



**UMB najlepszą
uczelnia medyczną
w Polsce**

str. 5-6

**Nasz
naukowy
lot w kosmos**

str. 9-13

**Spacer
dla serca
UMB**

str. 20-21

Jubileuszowy Zjazd Absolwentów AMB/UMB

3-4 października 2025 r. – w tych dniach odbędzie się Zjazd Absolwentów z okazji 75-lecia Uczelni. Wydarzenie zostało połączone z uroczystą inauguracją nowego roku akademickiego. Zaproszenie skierowane jest do wszystkich absolwentów AMB i UMB.

Akademii Lekarską w Białymstoku powołano do życia z dniem 1 stycznia 1950 roku. Chwilę później jej nazwę zmieniono na Akademię Medyczną. Uczelnia posiadała wówczas jeden wydział – lekarski. Uczelniany kampus zlokalizowano w samym centrum miasta, a główną siedzibą AMB został Pałac Branickich. Obecnie Uniwersytet Medyczny w Białymstoku to trzy wydziały: Wydział Lekarski, Wydział Farmaceutyczny i Wydział Nauk o Zdrowiu oraz dwa szpitale kliniczne. Uczelnia kształci ponad 6 tys. studentów na 16 kierunkach. A od wielu lat UMB jest uznawana za czołową polską uczelnię medyczną.

- Przez 75 lat mury naszej Uczelni opuściło ponad 32 tysiące absolwentów, ludzi, którzy w bardzo znaczący sposób wpłynęli na kształt medycyny i systemu ochrony zdrowia w naszym regionie, kraju, często w świecie – podkreśla Rektor UMB prof. Marcin Moniuszko. - Większość z nas po ukończeniu studiów pochłania z czasem praca i problemy codziennego życia, ale wciąż wielu czuje się związanych ze swoją Alma Mater, mówi o niej z ogromną dumą i wraca do niej, czasem dosłownie, często we wspomnieniach. Pamiętamy o nich. A rok naszego jubileuszu to piękna okazja, by spotkać się, pobyć razem, odbyć sentymentalny spacer po miejscach, gdzie niegdyś odbywały się nie tylko niezwykle wymagające ćwiczenia i wykłady, ale też niezapomniane spotkania i imprezy. To kolejna szansa, by podziękować sobie za przyjaźń, za lata wspólnego życia na swojej uczelni, by zebrać się razem w miejscu, gdzie to wszystko się zaczęło – w Pałacu Branickich, siedzibie Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, niegdyś Akademii Medycznej w Białymstoku.

3 października (piątek, godz. 11.00) odbędzie się uroczysta inauguracja roku akademickiego w Operze i Filharmonii Podlaskiej przy ul. Odeskiej 1. Później Uczelnia zaprasza na „Spacer w przeszłość” połączony ze zwiedzaniem Muzeum Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku i Pałacu Branickich. O godz. 18.00 - spotkanie w Auli Magna Pałacu - wieczór jubileuszowy pod hasłem „Wspomnień Czar”. W programie między innymi specjalny występ Chóru UMB.

W sobotę (4 października) zapraszamy na sentymentalne spacer po UMB. Będzie „Słodkie co nieco” w Klubie Studenckim CoNieCo, będzie można odwiedzić „Radiosupel” - najstarszą rozgłośnię akademicką w Polsce. Gości zaprosi także Bibliote-

ka UMB, od 75 lat mieszcząca się w Pałacu Branickich. Będzie można wybrać się na spacer śladami dawnych kolokwiów i egzaminów. Z kolei na wieczór zaplanowana została taneczna impreza w kultowym klubie studenckim „Herkulesy”. Będzie także czas na spotkanie Klubu Absolwentów AMB/UMB. Na wydarzenia obowiązuje rejestracja.

Dorota Sawicka

Szczegółowy program Zjazdu Absolwentów można znaleźć na stronie internetowej poświęconej 75-leciu Uczelni: www.umb.edu.pl/jubileusz75

75 JUBILEUSZ
UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO
W BIAŁYMSTOKU
1950—2025

Program Zjazdu Absolwentów
z okazji 75-lecia Uczelni



Internetowa strona
Jubileuszu 75-lecia UMB



Tu bije serce miasta i regionu
- film stworzony z okazji
75-lecia UMB



Wspomnienia
Pierwszych
Absolwentów



Kalendarium
Uczelni

Dorota Sawicka



Medyk Białostocki Cytaty, parafrazy i p/o/mówienia

**Nr 5 (215)
CZERWIEC
2025**

SKŁAD REDAKCJI:

Redaktor naczelna:

Dorota Sawicka

Zastępca redaktor naczelnej:

Katarzyna Malinowska-Olczyk

Sekretarz redakcji:

Magdalena Święcicka

Redakcja:

Wojciech Więcko

Piotr Suszczyński

Współpracownicy:

Magdalena Muskała

Hanna Sarosiek

Korekta:

Justyna Kurcewicz

Skład i druk:

LIBRA-PRINT Daniel Puławski

ul. Poznańska 36, 18-400 Łomża

Projekt okładki:

LIBRA-PRINT Daniel Puławski

ADRES REDAKCJI:

Biuro Komunikacji

i Popularyzacji Nauki UMB

15-089 Białystok

ul. Kilińskiego 1,

tel. (85) 748 54 85,

email: medyk@umb.edu.pl

www.medyk.umb.edu.pl

Redakcja nie odpowiada

za treść reklam.

 / MEDYK BIAŁOSTOCKI

 / MEDYKBIAŁOSTOCKI1956

 / MEDYK BIAŁOSTOCKI

Jako filolożka (z wykształcenia i pasji) lubię parafrazy i omówienia, choć wiem, że bywają czasami niestosowne, tak jak przenośnię – patrz niedawne przykłady z życia politycznego. Parafraza to przedstawienie czyjejś wypowiedzi lub tekstu własnymi słowami, ale – i tu tkwi sedno – zachowując przy tym sens i treść oryginału. Innymi słowy – swoboda wskazana, ale jeszcze bardziej wierność ... wierność interpretacji cudzej wypowiedzi. W tym wypadku skorzystam jednak z prawa cytatu: „Medycyna to sport zespołowy i choć Nagrody Nobla przyznaje się osobom (...), to wszystko, co najważniejsze w nauce można osiągnąć tylko pracą zespołową, tylko wiarą w sukces. Jesteśmy wspaniałym zróżnicowanym, ale niezwykle silnym zespołem, z ogromnym potencjałem”. To cytat z przemówienia Rektora UMB prof. Marcina Moniuszki (a jednak będę odmieniać – jako filolożka) wygłoszonego podczas czerwcowej uroczystej promocji doktorów i doktorów habilitowanych. W naszym Medyku przeczytacie obszernie fragmenty tego przemówienia, pokazujące kierunki rozwoju nauki w UMB, i to nauki uprawianej zespołowo, na bazie ogromnego potencjału laboratoriów i przede wszystkim danych medycznych.

No właśnie – „dane”. W dzisiejszych czasach słowo klucz, obok informacji. „Kluczowe staje się założenie, że dana/informacja staje się „bogiem” oraz tylko na jej podstawie jesteśmy w stanie podejmować decyzje”. Ten cytat Yuvala Noaha Harariego (historyka i autora głośnych bestsellerów) sugeruje, że współczesne społeczeństwo, w epoce informacji, może zacząć traktować dane i informacje jako centralny punkt odniesienia, a nawet formę wszechwiedzącego „boga”. Decyzje

miałyby być podejmowane wyłącznie w oparciu o analizę danych, redukując rolę takich czynników, jak emocje, intuicja czy tradycja. I tu z Hararim klócić się można – używając parafrazy i omówień, będących ważnym elementem aktywnego słuchania i dobrej komunikacji. Ale z pewnością nie można zaprzeczyć wadze informacji i danych medycznych – jako kluczowych dla systemu ochrony zdrowia, leczenia i przede wszystkim profilaktyki. Uniwersytet Medyczny w Białymstoku zorganizował w czerwcu, wspólnie z Senatem RP, konferencję pod hasłem „Pozyskiwanie wysokiej jakości danych na potrzeby zdrowia publicznego”. Poszukiwano źródeł danych medycznych możliwych do wykorzystania podczas tworzenia spersonalizowanych programów profilaktycznych na określonych obszarach miast i gmin. Pokazywane były dobre praktyki z Białegostoku (program Białystok+) i Wrocławia. Swoimi doświadczeniami dzielili się m.in. eksperci z uczelni medycznych w Gdańsku i Warszawie, przedstawiciele Ministerstwa Zdrowia, Narodowego Funduszu Zdrowia, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH, Agencji Badań Medycznych, Centrum e-Zdrowia, Urzędu Marszałkowskiego Województwa Podlaskiego. Jak podkreślała szefowa Komisji Zdrowia Senatu RP senator Beata Małecko-Libera, badania naukowe i porównywalne dostępne dane medyczne powinny być fundamentem decyzji w polityce zdrowotnej. Obszerna relacja z konferencji także w tym numerze.

A w ramach cyklu Rozmowy Medyka polecam rozmowę z tegoroczną Miss Podlasia Wiktoria Ptak – studentką Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku. Wywiad bez pomówień, stereotypów, pełen szczerości i deklaracji zaangażowania w działania służące edukacji zdrowotnej oraz popularyzacji nauki. Witamy więc w naszym zespole – bo ta dziedzina to także praca zespołowa, co pokazał pierwszy wspólny Spacer dla Serca – o nim także przeczytacie w tym numerze. I zapraszam do lektury.

Spis treści

- | | |
|--|---|
| 4 Róża odchodzi z Młodego Medyka | 16 Granty z NCN dla badaczy z UMB |
| 5 UMB najlepszą uczelnią medyczną w Polsce | 17 Wydarzyło się w UDSK |
| 6 Dla Medyka Białostockiego
Prof. Irina Kowalska
Prorektor ds. Nauki i Ewaluacji | 18-19 630 gramów - najłżejszy początek życia |
| 6 UMB wysoko w rankingu CWUR 2025 | 19 Dyplomatorium na uniwersytetach senioralnych |
| 7 Urbi Meritus dla ludzi UMB | 20-21 Spacer dla Serca (i zdrowia) |
| 8 Zmiany w Samorządzie Studentów UMB | 22-23 Dane kluczem do zdrowia Polaków |
| 9-10 Święto nauki w UMB | 24 Dieta roślinna? Tak, ale... |
| 10-13 Nasz naukowy lot w kosmos | 25-28 Między egzaminem a koroną miss |
| 14 Medycy z Ukrainy szkolili się w USK | 25-28 Odnowienie dyplomów AMB rocznika 1969-1975 |
| 15 Studia podyplomowe Edukacja zdrowotna
już po pierwszym semestrze | 31 Kafel piecowy z dworu Tabutowiczów |
| | 31 Zmarł dr Bogdan Lewandowski,
były Dyrektor szpitala USK |

Rekrutacja na studia UMB w liczbach:

9040 zgłoszeń od kandydatów na studia w systemie rekrutacyjnym

1500 przygotowanych miejsc na I roku studiów

16 kierunków do wyboru

23 osoby ubiegają się o jedno miejsce na kierunku lekarsko-dentystycznym

18 osób zabiega o jedno miejsce na studiach lekarskich

6-7 osób stara się o jedno miejsce na studiach z: fizjoterapii, elektroradiologii, higieny stomatologicznej i położnictwa

52 miejsca w Szkole Doktorskiej UMB

75 lat temu powstała Akademia Medyczna w Białymstoku (dziś Uniwersytet Medyczny)

32 tysiące absolwentów ukończyło naukę w AMB/UMB

128 profesorów uczy studentów w UMB

6000 studentów z blisko 40 krajów

100 studenckich kół naukowych

20 (prawie) organizacji studenckich pozwala realizować swoje pasje poza nauką

392 pokoje znajdują się w dwóch uczelnianych akademikach

1 boisko wielofunkcyjne w Parku Branickich

14 sekcji sportowych w AZS UMB

17 minut spaceru wystarczy, żeby przejść kampus UMB w najszerszym miejscu

Róża odchodzi z „Młodego Medyka”

Redaktor naczelna „Młodego Medyka” Róża Huszcza kończy swoją przygodę z dziennikarstwem akademickim. VI rok studiów lekarskich, albo jak sama mówi lekarsko-dziennikarskich (wszak przeprowadzanie wywiadów to jedna z ważniejszych umiejętności lekarza), to już jednak poważna sprawa.

Niby człowiek wiedział, że przyjdzie taki moment, a już tęskni.

Róża Huszcza ma w sobie ogromną umiejętność zjednywania ludzi, zmysł organizacyjny i wielką wrażliwość. Wieczory z poezją, szybkie randki w Walentynki czy w ogóle kreowanie wydarzeń kulturalnych przez duże „K” to tylko krótki opis jej działalności.

Pożegnaliśmy ją po dziennikarsku - otrzymała pamiątkową okładkę „Młodego Medyka” ze swoim zdjęciem.

Wiele wskazuje jednak na to, że już nie-



Róża Huszcza

długo zadebiutuje w Medyku Białostockim jako felietonistka. ■

Opr. bdc

Ludzie UMB



Nominacja
prof. Beaty Naumnik

Prof. Beata Naumnik, Kierownik I Kliniki Nefrologii,

Transplantologii i Chorób Wewnętrznych z Ośrodkiem Dializ została wybrana na Wiceprezes Polskiego Towarzystwa Nefrologicznego na kadencję 2025-2028. Wybory odbyły się podczas XV Zjazdu PTN w Katowicach. To najważniejsze wydarzenie środowiska nefrologicznego w Polsce, które odbywa się co trzy lata.

Prezesem Towarzystwa został prof. Marcin Adamczak (Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach).

Nowa Wiceprezes PTN prof. Beata Naumnik w rozmowie po zjeździe w Katowicach przedstawiła ambitne plany Towarzystwa. Tym najważniejszym ma być podpisana tzw. Deklaracja Katowicka (od miejsca obrad), która jest dekalogiem planowanych działań. W jego centrum znajdują się: prewencja i wczesne wykrywanie przewlekłej choroby nerek (PChN), szeroko zakrojone działania edukacyjne i profilaktyczne, a także

podniesienie jakości terapii nerkozastępczej poprzez promowanie metod najbardziej przyjaznych pacjentowi. Członkiem Głównej Komisji Rewizyjnej PTN został prof. Tomasz Hryszko, Dziekan Wydziału Lekarskiego



Prof.
Michał Tomczyk
z awansem

Prof. Michał Tomczyk (Kierownik Zakładu

Biologii i Farmakognozji UMB) został wybrany do Zarządu Polskiego Towarzystwa Fitoterapii w kadencji 2025-2028.

PTFit to stosunkowo młoda organizacja. Powstała w 2022 roku i została założona przez lekarzy, we współpracy z farmaceutami. Nadrzędnym celem stawianym przez Polskie Towarzystwo Fitoterapii jest rozpowszechnianie i pogłębianie wiedzy opartej na dowodach naukowych o produktach ziołowych, przede wszystkim produktach leczniczych roślinnych. A co za tym idzie - opracowywanie wytycznych, zaleceń i standardów postępowania w zakresie fitoterapii w różnych dziedzinach medycyny. ■

Opr. bdc

UMB najlepszą uczelnią medyczną w Polsce

Według rankingu Perspektyw Uniwersytet Medyczny w Białymstoku zajął pierwsze miejsce (ex aequo) w zestawieniu najlepszych uczelni medycznych w kraju. Utrzymał również 12 lokatę w rankingu najlepszych polskich szkół wyższych.

W obu przypadkach zajęliśmy miejsca ex aequo. W rankingu uczelni medycznych pierwsze miejsce dzielimy z Uniwersytetem Medycznym w Łodzi i Gdańskim Uniwersytetem Medycznym (wyprzedzając Warszawski Uniwersytet Medyczny, który w ubiegłym roku był liderem zestawienia). W rankingu ogólnym zostaliśmy sklasyfikowani na równi z UM w Łodzi, GUMed oraz Szkołą Główną Handlową w Warszawie.

Najwyższe noty zebraliśmy w kategorii efektywność naukowa (3. miejsce wśród polskich uczelni) oraz efektywność pozyskiwania środków na badania i rozwój (2. miejsce w kraju).

O naszej mocnej pozycji zdecydowały: potencjał naukowy (ewaluacja działalności naukowej, nasycenie kadry osobami o najwyższych kwalifikacjach, uprawnienia doktorskie i habilitacyjne, kształcenie doktorantów w szkołach doktorskich), efektywność naukowa (efektywność pozyskiwania środków finansowych na badania i rozwój, środki pozyskane z programów ramowych UE na rzecz badań naukowych i innowacyjności, rozwój kadry własnej, nadane stopnie naukowe, liczba publikacji uwzględnionych w bazie SCOPUS w latach 2020-2024, wskaźniki określające cytowania i odslony publikacji – FWCI, FWVI, Publications in Top 10 Journal Percentiles). Brane były też pod uwagę warunki kształcenia, czyli dostępność kadr wysokokwalifikowanych oraz wskaźnik mierzony liczbą posiadanych przez uczelnię aktualnych akredytacji i certyfikatów międzynarodowych, ważnych certyfikatów doskonałości kształcenia. Istotnym kryterium było również umiędzynarodowienie mierzone m.in. liczbą studentów obcokrajow-



UMB to najlepsza uczelnia medyczna w kraju i 12. w klasyfikacji ogólnej. Rektor Marcin Moniuszko miał powody do dumy. Na scenie odbiera dyplom od dr Bianki Siwińskiej, Prezes Fundacji Perspektyw

ców i studiujących w językach obcych, uczestnictwo w uniwersytecie europejskim, wymiana kadry akademickiej i studentów czy średnia liczba cytowań otrzymanych przez publikacje posiadające współautora z zagranicy. Liczyła się innowacyjność, czyli liczba uzyskanych przez uczelnię patentów i praw ochronnych w Polsce i zagranicą oraz SDG – wkład badań uczelni w realizację Celów Zrównoważonego Rozwoju ONZ. Inne kryteria to: absolwenci na rynku pracy (wynagrodzenie i zatrudnienie) oraz prestiż (ocena przez kadrę akademicką i uznanie międzynarodowe).

- Bardzo nas cieszy, że po raz kolejny zostaliśmy uznani za jedną z najlepszych uczelni akademickich w Polsce, oraz za

najlepszą uczelnię medyczną w kraju. Cieszy wysokie miejsce w obu tych rankingach. Dodatkowo wiele z naszych kierunków zostało ocenionych wysoko w tym ogólnopolskim zestawieniu - to mam nadzieję ważna informacja dla tegorocznych maturzystów oraz uczniów szkół średnich i ich rodzin. Zawsze powtarzałem, że wszystko, co najlepsze w medycynie akademickiej można znaleźć w Białymstoku. Jesteśmy też niezwykle dumni, że osiągnęliśmy wysokie miejsca wśród wszystkich kilkuset polskich uczelni w kategorii efektywności naukowej, w tym efektywności pozyskiwania środków zewnętrznych na badania i rozwój – komentował Rektor UMB Marcin Moniuszko.■

Dorota Sawicka

Dla Medyka Białostockiego

Prof. Irina Kowalska Prorektor ds. Nauki i Ewaluacji



- Wysoko oceniona efektywność naukowa UMB to moim zdaniem docenienie kreatywności oraz umiejętności nieszablonego myślenia naszych naukowców. Mamy dość jasno sprecyzowaną politykę naukową Uczelni i mocno kładziemy na nią nacisk. Efektywność naukowa oceniana jest zarówno w oparciu o dorobek publikacyjny, pozyskiwanie środków na badania naukowe, ale również ich komercjalizację i przełożenie na otoczenie społeczno-gospodarcze.

Dodałabym, że nasz wysoki wynik w tej kategorii jest bardzo spójny z wynikiem, jaki uzyskaliśmy w ewaluacji jednostek naukowych. To również ma związek z bardzo konsekwentną polityką naukową Uczelni (najwyższa kategoria A+ Wydziału Farmaceutycznego, kategorie A dla Wydziału Lekarskiego oraz WNoZ – red.).

Trzeba pamiętać o tym, że to wszystko, co się teraz dzieje, to

efekt ciężkiej pracy poprzednich prorektorów ds. nauki i konsekwentnie prowadzonej polityki naukowej Uczelni. Obecna ocena na najwyższym poziomie jest efektem tego, że od wielu lat nauka jest jednym z priorytetów UMB. Zachęcamy do nawiązywania współprac naukowych, do aplikowania o środki zewnętrzne, do prowadzenia badań naukowych, do publikowania w jak najlepszych czasopismach naukowych. Mamy również bardzo przyjazny naukowcom regulamin subwencji, promujący naukowców aplikujących o projekty finansowane centralnie, ze znaczącym dorobkiem publikacyjnym. Staramy się doceniać najlepszych. Stworzone są różne mechanizmy, które zachęcają do prowadzenia ciekawych badań naukowych (od kilku lat UMB prowadzi programy motywacyjne dla najlepszych naukowców – red.).

Obecnie coraz więcej naszych badań prowadzonych jest w konsorcjach krajowych, międzynarodowych, ale też we współpracy z jednostkami spoza Uczelni, również z podmiotami gospodarczymi. Generalnie, ten kierunek rozwoju, wytyczony jakiś czas temu, on po prostu się sprawdza i daje pożądane efekty.

Ale zdajemy sobie sprawę, że nie tylko my się rozwijamy, inne

jednostki też. Nauka obecnie bardzo mocno idzie do przodu w różnych dziedzinach. Jest olbrzymi postęp technologiczny. Wystarczy wspomnieć choćby o rozwoju sztucznej inteligencji czy medycyny cyfrowej. Zauważamy to też w naszej Uczelni. Jeszcze do niedawna był tylko jeden prorektor ds. nauki. Obecnie za rozwój nauki odpowiedzialnych jest już czterech prorektorów z UMB. Każdy z wyraźnie wytyczonymi obszarami działania (medycyna cyfrowa, badania kliniczne, medycyna prewencyjna, otwarta nauka, kontakty z otoczeniem społeczno-gospodarczym – red.). Wszystko po to, żeby na bieżąco śledzić, jak te kierunki się zmieniają, żeby nie uciekły nam ważne tematy. Obecnie uczestniczę w spotkaniach dotyczących kierunków przyszłej ewaluacji uczelni wyższych. Teraz najmocniej akcentowane są sprawy dotyczące tego, żeby osiągnięcia naukowe miały wpływ na społeczeństwo i przełożenie na otoczenie społeczno-gospodarcze, oczywiście w różnych aspektach działalności naukowej. W dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu ma to szczególne znaczenie. Wydaje mi się, że my, jako UMB, już od pewnego czasu staramy się iść w tym kierunku.■

not. bdc

UMB wysoko w rankingu CWUR 2025

Uniwersytet Medyczny w Białymstoku znalazł się wśród 8,1 procenta najlepszych uczelni na świecie w najnowszym rankingu Center for World University Rankings (CWUR) 2025. Ocenie poddano ponad 21 tysięcy instytucji.

Warto podkreślić, że ranking CWUR nie opiera się na ankietach ani danych dostarczanych przez uczelnie, co czyni go obiektywnym i niezależnym.

Kryteria oceny CWUR stanowią cztery główne filary: edukacja (25% oceny), zatrudnienie absol-

wentów (25%), kadra akademicka (10%, liczba członków kadry, którzy otrzymali prestiżowe wyróżnienia), badania naukowe (40%, liczba publikacji, jakość publikacji w czołowych czasopismach, wpływ badań).

UMB od wielu lat jest regularnie notowany w globalnych zestawieniach najlepszych uczelni na świecie.

• Times Higher Education World University Rankings 2025: UMB uplasował się w przedziale 1001–1200, wykazując wzrost we wszystkich wskaźnikach

w porównaniu do poprzedniego zestawienia. Szczególnie wysoko ocenionymi kategoriami były „Nauczanie” i „Jakość Badań”.

• Shanghai Ranking (Global Ranking of Academic Subjects 2024): w dziedzinie farmacji i nauk farmaceutycznych UMB znalazł się w przedziale 201–300, a w naukach biologicznych o człowieku - w przedziale 401–500, co uczyniło go jednym z najwyższej ocenionych polskich uniwersytetów w tych kategoriach.■

bdc

Urbi Meritus dla ludzi UMB

Ośrodek Badań Populacyjnych Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku oraz prof. Tomasz Hirnle zostali wyróżnieni medalem „Urbi Meritus – Zasłużony Miastu”. To wyróżnienie dla osób i instytucji, które szczególnie przysłużyły się Białemstokowi.

Wyróżnienie wręczył Prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski w trakcie koncertu odbywającego się w ramach Dni Miasta Białegostoku na Rynku Kościuszki (21 czerwca 2025 r.).

W imieniu Ośrodka nagrodę odebrał jego Dyrektor prof. Karol Kamiński, Prorektor ds. Medycyny Prewencyjnej i Otwartej Nauki UMB.

- Ośrodek Badań Populacyjnych wyróżniony został za nowatorskie badanie Białystok Plus, mające bezpośredni wpływ na dobrostan i stan zdrowia białostoczan, za ustanowienie miasta ważnym europejskim centrum badań nad zdrowiem populacji – powiedział prof. Kamiński.

I dodał: - Badanie Białystok Plus jest pionierskim badaniem populacyjnym wnoszącym wyjątkowy wkład w stan wiedzy o zdrowiu białostoczan. Łączy naukę, medycynę i społeczność lokalną, tworząc model współpracy środowiska akademickiego, samorządu i mieszkańców. Dzięki niemu możliwe jest podejmowanie trafnych działań w zakresie ochrony i promocji zdrowia.

Dane zebrane w ramach projektu są wykorzystywane przez instytucje badawcze w całej Europie.

W laudacji o prof. Tomaszu Hirnle, Kierowniku Kliniki Kardiologii w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Białymstoku, można było usłyszeć, że wyróżnienie przyznano mu m.in. za to, „że jest lekarzem z powołania, za to, że tak wielu pacjentów zawdzięcza mu życie i zdrowe serce, i za odwagę w podejmowaniu trudnych decyzji zawodowych”. To w jego klinice wykonano po raz pierwszy w Polsce operację na sercu z wykorzystaniem modelu 3D, a także operowano w sposób no-



Prof. Karol Kamiński (w imieniu Ośrodka Badań Populacyjnych UMB) i prof. Tomasz Hirnle zostali wyróżnieni medalem „Urbi Meritus – Zasłużony Miastu”, fot. Miasto Białystok

watorski – poszerzenie zastawki aortalnej – stuletnią pacjentkę. Prof. Hirnle pochodzi z Wrocławia, ale to w Białymstoku rozwinął się zawodowo, tu stał się wychowawcą nowych pokoleń medyków.

Prezydent Tadeusz Truskolaski: - Prof. Hirnle został białostoczaninem z wyboru, przyjechał z dalekiego Wrocławia, by tutaj leczyć ludzi. Absolutnie rzadka dyscyplina – jest kardiochirurgiem. Uratował wiele istnień ludzkich.

W imieniu wszystkich nagrodzonych głos zabrał prof. Karol Kamiński: - Chciałbym serdecznie podziękować za tę fantastyczną inicjatywę, która pokazuje, że jesteśmy razem silniejsi. Pracujemy razem dla naszego wspólnego celu, jakim jest tworzenie wspólnoty, wspólnoty białostoczan. To miasto Białystok - to jest specjalne miejsce, w którym zdarzają się rzeczy niemożliwe w żadnym innym i dlatego jestem dumny, że jestem białostoczaninem, że się tutaj urodziłem, że mogę tutaj pracować, współpracować z tak



wspaniałymi ludźmi. Bardzo serdecznie Państwu dziękuję.

Wyróżnienie „Urbi Meritus – Zasłużony Miastu” przyznawane jest od 2022 roku. Otrzymują je osoby, instytucje, organizacje w szczególny sposób zasłużone dla rozwoju i promocji Miasta Białystok. W 2025 roku przyznano je łącznie 11 osobom i instytucjom, w tym jeszcze: Andrzejowi Birukowi (przedsiębiorca z branży budowlanej), Ludmile Bogalskiej (prezes Stowarzyszenia Wspierania Aktywności Niepełnosprawnych Intelktualnie „AKTYWNI”), Stanisławowi Dobrowolskiemu (społecznik propagujący język esperanto), Jezusowi Imazowi (piłkarz Jagiellonii Białystok), Jarosławowi Kazberukowi (kierowca rajdowy), Krzysztofowi Koniczkowi (artysta malarz), Mirze Łukaszuk (poetka), Natalii Maliszewskiej (łyżwiarka szybka), Lechowi Rutkowskiemu (były prezydent Białegostoku), Krzysztofowi Teodorukowi (były zastępca prezydenta Białegostoku).■

opr. bdc

Zmiany w Samorządzie Studentów UMB

Joanna Kruszyńska (VI rok lekarski) zakończyła swoją misję jako Przewodnicząca Samorządu Studentów UMB. 3 czerwca złożyła sprawozdanie z działalności Samorządu pod jej kierownictwem. Spotkanie odbyło się w Auli Magna Pałacu Branickich.

Jak ważne to było wydarzenie, niech świadczy fakt, że było na nim obecnych trzech prorektorów: prof. Adrian Chabowski, prof. Karol Kamiński oraz prof. Katarzyna Socha, Dziekan Wydziału Lekarskiego prof. Tomasz Hryszko, ale też szereg pracowników administracyjnych Uczelni, którzy na co dzień blisko współpracowali z ustępującymi samorządowcami.

Trzeba wiedzieć, że Samorząd Studentów to kluczowa dla funkcjonowania UMB organizacja studencka. Jej przewodniczący/a jest, wedle ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym i nauce, członkiem Rady Uczelni (ta m.in. nadzoruje pracę rektora). Bez opinii Samorządu władze Uczelni nie mogą podejmować wielu decyzji, jego członkowie zasiadają w wielu uczelnianych gremiach (m.in. w Senacie UMB).

- Bardzo serdecznie dziękuję za zaufanie, bo funkcja przewodniczącej to nie tylko tytuł, ale także ogromna odpowiedzialność – rozpoczęła swoje wystąpienie Joanna Kruszyńska. Właśnie zbudowanie zaufania do Samorządu, ale też możliwość współpracy w ramach szerokiego grona społeczności akademickiej, ustępująca przewodnicząca uważa za najważniejszy sukces swojej kadencji.

Jeżeli chodzi o współpracę z władzami Uczelni, Joanna Kruszyńska zaznaczyła, że nigdy z ich strony nie usłyszała słowa „nie”. Nie oznacza to, że każda propozycja ze strony Samorządu zyskiwała akceptację. Niektóre z pomysłów po prostu były modyfikowane, ewentualnie dostosowywane do realiów.

Co udało się zrobić w minionym roku? Sporo – i to z realnym wpływem na życie studentów. Biblioteka UMB zyskała nowe ob-



Dobry kontakt na linii studenci - władze UMB to klucz do udanej współpracy. Na zdjęciu Joanna Kruszyńska i Prorektor ds. Kształcenia prof. Adrian Chabowski

licze: dłuższe godziny otwarcia, pokoje do głośnej nauki i osobne miejsce do spożywania posiłków. Samorząd zorganizował największe uczelniane wydarzenie – Medykalia, które stały się już jego znakiem rozpoznawczym. Były też spacerunki po kampusie dla studentów pierwszego roku, szkolenia, wieczory planszówek, audycje w Radiosuple i spotkania z władzami. Przedstawiciele Samorządu odwiedzali białostockie - i nie tylko - szkoły średnie, opowiadając o studiach w UMB. Również uczelniana akcja WOŚP rozpoczęła się z inicjatywy studentów. Samorząd działał też na poziomie ogólnopolskim, aktywnie reprezentując Uczelnię.

Wraz z Joanną Kruszyńską aktywną działalność w Samorządzie zakończyli: Joanna Pruszyńska, Martyna Kuprewicz, Zuzanna Panas, Agnieszka Kucharewicz, Izabela Kruszewska, Juliusz Błazewicz i Jakub Zadykowicz.

List gratulacyjny na ręce Przewodniczącej Samorządu przesłał Rektor Marcin Moniuszko. Odczytał go Prorektor ds. Kształcenia prof. Adrian Chabowski.

Sebastian Bobryk, nowy przewodniczący Samorządu pod-

czas spotkania powiedział: - Ta poprzeczka działań została zawieszona bardzo wysoko. Wiem jednak, że właśnie dzięki Wam, jako Samorząd, razem z nowym Parlamentem, jesteśmy w stanie kontynuować to, co wspólnie rozpoczęliśmy wcześniej.

Na koniec ustępujący samorządowcy otrzymali upominki od władz Uczelni. Samorząd Studentów również ze swojej strony podziękował wielu osobom za wsparcie - zarówno władzom UMB, jak również pracownikom administracyjnym.

Nowy zarząd Samorządu Studentów w kadencji 2025-2027:

Sebastian Bobryk (Przewodniczący), Gabriel Kuryłowicz (Wiceprzewodniczący), Martyna Grygoruk (Sekretarz).

Skład nowego Parlamentu Studentów UMB na lata 2025-2027:

Wydział Lekarski: Martyna Grygoruk, Aleksandra Bielska, Magdalena Ciołko, Sebastian Bobryk, Nicolas Agnello.

Wydział Farmaceutyczny: Wiktoria Perz, Bartosz Hołubowicz

Wydział Nauk o Zdrowiu: Patrycja Ozimek, Gabriel Kuryłowicz. ■

Święto nauki w UMB

17 doktorów habilitowanych i 56 doktorów nauk odebrało swoje dyplomy poświadczające awans naukowy podczas Uroczystego Posiedzenia Senatu Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.

Wydarzenie odbyło się 17 czerwca 2025 roku w Auli Magna Pałacu Branickich. Uroczystość podkreśliła nie tylko rangę osiągnięć naukowych, ale także znaczenie pracy akademickiej dla praktyki klinicznej.

- Chcemy wyrazić głęboki szacunek dla znaczenia Państwa pracy, która ma realny wpływ na życie pacjentów. Jesteśmy wyjątkową uczelnią właśnie dlatego, że wszystko, co robimy w laboratoriach, salach wykładowych czy klinikach, wcześniej czy później służy pacjentom – powiedział do zebranych w Auli naukowców Rektor UMB prof. Marcin Moniuszko.

Podczas uroczystości prof. Irina Kowalska, Prorektor ds. Nauki i Ewaluacji, w swoim wystąpieniu podsumowała kluczowe działania badawcze Uczelni. Podkreśliła, że osiągnięcia naukowe mają bezpośrednie przełożenie na wyniki ewaluacji oraz ogólną ocenę jakości uczelni. Profesor Kowalska przedstawiła dane liczbowe dotyczące prowadzonych badań, pozyskanych grantów oraz liczby publikacji naukowych.

- Dziś cieszymy się z promocji doktorów nauk, z promocji doktorów habilitowanych. Serdecznie Państwu gratulujemy, wyrażamy najwyższe słowa uznania dla Państwa pracy, dla Państwa promotorów (...) Lecz po co my to wszystko robimy? Jak powiedział Hipokrates, by leczyć ciało ludzkie, konieczna jest wiedza o całości zjawisk – mówiła prof. Kowalska.

Dyplomy nowym doktorom habilitowanym i doktorom wręczali dziekani poszczególnych wydziałów: prof. Tomasz Hryszko z Wydziału Lekarskiego (Dziekan Kolegium Nauk Medycznych), prof. Wojciech Mityk z Wydziału Farmaceutycznego (Dziekan Kolegium Nauk



Symboliczne mianowanie na doktora nauk mgr Agnieszki Szyszko-Perłowskiej, położnej z wieloletnim stażem

Farmaceutycznych) oraz prof. Sławomir Terlikowski z Wydziału Nauk o Zdrowiu (Dziekan Kolegium Nauk o Zdrowiu).

Awanse naukowe w UMB w okresie od 12 czerwca 2024 roku do 31 maja 2025 roku.

Tytuł naukowy profesora otrzymali (nominację wręcza Prezydent RP):

- w dyscyplinie nauki medycznej:

prof. dr hab. Mirosław Koźłowski, prof. dr hab. Adam Lemancewicz, prof. dr hab. Anna Popławska-Kita, prof. dr hab. Artur Sulik, prof. dr hab. Piotr Zabielski

- w dyscyplinie nauki farmaceutycznej:

prof. dr hab. Andrzej Mogielnicki

- w dyscyplinie nauki o zdrowiu

prof. dr hab. Jolanta Lewko, prof. dr hab. Małgorzata Elżbieta Zujko

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu otrzymali:

- w dyscyplinie nauki medycznej:

dr hab. Angelika Buczyńska, dr hab. Agata Czarnowska, dr hab. Paweł Dubiel, dr hab. Jacek Kudelski, dr hab. Agnieszka Kulczyńska-Przybik, dr hab. Agnieszka Kułak-Bejda, dr hab. Katarzyna Maliszewska, dr hab. Radosław Motkowski, dr hab. Julia Nowowiejska, dr hab. Anetta Sulewska, dr hab. Kacper Toczyłowski, dr hab. Marzena Tylicka, dr hab. Małgorzata Zalewska-Adamiec

- w dyscyplinie nauki farmaceutycznej:

dr hab. Justyna Moskwa,
dr hab. Marta Szekalska

• w dyscyplinie nauki o zdrowiu:
dr hab. Angelika Edyta Charkiewicz, dr hab. Blanka Wolszczak-Biedrzycka

Stopień doktora nauk medycznych i nauk o zdrowiu otrzymali:

• w dyscyplinie nauki medyczne:
dr Justyna Adamczuk, dr Marta Baczeńska, dr Mateusz Bartoszewicz, dr Marek Chwiedosik, dr Aleksandra Danieluk, dr Michał Dębczyński, dr Kinga Dudzińska, dr Mariusz Falkowski, dr Dawid Fil, dr Kacper Gan, dr Katarzyna Golińska, dr Kinga Gołaszewska, dr Anna Grajewska, dr Anna Kamińska, dr Maciej Karasiński, dr Marcin Kazberuk, dr Małgorzata Kiluk, dr Katarzyna Konończuk, dr Przemysław Kostro, dr Monika Kowalczyk-Krystoń, dr Anna Krupa, dr Anna Krzyżewska, dr Rafał Kucharski, dr Joanna Kulikowska-Łoś, dr Barbara Łabij-Reduta, dr Mateusz Matwiejuk, dr Mariusz Mioduski, dr Maryla Młynarczyk, dr Katarzyna Pańkowska, dr Barbara Piekłar, dr Grzegorz Płoński, dr Karolina Pogorzelska, dr Paweł Samocik, dr Anna Sawko, dr Agnieszka Sewastianik, dr Karol Skłodowski, dr Maciej Stawicki, dr Łukasz Suprewicz, dr Paulina Werel-Ołdziejewska, dr Marta Woznińska, dr Izabela Zawadzka, dr Natalia Zieleniewska, dr Sara Zięba

• w dyscyplinie nauki farmaceutyczne:

dr Iwona Kwiatkowska, dr Dominika Wioletta Radomska, dr Anita Żmudzińska

• w dyscyplinie nauki o zdrowiu:

dr Grzegorz Biedrzycki, dr Kinga Joanna Janik, dr Michał Pawłowski, dr Karolina Piekarska, dr Wojciech Romatowski, dr Katarzyna Roslan, dr Maciej Jerzy Samusik, dr Dorota Wioletta Sadowska, dr Agnieszka Szyszko-Perłowska, dr Adrian-na Zańko.■

Opr. bdc

Nasz naukowy lot w kosmos

Wystąpienie Rektora UMB prof. Marcina Moniuszki podczas Uroczystego Posiedzenia Senatu UMB z dnia 17 czerwca 2025 roku w Auli Magna Pałacu Branickich.

Szanowni Państwo,

(...) **Po co uprawiać naukę?** Na pewno nie dla samych zaszczytów. Swoim najbliższym, młodszym współpracownikom zwykłem zawsze powtarzać: rób to, co kochasz z pełną pasją i możesz być spokojny – stopnie i tytuły przyjdą wtedy niemal niepostrzeżenie, bo to będzie jeden z owoców wcześniejszej, bardzo ciężkiej pracy.

Stopnie i tytuły są też niezwykle ważne, bo są ukoronowaniem kolejnych etapów naszej pracy i zaangażowania. Stanowią cezurę czasową, okazję do podsumowania ważnego etapu w życiu zawodowym, a często i osobistym (bo to właśnie życie – to osobiste – pada ofiarą naszej intensywniej pracy). I dlatego z takim ogromnym szacunkiem dla Państwa wysiłku i dokonań, ale też z wielką radością, w tak niezwykle uroczysty sposób świętujemy Państwa sukcesy dzisiaj. (...) Jesteśmy wyjątkowi, zawsze będę to powtarzał, bo wszystko, co robimy, wcześniej czy później przysłuży się pacjentom.

Państwo Doktorzy, jesteście wyjątkowi, bo poświęciliście swój czas i energię na rozwój, szukanie prawdy na drodze odkrywania tajemnic życia, zdrowia i choroby. Podziękowania płyną w stronę Waszych Współpracowników, ale przede wszystkim Promotorów – za ich gotowość do wejścia w dialog i współpracę z naukowcami na wcześniejszych etapach kariery naukowej.

Ogromne gratulacje dla naszych Doktorów Habilitowanych z życzeniami, by się nie zatrzymali, by wznosili się na kolejne orbity już coraz bardziej odpowiedzialnej kariery. Będziecie odtąd promotorami przewodów doktorskich, bo to w Wasze ręce swoje naukowe

losy złożą kolejne pokolenia nowych badaczy.

Państwo Profesorowie, ogromne gratulacje z powodu otrzymania tytułu. Niech ten tytuł, poza satysfakcją i dumą, poniesie Państwa ku kolejnym badaniom i odkryciom.

Dziś jest czas pewnych podsumowań, ale dziś nie świętujemy zakończenia żadnej z karier naukowych, a wręcz przeciwnie – ich dalszy rozwój. Bo wszyscy czekaliśmy na lot Polaka w kosmos, ale to nasze badania są często prawdziwym kosmosem. I ten nasz medyczny kosmos chcemy dalej eksplorować, chcemy go zdobywać.

Moim i naszym priorytetem jest zaproszenie jak największej liczby naszych naukowców do czerpania z niezwykle bogatych zasobów naukowych naszej Uczelni. Temu służy też system przyznawania środków na działalność badawczą. Do Państwa dyspozycji jest niezwykle cenny materiał badawczy i baz danych, powtarzam unikalnych, niezwykle cennych danych. Zasoby Biobanku, kierowanego przez dr hab. Joannę Reszeć-Giełazyn, należą do najcenniejszych w Europie – korzystajcie z nich Państwo. Centrum Medycyny Doświadczalnej Rektora Jacka Niklińskiego – trudno znaleźć lepsze w Europie miejsce do badań na zwierzętach – korzystajcie Państwo z niego. Niedawno wybudowane Centrum Futuri jest godnym swej nazwy ośrodkiem – korzystajcie Państwo z jego zasobów. To tam mieści się kierowany przez Rektora Karola Kamińskiego Ośrodek Badań Populacyjnych, prowadzący unikalne badanie kohortowe Białostok Plus. To trudny do przecenienia zasób informacji, danych, pole do kolejnych wspólnych projektów,

kolejnych pytań, do których zapraszamy wszystkich Państwa. Czekamy na Państwa Centrum Medycyny Regeneracyjnej kierowane przez dr hab. Andrzeja Eljaszewicza.

Kierowane przez Rektora Adama Krętowskiego jednostki: OWBK - stanowiący znakomitą przestrzeń do badań klinicznych, LOMiRT – do badań radiomicznych, działające w ramach CBK laboratoria genomowe dr Magdaleny Niemiry i metabolomowe prof. Michała Ciborowskiego - to jedne z najlepszych laboratoriów omicznych w Europie. Nie można tego nie wykorzystać. Centrum Radiofarmacji, kierowane przez Dziekan Annę Gromotowicz-Popławską, pozwala przenieść model przedkliniczny na zupełnie inny poziom. Prowadzimy i będziemy dalej prowadzić spotkania z Państwem, by się wzajemnie lepiej poznać, by lepiej uświadomić sobie skalę naszych możliwości badawczych. Wykorzystajmy razem ten nasz ogromny potencjał.

No właśnie – razem. Bo **medycyna to sport zespołowy** i choć Nagrody Nobla przyznaje się osobom (osobiście uważam, że takie podejście jest często bardzo niesprawiedliwe), to wszystko, co najważniejsze w nauce można osiągnąć tylko pracą zespołową, tylko wiarą w sukces. Jesteśmy wspaniałym, zróżnicowanym, ale niezwykle silnym zespołem z ogromnym potencjałem. Zespół jest kluczowy. Gdy popatrzymy na historię tegorocznej Ligi Mistrzów - Paris Saint Germain wygrał ją i wszedł do piłkarskiego nieba, pomimo, że wcześniej został porzucony przez Messiego, Mbappego czy Neymara. Bo tak czy inaczej – to siła zespołu jest kluczowa. Chcemy świętować siłę naszego wielopokoleniowego zespołu w tym roku jubileuszu. Również w czasie inauguracji 3 października i po inauguracji, gdy chcemy zorganizować spotkanie naszych Absolwentów.

Tak, chcemy współpracować



Symboliczne rzucanie biretami na zakończenie kolejnego etapu rozwoju naukowego



Wręczenie awansów naukowych jest jednym z najważniejszych świąt w kalendarzu UMB



Tradycją wydarzenia jest przedstawienie raportu o stanie nauki w UMB przez Prorektora ds. Nauki i Ewaluacji (na zdjęciu prof. Irina Kowalska)

z najlepszymi z kraju i ze świata, ale przede wszystkim chcemy i musimy jak najlepiej, jak najściślej współpracować ze sobą. Razem tworzymy ogromny potencjał.

Nie godzimy się i **nie możemy nigdy zgodzić się na przeciętność**. Zdobywamy ten medyczny kosmos. Bo już to robimy. W oparciu o potężne zasoby danych pochodzących z naszych znakomitych badań onkologicznych, chorób metabolicznych, badania populacyjnego - stworzyliśmy już de facto innowacyjną „Fabrykę Danych Medycznych”. Nasze Centrum Sztucznej Inteligencji w Medycynie i Centrum Bioinformatyki będzie stanowiło podstawę Ośrodka Algorytmów Medycznych. Kto ma zmienić ten świat, jeśli nie my? Kto ma



Definicja sukcesu wg Winstona Churchilla to umiejętność przechodzenia od porażki do porażki z niesłabnącym entuzjazmem

tworzyć nowe rozwiązania prewencyjne, nowe metody diagnostyczne, nowe metody terapeutyczne, nowe leki? Kto, jeśli nie my? Powiedzą Państwo, że w Polsce nie ma wystarczającego potencjału biotechnologicznego? Jakiś jednak w Polsce jest, wykorzystajmy i tę możliwość. Ale nie każda innowacja musi być wyłącznie innowacją technologiczną. Czasem o wiele ważniejsze są innowacje procesowe, wprowadzenie istotnej zmiany w postępowaniu profilaktycznym, sposobie diagnozy czy modyfikacji procesu terapeutycznego. Pamiętajmy, że dziś znaczną część rozwiązań możemy tworzyć in silico, bazując na własnych i publicznie dostępnych bazach danych. Stworzyliśmy de facto innowacyjną fabrykę rozwiązań sztucznej inteligencji. I każdy z Państwa może zostać menadżerem w tej fabryce, twórcą nowych rozwiązań diagnostycznych i terapeutycznych.

Korzystajmy też z tego, w jak niezwykle pięknym i bogatym w naturalne zasoby miejscu żyjemy. Podlaskie produkuje najlepszą żywność, sprawmy, żeby była to żywność o ściśle określonych efektach medycznych. Chciałbym, żebyśmy w ramach nowo budowanego Centrum Medycyny Nowej Generacji stworzyli Centrum Żywności Funkcjonalnej. Tu liczę na wsparcie Rektor Katarzyny Sochy, która będzie integrować działania producentów i przetwórców z przedstawicielami nauk podstawowych i farmaceutycznych z wysiłkiem klinicystów oraz dietetyków. To ma być koło zamachowe całej gospodarki Podlasia, nasz towar eksportowy, a jednocześnie wejście na wyższy poziom spersonalizowanej prewencji. Kto, jeśli nie my?

Drodzy Państwo Profesorowie, Doktorzy Habilitowani i Doktorzy,

nie bójcie się Państwo być ambasadorami swoich osiągnięć, z dumą dzielcie się swoimi odkryciami. Ludzie nas potrzebują. Ludzie zasługują na uczciwą, rzetelną informację na temat różnych obszarów medycyny i nauki. Mamy ją przekazywać w sposób uczciwy i przystępny. To niezwykle trudna sztuka, by dzielić się swoją wiedzą nie z wysokości katedry, nie z piedestału, ale z troską i przyjaźnią wobec słuchaczy, ze zrozumieniem tego, że dziś wszyscy jesteśmy ofiarami nieokiełznanej infodemii. I choć lubimy poddawać się silnym emocjom, to jednak w końcu szukamy prawdy. Tak, to trudne, ale kto ma to robić? Kto, jeśli nie Wy, drodzy Państwo, zebrani tu dziś na tej pięknej uroczystości. Kto ma odważnie pokazywać, że prawda w medycynie bywa trudna, a droga do jej osiągnięcia wcale niełatwa. A że nas czasem zmieszają z błotem? (...) Zachowanie honoru w nauce to nie sytuacja, w której nie mówią o nas źle, nie piszą o nas źle w mediach. Bo dziś można powiedzieć wszyst-

ko i można napisać wszystko. Ale nie jest to najważniejsze. Bo zachowanie honoru w nauce to głębokie i uczciwe własne przeświadczenie o tym, że niezależnie od tego, co ludzie powiedzą lub napiszą, zrobiło się w danej sprawie i dla danej sprawy wszystko, co trzeba i tak jak trzeba.

I między innymi dlatego też, w oparciu o kierowany przez Rektora Karola Kamińskiego Ośrodek Badań Populacyjnych, tworzymy Ośrodek Przeciwdziałania Dezinformacji Medycznej. Musimy i chcemy to robić. Ale sami także potrzebujemy nieustannej edukacji. Chcemy prowadzić edukację na temat nowych rozwiązań prawnych, by nasi naukowcy wiedzieli, kiedy ich planowane badanie może być uznane za eksperyment, a kiedy za badanie kliniczne. Tu olbrzymia rola Rektora Adama Krętowskiego i współpracowników, Rektora Jacka Niklińskiego. W świecie niezwykle dynamicznie rozwijającej się sztucznej inteligencji chcemy też zaproponować Państwu reguły bezpiecznego jej stosowania - pracuje nad tym Rektor Irina Kowalska i Państwo Dziekani.

Szanowni Państwo,

na uczelni medycznej nie da się na szczęście oddzielić ani nauki, ani kliniki od dydaktyki. **A na dydaktyce zależy nam niezmiennie mocno.** UMB, jak każda uczelnia, proponuje dwie równoległe i równie ważne, wzajemnie przenikające się i otwarte dla siebie ścieżki rozwoju: dydaktyczną i naukową. Znaczenia obu nie sposób przecenić. Nie można ich też jednak oddzielać czy też przeciwstawiać sobie. Stąd też zapoczątkowanym jeszcze przez Rektora Adama Krętowskiego rozwiązaniem w UMB jest połączenie koordynacji działań dydaktycznych i naukowych przez Dziekanów: Tomasza Hryszkę, Wojciecha Miltyka, Sławomira Terlikowskiego i ich znakomitych współpracowników. Stąd ścisła współpraca i koordy-

nacja działań rad wydziałów i kolegów poszczególnych dyscyplin. Istotą każdego uniwersytetu jest wzajemne przenikanie się doświadczenia ambitnej pracy naukowej i trudnej sztuki dydaktyki, przekazywania swojej wiedzy, dzielenia się swoim doświadczeniem z innymi.

Temu celowi służą ambitne inwestycje dydaktyczne. Uniwersytet Medyczny w Białymstoku dynamicznie rozwija się także w zakresie infrastruktury. Powstają: Centrum Dydaktyczno-Egzaminacyjne, Centrum Pielęgniarstwa, nowe centrum symulacji, Centrum Dydaktyki Przedklinicznej. Dziękuję Panom Rektorom: prof. Chabowskiemu i prof. Krętowskiemu za koordynację tych działań.

Temu celowi służą inwestycje szpitalne: w USK - w ramach KPO „onkologicznego”, w UDSK - w ramach Funduszu Medycznego. Gratuluję Państwu Dyrektorom i Panu Rektorowi Dzieciolowi. I największe inwestycyjne marzenie, jeszcze niezrealizowane, nad realizacją którego trwa intensywna praca - rozbudowa naszego kompleksu szpitalnego na Dojlidach.

Szanowni Państwo, tak, jesteśmy często zmęczeni, zabiegani, mamy swoje problemy osobiste, rodzinne, swoje lęki i niepokoje. Pewnie, że nie zawsze jest idealnie, jesteśmy częścią systemu administracji publicznej, żyjemy więc w systemie określonych wymagań biurokratycznych, często budzących słuszną irytację naukowców. Ale naszą siłą jest to, że pomimo tego, rzuca się na ambitne wyzwania. Tym większe uznanie dla Państwa wytrwałości. Ale **to w Państwie tkwi siła zmieniania świata**, przekazywania swojego ogromnego doświadczenia medikom młodego pokolenia, prowadzenia ambitnych innowacyjnych badań.

I błagam, nie zrażajcie się odrzuconymi grantami i publikacjami. Powiem coś Państwu w sekrecie: może i będą dalej odrzucać, bo tak wygląda życie



Pamiątkowe zdjęcie nowych doktorów nauk



Nowi doktorzy habilitowani

naukowe. Ale nie żyjemy według filozofii: skoro mnie tam nie chcą, to nie będę się napraszał.

»

Medycyna to sport zespołowy. Choć Nagrody Nobla przyznaje się osobom, to wszystko, co najważniejsze w nauce można osiągnąć tylko pracą zespołową, tylko wiarą w sukces.

Zawsze będę powtarzał, że gdybym miał tak myśleć, to nie pracowałbym nigdy w UMB, bo też mnie na początku nie chciał. Nie zliczę też momentów frustracji, gdy dopiero za entym razem udawało się otrzymać grant czy decyzję o przyjęciu publikacji do wymarzonego czasopisma. Ważne, by w tym naszym życiowym i naukowym biegu przez płotki nie zrażać się tym, że się przewracamy, potykamy czy wpadamy do rowu z wodą. Świetnie tu sprawdza się definicja sukcesu wg Winstona Churchilla – że to

umiejętność przechodzenia od porażki do porażki z niesłabnącym entuzjazmem.

Szanowni Państwo, różnie się mówi, co będzie przedmiotem walki XXI wieku: woda, metale ziem rzadkich, dane, rozwiązania sztucznej inteligencji, infrastruktura militarna, strategiczne szlaki komunikacyjne. Najbliżej mi jednak do poglądu, że największą walką XXI wieku będzie walka o ludzi. Bo ludzie są największym i najtrudniejszym do utrzymania, a czasem odzyskania zasobem. I to o ludzi powinniśmy dbać przede wszystkim. Tak, na pierwszym miejscu - o naszych pacjentów i studentów. Ale powinniśmy dbać też o nas samych, o siebie wzajemnie. I róbmy to jak najczęściej, najlepiej jak potrafimy.■

Prof. Marcin Moniuszko, Rektor UMB

Medycy z Ukrainy szkolili się w USK

Dziesięcioosobowa delegacja z Wołyńskiego Obwodowego Szpitala Klinicznego w Łucku odwiedziła 27 czerwca 2025 r. Klinikę Neurochirurgii Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego w Białymstoku. Medycy z Ukrainy przyglądali się pracy kliniki.

Oba szpitale wspólnie realizują unijny projekt pn. „Neurodoskonałość bez granic” finansowany ze środków z programu Interreg Next Polska-Ukraina 2021-2027. Program ten ma na celu wsparcie transgranicznych projektów na pograniczu Polski i Ukrainy, w tym m.in. dotyczących opieki zdrowotnej. Dzięki temu obie placówki wzbogacą się o nowy sprzęt medyczny, a dodatkowo w szpitalu wołyńskim zostaną przeprowadzone prace budowlane.

- Przyjechali do nas lekarze neurochirurdzy, ale też pielęgniarki i instrumentariuszki z oddziału neurochirurgii. Lekarze jako obserwatorzy uczestniczyli w dwóch operacjach: małoinwazyjnej operacji usunięcia guza mózgu przez oczodoł, a także operacji skoliozy. Wiemy, że te nasze doświadczenia będą chcieli przenieść na Ukrainę. Z kolei pielęgniarki poznały organizację pracy w naszej klinice – powiedział dr hab. Tomasz Łyson, Kierownik Kliniki Neurochirurgii USK.

W tym i w kolejnym roku planowane są dalsze szkolenia dla polskich i ukraińskich neurochirurgów. Efektem tych wszystkich działań ma być stworzenie „Transgranicznego Centrum Neurochirurgii Wołyn i Podlasie” - platformy do wymiany doświadczeń pomiędzy dwoma ośrodkami. To wszystko ma na celu zapewnienie poprawę dostępu do wysokiej jakości usług neurochirurgicznych w obu regionach przygranicznych – Wołyniu i Podlasiu.

Szpital w Łucku ma prawie 1000 łóżek, a oddział neurochirurgii liczy 30 miejsc (jedna trzecia miejsc jest zarezerwowana dla pacjentów wojennych). I choć szpital znajduje się daleko od frontu, to stanowi ważne zaplecze medyczne. Trafiają tu ranni żołnierze, w stabilnych stanach, zaopatrzeni, ale wymagający dodatkowych operacji.



Medycy z Ukrainy, jako obserwatorzy, uczestniczyli w dwóch operacjach, fot. Katarzyna Malinowska-Olczyk



Dzięki wspólnej realizacji programu unijnego szpitale w Białymstoku i w Łucku wzbogacą się o nowy sprzęt, a specjaliści z obu placówek będą mogli ze sobą współpracować

- Od początku wojny leczymy zarówno pacjentów cywilnych, jak i wojennych. Każdego tygodnia trafia do nas 1-2 pacjentów z wojny. Dlatego szczególnie interesują nas operacje małoinwazyjne, które skracają okres pooperacyjny i pozwalają na szybkie zdrowienie pacjentów – dodaje Mykola Halei, dyrektor medyczny szpitala w Łucku.

Z projektu „Neurodoskonałość bez granic” – z programu

Interreg Next Polska-Ukraina 2021-2027 białostoccy neurochirurdzy otrzymali już urządzenie do neuronawigacji. To swoisty GPS dla neurochirurga, który pozwala na precyzyjne zaplanowanie operacji i prowadzenie instrumentów chirurgicznych podczas zabiegu.■

km

interreg
NEXT Polska - Ukraina

Współfinansowany przez Unię Europejską

NeuroExcellence

Studia podyplomowe z Edukacji zdrowotnej już po pierwszym semestrze

Zakończył się pierwszy semestr studiów podyplomowych Edukacja zdrowotna. Był to czas budowania fundamentu pod to, co czeka studentów na kolejnym etapie nauki. Przed studentami tematyka związana z odżywianiem, aktywnością fizyczną, zdrowiem psychicznym i seksualnym.

Rekrutacja na te studia trwała ledwie miesiąc i skierowana była tylko do aktywnych nauczycieli, a chętnych było prawie pięć razy więcej niż miejsc. Zajęcia wystartowały w kwietniu (na inauguracji obecna była Wiceminister Edukacji Katarzyna Lubnauer) i do połowy czerwca trzeba było zrealizować dwa duże bloki tematyczne dotyczące nauk podstawowych (system ochrony zdrowia oraz zdrowie środowiskowe).

Pierwsze zaskoczenia? Stosunkowo duże luki w informacjach na temat organizacji systemu ochrony zdrowia w Polsce oraz zdrowia środowiskowego. Począwszy od procedur zmiany lekarza rodzinnego, przez dostęp do informacji o kolejkach do specjalistów czy zmiany miejsca wykonania świadczenia (choćby z powodu właśnie kolejek), aż po sposoby wyszukiwania i wdrażania programów z zakresu edukacji prozdrowotnej w szkołach. W temacie zdrowia środowiskowego konieczne było uzupełnienie informacji o roli poszczególnych związków chemicznych zawartych w produktach spożywczych, lekach i kosmetykach.

- Po pierwszym semestrze już widać jak bardzo nauczyciele potrzebują informacji dotyczących edukacji zdrowotnej. Widać to też po tym, jak aktywnie uczestniczą w zajęciach, jak dużo i jakie pytania zadają – komentuje prof. Małgorzata Żendzian-Piotrowska, kierownik studiów.

Sami uczestnicy studiów najczęściej proszą o więcej zajęć praktycznych i wykonywanie większej liczby eksperymentów oraz doświadczeń. Chodzi o to, by później móc je zademonstrować podczas zajęć w szkołach.



Ponad pięć osób na jedno miejsce starało się o udział w studiach podyplomowych z Edukacji zdrowotnej realizowanych w UMB

Dlatego program drugiego semestru powinien zadowolić najbardziej wybrednych. Zaplanowane zostały wykłady i ćwiczenia dotyczące m.in. odżywiania, aktywności fizycznej, zdrowia psychicznego oraz zdrowia seksualnego.

- To już jest cięższy kaliber zajęć. Tej nauki będzie naprawdę dużo, będzie też trudniejsza. Gdyby w trakcie nauki okazało się, że jest potrzeba realizacji większej liczby zajęć praktycznych czy tych bardziej interaktywnych, to wykładowca w swojej gestii ma możliwość takiej modyfikacji – dodaje prof. Żendzian-Piotrowska.

Dodatkową trudność stanowi fakt, że wszystkie omawiane zagadnienia będą się odnosić do całego cyklu życia człowieka: od urodzenia, przez okres bycia dzieckiem, dojrzewania, dorosłości, aż do starości.

- Mamy nadzieję, że przez takie edukowanie sprawimy, że ta wiedza za pośrednictwem nauczycieli, a później dzieci, trafi do ich rodziców i dziadków. Że to dziecko powie dziadkowi, jaka aktywność fizyczna w jego wieku i przy jego schorzeniach nie jest wskazana, albo pomoże

mu w internecie umówić wizytę u specjalisty – podsumowuje prof. Żendzian-Piotrowska.

Edukacja zdrowotna już od września będzie nieobowiązkowym przedmiotem w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych. Program obejmie 11 działów związanych z szeroko pojętym zdrowym trybem życia, m.in. zdrowiem psychicznym, właściwym odżywianiem, aktywnością fizyczną, profilaktyką uzależnień, ale też problematyką okresu dojrzewania i aspektami zdrowia seksualnego. Uprawnieni do jej nauczania są m.in. nauczyciele biologii, WF, wychowania do życia w rodzinie, ale też lekarze i pielęgniarki z wykształceniem pedagogicznym oraz absolwenci specjalnych studiów podyplomowych.

Studia trwają trzy semestry, zajęcia odbywają się w weekendy (łącznie to ponad 390 godzin zajęć). Obecna edycja studiów jest organizowana przez Ministerstwo Edukacji Narodowej, które na siebie bierze wszystkie koszty, przez co dla słuchaczy zajęcia są bezpłatne.■

bdc

Granty z NCN dla badaczy z UMB

Ponad 5 mln zł na swoje badania pozyskali naukowcy z UMB w konkursach zorganizowanych przez Narodowe Centrum Nauki.



Dr hab. Ewelina Pikel

z Samodzielnej Pracowni Nanomedycyny otrzymała grant SONATA 20 na realizację projektu, który koncentruje się na opracowaniu nowych metod leczenia raka szyjki macicy wywołanego przez wirus HPV. Na ten cel przyznano środki w wysokości 1 998 378 złotych.

W Europie nowotwór ten jest drugą najczęstszą przyczyną zgonów z powodu chorób onkologicznych wśród kobiet w wieku 15–44 lat. Spośród wielu czynników ryzyka, za najistotniejsze klinicznie uznaje się zakażenie wirusem brodawczaka ludzkiego (HPV).

Celem projektu jest sprawdzenie, czy pleurocydyny – naturalne związki o działaniu przeciwbakteryjnym, pochodzące z tkanek flądry zimowej – mogą hamować rozwój nowotworów szyjki macicy poprzez wpływ na deacetylazy histonowe. Ponadto projekt ma na celu sprawdzenie, czy peptydy te mogą „naprawiać” szlaki sygnałowe zaburzone przez obecność HPV i wspomagać organizm w walce z nowotworem. Badacze planują również optymalizować strukturę pleurocydyn, np. modyfikując ich skład aminokwasowy, aby lepiej dopasować je do działania w komórkach nowotworowych i zwiększyć ich skuteczność.

Ostatecznym celem projektu jest stworzenie nowego typu leku – składającego się z dwóch elementów: zmodyfikowanych pleurocydyn o silnym działaniu biologicznym oraz częste-

czek skierowanych bezpośrednio przeciwko białkom wirusa HPV (E6 i/lub E7). Umożliwi to zwiększenie selektywności terapii, działającej tylko tam, gdzie trzeba i z mniejszym ryzykiem dla zdrowych tkanek.



Prof. Ewa Olszewska

Zespół badawczy pod kierownictwem prof. Ewy Olszewskiej otrzymał dofinansowanie w wysokości 2 996 849 zł z NCN. Projekt został wyróżniony w ramach konkursu OPUS 28, zajmując piąte miejsce w rankingu zakwalifikowanych projektów (panel NZ7).

Badania będą koncentrować się na zespole obturacyjnych bezdechów podczas snu (OSA) – powszechnym, ale nadal niedostatecznie diagnozowanym schorzeniu, które dotyka ponad 100 milionów osób na świecie. OSA charakteryzuje się okresowym upośledzeniem drożności górnych dróg oddechowych w czasie snu z towarzyszącym obniżeniem utlenowania krwi, co prowadzi do senności dziennej, obniżenia koncentracji, stanowi ryzyko wypadków komunikacyjnych i podczas pracy. Nieleczone OSA wiąże się z istotnie zwiększonym ryzykiem rozwoju nadciśnienia tętniczego, niewydolności serca, cukrzycy, zaburzeń metabolicznych, otyłości, depresji i udaru mózgu.

Celem projektu „Identyfikacja biomarkerów w celu zrozumienia patogenezы zespołu obturacyjnych bezdechów podczas snu” jest opracowanie nowego narzędzia diagnostycznego i prognostycznego opar-

tego na biomarkerach krwi. Naukowcy oceniają przydatność panelu krążących białek i profili metabolicznych do wczesnego wykrywania choroby, jej ciężkości oraz monitorowania skuteczności leczenia.



Dr Anna Krzyżewska

z Zakładu Fizjologii i Patofizjologii Doświadczalnej otrzymała grant Miniatura 9 na badanie nowej strategii leczenia tętniczego nadciśnienia płucnego (PAH) – rzadkiej, ale bardzo poważnej choroby krążenia płucnego. Schorzenie to prowadzi do trwałych uszkodzeń małych naczyń krwionośnych w płucach i przeciążenia prawej komory serca. Realizacja projektu ma potrwać rok, a przyznane przez NCN dofinansowanie wyniosło blisko 50 tys. zł.

Obecne metody leczenia PAH polegają głównie na rozszerzaniu naczyń płucnych, ale nie hamują procesów, które wywołują chorobę.

Badanie zostanie przeprowadzone na modelu zwierzęcym i uwzględni różnice między samcami i samicami, co jest szczególnie ważne, ponieważ PAH znacznie częściej występuje u kobiet.

Tytuł projektu: Molekularna pułapka dla ligandu TGF-β1 jako nadzieja na nową strategię terapeutyczną – ocena działania P144 w eksperymentalnym modelu nadciśnienia płucnego z uwzględnieniem płci. ■

Administracyjną obsługą wszystkich projektów zajmuje się Dział Rozwoju i Ewaluacji UMB.

Opr. bdc

Wydarzyło się w UDSK



Niesamowity piknik rodzinny uświetnił Dzień Dziecka obchodzony w UDSK

Dzień Dziecka w UDSK

Kolorowe dmuchańce, edukacja przez zabawę i moc uśmiechów, nie tylko wśród najmłodszych – tak wyglądał Dzień Dziecka zorganizowany na terenie Uniwersyteckiego Dziecięcego Szpitala Klinicznego w Białymstoku.

We wtorek, 3 czerwca, punktualnie o godzinie 12 przed wejściem głównym do UDSK zaczęła działać wyjątkowa strefa pełna atrakcji dla maluchów i ich opiekunów.

Dmuchańce, balony, namioty z loteriami i konkursami, przedstawienia (Teatr „Kropłówka”), pokazy mażorettek (NewForia) i cheerleaderek (Klubu Stok), przyleciała nawet jagiellońska pszczoła. Mali pacjenci mieli okazję obejrzeć z bliska wóz strażacki oraz spotkać się z policjantami (był pokaz tresury psa policyjnego). Jednym słowem wszystko, by oderwać dzieci od codziennej monotonii. Z myślą o mamach i nastolatkach przygotowano strefę SPA.

Dzieci, które nie mogły uczestniczyć w festynie odwiedziły wolontariusze, którzy mieli dla nich małe upominki.

Taki sposób świętowania jest inicjatywą zapoczątkowaną przez Urszulę Chrzanowską, konsultanta krajowego w dziedzinie pielęgniarstwa pediatrycznego. Wydarzenie zostało też wsparte przez Klinikę Pediatrii, Gastrologii i Żywienia oraz Dział Jakości UDSK.

Trudne rozmowy o trudnych diagnozach

Klinika Pediatrii, Onkologii i Hematologii UDSK zorganizowała swoją pierwszą konferencję naukową. Tematem przewodnim była komunikacja w pediatrii, w szczególności ta dotycząca informowania o niepomyślnych diagnozach.

- Przekazywanie informacji trudnej jest bardzo obciążające dla obydwu stron: dla lekarza i dla pacjenta czy jego rodziny. Warto skorzystać z wytycznych, jak to zrobić: taką osobę trzeba przygotować na tę informację, dopytać co już wie o chorobie, rozmowę trzeba przeprowadzić w odpowiednim miejscu. Najważniejsze jest jednak to, żeby mówić do człowieka, rozpoznać, co to jest za osoba, co chce wiedzieć, ile chce wiedzieć. Nie można do niej mówić, żeby mówić, bo ona w pewnym momencie może już nas nie słyszeć, bo jest w tak ogromnych emocjach czy stresie. Wtedy trzeba przerwać rozmowę, spróbować ją znormalizować. A nie możemy sobie pozwolić na to, że nie prześlemy informacji, bo np. będzie nam szkoda tych rodziców, albo powiemy im coś połowicznie – tłumaczy dr Mariola Kosowicz, psychoonkolog, Kierownik Poradni Zdrowia Psychicznego w Narodowym Instytucie Onkologii w Warszawie.

Jak dodaje dr Kosowicz w komunikowaniu trudnych tema-

tów naturalne jest, że odbiorca może zareagować emocjonalnie. W jego głowie dzieje się dramat. W skutecznej komunikacji chodzi o to, by przeprowadzić go przez ten proces, wytłumaczyć, gdzie jest teraz i do jakiego miejsca zmierzamy w przyszłości. Ważna jest też weryfikacja tego, że nasz odbiorca rozumie o czym mówimy. Nie zawsze uda się to wszystko osiągnąć na jednym spotkaniu.

Warsztaty dla pełnomocników ds. praw pacjenta

Prawie 50 osób wzięło udział w spotkaniu lokalnych pełnomocników ds. praw pacjenta, które 5 czerwca zorganizował szpital UDSK razem z Rzecznikiem Praw Pacjenta.

RPP to organ administracji rządowej, którego zadaniem jest ochrona praw pacjentów w Polsce, monitoruje też przestrzeganie praw pacjentów oraz dba o edukację społeczeństwa w tym zakresie.

Jednym z prelegentów podczas wydarzenia był Marek Cytacki, Naczelnik Wydziału Spraw Obywatelskich Biura RPP. Jak przekazał, najwięcej problemów powstaje w samej komunikacji medyk-pacjent, głównie chodzi o przedmiotowe traktowanie chorego. Przy czym nie zawsze jest to wina danego lekarza czy pielęgniarki. Bardziej chodzi o cały system ochrony zdrowia, który nie sprzyja dobrym kontaktom, koncentrując się na spełnianiu procedur i prowadzeniu dokumentacji, a poświęcając za mało czasu na rozmowę z potrzebującym. Z drugiej strony chorzy też mają „swoje na sumieniu”. Pacjent często zaburza swoją rolę, dyktując lekarzowi, co ten ma robić (tzw. dr Google).■

Strona internetowa Rzecznika Praw Pacjenta: www.gov.pl/web/rpp

Opr. bdc

630 gramów - najłżejszy początek życia

Mała Łucja przyszła na świat w 26. tygodniu ciąży, ważąc zaledwie 630 gramów. Przez cztery miesiące lekarze z Kliniki Neonatologii USK walczyli o jej zdrowie. Poprawa nastąpiła, gdy na oddziale wcześniaków mogła towarzyszyć jej mama.

Klinika Neonatologii i Intensywnej Terapii Noworodka w szpitalu USK jest ośrodkiem III stopnia referencyjności. To oznacza, że jest to placówka o najwyższym poziomie specjalizacji w opiece nad noworodkami, w tym wcześniakami i noworodkami z wadami wrodzonymi. To tu trafiają tzw. skrajne wcześniaki urodzone pomiędzy 23. a 32. tygodniem ciąży. W zeszłym roku było to 38 dzieci.

Taka była również Łucja, która przyszła na świat 27 lutego, w 26. tygodniu ciąży.

- Miałam w ciąży gestozę, czyli inaczej mówiąc zatrucie ciążowe. Moja mama, będąc ze mną w ciąży, również cierpiała na to samo. Kiedy zaszłam w ciążę, też się tego bardzo obawiałam. Zwłaszcza, że była to pierwsza ciąża i miałam 35 lat – opowiada Milena Zapert, mama Łucji.

I dalej: - Pod koniec piątego miesiąca, bardzo wzrosło mi ciśnienie. Lekarz przepisał mi leki, ale one nie pomogły. Pojawiły się obrzęki. Z dnia na dzień zaczęłam ważyć o 15 kilogramów więcej! Pochodzę z okolic Suwałk i lekarz skierował mnie na „patologię ciąży” do Białegostoku. To było w poniedziałek, a już w czwartek lekarze zdecydowali o rozwiązaniu ciąży. Pojawiło się zagrożenie życia – moje i dziecka.

Mała Łucja urodziła się w tłusty czwartek. Ważyła tylko 630 gramów i mierzyła 30 cm.

- Byłam przerażona, ale jestem wierząca i oddałam się pod opiekę Bogu. Cała rodzina i znajomi modlili się za mnie, a ja jadąc na porodówkę czułam spokój. To było aż dziwne. Bardzo wspierał mnie zespół lekarzy i położnych – wspomina.

Pani Milena w szpitalu zosta-



Milena Zapert ze swoją córeczką Łucją, fot. Arch. prywatne

ła jeszcze przez tydzień po porodzie. Była konieczność ustabilizowania jej ciśnienia. Maluszek został w Klinice Neonatologii.

Kiedy pani Milena wyszła ze szpitala, nie wróciła do domu. Postanowiła z mężem wynająć mieszkanie w Białymstoku, tak, aby każdego dnia przychodzić do córeczki. Mogła z nią spędzać tyle czasu, ile chciała.

Po 4 miesiącach takich odwiedzin, lekarze z Kliniki Neonatologii podjęli decyzję, by

w ich Oddziale stworzyć takie warunki, aby pani Milena mogła być razem z malutką przez całą dobę. Choć waga Łucji rosła, to dziewczynka miała ciągle problemy z oddychaniem (potrzebowała tlenu), wymagała także całodobowej opieki.

- Teraz wszystko jest inaczej. Nie ukrywam, że pierwsze dni były dla mnie stresujące. Wiem jednak, że to kolejny krok ku naszemu wyjściu ze szpitala – dodaje.

- Chcieliśmy, by mama wdrożyła się w tę opiekę nad dzieckiem – tłumaczy decyzję dr Elżbieta Kulikowska, lekarz kierujący Kliniką Neonatologii i Intensywnej Terapii Noworodka.

- Jest cały czas z córeczką, ale w przypadku jakichkolwiek problemów może liczyć na pomoc personelu. Już był taki moment, że mała się trochę zachłysnęła i trzeba było szybko zareagować. Pomógł personel lekarski. Po wszystkim mama powiedziała, że dobrze, iż to się wydarzyło w szpitalu, bo zobaczyła, jak postępować w takich sytuacjach i teraz będzie spokojniejsza, gdyby coś podobnego powtórzyło się w domu.

Łucja również się zmieni-

Bank Mleka Kobięcego USK ma już roczek

15 maja 2025 roku odbyła się I konferencja z cyklu „Podlasie dla najmłodszych”, której uczestnikami były położne, pielęgniarki oraz lekarze. Jednym z tematów konferencji było podsumowanie roku działania Banku Mleka Kobięcego, który funkcjonuje przy Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Białymstoku.

Bank Mleka Kobięcego w Białymstoku oficjalnie rozpoczął działalność 11 stycznia 2024 r. jako pierwsza tego typu placówka w północno-wschodniej Polsce. To placówka, która przyjmuje, bada, pasteryzuje i przekazuje mleko kobiece od honorowych dawczyń – zdrowych, karmiących mam – dla noworodków, które z różnych przyczyn nie mogą być karmione mlekiem własnej mamy. Najczęściej są to wcześniaki lub dzieci chore, hospitalizowane na Oddziale Neonatologii i Intensywnej Terapii Noworodka.

Bilans pierwszego roku działania:

- Ponad 100 litrów mleka kobiecego zostało przekazanych od honorowych dawczyń do Banku
- 8 honorowych dawczyń zdecydowało się podzielić swoim pokarmem
- Blisko 50 wcześniaków i chorych noworodków otrzymało życiodajny pokarm
- Współpraca z 4 oddziałami neonatologicznymi różnych szpitali w regionie, umożliwiającą szybkie i bezpieczne przekazywanie mleka w najpilniejszych przypadkach

mgr Mariola Romanowska - Koordynator BMK USK

ła. Od kiedy mama jest razem z nią, bardzo się uspokoiła.

- To już nie jest niemowlę, które w zasadzie śpi cały dzień, a noworodek. Mama też jest spokojniejsza. W klinice jest rehabilitantka i neurologopeda, którzy z mamą cały czas pracują – tłumaczy dr Kulikowska.

Po wypisie (planowanym na koniec lipca) mała Łucja będzie pod opieką hospicjum domowego w Suwałkach.

- Hospicjum wyposaży mamę w stacjonarny generator tlenu i drugi transportowy, by mama mogła pojechać z dzieckiem do poradni – tłumaczy dr Kulikowska. – Nie wiemy, ile czasu mała Łucja będzie potrzebować tego wsparcia. Można będzie go odstawić dopiero, kiedy jej saturacja się poprawi. Kiedyś ten moment przyjdzie.

Przed panią Mileną i jej mężem Adamem jeszcze długa droga. Mała Łucja będzie musiała pozostawać pod opieką wielu specjalistów: pulmonologa, rehabilitanta, fizjoterapeuty, poradni neonatologicznej. Do białostockiej kliniki będzie wracać na szczepienia w ramach programu szczepienia RSV wcześniaków (syncytialny wirus oddechowy, czyli RSV od respiratory syncytialny virus - to powszechny i bardzo zaraźliwy wirus, który atakuje drogi oddechowe i płuca).

Lekarze nie mają wątpliwości, że do zaadaptowanego w Klinice Neonatologii pokoiku za jakiś czas wprowadzi się kolejna mama z dzieckiem.

- Mamy naszych wcześniaków mogą przebywać ze swoimi dziećmi przez cały dzień, ale na noc muszą opuścić klinikę, bo nie mamy warunków by tu nocywały – tłumaczy dr Kulikowska. – W czasie tego pobytu, pod naszym okiem, uczą się właściwej pielęgnacji i opieki. Nasz personel widzi, jak mają już opaloną „instrukcję” obsługi takiego wcześniaka, czy bez obaw można ich wypisać do domu. I choć takich skrajnych wcześniaków rodzi się coraz mniej, to wiemy, że co jakiś czas będą się zdarzały takie sytuacje, że pobyt matki z dzieckiem przez całą dobę będzie potrzebny tuż przed wypisem. Dobrze, że mamy już ten szlak przetarty.■

Katarzyna Malinowska-Olczyk



Birety poleciały w górę - to znak, że studia się zakończyły

Dyplomatorium na uniwersytetach senioralnych

Pierwszy raz tak się stało, że studenci zamiast odebrać dyplomy ukończenia studiów, zgodnie domagali się powtórzenia roku, dodatkowych zajęć i w ogóle nie chcieli kończyć nauki.

Takie rzeczy są normalną sytuacją podczas uroczystości zakończenia roku akademickiego na Uniwersytecie Zdrowego Seniora oraz Uniwersytecie Zdrowia Psychogeriatrycznego. W tym roku (3 czerwca) uniwersytet ukończyły 92 osoby.

Ostatecznie dyplomy zostały odebrane przez studentów. Przeważał pogląd, że jak ich nie przyniosą do domów, to „będzie wstyd przed wnukami”. Oprócz pamiątkowych dyplomów, studenci otrzymali również symboliczne studenckie birety (zakładała je Wiceprezydent Białegostoku Eliza Cybulko) oraz książki dotyczące zdrowia osób starszych.

- Oprócz gratulacji, mam do Państwa ogromną prośbę. Na Państwu spoczywa teraz bardzo duża odpowiedzialność, żeby tę wiedzę, którą tutaj zdobyliście, przenieść dalej, do swoich znajomych, do najbliższych, do swoich rodzin. Teraz to Państwo stają się naszymi ambasadorami, którzy tę wiedzę, zdobytą tutaj na tak wysokim poziomie, zaniósą dalej – powiedział do zebranych Rektor UMB prof. Marcin Moniuszko.

- Chciałabym Państwu bardzo podziękować właśnie za to, że Wam się chce, że wychodzicie z domów, pięknie się ubieracie, przychodzicie na Uczelnię i zdobywacie wiedzę. Wiedzę,

którą możecie się potem dzielić. Zachęcajcie innych, żeby również przychodzili na takie studia – dodała Wiceprezydent Białegostoku Eliza Cybulko.

Idea studiów senioralnych narodziła się z potrzeby wyposażenia osób 60+ w wiedzę na temat ich zdrowia, ale też tego, jak ono będzie się zmieniać wraz z upływem lat. Uniwersytet Zdrowego Seniora to pierwszy stopień studiów, a zajęcia na nim dotyczą szeroko pojętej profilaktyki zdrowotnej. Uniwersytet Zdrowia Psychogeriatrycznego jest drugim stopniem studiów i jest już ściśle ukierunkowany pod kątem kwestii psychicznych osób w starszym wieku, radzenia sobie z samotnością czy depresją. Dodatkowym aspektem w obu projektach jest chęć aktywizacji osób starszych oraz danie im szansy na nawiązanie nowych znajomości.

Oba projekty są wspierane finansowo przez Miasto Białystok, a realizowane na Wydziale Nauk o Zdrowiu UMB, we współpracy ze Stowarzyszeniem Pro-Salute.

Rekrutacja na kolejne edycje studiów rozpocznie się w nowym roku akademickim. Zajęcia przeznaczone są dla osób 60+ i są bezpłatne.■

bdc

Spacer dla Serca (i zdrowia)

Najmłodszy uczestnik miał zaledwie 4 lata, najstarszy 84 – a razem było nas ponad 200 osób, które w niedzielny poranek (29 czerwca 2025 r.) wzięły udział w Spacerze dla Serca. Bo ruch to najlepsze lekarstwo na wszystko, a na dodatek jest za darmo.

Spacer dla Serca był prozdrowotnym wydarzeniem dla mieszkańców Białegostoku, organizowanym m.in. przez UMB, przy wsparciu Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ, Miasta Białystok i Studenckiego Koła Naukowego Prophi UMB.

Start i meta trzykilometrowego spaceru zlokalizowane zostały na dziedzińcu Pałacu Branickich. To tu ustawiono też punkty, w których można było wykonać niektóre z badań profilaktycznych.

Wśród uczestników marszu nie zabrakło rodzin z dziećmi, młodzieży, seniorów, a także samorządowców i przedstawicieli instytucji odpowiadających za nasze zdrowie. Wydarzenie swoją obecnością wsparli m.in. Wojewoda Podlaski Jacek Brzozowski, Prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski wraz z zastępcami Elizą Cybulko i Tomaszem Klimem, Dyrektor Podlaskiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ Anna Rzemek, a także Rektor Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku prof. Marcin Moniuszko i Prorektor ds. Medycyny Prewencyjnej i Otwartej Nauki prof. Karol Kamiński.

Bez recepty

- Bardzo się cieszymy, że możemy nie tylko wypisywać lekarstwa, ale dzisiaj możemy przypomnieć o najważniejszym lekarstwie, które jest ciągle bezpłatne i dostępne bez recepty, czyli o ruchu. Mamy nadzieję, że o tym ruchu będziecie Państwo pamiętali – powiedział do zebranych Rektor UMB prof. Marcin Moniuszko.

Do jego słów dołączył Prorektor prof. Karol Kamiński (specjalista z zakresu kardiologii), który przekonywał, że nawet krótki spacer jest dla nas niezwykle cenny.

- Nawet taki spacer powoduje korzystne zmiany w naszym układzie krążenia, w układzie sercowo-naczyniowym, w układzie mięśniowo-szkieletowym, ale również ma zbawienny wpływ na naszą psychikę. (...) W związku z tym zachęcamy



Każda aktywność fizyczna powoduje korzystne zmiany w naszym organizmie



Setki białostoczan wybrało się na Spacer dla Serca zorganizowany przez UMB

wszystkich do aktywności fizycznej, do tego, żeby to był dobry początek, żeby to nie był koniec, żebyśmy ruszali się, żebyśmy wkomponowali tę aktywność fizyczną w nasz codzienny plan dnia – tłumaczył.

I dodał: - Jeśli mamy wybór: iść pieszo czy jechać, to wybierajmy przejście się pieszo. A jeśli zaś chodzi o trening, który ma dawać większe korzyści, to warto go robić co najmniej

trzy razy w tygodniu, a najlepiej pięć. Powinien też trwać dłużej niż 30 minut.

Podkreślił przy tym, że każda aktywność fizyczna jest lepsza niż żadna.

Prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski wspomniał, że Miasto i Uniwersytet mają wspólny plan, aby trasa spaceru po remoncie Parku Planty (oryginalnie zaplanowana w kształcie serca) miała rozszerzoną

formułę i stała się stałą częścią miejskiej tkanki.

Z kolei Wojewoda Podlaski Jacek Brzozowski (prywatnie zapalony biegacz) podkreślił, że ruch pozytywnie wpływa na zdrowie fizyczne i psychiczne, a Dyrektor Podlaskiego Oddziału NFZ Anna Rzemek przypomniała, że nawet spokojna, ale regularna aktywność fizyczna to inwestycja w zdrowie, która przynosi długofalowe korzyści.

Start

Trasa spaceru, którą wyznaczili studenci ze Studenckiego Koła Naukowego Prophi UMB (opiekunką koła jest dr Alicja Karwowska), prowadziła przez zielone tereny Białegostoku – od dziedzińca przed Pałacem Branickich, przez ulicę Mickiewicza, Park Planty, ulicę Świętojańską i fragment Zwierzyńca, skąd marsz – po przejściu 1,5 km – ruszył z powrotem na dziedziniec Pałacu. W połowie drogi uczestnicy odebrali specjalne przypinki – znak udziału w inicjatywie, które były także przepustką do bezpłatnych badań profilaktycznych, które można było wykonać po przekroczeniu mety.

- Mam 84 lata, jestem po zawale i po diagnozie nowotworowej, ale codziennie chodzę 10 tysięcy kroków, wszystko w domu robię sama. Trzeba się ruszać: dla serca, dla zdrowia, dla głowy – powiedziała uczestniczka marszu pani Zofia. Jej zegarek wskazał, że niedzielnego poranka przeszła już 7 tysięcy kroków.

- Nie chcemy siedzieć w domu i chętnie korzystamy z wszelkich inicjatyw aktywizujących. Wyciągamy z domu sąsiadki, bierzemy parasole, bo żadna pogoda nam nieastrasza - mówiła seniorka z klubu Aktywne Starosielce, którego liczna reprezentacja zasiłowała Spacer dla Serca.

Po zakończeniu spaceru jego uczestnicy mogli skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych, m.in.: analizy składu ciała, badania ABI (nieinwazyjna metoda oceny przepływu krwi w kończynach dolnych, stosowana głównie w diagnostyce miażdżycy i innych schorzeń naczyń obwodowych, prowadzonej przez Magdę Łapińską z Ośrodka Badań Populacyjnych), ale też mogli skorzystać i skonsultować się z ekspertami z UMB i NFZ.



Rozgrzewka przed wysiłkiem to zawsze dobry pomysł



Po spacerze jego uczestnicy mogli skorzystać z bezpłatnych badań profilaktycznych, fot. Adam Ludwiczak

To była pierwsza edycja Spaceru (lecz nie ostatnia).

Partnerem wydarzenia były także Wodociągi Białostockie, które zadbały o wodę i nawodnienie uczestników.

Za wsparcie dziękujemy także dr hab. Zofii Dzięcioł-Anikiej (która przeprowadziła fantastyczną rozgrzewkę przed spacerem) z zespołem i studentami z Kliniki Rehabilitacji. Marsz zabezpieczali, a później szkolili m.in. z zakresu udzielania pierwszej pomocy, badali także poziom cukru, studenci kierunku ratownictwo medyczne. Osobne podziękowania składamy

studentom fizjoterapii i dr Aman-dzie Kostro. W organizację wydarzenia włączyli się także opiekunowie SKN przy Klinice Medycyny Ratunkowej: dr Adam Jakubowski i Sebastian Rafałowski.

Za organizację wydarzenia odpowiadało Biuro Komunikacji i Popularyzacji Nauki UMB. ■

**Magdalena
Święcicka**



Zobacz relację
ze Spaceru dla Serca

Dane kluczem do zdrowia Polaków

Spojrzenie na zdrowie człowieka, czy w ogóle na cały sektor ochrony zdrowia, przez pryzmat danych wysokiej jakości, a nawet różnych statystyk i analiz liczbowych, pokazało, jak wielka moc drzemie w tym sposobie patrzenia.

10 czerwca 2025 roku Aula Magna Pałacu Branickich stała się centrum ogólnopolskiej dyskusji o przyszłości zdrowia publicznego. Wszystko za sprawą konferencji pt. „Pozyskiwanie wysokiej jakości danych na potrzeby zdrowia publicznego. Współpraca nauki i samorządu w kształtowaniu polityki zdrowotnej”, którą zorganizowali wspólnie Uniwersytet Medyczny w Białymstoku i Senat Rzeczypospolitej Polskiej.

Konferencja zgromadziła znakomite grono gości i ekspertów: naukowców, przedstawicieli instytucji i organizacji zajmujących się ochroną zdrowia, dyrektorów szpitali oraz reprezentantów szkół i uczelni wyższych. Łącznie około 100 osób uczestniczyło w sesjach dotyczących epidemiologii i polityki zdrowotnej, edukacji zdrowotnej i jej znaczenia dla profilaktyki oraz programów profilaktycznych opartych na danych wysokiej jakości.

W konferencji uczestniczyły: Przewodnicząca Komisji Zdrowia Senatu Rzeczypospolitej Polskiej Senator dr Beata Małeczka-Libera oraz Posłanka Joanna Wicha - Przewodnicząca Podkomisji Stałej ds. Zdrowia Publicznego Sejmu RP.

Konferencja odbywała się w ramach ustanowionego przez Senat RP Roku Edukacji Zdrowotnej i Profilaktyki. Inicjatorami spotkania ze strony Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku byli: prof. Irina Kowalska, Prorektor ds. Nauki i Ewaluacji oraz prof. Karol Kamiński, Prorektor ds. Medycyny Prewencyjnej i Otwartej Nauki.

Białystok i UMB nie przez przypadek zostały wybrane miejscem obrad. Tu - od 10 lat - realizowane są badania populacyjne Białystok Plus - to najważniejsze tego typu przedsięwzięcie w Polsce, które już teraz pozwala szerzej spojrzeć na zdrowie miesz-

kańców miasta.

Liczy, dane, edukacja

Motywnym przewodnim konferencji była medycyna prewencyjna i szeroko pojęta edukacja zdrowotna. Podczas sesji tematycznych analizowano dostępne źródła danych medycznych, które mogą posłużyć do opracowania spersonalizowanych programów profilaktycznych dla konkretnych obszarów miast i gmin. Pokazywane były dobre praktyki z Białegostoku i Wrocławia. Swoimi doświadczeniami dzielili się m.in. eksperci z uczelni medycznych w Gdańsku i Warszawie, przedstawiciele Ministerstwa Zdrowia, Narodowego Funduszu Zdrowia, Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego PZH, Agencji Badań Medycznych, Centrum e-Zdrowia, Urzędu Marszałkowskiego Województwa Podlaskiego.

Mowa była także o nowym przedmiocie wprowadzanym od września do szkół - edukacji zdrowotnej. W tym panelu uczestniczył m.in. prof. Zbigniew Izdebski, współtwórca programu nauczania tego przedmiotu (UMB jako pierwsza uczelnia w Polsce podpisała umowę z Ministerstwem Edukacji Narodowej na kształcenie nauczycieli edukacji zdrowotnej). Dyskutowano także o roli, jaką w profilaktyce i pozyskiwaniu danych może odegrać medycyna pracy.

Na spotkaniu prasowym przed konferencją Rektor UMB prof. Marcin Moniuszko powiedział: - Wiemy, jak edukacja i profilaktyka są niezmiennie ważnym tematem. Tematem, który jest zbyt poważny, by pozostawał tylko w rękach medyków. Żeby był dobrze zagospodarowany, by trafił do swoich odbiorców, musi odbywać się w ścisłej, dobrej i przyjaznej współpracy pomiędzy medykami, naukowcami, ale również pomiędzy decydentami - zarówno na szczeblu central-

nym, jak i lokalnym. Powinno się to odbywać w oparciu właśnie o wysokiej jakości dane. Takie badania i takie dane generujemy w Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku. Bardzo chcielibyśmy, żeby stało się to standardem do tworzenia założeń polityki zdrowotnej nie tylko lokalnie, ale w całym kraju.

Senator Beata Małeczka-Libera, Przewodnicząca Komisji Zdrowia Senatu RP, podkreśliła znaczenie inicjatywy Roku Edukacji Zdrowotnej i Profilaktyki: - Jestem dumna, że ten temat tak się niesie. Konferencje organizowane są w różnych częściach Polski, m.in. w Katowicach i Poznaniu - tam poświęcone były odpowiednio czynnikom ryzyka i szczepieniom.

Białostocka edycja - jak zaznaczyła - koncentruje się przede wszystkim na badaniach naukowych jako fundamencie decyzji w polityce zdrowotnej.

Senator wyjaśniła, że celem tych wydarzeń nie jest tylko wymiana wiedzy między ekspertami, ale przede wszystkim przeniesienie jej do społeczeństwa - do szkół, stowarzyszeń, organizacji pozarządowych. Zwróciła też uwagę, że konferencje mają też dostarczać politykom wiedzy, która przekłada się na konkretne zmiany prawa.

- Już przygotowujemy nowelizację ustawy o zdrowiu publicznym, trwają prace nad kolejną edycją Narodowego Programu Zdrowia. W Senacie powołaliśmy też Parlamentarny Zespół ds. Adherencji. Dzieje się dużo. Robimy szum wokół zdrowia publicznego. I właśnie o to chodzi - dodała Senator Beata Małeczka-Libera.

Konferencję objęli honorowym patronatem: Wojewoda Podlaski Jacek Brzozowski oraz Prezydent Białegostoku Tadeusz Truskolaski - od lat wspierający rozwój medycyny prewencyjnej,

UNIwersytet Medyczny W Białymstoku

www.umb.edu.pl



NAUKA

Dyskusje panelowe były najciekawszą częścią konferencji. Na zdjęciu rozmowa o roli edukacji zdrowotnej w profilaktyce z udziałem (od lewej): prof. Iriny Kowalskiej, prof. Karola Kamińskiego, prof. Marcina Moniuszki, prof. Zbigniewa Izdebskiego (koordynator ds. edukacji zdrowotnej w szkołach), prof. Małgorzaty Żendzian-Piotrowskiej, senator dr Beaty Małeckiej-Libery, dr hab. Filipa Raciborskiego (WUM), dr Pawła Sowę

w tym tej opartej na danych.

- Nie mamy nic cenniejszego niż zdrowie i życie, a ich jakość zależy od skuteczności wspólnych działań państwa, samorządów i nauki – mówił wojewoda, dodając, że nasz region może być wzorem dla innych części kraju.

Wskazując na konkretne działania, prezydent Tadeusz Truskolaski podkreślił, że miasto aktywnie uczestniczy w realizacji badań naukowych, takich jak projekt Białystok PLUS – zarówno jako partner, jak i beneficjent. Miasto udostępniło naukowcom bazę PESEL, umożliwiając im losowy dobór uczestników badania, ale również wsparło finansowo dodatkowe analizy, m.in. w obszarze chorób cywilizacyjnych.

- Mieszkańcy Białegostoku mają realną korzyść z udziału w takich projektach. To nie tylko szansa na poprawę zdrowia i ratowanie życia, ale też oszczędność dla systemu, bo zapobieganie kosztuje mniej niż leczenie – zaznaczył Prezydent Truskolaski.

Zdrowie publiczne, czyli nas wszystkich

Program konferencji został zaplanowany tak, by ukazać pełne spektrum działań w zdrowiu publicznym – od pozyskiwania

wysokiej jakości danych, przez edukację, aż po praktyczne wykorzystanie informacji w programach profilaktycznych.

- Na co dzień, jako lekarze, przede wszystkim leczymy, ale dziś chcemy zrobić krok wstecz i spojrzeć na to, co możemy zrobić, by do choroby w ogóle nie dopuścić – wyjaśniła prof. Irina Kowalska, współinicjatorka konferencji.

Przypomniała również, że UMB od lat wprowadza elementy medycyny prewencyjnej do kształcenia studentów kierunku lekarskiego.

Prof. Karol Kamiński: - Danych mamy dużo, są to dane różne, ale mamy problem z ich integracją i z tym, aby te dane funkcjonowały skutecznie, żeby uzupełniały się przy podejmowaniu decyzji - do tego służyć ma dzisiejsza konferencja, jako forum wymiany myśli, pomysłów i opinii, jak można zarządzać jeszcze lepiej danymi, aby mogły one realnie wpływać na kształtowanie się polityki zdrowotnej w Polsce.

Standaryzacja

Już w pierwszej sesji, poświęconej pozyskiwaniu wysokiej jakości danych na potrzeby zdrowia publicznego, wyraźnie wybrzmiała potrzeba pełniejszego wykorzystania potencja-

łu danych: ustandaryzowanych, zintegrowanych i analizowanych przez specjalistów. Tylko wówczas możliwe będzie tworzenie polityki zdrowotnej szytej na miarę – opartej na faktach, a jednocześnie uwzględniającej indywidualne potrzeby populacji.

W drugiej sesji, skoncentrowanej na edukacji zdrowotnej i jej roli w profilaktyce, eksperci zgodnie podkreślali, że tradycyjny model nauczania nie wystarcza. Edukacja zdrowotna musi być dostosowana do współczesnych odbiorców – ciekawa, angażująca i szeroko zakrojona. Powinna obejmować nie tylko uczniów, ale także nauczycieli i rodziców, wpisując się w koncepcję edukacji ustawicznej.

Z kolei podczas trzeciej sesji najmocniej wybrzmiało przesłanie, że choć już dziś dysponujemy ogromną ilością danych, ich realna wartość ujawni się dopiero wtedy, gdy będą właściwie zintegrowane i interpretowane - wówczas mogą stać się skutecznym narzędziem w kształtowaniu polityki zdrowotnej, która odpowiada na realne potrzeby społeczeństwa. ■

**Magdalena
Święcicka**

Zobacz relację z konferencji



MAJ 2025

Dieta roślinna? Tak, ale...

W świecie pełnym sprzecznych informacji coraz trudniej jednoznacznie odpowiedzieć na pytanie: czy dieta roślinna to naprawdę dobry wybór?

Zastanawiają się nad tym nie tylko konsumenci, ale także specjaliści zajmujący się zdrowiem publicznym i naukowcy, którzy w dniach 12 i 13 czerwca 2025 r. spotkali się w Pałacu Branickich w Białymstoku podczas 4. Międzynarodowej Konferencji „Dilemmas of Human Nutrition Science – Today and Tomorrow” (tł. Dylematy nauki o żywieniu człowieka – dziś i jutro).

Prelegenci mówili jednym głosem: dieta roślinna może przynosić wiele korzyści, ale tylko pod warunkiem, że jest dobrze zaplanowana i oparta na wysokiej jakości produktach. Nie można też pomijać potencjalnych zagrożeń – szczególnie w przypadku dzieci, osób starszych i kobiet w ciąży, dla których składniki odżywcze zawarte w mięsie – takie jak proteiny czy witamina B12 – są trudne do zastąpienia.

Równowaga żywieniowa

Konferencja odbywa się cyklicznie co dwa lata. Wcześniejsze spotkania miały miejsce w Olsztynie, Warszawie i Poznaniu, a tematyka koncentrowała się m.in. na diecie osób starszych, zdrowiu kobiet i żywieniu osób chorujących na nowotwory. Tegoroczna edycja konferencji, zorganizowana przez Wydział Farmaceutyczny z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej UMB oraz Polskie Towarzystwo Nauk Żywnościowych, odbyła się pod hasłem: „Plant diet – benefits and risks” (pl. Dieta roślinna – korzyści i zagrożenia). Jak podkreślają organizatorzy, konferencja ma nie tylko wymiar naukowy, ale również edukacyjny.

- Ważna jest edukacja oddolna – komentuje prof. Katarzyna Socha, Prorektor ds. Rozwoju i Współpracy z Otoczeniem Gospodarczym. - Uczymy dzieci i młodzież, kształtujemy nawyki, organizujemy studia podyplomowe dla nauczycieli. A równocześnie potrzebujemy działań



Dieta roślinna to coś więcej niż moda na zdrowe odżywianie

na poziomie producentów, by żywność, która trafia na nasze stoły była przede wszystkim wysokiej jakości.

W wydarzeniu wzięli udział naukowcy z przeszło dziesięciu ośrodków akademickich, m.in. z Turcji, Chorwacji, Słowenii, Wielkiej Brytanii oraz około stu uczestników z całej Polski.

Wśród najważniejszych tematów tegorocznej konferencji znalazły się m.in. kwestie nierówności zdrowotnych związanych z dietą (prof. Alexandra Johnstone podkreślała, jak ważne jest wspieranie zrównoważonego żywienia, dostępnego dla wszystkich grup społecznych). Ekspert tacy jak prof. Kazim Sahin czy prof. Irena Keser analizowali wpływ fitozwiązków na stres oksydacyjny oraz wyzwania żywieniowe związane z dietą roślinną u osób starszych. Z kolei prof. Miroslav Haban i prof. Marko Obranović zwrócili uwagę na potencjał roślin leczniczych oraz bioaktywnych olejów, takich jak olej z nasion granatu, w profilaktyce chorób przewlekłych.

Poruszano również konkretne zagadnienia, m.in. jakość diety osób z chorobą Alzheimera, wpływ produktów roślinnych na stres oksydacyjny u pacjentów z żółcią czy ryzyko niedoborów żelaza i kadmu w popularnych

dietach pudełkowych i suplementach.

Dieta wege? Tak, ale...

- Dieta roślinna to kierunek zdecydowanie korzystny, bo wciąż spożywamy za mało warzyw, owoców czy błonnika. Warto też mówić o potencjalnych ryzykach, szczególnie wtedy, gdy ten model odżywiania wprowadzany jest bez odpowiedniej wiedzy – podkreśla prof. Katarzyna Socha, Prorektor ds. rozwoju i współpracy z otoczeniem gospodarczym UMB, współorganizatorka konferencji.

Wśród młodych ludzi wybór diety wegańskiej coraz częściej wynika z mody lub przekonań etycznych. Choć wiele osób podchodzi do tego świadomie i posiada odpowiednią wiedzę, nie brakuje też tych, którzy eliminują produkty odzwierzęce bez znajomości zasad prawidłowego bilansowania posiłków.

Jak podkreśla prof. Katarzyna Socha, niewłaściwie prowadzona dieta roślinna może skutkować poważnymi niedoborami, m.in. witaminy B12, żelaza, pełnowartościowego białka czy kwasów omega-3.■

Magdalena Świąciecka



Zdrowe odżywianie
– czyli co? Zobacz

Między egzaminem a koroną miss

Wiktora Ptak, studentka III roku kierunku lekarskiego English Division, została Miss Podlasia 2025. Tym samym zakwalifikowała się do półfinału ogólnopolskiego konkursu Miss Polski.

Supraślanka z urodzenia, która dorastała na Florydzie w USA. Była świetną pływaczką, mogła być modelką, ale wybrała studia medyczne w Białymstoku. Jest doskonałym przykładem na to, że ciężka praca przynosi owoce.

13 czerwca w Operze i Filharmonii Podlaskiej w Białymstoku zdobyła tytuł Miss Polski Podlasia 2025.

Wojciech Więcko: Na początek ustalmy, ile w Tobie jest jeszcze Podlasianki, a na ile przeważają już geny amerykańskie? Co wolisz do jedzenia: babkę ziemniaczaną czy burgera? Ewentualnie możesz wybrać owoce morza, z których Floryda słynie.

Wiktora Ptak: - Uwielbiam owoce morza i burgery (śmiech), ale babka ziemniaczana też ma swoje miejsce w moim sercu, szczególnie w piątki! Myślę, że sercem zawsze będę Podlasianką.

Komu kibicujesz: Jagiellonii Białystok, czy któreś z drużyn z Florydy: Miami Heat, Orlando Magic (obie koszykówka), Miami Dolphins (futbol amerykański), Tampa Bay i Floryda Panthers (obie hokej)?

- Jagiellonii, na milion procent! Wydaje mi się, że byłam na meczach tych wszystkich wymienionych zespołów z Florydy, ale to dzięki Jagiellonii zakochałam się w piłce nożnej. W USA ten sport nie cieszy się aż taką popularnością jak w Polsce.

Ostatnie pytanie w teście. Co jest trudniejsze: zostać miss czy zdać egzamin z anatomii?

- Trudniej zdać egzamin z anatomii (śmiech). Dla mnie to w ogóle był najtrudniejszy z dotychczasowych egzaminów na studiach. Fizjologia, histolo-

gia czy inne zaliczenia były wymagające, ale nie tak trudne jak anatomia.

DROGA

Minęło już trochę czasu od momentu, kiedy zostałam Miss Podlasia. Emocje opadły?

- Dwa dni po gali miss miałam egzamin z farmakologii. Kiedy tylko zakończyła się impreza po finale, szybko wróciłam do siebie, żeby się wyspać, bo od rana musiałam się uczyć.

Naprawdę?

- Tak. Bardzo ciężko było mi się skupić. Telefon dzwonił non stop. Dostałam mnóstwo wiadomości. Trochę mi głupio, bo nie byłam w stanie wszystkim odpisać. A każdej z tych osób jestem wdzięczna za te wszystkie miłe słowa.

W dniu egzaminu z farmakologii, który był bardzo trudny, miałam jeszcze umówione wywiady w dwóch rozgłośniach i jedną rozmowę dla gazety. I to było super, bo mnie bardzo odstresowało. Dostałam zastrzyk energii. Po wszystkim wróciłam do domu... i znowu trzeba było się uczyć do kolejnego egzaminu (patofizjologia). Dodatkowo musiałam więcej pomagać mamie, bo złamała nogę i potrzebowała wsparcia. Dużo się działo od momentu wyboru miss, naprawdę dużo.

Jak poszło Ci z patofizjologii? (wywiad został przeprowadzony chwilę po egzaminie – red.).

- Mam nadzieję, że do-

brze. Miałam wspaniałych nauczycieli z tego przedmiotu, więc gdyby mi się jednak nie powiodło, to będzie to tylko kwestia mojego przygotowania.

Jakie nowe obowiązki doszły ci z tego tytułu, że zostałam miss?

- Na razie one się jeszcze nie zaczęły. Z organizatorami konkursu umówiłam się tak, że jak



wrócę do Białegostoku z USA, gdzie będę pracować przez całe wakacje, to dopiero wtedy rozpocznę te aktywności.

Urodziłaś się w Supraślu, potem z rodzicami wyjechałaś do USA, teraz wróciłaś tu na studia. Opowiedz o swojej drodze.

- Dzieciństwo w Supraślu pamiętam jako cudowne. Mama była nauczycielką, tata inżynierem. Początek w Stanach był bardzo ciężki. Miałam 9 lat. Tata pracował na budowie, mama sprzątała. Ja z bratem (Filip) poszliśmy do szkoły, choć nie znaliśmy angielskiego. Celowo nas rozdzielono, żebyśmy nie mogli rozmawiać po polsku i szybciej nauczyli się języka. Wtedy tego tak nie odbierałam. Jak w stołówce jadłeś obiad, to nie mogłeś z nikim porozmawiać, bo nie znałeś języka. To był bardzo smutny i ciężki czas, dla brata też.

Nasz tata pilnował, żebyśmy mieli więcej aktywności niż tylko sama szkoła. Jego zdaniem sport był najlepszym dodatkiem, bo uczył dyscypliny i ciężkiej pracy. Ja pływałam, a brat grał w tenisa. W Stanach to właśnie na basenie poznałam pierwsze koleżanki i tam zaczęłam mówić po angielsku.

Jak ci szło w pływaniu?

- Należałam do bardzo dobrego klubu, do jego „travel team” (grupa najlepszych zawodników, którzy są przygotowani do reprezentowania klubu na zawodach – red.). Specjalizowałam się w stylu dowolnym (kraul), na krótkich dystansach (od 50 do 200 m). Wygrywałam na zawodach lokalnych, startowałam też w zawodach międzynarodowych jako reprezentantka Florydy. Cała nasza drużyna była bardzo mocna. Moim kolegą był m.in. Caleb Dressel (obecnie jeden z najlepszych pływaków świata - 9x mistrz olimpijski, 15x mistrz świata),

czy William Pisani (reprezentant Kanady). Jak wracałam do Polski, to chciałam zapakować wszystkie swoje medale do walizki. Raz - nie zmieściły mi się, a dwa - były za ciężkie. Trzeba



Wiktoria Ptak z koroną miss, fot. Miss Polski Podlasia

było je wysłać osobną paczką, z innymi rzeczami.

To gdzie w tym wszystkim studia medyczne albo inaczej – po co?

- Wypaliłam się. Treningi pływackie były dwa razy dziennie, codziennie. Pierwszy trening był o godzinie 5 lub 6 rano. Po tylu latach pracy ja już nie miałam siły, chęci, motywacji. Zostały mi piękne wspomnienia, a pływanie nauczyło mnie pokory i dyscypliny.

Nawet to, że przez jakiś czas pracowałam jako modelka, też było efektem pływania. Na jakichś zawodach zaczęła mnie agentka z Miami i zaproponowała współpracę. Nie miałam wtedy 18 lat, więc ograniczenia w mojej pracy były znaczne. Chodziłam też do liceum, a zależało mi bardzo na nauce. Sporo zleceń musiałam odrzucać m.in. bardzo dobrze płatny kontrakt w Chinach.

A medycyna?

- Mój brat studiuje medycynę

na Florida State University. Teraz zaczyna czwarty rok, ostatni. Jest bardzo zdolny. Rodzice namawiali go na te studia. Mnie nikt nie namawiał, ale uznałam, że skoro on sobie poradził, to ja też dam radę (śmiech).

W Stanach Zjednoczonych nie można iść na studia medyczne od razu po szkole średniej, jak w Polsce. Po liceum, najpierw trzeba skończyć 4-letnie studia licencjackie (Bachelor's degree), na których zalicza się obowiązkowe przedmioty m.in. z biologii, chemii, fizyki, biochemii czy psychologii. Potem trzeba zdać egzamin MCAT (standaryzowany egzamin wymagany przez wszystkie szkoły medyczne) i dopiero wówczas można złożyć aplikację na studia medyczne. Przy czym zwykle to za mało, żeby dostać się na studia. Potrzebna jest dodatkowa działalność, np. wolontariat albo praca

w sektorze zdrowotnym. Mimo to mój brat złożył aplikację od razu po studiach licencjackich. Miał świetne oceny, ale usłyszał, że jest „za młody”, za mało zna życie. Miał 24 lata! (Średnia wieku studentów I roku medycyny w USA to 27 lat). Potem zatrudnił się w laboratorium z zakresu farmakologii, w którym opracowywano nowe warianty popularnego leku przeciwbólowego. Dopiero wtedy udało mu się dostać na studia. Było 12 tysięcy chętnych i tylko 120 miejsc.

Ja najpierw skończyłam licencjat z psychologii na Uniwersytecie w Tallahassee, zaliczając dodatkowe przedmioty wymagane na studiach medycznych. Następnie przez dwa lata pracowałam jako asystentka w klinice dermatologicznej. Zaangażowałam się też w wolontariat. Gdybym wybrała studia medyczne w USA, to na moją korzyść przemawiałby fakt, że mój brat już studiował medycynę. W Stanach jest to bardzo doceniane.

W Polsce tylko wynik z matury wyznacza to, czy nadajesz się na studia medyczne.

- W Ameryce tych czynników jest więcej. Oprócz samych ocen czy dodatkowej działalności, musisz napisać esej o sobie, przejść rozmowę kwalifikacyjną. Masz udowodnić, że coś sobą reprezentujesz. Wszystko po to, że jak już się dostaniesz na studia medyczne, to je skończysz. Uczelnie bardzo tego pilnują i promują się tym, że ich „graduation rate” to jest 100 procent.

Muszę zadać to pytanie - dlaczego więc studia w Białymstoku?

- Rodzice wrócili do Polski, do Supraśla. Mają swoje lata. Chcieli zwolnić tempo życia. Miałam dużo różnych myśli. Jakbym podjęła decyzję, że zostaję w USA, to bym już pewnie do Polski nie wróciła. Założyłabym tam pewnie rodzinę, pojawiłyby się dzieci, zostałabym lekarzem. W Polsce studia trwają sześć lat. Po nich mogę wrócić do Stanów, mogę też zostać w kraju. Bałam się tego wyjazdu. Tata mojej koleżanki jest anestezjologiem i bardzo namawiał mnie na studia w Polsce. Swoją córkę też wysłał do Polski, aplikowała do Krakowa. W klinice, w której pracowałam, też namawiali mnie na podjęcie tu studiów. Powiedzieli, że lekarz może pracować w każdym zakątku świata.

Zapadła decyzja i z chłopakiem złożyliśmy dokumenty do Krakowa. Trzeba było zdać egzamin wstępny. Dostaliśmy się oboje, a mój chłopak był najlepszy spośród wszystkich! Jest bardzo mądry.

Tylko że potem znowu zaczęłam się zastanawiać. Skoro mam studiować w Polsce, to może lepiej być blisko rodziców? Zrobiłam szybki telefon do taty i to on mnie przekonał, że UMB to bardzo dobra uczelnia. Sęk w tym, że w Krakowie

trzeba było już potwierdzić chęć studiowania, a w Białymstoku rekrutacja jeszcze się nie zaczęła. Było trochę nerwów, ale ostatecznie wszystko się udało.

Nie szkoda ci było studiów



Najpiękniejsze Podlasianki w konkursie Miss Polski Podlasia 2025, fot. Miss Polski Podlasia

licencjackich zrobionych w USA? Gdybyś po szkole średniej w USA wybrała medycynę w Polsce, byłabyś już lekarzem.

- Dokładnie tak mówi mój tata. Ja potrzebowałam tego czasu, żeby samej dowiedzieć się czego chcę. Mogłam zostać w USA, została tam część mojego rodzeństwa. Jest rodzina mojego chłopaka, która mieszka w miejscowości, w której znajduje się moja klinika dermatologiczna. Z drugiej strony bardzo podoba mi się w Polsce, jestem zakochana w Supraślu, Białymstoku.

Na Florydzie jest zawsze słońce, a na Podlasiu słońce świeci mocniej tylko latem, jesienią czy zimą jest tu tak sobie z pogodą.

- Po tylu latach życia na Florydzie, zupełnie inaczej postrzegam Podlasie. Doceniam jego spokój, przyrodę, ten wolniejszy tryb życia. Mam wrażenie, że ludzie tu już tego nie

doceniają, bo przestali to widzieć. Floryda jest piękna, ale tam wszyscy pędzą, spieszą się. Stoisz w korkach, ciągle masz coś do załatwienia. Szefowa mojej kliniki codziennie wstaje o godzinie 4 rano i pracuje bardzo ciężko do nocy. Mówi się, że „Ameryka jest dla byka” i coś w tym jest.

Już wiesz co zrobisz jak skończysz studia w UMB?

- Nie mam jeszcze podjętej decyzji. Mój chłopak mówi, że raczej będzie chciał wracać. Jego rodzice chcą, żeby wracał. Ja na razie widzę się zarówno tu, ale w USA też miałabym co robić. Do powrotu zachęca mnie właścicielka kliniki, w której pracowałam. Bardzo mi kibicuje. Jeszcze się nie zdecydowałam. Może Polska, może USA? W obu miejscach mam wsparcie i możliwości. Od decyzji dzielą mnie trzy lata i serce podpowiada mi, że ważne jest, żeby służyć ludziom, niezależnie od kraju, w którym będę.

PRZEPIS NA MISS

A jak to się stało, że wystartowałaś w konkursie Miss Podlasia?

- Mój tata namówił mnie do tego. Chodziło mu o to, że ja w zasadzie cały swój czas poświęcałam tylko na studia. W dzień zajęcia, po nich tylko nauka. Nie miałam za wiele koleżanek Polek. Moje znajome są tylko anglojęzyczne. Ja bardzo chciałam wyjść poza tę sferę, ale jak się studiuję medycynę i przykładasz się do tego, to tak naprawdę tego wolnego czasu nie ma za dużo. Nawet szukałam sobie jakiegoś zajęcia w wolontariacie, ale nie znalazłam niczego dla siebie. Mój chłopak nie mówi po polsku, więc więcej codziennych obowiązków spadło na mnie. Ten przeskok z USA do Polski był dla mnie trudny. Mój tata chyba to widział. Tak więc poszłam na casting na miss, choć wzię-

łam ze sobą książki do nauki, bo niedługo miałam zaliczenie.

Ja jestem bardzo uparta. Jak się za coś biorę, to zawsze chcę to skończyć i to najlepiej jak potrafię. Kiedy już byłam na castingu, to sobie wewnętrznie powiedziałam, że to wygram.

Doświadczenie z pracy modelki przydało się w konkursie?

- Bardzo. W ogóle całe trzymiesięczne przygotowania do finału potraktowałam bardzo serio. Od razu pojawiłam się na siłowni, zaczęłam bardziej zwracać uwagę na to, co jem. Efekty przyszły szybko. Straciłam kilka kilogramów, ale przede wszystkim zaczęłam się lepiej czuć ze sobą. Teraz nie ma zmiłuj i nadal trzeba trzymać formę. Pilates bez limitu! (śmiech) Dziewczyny, z którymi rywalizowałam, okazały się super koleżankami.

Miss może teraz wyjść z domu bez makijażu?

- Ja zawsze lubię być zadbana. Wychodząc z domu, zawsze mam jakiś makijaż, dobrany strój. Wiadomo, wszystko stosowanie do sytuacji. Kiedy dobrze wyglądam, to lepiej się czuję, mam w sobie dodatkową pewność i energię do działania. W Ameryce jest tak, że zakupy możesz zrobić nawet w piżamie i nikogo to nie obchodzi. W Polsce jest inaczej.

Wiem, że jako miss są wobec mnie pewne oczekiwania. Makijaż, fryzura, odpowiedni strój – to te podstawowe wymagania. Nie mogę też teraz wyjść za mąż czy mieć dzieci.

O czym się marzy, kiedy zostaje się miss?

- Moim celem w życiu jest zostawić ten mały kawałek świata lepszym, niż go zastałam. Pragnę, by każdy, kto mnie spotyka, czuł się przy mnie bezpiecznie, by mógł zaufać, otworzyć się i znaleźć we mnie spokój. Chcę być dla innych wsparciem i źródłem poczucia bezpieczeństwa – nie tylko jako lekarz, ale przede wszystkim jako człowiek. Marzę, by ludzie, którzy mnie spotkają, zapamiętali mnie właśnie z tego powodu.

Tytuł miss zawsze wiąże się z wolontariatem, a to w USA była ważna część twojego życia?

- Tak. Przez lata angażowałam się w różne akcje społeczne – pomagałam dzieciom z trudnych rodzin, osobom bezdomnym, pracowałam przy akcjach charytatywnych w klinikach i szkołach. Dawało mi to poczucie sensu, bycia częścią czegoś większego.

Po przeprowadzce do Polski było mi trudno odnaleźć się jako wolontariuszka. Szukałam aktywności szczególnie związanych z pomocą dzieciom, osobom starszym czy edukacją zdrowotną, jednak wielu drzwi nie udało mi się otworzyć. To były różne przyczyny: napięty grafik studiów, brak kontaktów, bariera językowa. Tytuł Miss Podlasia traktuję nie jako cel, ale jako narzędzie, szansę, by znów być blisko ludzi, znów działać. Chcę wykorzystać głos, który mam teraz, by wspierać potrzebujących, budować mosty między społecznościami, a także inspirować innych do bezinteresownego pomagania. Moim marzeniem jest połączyć świat medycyny i świat społeczny, być tam, gdzie naprawdę jestem potrzebna.

Jaki jest twój przepis na miss?

- To padło wiele razy podczas konkursu – tu nie chodzi o piękno zewnętrzne. Ważne jest kim jesteś, jaką jesteś osobą, co sobą reprezentujesz. Musisz mieć umiejętność kontaktu z ludźmi, zjednywania ich. Miss ma dużo różnych spotkań, to są też wywiady. Przecież jak rozmawiasz w radio, to nie widać, jak wyglądasz. Musisz mieć w sobie życzliwość do ludzi, empatię. Miss jest osobą, która powinna inspirować innych do działania, do zmian.

Myślę, że moim atutem był też mój wiek. Mam 27 lat. Jestem kobietą, która ma za sobą różne przeżycia i doświadczenia. Na scenie rywalizowałam z młodszymi koleżankami. One są bardzo piękne, ale dopiero zaczynają swoją drogę. Gdy ja miałam tyle lat, byłam niepew-

na, wystraszona, nie wiedziałam jeszcze, ile jestem warta. Dlatego tak bardzo je podziwiam – każda z nas dojrzewa we własnym tempie.

Jak stałam na scenie Opery, to dla mnie już się nie liczyło, czy zostanę miss. Ja wewnętrznie czułam się wygraną. Wiedziałam, jaką mam przyszłość przed sobą: studiuje medycynę, niedługo zostanę lekarką. Będę leczyć ludzi, będę poznawać ich historie. Tak, walczyłam o to, by zostać miss. Bardzo się starałam. Jednak to nie był mój priorytet.

A jak się odnajdujesz w tym kolorowym świecie. Piękne stroje, wszystkie światła skierowane na Ciebie, kolejka do wywiadów?

- Bardzo to lubię. Naprawdę. Jest to dla mnie jednak tylko przerwany w mojej codziennej pracy. Super odskocznia od studiów i nauki. Dostaję wtedy dodatkowej energii. Poznaje nowych ludzi. Nawet po konkursie, kiedy wiele osób chciało sobie ze mną zrobić zdjęcie, każda z nich chciała zamienić ze mną kilka zdań, powiedzieć coś miłego. To niezwykle serdeczne z ich strony.

A pojawiły się propozycje matrymonialne?

- W mediach społecznościowych dostałam tysiące wiadomości, na różnych komunikatorach. Komórka non stop dzwoni, przychodzą smsy. Nie zawsze miałam możliwość odzwonić czy odpisać, bo tego są ogromne ilości. Na razie nikt wprost nie zaoferował mi małżeństwa (śmiech). Nie wykluczam jednak, że takie oferty już padły, tylko ja ich jeszcze nie przeczytałam (śmiech).

A gdzie trzymasz koronę miss?

- Koronę na co dzień mają organizatorzy konkursu. Kiedy jej potrzebuję do swoich działań, to po prostu ją od nich pożyczam.

**Rozmawiał
Wojciech Więcko**



Tradycją każdego zjazdu jest wspólna pamiątkowa fotografia na schodach Pałacu Branickich

Odnowienie dyplomów AMB rocznika 1969-1975

Gala pięćdziesięciolecia z podróżą w czasie

Dwudziestego ósmego czerwca 2025 roku w Auli Magna Pałacu Branickich 50-lecie ukończenia studiów świętowali absolwenci Wydziału Lekarskiego (1969-1975) Akademii Medycznej w Białymstoku oraz Oddziału Stomatologii (1969-1974). Główną ceremonię poprzedziło poranne nabożeństwo w zabytkowym Starym Kościele Farnym.

Uroczystości przewodniczył jej główny organizator – starosta roku, profesor Janusz Popko. Był to zaledwie dwudziesty z kolei rocznik absolwentów naszej Uczelni. Pół wieku temu, w tej samej auli, dyplomy otrzymało 42 lekarzy stomatologów i 173 lekarzy. Rocznik wyłonił ze swojego grona siedmiu profesorów tytularnych i szefów klinik, a także kilkudziesięciu ordynatorów, kierowników oraz dyrektorów różnych placówek medycznych w Polsce; kilkanaście osób wyemigrowało z kraju i świetnie odnalazło się w „medycynie Zachodu”.

W roku 1969 świeżo upieczonym studentom indeksy wręczał Rektor AMB prof. Ludwik Roch Komczyński. Podczas studiów pieczę nad studentami sprawowali kolejni dziekani: prof. Henryk Franciszek Nowak, prof. Konstanty Wiśniewski i prof. Antoni Gabryelewicz. Zaś dyplomy ukończenia studiów wręczył ówczesny Rektor prof. Konstanty Wiśniewski.

Odnowienie dyplomów

Tradycję podtrzymali obecni na jubileuszowej gali: Rektor UMB prof. Marcin Moniuszko oraz Dziekan Wydziału Lekarskiego prof. Tomasz Hryszko. Obaj bardzo serdecznie powitali przybyłych absolwentów w murach Uczelni. Gratulując wszystkim życiowych osiągnięć, podziękowali za ich trudną, ale wspaniałą pracę w zawodzie lekarza.

– Wasze głębokie zaangażowanie i zawodowy profesjonalizm jak najlepiej zaświadcza o Uczelni, której jesteście nie tylko jednorazowymi absolwentami, ale wciąż nieodłączną częścią, jako społeczności akademickiej. Siłę Uczelni stanowi nie infrastruktura, która w tym czasie tak się przecież rozrosła, ale ludzie. Dlatego proszę, nie zrywajcie z Uczelnią kontaktu. Zawsze jesteście tu mile widziani, zapraszam wszystkich na Jubileuszowy Zjazd Absolwentów w październiku br. – mówił Rektor.

Z kolei dziekan z sentymentem wspominał obecne na sali osoby, z którymi zetknął się na swojej drodze zawodowej jako student i młody lekarz. Dodał też, że nawet obecne formy zawodowej aktywności wielu dzisiejszych seniorów mogłyby być przykładem dla młodego pokolenia lekarzy.

Następnie obaj profesorowie wręczyli zgromadzonym absolwentom odświeżone po 50 latach dyplomy ukończenia studiów – już z sygnaturą Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku. Obecność najwyższych władz Uczelni uświetniła program uroczystości nie tylko formalnie. Powszechne było odczucie, że obecni gospodarze Pałacu podejmowali nas naprawdę szczerze, gościnnie i z niewymuszoną uprzejmością. I jak się wydawało, obie strony spotkania najwyraźniej czuły się ze sobą dobrze w to piękne, ciepłe sobotnie przedpołudnie.

Nasze podróżowanie w czasie

– Skoro rozpoczynamy drugie pięćdziesięciolecie z Uczelnią, to kolej teraz na wykład inauguracyjny – zapowiedział starosta roku. – Będzie to naukowa opowieść zatytułowana „Nasze podróżowanie w czasie”, a zaprezentuje ją nasz kolega z roku, profesor Zenon Mariak.

Chociaż tytuł nawiązywał do okoliczności spotkania, to był raczej swoistym pretekstem do rozmowy o mózgu. Czy możemy cofnąć się do wspólnej przeszłości i na ile ta przeszłość może być wspólna? Prelegent argumentował, że mózg, bazując na zasadach statystyki Bayesowskiej, kieruje się zasadą nieustannego przeliczania i ustalania prawdopodobieństwa tego, co może się wydarzyć w bliskiej i dalszej

przyszłości.

Opiera się przy tym na ciągłym uściśnianiu przez zmysły i aktualizowaniu drogą bieżącego doświadczenia indywidualnej wiedzy apriorycznej, nabytej w przeszłości drogą wspólnego dla wszystkich dziedzictwa ewolucyjnego, ale potem już w trakcie świadomej nauki indywidualnej. Mózg zajmuje się tym zadaniem również – a może nawet przede wszystkim – wtedy, gdy na pozór nic nie robi, śpi lub wypoczywa. Dlatego może być bez żadnej przesady nazwany „narzędziem do podróżowania w czasie”.

Podana tu skrótkowo argumentacja może brzmieć nieco abstrakcyjnie, ale zilustrowana potocznymi przykładami z życia, wydawała się trafiać do słuchaczy.

– Tylko nasze uparte podróżowanie w czasie (czyli nieustanne wychylanie się w przyszłość bazując na zaklętych w konfiguracje neuronów wspomnieniach i zebranych w przeszłości doświadczeniach) zapewnia poczucie ciągłości i spójności naszego „ja”. Inaczej mówiąc: czyni z nas człowieka – zakończył swoje wystąpienie prof. Mariak. I zaapelował do kolegów: podróżujmy więc w czasie za wszelką cenę, bo wprawdzie codziennie umierają w nas tysiące neuronów, ale zostaje ich dostatecznie dużo, aby tworzyć wciąż nowe połączenia. A te mogą powstawać do końca życia i o jedną chwilę dłużej...

Błąd programu nauczania

Wykładowca przytoczył też słowa noblisty, etologa Konrada Lorenza, że życie jest równoważne poznaniu, a poznanie – życiu. Podkreślił, że studiując przez sześć lat medycynę, bardzo niewiele dowiadujemy się o mózgu jako o narzędziu poznania. Stwierdził, że jest to ogromny, niewybaczalny i nadal nienaprawiony błąd programu nauczania na uczelniach medycznych, a już zwłaszcza dzisiaj, gdy wprost skopiowane do maszyny zasady funkcjonowania mózgu umożliwiły stworzenie sztucznej inteligencji, która rewolucjonizuje świat, a nawet potrafi już wygrywać wojny.



Rocznik wyłonił ze swojego grona siedmiu profesorów i kilkudziesięciu ordynatorów. Na zdjęciu dyplom odbiera prof. Marek Gacko



Uroczystości przewodniczył jej główny organizator i jednocześnie starosta roku, prof. Janusz Popko

Tymczasem my, zanurzeni w znojmym, ale dawno przebrzmiałym naukowym pozytywizmie sądzymy błędnie, że niewyobrażalnie skomplikowaną naturę życia kiedyś wreszcie poznamy drogą mozolnego składania kolejno odkrywanych cegiełek w postaci genów, metabolitów, enzymów, cytokin czy całych szlaków sygnalizacyjnych. A jednocześnie całkowicie zaniebujemy całkiem dobrze przecież widoczny holistyczny aspekt życia, jakim jest poznanie.

Akcent muzyczny i ...odpalamy „wehikuł czasu”

Jakiegolwiek poważne refleksje nad treścią wykładu pomógł rozwiać występ dwóch wokalistek, absolwentek białostockiego Wydziału Instrumentalno-Pedagogicznego, Edukacji Muzycznej i Wokalistyki Uniwersytetu Muzycznego Fryderyka Chopina z klasy profesora Aleksandra

Teligi. Dysponujące lirycznym, ale mocnym sopranem spinto dziewczyny brawurowo wykonały przygotowane przez świetną pianistkę Halinę Teligę utwory z repertuaru operowego i operetkowego.

Część, trochę chyba niesłusznie w tym wypadku zwaną oficjalną, zakończyło zejście zebranych na wydeptane przez dziesiątki tysięcy studenckich stóp schody przed głównymi wrotami Pałacu, gdzie grupa wraz z przedstawicielami władz Uczelni ustawiła się do pamiątkowej fotografii. A potem – już tylko rozpoczęty uczczeniem zmarłych kolegów wieczór spotkań, rozmów, starych fotografii i wspomnień.■

Ryszard Kijak
(kolega z roku)

Kafel piecowy z dworu Tabutowiczów

Zanim w Białymstoku pojawili się Branicki, ich przysła siedziba należała do rodu Tabutowiczów, którego dwór stał w tym samym miejscu. I to właśnie podczas niedawnych wykopalisk archeologicznych na pałacowym dziedzińcu znaleziono kafle piecowe pochodzące z początku XVI wieku.



„Historia et Medicina. Ekspozat miesiąca Muzeum UMB” to cykl historii odsłaniających kulisy powstania Uczelni, ale też jej głównej siedziby, czyli Pałacu Branickich.

Tym razem jako ekspozat zaprezentowany został gliniany kafel piecowy, o wymiarach 18,8cm x 16,8cm, pokryty zielonym szkliwem. Na kaflu znajdują się trzy tarcze herbowe. W pierwszej Orzeł Biały, w koronie prawdopodobnie korona królewska. W drugiej Pogoń, w hełmie hełm turniejowy (żabi pysk) z rogiem. Trzecia tarcza zawiera najprawdopodobniej słupy Giedymina lub herb Grzymała, bez korony nad herbem.

Kafel pochodzi z I ćwierci XVI w., odnaleziony został w trakcie wykopalisk archeologicznych w 2023 roku w pozostałościach po drewnianym lamusie dworskim. Pochodzi prawdopodobnie z pieca w drewnianym dworku należącym do rodu Tabutowiczów/Raczkowiczów. Rodzinę tę uważa się za pierwszych właścicieli dóbr białostockich w czasach, kiedy Podlasie należało do ziem Wielkiego Księstwa. Pierwszym

właścicielem był Jakub Raczek Tabutowicz. Po jego śmierci dobra podzielono wśród jego synów, a teren obecnego Pałacu przypadł Wacławowi Raczkowiczowi, późniejszemu biskupowi Łuckiemu? Wacław przeniósł siedzibę biskupstwa z Łucka do Porchowa, czyli późniejszego Janowa Podlaskiego. W dobrach białostockich prawdopodobnie to biskup Wacław Raczkowicz wybudował pierwszy drewniany dwór. Wiele przesłanek wskazuje, że kafel pochodzi z okresu, kiedy obecny teren Pałacu Branickich należał do Mikołaja Michnowicza Raczkowicza (ok. 1470-1520), zwanego Bakałarzem. Mikołaj w 1491 roku ukończył Akademię Krakowską ze stopniem bakałarza sztuk wyzwolonych. Następnie związał się z dworem Aleksandra Jagiellończyka, pełniąc funkcję sekretarza łacińskiej kancelarii, a przed 1514 rokiem również urząd marszałka gospodarskiego. Mikołaj ufundował drewniany kościół w Białymstoku i z jego osobą wiąże się pierwszy znaczący rozwój dóbr białostockich. Po jego śmierci, w latach 1520-1534, dobrami zarządzała wdowa – Hanna z książąt Świrskich, a od 1534 roku – jedyny syn Bakałarza – Mikołaj Bakałarzewicz (zm. ok. 1546/47 r.). Mikołaj dobrami białostockimi władał krótko. Zmarł niedługo po narodzinach jedynej córki Halszki (Elżbiety). Schedę po nim również objęła żona – Katarzyna Bohdanówna Wołowiczówna, która w 1547 roku ponownie wyszła za mąż – za Piotra Wiesiołowskiego, herbu Ogończyk.■

**Muzeum UMB
i Pałacu Branickich**



**Zmarł
dr Bogdan Lewandowski,
były dyrektor szpitala**

6 maja 2025 roku zmarł dr Bogdan Lewandowski, Dyrektor Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego Białymstoku w latach 2001-2002. Całe swoje życie zawodowe był związany ze szpitalem USK. Tu przepracował 39 lat.

Dr Lewandowski był absolwentem Wydziału Lekarskiego Akademii Medycznej w Białymstoku z 1982 roku. Po studiach rozpoczął pracę w Klinice Reumatologii AMB. W 1985 roku uzyskał specjalizację I stopnia z chorób wewnętrznych, a trzy lata później obronił pracę doktorską. W 1990 roku zdobył specjalizację II stopnia z chorób wewnętrznych, w 1995 – specjalizację z reumatologii, a w 2004 – z medycyny ratunkowej.

W latach 1991-2007 pracował jako adiunkt w Klinice Reumatologii i Chorób Wewnętrznych. W maju 1994 roku został powołany przez rektora AMB na stanowisko zastępcy dyrektora ds. leczenia w Państwowym Szpitalu Klinicznym w Białymstoku (poprzednia nazwa szpitala USK – red.), gdzie współpracował z trzema kolejnymi dyrektorami naczelnymi: dr. Czesławem Drozdem, prof. Marianem Bieleckim oraz dr. Tomaszem Koronkiewiczem.

Od października 2001 roku przez blisko rok pełnił funkcję dyrektora szpitala PSK. W latach 2007-2021 był rzecznikiem praw pacjenta. W latach 2008-2018 pełnił funkcję zastępcy kierownika Kliniki Reumatologii. Na emeryturę przeszedł w 2021 roku.■

km