odcinki i przechodzić przez nie po kolei, skupiając się na tym, na co macie Państwo realny wpływ!



Kilka porad

- Leczenie, to również czas wielu wyzwań i zmian w dotychczasowym codziennym funkcjonowaniu, co siłą rzeczy weryfikuje wiele obszarów życia. Jedno jest jednak pewne - każdy człowiek reaguje na sytuacje trudne w sposób bardzo indywidualny, który zależy od wielu zmiennych, m. in. od wcześniejszych doświadczeń, wypracowanych wzorców myślenia i działania, wypracowanego stylu radzenia sobie ze stresem, cech osobowości, umiejętności budowania relacji społecznych, jak również otwartości na wprowadzenie zmian. Najczęściej nie zastanawiamy się nad tym, czy dany sposób reagowania przynosi nam korzyść, czy wręcz odwrotnie - wprowadza chaos i wierzymy w słuszność swoich myśli i przekonań. Szczególnie w sytuacjach bardzo trudnych ludzie mają tendencje do myślenia na skróty i niestety wierzą w to, co tworzy ich mózg. Dlatego sposobem na weryfikacje swojego myślenia może być rozmowa z psychologiem i możliwość wypowiedzenia nawet najbardziej irracjonalnych myśli, które generuje głowa oraz emocji, które stanowią ważną informację na temat tego, co przeżywamy.

- Nie oczekujcie Państwo, że natychmiast znajdziecie rozwiązania i odpowiedzi na nurtujące pytania. Człowiek to ciało, uczucia oraz emocje. Organizm to skomplikowana struktura, w której współgrają ze sobą poszczególne układy, naczynia i komórki. Wszystkie systemy wpływają na siebie i jeżeli jeden zawodzi, to pozostałe funkcjonują słabiej. Dlatego myśląc o czymś trudnym, nawet jeżeli to tylko wyobrażenie o tym, co może nastąpić, możemy odczuwać silne emocje, nasilenie dolegliwości bólowych, spadek nastroju. Nasz organizm skupia się na poradzeniu sobie z zagrożeniem.

- Podczas pobytu w szpitalu ważne jest, aby korzystać z tych sposobów radzenia sobie, które sprawdzały się u Państwa w innych trudnych sytuacjach życiowych. Robienie sobie małych przyjemności w trakcie każdego dnia pobytu w szpitalu może znacznie poprawić Państwa



samopoczucie zarówno psychiczne jak i fizyczne. Czasem krótka rozmowa przez telefon, pozwolenie sobie na ulubioną kawę, powoduje przeniesienie uwagi z choroby na inne obszary życia.

- Posiłkując się internetem w poszukiwaniu informacji należy być bardzo ostrożnym. Internet nie ma „cenzury", która odsiewa doniesienia naukowe od pseudonaukowych treści, dlatego najlepiej zacząć od rozmowy ze swoim lekarzem. Wypisanie sobie na kartce pytań, które chcieliby Państwo zadać lekarzowi może być pomocne w uporządkowaniu swoich myśli i emocji w trakcie rozmowy.

- Pamiętajmy, że nie ma pytań, których nie można zadać. Wszystkie są zasadne, jeżeli prowadzą do zrozumienia sytuacji i osiągnięcia równowagi psychicznej. Niewypowiedziane wątpliwości potrafią żyć swoim życiem i powracać w postaci lękowych myśli. Nie muszą Państwo wszystkich pytań zadawać podczas jednej rozmowy. Warto podzielić zdobywaną wiedzę zgodnie z etapami diagnostyki, czy leczenia. Skupienie się na sprawach, które dotyczą Państwa tu i teraz może być pomocne w radzeniu sobie z lękiem, którego źródłem mogą być myśli dotyczące dalekiej przyszłości.

- W trakcie pobytu w szpitalu Państwa samopoczucie może się zmieniać, dlatego ważne jest, aby mieć świadomość wpływu na swoje nastawienie, jasność celu, do którego Państwo dążycie oraz zrozumienie i łagodność dla swoich ograniczeń i kryzysów, które mogą się zdarzyć w trakcie procesu leczenia. Akceptacja nie oznacza zupełnego spokoju, czy braku jakichkolwiek trudnych emocji, ale jest jedyną drogą umożliwiającą skupienie się na tym, na co mamy wpływ i dającą szansę na świadome życie pomimo choroby i wszystkich wynikających z niej trudności.

Jak mądrze korzystać ze wsparcia osób bliskich

- Miłość, przyjaźń, to uczucia, ale też postawa w życiu, gdzie jesteśmy ze sobą w dobrych i trudnych chwilach. Dlatego warto uświadomić sobie, że osoby najbliższe również przeżywają silny stres związanych z Państwa chorobą, ale jest to coś zupełnie naturalnego.

- Warto pamiętać, że każda rodzina ma wypracowany swój sposób komunikacji, wsparcia oraz podziału ról i oczekiwanie nierealnych zachowań ze strony bliskich może skończyć się frustracją, a nawet poczuciem odrzucenia.

- Umiejętność zwracania się o pomoc jest wyrazem naszej dojrzałości. Prosząc o nią, warto pamiętać, że nie zawsze jednak otrzymamy dokładnie to, na co liczyliśmy. Z jednej strony warto więc przemyśleć, czy nasze oczekiwania są realne, z drugiej – czy są możliwe do spełnienia przez daną osobę.

- Osoby bliskie mogą mieć dobre intencje i chcieć dla Państwa jak najlepiej, jednak nie mają prawa narzucać swojego punktu widzenia wbrew temu, co Państwo uważacie za dobre dla siebie.

- Warto jasno i konkretnie mówić o swoich potrzebach, ale również nauczyć się przyjmować informacje zwrotne na temat swojego zachowania.

- Jeżeli potrzebują Państwo kontaktu z przyjaciółmi, kolegami, koleżankami, to nie czekajcie i sami zadzwońcie do nich. Brak kontaktu ze strony znajomych nie musi wynikać ze złej woli, a raczej z niepokoju przed rozmową z osobą chorą. Wielu ludzi nie wie, co powiedzieć, chcieliby pomóc, ale nie wiedza jak i czekają na jakąś wskazówkę.

- Budowanie relacji to ciągły proces. Może nie wszyscy spełnią Państwa oczekiwania, ale tym bardziej warto zbudować wokół siebie grono ludzi, spośród których każda osoba wniesie do Państwa życia coś innego.



Pomoc psychologiczna dostępna jest również w trybie ambulatoryjnym.

W sprawie konsultacji z psychologiem lub psychiatrą, proszę skontaktować się z **Poradnią Psychoonkologii** pod numerami telefonów:

22 546-32-42
22 546-32-85
22 546-33-25

W warunkach ambulatoryjnych **do psychologa potrzebne jest skierowanie**, o które mogą Państwo poprosić lekarza.

Do **lekarza psychiatry nie jest potrzebne skierowanie.**

FIZJOTERAPEUTA

- Z każdą kliniką współpracuje pracownik Zakładu Rehabilitacji – fizjoterapeuta, który zajmuje się usprawnianiem Pacjenta w trakcie pobytu na oddziale.
- Aby zostali Państwo objęci opieką rehabilitacyjną potrzebne jest skierowanie na zabiegi fizjoterapeutyczne, które przekazuje fizjoterapeucie w formie pisemnej lub ustnej lekarz prowadzący.
- W każdej Klinice fizjoterapeuci służą profesjonalną pomocą w kwestii doboru sprzętu rehabilitacyjnego, omówienia zasady aktywności fizycznej po leczeniu onkologicznym.
- Jeśli wychodząc ze szpitala, Państwa stan zdrowia wymaga dalszej rehabilitacji, otrzymacie skierowanie do Poradni Rehabilitacyjnej.

Istnieje możliwość skorzystania z rehabilitacji w trybie ambulatoryjnym. **Zakład Rehabilitacji** w Narodowym Instytucie Onkologii przy ul. Roentgena 5 mieści się na parterze budynku klinicznego (“A”).

Do Zakładu Rehabilitacji należy zapisać się w rejestracji osobiście lub pod nr telefonu:

22 546-29-81
22 546-25-86

Do Zakładu Rehabilitacji **potrzebne jest skierowanie** od lekarza.



DIETETYK

- Podczas pobytu w szpitalu mają Państwo możliwość skorzystania z pomocy dietetyka klinicznego. Warto zapytać swojego lekarza prowadzącego o skierowanie na taką konsultację.

- Spotkanie z dietetykiem to czas, w którym dokładnie oceniany jest Państwa stan odżywienia oraz dotychczasowy sposób żywienia. Dietetyk udziela zaleceń dostosowanych do aktualnego stanu zdrowia i leczenia onkologicznego. Jeżeli zajdzie taka potrzeba, może również zalecić suplementację specjalistyczną żywnością medyczną.

- Niedożywienie to częsty problem w trakcie leczenia nowotworowego. Może ono wpływać na wydłużenie procesu leczenia i zwiększenie ryzyka powikłań. Dlatego, jeśli zauważyli Państwo utratę masy ciała lub trudności w jedzeniu, proszę zgłosić to lekarzowi. Szczególnie ważne jest, aby pacjenci przygotowujący się do dużych zabiegów chirurgicznych mieli zapewnione odpowiednie wsparcie w zakresie żywieniowym.

- W leczeniu niedożywienia stosuje się różne metody, od diety doustnej, przez żywienie dojelitowe, aż po żywienie pozajelitowe. Warto pamiętać, że każda z tych form jest dobierana indywidualnie, w zależności od potrzeb.

Istnieje możliwość uzyskania pomocy w zakresie problemów z żywieniem również w trybie ambulatoryjnym. Pomoc świadczy **Poradnia Chorób Metabolicznych** w Narodowym Instytucie Onkologii przy ul. Roentgena 5. Poradnia znajduje się w gabinecie 133 przy wejściu "E".

Do poradni należy się wcześniej zapisać w rejestracji głównej lub pod numerem:

22 546-20-00

Do **poradni wymagane jest skierowanie**, które można uzyskać od lekarza prowadzącego.

POMOC SOCJALNA

- W trakcie leczenia w Narodowym Instytucie Onkologii możecie Państwo skorzystać z pomocy socjalnej. Pracownik socjalny wspiera i doradza w takich obszarach, jak: dostęp do świadczeń społecznych, organizacja opieki domowej lub stacjonarnej po zakończeniu hospitalizacji, a także uzyskanie formalnego statusu osoby z niepełnosprawnością.
- Pracownik socjalny pomaga także osobom z niepełnosprawnościami m.in. poprzez kontakt z innymi instytucjami oraz w formalnym uzyskaniu statusu osoby niepełnosprawnej.
- Pomaga także w sytuacjach kryzysowych. Jeśli jesteście Państwo dotknięci kryzysem bezdomności, doświadczacie przemocy lub innych trudnych sytuacji, możecie liczyć na wsparcie pracownika socjalnego.

Pomoc socjalna dostępna jest również w trybie ambulatoryjnym (stacjonarnie lub online).

W celu umówienia **konsultacji pracownika socjalnego**, proszę skontaktować się z Poradnią Psychoonkologii pod numerami telefonów:

22 546-32-42
22 546-32-85
22 546-33-25



NOTATKI

NOTATKI

NOTATKI

Narodowy Instytut Onkologii
im. Marii Skłodowskiej-Curie - Państwowy Instytut Badawczy

+48 22 546 20 00

kancelaria@nio.gov.pl

ul. W.K. Roentgena 5, 02-781 Warszawa

www.nio.gov.pl