

OTWARCIE „OKRĄGLAKA”

Długo wyczekiwane otwarcie budynku Przyszpitalnych Poradni Specjalistycznych w tzw. „okrąglaku” odbędzie się już 28 czerwca o godz. 10. W uroczystości wezmą udział przedstawiciele Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego, Urzędu Marszałkowskiego, Biskup Diecezji Gliwickiej, władze Bytomia oraz personel szpitala.



Wcześniej w budynku mieścił się Zakład Przedmiotów Ortopedycznych i Środków Pomocniczych. Po remoncie, będą tam dostępne poradnie: dermatologiczna, angiologiczna, chirurgiczna, urazowo-ortopedyczna, gabinet poradni medycyny pracy, pracownia biopsji mamentomicznej oraz poradnie dla dzieci: chirurgiczna, gastroenterologiczna, alergologiczna, otolaryngologiczna, neurologii dziecięcej i leczenia padaczek, nefrologiczna i leczenia nadciśnienia.

Budynek Przyszpitalnych Poradni Specjalistycznych jest pięciokondygnacyjnym obiektem wolnostojącym. Architektura budynku zapewnia duże naświetlenie pomieszczeń w gabinetach. Oddanie do użytku „okrąglaka” nie tylko poprawi warunki leczenia pacjentów, ale również proces diagnostyczny.

ŁK

KLINIKA

MIESIĘCZNIK SZPITALA SPECJALISTYCZNEGO W BYTOMIU

www.szpital2.bytom.pl

Apetyt na życie

24 maja odbyła się, organizowana przez Szpital Specjalistyczny nr 2 w Bytomiu, konferencja z cyklu „Inteligentna i Emocjonalna Służba Zdrowia”. Tegoroczna edycja poświęcona była profilaktyce i leczeniu chorób nowotworowych.



Eksperti poruszyli tematykę profilaktyki chorób nowotworowych na sali plenarnej Urzędu Miasta w Bytomiu.

Główna część konferencji odbyła się w sali plenarnej Urzędu Miasta w Bytomiu. Wśród gości znaleźli się m.in. **Andrzej Misiólek** – senator RP, **Aneta Latacz** – zastępca prezydenta Bytomia, **Halina Bieda** – radna sejmiku województwa śląskiego oraz przewodnicząca komisji polityki społecznej i ochrony zdrowia Urzędu Marszałkowskiego w Katowicach, **Mariusz Janas** – przewodniczący Rady Miasta Bytomia, **Elżbieta Winczakiewicz** – przewodnicząca Wspólnoty Amazonek „Ostoja” w Bytomiu, a także nauczyciele, psychologowie, pedagodzy i uczniowie bytomskich szkół ponadgimnazjalnych.

Spotkanie poprzedził występ uczniów bytomskiej szkoły muzycznej pod kierownictwem **Małgorzaty Grzonki**. Na-

stępnie głos zabrała **Halina Bieda**, która otworzyła panel edukacyjny konferencji. – *Bardzo się cieszę, że udało się zorganizować taką konferencję w Bytomiu. Urząd Marszałkowski Województwa Śląskiego ogłosił 2018 rokiem profilaktyki raka piersi. W naszym wspólnym interesie jest to, żeby kobiety o siebie dbały i żeby się badały. Mam nadzieję, że ta konferencja i wydarzenia jej towarzyszące będą szerzyły tę ideę. Jestem przekonana, że to nie ostatnia impreza w naszym województwie, która promuje profilaktykę chorób nowotworowych* – mówiła.

W organizację tegorocznej konferencji aktywnie włączyła się bytomska Wspólnota Amazonek „Ostoja”.

Dokończenie na str. 4

POZNAJMY SIĘ

Anna Buchacz i Małgorzata Jasiniok

pracują na stanowiskach referentek w dziale zamówień publicznych Szpitala Specjalistycznego nr 2 w Bytomiu. Pani Anna realizuje w naszej placówce bon stażowy. Trafiła tutaj zaraz po studiach – ukończyła kierunek Zdrowie Publiczne o specjalności Epidemiologia i Biostatystyka oraz Zarządzanie i Organizacja w Ochronie Zdrowia na Śląskim Uniwersytecie Medycznym w Katowicach. Pani Małgorzata z kolei, z naszym Szpitalem związana jest od lipca 2016 roku, kiedy po stażu, zatrudniła się na stałe. Ukończyła informatykę w Śląskiej Wyższej Szkole Informatyczno-Medycznej w Chorzowie.

– Na co dzień zajmujemy się całą procedurą związaną z przygotowaniem przetargów, nadzorujemy dokumentację oraz procesy poprzetargowe – mówi Anna Buchacz.

– Z racji mojego wykształcenia, dodatkowo jestem administratorem szpitalnej strony internetowej oraz zajmuję się redagowaniem Biuletynu Informacji Publicznej – dodaje Małgorzata Jasiniok.

Obie panie zgodnie twierdzą, że współpraca z dyrekcją szpitala układa się bez zarzutu.



Małgorzata Jasiniok

– Oczywiście są łatwiejsze i trudniejsze przetargi. Zależy to od ich przedmiotu oraz skomplikowania procedur. Zawsze jednak bez problemu dogadujemy się i wspólnie potrafimy doprowadzić wszystko do pomyślnego zakończenia – mówi Anna Buchacz.

Wolny czas spędzają aktywnie, realizując swoje pasje.

– Jestem fanką cięższych, metalowych brzmień. Sama co prawda nie gram na żad-



Anna Buchacz

nym instrumencie, jednak staram się regularnie bywać na koncertach – zarówno znajomych, jak i tych większych, bardziej znanych zespołów – mówi Małgorzata Jasiniok.

– Wolny czas spędzam ze znajomymi, grając w siatkówkę. Lubimy też urządzać rowerowe wycieczki. Poza tym, pasjonuje mnie moda, dlatego regularnie przeglądam portale i prasę z tej branży. Chętnie doradzam także znajomym – mówi Anna Buchacz.

LISTY

Pani Dyrektor mgr Kornelia Cieśla
Szpital Specjalistyczny nr 2 w Bytomiu

Szanowna Pani Dyrektor

W imieniu Śląskiego Stowarzyszenia Romów z siedzibą w Radzionkowie, pragnę złożyć na ręce Pani Dyrektor podziękowania od całej społeczności Śląskich Romów, za opiekę dla Zespołu Medycznego Oddziału Klinicznego Ginekologii, Położnictwa i Ginekologii Onkologicznej, a w szczególności dla Pani Położnej Bloku Porodowego Ewy Czmok.

Składając wyrazy uznania i szacunku, pragnę w imieniu Romów Śląskich wyrazić słowa głębokiego uznania za szeroką wiedzę zawodową oraz znajomość obyczajów i kultury romskiej.

Za wsparcie, profesjonalizm i wielkie serce, jakim zostajemy obdarzeni podczas najważniejszych chwil w życiu Roma i każdego człowieka – narodzinami naszych dzieci.

Z serca romskiego w imieniu siostr i braci Romów z całego Śląska dziękuję.

Podziękowania

W kwietniu i w maju br. roku na zasłużoną emeryturę przeszły cztery pracownice naszego Szpitala:

- **Ewa Kowalska** (pracznia)
- **Grażyna Adamczyk** (salowa)
- **Marianna Gluch** (pomoc kuchenna)
- **Stefania Madejska** (starsza położna)

Pracownikom, które przeszły na emeryturę, składam serdecznie podziękowania za oddaną, wieloletnią pracę.

Dziękuję za te piękne lata, poświęcenie i lojalność oraz trud włożony w spełnianie zawodowych obowiązków.

Mam nadzieję, że nie zapomną Państwo o nas i podobnie jak my wszyscy, będziecie dobrze wspominać spędzone tutaj chwile.

Dziękując za współpracę, życzę dużo zdrowia, spełnienia marzeń, pomyślności i wielu radości w życiu osobistym.

Kornelia Cieśla
dyrektor Szpitala Specjalistycznego nr 2 w Bytomiu

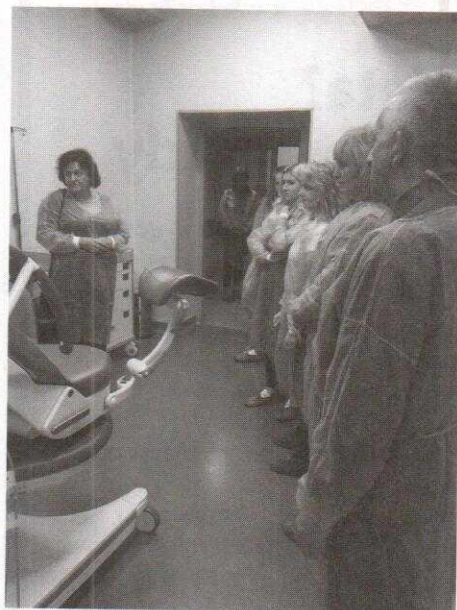
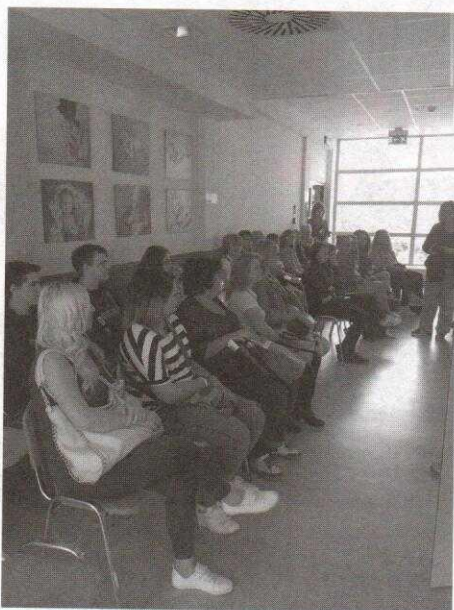
Czesi z wizytą w naszym szpitalu

W ramach współpracy międzynarodowej prowadzonej przez Urząd Miasta Bytom, 11 maja br. nasz szpital odwiedziła grupa nauczycieli i uczniów szkoły medycznej oraz personel medyczny Szpitala Miejskiego z miasta partnerskiego Vsetin w Republice Czeskiej.

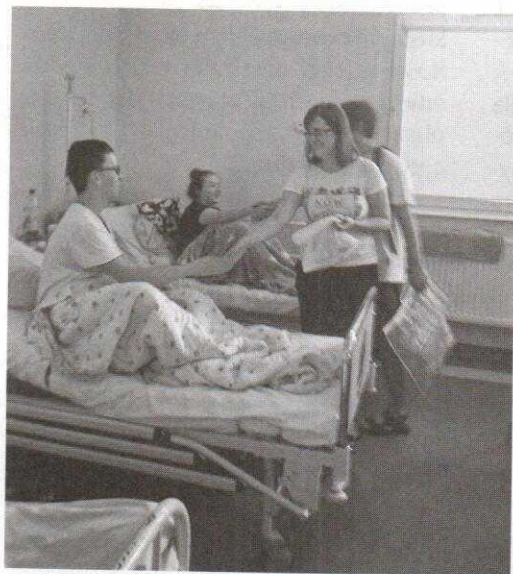
Goście zwiedzali Śląskie Centrum Perinatologii, Ginekologii i Chirurgii Płodu. Sądzi zza Olzy mieli okazję przyrzeć się działalności Centrum i przekonać się o jego światowym poziomie. Oglądanie oddziału poprzedziła prelekcja dr. n. med. **Mateusza Zamłyńskiego** na temat głównych obszarów działalności naszego Oddziału Klinicznego Ginekologii, Położnictwa i Ginekologii Onkologicznej.

Wizyta stworzyła ponadto okazję do uchwycenia podobieństw i różnic w funkcjonowaniu oddziałów placówek zajmujących się opieką nad matką i dzieckiem. Przyjazna atmosfera i uprzejmość naszego personelu medycznego połączona ze sprawną organizacją wizyty z pewnością wpłyną na pozytywny wizerunek naszego Szpitala i miasta.

ŁK



Dzień Dziecka na wesoło



Czy Dzień Dziecka spędzony w szpitalu musi być smutny? W żadnym wypadku! W Szpitalu Specjalistycznym nr 2 w Bytomiu, 1 czerwca o uśmiechy na twarzach dzieci zadbał przedstawiciel bytomskiego Stowarzyszenia „Odkrywka”.

Odwiedzając Oddział Kliniczny Pediatrii, goście zajrzeli do każdego małego pacjenta, poświęcając mu czas i wprawiając w pozytywny nastrój. Stowarzyszenie przekazało także naszej placówce książki, z których dzieci hospitalizowane w naszym oddziale będą mogły korzystać.

– Przekazanie książek było możliwe dzięki ogromnemu zaangażowaniu ludzi o wielkich sercach. W cztery dni udało nam się zebrać prawie trzy

tysiące złotych, dzięki czemu mogliśmy wzbogacić szpitalną biblioteczkę – mówi **Dorota Walas**, organizatorka akcji.

Na Oddział Kliniczny Pediatrii, dzięki staraniom Stowarzyszenia „Odkrywka” trafiły również fantomy noworodkowe, dzięki którym przyszłe mamy będą mogły przygotowywać się do roli rodzica. W akcję zaangażowała się również bytomska plastyczka **Marta Hawlicka**, która od lat współpracuje z naszym Szpitalem. Pani Marta odwiedzała przyszłe mamy i zachęcała je do otwarcia się na macierzyństwo poprzez sztukę. W imieniu małych pacjentów oraz przyszłych mam, które zdecydowały się na poród w naszym Szpitalu, z całego serca dziękujemy Stowarzyszeniu „Odkrywka” oraz pani Marcie Hawlickiej za zaangażowanie, pomoc i przekazane dary.

DW



Dietetyczka
Cecylia Bełłot,
kierownik
Sekcji Żywienia

Dieta? Bez przesady

Zaczyna się niewinnie – postanawiamy skończyć z niezdrowym jedzeniem. I zaczyna się eliminacja. Najpierw: słodczy i słodkich napojów. Potem produktów mącznych – bo gluten. Mleko, bo laktoza i niszczy kosmki jelitowe. Dalej odstawiamy mięso, bo zakwasza organizm. Warzywa, bo zawierają ołów. Ryby – rtęć, drób – antybiotyki, masło i jaja – zły cholesterol. I tak trwa eliminacja, mija czas i mamy obsesję na punkcie zdrowego jedzenia, bo chcemy dobrze.

Jednak tak nie można – żyć w szponach zdrowej żywności, kiedy wszystko kręci się wokół jedzenia. Obsesyjne myślenie o jakości jedzenia, rygor, perfekcyjne układanie i przyrządzanie posiłków, spożywanie ich o ściśle określonym czasie może z czasem stać się niebezpieczne i uzależniać. A każde uzależnienie trzeba leczyć. Granica między zdrowym jedzeniem a uzależnieniem jest cienka, dlatego – bez przesady. Zdrowe odżywianie jest ważne, ale ważniejsze jest, by nie wymknęło się spod kontroli. Bo stworzymy problem sobie i innym.

A więc jedz zdrowo! Uważaj, bo przesadna dbałość o to, co jemy, może nam zaszkodzić. I tu sprawdza się zasada „co za dużo to niezdrowo”. Zdrowa dieta cechuje się równowagą żywieniową, pamiętaj!



Apetyt na życie

Ciąg dalszy ze str. 1



Oprócz zaproszonych gości, w konferencji uczestniczyli uczniowie bytomskich szkół.

– Jako Amazonki, pragniemy podzielić się naszym doświadczeniem i zachęcić kobiety do tego, żeby zaczęły o siebie dbać – mówiła podczas konferencji **Elżbieta Winczakiewicz**, przewodnicząca Wspólnoty Amazonek „Ostoja” w Bytomiu.

Następnie głos zabrali eksperci. Prof. dr hab. n. med. **Anita Olejek**, kierownik Śląskiego Centrum Perinatologii, Ginekologii i Chirurgii Płodu Szpitala Specjalistycznego nr 2 w Bytomiu mówiła o procesie leczenia kobiet na przykładzie pacjentek Oddziału Klinicznego Ginekologii, Położnictwa i Ginekologii Onkologicznej. Następnie, prof. dr hab. n. med. **Violetta Skrzypulec-Plinta** –

specjalistka ginekolog-położnik, endokrynolog, seksuolog, kierownik Katedry Zdrowia Kobiety Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach, poruszyła tematykę seksualnej sfery życia współczesnych kobiet, w tym między innymi uzależnień behawioralnych (zespół objawów związanych z utrwalonym, wielokrotnym powtarzaniem określonej czynności w celu uzyskania takich stanów emocjonalnych jak przyjemność, euforia, ulga, uczucie zaspokojenia) wpływających na seksualność.

– Zagrożenie behawioralne z pozoru wydaje się być czymś normalnym, czymś, od czego zaczynamy się uzależniać w miarę upływu czasu i częstotliwości wykonywania



Spotkanie poprzedził występ uczniów bytomskiej szkoły muzycznej.



Halina Bieda otwiera konferencję.



Wydarzeniu towarzyszył festyn w Parku Miejskim w Bytomiu.



Podczas festynu można było m.in. wziąć udział w warsztatach z pierwszej pomocy.

Witamy na świecie

Narodziny dziecka to dla rodziców jedno z najważniejszych przeżyć. Chcąc dzielić radość z nimi, w „Klinice” kontynuujemy cykl „Witamy na świecie”.



Daniel, syn Moniki i Andrzeja, urodzony 16.06 o godz. 8.25. Waży 3040 g, mierzy 52 cm.



Samuel, syn Żanety i Bartłomieja, urodzony 18.06 o godz. 9.10. Waży 2500 g, mierzy 48 cm.



Wojciech, syn Anny i Łukasza, urodzony 18.06 o godz. 10.38. Waży 2480 g, mierzy 50 cm.



Julia, córka Agnieszki i Mateusza, urodzona 19.06 o godz. 04.00. Waży 3840 g, mierzy 55 cm.

Apetyt na życie

Ciąg dalszy ze str. 5

danej czynności. Możemy na przykład uzależnić się od telefonu komórkowego. To jedno z najczęściej obserwowanych zagrożeń. Spacerując ulicą często zauważamy grupkę młodych ludzi siedzących na ławce, ze wzrokiem utkwionym w smartfonach. Przenosimy swoje życie do świata wirtualnego, co generuje ogromne niebezpieczeństwo. Inny rodzaj zagrożeń dotyczy informacji, które docierają do młodzieży z internetu. Cyberprzestrzeń jest bardzo niebezpieczna. W szkołach brakuje edukacji seksualnej, nie uczymy dzieci w przedszkolu co to jest zły i dobry dotyk, nie mówimy o konsekwencjach chorób – mówiła.

Kolejnym prelegentem była **Dorota Siebiata-Tomczyk** – pedagog zdrowia Szpitala Specjalistycznego nr 2 w Bytomiu. Jej wykład dotyczył menopauzy i jej aspektu psychologicznego. – Biologiczny cykl rozwoju kobiety składa się z kilku etapów, którym towarzyszą zmiany fizjologiczne. Z dziewczynek stajemy się kobietami, zakładamy rodziny, by cieszyć się ciężką i macierzyństwem. Jednak z upływem czasu przechodzimy okres przekwitania i menopauzy. Jesteśmy wówczas bardzo bogate w doświadczenia życiowe. To czas, w którym musimy się nimi dzielić. Pamiętajmy, że menopauza ma swoje dobre i złe strony. Jest z jednej strony końcem, ale i początkiem pewnego etapu życia. To nie choroba, a stan – mówiła podczas konferencji.

W czasie panelu, głos zabierali również mgr **Urszula Kłosińska** – psycholog („Społeczne przekonania i postawy wobec choroby nowotworowej”), **Cyprian Kapitan** i **Nikola Lubowiecka** („Żona, matka – kobieta idealna”), dr n. med. **Mateusz Zamłyński** („Jestem ojcem – badam się”), mgr **Aleksandra Jankiewicz** („Dieta w chorobie nowotworowej”) oraz mgr **Agnieszka Bachorz** („Rehabilitacja ruchowa jako metoda przekonania pacjenta o jego własnej skuteczności”).

Konferencji towarzyszyła wystawa prac pacjentek Oddziału Klinicznego Ginekologii, Położnictwa i Ginekologii Onkologicznej Szpitala Specjalistycznego nr 2 w Bytomiu i studentek Uniwersytetu III Wieku w Bytomiu pt. „Kobieta blaski i cienie”. Dodatkowo, w bytomskim Parku Miejskim im. Franciszka Kachla zorganizowano festyn. W programie znalazły się m.in. warsztaty z zumbi, trening współczesnej kobiety, zajęcia ze zdrowego odżywiania, samobadania piersi, pierwszej pomocy medycznej, zabawy dla dzieci i seniorów, trening nordic walking i pokaz mody. Na zakończenie, dla uczestników zagrała Orkiestra Rozrywkowa Power of Winds.

Wydarzenie wpisało się w harmonogram akcji „Śląskie dla Kobiet”. Rok 2018 został przez Sejmik Województwa Śląskiego ogłoszony Rokiem Profilaktyki Raka Piersi. Konferencję współorganizowała Wspólnota Amazonek „Ostoja” w Bytomiu oraz Urząd Miasta Bytomia.

DW

ZAKŁAD PRZEDMIOTÓW ORTOPEDYCZNYCH I ŚRODKÓW POMOCNICZYCH

Gorsety do leczenia skolioz typu Chêneau

Zdecydowaną większość wytwarzanego zaopatrzenia ortopedycznego w Zakładzie Przedmiotów Ortopedycznych stanowią gorsety do leczenia skolioz typu Chêneau, które wykorzystuje się przede wszystkim w leczeniu trójpłaszczyznowego skrzywienia kręgosłupa, czyli skoliozy. Schorzenie to zaliczane jest do wad postawy ciała, które ujawnia się najczęściej u dzieci w okresach szybkiego wzrostu, a mianowicie między 6. a 24. miesiącem życia, 5. a 8. rokiem życia oraz 11. a 14. rokiem życia. Przyczyny skoliozy u dzieci mogą być różne, ale większość z nich jest nieznanego pochodzenia.

Do objawów, które powinny zaniepokoić rodziców i skłonić do udania się na wizytę do poradni wad postawy lub poradni ortopedycznej zalicza się:

- wygięcie kręgosłupa na bok w części piersiowej;
- bark przesunięty ku górze i do przodu;
- asymetria trójkątów taliowych;
- przemieszczenie jednego z bioder ku górze i do przodu;
- garb żebrów tj. wystająca klatka piersiowa z jednej strony;
- wyboczenie tułowia;
- wał lędźwiowy;
- cofnięcie jednej piersi u dziewcząt, w wyniku czego optycznie ulega ona zmniejszeniu.

Głównym celem zachowawczego leczenia skoliozy jest zatrzymanie postępu zniekształcenia, zmniejszenie tempa narastania skrzywienia, oraz jego korekcję, uzyskanie symetrii klatki piersiowej, kształtowanie symetrii tułowia. Do osiągnięcia tego celu służą gorsety ortopedyczne w połączeniu z odpowiednio prowadzoną rehabilitacją.

Mechanizm działania gorsetu opiera się o trójpunktowy rozkład sił korekcyjnych, powodujących przemieszczenie określonych obszarów tułowia pod wpływem pelot oraz obszarów odciążających.

Do wytwarzania gorsetów wykorzystuje się tworzywa termoplastyczne, miękkie wyściółki wewnętrzne, które zapewniają łatwe utrzymanie higieny oraz komfort podczas użytkowania.

Gorsety wykonuje się na zlecenie lekarza posiadającego specjalizację w dziedzinie ortopedii lub chirurgii ortopedycznej lub chirurgii urazowo-ortopedycznej, a także przez lekarza o specjalizacji w dziedzinie rehabilitacji.

Zakład posiada certyfikat na tworzenie takich gorsetów wydany przez samego pomysłodawcę i twórcę tego typu gorsetów Prof. Chêneau.

Pacjent przychodzi do Zakładu ze skierowaniem potwierdzonym przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Jest konsultowany na podstawie zdjęcia rtg, opisu oraz badania pogładowego. Następnie wykonywane są pomiary oraz odlew gipsowy.

Po około 6 tygodniach od pobrania miary następuje przymiarka gorsetu, a następnie odbiór.

Pacjenci wykonujący gorset w Zakładzie są pod stałą opieką pracowników wyspecjalizowanych w tej dziedzinie. Odwiedzają Zakład średnio co 2-3 miesiące. Ma to na celu kontrolowanie działania gorsetu i wprowadzanie systematycznie zmian, jeśli jest taka potrzeba, aby móc uzyskać jak najlepsze rezultaty terapeutyczne.

KLINIKA

REDAKCJA:

SZPITAL SPECJALISTYCZNY

Nr 2

Opracowanie i skład: Wydawnictwo KA s.c.
ul. Opolska 23c, 42-600 Tarnowskie Góry
tel. 32 39-000-39, www.kasc.pl

41-902 Bytom, ul. S. Batorego 15, tel. 32 786-14-00
Druk: Mikopol, tel. 32 289-82-75, nakład: 1000 egz.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczanych reklam.



mgr Dorota Siebiata-Tomczyk
pedagog zdrowia
asystent i terapeuta

Sytuacja psychologiczna osób doświadczających przemocy w rodzinie

Trudno jest zrozumieć, dlaczego osoby doświadczające przemocy pozostają w krzywdzących je związkach. Wielu ludziom, którzy nie znają mechanizmów przemocy domowej, stosunkowo łatwo przychodzi dawanie gotowych „recept”, co należy robić w takiej sytuacji: musisz się wyprowadzić z domu; trzeba wygonić sprawcę; nie możesz pozwolić, aby cię tak traktował; zrób coś ze swoim życiem; jak mogłaś się na to godzić? Itp. Problem jednak w tym, że mimo dobrych chęci, nie mają pojęcia, czego doświadczają ofiary i że żadna tego rodzaju „porada” nie pomaga osobom doświadczającym przemocy.

Na początku każdego emocjonalnego związku jest radość, wzajemna fascynacja, czułość i miłość. Jeśli pojawią się zachowania, które nas krzywdzą, jesteśmy gotowi traktować je jako niewiele znaczące incydenty, które nie powinny niepokoić, bo wpisane są w relacje międzyludzkie. Nawet jeśli zaczynają nas niepokoić, jesteśmy gotowi je usprawiedliwić troską o nas, zazdrością wywołaną gorącym uczuciem, zbiegiem okoliczności, trudną sytuacją, w jakiej znajduje się obecnie partner, a czasem naszym własnym zachowaniem, które mogło „sprowokować” u niego wybuch agresji. Dopiero później okazuje się, że te „epizody” były pierwszymi objawami kontroli i przemocy, które nasilały się i w miarę upływu czasu coraz trudniej jest im się przeciwstawić.

Osoby doświadczające przemocy podejmują szereg działań, które według nich mają zatrzymać agresywne zachowania sprawcy przemocy i uratować związek z nim. Najczęściej działania te obejmują:

- uświadomienie partnerowi rozmiaru krzywd, jakie wywołuje i wzbudzenie w nim poczucia winy;
- uzyskiwanie od partnera obietnic, że się zmieni i przestanie krzywdzić członków rodziny;
- ukrywanie się przed agresywnym partnerem (zamykanie się w pomieszczeniu zapewniającym bezpieczeństwo, wybieganie z domu i szukanie doraźnego schronienia poza mieszkaniem) i unikanie go (schodzenie mu z oczu, niereagowanie na jego prowokacyjne zaczepki, rezygnacja z zachowań, które mogłyby wywołać kolejną falę agresji);
- grożenie partnerowi różnego rodzaju konsekwencjami, jeśli się nie zmieni (np. poinformowaniem jego rodziny o tym, jak traktuje żonę i dzieci, wezwaniem policji, prowadzeniem się z domu, złożeniem wniosku o rozwód);
- obronę przed przemocą fizyczną (unikanie urazów, zasłanianie się przed uderzeniem);
- podporządkowanie się sprawcy, nawet jeśli wiązałoby się to z koniecznością poniżenia własnej osoby;
- podejmowanie walki (odpychanie atakującego partnera, drapanie, oddawanie ciosów dłońmi lub drobnymi domowymi przedmiotami).

Być może sama zachowywałaś się w podobny sposób. I zapewne niejednokrotnie czułaś, że żadne z tych działań nie przynosi spodziewanego rezultatu – żadne z nich nie zatrzymało przemocy. Nieskuteczność tych działań potwierdzają także specjaliści zajmujący się problematyką przemocy w rodzinie i twierdzą, że nawet jeśli przez krótki czas pomagają, to długoterminowo nie dają efektu. Niektóre z nich w miarę upływu czasu mogą zwiększyć agresję sprawcy (strategie mające na celu wzbudzenie u partnera poczucia winy, strategie związane z unikaniem sprawcy lub aktywną obroną), inne utwierdzają w poczuciu bezkarności (strategie polegające na grożeniu konsekwencjami, a jednocześnie niepodjęcie żadnych działań), a jeszcze inne przynoszą dramatyczne skutki osobom doświadczającym przemocy – degradacja samej siebie i poczucia własnej godności (kiedy w wyniku aktywnej obrony stosowanej przez ofiarę przemocy, sprawca zostanie poważnie ranny lub zabity).



Ważne adresy

Centrum Pomocy Osobom Uzależnionym od Alkoholu
i Ich Rodzinom w Bytomiu
ul. Tarnogórska 3, tel. 32 787 75 22

Tarnogórski Ośrodek Terapii Uzależnień TOTU
w Tarnowskich Górach
ul. Karłuszowiec 11, tel. 32 383 15 30

Ośrodek Profilaktyki i Leczenia Uzależnień w Zabrze
ul. Park Hutniczy 6, tel. 32 778 11 99

OGÓLNOPOLSKIE POGOTOWIE
DLA OFIAR PRZEMOCY W RODZINIE
„NIEBESKA LINIA” 801 12 00 02

SZPITAL SPECJALISTYCZNY NR 2 W BYTOMIU

Bytom ul. St. Batorego 15, tel. centrala 32 786-14-00

ODDZIAŁY

**Oddział Kliniczny Chorób Wewnętrznych,
Angiologii i Medycyny Fizykalnej** Tel: 32 786-16-30
KIEROWNIK:

prof. zw. dr hab. n. med. dr h. c. multi **Aleksander Sieroń**
PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: **Danuta Kwasek**

Dział Rehabilitacji Bl. 7

Tel: 32 786-15-98

KIEROWNIK: dr n. med. **Romualda Mucha**

**Oddział Kliniczny Ginekologii,
Położnictwa i Ginekologii Onkologicznej**

Tel: 32 786-15-40

KIEROWNIK: prof. dr hab. n. med. **Anita Olejek**

P.O. POŁOŻNEJ ODDZIAŁ.: mgr **Barbara Zientarska**

Gabinet Terapeutyczny, Tel: 506 48-83-87

PEDAGOG ZDROWIA: mgr **Dorota Siebiata-Tomczyk**

Oddział Kliniczny Pediatrii

Tel: 32 786-14-98

ORDYNATOR: prof. dr hab. n. med. **Anna Obuchowicz**

PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: **Mariola Kuźma**

**Oddział Kliniczny Chirurgii Ogólnej
i Chirurgii Endokrynologicznej**

Tel: 32 786-15-18

KIEROWNIK: prof. dr hab. n. med. **Jacek Gawrychowski**

PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: mgr **Małgorzata Nabrdalik**

Oddział Położnictwa i Ginekologii

Tel: 32 786-14-83

ORDYNATOR: dr n. med. **Tadeusz Urban**

ODDZIAŁOWA POŁOŻNA: spec. **Elżbieta Puzyńska**

Zintegrowany Blok Operacyjny Bl. 5A

Tel: 32 786-16-52

P.O. KIEROWNIK: dr n. med. **Piotr Stołtny**

PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: mgr **Katarzyna Wojna**

Oddział Anestezjologii

Tel: 32 786-15-94

KIEROWNIK: dr hab. n. med. **Ewa Podwińska**

PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: mgr **Sylwia Dąbrowska**

Oddział Noworodków Bl. 5A

Tel: 32 786-15-40

KIEROWNIK: dr n. med. **Helena Sławska**

POŁOŻNA ODDZIAŁOWA: **Beata Tobor**

Oddział Noworodków Bl. 3

Tel: 32 786-14-87

KIEROWNIK: lek. med. **Małgorzata Koba**

P.O. PIEŁĘGNIARKI ODDZIAŁ.: **Beata Starostecka**

Oddział Laryngologii Dzieci

Tel: 32 786-16-06

KIEROWNIK: dr n. med. **Małgorzata Gwóźdź-Jeziarska**

PIEŁĘGNIARKA KOORDYNUJĄCA: **Małgorzata Pilawa**

Oddział Chirurgii Dzieci

Tel: 32 786-15-90

KIEROWNIK: lek. med. **Dariusz Majda**

PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: **Edyta Zygmunt**

**Oddział Chirurgii Małoinwazyjnej i Zabiegów
Krótkoterminowych**

Tel: 32 786-15-90

ORDYNATOR: lek. med. **Jacek Boładź**

PIEŁĘGNIARKA ODDZIAŁOWA: **Edyta Zygmunt**

Oddział Dermatologii i Wenerologii

Tel: 32 786-16-30

P.O. ORDYNATORA: lek. med. **Krystyna Nickel-Łukomska**

P.O. PIEŁĘGNIARKI ODDZIAŁ.: **Agata Gaworska**

PORADNIE

Poradnia Chirurgiczna – wew. 514

Poradnia Urazowo-Ortopedyczna – wew. 566

Poradnia Gastrologiczna – wew. 405

Poradnia Położniczo-Ginekologiczna – wew. 479

Poradnia Medycyny Pracy – wew. 569

Poradnia Chorób Sutka – wew. 405

Poradnia Leczenia Niepłodności – wew. 536

Poradnia Chirurgiczna dla Dzieci – wew. 573

Poradnia Nefrologiczna i Leczenia

Nadciśnienia u Dzieci – wew. 573

Poradnia Onkologiczna – wew. 406

Poradnia Chirurgiczna Chorób Tarczycy – wew. 406

Poradnia Onkologii Ginekologicznej – wew. 410

Poradnia Patologii Ciąży – wew. 410

Poradnia Gastroenterologiczna dla Dzieci – wew. 573

Poradnia Alergologiczna dla Dzieci – wew. 573

Poradnia Otolaryngologiczna dla Dzieci – wew. 573

Poradnia Dermatologiczna – wew. 569

Poradnia Patologii Noworodka – wew. 573

Poradnia Neurologii Dziecięcej

i Leczenia Padaczek – wew. 573

Poradnia Diabetologiczna – wew. 655

Poradnia Rehabilitacyjna – wew. 566

Poradnia Neurologiczna – wew. 405

Bytomska Szkoła Świadomego Rodzicielstwa – wew. 599

Poradnia Kardiologiczna – wew. 571

Poradnia Schorzeń Sromu – wew. 536

Poradnia Ginekologiczna dla Dziewcząt – wew. 410

Poradnia Kardiologiczna dla Dzieci – wew. 571

Poradnia Dermatologiczna dla Dzieci – wew. 569

**Poradnia Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej dla
Dzieci** – wew. 573

KIEROWNIK PORADNI SPECJALISTYCZNYCH:

dr n. med. **Leszek Jagodziński**

PIEŁĘGNIARKA KOORDYNUJĄCA

Barbara Poźniak wew. 591

Zakład Przedmiotów Ortopedycznych i Środków

Pomocniczych, Tel: 32 281-42-81, 32 281-42-82

KIEROWNIK: inż. **Henryk Kosz**

ul. Batorego 17