



żyjemy zdrowo

BEZPŁATNY MAGAZYN DLA PACJENTÓW NR 3/2025

15 lat Centrum Medycznego MML



345 670 konsultacji pacjentów

75 032 badań diagnostycznych

45 305 zabiegów operacyjnych

...BO PACJENT JEST NAJWAŻNIEJSZY



WYWIAD Z DR. HAB. N. MED. MICHĄŁEM MICHALIKIEM



WYWIAD Z ROBERTEM KROMEM, CZŁONKIEM ZARZĄDU CM MML



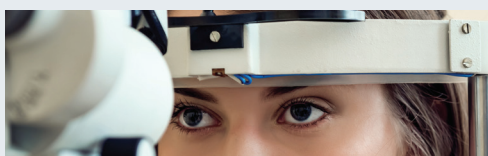
LUdzie, NA KTÓRYCH MOŻNA LICZYĆ



ŻYCZENIA I GRATULACJE DLA MML



AMD – CZYM JEST I JAK SIĘ JE LECZY?



CO TRZEBA WIEDZIEĆ O ZNIECZULENIU?



ALERGICZNY NIEŻYT NOSA



Szanowni Państwo!

Minęło 15 lat od powstania CM MML. Dla mnie był to czas niezwykle intensywny – wymagający, pełen wyzwań, ale również ogromnie satysfakcjonujący. Udało mi się zrealizować marzenia i stworzyć centrum medyczne, które jest dziś jednym z najlepszych w swojej dziedzinie. Potwierdza to stale rosnąca liczba pacjentów, których zawsze stawiamy na pierwszym miejscu.

Od początku tworzę MML razem ze wspaniałym zespołem. W bieżącym numerze naszego magazynu właśnie jego przedstawicielom oddaję głos. Zachęcam Państwa do przeczytania tekstów, w których moi współpracownicy wyjaśniają, za co cenią MML i jakie wydarzenia z historii naszego centrum najbardziej utkwiły im w pamięci. Dodatkowo zapraszam do zapoznania się z wywiadami, z których dowiedzą się Państwo więcej o historii i przyszłości naszej placówki. Na kartach magazynu ujawniamy także, jakie życzenia i gratulacje z okazji jubileuszu dostaliśmy od znanych pacjentów.

Oprócz materiałów związanych z urodzinami MML przygotowaliśmy także artykuły o zdrowiu. W tym numerze znajdą Państwo informacje o alergicznym nieżycie nosa, zwyrodnieniu plamki związanym z wiekiem (zwanym AMD) oraz o rodzajach znieczulenia, które stosujemy w naszym centrum.

Zapraszam do lektury!

Dr hab. n. med. Michał Michalik

Specjalista otolaryngologii, chirurgii głowy i szyi oraz medycyny lotniczej, założyciel i Dyrektor Medyczny Centrum Medycznego MML

Wydawca: Centrum Medyczne MML Sp. z o. o.
Plac Grzybowski, ul. Bagno 2, wejście E
00-112 Warszawa

mml.com.pl

Redakcja: Centrum Medyczne MML
Projekt graficzny i skład: Centrum Medyczne MML
Kontakt z redakcją: press@mml.com.pl



Każdy pacjent zna mój numer telefonu

Wywiad z dr. hab. n. med. Michałem Michalikiem, założycielem i Dyrektorem Medycznym Centrum Medycznego MML

Filip Lewandowski: Centrum Medyczne MML skończyło 15 lat. To była długa, na pewno ciężka, ale owocna droga...

Dr hab. n. med. Michał Michalik: Rzeczywiście. Minione 15 lat to całe moje życie zawodowe, ale na własnych warunkach. W tym czasie miałem szansę zrealizować swoje pasje i zbudować wspianą placówkę medyczną, do której stale przychodzą pacjenci. Od początku tworzę firmę z wieloma przyjaciółmi, świetnymi lekarzami i całym personelem – administracyjnym, recepcyjnym czy pielęgniarkami. Duża część z tych osób przez wiele lat wytrwała ze mną i z MML. Największe wyróżnienie stanowi dla nas to, że jesteśmy obecnie najbardziej rozpoznawalną prywatną kliniką w Polsce, jeśli chodzi o laryngologię, okulistykę i wszystkie schorzenia górnych dróg oddechowych. Cieszę się, że mamy dziś swój jubileuszowy czas. Przed nami nowe wyzwania. Kolejny rok będzie początkiem nowej ery.

F. L.: Co jest najważniejsze w prowadzeniu takiej placówki?

M. M.: Przede wszystkim wiara w siebie. Życzę jej każdemu, kto będzie chciał zacząć realizować tego typu przedsięwzięcie. Ponadto istotna jest determinacja, nieustępliwość i nieogładanie się wkoło. Ważne pozostaje także, aby ustalić punkt, do którego będziemy zmierzać. W historii MML było dużo trudnych sytuacji, ale firma zawsze szła do przodu. Nigdy nie miałem wątpliwości, że kierunek, który wyznaczyłem, jest słuszny. Dzięki temu udało mi się zrealizować marzenia i skonsolidować zespół ludzi, który dzisiaj stanowi o wartości i rozpoznawalności marki MML. Przez te lata wypracowaliśmy wiele procedur diagnostycznych i leczniczych. Szereg unikatowych rozwiązań zabiegowych wprowadziliśmy na polski rynek jako pierwsi lub we współpracy z różnymi podmiotami zagranicznymi. Cały czas z nimi współpracujemy i nadal je wprowadzamy.

F. L.: Pacjent zawsze na pierwszym miejscu, prawda?

M. M.: Istotnie. Pacjenci są dla nas najważniejsi. Mój numer telefonu jest znany wielu tysiącom pacjentów, bo zawsze go udostępniałem osobom, u których przeprowadzałem leczenie operacyjne. Część środowiska lekarskiego była tym nawet zdziwiona. Moim zdaniem, to ważne, żeby pacjent wiedział o tym, że w każdej sytuacji, jeżeli będzie miał jakikolwiek problem, może z takiego telefonu skorzystać. Nigdy nie spotkałem się z sytuacją, aby którykolwiek z pacjentów nadużywał tego kontaktu. Dzisiaj właściwie wszyscy nasi lekarze udostępniają swoje numery telefonów pacjentom. Jest to rozwiązanie dosyć unikatowe. Nie słyszałem, aby było stosowane w innych placówkach.

F. L.: MML stawia też na interdyscyplinarność...

M. M.: Tak. Interdyscyplinarność to połączenie sił wielu specjalności medycznych dla osiągnięcia jednego celu – poprawy diagnostyki i skuteczności leczenia. Uważa się, że czasy indywidualnego podejmowania decyzji terapeutycznych przez lekarzy bezpowrotnie minęły. Zgadzam się z tym przekonaniem. Dlatego współpracujemy z wieloma specjalistami. Jako przykład podam tych zajmujących się stomatologią estetyczną, która jest coraz bardziej dostępna. Trzeba pamiętać, że wykonanie zabiegu implantologicznego bez konsultacji z laryngologiem naraża pacjenta na szereg komplikacji i potencjalnych powikłań. My, laryngolodzy możemy się też wielu rzeczy nauczyć od stomatologów. Stąd taka współpraca ma bardzo duży sens. Dowodem na to są warsztaty czy konferencje dla stomatologów, które organizujemy. Takich kooperacji jest więcej. Namawiamy wszystkich, żeby dla dobra naszych pacjentów starali się realizować interdyscyplinarność. Dzięki temu będziemy bardziej skuteczni w leczeniu.



Rozmawiał Filip Lewandowski

Zmiana to okazja



Wywiad z Robertem Kromem,
Członkiem Zarządu Centrum Medycznego MML

Anita Czapka: Współpracę z CM MML rozpocząłeś w lutym 2022 roku. Co było wtedy największym wyzwaniem?

Robert Krom: Zdobycie zaufania zgranego, długo pracującego ze sobą zespołu, a z projektowych – przeniesienie oddziału laryngologii ze Szpitala Wilanów do nas, z kontraktem NFZ i zespołem lekarskim.

A. C.: Dlaczego Medicover zdecydował się zainwestować w MML – co wyróżnia tę placówkę na tle innych w Warszawie i w całej Polsce?

R. K.: MML to bardzo renomowany, butikowy szpital, który stanowi najjaśniejszy punkt na mapie warszawskiej laryngologii i okulistyki. Od pierwszych spotkań z założycielem i ówczesnym właścicielem, profesorem Michałem Michalikiem nawiązała się nic porozumienia. Mieliliśmy bardzo podobną wizję tego miejsca i dalszego rozwoju MML. Wspólne myślenie o przyszłości i kierunku rozwoju CM MML zaowocowało nawiązaniem formalnej współpracy w 2021 roku.

A. C.: Nadchodzący rok będzie przełomowy dla MML...

R. K.: Tak. Z początkiem 2026 roku Centrum Medyczne MML łączy swoje siły z inną warszawską spółką – Centrum Medycznym Damiana. Z tego połączenia powstanie nowy podmiot, który wzmocni swoją pozycję na rynku warszawskim. Pozwoli to oferować naszym pacjentom jeszcze wyższej jakości usługi medyczne, bardziej kompleksowe, z wykorzystaniem możliwości dwóch szpitali – Wałbrzyska i MML (Bagno) oraz sieci centrów medycznych, które działają na terenie Warszawy. Dodatkowo nasi pacjenci będą mogli korzystać z usług nowej firmy w Szczecinie czy Toruniu. Integracja tych spółek pozwoli na bardziej interdyscyplinarne podejście do zdrowia naszych pacjentów, chociażby dlatego, że lekarze różnych specjalizacji będą mieli dostęp do dokumentacji medycznej pacjenta wytworzonej przy okazji innych wizyt.

A. C.: Co się zmieni w MML w najbliższym czasie?

R. K.: To zależy od tego, kto będzie patrzył na tę zmianę. Tak jak wcześniej powiedziałem, dla pacjentów połączenie oznacza szerszy zakres usług, dostęp do najwyższej klasy specjalistów w większej liczbie specjalizacji i do nowych technologii medycznych czy holistyczne podejście do zdrowia, np. poprzez wdrożenie standardu opieki koordynowanej. Pacjent, który odbywa wizytę w jednej klinice, idąc do drugiej nie musi myśleć o dokumentacji medycznej. Lekarz będzie miał do niej dostęp we wszystkich placówkach. To bardzo ważne w kontekście kontynuacji leczenia.

A. C.: Jakie zmiany czekają pracowników?

R. K.: Dla pracowników oznaczać to będzie wejście do większej rodziny, a tym samym poszerzenie grona kolegów i koleżanek z pracy, nowe możliwości rozwoju kariery zawodowej w kierunkach do tej pory mniej dostępnych ze względu na rozmiar organizacji czy nowe możliwości w podnoszeniu kwalifikacji. Dla zdecydowanej większości naszych pracowników ta zmiana oznacza nowe możliwości, ale, co ważne, my sami też odpowiadamy za to, z czym ona może się dla nas wiązać. Od osobistego zaangażowania w zmianę zależy, co z perspektywy czasu będzie dla nas oznaczała. Najbliższy czas będzie wymagał bardzo intensywnej pracy. Oprócz swoich codziennych obowiązków większość z nas będzie brała udział w przygotowaniu i przeprowadzeniu zmiany w swoim obszarze działania. To, jak się w nią zaangażujemy, będzie miało kluczowe znaczenie dla tego, jak wejdziemy w początek roku. Już od kilku miesięcy wielu pracowników przygotowuje tę zmianę. Chciałbym wszystkim bardzo za to podziękować. Jednocześnie chcę przytoczyć moje ulubione powiedzenie. Mówi ono, że „zmiana to okazja w przebraniu”. Wykorzystajmy ją do zmiany tego, z czego dotychczas nie byliśmy zadowoleni i wzmocnienie tego, co nas satysfakcjonowało.



Rozmawiała Anita Czapka,
Centrum Medyczne MML

Ludzie, na których można liczyć

15 lat
Centrum
Medycznego
MML

Na zdjęciu od lewej:
Urszula Choromańska-Białek;
Adelina Śmiszek;
Emilia Śliwowska;
Katarzyna Szkodzińska



15 lat Centrum Medycznego MML minęło. Z okazji jubileuszu zapytaliśmy pracowników firmy, za co cenią naszą placówkę i które wydarzenia z jej historii najbardziej utkwiły im w pamięci. Serdecznie zachęcamy do przeczytania ich odpowiedzi. To szansa, aby bliżej poznać osoby, dzięki którym MML jest wyjątkowe.

Wspaniały zespół

Urszula Choromańska-Białek jest związana z MML od 2005 roku, kiedy firma działała jeszcze w innej formie organizacyjnej. Jako Dyrektor ds. Finansowo-Administracyjnych zajmuje się nadzorem nad procesami finansowymi, księgowymi oraz HR-owymi w spółce. MML uważa za miejsce o rodzinnym charakterze, sprzyjające rozwojowi zawodowemu i budowaniu przyjaźni. Wśród najważniejszych wspomnień dotyczących pracy wymienia pandemię i ówczesną postawę zespołu. – *Jako menedżer mierzyłam się wtedy z bardzo trudnym wyzwaniem. Musiałam sprostać wymogom formalnym, prawnym i pogodzić je z oczekiwaniami pracowników. Na zawsze zapamiętam wspaniałą i pełną zrozumienia postawę zespołu i zarządu MML. To było niezwykle –* podkreśla Urszula.

Pokonamy każdą przeszkodę

Emilia Śliwowska w CM MML pracuje od 2015 roku. Obecnie zajmuje stanowisko Dyrektora Operacyjnego. Jej głównym celem jest zapewnienie, by wszystkie elementy funkcjonowania centrum działały sprawnie, efektywnie i z myślą o pacjencie. Emilia podkreśla, że CM MML nauczyło ją elastyczności i odwagi. Za najtrudniejszy moment w swojej pracy uważa czas pandemii. Po tym doświadczeniu wie, że każdą przeszkodę można pokonać,

jeśli zespół potrafi działać razem. – *W MML najbardziej cenię to, że tworzymy zespół, który naprawdę się wspiera. Duże znaczenie ma także możliwość pracy w miejscu, w którym dobro pacjenta stanowi najwyższą wartość –* mówi.

Zaangażowani na sto procent

Katarzyna Szkodzińska jest związana z CM MML od początku istnienia. Dziś zajmuje stanowisko Kierownika Szpitala. Do jej głównych zadań należy sprawowanie nadzoru nad pracownikami i dbanie o wysoką jakość usług. Za największą wartość MML uważa ludzi. Jeszcze nikt nie odmówił jej pomocy. Z 15 lat historii szpitala Katarzynie najbardziej utkwiła w pamięci przeprowadzka z ulicy Słomińskiego na Bagno. – *Wszyscy byli w nią zaangażowani na sto procent. Nawet szefostwo sprzątało –* śmieje się.

Od dwóch gabinetów do ogromnej przestrzeni

Adelina Śmiszek w CM MML pracuje od 2010 roku. Zaczynała jako recepcjonistka. Obecnie jest Kierownikiem Zespołu ds. Obsługi Klienta. Do jej zadań należy zarządzanie zespołem i zapewnienie wysokiego standardu obsługi pacjentów. Według Adeliny MML wyróżnia się jakością usług, profesjonalizmem oraz rodzinną atmosferą. Zapytana o moment z historii firmy, który szczególnie zapisał się w jej wspomnieniach, mówi: – *Najlepiej pamiętam czas, gdy przenosiliśmy się z pierwszej siedziby, która miała dwa małe gabineciki do aktualnego miejsca, gdzie jest ogromna przestrzeń, kilkanaście gabinetów lekarskich i własny szpital.*



Na zdjęciu od lewej: Izabela Dudek;
Laura Kujaczyńska

Współpraca i wsparcie

Laura Kujaczyńska w CM MML pracuje od 3 lat. Jest Koordynatorem Pracowni Tomografii Komputerowej. Do jej zadań należy zarządzanie zespołem elektroradiologów oraz dbanie o to, aby badania CBCT przebiegały w sposób prawidłowy i bezpieczny dla pacjentów. Laura ceni MML za możliwość rozwoju swoich umiejętności i pracy na nowoczesnym sprzęcie. Zwraca też uwagę na współpracę i wsparcie między pracownikami. – *Zawsze mogę polegać na moim zespole, ale nie tylko. Nieraz mogłam liczyć na pomoc lekarza czy pielęgniarki i z wzajemnością* – podkreśla.

Fantastyczni ludzie

Izabela Dudek jest elektroradiologiem. Rozpoczęła pracę w CM MML w 2010 roku. Podczas minionych 15 lat pełniła funkcję Kierownika Pracowni Tomografii Komputerowej i Inspektora Ochrony Radiologicznej, a teraz do jej zadań należy wykonywanie badań CBCT oraz audiometrii tonalnej. Wiele się tutaj nauczyła i zdobyła doświadczenie zawodowe wśród profesjonalistów. Według Izabeli MML jest miejscem pełnym wzajemnego szacunku i wsparcia między pracownikami. Wracając do pracy po dłuższym urlopie była spokojna, bo wiedziała, że czekają na nią przyjazne osoby. Najbardziej w firmie ceni miłą atmosferę i współpracę z całym zespołem oraz z pacjentami. To sprawia, że praca jest dla niej nie tylko obowiązkiem, ale również przyjemnością. – *Z czasu pracy w MML najlepiej utkwił mi w pamięci fantastyczni ludzie, którzy wspólnie tworzą to miejsce* – wyjaśnia.

Przed wszystkim rozwój



Marta Rozhko dołączyła do zespołu CM MML w 2018 roku. Jest Koordynatorem ds. Rozliczeń. Do jej zadań należy m.in. obsługa kontraktów z Narodowym Funduszem Zdrowia. Z minionych lat szczególnie zapamiętała uruchomienie nowej usługi – programu lekowego dla chorych z zapaleniem nosa i zatok przynosowych z polipami nosa. Marta uważa, że największym atutem MML jest rozwój – zarówno firmy, jak i jej osobisty. – *Uruchomienie nowych poradni oraz świadczenie nowych usług wzbogaciło mnie w ogromną wiedzę, umiejętności i doświadczenie. Doceniam również możliwość współpracy ze wspieranymi ludźmi* – mówi.

Pomagamy sobie nawzajem



Patryk Łubkowski pracuje w CM MML od 2023 roku. Jest Asystentem w Dziale Księgowości. Zajmuje się księgowością i obsługą poczty. Co najbardziej podoba mu się w miejscu pracy? – *MML cenię za ciepłą i przyjazną atmosferę oraz za to, że gdy ktoś w zespole ma problem, to pomagamy sobie nawzajem* – wymienia Patryk.

Przyjazna atmosfera i profesjonalizm



Marcin Jastrzębski związał się z CM MML w 2018 roku. Pracuje na stanowisku Administratora IT. Firmę docenia za przyjazną atmosferę i fachowość współpracowników. Zapytany o jubileuszowe wspomnienia dotyczące MML śmieje się: – *Najlepiej zapadły mi w pamięć spotkania integracyjne w porcie nad Wisłą.*



Na zdjęciu od lewej: Sylwia Czekalińska; Aleksandra Chojnacka; Teresa Marciniak; Joanna Lech; Wioletta Kurpiewska; Joanna Kulig

Dobro pacjenta celem nadrzędnym

Aldona Szynkowska dołączyła do CM MML 15 lat temu. Jest Koordynatorem Bloku Operacyjnego. Specjalizuje się w zarządzaniu zespołem operacyjnym i anestezjologicznym. Ceni miejsce pracy za dobrą atmosferę w zespole, wysoki poziom organizacji, dostęp do nowoczesnego sprzętu i jasnych procedur oraz możliwości rozwoju personelu. Co z minionych lat w MML Aldona zapamiętała najlepiej? – *Najbardziej w pamięci zostają ludzie. Wzajemne wsparcie i zaufanie to fundament bloku operacyjnego, gdzie dobro pacjenta jest nadrzędnym celem.*

Nie ma miejsca na nudę

Teresa Marciniak rozpoczęła pracę w CM MML 3 lata temu. Pełni funkcję Kierownika Zespołu Pielęgniarskiego w obszarze laryngologii i okulistyki. Kieruje osiemnastoma osobami, które zajmują się wykonywaniem wielu badań i asystowaniem przy zabiegach. Lubi pracę w MML, bo nigdy się w niej nie nudzi. – *Każdy dzień stawia przede mną szereg wyzwań. Udało mi się stworzyć fantastyczny zespół, który lubi i chce razem pracować. Celebруем urodziny, święta i sukcesy każdej z nas – podkreśla Teresa.*



Na zdjęciu od lewej:
Wiesława Siejka;
Aldona Szynkowska;
Iryna Kolesnikova



Na zdjęciu od lewej: dr n. med. Katarzyna Pierchała; lek. Dariusz Starczewski; dr n. med. Jan Bardadin; lek. Aleksandra Mickielewicz; dr hab. n. med. Michał Michalik; lek. Marcin Broda; dr n. med. Agata Gerwel; lek. Agnieszka Dmowska-Korobiewska



Chce się tu przychodzić

Lek. Włodzimierz Jakub Siemianowski jest anesteziologiem. Obecnie pełni funkcję Koordynatora Anestezjologii.

Z CM MML współpracuje od 2008 roku. W swojej praktyce spotyka pacjentów pełnych lęku i niepokoju przed operacją. Zawsze stara się złagodzić to uczucie. Za najmocniejsze strony firmy uważa profesjonalizm, podejście do pacjenta i rodzinną atmosferę. – *MML to miejsce pracy, do którego chce się przychodzić. W minionych latach nasza placówka bardzo się rozwinęła – od małego gabinetu do kliniki w centrum Warszawy. Uważam za osobisty sukces to, że mogłem uczestniczyć w tym procesie* – mówi doktor Siemianowski.



Zrozumienie od pierwszych rozmów

Lek. Mariusz Strąk zajmuje się okulistyką – konsultacjami, wykonywaniem

badań dodatkowych, diagnostyką i leczeniem chorób siatkówki, ze wskazaniem na plamkę. Z CM MML jest związany od czasu przeprowadzki firmy na ulicę Bagno. Z historii pracy w placówce najlepiej zapamiętał pierwsze spotkania i rozmowy z kolegami i koleżankami dotyczące tworzenia części okulistycznej. Za co ma uznanie dla firmy? – *MML wyróżnia się dobrymi warunkami i organizacją pracy* – podkreśla doktor Strąk.



Wielka radość i satysfakcja

Lek. Agnieszka Dmowska-Korobiewska pracuje w CM MML od 2009 roku. Wykonuje zabiegi służące leczeniu

chrapania, operacje plastyki przegrody nosa, funkcjonalne endoskopowe operacje zatok czy operacje migdałków u dzieci. Zdaniem doktor Dmowskiej-Korobiewskiej, w historii firmy najważniejszy jest fakt, że zapoczątkowano w niej diagnostykę i leczenie chrapania oraz bezdechów w czasie snu. Uważa też, że MML jest miejscem wyjątkowym, bo pracownicy traktują siebie nawzajem oraz pacjentów z szacunkiem i zawsze starają się udzielić pacjentom pomocy. – *Z przyjemnością przychodzę do MML. Praca daje mi wielką radość i satysfakcję. Nasz szef, profesor Michalik, inspirowuje nas i motywuje do ciągłego kształcenia się* – mówi doktor Dmowska-Korobiewska.



Zintegrowana kadra

Lek. Marcin Broda w CM MML pracuje od początku jego istnienia. Jako laryngolog zajmuje się leczeniem

pacjentów ze schorzeniami w obrębie uszu, krtani, gardła, nosa i zatok przynosowych, a także problemami zaburzeń oddychania podczas snu. Jak mówi, ceni MML za indywidualne podejście do każdego pacjenta. Co najlepiej zapamiętał z minionych 15 lat? – *MML było nie tylko miejscem, gdzie wykonywaliśmy pracę lekarza. Była to także przestrzeń, w której integrowaliśmy się jako zespół medyczno-administracyjny. Dzięki temu stworzyliśmy atmosferę pozwalającą na kompetentną pomoc pacjentom. Dlatego praca tutaj przynosiła mi przez te wszystkie lata ogromną satysfakcję* – podkreśla doktor Broda.



Sprawna organizacja i wsparcie

Dr n. med. Jan Bardadin pracuje w CM MML od listopada 2011 roku. Zajmuje się szeroko pojętym leczeniem

schorzeń z zakresu otorynolaryngologii zarówno w trybie ambulatoryjnym, jak i chirurgicznym. Obecnie specjalizuje się w operacjach plastycznych nosa (rynoplastykach). Prowadzi też szkolenia dla lekarzy w tym zakresie. Doktor Bardadin ceni MML za sprawną organizację i wsparcie personelu. Pytany o to, co z historii pracy w firmie zapamiętał najlepiej, odpowiada: – *Najbardziej utkwiała mi w pamięci pierwsza wizyta w centrum.*



Praca to przyjemność

Lek. Dariusz Starczewski zajmuje się anestezjologią i intensywną terapią. Wchodzi w skład zespołu CM MML

od 12 lat. Z tego czasu szczególnie zapadły mu w pamięć spotkania z bardzo interesującymi pacjentami. Co najbardziej docenia w firmie? – *MML dysponuje znakomitym zespołem lekarskim i pielęgniarskim, dzięki któremu praca staje się przyjemnością* – podkreśla doktor Starczewski.



Rodzinny klimat i dobra współpraca

Lek. Aleksandra Mickielewicz leczy schorzenia laryngologiczne u dzieci i dorosłych. Do CM MML dołączyła

w 2022 roku. Z minionych lat najbardziej utkwił jej w pamięci niezwykły rozwój firmy. Zapytana o to, co wyróżnia MML, mówi: – *Świetne wyposażenie gabinetów oraz bloku operacyjnego, rodzinna atmosfera i dobra współpraca między pracownikami.*



Fachowa postawa wobec pacjenta

Dr n. med. Agata Gerwel jest laryngologiem. Jej główna pasja to chirurgia głowy i szyi. W MML ceni profesjo-

nalną postawę w stosunku do pacjenta, atmosferę pracy oraz możliwość bezpośredniej rozmowy z przełożonymi i dyskusji, gdy jest potrzeba. Doktor Gerwel dodaje, że

w razie potrzeby, w trudnych wyzwaniach może liczyć na pomoc kolegów. Jakie wydarzenia z historii MML wspomina najczęściej? – *Wszystkie chwile w gronie współpracowników, które spędziliśmy w rodzinnej atmosferze w pracy i poza nią, zwłaszcza wspólne wyjazdy z tańcami* – śmieje się.



Znakomici lekarze i pielęgniarki

Dr n. med. Katarzyna Pierchała dołączyła do CM MML 17 lat temu. Zajmuje się leczeniem zawrotów głowy,

a w szczególności choroby Meniere'a i położeniowych zawrotów głowy (tzw. pływających otolitów). Stara się też leczyć szumy uszne, co jest niełatwe. Jednak dzięki metodzie miejscowego podawania sterydu w zastrzykach do ucha, wielu pacjentów odczuwa spektakularną poprawę. Za najcenniejsze w MML doktor Pierchała uważa warunki, komfort pracy, atmosferę i klimat oraz znakomity zespół lekarski i pielęgniarski. Pytana, co z historii pracy w placówce utkwilo jej w pamięci, odpowiada: – *17 lat minęło jak jeden dzień. Wszystkie lata wspominam bardzo dobrze.*



Najcenniejsi są współpracownicy

Dr n. med. Jacek Usowski jest specjalistą otolaryngologii, audiologii i foniatryi. Leczy i diagnozuje pacjentów z cho-

robami uszu, niedosłuchem, zaburzeniami równowagi czy zaburzeniami głosu. Wykonuje też drobne zabiegi z zakresu otolaryngologii. Zapytany, co ceni w CM MML, odpowiada, że zespół, z którym pracuje – zarówno medyczny, jak i panie z rejestracji czy techników wykonujących badania. Doktor Usowski jest związany z MML od 2013 roku. Z minionych lat najbardziej utkwilo mu w pamięci – *prorowadzone przez niego – szkolenie dla lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej – Pacjentką, na której wykonywałem szkoleniową prezentację badania fiberoskopowego górnych dróg oddechowych była... moja córka Karolina* – wspomina.



Opracowała Anita Czapka,
Centrum Medyczne MML

Wielkie dzięki całemu MML!

Zapraszamy do zapoznania się z życzeniami i gratulacjami, które z okazji 15 urodzin Centrum Medycznego MML otrzymaliśmy od znanych pacjentów.



” Z okazji 15 urodzin MML składam najszczerze życzenia całemu zespołowi oraz założycielowi, super-, megaczłowiekowi, najlepszemu w swoim fachu profesorowi Michałowi Michalikowi. Dziękuję Wam bardzo za to, że dbacie o mnie i o moją rodzinę oraz za to, że – mimo mojej kariery sportowej – mam sprawny nos. Do zobaczenia niebawem, bo przestałem ostatnio słyszeć na lewe ucho...

Daniel Omiełańczuk

” 15 lat MML to 15 lat dobrej roboty – pomagania ludziom potrzebującym, takim jak ja. Serdecznie pozdrawiam Szefa, Michała Michalika i dziękuję! Trzymajcie się!

Cezary Pazura



” Gratulacje dla Centrum Medycznego MML z okazji piętnastolecia działalności! To 15 lat skutecznego leczenia i pomagania pacjentom. Wiem, co mówię, bo jestem jednym nich. Podziękowania dla profesora Michała Michalika za opiekę na najwyższym poziomie. Życzę dalszych sukcesów!

Włodzimierz Zawadzki

” Jubileusz piętnastolecia MML godzien jest laudacji, bo byłoby o czym mówić i za co dziękować. Z okazji rocznicy składam gratulacje wszystkim pracującym w centrum. Kłaniam się!

Krzysztof Tyniec

” MML i Szef Wszystkich Szefów niech żyją nam! Michale, na Twoje ręce – najlepsze życzenia. Robicie dobrą robotę. Dzięki Wam świat lepiej oddycha. Kolejnych wspaniałych rocznic! Sto lat!

Jarosław Boberek



» 15 lat? Niewiarygodne, jak ten czas szybko leci. Dobrze, że zarówno ja, jak i cała ekipa MML, z profesorem Michałem na czele, jesteśmy dalej młodzi. Życzę Wam wszystkiego najlepszego! Za to, że u Was nie czuję się jak u lekarza, ale jak na niedzielnych pierogach u mamusi. Przy okazji chciałbym prosić, żebyśmy jeszcze raz zrobili mój nos...

Łukasz Jurkowski

» Życzę Wam wszystkiego najlepszego! Chciałbym Wam też serdecznie podziękować. Tego, ile razy mnie wyciągnęliście z paskudnych kontuzji, to już chyba sam nie zliczę. Gdyby nie Wy, już dawno byłbym na sportowej emeryturze. Wielkie dzięki całemu MML!

Jan Błachowicz

» Michale, Bracie! 15 lat to dużo czasu, a jeżeli przez te lata pomagasz ludziom, to ten okres został wykorzystany jeszcze lepiej. Mam nadzieję, że przetrwa duch, którego tchnąłeś w MML – tak jak w ludzi, w których tchnąłeś nowy oddech. 100 lat!

Maciej Kawulski



» Kochani, 100 lat! Pamiętam początki Waszej firmy. Miałam wielką przyjemność otwierania nowej siedziby. Potem Michał stał się moim przyjacielem. Jestem dumna z tego powodu. Cudownie, że firma trwa i ma wysokie notowania u pacjentów. Gratulacje!

Katarzyna Dowbor



» Kochany Michałku, minęło 15 lat MML, a my już razem prawie 10. MML to cudowne miejsce. Michał to cudowny wariat, który kocha swoją robotę. W tym facecie jest dobra energia, dobra dusza i dobre serce. Życzę Wam zdrówka, wielu pacjentów i kolejnych 15 lat!

Łukasz Nowicki



» Przede wszystkim życzę Wam zdrowia. To jest najważniejsze. Dziękuję, że dbacie o nas – o zawodników i po prostu o ludzi. Na pewnym etapie skończyłbym karierę, gdyby nie MML. Wszystkiego dobrego! Do zobaczenia na kawce!

Mamed Chalidow

» Kochani, serdeczne gratulacje! Życzę Wam 100 lat, a jeśli dodać te 15, to – 115 lat w szczęściu, bogactwie i powodzeniu. Żeby Wam się wszyscy leczyli zdrowo i żebyście Wy byli zdrowi. Michale, Ty też żebyś był zdrowy.

Katarzyna Miller



Opracowała Anita Czapka,
Centrum Medyczne MML



AMD – czym jest i jak się je leczy?

Lek. Mariusz Strąk – specjalista okulistyki

Zwyrodnienie plamki związane z wiekiem (age-related macular degeneration – AMD) to przewlekła choroba siatkówki oka, występująca zwykle u osób po 45.–50. roku życia. AMD – zgodnie z nazwą – dotyczy plamki, która jest obszarem odpowiedzialnym za ostrość wzroku. Choroba może prowadzić do utraty widzenia centralnego i zdolności do samodzielnego funkcjonowania. W krajach rozwiniętych AMD jest główną przyczyną nieodwracalnej ślepoty osób starszych. Sprawdź szczegóły.

Rodzaje AMD

Wyróżniamy następujące formy zwyrodnienia plamki związanego z wiekiem:

- postać sucha AMD: dotyczy 80–90% pacjentów. Rozwija się powoli. Na ogół upośledza widzenie w mniejszym stopniu niż postać wysiękowa. W formie zanikowej, zwanej zanikiem geograficznym, na ogół po wielu latach trwania, może drastycznie upośledzać ostrość widzenia w związku z zanikiem fotoreceptorów w plamce. Może również przejść w formę wysiękową zwyrodnienia;
- postać wysiękowa AMD (zwana też mokrą, wilgotną lub neowaskularną): występuje rzadziej, ale jest bardziej agresywna. Powoduje szybki spadek ostrości wzroku i bez terapii prowadzi do nieodwracalnej utraty widzenia centralnego. Co prawda widzenie peryferyjne pozostaje niezmienione, nie jest ono jednak wystarczające do utrzymania samodzielności osoby chorej.

Jakie są objawy AMD?

Do głównych objawów wysiękowej postaci AMD należą:

- bezbolesna, często nagła utrata widzenia centralnego (mroczek w centrum obrazu);
- pogorszenie ostrości widzenia z różnych odległości;
- metamorfozy, czyli zniekształcenia obrazu (falowanie, krzywienie linii).

Choroba wpływa na obniżenie jakości życia – utrudnia czytanie, pisanie, rozpoznawanie twarzy czy prowadzenie

pojazdów. Ponadto sprzyja urazom i zwiększa zależność od otoczenia. Może też prowadzić do depresji.

Przyczyny i czynniki ryzyka AMD

Jednoznaczna przyczyna występowania AMD jest nieznana. Choroba rozwija się z wiekiem, wskutek złożonych mechanizmów, m.in. genetycznych, starzenia się siatkówki oraz wpływu środowiska. Ważnym czynnikiem ryzyka AMD jest palenie tytoniu – palacze chorują nawet 6 razy częściej niż osoby niepalące.

Do innych czynników sprzyjających zachorowaniu na AMD należą:

- jasna tęczówka i rasa biała;
- płeć żeńska;
- nadmierna ekspozycja na promieniowanie UV;
- zaburzenia lipidowe;
- choroby sercowo-naczyniowe i metaboliczne (np. nadciśnienie, cukrzyca).

Jak wygląda diagnostyka AMD?

Podstawą rozpoznania AMD jest wywiad medyczny i badanie okulistyczne oraz przede wszystkim badania obrazowe. Najważniejsze badanie to OCT (optyczna koherentna tomografia) plamki. W razie potrzeby uzupełnia się ją o angiografię OCT (angioOCT, OCTA) lub – rzadziej – o angiografię fluoresceinową (AF). OCT i OCTA są badaniami nieinwazyjnymi, natomiast angiografia fluoresceinowa wymaga podania kontrastu. U niektórych pacjentów jest przeciwwskazana.



Na czym polega leczenie AMD?

Sposób leczenia AMD uzależniony jest od etapu i postaci choroby. Aktualnie okuliści nie dysponują skutecznymi metodami terapeutycznymi, które mogłyby odwrócić zmiany charakterystyczne dla żadnej z postaci AMD.

W 2023 roku w USA zostały zarejestrowane leki hamujące rozwój suchej, zanikowej postaci AMD. W chwili obecnej w Europie, w tym w Polsce, nie są one jeszcze dostępne.

W odmianie wysiękowej AMD główną formą terapii jest stosowanie leków hamujących czynniki wzrostu śródbłonnka naczyń (anti-vascular endothelial growth factor – anti-VEGF). Leczenie anti-VEGF, stosowane w formie iniekcji, pozwala na zachowanie wyjściowej ostrości widzenia, a niekiedy nawet na jej poprawę.

Osobom z AMD, które zmagają się z obniżonym nastrojem, lękiem lub depresją, zaleca się konsultację u specjalisty zdrowia psychicznego.

Jak przebiega terapia preparatami anti-VEGF?

Leczenie preparatami anti-VEGF polega na podawaniu zastrzyków bezpośrednio do chorego oka, a dokładniej do komory ciała szklistego wypełniającego wnętrze gałki ocznej. Z tego względu określa się je jako iniekcje doszkliskowe.

Iniekcje te należą do najczęściej wykonywanych zabiegów okulistycznych. Podaje się je przy użyciu bardzo cienkiej igły, po wcześniejszym miejscowym znieczuleniu i dezynfekcji oka. Podczas procedury większość pacjentów odczuwa tylko niewielki dyskomfort.

Terapia anti-VEGF jest prowadzona zgodnie z ustalonym schematem. Obecnie uznaje się, że leczenie powinno trwać do końca życia lub do momentu przejścia choroby w zaawansowaną fazę, z głęboką utratą widzenia centralnego. Po ewentualnym zakończeniu leczenia pacjent otrzymuje wskazówki dotyczące dalszego postępowania.

Czy zwyrodnieniu plamki można zapobiegać?

Ryzyko zachorowania na AMD zmniejszają:

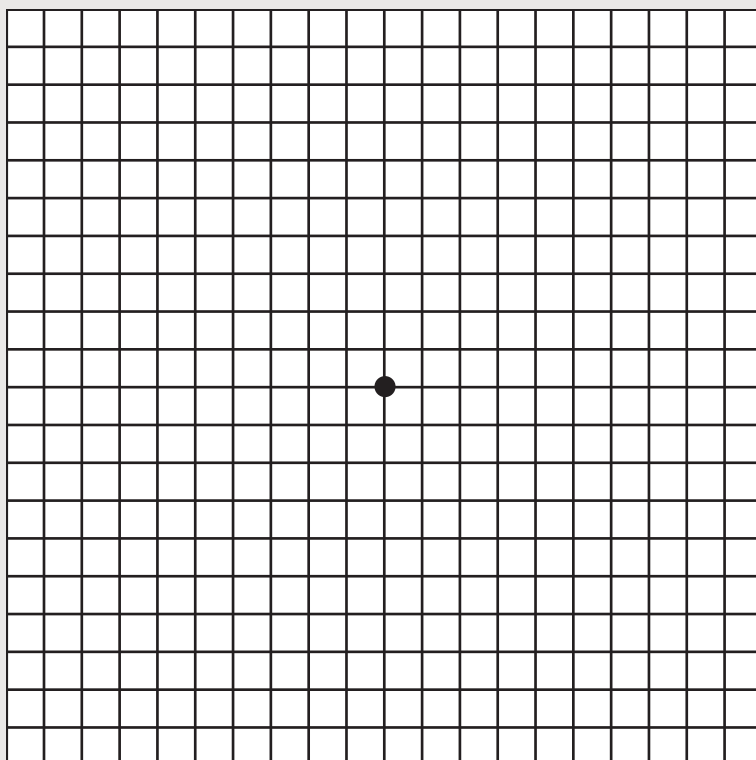
- rzucenie palenia;
- ochrona oczu przed promieniowaniem UV (noszenie okularów z filtrem);
- aktywność fizyczna;
- utrzymywanie prawidłowej masy ciała;
- kontrola nadciśnienia i cukrzycy;
- dieta bogata w nienasycone kwasy tłuszczowe, antyoksydanty i cynk.

Test Amslera

W rozpoznaniu objawów AMD pomocny jest test Amslera, który każdy może zrobić samodzielnie. Test trzeba wykonać najpierw jednym, a potem drugim okiem. Należy założyć jedno oko i trzymać kartę testu w odległości około 30–40 cm. Patrząc w centralny punkt i nie poruszając okiem, trzeba obserwować resztę siatki. Jeśli wszystkie linie są proste, a kwadraty równe, oznacza to prawidłowy stan plamki.

W przypadku zaburzeń widzenia linie mogą się wyginać (metamorfopsje), kwadraty sprawiają wrażenie większych (makropsje) lub mniejszych (mikropsje), a fragmenty siatki mogą nie być widoczne (tzw. mroczek).

Test wykonuje się z odległości do czytania, dlatego osoby noszące okulary do blizy powinny skorzystać z nich podczas badania.





Co trzeba wiedzieć o znieczuleniu?

*lek. Włodzimierz Jakub Siemianowski
- specjalista anestezjologii*



Bolesne zabiegi odbywają się zazwyczaj w znieczuleniu. Ma ono istotne znaczenie dla bezpieczeństwa, komfortu i skuteczności wykonywanych procedur. Jednak czasem budzi obawy samych pacjentów lub ich rodziców. W Centrum Medycznym MML stosujemy kilka rodzajów znieczulenia. Zawsze staramy się zaproponować takie postępowanie, które najlepiej pasuje do przeprowadzanego zabiegu i jest najmniej obciążające dla organizmu pacjenta. Dowiedz się więcej.

Znieczulenie miejscowe

Wiele procedur ambulatoryjnych w naszej placówce wykonujemy w znieczuleniu miejscowym – podobnym do tego, jakie powszechnie stosuje się w stomatologii. Jego celem jest zniesienie bólu na niewielkim obszarze. W trakcie zabiegu pacjent pozostaje świadomy.

Do znieczulenia miejscowego nie trzeba się specjalnie przygotowywać. Bezwzględny przeciwwskazaniem do jego zastosowania jest alergia na podawany środek znieczulający.

W przypadku niektórych procedur, np. wykonywanych w leczeniu chrapania, samo znieczulenie miejscowe jest wystarczające. Jeśli jednak w trakcie przeprowadzania zabiegu w znieczuleniu miejscowym, pacjent odczuwa dyskomfort, możemy mu zaproponować zabieg w sedacji.

Sedacja

Sedacja to – wywołany farmakologicznie – stan głębokiego odprężenia czy zobojętnienia, czasem połączony z płytkim snem. Ten rodzaj znieczulenia nierzadko wiąże się również z tzw. niepamięcią następczą dotyczącą przebiegu zabiegu. Sedację stosujemy również w połączeniu ze znieczuleniem miejscowym, co sprawia, że pacjent nie odczuwa bólu i ma podczas operacji zapewniony komfort psychiczny.

W przypadku płytkiej sedacji pacjent pozostaje świadomy i oddycha samodzielnie. W sedacji umiarkowanej pacjent oddycha samodzielnie i śpi, ale łatwo daje się wybudzić, a sedacja głęboka jest zbliżona do znieczulenia ogólnego i może wymagać wspomagania oddechu.

Taki rodzaj znieczulenia jest stosowany podczas zabiegów, które mogą być nieprzyjemne, trwają długo lub są związane z unieruchomieniem. Sedacja to procedura, która wymaga już obecności lekarza anestezjologa i wykonywana jest

w warunkach bloku operacyjnego. Przed sedacją pacjent powinien być na czczo (6 godzin bez posiłku, 2 godziny bez płynów) i w dobrym stanie ogólnym.

Przeprowadzenie zabiegu w sedacji wymaga też wcześniejszej wizyty u lekarza anestezjologa. Podczas wizyty lekarz zbada pacjenta, pozna stan jego zdrowia i przyjmowane leki oraz zakwalifikuje do całej procedury. To w znaczący sposób zwiększa bezpieczeństwo pacjenta.

Sedacja jest bezpieczna, a ewentualne zdarzenia niepożądane, takie jak reakcje alergiczne czy zaburzenia oddechu, występują rzadko i są kontrolowane przez personel medyczny.

Znieczulenie ogólne

Znieczulenie ogólne (narkoza), to stan farmakologicznie wywołanego, głębokiego snu, w którym pacjent traci świadomość, odruchy i zdolność samodzielnego oddychania. Dzięki temu nie odczuwa bólu ani dotyku, a mięśnie pozostają rozluźnione. Przez cały zabieg pacjent znajduje się pod kontrolą anestezjologa, który monitoruje funkcje życiowe i reaguje na ewentualne nieprawidłowości. Po zabiegu pacjent zostaje wybudzony (wyprowadzony ze stanu znieczulenia ogólnego) i przewieziony na tzw. salę wybudzeń, w celu monitorowania stanu ogólnego.

Znieczulenie ogólne stosujemy podczas bardziej skomplikowanych operacji i bezwzględnie u dzieci. Przed znieczuleniem ogólnym również konieczna jest wizyta u lekarza anestezjologa, jak przy sedacji. Do znieczulenia ogólnego także trzeba być na czczo (6 godzin bez jedzenia i 2 godziny bez picia).

Po narkozie mogą wystąpić łagodne objawy niepożądane, takie jak ból gardła, chrypka czy nudności i wymioty. Poważniejsze powikłania, np. zaburzenia oddechowe, reakcje alergiczne czy zachłyśnięcie, zdarzają się obecnie niezwykle rzadko.



Alergiczny nieżyt nosa – przyczyny, objawy i leczenie

lek. Elżbieta Idczak-Nowicka – specjalista alergologii

Alergiczny nieżyt nosa (ANN), potocznie nazywany katar siennym lub katar alergicznym, jest globalnym problemem zdrowotnym. Choruje na niego około 400 milionów osób na całym świecie. ANN charakteryzuje się m.in. kichaniem, wodnistym katarciem, zatknięciem i świądem nosa. Terapia ANN polega na unikaniu czynników sprawczych (zwanymi alergenami), stosowaniu leków i/lub na tzw. odczulaniu. Poznaj szczegóły.

Co to jest alergiczny nieżyt nosa i jakie są jego objawy?

Alergiczny nieżyt nosa jest zapaleniem błony śluzowej nosa, spowodowanym przez nieprawidłową i nadmierną reakcję układu odpornościowego na zazwyczaj nieszkodliwe substancje (alergeny).

Do głównych objawów ANN zaliczamy:

- kichanie;
- spływanie wydzieliny z nosa lub po tylnej ścianie gardła;
- zatkanie nosa;
- swędzenie nosa.

Alergiczny nieżyt nosa mieć różne nasilenie – od łagodnego po ciężkie. Wyróżniamy przewlekły ANN (trwający ponad 4 dni w tygodniu, dłużej niż 4 tygodnie) oraz okresowy ANN, który nie spełnia tych kryteriów. Nieleczony ANN powoduje obniżenie jakości życia, zaburzenia snu czy pogorszenie wyników w nauce lub w pracy.

Jakie alergeny najczęściej wywołują ANN?

Alergiczny nieżyt nosa jest zazwyczaj spowodowany przez alergeny wziewne, w tym m.in.:

- pyłki roślin wiatropylnych – traw i zbóż, niektórych drzew (np. brzozy, olchy/olszy, leszczyny, dębu, jesionu czy grabu) oraz chwastów (np. bylicy i ambrozji);
- grzyby pleśniowe (*Alternaria*, *Cladosporium*);
- roztocze kurzu domowego i roztocze magazynowe;
- naskórek, wydzieliny (m.in. ślina, moczu) i sierść zwierząt domowych, np. kota, psa, gryzoni;
- inne (m.in. karaluchy, tzw. fikus, enzymy bakteryjne stosowane

w produkcji mydła i pozostałych detergentów, formaldehyd czy lateks).

Rzadko za katar alergiczny odpowiadają też alergeny pokarmowe.

Diagnostyka alergicznego nieżyty nosa

Lekarz rozpoznaje alergiczny nieżyt nosa na podstawie dokładnego wywiadu i badania fizykalnego. Diagnozę można potwierdzić za pomocą skórnych testów alergicznych, badania krwi na obecność przeciwciał swoistych dla poszczególnych alergenów lub nowoczesnych badań molekularnych (w Centrum Medycznym MML przeprowadzamy dwa ostatnie typy testów).

Jak wygląda leczenie ANN?

Leczenie alergicznego nieżyty nosa opiera się na filarach, takich jak:

- unikanie alergenów;
- płukanie nosa;
- stosowanie leków donosowych i/lub doustnych;
- immunoterapia swoista (tzw. odczulanie).

W leczeniu ANN wykorzystuje się głównie leki przeciwhistaminowe, glikokortykosteroidy donosowe, leki zmniejszające przekrwienie błony śluzowej nosa (nie są zalecane do długotrwałego stosowania) i preparaty z grupy antagonistów receptora leukotrienowego. Nos można płukać z wykorzystaniem roztworu soli fizjologicznej lub wody morskiej.

U części pacjentów z przewlekłym alergicznym nieżytem nosa, po wyczerpaniu możliwości leczenia metodami zachowawczymi, konieczne jest przeprowadzenie zabiegu chirurgicznego. Najczęściej wymagają go osoby z polipami nosa, przewlekłym zapaleniem zatok przynosowych, przerostem małżowiny nosowej dolnej i ze skrzywieniem przegrody nosowej.

Obecnie u niektórych pacjentów można zastosować też nowoczesne leczenie biologiczne.

Schorzenia górnych dróg oddechowych to poważny, interdyscyplinarny problem medyczny. Znacząco obniżają jakość życia, mogą powodować powikłania zdrowotne i zwiększać ryzyko wystąpienia wypadków. Mimo to wciąż są niedostatecznie diagnozowane i leczone. Dlatego ważna jest edukacja na ich temat.

Polskie Towarzystwo Chirurgii Górnych Dróg Oddechowych to organizacja naukowa, która popularyzuje wiedzę dotyczącą nowych metod diagnostyki i leczenia chirurgicznego schorzeń GDO. Nasze działania kierujemy do lekarzy, studentów kierunków medycznych, przedstawicieli biznesu i pacjentów. Cele realizujemy poprzez stronę WWW, media społecznościowe, szkolenia i konferencje oraz dzięki współpracy z innymi organizacjami.

“ Zapraszam do śledzenia strony WWW i mediów społecznościowych naszego towarzystwa, a także do wstępowania w jego szeregi.

Dr hab. n. med. Michał Michalik

Prezes Polskiego Towarzystwa Chirurgii Górnych Dróg Oddechowych

