

Leczą i ciało, i duszę

O tym, co czeka uczestniczki i uczestników turnusów w rolniczych ośrodkach rehabilitacyjnych i dlaczego wyjeżdżają stamtąd zadowoleni, rozmawiamy z Ewą Wojtyłą, dyrektorką Centrum Rehabilitacji Rolników w Jedlcu k. Kalisza w woj. wielkopolskim.

■ Kto kwalifikuje się do leczenia w ośrodku takim jak ten w Jedlcu?

– O pobyt u nas mogą się starać rolnicy zagrożeni niezdolnością do pracy albo którzy utracili już taką zdolność. Celem i sensem działania takich ośrodków jest sprawienie, by chory wrócił do pracy i jak najdłużej w niej pozostał. Po otrzymaniu kwalifikacji do rehabilitacji przedstawia się pacjentowi propozycję odbycia turnusu, zwykle sugerując termin i miejsce. Nie musi to być ośrodek położony najbliżej miejsca zamieszkania. Działamy ponadregionalnie, trafiają do nas osoby z całej Polski. Stąd, z Wielkopolski, można równie dobrze pojechać do Iwonicy, Horyńca czy do Szklarskiej Poręby. Turnus trwa 21 dni, w tym jest 17 dni zabiegowych. Trzeba odliczyć dzień przyjazdu, wyjazdu i niedziele. Zabiegi odbywają się bowiem także w soboty. Te 17 dni mają już gwarantować efekt terapeutyczny.

■ Z czego w takim razie i jak próbują Państwo wyleczyć statystyczną gospodynię wiejską czy hodowcę bydła?

– Specjalizujemy się w rehabilitacji narządu ruchu, ale leczymy też choroby współistniejące. Często jest to układ

oddechowy, np. obciążony alergią, który wymaga leczenia. Chorobom tym sprzyja np. praca ze środkami ochrony roślin. Proponujemy wtedy pacjentom inhalacje. Ale najpierw kinezyterapię, czyli gimnastykę, i wszystko, co się dzieje na sali gimnastycznej. Leczymy też ciepłem, albo jego brakiem, czyli zimnem, a raczej

mrozem. Mamy też elektroterapię, magnetoterapię, laser, lampy sollux. I oczywiście hydroterapię. Nie posiadamy basenu, ale do indywidualnych ćwiczeń w wodzie dysponujemy wanną motylkową, przystosowaną do rehabilitacji także osób niepełnosprawnych.

■ Ilu chętnych na leżenie pod ciepłymi okładami czy laskotanie prądem przewija się przez Państwa ośrodek w ciągu roku? Bardziej skore do rehabilitowania się mroźnym powietrzem są kobiety czy chętniej korzystają z tego mężczyźni?

– Mamy 162 miejsca, w ciągu roku w jakichś 96% wykorzystujemy to na potrzeby stacjonarnego pobytu z Kasy Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego. Nie mamy prawie żadnych przerw w przyjęciach – dwa dni na wiosnę, trzy dni jesienią. W ciągu roku przewija się tu ponad 2 tys. osób z KRUS. Turnusy są zwykle 150-osobowe. Zwykle więcej jest pań, tak jak w populacji. To zależy też od sezonu – są takie momenty w roku, kiedy paniom bardziej odpowiada wyjazd z domu i takie, kiedy z trudem mogą sobie na to pozwolić. Mamy tu też turnusy wielkanocny i jest zawsze dużo

■ Ewa Wojtyła, dyrektorka ośrodka w Jedlcu, jest dumna z certyfikatów, które udało im się zdobyć. Apetyt na jakość – to coś, czym można się zarazić, przebijając w Jedlcu



Fot. Kasperek, firmowe



pań. Robimy tu pacjentom regularne święta, ale w Wielką Sobotę muszą się jeszcze pojawić na zabiegach.

■ **Jak wygląda pierwszy dzień? Czego klient może się spodziewać z centrum, kiedy postawi walizkę w holu?**

– Pacjent ma prawo przyjazdu do ośrodka w godz. 7.00–22.00. Zostaje zakwaterowany, wstępne badanie przeprowadza lekarz i zleca zabiegi. Następnego dnia, o godz. 9.00, odbywa się spotkanie z udziałem kadry. Informujemy, jaki jest cel pobytu, przemawiają lekarz, pielęgniarka, dyrektor. Pacjenci poznają się ze sobą.

■ **No właśnie. Jak jest z tą adaptacją? Czy pacjenci łatwo dzielą się terenem?**

– „Jedynek” tu nie ma. Zawsze trzeba się z kimś pogodzić. Ale często nie jest to sytuacja do pozazdrośczenia. Są ludzie, którzy potrafią ze sobą świetnie współpracować, ale bywa inaczej. To są jednak trzy tygodnie, a ludzie mają swoje przyzwyczajenia. Personel jest przeszkolony i zawsze stara się skompletować pacjentów tak, żeby nie było tarć. Niektórzy zgłaszają reklamacje, wtedy negocjujemy. Ale jeśli pacjent

■ **Rehabilitacja może być przyjemna.**

Na zdjęciu: pacjentki ośrodka w Horyńcu-Zdroju

informuje, że z jakichś względów nie może spać czy przebywać z kimś w pokoju, staramy się temu zaradzić. Bywa, że to różnice osobowościowe grają rolę. Albo ktoś głośno chrapie albo hałaśliwie się zachowuje, bo inaczej nie potrafi. Każde zgłoszenie jest rozpatrywane. A to dlatego, że naszym celem jest, żeby w ciągu tych trzech tygodni człowiek poczuł się lepiej niż przed przyjazdem. Bo mówiąc o rehabilitacji, trzeba mieć na uwadze nie tylko ciało, ale też ducha.

■ **Psychologa chyba tu jednak nie macie?**

– Mamy, i to jako jedyny ośrodek w Polsce. To nas wyróżnia. Wpadliśmy na ten pomysł,



kiedy obecność psychologa była wymagana w naszej działalności świadczonej dziennie pacjentom Narodowego Funduszu Zdrowia. Doszliśmy z panią psycholog do wniosku, że z jej obecności mogliby korzystać klienci naszego ośrodka. I okazało się to strzałem w dziesiątkę. Teraz widzimy, jak słaba znajomość profilu pacjenta nie pozwala do końca pojąć jego zachowań. Zrozumieliśmy, ile daje się dziś zrobić z naszymi pacjentami, kiedy wiemy, co ich trapi i jak sobie z tym radzić. A przecież ci ludzie są tu często kierowani nie na własną prośbę, wyrwani ze swoich środowisk, często pierwszy raz na tak długo, i lądują wśród obcych osób. W tę naszą leśną ciszę przywożą z domu problemy, traumy, a to czasem nie pozwala im w pełni skorzystać z leczenia. Obiegają gabinet, pani psycholog wchodzi do niego o 8.00 i do 15.00 nie ma chwili nawet na zrobienie herbaty. Jako jedyni w Polsce podczas turnusów leczymy też duszę, ale obserwujemy, że wtedy zabiegi dają dużo lepszy efekt. Chcemy zachęcić do tego inne ośrodki w kraju.

■ **Przy takiej dbałości o rolniczą psychę musi tu działać chyba też jakieś życie towarzyskie?**

– No przecież tam, gdzie są ludzie, tam są i relacje międzyludzkie! Jest 150 osób, to jak może nie funkcjonować życie towarzyskie? (śmiech) Zabiegi trwają do 18.00. Już pierwszego dnia zostaje wybrana rada turnusu, która później ma wpływ na to, jak jest spędzany czas wolny. My proponujemy pacjentom wycieczki krajoznawcze do lasu, do Gołuchowa, do Lichenia. W niedzielę można pojechać do kościoła czy do hipermarketu w Kaliszu. Na miejscu można korzystać z pięknej sali audiowizualnej, która funkcjonuje też jak kino. Ale pierwszego dnia jest oczywiście wieczorek zapoznawczy, czyli spotkanie przy muzyce. Przynajmniej raz organizujemy ognisko. Czy zdarzyły się poważniejsze znajomości? Oczywiście, może nie na każdym turnusie, ale byli już pacjenci, którzy wyjeżdżali stąd parami. Każdy turnus jest inny, zawsze dzieje

Co czeka na ciebie w ośrodkach rehabilitacji

Hydromasaż suchy –

leżysz na łóżku, a pod tobą, wzdłuż ciała przesuwają się walec i wąż. Nie ma on jednak stałej struktury, a płynną, masującą cię wybruszenie jest bowiem utworzone z kilku ustawionych w rzędzie słupów wody, którą specjalny przesuwający się walec tłoczy pod dużym ciśnieniem. Możesz regulować jego siłę i prędkość, a nawet postuchać muzyki w trakcie zabiegu. Wrażenia są podobne do tych z foteli masujących, ale zabieg na takim łóżku jest znacznie skuteczniejszy. Ten masaż usuwa toksyny, zmniejsza napięcie mięśni i poprawia ich elastyczność, przyspieszając rehabilitację wielu urazów.



Bicze szkockie – stajesz pod ścianą i wystawiasz się na działanie przesuwających się pionowo wzdłuż ciała kilku równoległych ustawionych strumieni wody. To zabieg pobudzający i wzruszający układ mięśniowy. Pamiętaj jednak, że jeśli masz problemy z krążeniem bądź kruche naczynia krwionośne albo żyłki, nie możesz sobie niestety pozwolić na tę przyjemność albo możesz jej poddać tylko wybrane miejsca na ciele.

Wanna motylkowa – trochę większa od tej, którą masz w domu. Jest tam tyle miejsca, że wykonasz w niej sporo ćwiczeń w wodzie. Możesz

w niej leżeć albo siedzieć na specjalnym łóżku zamontowanym na podnośniku, który pozwala regulować zanurzenie. Jeśli masz ograniczoną sprawność ruchową, specjalne szelki umożliwią ci bezpieczne do niej wejście.

Kąpiel perłkowa – hit ośrodka w Jedlcu! Wanna

jest niemal kopią tych, które mamy w łazienkach. Ale ma coś, czego tamte zwykle nie mają. W ścianach umieszczone są diody LED, które świecą subtelnym światłem w dowolnie wybranym kolorze. Kolor podczas kąpieli ma działać relaksująco i wspierać działanie masażu podwodnego. W pomieszczeniu dzięki tej różnokolorowej aurze panuje magiczny klimat.

Krioterapia – może być z wykorzystaniem komory, ale także miejscowa, czyli stosowana w konkretnych miejscach na ciele. Fizyoterapeuta kieruje nam np. na ramię czy kolano rurę ze specjalną dyszą (przypomina to wąż od odkurzacza), z której wydobywa się w szybkim tempie biała para o temperaturze... -150°C! To możliwe dzięki wykorzystywaniu tu ciekłego azotu. Nie bójmy się, nie zamrozimy, pocujemy jedynie głośną chłód. Mroźnym powietrzem wyleczymy obrzęki, wybroczyny i różne stany zapalne stawów, kości i mięśni.

się coś ciekawego, nigdy do końca nie wiemy, co się wydarzy, jakie ujawnią się temperamenty.

■ Pacjentom musi się to podobać. Czy oprócz stanu zdrowia monitorujecie też zadowolenie?

– Po tych 17 dniach zabiegowych większość pacjentów jest zdrowsza niż w chwili przyjazdu, chociaż zdarza się, że bolesność w jakimś miejscu w ciele wzrosła. Bywa, że po niektórych zabiegach pacjenci czują nawet dyskomfort i rozbiście. Od 2005 r. ankietujemy ich regularnie. Po-

stanowiliśmy wtedy zbadać, co im się podoba, a co nie, bo o tym, że niektórym nie podoba się to, że nie jesteśmy Kołobrzegiem albo Szklarską Porębą, już wiedzieliśmy. Okazuje się, że postawa naszych pracowników jest w ankietach oceniana bardzo dobrze. To nas podobno wyróżnia spośród wszystkich ośrodków rehabilitacyjnych w Polsce. Jesteśmy odbierani jako życzliwi, przyjaźni, ale nie dziwimy się temu, ponieważ świadomie nad tym pracujemy. Mamy potrzebę sprostania wymogom słynnej wielkopolskiej jakości i postanowiliśmy też zawa-

o certyfikat jakości. Zainspirował nas szpital w Pleszewie. Udało się i jesteśmy dziś jedną z trzech wielkopolskich placówek posiadających akredytację w zakresie ochrony zdrowia, a to znaczy, że jakość usług medycznych w Jedlcu jest na najwyższym poziomie. Otrzymanie certyfikatu dało nam powód do dumy i zachęcamy pozostałe ośrodki oraz centra KRUS do jego pozyskania.

■ Dziękuję za rozmowę.

KAROLINA KASPEREK

Kuracja dla dorosłych i nie tylko

Każdego roku w Centrach lub Ośrodkach Rehabilitacji Leczniczej za pośrednictwem KRUS korzysta z pomocy ok. 14,5 tys. osób. Głównym celem rehabilitacji jest zapobieganie niepełnosprawności lub ograniczenie jej do poziomu umożliwiającego dalsze wykonywanie pracy w gospodarstwie rolnym, a w przypadku osób, które utraciły już zdolność do pracy w gospodarstwie – jej przywrócenie. Po pobyciu w ośrodku – zwykle na 21-dniowym turnusie – można kontynuować rehabilitację w pobliżu miejsca zamieszkania. Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego wspomaga rozwój rehabilitacji leczniczej prowadzonej w warunkach ambulatoryjnych. W tym celu doposaża na zasadach użyczenia gabinety usprawnienia leczniczego w sprzęt rehabilitacyjny. Od 1994 r. sprzęt do kinezyterapii i fizykoterapii otrzymało niemal 400 ośrodków na terenie całego kraju.

W czasie letnich wakacji do ośrodków rehabilitacyjnych mogą przyjeżdżać także dzieci, oczywiście po odpowiednim zakwalifikowaniu przez lekarza. W latach 1993–2010 z takich wakacyjnych turnusów leczniczych skorzystało prawie 23 tys. dzieci i młodzieży, a w tym roku przygotowano dla nich aż 1300 miejsc. O opinie udało się nam zapytać najmłodszych podczas wizyty w Jedlcu. 11-letni Mateusz przyjechał tam z siostrą Łucją. Ma za sobą także pobyt w Horyńcu. Cierpi na skoliozę i płaskostopie, a schorzenia leczy światłem – żółtym, niebieskim

albo granatowym – i w kąpieli perełkowej, którą lubi najbardziej, podobnie jak jego dwie starsze koleżanki, Beata i Edyta. One znają też działanie lasera, którym jedna z nich leczyła kolano. I dziewczynki, i ich młodszy kolega są zdania, że pobyt w ośrodku rehabilitacji doskonale zastępuje wakacyjny wyjazd np. na kolonię czy obóz.

Dzieci bywają często żądne wrażeń – nie trzeba ich przekonywać do większości zabiegów.

Inaczej z dorosłymi – wielu z nich potrzebne jest wyjaśnienie działania, a potem – oswojenie z aparaturą. Ciepłe błoto wulkaniczne albo dysza buchająca parą w temperaturze bliskiej tej, która panuje w przestrzeni międzygwiazdnej, mogą na początku przerażać. Dlatego tak ważna jest podczas rehabilitacji, jak podkreślają pracownicy takich ośrodków, jednoczesna praca nad ciałem i psychiką pacjenta. Na takie podejście pacjenci Centrów Rehabilitacji Rolników mogą dzisiaj liczyć.

KAROLINA KASPEREK

Kołobrzeg

Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS

„Niwa” w Kołobrzegu

ul. Norwida 3, 78-100 Kołobrzeg

tel. (94) 355 20 00 do 01

crkkołobrzeg@krus.gov.pl, www.niwa.info.pl

Centrum specjalizuje się w rehabilitacji leczniczej osób z chorobami narządów układu ruchu z zakresu ortopedii, reumatologii i neurologii oraz z chorobami układu krążenia.



Świnoujście

Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS

„Sasanka” w Świnoujściu

ul. Marii Konopnickiej 17, 72-600 Świnoujście

tel. (91) 38 25 822

crsświnoujscie@krus.gov.pl, www.krus.swi.pl

Ośrodek dysponuje nowoczesną bazą rehabilitacyjną specjalizującą się w rehabilitacji leczniczej osób z chorobami narządów układu ruchu z zakresu ortopedii, reumatologii i neurologii.



Teresin

Ośrodek Szkoleniowo-Rehabilitacyjny

KRUS w Teresinie

ul. Ks. Druckiego-Lubeckiego 1

95-515 Teresin, tel. (46) 861 38 61

osrteresin@krus.gov.pl www.osrteresin.oit.pl

Ośrodek prowadzi wielokierunkową rehabilitację narządów układu ruchu z zakresu ortopedii, reumatologii i neurologii.



Horyniec-Zdrój

Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS

w Horyńcu Zdroju

ul. Sanatoryjna 2 37-620 Horyniec-Zdrój

tel. (16) 631 30 58, (16) 631 30 64

e-mail: crrhoryniec@krus.gov.pl, www.crr-horyniec.pl

Wskazaniami do rehabilitacji leczniczej w tym Centrum są schorzenia narządów układu ruchu z zakresu ortopedii, reumatologii i neurologii.



Jedlec

Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS

w Jedlcu, 63-322 Gotuchów

tel. (62) 761 62 51, crrjedlec@krus.gov.pl

Wskazaniami do pobytu w CRR są schorzenia narządów układu ruchu z zakresu ortopedii, reumatologii i neurologii.



Szklarska Poręba

Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS

w Szklarskiej Porębie

ul. Kopernika 14, 58-580 Szklarska Poręba

tel. (75) 717 30 01 do 08

crrszklarskaporeba@krus.gov.pl, www.crrkrus.pl

Centrum specjalizuje się w rehabilitacji leczniczej osób z chorobami narządów układu ruchu z zakresu ortopedii, reumatologii i neurologii oraz z chorobami układu krążenia.



Iwonicz-Zdrój

Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS

w Iwoniczu Zdroju

38-440 Iwonicz Zdrój ul. Ks. Jana Ręba 22

tel./fax (13) 435 06 12

crriwonicz@krus.gov.pl, www.crriwonicz-sanatoria.com.pl

Rehabilitacja lecznicza osób ze schorzeniami narządów układu ruchu z zakresu ortopedii, reumatologii i neurologii, ze zmianami zwyrodnieniowymi kręgosłupa i stawów obwodowych, ze zmianami dyskopatycznymi kręgosłupa, po przebytych urazach mięśni, kości i stawów, po przebytych operacjach ortopedycznych i neurochirurgicznych kręgosłupa, z wadami postawy (dzieci i młodzież).

