



MEDYK BIAŁOSTOCKI

UNIWERSYTETU MEDYCZNEGO W BIAŁYMSTOKU

GRUDZIEŃ 2020 - STYCZEŃ 2021



#SzczepimySIĘ s. 5

Kronika UMB 2020 roku

s. 17-28

Nagrody Rektora UMB

s.10-13

Pandemia lęku

s. 14-16

Subiektywny przegląd wydarzeń na UMB w 2020 r.

Pandemia koronawirusa

Jesteśmy w XXI wieku, loty na księżyc już nas nie ekscytują, a jeden wirus zatrzymał cały świat. Bez wyjątku. Takie rzeczy oglądaliśmy do tej pory w filmach SF.



Wybory rektora

Niby oczywistość, bo prof. Adam Krętowski był pewniakiem. Jednak i tu do samego końca drżano o wynik. Wszystko z powodu wdrażania ograniczeń sanitarnych w kraju. Przesądni powiedzą: nie ma co się dziwić, jeśli takie wydarzenie planuje na 13 (marca) w piątek (na szczęście o godz. 12).

Rankingi i miejsca

UMB uplasował się na 9 miejscu w Polsce i 630 na świecie w rankingu SCImago Institutions Rankings. W konkursie MSWiN na uczelnie badawcze zajęliśmy 11 miejsce. W rywalizacji „Perspektywy 2020” - 23 miejsce (3. jeśli chodzi o granty i 10. w „efektywności naukowej”). Absolwenci stomatologii są na szczycie w swoim egzaminie LDEK, a absolwenci „lekarzkiego” tradycyjnie walczą o podium LEK.

Więcej nas

W UMB studiuje ponad łącznie 5700 osób (pochodzących z 37 krajów). Nigdy w historii nasza społeczność nie była tak duża. W 2020 nasze mury opuściło prawie 1,1 tys. absolwentów. Przyjęto 1559 osób na studia, 98 osób na studia w języku angielskim oraz 44 osoby do Szkoły Doktorskiej.



Liczby UMB

W bazie Web of Science w 2020 r. zarejestrowano 637 publikacji z UMB, przy łącznym IF 2285.639. Liczba prac z punktacją MNiSW wyniosła 1323, o wartości - 79 287,50 pkt. Uczelniany „Advances in Medical Science” wspiął się na rekordowy IF 2,57.

Eksperci z UMB

Zwykle, żeby stać się ekspertem medialnym trzeba było... mieszkać w Warszawie. Pandemia i obostrzenia w kontaktach spowodowały rozkwit łączności online. Wystarczający okazał się laptop z kamerką internetową. Efekt? Prof. Robert Flisiak i prof. Joanna Zajkowska okazali się cenionymi w kraju ekspertami od zakaźnictwa. Na trudne tematy wypowiadają się w sposób prosty, zrozumiały dla przeciętnego człowieka i ciekawy. Tyle i aż tyle.



Ukryty skarb UMB

Akademicki Ośrodek Diagnostyki Patomorfologicznej i Genetyczno-Molekularnej w Białymstoku - to tu bada się 80 proc. wszystkich próbek pochodzących od zakażonych koronawirusem z regionu. Gdyby nie to miejsce, długo w regionie nie mielibyśmy żadnego laboratorium, które potrafi robić takie testy. To ludzie z Ośrodka uruchomili pierwsze w regionie laboratorium w białostockim sanepidzie.

Szczęście w nieszczęściu

UMB zabrakło jednego punktu do trafienia do elitarnej grupy uczelni badawczych w ramach konkursu ministerstwa nauki „Inicjatywa doskonałości – uczelnia badawcza”. Nagradzano 10 pierwszych miejsc, a my zajęliśmy 11 pozycję. Smutek ogromny, ale... Dzięki pozytywnej opinii komisji konkursowej otrzymaliśmy z rządu 50 mln zł (w obligacjach) na realizację planowanych badań. Doliczając premie za zajęcie 11 miejsca, finansowo wyszliśmy na tym lepiej niż zwycięzcy.

Jubileusz 70 lat UMB

To dopiero pech. Udało się ogłosić tylko program urodzin (bogaty) i po chwili większość wydarzeń z powodu koronawirusa trzeba było odwołać. Co się dało, przeniesiono do internetu. Jednak kto był na „Medykaliach”, czy przy innej uczelnianej okazji zjadł kiełbasę z grilla i wznosił dowolny toast za pomyślność UMB, to wie, że to tylko namiastka świętowania. Dlatego robimy drugie podejście pod jubileusz.



WYBRAŁ: WOJCIECH WIĘCKO

Od Redakcji



Marcin Tomkiel
Redaktor naczelny
Medyka Białostockiego

Po roku oczekiwania na szczepionkę przeciwko Covid-19 rozpoczęło się realizowanie marzenia o powrocie do normalności. Zarówno Uniwersytecki Szpital Kliniczny, jak i tymczasowy szpital w hali sportowej UMB, zorganizowały masowe szczepienia. Kiedy zaczęła przełamywać się niepewność osób sceptycznie nastawionych, okazało się, że... brakuje szczepionek. Z planowanych do końca marca 9 mln. dawek

otrzymamy w całej Polsce 6 mln. Misternie zaplanowany kalendarz przestał być aktualny, a wielu studentów, pracowników Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku, a nawet seniorów, musiało odejść z kwitkiem i umawiać się na nowe, bliżej nieokreślone terminy, nawet marcowo/kwietniowe.

Niezależnie od wiarygodności deklaracji składanych przez producentów szczepionek co do dostaw, muszę pochwalić zespół zaangażowany w proces szczepień w punktach USK. Cechuje go profesjonalne podejście, empatia i wyrozumiałość wobec pacjentów. Nawet w czasie kryzysowej sytuacji, kiedy system informatyczny niezależny od USK umówił dwa razy więcej osób do zaszczepienia

jednego dnia, niż to było planowane, udało się zaszczepić wszystkich, którzy stawili się w szpitalu tymczasowym.

Zima trzyma, mrozy nie odpuszczają, a warstwa śniegu przypomina obrazy z lat 80. XX wieku. Taka sceneria była wówczas normą. Cóż, tamtych zim nie znają nasi studenci. Mają za to mnóstwo bajkowych plenerów, które uwieczniają w social mediach. To znak, że sesja zimowa tuż, tuż. Niektórych zaskoczyła informacja o egzaminach, które mają się odbywać na uczelni online lub stacjonarnie... Signum temporis! Czyżby pandemia tak zmieniła naszą rzeczywistość, że tradycyjne egzaminy nie powinny wracać? Zaczyna się ciekawy spór akademicki: sesja on-line czy tradycyjna?

Nadzieja na powrót do normalności jest ogromna. Powolne odmrażanie gospodarki wciąż wywołuje emocje przedsiębiorców. Osiągnięcie odporności populacyjnej 70 proc. Polaków (ozdrowieńców i zaszczepionych) powinno nastąpić pod koniec lata. Wspierajmy się, bądźmy odpowiedzialni, dbajmy o seniorów! Parafrazując TILT i Tomka Lipińskiego „Niech szybko będzie przepięknie, niech szybko będzie

normalnie”. I... byle do wiosny!

Zapraszam do lektury najnowszego „Medyka Białostockiego”.

Marcin Tomkiel

*Niech szybko będzie
przepięknie, niech
szybko będzie normalnie.
I byle do wiosny!*

Spis treści

4 | Nasza (wice)miss

4 | Robot od kręgosłupów

4 | Prof. Robert Flisiak z „Sukcesem”

4 | Award Young Investigator

4 | Zmarł prof. Franciszek Kokot

4 | Erasmus+

5 | #SzczepmySIĘ

6 | Kolorowo w UDSK, znaczy szybciej

6 | Cztery nowe patenty

7 | Koniec czy początek Covid-19?

8 | Otwórz się na naukę

8 | W skrócie z UMB

9 | Awanse naukowe UMB 2020

9 | Nagrody Ministra Zdrowia

9 | UMB w Indiach

10-13 | Nagrody Rektora dla nauczycieli akademickich za rok 2019

14-16 | Pandemia lęku

17-28 | Kronika UMB 2020 r.

SKŁAD REDAKCJA:

Redaktor naczelny: Marcin Tomkiel

Zastępca redaktora naczelnego: Adam Hermanowicz

Sekretarz redakcji: Katarzyna Malinowska-Olczyk

Redakcja: Tomasz Dawidziuk, Magdalena Muskała, Wojciech Więcko

Współpracownicy: Alina Midro, Wojciech Sobaniec, Anna Worowska

Korekta: Ewa Krzemińska Skład i druk: Drukarnia Biały Kruk

Projekt strony internetowej: Monika Fiedorowicz

Projekt okładki: Drukarnia Biały Kruk

ADRES REDAKCJI:

Biblioteka Główna Uniwersytetu Medycznego

15-089 Białystok, ul. Klińskiego 1, tel. (85) 74854 85, email: medyk@umb.edu.pl

www.medyk.umb.edu.pl



/ MEDYK BIAŁOSTOCKI

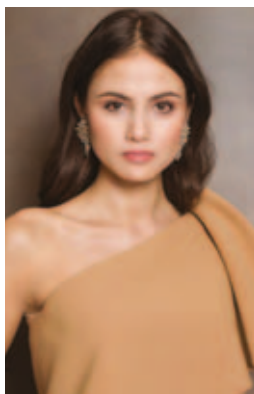


/ MEDYKBIAŁOSTOCKI1956



/ MEDYK BIAŁOSTOCKI

Nasza (wice)miss



Wiktoria Ciochanowska (Łomża) studentka I roku na kierunku lekarskim UMB, podczas konkursu Miss Polski 2020 (17.01) zdobyła tytuł II Wicemiss Polski 2020 i Miss widzów Polsatu.

Miss Polski 2020 została Anna Maria Jaromin (Katowice),

I Wicemiss Polski Natalia Balicka, II Wicemiss Polski Wiktoria Ciochanowska, III Wicemiss Polski Dominika Wójcik, IV Wicemiss Polski Sandra Naum.

Miss Polski widzów Polsatu została Wiktoria Ciochanowska, tytuł Miss Polski Wirtualnej Polski 2020 otrzymała Laura Wycichowska.

To kolejny sukces Wiktorii. Jeszcze jako nastolatka, w 2015 roku, wywalczyła tytuł II Wicemiss Polski nastolatek.

Warto tylko przypomnieć, że dokładnie takie samo miejsce w konkursie Miss Polski w 2018 r., zdobyła wtedy studentka pielęgniarstwa (studia magisterskie) i jednocześnie pielęgniarka z SOR szpitala klinicznego Joanna Babyńko. Niecały rok później zdobyła tytuł III Wicemiss Tourism International 2019 podczas konkursu rozgrywanego w Kuala Lumpur (Malezja). ■

Robot od kręgosłupów

Lekarze z Kliniki Ortopedii i Traumatologii Dziecięcej UMB przetestowali w połowie grudnia robota do neurochirurgii, chirurgii kręgosłupa i ortopedii Globus Excelsius GPS.

To rewolucja w zautomatyzowanej chirurgii kręgosłupa. Oprogramowanie urządzenia wczytuje obrazy pacjenta zarejestrowane metodą TK przez zabiegiem lub obrazy śródoperacyjne rejestrowane podczas zabiegu i wyświetla je na ekranie w różnych płaszczyznach. Przed przystąpieniem do zabiegu chirurg może więc tworzyć i zapisywać trajektorie, uzyskiwać do nich dostęp i przeprowadzać ich symulacje. W trakcie zabiegu chirurgicznego system prowadzi instrumenty w taki sposób, by poruszały się po trajektorii określonej przez chirurga i śledzi pozycję instrumentów chirurgicznych nieustannie aktualizując ich pozycję. Dzięki robotowi operacje kręgosłupa mają charakter małoinwazyjny, co pozwala do minimum skrócić czas pobytu małego pacjenta w szpitalu.

W chwili obecnej oprogramowanie robota pozwala wykonywać zabiegi z zakresu chirurgii kręgosłupa, głowy oraz miednicy, trwają prace nad rozszerzeniem zastosowania na cały układ narządu ruchu. ■

Prof. Robert Flisiak z „Sukcesem”

Kapituła konkursu „Sukces Roku w Ochronie Zdrowia 2020” wyłoniła laureatów XX edycji tego wydarzenia. Wśród nagrodzonych jest prof. Robert Flisiak, kierownik Kliniki Chorób Zakaźnych i Hepatologii UMB, który został wyróżniony w kategorii „Liderzy roku 2020 w ochronie zdrowia - zdrowie publiczne”.

Organizatorem konkursu jest Wydawnictwo Medyczne Termedia oraz redakcja „Menedżera Zdrowia” i „Kurier Medyczny”. Główną ideą przedsięwzięcia jest wybór osób i instytucji, które odniosły sukces w ochronie zdrowia i miały realny wpływ na to, jak ono funkcjonowało w ostatnim czasie. Wręczenie nagród odbyło się 14 stycznia 2021 roku, w trakcie specjalnej Galii towarzyszącej konferencji „Priorytety 2021”.

Award Young Investigator



Dr Mateusz Maciejczyk (adiunkt w Zakładzie Higieny, Epidemiologii i Ergonomii, IF ponad 260) został laureatem

Young Investigator Award 2020 czasopisma *Antioxidants*. To nagroda dla wybitnego młodego naukowca (max. 10 lat po doktoracie). W przypadku dr Maciejczyka doceniono jego wkład w zakresie rozwoju wiedzy na temat homeostazy redoks, antyoksydantów i stresu oksydacyjnego.

Antioxidants (IF 5,014) to międzynarodowe czasopismo o otwartym dostępie, publikowane co miesiąc w Internecie przez wydawnictwo MDPI.



Zmarł prof. Franciszek Kokot

24 stycznia 2021 r. zmarł prof. Franciszek Józef Kokot, mistrz polskiej medycyny i doctor honoris causa UMB z 2001 r. Profesor był wybitnym klinicystą w zakresie chorób wewnętrznych, współtwórcą polskiej nefrologii.

Urodził się 24 listopada 1929 roku w Oleśnie Śląskim. Studia medyczne ukończył w Śląskiej Akademii Medycznej, z którą związany był zawodowo. Przez 25 lat kierował Kliniką Nefrologii na macierzystej Uczelni. W latach 1982-1984 pełnił funkcję rektora Śląskiej Akademii Medycznej. Był organizatorem ośrodka dializy pozaustrojowej i transplantologii przy Klinice Nefrologii w Katowicach oraz sieci ośrodków dializy w Polsce południowej (Wysowa Zdrój, Nysa, Sucha Beskidzka, Olesno, Oświęcim, Cieszyn, Opole, Rybnik, Chrzanów). Na cześć prof. F. Kokota, zasłużonego badacza właściwości wód mineralnych w Wysowej, jedna z wód nosi imię Franciszek. Dorobek naukowy prof. F. Kokota obejmuje ponad 700 prac oryginalnych, 270 prac poglądowych i ponad 100 podręczników medycznych, w tym słynnych „Chorób wewnętrznych”.

Erasmus+

UMB otrzymał Kartę Erasmusa dla szkolnictwa wyższego (Erasmus Charter for Higher Education) na lata 2021-2027. Karta jest dokumentem, który uprawnia do ubiegania się o fundusze na działania, które uczelnia może realizować w programie Erasmus+, w ramach mobilności edukacyjnej osób lub współpracy na rzecz innowacji i wymiany dobrych praktyk.

Program Erasmus+ wspiera międzynarodową współpracę uczelni, umożliwia wyjazdy studentów i absolwentów na studia i staże zagraniczne, finansuje mobilność pracowników uczelni oraz stwarza liczne możliwości udziału w projektach realizowanych wspólnie z partnerami zagranicznymi.

Jednostką odpowiedzialną za realizację programu Erasmus+ będzie Dział Współpracy Międzynarodowej (wcześniej był to Dział Spraw Studenckich). ■

#SzczepimySIĘ

Szczepienia pierwszych osób w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym w Białymstoku to było medialne show.



Pierwsi zaszczepieni w społeczności UMB: prof. Robert Flisiak i rektor UMB prof. Adam Krętowski, fot. Wojciech Więcko

Niedziela (27 grudnia), godz. 13, w zasadzie jeszcze okres świąteczny. W szpitalu USK w głównym holu i na korytarzach pusto. Widzowie zgromadzili się za to na poziomie -1, obok pomieszczeń wyznaczonych na punkt szczepień.

Dzień wcześniej szpital odebrał pierwszą partię szczepionek przeciw Covid19 - 225 szt. - firmy Pfizer. To niewielki kartonik. Do pierwszych szczepień wytypowano dziesięć osób. Miały dać one przykład, że szczepionki są bezpieczne. Pierwszym zaszczepionym był prof. Robert Flisiak, kierownik Kliniki Chorób Zakaźnych i Hepatologii UMB oraz prezes Polskiego Towarzystwa Epidemiologów i Lekarzy Chorób Zakaźnych. Jako drugi na fotelu usiadł rektor UMB prof. Adam Krętowski. Po nich zaszczepieni zostali kierownicy i zastępcy kierowników różnych szpitalnych klinik.

Show

- Dzisiaj musimy robić takie show, żeby przekonywać obywateli o tym, że szczepić się warto, nawet gdy wydaje się to oczywiste, gdy patrzymy na te tysiące ludzi, którzy każdego miesiąca umierają - powiedział dziennikarzom tuż po zaszczepieniu prof. prof. Flisiak.

Podał przykład: - W listopadzie z powodu koronawirusa zmarło w Polsce całkiem pokaźne 20-tysięczne miasteczko. Co prawda osób w podszłym wieku, ale zawsze - podkreślił.

Prof. Flisiak wspominał inną swoją szczepionkę. 35 lat temu był pierwszą

*Prof. Robert Flisiak:
- W listopadzie
z powodu koronawirusa
zmarło w Polsce całkiem
pokaźne 20-tysięczne
miasteczko*

osobą w regionie, którą zaszczepiono przeciw wirusowemu zapaleniu wątroby typu B.

- Wtedy odbyło się to bez żadnego szumu, chociaż szczepionka nazywała się „rekombinowana”, co powinno wzbudzać lęk antyszczepionkowców. Wtedy jednak nie było antyszczepionkowców, za to wszyscy pamiętali jeszcze, co się działo z ospą, polio, jakie to były tragedie, w związku z tym nie było nikogo, kto mógłby powątpiewać w celowość szczepień - dodał.

Rektor UMB prof. Adam Krętowski tuż po zaszczepieniu: - Rewelacja, żadnego bólu. Myślę, że do szczepionek przekonujemy na co dzień, nie dzisiaj. Uważam, że rozsądnymi argumentami każdego można przekonać. To nie musi być nachalna kampania, ale kto chce być odpowiedzialny, kto chce dbać o zdrowie swoje i swoich bliskich, będzie się szczepił - podkreśla rektor UMB prof. Adam Krętowski.

Druga dawka szczepionki została zaplanowana na 17 stycznia.

Szczepienia

W poniedziałek 28 grudnia szczepienia wykonywano już bez błysku

dziennikarskich fleszy. Działy dwa punkty: w szpitalu przy ul. Skłodowskiej oraz przy ul. Żurawiej. Początkowo dziennie szczepiono 50-70 osób w każdym z nich. Po kilku dniach, kiedy doprecyzowano już wszystkie procedury - po kilkaset osób.

Prof. Flisiak twierdzi, że do osiągnięcia progu odporności populacyjnej potrzeba zabezpieczenia 60-70 proc. społeczeństwa (23-27 mln osób). Nie ma znaczenia, czy odporność uzyska się po przechorowaniu koronawirusa (naturalnie), czy poprzez zaszczepienie (sztucznie).

Jego zdaniem naturalną odporność nabyło dotąd ok. 9-10 mln osób. A uzupełnienie tej liczby o brakujące 15 mln obywateli, będzie sporym wyzwaniem.

- Odmawiając szczepienia trzeba mieć świadomość i akceptować to, że część osób chorujących umrze - podkreślił.

Skutki niepożądane

Zdaniem specjalistów najgroźniejsze skutki niepożądane szczepionki na Covid19 występują do pół godziny po zastrzyku (tzw. reakcja anafilaktyczna). Możliwe jest odczuwanie bólu w miejscu iniekcji, niektóre osoby mogą się czuć osłabione, zmęczone bardziej niż zwykle lub mieć gorączkę.

BDC

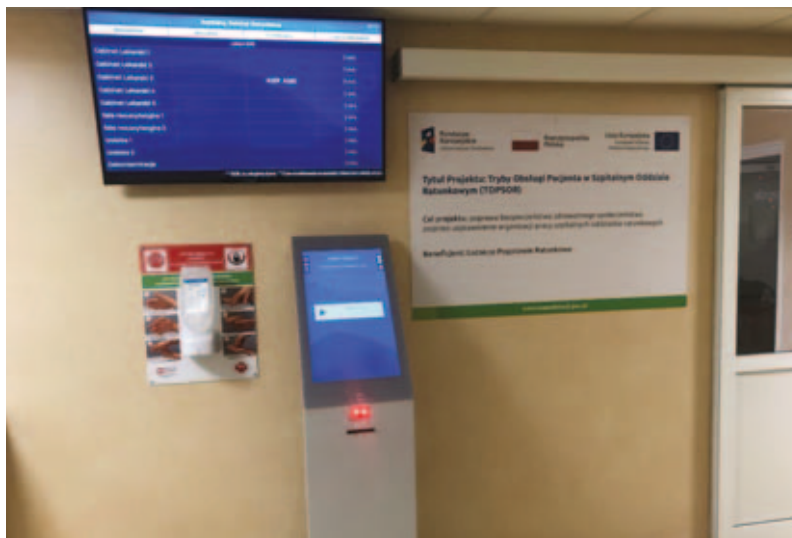
Kolorowo w UDSK, znaczy szybciej

Od 1 stycznia w szpitalu dziecięcym działa system TOPSOR (Tryb Obsługi Pacjenta na Szpitalnych Oddziałach Ratunkowych). Ma usprawnić przyjmowanie małych pacjentów, ale też poprawić organizację pracy personelu medycznego.

Z punktu widzenia chorego (i jego opiekunów) system sprowadzi się do automatu biletowego i monitorów, na których będzie wyświetlany czas do przyjęcia przez lekarza. Faktycznie cały system jest dużo bardziej skomplikowany. UDSK z tego powodu wyposażono m.in. w automaty biletowe, tablety medyczne, system segregacji medycznej i kolejkowy oraz kardiomonitory mobilne.

System TOPSOR mierzy i prognozuje maksymalny czas oczekiwania na kontakt pacjenta z lekarzem, analizuje jego parametry medyczne i przydziela do odpowiednich kategorii. Poszczególne kolory/kategorie triage nadawane pacjentom oznaczają stopień pilności oczekiwania na wizytę lekarską.

- kolor czerwony oznacza natychmiastowy kontakt z lekarzem;
- kolor pomarańczowy oznacza czas oczekiwania na pierwszy kontakt z lekarzem do 10 minut;
- kolor żółty oznacza czas oczekiwania na pierwszy kontakt z lekarzem do 60 minut;



System kolejkowy znany z urzędów ma usprawnić pracę SOR, fot. UDSK

- kolor zielony oznacza czas oczekiwania na pierwszy kontakt z lekarzem do 120 minut;
- kolor niebieski oznacza czas oczekiwania na pierwszy kontakt z lekarzem do 240 minut.

Osoby „zielone” lub „niebieskie” mogą być od razu kierowane z SOR do tzw. „świętecznej pomocy medycznej”

(w szpitalu dziecięcym ten punkt jest dosłownie obok SOR).

Nowe rozwiązanie ma szybciej wyodrębnić najbardziej potrzebujących chorych oraz sprawnie przekierować osoby niewymagające pilnej interwencji do poradni POZ lub Nocnej i Świątecznej Opieki Zdrowotnej. ■

BDC

Cztery nowe patenty

Ledwie rozpoczął się nowy rok, a w portfolio wynalazków UMB, pojawiały się cztery nowe patenty.

- „Sposób wykrywania przedwczesnego porodu za pomocą dowolnej metody oznaczającej produkty przemiany materii we krwi” - to wynalazek naukowców UMB, dzięki któremu uda się przeciwdziałać przedwczesnej śmierci noworodków. Patent przygotował zespół w składzie: prof. Piotr Laudański, dr Karol Charkiewicz, mgr inż. Joanna Gościak, mgr Joanna Teul, prof. Wojciech Miltyk, mgr inż. Barbara Liżewska.

- Zespół dwóch patentów pod jedną nazwą: „Sposób oznaczania wrażliwości tkanek na insulinę oraz

sposób identyfikacji insulinooporności i określania predyspozycji do zaburzenia z nią związanego”. Insulina jest hormonem odpowiedzialnym za regulację poziomu cukru we krwi, obniżenie wrażliwości organizmu na działanie insuliny może doprowadzić do rozwoju cukrzycy. Naukowcy opracowali dwa test diagnostyczne: jeden oparty o pomiar stężeń we krwi wybranych parametrów laboratoryjnych, drugi – o oznaczenie ekspresji wybranych genów we krwi, żeby przewidywać wrażliwość tkanek na insulinę konkretnej osoby. Twórcami wynalazków ze strony UMB są: prof. Marek Strączkowski oraz prof. Monika Karczevska-Kupczewska.

- „Mieszananina oksytiaminy i ketokonazolu oraz kompozycja farmaceutyczna” to wynalazek przygotowany przez naukowców z UMB (prof. Katarzyna Winnicka, dr Katarzyna Sosnowska) i UwB (dr hab. Adam Tylicki, dr Magdalena Czerniecka i dr Urszula Czyżewska). To specjalny żel będący mieszaniną dobrze znanych składników - oksytiaminy i ketokonazolu, który znajduje nowe zastosowanie w leczeniu infekcji grzybiczych oraz związanych z nią chorób, m. in. takich jak: łupież, łuszczyca, zapalenia skóry, czy odzwierzęce choroby skóry. ■

BDC

Koniec czy początek Covid-19?

Od lutego naukowcy z UMB rozpoczną badania dotyczące zdrowotnych i psychospołecznych skutków pandemii COVID-19. Na ten cel otrzymali grant z Narodowego Centrum Nauki wart prawie 2,9 mln zł.

Katarzyna Malinowska-Olczyk:
Co to za badanie?



PROF. KAROL KAMIŃSKI: - Wspólnie z naukowcami z Uniwersytetu w Białymstoku dostaliśmy grant (OPUS 19), który dotyczy oceny skutków pandemii COVID-19. Jego nazwa to: „Koniec początku, czy początek końca? Krótkie i długoterminowe trajektorie zdrowotnych i psychospołecznych efektów pandemii COVID-19”. Będziemy badać psychospołeczne i zdrowotne czynniki związane z pandemią oraz to, jak to się zmienia z czasem. Już wiemy, że to nie jest zwykła grypa. Choroba najprawdopodobniej zostawia długoterminowe ślady zdrowotne. Skoro to nowa choroba, to nie jesteśmy jeszcze pewni tych skutków. Obecnie pojawiają się doniesienia o różnych komplikacjach: problemy z pamięcią, koncentracją czy z utratą węchu. Są też informacje o długo utrzymujących się zmianach w płucach czy też w mięśniu sercowym. Będziemy badać szereg powikłań, które pojawiają się po przechorowaniu COVID-19 i które będzie można zbadać w naszym centrum, które do tej pory zajmowało się badaniem pacjentów w programie Białystok PLUS. Poza tym weryfikować, jak zmieniło się funkcjonowanie osób, które przechorowały COVID-19. Ich nastawienie, objawy związane z lękiem, depresją, stosunek do społeczeństwa czy mediów. Będziemy

badać osoby, które przechorowały COVID-19 i sprawdzać, czy to co przeżyli w trakcie choroby, wpłynęło na ich stan psychiczny.

Jak dotrzecie do takich pacjentów?

- Będziemy badać trzy grupy osób. Pierwsza grupa, to osoby objęte programem Białystok Plus, w tym osoby, które przechorowały COVID. Mamy tam zbadanych ok. 1000 osób przed pandemią. I u tych osób, które miały potwierdzoną infekcję SARS-CoV-2, będziemy mogli porównać ich stan zdrowia przed pandemią i po przechorowaniu. Druga grupa to ci, którzy cierpią na choroby przewlekłe, typu cukrzyca czy choroba wieńcowa, ale nie chorowali na koronawirusa. Trzecia grupa to osoby ogólnie zdrowe.

Te osoby z grupy ryzyka, z chorobami przewlekłymi, to może być ciekawa grupa. U nich będziemy badać wpływ pandemii na ich życie. Czy mieli problem z dostępem do służby zdrowia? Czy wychodzili z domu, czy nie, bo się np. bali? Jaki wpływ na ich zdrowie miał brak aktywności fizycznej? Jeśli chodzi o tę trzecią grupę, będzie ona wylosowana spośród mieszkańców Białegostoku. Będziemy u nich badać obecność przeciwciał i oceniać, jaki odsetek osób, które nie miały żadnych objawów, przechorowały COVID. U nich również będziemy badać konsekwencje zdrowotne.

Jak dużo osób planujecie przebadać?

- Z tych wszystkich grup chcemy przebadać łącznie dwa tysiące osób. Spośród tych przebadanych w ramach programu Białystok Plus będzie to około 200 osób. 500 nowych osób ze zdrowej populacji, dodatkowo 200, które były zdrowe, ale ciężko przechorowały (dane z Kliniki Chorób Zakaźnych i Neuroinfekcji). Dodatkowo mamy pacjentów z rejestrów cukrzycy (300 osób) i chorób wieńcowych

(200). Badania medyczne planujemy wykonać u ok 1000 osób.

A co planujecie sprawdzać, jeśli chodzi o badania medyczne?

- Będziemy badać parametry układu krążenia: USG naczyń i serca, wydolność fizyczną, badanie płuc tzw. pletyzmografią (badanie sprawdzające, czy pacjent nie ma problemów z rozszerzalnością płuc). Oczywiście badania krwi, w tym parametrów stanu zapalnego, ale też oczywiście poziom cholesterolu, glukozy. Będziemy też wykonywać badanie składu ciała.

Czy pacjenci już sygnalizują, że są zainteresowani badaniami?

- Różnie. Ci, którzy przeszli lekko COVID w ogóle nie są zainteresowani badaniami. Ci, którzy przeszli ciężko, chcą się badać. Tak więc sami jesteśmy ciekawi, jak będzie ze zgłaszalnością. Grant jest na cztery lata. Liczymy, że program skończymy z końcem roku 2024. Badamy długoterminowe konsekwencje, więc zależy nam, by zbadać pacjentów już jakiś czas po przejściu choroby.

Co zrobicie z wynikami?

- Nasze badanie będzie robione w Białymstoku, ale będziemy je odnosili do wywiadów społecznych ogólnopolskich. Współpracujemy z Uniwersytetem w Greifswaldzie, który jest naszym partnerem w badaniach Białystok Plus. Ten uniwersytet rozpoczął już swoje podobne badania. Będziemy mogli nasze wyniki porównać z nimi.

Nawiązywaliśmy też współpracę z badaniem europejskim COH-VIT. Jeszcze nie wiem, czy wejdziemy w ten program jako partner, czy tylko na zasadzie współpracy. ■

ROZMAWIAŁA KATARZYNA MALINOWSKA-OLCZYK

Otwórz się na naukę

Powstający w Bibliotece Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku partnerski projekt Polskiej Platformy Medycznej (ppm.edu.pl) zbliża się do finału. Działa już jego odsłona w wersji dla UMB (ppm.umb.edu.pl).

Polska Platforma Medyczna jest jednym miejscem w internecie, które skupi w sobie cały dorobek naukowy uczelni, które je tworzą (siedem uniwersytetów medycznych: we Wrocławiu, Białymstoku, Lublinie, Warszawie, Katowicach, Szczecinie i Gdańsku oraz Instytut Medycyny Pracy w Łodzi). Znajdą się tam pełne teksty artykułów naukowych, rozdziałów książek, monografii, doktoratów czy nawet dane badawcze. Dodatkowo można będzie tam odnaleźć wspieraną przez sztuczną inteligencję bazę ekspertów z zakresu medycyny, farmacji, nauk o zdrowiu, stomatologii, itp. Wszystko w otwartym dostępie i online.

Warto wiedzieć, że teksty naukowe publikowane są w standardzie WCAG (są dostosowane dla potrzeb osób słabowidzących) oraz spełniają zasady otwartości nauki na unikalnym poziomie 5 gwiazdek (publikowane dane są powiązane z innymi, tak by zapewnić kontekst informacji). Założenia PPM realizują ustawy obowiązek o otwartym dostępie do nauki.

- Do tej pory w taki sposób nikt nie prezentował nauki i osiągnięć naukowych. Duży nacisk położyliśmy na sposób prezentacji tych danych, tak by możliwie wszystko było dostępne na jednej stronie. Zależy nam na tym, by Platforma stała się miejscem do poznawania najnowszych informacji

też o udziale w projektach naukowych, promotorstwach czy zdobytych patentach. Naukowiec może w nim na bieżąco przeglądać efekty swojej pracy, czyli np. Wskaźniki Impact Factor, punktację mnisw, h-index, czy cytowania. Dzięki temu uczyony przygotowując swój np. Wniosek grantowy, czy inną aplikację na potrzeby konkursu, wszystkie dane ma na wyciągnięcie ręki. Dodatkowo będzie mógł przygotowywać sprawozdawczość z działalności naukowej, m.in. Tworzyć raporty udziałów jednostkowych (sloty), składać tzw. Oświadczenia 3, czy opracowywać raporty dorobku do ORCID (lub inne zestawienia).

- Obecnie portal jest stale uzupełniany nowymi danymi, tak więc z każdą chwilą staje się coraz bogatszy w treści - tłumaczy dyrektor Dąbrowska-Charytoniuk.

Całość opracowana jest w języku polskim i angielskim. PPM jest zarejestrowana w organizacji eurocris, co dodatkowo zwiększa jej globalny zasięg. ■

WOJCIECH WIĘCKO



naukowych, nawiązywania kontaktów, a przez to była przyczynkiem do wzrostu innowacyjności nauki - tłumaczy Danuta Dąbrowska-Charytoniuk, dyrektor Biblioteki UMB i jedna z pomysłodawczyń powstania platformy.

Bardzo ciekawym modułem PPM są profile naukowców. Zawierają one informacje o ich publikacjach, osiągnięciach (nagrody, wyróżnienia), ale

W skrócie z UMB

III miejsce dla CoNieCo

Klub Studencki CoNieCo zdobył III miejsce w konkursie „Aktywność kulturalna w środowisku akademickim”. Organizatorem wydarzenia był Parlament Studentów RP. Jego główną idą jest nagradzanie osób, czy organizacji (zespołów), które aktywnie działają na rzecz promowania kultury w środowisku akademickim.

Nagrody rozdano w 4 kategoriach: student, opiekun, zespół/organizacja w kategorii muzyka, zespół/or-

ganizacja w kategorii inna działalność kulturalna.

Umowa dla stomatologów

UMB zawarł umowę o współpracy z uznanym na świecie instytutem badawczym zajmującym się rekonstrukcją w zakresie twarzoczaszki - Institute for Reconstructive Sciences in Medicine (iRSM) z siedzibą w Edmonton w Kanadzie.

iRSM jest jednym z zaledwie trzech wysoko wyspecjalizowanych ośrodków rekonstrukcji głowy i szyi na świecie.

W Instytucie opracowano wiele innowacyjnych metod rekonstrukcyjnych z wykorzystaniem zaawansowanych technologicznie materiałów i narzędzi cyfrowych. Dzięki umowie będzie można wspólnie realizować projekty badawcze, czy szkolić się w zakresie nowoczesnych technik i technologii leczenia pacjentów.

Ze strony UMB prace koordynuje prodziekan prof. Teresa Sierpińska.

OPR. BDC

Awanse naukowe UMB 2020

Bilans roku 2020 nie byłby pełny gdyby nie zestawienie naszych naukowców, którzy w ostatnim czasie awansowali na wyższy stopień naukowy.

W 2020 roku tytuł profesora otrzymali:

- prof. dr hab. Tomasz Hryszko
- prof. dr hab. Monika Karczewska-Kupczewska
- prof. dr hab. Anna Tomaszuk-Kazberuk
- prof. dr hab. Agnieszka Tycińska
- prof. dr hab. Napoleon Waszkiewicz

17 osób awansowało na stopień doktora habilitowanego

Stopień doktora habilitowanego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymali:

- dr hab. Edyta Adamska-Patruno
- dr hab. Grażyna Ewa Będowska
- dr hab. Izabela Białuk
- dr hab. Dmitrii Davydov
- dr hab. Andrzej Eljaszewicz
- dr hab. Krzysztof Fiedoruk
- dr hab. Beata Galińska-Skok
- dr hab. Piotr Jakubów
- dr hab. Beata Januszko-Giergielewicz
- dr hab. Monika Kamianowska
- dr hab. Marek Niczyporuk
- dr hab. Przemysław Pawłowski
- dr hab. Jolanta Sawicka-Powierza
- dr hab. Magdalena Sulewska
- dr hab. Beata Zalewska-Szajda
- dr hab. Dorota Zarębska-Michaluk

Stopień doktora habilitowanego w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki o zdrowiu otrzymała:

- dr hab. Halina Doroszkiewicz

63 osoby awansowały na stopień doktora nauk:

Stopień naukowy doktora w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, dyscyplina nauki medyczne otrzymali:

dr Edyta Andrulowicz-Botulińska, dr Małgorzata Bartold-Kuryś, dr Magdalena Biegaj, dr Karol Borawski, dr Aleksandra Buras, dr Ewelina Chylińska-Kopko, dr Dorota Dąbrowska-Zagroba, dr Natalia Domian, dr Marta Flisiak-Jackiewicz, dr Katarzyna Godlewska, dr Sławomir Grycel, dr Kinga Hińcza, dr Anna Jurczuk, dr Ewelina Kazimierczyk, dr Paulina Kiluk, dr Monika Kloza, dr Anna Kondrat, dr Maria Kościuszko, dr Maciej Kozak, dr Klaudia Kozłowska, dr Tomasz Kozłowski, dr Edyta Krzyżanowska-Grycel, dr Andrzej Malinowski, dr Katarzyna Maliszewska, dr Natalia Matwiejczuk, dr Piotr Musiałowski, dr Karolina Niedziółko-Bagniuk, dr Michał Niezgoda, dr Paulina Nowińska, dr Katarzyna Pawłowicz, dr Maria Pietruska, dr

Grażyna Prokop-Lewicka, dr Magdalena Rokicka, dr Magdalena Róg-Makal, dr Leszek Rudzki, dr Emil Saeed, dr Joanna Sewastynowicz, dr Bernadetta Siergiejo, dr Rafał Skowroński, dr Orest Szczygielski, dr Maria Szwałkowska, dr Tomasz Trybek, dr Paweł Wojciak, dr Magdalena Zakrzewska, dr Justyna Żółtko-Szydłowska;

Stopień naukowy doktora w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, dyscyplina nauki farmaceutyczne otrzymali:

Dr Rafał Kossakowski, dr Natalia Marcińczyk, dr Urszula Tałałaj;

Stopień naukowy doktora w dziedzinie nauk medycznych i nauk o zdrowiu, dyscyplina nauki o zdrowiu otrzymali:

dr Karolina Bagnowska, dr Elżbieta Drózd-Kubicka, dr Dominika Gier, dr Edyta Kierczuk, dr Dorota Koncewicz, dr Magdalena Kwak, dr Dorota Ługowska, dr Maria Merklinger-Soma, dr Elżbieta Milewska, dr Łukasz Nurkowski, dr Marta Roźniata, dr Joanna Smarkusz-Zarzecka, dr Marcin Slifirczyk, dr Beata Szlendak, dr Ewa Taranta. ■

BDC

Nagrody Ministra Zdrowia

Uroczyste wręczenie Nagród Ministra Zdrowia za lata 2018-2019 odbyło się 18 grudnia w Aula Nobilium Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku. Wyróżnienia wręczał rektor UMB prof. Adam Krętowski.

Nagrody otrzymali:

Nagrodę zespołową za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności naukowej:

- prof. dr hab. Sławomir Pancewicz, prof. dr hab. Elżbieta Skrzydlewska, dr hab. Anna Moniuszko-Malinowska, dr hab. Piotr Czupryna, dr hab. Wojciech Łuczaj, dr n. med. Justyna Dunaj

Nagrodę indywidualną za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności dydaktycznej:

- prof. dr hab. Andrzej Dąbrowski

Nagrodę indywidualną za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności organizacyjnej:

- prof. dr hab. Janusz Dzieciół

Nagrodę indywidualną za całość dorobku:

- prof. dr hab. Marek Wojtukiewicz

BDC

UMB w Indiach

Dział Współpracy Międzynarodowej rozpoczął realizację kolejnej międzynarodowej kampanii promocyjnej na Facebooku. Tym razem w Indiach.

Głównym celem działań promocyjnych jest pokazanie UMB potencjalnym kandydatom na studia anglojęzyczne na kierunku lekarskim. Rynek indyjski jest jednym z najbardziej perspektywicznych rynków edukacyjnych.

Obecnie na UMB studiuje osoby z 37 krajów, a z Indii mamy 16 żaków.

Realizacja kampanii to efekt grantu z NAWY.

W zeszłym roku UMB promowało się w mediach społecznościowych w USA i Kanadzie.

Nagrody Rektora dla nauczycieli akademickich za rok 2019

Zgodnie z wieloletnią tradycją JM Rektor Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku docenił wysiłek naukowy, dydaktyczny i grantowy pracowników Uczelni.



Wręczenie nagród rektora przyznanych za całokształt dorobku zawodowego, fot. Wojciech Więcko

Rektor prof. dr hab. Adam Krętowski przyznał nagrody dla nauczycieli akademickich (za 2019 r.). Do nagrodzenia zakwalifikowano 569 wniosków (w ubiegłym roku 421), w tym:

- 20 wniosków o nagrodę naukową za pozyskanie grantu na działalność naukową,
- 263 o nagrodę naukową za prace publikowane w czasopiśmie posiadających punktację MNiSW i uzyskane patenty,
- 277 o nagrodę dydaktyczną w tym 2 wnioski o nagrodę dydaktyczną za pozyskanie grantu na działalność dydaktyczną
- 9 o nagrodę za całokształt dorobku.

Nagrody przyznane za całokształt dorobku otrzymali:

I stopnia

prof. dr hab. Maria Borawska
prof. dr hab. Jan Braszko
prof. dr hab. Marek Gacko

prof. dr hab. Janusz Kłoczko
prof. dr hab. Maria Winnicka

II stopnia

dr hab. Halina Gabryel-Porowska
dr hab. Wojciech Łebkowski
dr hab. Tadeusz Porowski

III stopnia

dr n. med. Elżbieta Muszyńska

Nagroda za uzyskanie tytułu „Najlepszy Nauczyciel Akademicki” w roku 2019 w konkursie studentów (nagroda dydaktyczna):

I stopnia

dr hab. Krzysztof Fiedoruk
dr n. farm. Bartłomiej Kałaska
dr n. med. Katarzyna Snarska

II stopnia

prof. dr hab. Włodzimierz Łuczyński
prof. dr hab. Jerzy Pałka
dr n. med. Krystyna Kowalczyk

III stopnia

dr hab. Beata Szyńska
dr n. med. Anna Baranowska
dr n. farm. Izabela Prokop

NAGRODY NAUKOWE:

Nagrody naukowe za uzyskanie w roku 2019 finansowania projektów badawczych:

Nagroda naukowa za pozyskanie grantu jako kierownik projektu:

I stopnia

prof. dr hab. Baranowski Marcin
prof. dr hab. Bucki Robert (2 projekty)
prof. dr hab. Kamiński Karol
prof. dr hab. Krętowski Adam
prof. dr hab. Pawlak Dariusz
dr hab. Gryczuk Sambor

II stopnia

prof. dr hab. Moniuszko Marcin

III stopnia

prof. dr hab. Mroczo Barbara
dr hab. Adamska-Patrano Edyta
dr hab. Pryczynicz Anna
dr n. med. Dziemidowicz Magdalena
dr n. med. Lewkowicz Janina
dr n. med. Maciejczyk Mateusz
dr n. med. Minarowski Łukasz

dr n. med. Pędzińska-Betiuk Anna
dr n. chem. Tokarzewicz Anna

Nagroda naukowa za opiekę naukową nad doktorantem, który pozyskał grant jako kierownik projektu:

III stopnia

prof. dr hab. Krętowski Adam
(2 projekty)
dr hab. Ratajczak-Wrona Wioletta

Nagrody naukowe za publikacje w czasopismach i uzyskane patenty:

W przypadku tych nagród, kolejność osób uzależniona jest od sumy punktów uzyskanych ze wszystkich zgłoszonych prac

I stopnia

prof. dr hab. Krętowski Adam
prof. dr hab. Chabowski Adrian
dr n. med. Maciejczyk Mateusz
prof. dr hab. Zalewska Anna
prof. dr hab. Bucki Robert
prof. dr hab. Skrzydlewska Elżbieta
prof. dr hab. Górska Maria
dr hab. Błachnio-Zabielska Agnieszka
prof. dr hab. Mroczo Barbara
prof. dr hab. Wołczyński Sławomir
prof. dr hab. Winnicka Katarzyna
dr hab. Ciborowski Michał
dr hab. Adamska-Patruno Edyta
dr hab. Niemirowicz-Laskowska Katarzyna
prof. dr hab. Zajkowska Joanna
dr hab. Hady Razak Hady
prof. dr hab. Małyżko Jacek
prof. dr hab. Waszkiewicz Napoleon
prof. dr hab. Żendzian-Piotrowska Małgorzata
prof. dr hab. Flisiak Robert
dr hab. Płońska-Brzezińska Marta
dr n. farm. Gęgotek Agnieszka
prof. dr hab. Rahman Nafis
prof. dr hab. Pawlak Dariusz
dr n. med. Szczurbiński Łukasz
dr n. med. Piktel Ewelina
dr n. chem. Niemira Magdalena
dr hab. Zabielski Piotr
dr n. med. Łukaszuk Bartłomiej
dr hab. Eljaszewicz Andrzej
prof. dr hab. Kowal-Bielecka Otylia
prof. dr hab. Wojtukiewicz Marek
prof. dr hab. Car Halina
prof. dr hab. Wasilewska Anna
dr n. med. Posmyk Renata
dr hab. Zbucka-Krętowska Monika
prof. dr hab. Pancewicz Sławomir

dr n. med. Samczuk Paulina
dr n. med. Wawrusiewicz-Kurylonek Natalia
dr n. farm. Kusaczuk Magdalena
prof. dr hab. Baranowski Marcin
prof. dr hab. Ostrowska Lucyna
dr hab. Taranta-Janusz Katarzyna
prof. dr hab. Kamiński Karol
dr hab. Sierko Ewa
prof. dr hab. Kasacka Irena
dr n. farm. Toczek Marek
prof. dr hab. Hryszko Tomasz
prof. dr hab. Kowal Krzysztof
prof. dr hab. Lebensztejn Dariusz
dr hab. Wojszel Zyta
prof. dr hab. Tycińska Agnieszka
dr n. farm. Szekalska Marta
dr n. med. Kasiukiewicz Agnieszka
mgr Olechno Katarzyna
prof. dr hab. Brzóska Małgorzata
dr n. med. Kozłowska Magdalena
dr n. biol. Żebrowska Ewa
dr n. med. Godzień Joanna
prof. dr hab. Pawlak Krystyna
dr hab. Daniluk Jarosław
dr hab. Borys Jan
dr hab. Fiedoruk Krzysztof
dr n. med. Książek Monika
prof. dr hab. Malinowska Barbara
dr hab. Moniuszko-Malinowska Anna
prof. dr hab. Jabłońska Ewa
dr n. med. Harasim-Symbor Ewa
dr n. med. Miłoś Agnieszka
prof. dr hab. Cechowska-Pasko Marzanna
dr n. med. Krętowski Rafał
dr n. med. Koper-Lenkiewicz Olga
prof. dr hab. Matowicka-Karna Joanna
dr n. med. Maliszewska Katarzyna
dr n. farm. Ambrozewicz Ewa
dr n. med. Czarnomysy Robert
dr n. med. Dunaj Justyna
dr n. med. Miształ Tomasz
dr n. med. Kamińska Joanna
prof. dr hab. Chabielska Ewa
prof. dr hab. Łebkowska Urszula
dr hab. Reszeć Joanna
prof. dr hab. Mariak Zofia
dr hab. Tomczyk Michał
dr n. med. Kapica-Topczewska Katarzyna
dr n. med. Chorąży Monika
prof. dr hab. Kułakowska Alina
mgr Weresa Jolanta
dr n. med. Czarnowska Agata
prof. dr hab. Szmitkowski Maciej
prof. dr hab. Hirnle Tomasz
lek. Guggilla Rama Krishna

II stopnia

dr n. chem. Tokarzewicz Anna
dr hab. Milewski Robert
prof. dr hab. Moniuszko Marcin
prof. dr hab. Bielawska Anna
dr n. med. Hempel Dominika
prof. dr hab. Bielawski Krzysztof
dr hab. Hermanowicz Adam
dr hab. Kurek Krzysztof
dr n. med. Tokajuk Grażyna
dr n. med. Olejnik Piotr
dr n. med. Stelmaszewska Joanna
prof. dr hab. Larsen Steen
dr n. med. Antonowicz Bożena
prof. dr hab. Mróz Robert
dr hab. Myśliwiec Piotr
dr hab. Kwaśniewski Mirosław
dr n. farm. Sokołowska Emilia
dr hab. Bonda Tomasz
dr hab. Ratajczak-Wrona Wioletta
dr hab. Cybulski Mateusz
prof. dr hab. Xiangdong Li
dr n. med. Galicka Anna
dr hab. Sawicka-Powierza Jolanta
prof. dr hab. Pietruska Małgorzata
dr n. med. Rosołowski Mariusz
dr n. med. Zawadzki Radosław
dr n. med. Daniluk Urszula
dr n. med. Kowalczyk Krystyna
dr n. farm. Trofimiuk Monika
lek. Garkowski Adam
dr n. farm. Biernacki Michał
dr n. med. Kubas Bożena
prof. dr hab. Dobrzycki Sławomir
prof. dr hab. Winnicka Maria
dr hab. Rusak Tomasz
dr hab. Czupryna Piotr
prof. dr hab. Dadan Jacek
prof. dr hab. Krajewska-Kułek Elżbieta
lek. Bielecki Paweł
dr n. med. Pędzińska-Betiuk Anna
dr hab. Grygorczuk Sambor
prof. dr hab. Ładny Jerzy
mgr Bence Galik
dr hab. Knapp Paweł
prof. dr hab. Tomaszuk-Kazberuk Anna
prof. dr hab. Grzeszczuk Anna
dr n. farm. Szoka Łukasz
dr hab. Adamska Agnieszka
prof. dr hab. Midro Alina
prof. dr hab. Nikliński Jacek
dr hab. Doroszkiewicz Halina
prof. dr hab. Konstantynowicz Jerzy
dr hab. Korzeniecka-Kozerska Agata
dr hab. Kramkowski Karol
dr hab. Łukaszewicz-Zajac Marta
dr hab. Orywał Karolina



Rozdanie nagród Ministra Zdrowia (lista osób wyróżnionych na s.9)

dr hab. Zbroch Edyta
 dr hab. Trofimiuk Emil
 prof. dr hab. Dymicka-Piekarska Violetta
 dr hab. Wielgat Przemysław
 dr hab. Ławicki Sławomir
 dr n. med. Toczyłowski Kacper
 dr n. farm. Kałaska Bartłomiej
 mgr Mikłosz Joanna
 dr hab. Mogielnicki Andrzej
 dr n. med. Rogalska Magdalena
 dr hab. Sulik Artur
 prof. dr hab. Guzińska-Ustymowicz Katarzyna
 dr hab. Pryczynicz Anna
 dr hab. Siemiątkowski Andrzej
 dr hab. Świdnicka-Siergiejko Agnieszka
 dr n. med. Zajkowska Monika
 prof. dr hab. Kowalska Irina
 prof. dr hab. Sobkowicz Bożena
 dr hab. Kochanowicz Jan
 dr n. med. Leśniewska Monika
 dr n. med. Łebkowska Agnieszka
 prof. dr hab. Dąbrowski Andrzej
 dr hab. Szczepański Marek
 dr n. med. Wasielica-Berger Justyna
 prof. dr hab. Kędra Bogusław
 dr n. med. Szulimowska Julita

III stopnia

dr hab. Gyenesei Attila
 prof. dr hab. Mrugacz Małgorzata
 dr hab. Naliwajko Sylwia
 dr hab. Witkowska Anna
 dr hab. Górska Anna
 dr n. med. Konstantynowicz-Nowicka Karolina
 dr n. farm. Sosnowska Katarzyna
 dr hab. Bołkun Łukasz
 mgr Erol Anna
 dr hab. Skurska Anna

lek. Kiluk Paulina
 mgr Wojciechowska Emmanuella Gladys
 dr n. farm. Baranowska-Kuczko Marta
 mgr Kloza Monika
 dr hab. Kozłowska Hanna
 dr hab. Baran Anna
 prof. dr hab. Flisiak Iwona
 mgr Jastrzab Anna
 dr hab. Mikołuc Bożena
 dr n. med. Żelazowska-Rutkowska Beata
 dr hab. Polityńska -Lewko Barbara
 dr n. med. Sawczuk Beata
 lek. Skaliń Piotr
 dr n. med. Tokajuk Piotr
 dr n. med. Gińdzieńska-Sieśkiewicz Ewa
 dr hab. Leszczyńska Katarzyna
 dr hab. Łuczaj Wojciech
 dr n. med. Tomasiak-Łozowska Maria
 dr n. med. Dziemidowicz Magdalena
 lek. Sawczuk-Siemieniuk Magdalena
 dr hab. Zujko Małgorzata
 dr hab. Sieśkiewicz Andrzej
 mgr Atalay Sinemyiz
 dr n. med. Bernaczyk Piotr
 dr n. med. Daniluk Tamara
 dr n. med. Guziejko Katarzyna
 mgr Iwanicka Marta
 prof. dr hab. Kłoczko Janusz
 dr hab. Romanowicz Lech
 dr n. farm. Jarocka-Karpowicz Iwona
 dr n. med. Małus Aleksandra
 prof. dr hab. Szamatowicz Jacek
 dr hab. Bielecki Marek
 dr n. med. Sulik Agnieszka
 dr n. med. Białuk Izabela
 dr n. med. Choromańska Magdalena
 dr n. med. Fejfer Katarzyna
 dr n. med. Klimiuk Anna
 dr n. med. Krzyżak Michalina

lek. Morawska Katarzyna
 dr n. o zdr. Paszko Agnieszka
 dr n. med. Siewko Katarzyna
 prof. dr hab. Sobolewski Krzysztof
 dr n. med. Świdorska Magdalena
 dr n. med. Abramowicz Paweł
 prof. dr hab. Klimiuk Piotr
 dr n. med. Minarowski Łukasz
 dr n. med. Ptaszyńska-Kopczyńska Katarzyna
 dr n. med. Szeremeta Michał
 dr n. med. Kakareko Katarzyna
 prof. dr hab. Bossowski Artur
 mgr Jakimiuk Katarzyna
 dr n. med. Kuć Joanna
 prof. dr hab. Marcinowicz Ludmiła
 dr hab. Lisowska Anna
 dr hab. Jelski Wojciech
 dr n. med. Kamianowska Monika
 dr n. med. Krańnicki Paweł
 dr hab. Porowski Tadeusz
 dr n. med. Rogalski Paweł
 dr n. farm. Szymańska Emilia
 dr n. farm. Gromotowicz-Popławska Anna
 dr hab. Sierakowska Matylda
 mgr Citkowska Aleksandra
 dr hab. Markowska Agnieszka
 dr n. med. Piotrowska Żaneta
 dr n. farm. Tomczyk Monika
 dr n. med. Zińczuk Justyna
 prof. dr hab. Bachórzewska-Gajewska Hanna
 dr n. med. Flisiak-Jackiewicz Marta
 dr n. med. Garley Marzena
 dr n. med. Sidorkiewicz Iwona
 dr n. med. Supruniuk Elżbieta
 lek. Kowalczyk-Krystoń Monika
 dr n. med. Mojsak Małgorzata
 dr n. med. Ptaszyńska-Sarosiek Iwona

dr n. med. Sierakowska Justyna
dr n. med. Szumowski Piotr
dr n. med. Bernatowicz Paweł
prof. dr hab. Koszytyła-Hojna Bożena
dr n. med. Chlabicz Małgorzata
dr n. med. Choromańska Barbara
dr hab. Dąbrowska Ewa
dr n. med. Iwaniuk Agnieszka
dr hab. Karna Ewa
dr n. med. Milewska Anna
prof. dr hab. Pałka Jerzy
dr hab. Surażyński Arkadiusz
lek. Piłaszewicz-Puza Agata
dr n. farm. Wróblewska Magdalena
dr n. med. Bobrus-Chociej Anna
dr n. farm. Bruzgo Irena
dr n. med. Cwalina Urszula
dr n. med. Dmuchowska Diana
dr hab. Drozdowska Danuta
dr n. med. Jamiołkowski Jacek
dr hab. Koda Mariusz
dr hab. Myśliwiec Hanna
prof. dr hab. Niemcunowicz-Janica Anna
dr n. farm. Ościłowska Ilona
dr hab. Panasiuk Barbara
dr hab. Proniewska-Skrętek Ewa
dr n. med. Protas Piotr
prof. dr hab. Tarasów Eugeniusz
mgr Uścińowicz Paulina
prof. dr hab. Braszko Jan
dr hab. Janica Jacek
dr hab. Knapp Małgorzata
dr hab. Łebkowski Wojciech
dr hab. Łotowska Joanna
prof. dr hab. Sierpińska Teresa
prof. dr hab. Sobaniec-Łotowska Maria
dr n. med. Tarasiuk Joanna
dr hab. Zalewska Renata
dr n. o zdr. Bebko Barbara
prof. dr hab. Chrostek Lech
prof. dr hab. Dąbrowska Milena
lek. Garkowska Ewa
dr hab. Gryko Mariusz
lek. Klukowski Mark
dr hab. Kondrusik Maciej
prof. dr hab. Mariak Zenon
dr n. farm. Muszyńska Anna
prof. dr hab. Naumnik Beata
dr n. med. Róg-Makal Magdalena
dr hab. Rusak Małgorzata
dr n. med. Rydzewska-Rosołowska Alicja
dr hab. Szarmach Izabela
prof. dr hab. Waszkiel Danuta
dr n. med. Zaręba Konrad
mgr Ziembicka Dominika

NAGRODY DYDAKTYCZNE:

Nagroda za uzyskanie dofinansowania dla projektu dotyczącego działalności dydaktycznej uczelni (zespoły):

I stopnia

prof. dr hab. Chabowski Adrian
prof. dr hab. Sierpińska Teresa
dr hab. Bagińska Joanna
prof. dr hab. Chabowski Adrian
prof. dr hab. Hryszko Tomasz
prof. dr hab. Skrzydlewska Elżbieta
dr hab. Markowska Agnieszka
dr hab. Wojszel Zyta

Pozostałe nagrody dydaktyczne:

II stopnia

dr n. med. Baranowska Anna
dr n. o zdr. Fiłon Joanna
dr n. o zdr. Genowska Agnieszka
dr hab. Górski Adam
dr n. o zdr. Guzowski Andrzej
dr n. med. Jankowiak Barbara
dr n. med. Kapała Jacek
dr hab. Karpińska Maria
dr n. med. Klimaszewska Krystyna
dr n. med. Kowalczyk Krystyna
dr n. med. Kowalewska Beata
prof. dr hab. Krajewska-Kułak Elżbieta
prof. dr hab. Kułak Wojciech
dr n. o zdr. Lankau Agnieszka
dr hab. Lewko Jolanta
prof. dr hab. Ładny Jerzy
dr hab. Łukaszuk Cecylia
prof. dr hab. Marcinowicz Ludmiła
dr hab. Milewski Robert
dr n. med. Muskała Magdalena
dr hab. Okurowska-Zawada Bożena
prof. dr hab. Pałka Jerzy
dr n. med. Paszko-Patej Grażyna
dr n. med. Piekut Krystyna
dr n. o zdr. Sarnacka Emilia
dr n. med. Sienkiewicz Dorota
prof. dr hab. Waszkiewicz Napoleon
dr hab. Wojewódzka-Żelezniakowicz Marzena

III stopnia

prof. dr hab. Bachórzewska-Gajewska Hanna
dr n. med. Chorąży Monika
dr hab. Cybulski Mateusz
dr n. med. Czaban Sławomir
dr n. o zdr. Dmitruk Elżbieta
prof. dr hab. Dobrzycka Bożena
dr n. med. Fryc Justyna
dr hab. Galińska-Skok Beata
dr hab. Hryniewicz Anna
dr n. med. Jarocka Iwona
dr n. med. Kirpsza Bożena

dr hab. Kobus Grażyna
dr hab. Kochanowicz Jan
dr hab. Konarzewska Beata
dr n. o zdr. Konopka Anna
dr n. med. Koper-Lenkiewicz Olga
dr n. med. Krajewska-Ferishah Katarzyna
dr n. med. Krzyżak Michalina
dr n. med. Kulesza-Brończyk Bożena
mgr Kulikowska Agata
dr n. med. Kułak-Bejda Agnieszka
prof. dr hab. Kułakowska Alina
lek. Kwiatkowski Mikołaj
dr n. o zdr. Lisowska Karolina
dr n. med. Łagoda Katarzyna
dr n. med. Łobaczuk-Sitnik Anna
dr n. o zdr. Malesińska Magdalena
dr n. med. Maślach Dominik
dr n. o zdr. Mirończuk-Chodakowska Iwona
dr n. o zdr. Mirska Annaprof
dr hab. Niemcunowicz-Janica Anna
dr n. o zdr. Olejnik Beata
dr n. o zdr. Owłasiuk Anna
dr n. o zdr. Paszko Agnieszka
dr n. o zdr. Piechocka Dorota
dr n. med. Ptaszyńska-Sarosiek Iwona
dr n. med. Rogowska-Zach Anna
dr n. med. Rolka Hanna
mgr Rożkowska Katarzyna
mgr Rupińska Marta
dr n. hum. Sawicka Julia
mgr Sienkiewicz Anna
dr hab. Sierakowska Matylda
dr n. med. Sierżantowicz Regina
dr n. med. Simonienko Katarzyna
dr n. med. Snarska Katarzyna
dr n. med. Stankiewicz Marek
dr n. med. Szeremeta Michał
mgr Szyszko-Perłowska Agnieszka
dr hab. Śmigielska-Kuzia Joanna
dr n. o zdr. Średzińska Karolina
dr n. med. Terlikowska Katarzyna
prof. dr hab. Terlikowski Sławomir
dr n. med. Tokajuk Piotr
dr hab. Witkowska Anna
dr n. o zdr. Wojtkowski Janusz
prof. dr hab. Wojtukiewicz Marek
dr n. med. Wojtulewska-Supron Aleksandra
mgr Zahor Marta
dr n. med. Zalewska Magdalena
dr hab. Zujko Małgorzata
prof. dr hab. Żendzian-Piotrowska Małgorzata

OPR. BDC

Pandemia lęku

Sposoby radzenia sobie z lękiem związanym z pandemią Covid-19.

Pandemia Covid-19 wpływa na nasze życie na wiele różnych sposobów i jest naturalne, że ma znaczenie także dla naszego samopoczucia psychicznego. Strach i niepokój przed nową chorobą oraz niepewność co do tego, jakie mogą być jej skutki dla naszego życia, często okazują się przytłaczające. Pandemia wywołuje silne emocje, których pojawianie się, samo w sobie może niepokoić. Działania na rzecz zdrowia publicznego, takie jak utrzymanie dystansu społecznego, wzmożona konieczność utrzymania wysokich poziomów higienicznych, ograniczenia w podróżowaniu i zmiany w naszym codziennym życiu takie, jakim są: przejście na zdalne nauczanie oraz ograniczenie kontaktów społecznych, nawet z najbliższymi, mogą powodować poczucie izolacji i samotności, a także zwiększać poziom doświadczanego stresu. Ekspertcy są jednak zgodni co do konieczności podejmowania tych działań celem ograniczenia rozprzestrzeniania się COVID-19.

Koronawirus wywołuje niespotykane dotąd zakłócenia w naszym codziennym życiu, w szczególności dotyczących osób zaangażowanych w świadczenie opieki zdrowotnej podczas pandemii. Różnorodność związanych z nim wyzwań może stanowić poważne zagrożenie dla naszego zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia. Czynniki wywołujące stres i wynikające bezpośrednio z pandemii obejmują doświadczenie poważnej choroby, żaloby, bezrobocie i dystansu społecznego. Oprócz faktu, że wydarzenia te, same w sobie są znaczącymi źródłami stresu, ich efekty często kumulują się i wydają się nie do uniknięcia. Ich wpływ na zdrowie psychiczne nie jest jednak uniwersalny. Badania nad stresem dowodzą, że dopiero uwzględnienie szeregu dodatkowych czynników pomaga przewidzieć nasilenie przeżywanego przez nas stresu.

Zidentyfikowano dotąd wiele czynników wpływających na przebieg choroby COVID-19 i ryzyko śmier-



telności w następstwie zakażenia. Można byłoby oczekiwać, że czynniki te będą wyznaczały również ryzyko pojawiania się trudności psychicznych związanych z chorobą. Należą do nich wiek, płeć i różnice rasowe, przy czym osoby starsze, mężczyźni i osoby pochodzące z krajów afrykańskich oraz południowej Azji są bardziej narażone na zakażenie, z cięższym i bardziej skomplikowanym przebiegiem choroby oraz wyższym poziomem śmiertelności (Public Health England 2020). Wbrew przewidywaniom, wymienione czynniki nie przekładają się jednak bezpośrednio na konsekwencje psychologiczne zachorowania. Badania przeprowadzone w Wielkiej Brytanii (Jia i in., 2020) pokazują, że problemy ze zdrowiem psychicznym w postaci stresu, lęku i depresji znacznie pogłębiły się w badanej populacji w ostatnich miesiącach i występowały częściej u osób młodszych, kobiet a także pacjentów z grup wysokiego ryzyka zachorowania na COVID-19.

Nie jest niczym zaskakującym, że ludzie różnią się sposobem reagowania na stres, warto jednak pamiętać, że zidentyfikowane w badaniach czynniki ryzyka zakażenia i cięższego przebiegu COVID-19 nie są równie istotne z perspektywy zdrowia psychicznego.

W pewnym sensie jest to pocieszające, ponieważ niemodyfikowalne czynniki ryzyka nie poddają się interwencji terapeutycznej. Z drugiej strony uzasadnione jest przekonanie, że sposób, w jaki ludzie reagują na stres podczas pandemii przypomina sposób, w jaki reagują na inne trudne sytuacje. Mechanizmy te zostały szeroko zbadane na gruncie psychologii zdrowia. Mamy zatem solidną podstawę empiryczną umożliwiającą zrozumienie czynników psychologicznych, które mają działanie ochronne i pomagają w przystosowaniu się i radzeniu sobie w sytuacjach stresowych. Istnieją także interwencje psychologiczne, których przydatność w łagodzeniu stanów lękowych i zaburzeń depresyjnych została udowodniona.

Poniższe sugestie dotyczące radzenia sobie z lękiem i obniżonym nastrojem w czasie trwającej pandemii zostały oparte o literaturę naukową, która potwierdza ich skuteczność w warunkach silnego i długotrwałego stresu.

Wskazówki dotyczące radzenia sobie w sytuacji pandemii koronawirusa

Wpływ pandemii koronawirusa (COVID-19) na nasze życie może powodować, że odczuwamy szereg trudnych emocji, w tym stres, zmartwienie, lęk,

smutek, frustrację, poczucie samotności i izolacji. Nie każdy będzie czuł się tak samo, ale wymienione reakcje są naturalne i zdrowe. Pomagają nam chronić się w obliczu zagrożenia infekcją, motywują do zachowania ostrożności i podejmowania środków zapobiegawczych w celu zapewnienia sobie bezpieczeństwa. Wraz z upływem czasu i stopniowym przystosowywaniem się do sytuacji, uczucia te słabną i ostatecznie mijają. Przystosowujemy się do życia, w które wpisane jest aktualne zagrożenie i dopasowujemy do niego nasze zachowanie.

Jest kilka prostych rzeczy, które możemy zrobić, aby zadbać o zdrowie psychiczne i dobre samopoczucie w tak niepewnych czasach. Aktywne korzystanie z poniższych wskazówek pozwoli nam myśleć racjonalnie, a także zatroszczyć się o siebie i o osoby, na których nam zależy.

1. Poszukuj aktualnych informacji, ale nie przesadzaj.

Znajdź wiarygodne i godne zaufania źródła informacji na temat pandemii. Można ich zwykle poszukiwać na rządowych lub ogólnokrajowych stronach internetowych związanych z ochroną zdrowia. Pamiętaj, aby weryfikować informacje, które otrzymujesz z mediów społecznościowych lub od innych osób. W przeciwnym razie możesz ulegać wpływom fałszywych informacji lub kłamstw, w które obfitują niezaweryfikowane źródła internetowe. Ważną jest także refleksja nad wpływem nierzetelnych informacji na inne osoby i nie udostępnianie ich bez uprzedniego sprawdzenia w wiarygodnych źródłach. W obliczu pandemii warto zdać sobie sprawę, że kształcenie w zakresie nauk medycznych na kierunkach lekarskich, pielęgnarskich lub w zakresie pokrewnych nauk o zdrowiu wymaga od nas wszystkich przyjęcia odpowiedzialnej postawy przekładającej się na nasze zachowanie (przestrzeganie zasad bezpieczeństwa) i sposób komunikowania informacji związanych z pandemią.

Jeśli zauważysz, że nadmiernie koncentrujesz się na śledzeniu relacji związanych z pandemią i nieustannie martwisz się, co może się wydarzyć, pomocne będzie podjęcie świadomej decyzji o ograniczeniu czasu spędzane- go na czytaniu, oglądaniu lub słuchaniu raportów dotyczących COVID-19 (tak-

że tych pojawiających się w mediach społecznościowych) i wyłączenie alertów z najważniejszymi wiadomościami w telefonie. Wyznacz określony czas w ciągu dnia, który przeznaczysz na czytanie aktualnych wiadomości i unikaj ich wielokrotnego sprawdzania. Innymi słowy nie pozwól, aby śledzenie wiadomości na temat epidemii całkowicie Cię pochłonęło i nasiliło poczucie bezradności w sytuacji, nad którą nie masz absolutnie żadnej kontroli. Skoncentruj się na czymś, co możesz kontrolować, np. na pracy, nauce, planowaniu dnia z uwzględnieniem przyjemnych zajęć związanych z zainteresowaniami; to odwróci Twoją uwagę od niepokojących myśli związanych z wirusem i pomoże Ci poczuć się znacznie lepiej. Ponadto skupienie się na pracy lub studiach pomoże Ci zrobić coś pożytecznego!

Pierwszym krokiem jest uświadomienie sobie, że możemy kontrolować nasze myśli, uczucia i zachowania – nie jesteśmy ich niewolnikami i one nie muszą rządzić naszym życiem. Mamy wybór. Możemy skupić się na rzeczach, które są pod naszą kontrolą

2. Planuj z wyprzedzeniem, aby poczuć się bezpiecznie.

W trakcie pandemii koronawirusa śledź aktualne zmiany w wytycznych rządowych i upewnij się, że rozumiesz, co dla Ciebie oznaczają, oraz jakie wymagania są z nimi związane - dzięki temu poczujesz się lepiej przygotowany i mniej zaniepokojony sytuacją. Jednocześnie zorientuj się, jakie zmiany zachodzą na uniwersytecie. Zaplanuj swój typowy tydzień z wyprzedzeniem: jaki będzie wpływ nowych wytycznych na Twoją pracę i zajęcia; co możesz zrobić, aby rozwiązać pojawiające się problemy? Porozmawiaj z innymi studentami lub nauczycielami, aby dowiedzieć się, jakie znaleźli sposoby na radzenie sobie z przewidywanymi trudnościami.

Upewnij się, że wiesz, co zrobić, jeśli poczujesz się źle i będziesz się obawiał, że chorujesz na COVID-19. Mimo że będąc nosicielem wirusa możesz doświadczyć przebiegu infekcji podobnie jak grypy, ważne jest, aby skontaktować się z lekarzem przed rozpoczęciem jakiegokolwiek samodzielnego leczenia. Powinieneś wiedzieć, gdzie udać się na test w kierunku COVID-19 i jak uzyskać leczenie, jeśli będzie to konieczne. Znajomość tych procedur z wyprzedzeniem zapewni Ci większy spokój związany z działaniem w przypadku zachorowania.

3. Skoncentruj się na teraźniejszości.

Koncentracja na teraźniejszości i na aktualnych zadaniach, zamiast zamartwiania się, co może wydarzyć się w przyszłości, jest dobrym sposobem na uniknięcie nieprzyjemnych emocji i poprawę samopoczucia. Stosowanie technik relaksacyjnych, których liczne przykłady można znaleźć w internecie, wspiera radzenie sobie z uczuciem niepokoju. Wielu osobom pomaga także technika nazywana „uważnością” (*mindfulness*) i praktykowanie związanych z nią ćwiczeń uspokajających myśli i emocje.

4. Pozostań w kontakcie z ludźmi.

Utrzymywanie kontaktu z osobami, z którymi mamy zaufane i wspierające relacje jest na co dzień niezbędne dla naszego dobrego samopoczucia, a staje się jeszcze ważniejsze, gdy przeżywamy stres. Chociaż nie zawsze możemy pozostawać w osobistym kontakcie z rodziną i przyjaciółmi, współczesna technologia w postaci połączeń telefonicznych i wideo oraz mediów społecznościowych jest dla młodych ludzi rzeczą naturalną, a zapotrzebowanie na nią nigdy nie było większe, niż w obliczu współczesnych wydarzeń. Ważne jest, aby mieć poczucie, że jesteśmy w kontakcie z tymi, na których nam zależy, niezależnie czy są to osoby, z którymi spotykamy się regularnie, czy oznacza to powrót do kontaktu z dawnymi przyjaciółmi.

5. Porozmawiaj o swoich problemach i zmartwieniach.

Pamiętaj, że jest to dla każdego trudny czas, a zmartwienie lub zaniepokojenie sytuacją jest naturalne. Każdy z nas doświadcza stresu i niepokoju,

choć nie zawsze o tym mówi, nie chcąc szerzyć swoich lęków i dodawać obaw innym. Niektórzy mogą czuć się zawstydzeni dzieleniem się lękami z innymi ludźmi lub obawiać się, co inni o nich pomyślą. Dzielenie się niepokojem z osobami, którym ufasz jest jednak normalne i może pomóc także im.

6. Oferowanie wsparcia innym.

Jedną z najlepszych rzeczy, które możesz zrobić w momentach takich jak tych obecnie panujących, jest pomyślenie o pomocy innej osobie – koledze, koleżance lub komuś, kto doświadcza szczególnych trudności z powodu pandemii. Istnieją różne programy wsparcia osób starszych, obejmujące m.in. pomoc w zakupach, a angażowanie się w podobne działania na rzecz innych może przynieść korzyści nie tylko im, ale także i Tobie. Spróbuj pomyśleć o rzeczach, które możesz zrobić, aby wesprzeć osoby wokół ciebie. Dzięki temu będziesz miał nie tylko cel i poczucie, że robisz coś pożytecznego, ale także powód do wyjścia poza swój, jak na razie, ograniczony świat.

7. Dbaj o swoją kondycję fizyczną

W obecnych czasach, kiedy dostęp do obiektów sportowych jest poważnie ograniczony, wiele osób czuje, że utraciło bardzo ważny system wsparcia, który pozwalała im zadbać o kondycję fizyczną poprzez regularne ćwiczenia, utrzymywanie stałej wagi, a także zapewniał miejsce spotkań z przyjaciółmi. Nasza kondycja fizyczna ma duży wpływ na to, jak się czujemy. Zamknięcie w domu ułatwia popadanie w niezdrowe wzorce zachowań, które powodują, że czujemy się gorzej.

Wyjście na spacer, bieganie lub przejażdżka rowerem może pomóc poprawić nastrój i oczyścić umysł. Jeśli postępujesz zgodnie z wytycznymi dotyczącymi utrzymywania dystansu społecznego, nic nie stoi na przeszkodzie, abyś nadal dbał o kondycję. Wypróbowanie prostego treningu w domu także może pomóc złagodzić napięcie, zarówno fizyczne, jak i psychiczne.

Równie ważne jest regularne spożywanie zdrowych, zbilansowanych posiłków i picie dużej ilości płynów, szczególnie wody. Nie trzeba dodawać, że palenie, nadużywanie środków far-

makologicznych (szczególnie tych nie przepisanych przez lekarza) oraz alkoholu nie będą pomocne w rozwiązaniu naszych obecnych trudności - w istocie pogorszy jedynie sytuację. Któregoś dnia powiemy to zapewne naszym pacjentom, warto więc zrozumieć to już teraz. I wreszcie sen. Zapewnienie sobie wystarczającej ilości dobrej jakości snu jest podstawowym warunkiem dobrostanu psychicznego i fizycznego, szczególnie istotnym w obecnych okolicznościach. Ważne jest utrzymywanie odpowiedniego rytmu snu, a więc upewnienie się, że kładziemy się spać i budzimy się o rozsądnej porze. Zakłócanie cyklu snu ma szczególnie destrukcyjny wpływ na nasze zdrowie psychiczne.

Powyższe wskazówki wydają się proste i wszyscy o nich wiemy, choć podążanie za nimi może być trudne. Warto jednak sprawdzić, czy, pamiętając o tych zasadach, nie czujemy się lepiej.

8. Znajdowanie czasu na cieszenie się codziennością

Uczucia zmartwienia, niepokoju lub przygnębienia mogą powstrzymać nas od robienia rzeczy, które zwykle sprawiają nam przyjemność. Czekanie, aż poczujemy się lepiej i będziemy mieli motywację do działania nie jest jednak dobrym rozwiązaniem. Przeciwnie - aby poczuć się lepiej, powinniśmy zacząć działać nawet kiedy nie mamy zbytnio na to ochoty. Poprzez działanie i aktywność czujemy się lepiej. Dlatego każdego dnia warto znaleźć trochę czasu po zakończeniu pracy i skupić się na ulubionym hobby lub rozrywce. Jest to nie tylko satysfakcjonujące i pomaga poradzić sobie w trudnym czasie, ale pozwala także zrelaksować się i opanować lękowe myśli lub uczucia. Jeśli niektóre z lubianych przez nas aktywności wiążą się ze spotkaniami z innymi, zwykle można je podtrzymać na wiele sposobów nadal przestrzegając zasad dotyczących dystansu społecznego. Najważniejsze jest pozwolenie sobie na chwilę dobrze spędzonego wolnego czasu.

9. Radzenie sobie z trudnymi uczuciami

Uczucie stresu, niepokoju i frustracji, szczególnie w takim okresie jak pandemia, są naturalne. Czasami mogą

jednak wymknąć się spod kontroli i zdominować całe nasze życie. Jeśli zauważamy, że prawie cały czas jesteśmy skupieni na naszych zmartwieniach i że ma to wpływ na naszą codzienność, musimy zacząć działać. Dobra wiadomość jest taka, że są rzeczy, które możemy zrobić aby odzyskać kontrolę nad naszymi myślami i uczuciami.

Pierwszym krokiem jest uświadomienie sobie, że możemy kontrolować nasze myśli, uczucia i zachowania - nie jesteśmy ich niewolnikami i one nie muszą rządzić naszym życiem. Mamy wybór. Możemy skupić się na rzeczach, które są pod naszą kontrolą, takich jak wybrane zachowanie, wybór osób, z którymi rozmawiamy lub źródła i częstotliwość sprawdzania informacji o pandemii. Musimy również uznać, że są sprawy, nad którymi nie mamy kontroli, takie jak rozprzestrzenianie się wirusa, chwili kiedy będziemy mieli dostęp do szczepionki lub czas, w którym będziemy mogli wrócić do normalnych zajęć i „normalnego” trybu życia. Martwienie się nimi jest daremne, ponieważ nie mamy na nie żadnego wpływu. Wszystko, co możemy zrobić, to kierować się rozsądnymi wskazówkami ułatwiającymi radzenie sobie w warunkach, w jakich się znaleźliśmy.

Skoro są rzeczy, które możemy zmienić, aby poczuć się lepiej, może warto spróbować? ■

**BARBARA POLITYŃSKA-LEWKO
I OLGA POKORSKA,**
Studium Filozofii i Psychologii Człowieka UMB

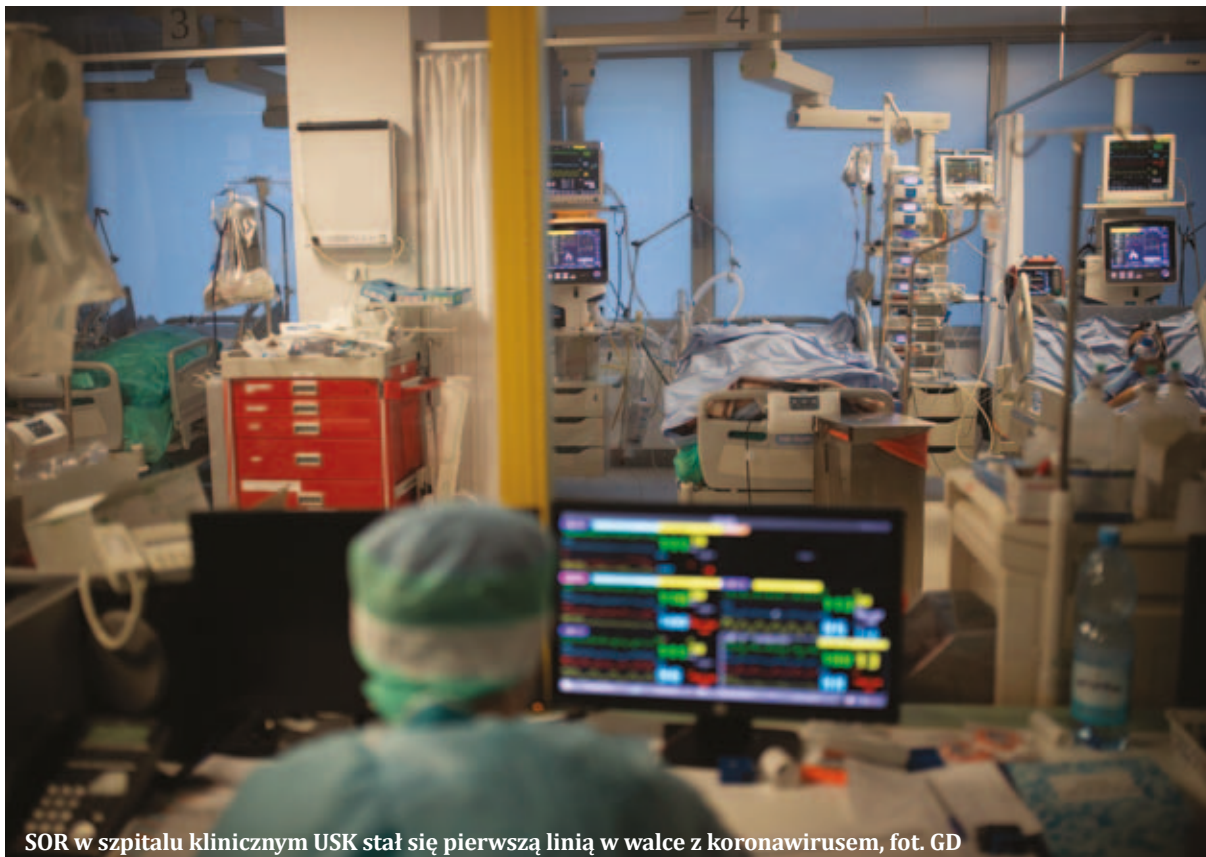
Literatura

Jia R., Ayling K., Chalder T., Massey A., Broadbent E., Coupland C. and Vedhara K. (2020). *Mental health in the U.K. during the COVID-19 pandemic: cross sectional analyses from a community cohort study*. *BMJ Open* 2020;10:e040620. doi:10.1136/bmjopen-2020-040620.

Public Health England (2020). *Disparities in the risk and outcomes of COVID-19* pobrane 17.12.2020 z strony <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-review-of-disparities-in-risks-and-outcomes>.

Kronika UMB 2020 r.

Cały miniony rok w jednym miejscu: wszystko co ważne dla naszej Uczelni.



SOR w szpitalu klinicznym USK stał się pierwszą linią w walce z koronawirusem, fot. GD

STYCZEŃ

Akademicki Ośrodek Diagnostyki Patomorfologicznej i Genetyczno-Molekularnej otrzymał prestiżowy certyfikat: EMQN (The European Molecular Genetics Quality Network), na badania raka jelita grubego i czerniaka oraz nową Licencję Polskiego Towarzystwa Patologów na najwyższy, III stopień referencyjności wykonywania badań histologicznych, śródoperacyjnych, immunohistochemicznych, cytologicznych, sekcyjnych i biologii molekularnej.

Studenci III roku kierunku Techniki Dentystyczne oraz V roku kierunku Lekarsko-Dentystycznego wzięli udział w wizycie studyjnej, w centrum protetyczno-edukacyjnym firmy Zirkozahn w Molini di Turess w Włoszech. Wyjazd zrealizowano w ramach projektu „Zintegrowany Program Kształcenia z wykorzystaniem innowacyjnych metod w zespole stomatologicznym” współfinansowanego

przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach POWER 2014-2020.

2 grudnia 2019 - 5 stycznia

Dr Marzena Garley, adiunkt w Zakładzie Immunologii Wydziału Farmaceutycznego UMB, odbyła szkolenie w Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Merkez Kampüsü, Kepez Mevkii Efele / AYDIN w Turcji, w ramach programu ERASMUS+ STT.

5

Praca „Review of the safety of application of cosmetic products containing parabens” mgr kosmetologii Natalii Matwiejczuk, doktorantki UMB, została wybrana na okładkę czasopisma Journal of Applied Toxicology (IF = 3.065; MNiSzW = 100 pkt).

7

Zakład Medycyny Rodzinnej UMB uczestniczył w unikatowym badaniu na temat stosowania leków przeciwwirusowych w leczeniu zakażeń układu oddechowego.

11

Akcja „Studiuj w UMB!”. Licealiści z IV LO w Białymstoku wzięli udział w warsztatach naukowych, które odbyły się na UMB.

13

Zmarła dr Danuta Obrzut, emerytowana adiunkt Kliniki Alergologii i Chorób Wewnętrznych, zasłużona Wychowawczyni i Nauczycielka wielu pokoleń studentów i lekarzy UMB.

13-15

Odbyły się warsztaty: „Koleżeńskie korepetycje z porodów w Centrum Symulacji Medycznej”. Organizator: SKN przy Zakładzie Położnictwa, Ginekologii i Opieki Położniczo-Ginekologicznej we współpracy z IFMSA-Białystok.

14

Akcja „Studiuj w UMB!”. Licealiści z I, III i IV LO w Białymstoku wzięli udział w warsztatach naukowych, które odbyły się na UMB.



13 marca - wybory rektora UMB. Wygrał prof. Adam Krętowski (z lewej). Z racji zaleceń sanitarnych prof. Adrian Chabowski gratulacje złożył mu w niecodzienny sposób, fot. Wojciech Więcko

15

Naukowcy z UMB otrzymali Nagrody Ministra Zdrowia: prof. Marcin Moniuszko, prorektor ds. nauki i rozwoju - za znaczące osiągnięcia w działalności dydaktycznej; prof. Jerzy Pałka - kierownik Zakładu Chemii Leków - za całokształt dorobku; prof. Sławomir Terlikowski, Dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu - za działalność organizacyjną; prof. Marek Wojtukiewicz - za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności dydaktycznej z inicjatywy ministra zdrowia, dr hab. Monika Zbucka-Krętowska z Kliniki Rozrodczości i Endokrynologii Ginekologicznej UMB - za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności naukowej; dr Dominik Maślach, kierownik Zakładu Zdrowia Publicznego - za znaczące osiągnięcia w działalności wdrożeniowej. Dyplom uznania za „Działania na rzecz podniesienia międzynarodowego znaczenia uczelni i przystąpienie do programu „Inicjatywa doskonałości - uczelnia badawcza 2019” otrzymał rektor prof. Adam Krętowski oraz całe środowisko akademickie UMB.

Przedstawiciele UMB wzięli udział w XV Targach Edukacyjnych. Organizator: II LO w Białymstoku.

16

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymali: dr Andrzej Eljaszewicz, dr Krzysztof Fiedoruk, dr Piotr Jakubów, dr Marek Niczyporuk, dr Joanna Sawicka-Powierza, dr Magdalenka Sulewska.

Wywiad z prof. Otylią Kowal-Bielecką o leczeniu twardziny układowej na łamach portalu rynekzdrowia.pl.

16-18

XVIII Podlaskie Warsztaty Psychiatryczne w Białowieży. Organizator: Klinika Psychiatrii UMB.

17

Odbyła się International MUB's Karaoke Night, czyli Międzynarodowa Noc Karaoke - wydarzenie współfinansowane z EFS, projekt p.t. „Podniesienie kompetencji kadry akademickiej i potencjału instytucji w przyjmowaniu osób z zagranicy - Welcome to Poland”.

18

Akcja profilaktyczna „Z diagnostą po zdrowie. Dzień Babci i Dziadka”, CH „Atrium Biała”. Organizatorzy: PTSF O. Białystok, PTSS Białystok, IFMSA-Białystok, Innowacyjny Kosmetolog, SKN „Dietetyk” UMB, SKN przy Klinice Neurologii, Rebeca - podologia i kosmetologia, SAFF, „Medyk Białostocki”.

20-31

Akcja zbierania szali i chust dla pacjentek onkologicznych przeprowadzona przez wolontariuszki ze Stowarzyszenia „Eurydyki” wspólnie z Uniwersyteckim Centrum Onkologicznym USK.

20-1.02

Ferie w Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

22

Prof. Ewa Olszewska, kierownik Ośrodka Chirurgii Zaburzeń Oddychania Podczas Snu przy Klinice Otolaryngologii UMB, na łamach portalu

geekstok.pl opowiadała o chrapaniu oraz możliwościach jego leczenia.

23

Odbyło się zebranie naukowo-szkoleniowe Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego oddział w Białymstoku i Okręgowej Izby Aptekarskiej w Białymstoku, wykład pt.: „Depresja u dzieci i dorosłych” wygłosił dr hab. Napoleon Waszkiewicz, kierownik Kliniki Psychiatrii UMB. Miejsce: Aula nr 2 ECF UMB.

UMB odwiedził Project officer z Agencji Wykonawczej ds. Badań Naukowych Komisji Europejskiej opiekujący się projektem ImPRESS, pn. „Międzynarodowe, interdyscyplinarne studia doktoranckie w zakresie biologii medycznej oraz biostatystyki. Szkolenia w zakresie badań opartych na technologiach wielkoskalowych i biostatystyce oraz wsparcie kariery młodych naukowców poprzez mobilność międzynarodową i międzysektorową”.

24

Odbył się charytatywny kiermasz smakołyków w Collegium Universum, ECF oraz na WNoZ. W Collegium Universum miała miejsce zabawa fantowa, z której dochód przekazany został na leczenie dr. Karola Szafranka.

27.01-13.02

Akcja charytatywna „Walentynka dla Malucha” - zbiórka nowych i używanych maskotek oraz zabawek. Organizator: Polskie Towarzystwo Studentów Farmacji, oddział Białystok.

28

Podlaski Festiwal Nauki i Sztuki, reprezentowany w 2020 r. przez UMB dołączył do Porozumienia Organizatorów Polskich Festiwali Nauki.

30

UMB podpisał umowę bilateralną z Vytautas Magnus University w Kownie.

LUTY

UMB został wpisany przez Medical Council of India na listę zagranicznych uczelni medycznych uznawanych przez ten kraj.

3

Inauguracja obchodów 70-lecia UMB oraz uruchomienie strony internetowej poświęconej jubileuszowi oraz cyklu „UMB to MY”.



Luty - Konferencja prasowa zapowiadająca obchody jubileuszu UMB, fot. Wojciech Więcko

4

Poczta Polska wydała okolicznościowy stempel z jubileuszowym logo 70-lecia UMB.

5

Posiedzenie naukowo-szkoleniowe Białostockiego Oddziału Polskiego Towarzystwa Immunologii Doświadczalnej i Klinicznej poświęcone tematyce związanej z konfliktem serologicznym. Wykład wygłosiła mgr Jolanta Wróbel z Regionalnego Centrum Krwiodawstwa w Białymstoku. Miejsce: Blok M.

Przedstawiciele UMB uczestniczyli w XV Łosickich Spotkaniach Edukacyjnych.

6

Prof. Marcin Moniuszko został powołany na zastępcę Reprezentanta Krajowego POLCRIN (Polish Clinical Research Infrastructure Network).

Tytuł profesora nauk medycznych i nauk o zdrowiu otrzymała dr hab. Monika Karczewska-Kupczewska.

6-7

Pracownicy „Welcome Centre” - mgr Urszula Roszkowska oraz mgr inż. Łukasz Lepionka odbyli wizytę studyjną w Manchester Metropolitan University.

Odbyło się szkolenie z zarządzania zespołem wielokulturowym. Warsztaty realizowane z projektu pn. „Umiejętności międzynarodowe 2.0. Nowa jakość w budowaniu kultury umiędzynarodowienia Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku” w ramach programu NAWA „Welcome to Poland”.

8

Magdalena Żebrowska, studentka kierunku Logopedia i Fonoaudiologia, w trakcie zawodów „Copernicus

cup”, uziyskała rekord życiowy w skoku w dal w hali - 6,27 m.

10

Odbyło się szkolenie: „Jak prezentować swoje pomysły przemysłowi?” w ramach „Cyklu szkoleń z zakresu tematyki ochrony patentowej oraz komercjalizacji wyników badań naukowych” Organizator: Instytut Innowacji i Technologii PB sp. z o.o., Biuro Transferu Technologii UMB oraz Wschodni Ośrodek Transferu Technologii UwB.

11

Zespół lekarzy z Kliniki Chirurgii i Urologii Dziecięcej UMB przeprowadził pierwszą w regionie operację wszczepienia nowoczesnej zastawki komorowo-otrzewnowej pięcioletniej dziewczynce.

11-14

„Zakočaj się w muzeum” - Walentynki w Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

14-16

Konferencja Naukowo-Szkoleniowa „Nefrokardiologia 2020”. Przewodnicząca Komitetu Naukowego prof. Beata Naumnik. Miejsce: Aula Magna UMB.

17-28

Dni otwarte CSM oraz akcja charytatywna wspierająca leczenie dr. Karola Szafranka.

18

Ruszyła kolejna edycja Uniwersytetu Profilaktyki Psychogeriatrycznej na UMB.

Dzieci z SP nr 52 w Białymstoku uczestniczyły w specjalnych zajęciach w Zakładzie Chemii Leków w ECF UMB.

19

Dzień Nauki Polskiej na UMB. Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB wraz ze Stowarzyszeniem Muzeów Uczelnianych zaprezentowało wystawę pt. „Muzea uczelnie dla Niepodległej” o dziedzictwie akademickim polskich uczelni.

19-20

Szkolenie dotyczące współpracy międzykulturowej z osobami z krajów arabskich. Organizator: Dział Współpracy Międzynarodowej UMB. Warsztaty zrealizowane z projektu pn. „Go Global! Wzmacnianie procesów umiędzynarodowienia Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku”.

21

Dr hab. Anna Moniuszko, dyrygent i kierownik artystyczny Chóru UMB została wyróżniona przez ministra kultury i dziedzictwa narodowego odznaką honorową „Zasłużony dla Kultury Polskiej”.

24

Studenci II roku kierunku lekarskiego: Anna Bortnowska, Aleksandra Głowacka, Kacper Robert Karpiuk i Anna Stankiewicz zakwalifikowali się do grona 15 finalistów Trzeciej Międzynarodowej Olimpiady Języka Angielskiego Studentów Medycyny i Farmacji (3rd International English Language Competition for Medical and Pharmaceutical Students).

25

Kolejna akcja charytatywna wspierająca leczenie dr. Karola Szafranka: kiermasz ciast i zabawa fantowa w: Pałacu Branickich, Collegium Universum, ECF, WNoZ.

26

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymały: dr Beata Galińska-Skok, dr Monika Kamianowska.

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki o zdrowiu otrzymała dr Halina Doroszkiewicz.

Przedstawiciele UMB uczestniczyli w XVIII Prezentacjach Edukacyjno-Doradczych w Hajnówce.

27

Wiceminister zdrowia wręczył dyrekcji UDSK Akredytację Jakości Leczenia Pacjentów.

Wybory do Kolegium Elektorów i Senatu UMB.

Zebranie naukowo-szkoleniowe Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego oddział w Białymstoku i Okręgowej Izby Aptekarskiej w Białymstoku. Wykład pt.: „Leki zbyt często i zbyt rzadko stosowane u pacjentów w starszym wieku” wygłosiła dr hab. Zyta Beata Wojszel, adiunkt w Klinice Geriatrii UMB.

Przedstawiciele UMB uczestniczyli w XVIII Prezentacjach Edukacyjno-Doradczych w Bielsku Podlaskim.

28

Tytuł profesora nauk medycznych i nauk o zdrowiu otrzymali: dr hab. Agnieszka Tycińska, dr hab. Napoleon Waszkiewicz.

MARZEC

3

Rozpoczął się Plebiscyt Społeczności UMB na nazwę budynku przy ul. Mickiewicza 2B.

Przedstawiciele UMB uczestniczyli w XVIII Prezentacjach Edukacyjno-Doradczych w Zambrowie.

3-6

Tydzień dentystry w Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

5

W Zakładzie Bromatologii UMB uczniowie Technikum Zawodowego nr 3 realizowali projekt badawczo-wdrożeniowy pt. „Niezbędnik hotelarza - kawowe inspiracje cz. II”, w ramach konkursu Białostockiej Fundacji Kształcenia Kadr we współpracy z Centrum Kształcenia Ustawicznego w Białymstoku. Badania prowadzone były pod kierunkiem dr Anny Puścion-Jakubik i magistrantki kierunku Dietetyka Ewy Olechno.

6

„Dzień otwarty” w Zakładzie Fonoaudiologii Klinicznej i Logopedii UMB - Europejski Dzień Logopedii.

6-7

Przedstawiciele UMB uczestniczyli w XXXIII Międzynarodowym Salonie Edukacyjnym Perspektywy.

10

Tytuł profesora nauk medycznych i nauk o zdrowiu otrzymała dr hab. Anna Tomaszuk-Kazberuk.

12

Na UMB zostały zawieszony wszystkie zajęcia dydaktyczne,



10 września - pierwsza koparka wjechała na plac budowy Centrum Psychiatrii UMB (dla dzieci i dorosłych). Inwestycja ma być gotowa w maju 2022 r., fot. Wojciech Więcko

25

w związku z decyzją premiera Mateusza Morawieckiego dotyczącą zapobiegania rozprzestrzenianiu się wirusa SARS-CoV-2.

W Aula Magna UMB odbyło się otwarte spotkanie wyborcze z kandydatem do pełnienia funkcji rektora UMB na kadencję 2020-2024 - prof. Adamem Krętowskim, spotkanie transmitowano online.

13

Reelekcja prof. Adam Krętowskiego na stanowisko rektora Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.

16

Rektor prof. Adam Krętowski oraz rektor Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie - prof. Stanisław Michałowski, podpisali umowę ramową o współpracy pomiędzy oboma uczelniami.

17

Collegium Floridum - nowa nazwa budynku przy ul. Mickiewicza 2B (dawna Oranżeria Branickich), wybrana podczas Plebiscytu Internetowego Społeczności Akademickiej UMB.

18

Mgr Adam Kazberuk został zakwalifikowany do programu stażowego BioLAB, w Oklahoma Medical Research Foundation.

Na UMB uruchomiono e-learning.

22

Zmarł prof. Krzysztof Worowski, prorektor ds. nauki, dziekan Wydziału Farmaceutycznego z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej (1990-96) i wieloletni kierownik Zakładu Analizy Instrumentalnej, absolwent Akademii Medycznej z 1961 r.

Ponad 35 mln zł pozyskali na badania naukowcy UMB w ramach konkursu na wsparcie niekomercyjnych badań klinicznych Agencji Badań. Prof. Robert Mróz z II Kliniki Chorób Płuc i Gruźlicy otrzymał 15 mln zł na projekt: „ Non-commercial clinical trial of statins cancer preventive and pleiotropic therapy in smokers with chronic obstructive pulmonary disease (COPD)”. Prof. Agnieszka Tycińska z Kliniki Kardiologii otrzymała 20 mln zł na projekt: „LEIA-HF: Levosimendan In Ambulatory Heart Failure Patients„

27

UMB rozstrzygnął przetarg na budowę Centrum Psychiatrii - wybrana została firma Budimex. Termin zakończenia prac: 31 maja 2022 r. Koszt inwestycji: ponad 28 mln zł

30

Uruchomiono laboratorium UMB, badające próbki pod kątem obecności wirusa SARS-CoV-2.

KWIECIEŃ

5-lecie Pracowni BioSkaner, która przeprowadziła blisko 1400 badań PET/MR.

2

UMB pozyskał prawie 280 tys. zł z MNiSW w ramach konkursu „Społeczna Odpowiedzialność Nauki” (SON) na trzy projekty promujące naukę: organizacja XVIII Podlaskiego Festiwalu Nauki i Sztuki, koordynatorem było UMB (Przewodniczący Komitetu - prof. dr hab. Ludmiła Marcinowicz, Biuro Promocji i Rekrutacji - sprawy organizacyjne) - 160 tys. zł; projekt pod nazwą „Od Akademii Lekarskiej

do Uniwersytetu Medycznego. Dzie-
dzictwo medyczne w Białymstoku”,
realizowany przez Muzeum Historii
Medycyny i Farmacji UMB - 85 tys. zł;
organizacja Ogólnopolskiego Zjazdu
Redaktorów Czasopism Akademic-
kich i Portali. Gospodarz warsztatów
- redakcja „Medyka Białostockiego”
- 34 tys. zł

8

Naukowcy z UMB przygotowali
specjalną aplikację dotyczącą koro-
nawirusa: Polcovid - 19. Aplikacja
powstała we współpracy z dr. Paw-
łem Gajdanowiczem z Uniwersytetu
Medycznego we Wrocławiu.

19

Zmarł dr n. med. Zdzisław Kor-
fel, jeden z pierwszych absolwentów
AMB, kierownik Zakładu Organizacji
Ochrony Zdrowia w Instytucie Medy-
cyny Społecznej AMB (1977-1991).

22

„Identyfikacja osób z wysokim
ryzykiem ciężkiego przebiegu CO-
VID-19”- projekt pod kierownictwem
prof. Marcina Moniuszki został reko-
mendowany do finansowania przez
Agencję Badań Medycznych w ramach
szybkiej ścieżki Agencji Badań Me-
dycznych w walce z COVID-19.

22-28

Quiz wiedzy o UMB on-line, wzięły
w nim udział 573 osoby.

23

Dr hab. Karol Kramkowski z Zakła-
du Chemii Fizycznej UMB - jako dorad-
ca ds. medycznych oraz dr Juliusz Kosel
wraz z zespołem Kliniki Anestezjologii
i Intensywnej Terapii UMB, znaleźli
się w zespole opracowującym polski
respirator VentilAid.

Marek Karp złożył rezygnację
z funkcji dyrektora USK.

27

Rektor prof. Adam Krętowski po-
wołał dr. hab. Jana Kochanowicza na
p.o. dyrektora USK.

28

UMB rozpoczął współpracę w ra-
mach sieci POLCRIN.

30

Minister zdrowia prof. Łukasz Szu-
mowski przyznał 5 studentom UMB
jednorazowe stypendia w wysoko-
ści 17 tys. zł za znaczące osiągnię-
cia w bieżącym roku akademickim.
Wyróżnieni zostali studenci VI roku
kierunku lekarskiego: Bartłomiej

Borawski, Andrzej Chomentowski,
Krzysztof Drygalski, Emil Rozenek
oraz studentka II roku II stopnia kie-
runku logopedia z fonaudiologią
Magdalena Żebrowska (stypendium
za osiągnięcia sportowe).

MAJ

Ukazało się bezpłatne wydawnic-
two w formie e-booka pt. „Procedury
pielęgniarskie w obliczu pandemii”,
pod red. dr hab. Agnieszki Gniadek,
prof. UJ, Collegium Medicum i dr hab.
Jolanty Lewko adiunkt w Zakładzie
Zintegrowanej Opieki Medycznej, kie-
rownik Zakładu Podstawowej Opieki
Zdrowotnej UMB.

4

Podlaski Wojewódzki Konser-
wator Zabytków przyznała UMB
50 tys. zł dotacji na remont tarasu,
schodów i kolumn prawego skrzydła
pałacowego.

5

Prof. Elżbieta Skrzydlewska, kie-
rownik Zakładu Chemii Nieorganicz-
nej i Analitycznej i dr Joanna Godzień
z Centrum Badań Klinicznych UMB
uczestniczą w akcjach COST CA19105
Pan-European Network in Lipidomics
and Epilipidomics.

11

Prof. Artur Bossowski, kierownik
Kliniki Pediatrii, Endokrynologii, Dia-
betologii z Pododdziałem Kardiologii
UMB został redaktorem naukowym
książki „Diagnostyka i leczenie chorób
tarczycy u dzieci i młodzieży”.

Gladys Langi doktorantka UMB
z programu ImPRESS wzięła udział
w webinarium: „How to do a funded
PhD in Europe - Roundtable with
MSCA Fellows from ASEAN” organi-
zowanym przez EURAXESS ASEAN.

Tytuł profesora nauk medycznych
i nauk o zdrowiu otrzymał dr hab.
Tomasz Hryszko.

11-17

Museum Week - międzyna-
rodowa akcja Muzeum Historii
Medycyny i Farmacji UMB w me-
diach społecznościowych.

12

Dr Mateusz Maciejczyk został
laureatem konkursu START 2020
Fundacji Nauki Polskiej w katego-
rii stomatologia.

Dr hab. Michał Tomczyk, prodzie-
kan ds. nauki Kolegium Nauk Far-

maceutycznych, kierownik Zakładu
Farmakognozji znalazł się w gronie re-
daktorów pomocniczych czasopisma
Frontiers in Pharmacology. (IF 3.845).

13

11. miejsce UMB wśród wszystkich
szkół wyższych i 2. miejsce wśród
uczelni medycznych w konkursie
Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa
Wyższego na uczelnię badawczą.
Projekt UMB uzyskał bardzo wysoką
ocenę ekspertów międzynarodowych
i dofinansowanie do przygotowane-
go programu rozwoju w wysokości
50 mln złotych.

17

Prof. Jerzy Robert Ładny - konsul-
tant krajowy w dziedzinie medycyny
ratunkowej, kierownik Kliniki Me-
dycyny Ratunkowej UMB był przed-
stawicielem UMB w zespole opracow-
ującym respirator z możliwością
zdalnego sterowania. Urządzenie
o nazwie RespiSAVE skonstruowano
na Politechnice Śląskiej.

18

Projekt pod kierownictwem prof.
Roberta Buckiego, kierownika Zakła-
du Mikrobiologii Lekarskiej i In-
żynierii Nanobiomedycznej - „Udział
wimentyny powierzchniowej w procesie
infekcji komórek przez SARS-
-CoV-2” uzyskał dofinansowanie ze
środków NCN „Szybka ścieżka dostępu
do funduszy na badania COVID-19” -
514 560 zł

Rozpoczęła się rekrutacja do Szko-
ły Doktorskiej 2020/21.

19

Uniwersyteckie Centrum Onko-
logii w USK, jako pierwsze i jedyne
w Polsce, otrzymało prestiżowy cer-
tyfikat Europejskiego Towarzystwa
Ginekologii Onkologicznej (ESGO)
i stało się akredytowanym ośrodkiem
leczenia zaawansowanego raka jajnika
(Certified Centre in Advanced Ovarian
Cancer Surgery).

20

Dr hab. Marta Eliza Płońska-
-Brzezińska p.o. kierownika Zakła-
du Chemii Organicznej zdobyła
finansowanie w wysokości 2 003
280,00 zł w ramach konkursu OPUS
na projekt pt. „Elektrokatalizatory
węglowe z defektami strukturalnymi:
otrzymywanie, charakterystyka
i badanie zależności struktura-ak-
tywność katalityczna”.

Zmarł dr Karol Szafranek, kierownik Studium Wychowania Fizycznego i Sportu UMB.

24

Prof. Marcin Moniuszko został powołany do Komitetu Polityki Naukowej - organu pomocniczego Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego w zakresie polityki naukowej państwa.

28

Do kolekcji „Złota Polska” dołączyła pamiątkowa moneta poświęcona Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauk medycznych otrzymała dr Beata Zalewska-Szajda.

29

UMB rozpoczął realizację kampanii promocyjnych na portalu społecznościowym Facebook w Stanach Zjednoczonych, Kanadzie i Indiach.

CZERWIEC

W Klinice Chorób Zakaźnych i Neuroinfekcji UMB wyleczono pacjentkę z ciężkim przebiegiem COVID-19, dzięki kuracji osoczem ozdrowieńców.

5

Po raz pierwszy w wersji online odbyła się sesja naukowo-sprawozdawcza doktorantów oraz spotkanie organizacji partnerskich projektu IMPRESS, współfinansowanego ze środków Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego i Programu Ramowego Unii Europejskiej w zakresie badań naukowych i innowacji Horyzont 2020 w ramach działań Marii Skłodowskiej-Curie COFUND.

8

Marcin Tomkiel, rzecznik prasowy UMB i Michał Dobrowolski z Działu Współpracy Międzynarodowej wzięli udział w webinarium: „Modele kreowania uczelnianych stron internetowych w języku angielskim - redakcja i prowadzenie”, realizowanym w ramach International Visibility Project.

Rozpoczęła się rejestracja elektroniczna na studia na UMB.

16

Na UMB odbyło się spotkanie władz rektorskich i dziekańskich, podczas którego rektor prof. Adam Krętowski wręczył prorektorom i dziekanom wydziałów oraz kole-

giów powołania do pełnienia nowych funkcji od 1 września 2020 r. Na prorektorów zostali powołani: prof. Marcin Moniuszko - prorektor ds. nauki i rozwoju, prof. Janusz Dziecioł - prorektor ds. klinicznych i szkolenia zawodowego, prof. Adrian Chabowski - prorektor ds. kształcenia. Na dziekanów wydziałów oraz dziekanów kolegiów naukowych powołani zostali: prof. Irina Kowalska - dziekan Wydziału Lekarskiego z Oddziałem Stomatologii i Oddziałem Nauczania w Języku Angielskim oraz dziekan Kolegium Nauk Medycznych, prof. Wojciech Miltyk - dziekan Wydziału Farmaceutycznego z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej oraz dziekan Kolegium Nauk Farmaceutycznych, prof. Sławomir Terlikowski - dziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu oraz dziekan Kolegium Nauk o Zdrowiu.

20

VIII Konferencja „Indywidualne podejście do chorego w ostrych stanach kardiologicznych” oraz warsztaty Asocjacji Intensywnej Terapii Kardiologicznej Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego w formie online.

22

Prof. Andrzej Kaliciński (1922-2002), rektor AMB w latach 1990-1993, został patronem ulicy na os. Dojlidy w Białymstoku.

23

UMB podpisał umowę o współpracy z Liceum INFOTECH.

24

UMB wzięło udział w ogólnopolskim wydarzeniu online Studia 2020.

Rektor prof. Adam Krętowski wręczył powołania prodziekanom wydziałów na lata 2020-2024. Prodziekani Wydziału Lekarskiego z Oddziałem Stomatologii i Oddziałem Nauczania w Języku Angielskim: prof. Teresa Sierpińska - prodziekan ds. jakości kształcenia, programów studiów i oddziału stomatologii, prof. Tomasz Hryszko - prodziekan ds. rozwoju i nauczania anglojęzycznego, prof. Anna Wasilewska - prodziekan ds. studenckich. Prodziekani Kolegium Nauk Medycznych: prof. Karol Kamiński - prodziekan ds. ewaluacji i nauki, dr hab. Anna Moniuszko-Malinowska - prodziekan ds. ewaluacji i nauki. Prodziekani Wydziału

Farmaceutycznego z Oddziałem Medycyny Laboratoryjnej: prof. Milena Dąbrowska - prodziekan ds. jakości kształcenia i programów studiów, dr hab. Katarzyna Socha - prodziekan ds. rozwoju, dr n. farm. Anna Gromotowicz-Popławska - prodziekan ds. studenckich. Prodziekani Kolegium Nauk Farmaceutycznych: prof. Jerzy Pałka - prodziekan ds. ewaluacji i nauki, dr n. farm. Bartłomiej Kałaska - prodziekan ds. ewaluacji i nauki. Prodziekani Wydziału Nauk o Zdrowiu: prof. Halina Car - prodziekan ds. rozwoju, prof. Ludmiła Marciniowicz - prodziekan ds. studenckich, dr hab. Mateusz Cybulski - prodziekan ds. jakości kształcenia i programów studiów. Prodziekani Kolegium Nauk o Zdrowiu: prof. Bożena Dobrzycka - prodziekan ds. ewaluacji i nauki, prof. Elżbieta Krajewska-Kułąk - prodziekan ds. ewaluacji i nauki.

Przedstawiciele UMB wzięli udział w wydarzeniu online „Studia 2020” organizowanym przez fundację Perspektywy i MNiSW.

24.06-31.08

Wakacje w Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

25

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymali: dr Dmitrii Davydov, dr Beata Januszko-Giergielewicz.

27

Dr hab. Robert Milewski z Zakładu Statystyki i Informatyki Medycznej został wybrany wiceprzewodniczącym Głównej Komisji Rewizyjnej Polskiego Towarzystwa Informatycznego.

29

Przedstawiciele UMB w komitetach naukowych Polskiej Akademii Nauk na lata 2020-2023: Komitet Chemii Analitycznej, Zespół Analizy Farmaceutycznej, Biomedycznej i Produktów Naturalnych: prof. Halina Ostrowska, dr hab. Michał Tomczyk. Komitet Immunologii i Etiologii Zakażeń Człowieka: dr hab. Bożena Mikołuc, prof. Anatol Panasiuk. Komitet Nauk Fizjologicznych i Farmakologicznych: prof. Halina Car, prof. Ewa Chabielska, prof. Adrian Chabowski, prof. Jan Górski, prof. Krystyna Pawlak, prof. Róża Wiśniewska. Komitet Nauk Klinicznych:



Listopad - otworzono Aula Nobilium. Dawna sypialnia królewska stanie się wkrótce skarbcem historii UMB, fot. Wojciech Więcko

prof. Michał Myśliwiec. Komitet Nauk Neurologicznych: prof. Zenon Mariak, prof. Barbara Mroczko. Komitet Nauk o Żywieniu Człowieka: prof. Maria Borawska, dr hab. Renata Markiewicz-Żukowska, dr hab. Katarzyna Socha. Komitet Terapii i Nauk o Leku: prof. Wojciech Miltik. Komitet Rozwoju Człowieka: prof. Artur Bossowski, prof. Jerzy Konstantynowicz.

UMB zawarł umowę dwustronną z VšĮ Centro Poliklinika w Wilnie. Przedmiotem umowy była współpraca przy realizacji letnich praktyk dla studentów UMB, English Division, z I, II, III i V roku studiów.

W rankingu Journal Citation Reports czasopismo UMB „Advances in Medical Sciences” otrzymało wskaźnik Impact Factor 2,570. To najwyższy IF w historii czasopisma. Advances in Medical Sciences zajmuje 7 lokatę na 140 czasopism z redakcją w Polsce, które otrzymały ocenę Impact Factor.

30

Uruchomione zostały zmodernizowane, anglojęzyczne strony internetowe English Division oraz Admission UMB, w ramach projektu pt. „Welcome to Medical University of Białystok. Rozwój potencjału instytucjonalnego Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku kluczowym etapem wdrożenia strategii umiędzynarodowienia”.

LIPIEC

Dr Mateusz Maciejczyk, adiunkt w Zakładzie Higieny Epidemiologii i Ergonomii UMB, został członkiem Editorial Board w czasopiśmie BioMed Research International.

UMB zajął 3 miejsce w Polsce w rankingu uczelni akademickich „Perspektywy 2020” pod względem efektywności pozyskiwania pieniędzy zewnętrznych na badania i rozwój.

1

Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB w Zarządzie Głównym Stowarzyszeniu Muzeów Uczelnianych: dr Magdalena Muskała - wiceprezes oraz dr Marta Piszczatowska - wiceprezes.

6

Adrian Janucik, student kierunku biostatystyka UMB, zajął I miejsce w ogólnopolskim konkursie dla studentów „Doktorat wdrożeniowy”.

9

Dr Karolina Chwiałkowska, biotechnolog z Centrum Bioinformatyki i Analizy Danych UMB uczestniczyła w badaniach naukowych, których celem było odkrycie predyspozycji genetycznych do zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2 i do ciężkiego przebiegu choroby COVID-19. Badania prowadzono w ramach międzynarodowego konsorcjum naukowego o nazwie „COVID-19 Host Genetics Initiative (HGI)”. Wyniki analiz opublikowano w „New England Journal of Medicine”.

Przedstawiciele UMB wzięli udział w ogólnopolskim wydarzeniu online Studia 2020 - ABC Rekrutacji Perspektywy.

15

Pałac Branickich - siedzibę główną UMB odwiedziła podsekretarz stanu w Ministerstwie Kultury i Dziedzictwa Kulturowego oraz generalna konser-

wator zabytków Magdalena Gawin. Towarzyszyła jej podlaski wojewódzki konserwator zabytków prof. Małgorzata Dajnowicz. Po Pałacu Branickich gości oprowadzili pracownicy Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

16

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymał dr Przemysław Pawłowski.

„Poznaj ofertę UMB” - ukazał się cykl 16 filmów promocyjnych o kierunkach studiów na UMB.

17

UMB uzyskał akredytację zagraniczną APHEA dla programu nauczania na kierunku zdrowie publiczne.

23

Odbyło się spotkanie online z potencjalnymi kandydatami na studia z Indii oraz ich rodzicami. W spotkaniu wzięli udział prof. Tomasz Hryszko - prodziekan ds. rozwoju i nauczania anglojęzycznego, Mirkan Mikail Erol reprezentujący Welcome Centre - Dział Współpracy Międzynarodowej, mgr Bartosz Pierwienis reprezentujący English Division oraz Vishal Agnihorti reprezentujący firmę Education Poland, która jest partnerem UMB w zakresie rekrutacji studentów z terytorium Indii.

24

Pałac Branickich w Białymstoku oznaczony Żółtą Pinezką - wyróżnieniem Google Maps Polska dla najbardziej docenionych przez użytkowników Map Google atrakcji turystycznych w danym województwie.

25

Reprezentanci UMB zostali wybrani do zarządu głównego Polskiego Towarzystwa Studentów Farmacji: Oghenekaro Ohimor - przewodniczący PTSF, Martyna Wydra - sekretarz generalny.

SIERPIEŃ

6

UMB, komendant główny policji i Centralne Laboratorium Kryminalistyczne Policji formalnie nawiązały współpracę w zakresie zapewnienia sprawnego i skutecznego współdziałania podczas identyfikacji ciał

ofiar katastrof oraz innych zdarzeń masowych.

12

Rama Krishna Guggilla, stypendysta COFUND: Działania Marii Skłodowskiej-Curie, doktorant UMB zatrudniony w projekcie ImPRESS, został zaproszony do grupy roboczej projektu Safety Platform for Emergency Vaccines (SPEAC), będącego współpracą Coalition for Epidemic Preparedness Innovations (CEPI) i Brighton Collaboration, największej światowej organizacji ekspertów naukowych zajmujących się bezpieczeństwem szczepionek. Grupa opracowywała definicję przypadku ostrego uszkodzenia układu sercowo-naczyniowego. Miała ona służyć do oceny bezpieczeństwa szczepionek SARS-CoV-2 w warunkach badań klinicznych, badań po dopuszczeniu do obrotu oraz nadzoru farmaceutycznego.

17

UMB podpisał porozumienie z KWP w Białymstoku w sprawie praktyk lekarzy medycyny sądowej w laboratorium kryminalistycznym policji.

19

UMB zawarł umowę bilateralną z Aldent University (Albania).

26

Konsorcjum w składzie: UMB, Politechnika Białostocka i Uniwersytet w Białymstoku otrzymało wsparcie z Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego w wysokości 1,9 mln zł na promowanie i rozwój innowacyjności akademickiej.

27

Zmarła prof. Danuta Dzierżanowska, mikrobiolog kliniczny, absolwentka AMB z 1963 r., pracownik Zakładu Mikrobiologii AMB (1966-78).

27-29

Podczas zjazdu Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego w Łodzi, dr Łukasz Szczerbiński z Centrum Badań Klinicznych i Kliniki Endokrynologii, Diabetologii i Chorób Wewnętrznych otrzymał nagrodę za zajęcie pierwszego miejsca w konkursie na najlepszą publikację naukową z dziedziny diabetologii i chorób metabolicznych w 2019 r. im. Kazimierza Funka oraz Grant Naukowy Polskiego Towarzystwa Diabetologicznego w kwocie 100 tys. zł. Dr Anna Krentowska z Kliniki



Listopad-grudzień - hala sportowa UMB przeobraziła się w szpital tymczasowy dla osób zakażonych koronawirusem, fot. Wojciech Więcko

Chorób Wewnętrznych i Metabolicznych oraz dr Łukasz Szczerbiński zaprezentowali również wyniki swoich badań.

31

Uruchomiono portal Polska Platforma Medyczna w ramach projektu „Polska Platforma Medyczna - portal zarządzania wiedzą i potencjałem badawczym”.

WRZESIEŃ

Przedstawiciele UMB wzięli udział w Salonach Maturzystów w województwach: lubelskim, mazowieckim, podlaskim, warmińsko-mazurskim, łódzkim, świętokrzyskim i śląskim.

5

Premiera odcinka z serii „Świadkowie czasu” na antenie TVP 3 Białystok, poświęconego prof. Witoldowi Sławińskiemu, pierwszemu kierownikowi Zakładu Biologii AMB, twórcy Ogrodu Botanicznego w pałacowym parku, odkrywcy złóż borowiny w dolinie rzeki Supraśl i niestrudzonemu propagatorowi uzdrowskiej mocy Supraśla.

7

UMB zawarł umowę bilateralną z Università Politecnica delle Marche (Włochy).

9

Zmarł Tadeusz Szlachowski, absolwent pierwszego rocznika AMB z 1955 r., minister zdrowia i opieki społecznej w latach 1981-85.

10

UMB został podwójnym laureatem Podlaskiej Marki. Wraz z Politechniką Białostocką został doceniony w kategorii ODKRYCIE za projekt obu uczelni: „Badania nad aktywnością

biologiczną grzybów nadrzewnych Puszczy Białowieskiej” (z ramienia UMB: prof. Halina Car, dr Anna Sadowska i dr Diana Sawicka). UMB znalazł się także wśród laureatów w kategorii: Ambasador Podlaskiej Gospodarki (w konsorcjum Podlaska Branża Medyczna). W jego skład wchodzi m.in: Park Naukowo-Technologiczny, Polska Wschód w Suwałkach, firmy: Medgal, Mind Hand i CHM, UMB, PB, Medical Łomża, Petros Pysillos, IMago. Ponadto w kategorii PROJEKT 4.0 nominowane było utworzenie pierwszego w Polsce Centrum Sztucznej Inteligencji w Medycynie na UMB.

11

Absolwenci kierunku lekarsko-dentystycznego UMB najlepiej w Polsce zdali Lekarsko-Dentystyczny Egzamin Końcowy.

14

UMB otrzymał ponad 10 mln zł z Agencji Badań Medycznych na stworzenie wyspecjalizowanego Centrum Wsparcia Badań Klinicznych.

17-30

Odbyła się UMB HELP DESK 2020, akcja specjalna Studentów UMB dla „pierwszoroczników”.

18

Otwarcie wystawy „Od Akademii Lekarskiej do Uniwersytetu Medycznego. Dziedzictwo medyczne w Białymstoku” na Rynku Kościuszki w Białymstoku autorstwa Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB. Wystawa powstała w ramach projektu „Od Akademii Lekarskiej do Uniwersytetu Medycznego. Dziedzictwo medyczne w Białymstoku” dofinansowanego



Październik - inauguracja nowego roku akademickiego. W maseczkach ochronnych, rękawiczkach oraz ograniczoną do minimum liczbą uczestników i gości (za to z transmisją w internecie), fot. Wojciech Więcko

z programu „Społeczna odpowiedzialność nauki” MNiSW.

18

Dr Katarzyna Kakareko z II Kliniki Nefrologii z Oddziałem Leczenia Nadciśnienia Tętniczego UMB została wybrana do udziału w międzynarodowym projekcie The Glomerular Disease Study & Trial Consortium (GlomCon), jako jedyny przedstawiciel z Polski.

20

Odbył się spacer historyczny pt. „Drogami Pierwszych Studentów AMB” zorganizowanego w ramach Europejskich Dni Dziedzictwa. Organizator: Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

22-26

Odbyła się szkoła letnia w Vytautas Magnus University w Kownie pt. „Biotechnologia w medycynie i farmacji”. Nadzór nad realizacją zadania sprawował prof. Adrian Chabowski - prorektor ds. kształcenia, kierownik projektu pt. „Interdyscyplinarne, międzynarodowe studia doktoranckie w zakresie biologii medycznej i nauk farmaceutycznych na Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku”.

24-25

Odbyły się warsztaty międzykulturowe Polska-USA - szkolenie z zakresu komunikacji z osobami z USA, realizowane w ramach projektu pn. „Go Global! Wzmacnianie procesów umiędzynarodowienia Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku”.

30

Redakcja tygodnika „Wprost” nagrodziła zespół ekspertów, w tym prof. dr hab. Jerzego Roberta Ładnego, za stworzenie nowoczesnego respiratora RespiSAVE z funkcją telemetrii.

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymała dr Dorota Zarębska-Michaluk.

Senat UMB nadał nowe nazwy budynkom i pomieszczeniom uczelnianym: AULA NOBILIUM - pomieszczenie przy Auli Magna w Pałacu Branickich (dawne pokój królewski), CENTRUM FUTURI - budynek mieszczący się przy ul. M. Skłodowskiej 24A, Collegium FAMILIARE - budynek mieszczący się przy ul. Mieszka I 4A, Collegium INTEGRATIO - budynek mieszczący się przy ul. M. Skłodowskiej-Curie 7A.

PAŹDZIERNIK

Do oferty edukacyjnej UMB wprowadzono kierunek higiena stomatologiczna.

1

Trzy projekty naukowców z UMB docenione w konkursie Miniatura 4: dr Elżbiety Supruniuk pt. „Rola adipocytarnych aminokwasów o rozgałęzionych łańcuchach (BCAA) w rozwoju otyłości mężczyzn leczonych bariatrycznie”, przyznane środki: 49 999 zł; dr Katarzyny Kakareko pt. „Rola TRAIL i RIPK3

w prognozowaniu śmiertelności i wystąpienia ostrego uszkodzenia nerek wśród pacjentów przyjmowanych do oddziału intensywnej terapii”, przyznane środki: 30 030 zł; dr Diany Sawickiej pt. „Wpływ tempa metabolizmu podstawowego (BMR) na indukcję oraz rozwój nowotworu jelita grubego u myszy laboratoryjnych sztucznie selekcyjowanych na wysoki i niski BMR”, przyznane środki: 49 995 zł

2

Na rok akademicki 2020/2021 przyjęto 1559 osób na studia w języku polskim, 98 osób na studia w języku angielskim, a do Szkoły Doktorskiej 44 osoby.

3

Zakład Medycyny Rodzinnej (prof. dr hab. Sławomir Chlabicz) i Zakład Położnictwa, Ginekologii i Opieki Położniczo-Ginekologicznej (prof. dr hab. Ludmiła Marcinowicz) zakończyli zbieranie materiału badawczego w ramach międzynarodowego projektu „Szybka europejska odpowiedź badawcza na zagrożenie SARS-COV-2 (RECOVER) Badanie jakościowe - wywiady z pacjentami i pracownikami opieki zdrowotnej”.

6

Prof. Wojciech Milyk został ponownie przewodniczącym Konwentu Dziekanów Wydziałów Farmaceutycznych Uczelni Medycznych.

8

Dr Łukasz Szczerbiński został stypendystą prestiżowego Programu im. prof. Franciszka Walczaka.

9

Inauguracja Roku Akademickiego 2020/2021 w gmachu Opery i Filharmonii Podlaskiej.

9-10

Odbyła się konferencja „XII Białowieskie spotkania z kardiologią inwazyjną „Aktualności w kardiologii interwencyjnej”. Organizator: Klinika Kardiologii Inwazyjnej UMB.

14

Zmarł dr n. med. Adam Marian Cybulski, wykładowca UMB oraz wieloletni pracownik Kliniki Torakochirurgii.

15

Dr hab. Jan Kochanowicz wygrał konkurs na dyrektora USK.



Wrzesień - UMB zdobywa dwie statuetki Podlaskiej Marki Roku; w kategorii „Odkrycie” oraz jako Ambasador Podlaskiej Gospodarki

Dr hab. Karol Kramkowski z Zakładu Chemii Fizycznej został powołany do Rady Narodowego Centrum Badań i Rozwoju.

21

UMB uruchomił aplikację mobilną myMUB dla studentów zagranicznych.

23

Powołana została Komisja Nauk o Życiu Polskiej Akademii Nauk, w której skład wchodzi również pracownicy UMB: dr hab. Piotr Zabielski - wiceprzewodniczący Komisji i przewodniczący Sekcji Nauk Medycznych; dr hab. Andrzej Eljaszewicz - wiceprzewodniczący Sekcji Nauk Medycznych; członkowie Sekcji Nauk Medycznych: prof. Marcin Moniuszko, prof. Sławomir Wołczyński, prof. Wojciech Milyk, prof. Monika Karczewska-Kupczewska, dr hab. Agnieszka Błachnio-Zabielska, dr hab. Michał Ciborowski; członkowie Sekcji Nauk o Żywności i Żywieniu: dr hab. Katarzyna Socha, dr hab. Anna Witkowska, dr hab. Edyta Adamska-Patruno.

26

Studenci UMB zwyciężyli w Podlaskiej Akademickiej Lidze Międzyuczelnianej w biegach przełajowych: Kinga Kozłowska (III rok lekarski) w biegu kobiet, Marek Olszyński (V rok lekarski) po raz trzeci z rzędu - w biegu mężczyzn.

29

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymała dr Edyta Adamska-Patruno.

30

UMB zawarł umowę bilateralną z Kharkiv National Medical University (Ukraina).

31

Zmarł dr med. Marek Alifier, wieloletni pracownik Zakładu Immunologii Klinicznej UMB.

LISTOPAD

2

UMB włączył się do akcji „Solidarni z Białorusią”.

4-6

VII Konferencja naukowa z cyklu „Metabolomics Circle”. Organizatorzy: Polskie Towarzystwo Metabolomiczne i UMB.

10

W boskietach ogrodowych Pałacu Branickich zakończyły się prace archeologiczne. Wydobyto kilka oryginalnych, zdobionych elementów kamiennej balustrady, zwieńczenia pilastra z pałacowej fasady, a także fragmenty ceramiki oraz kafli pałacowego pieca.

17

„TelePrzyjaciele od Serca” projekt kardiomonitringu dzieci opracowany w Klinice Pediatrii, Endokrynologii, Diabetologii z Pododdziałem Kardiologii UDSK wygrał konkurs „Telemedycyna w Dziecięcych Szpitalach Przyszłości” Fundacji K.I.D.S.

Odbyły się warsztaty szkoleniowe w formie online, dotyczące wsparcia logopedy w pierwszych latach życia dziecka urodzonego przedwcześnie. Organizatorzy: Zakład Fonoaudiologii Klinicznej i Logopedii oraz Fundacja „Mali Wojownicy”.

18

Zakończono prace rewitalizacyjne Aula Nobilium, dawnych komnat królewskich w Pałacu Branickich.

Europejski Dzień Dziedzictwa Akademickiego na UMB. Odbyła się

uroczysta prezentacja monety okolicznościowej NBP z serii „Odkryj Polskę” z wizerunkiem Pałacu Branickich oraz dawnego apartamentu królewskiego - Aula Nobilium. Wykład „Moneta dla zdrowia” - wygłosił mgr Piotr Niziołek, kierownik Muzeum Historycznego w Białymstoku.

Zmarł prof. Michał Pryszmont, wieloletni pracownik i kierownik Kliniki Neurologicznej AMB.

20

Naukowcy z UMB pozyskali granty z NCN, w ramach OPUS: prof. Karol Kamiński, Zakład Medycyny Populacyjnej i Prewencji Chorób Cywilizacyjnych, w konsorcjum z UwB na projekt badawczy pn.: „Koniec początku czy początek końca? Krótko- i długoterminowe trajektorie zdrowotnych i psychospołecznych efektów pandemii COVID-19” - prawie 2,9 mln zł. W ramach PRELUDIUM po 210 tys. zł. otrzymały: mgr Ewa Parfieniuk z Centrum Badań Klinicznych na projekt badawczy: „Wykorzystanie metabolomiki do badania mechanizmów związanych z pojawieniem się efektów ubocznych leczenia statynami w postaci bólu mięśni”; mgr Marlena Tynecka z Zakładu Medycyny Regeneracyjnej i Immunoregulacji na projekt: „Zrozumienie immunosupresyjnego mechanizmu działania mezenchymalnych komórek macierzystych (MSC) w eksperymentalnym modelu astmy neutrofilowej jako strategia identyfikacji nowych potencjalnych celów terapeutycznych”; mgr Aleksandra Starosz z Zakładu Medycyny Regeneracyjnej i Immunoregulacji na projekt: „Badanie udziału fibroblastów oczodołowych w procesach zapalnych i remodelingu w przebiegu orbitopatii Gravesa”.

21

Prof. Elżbieta Skrzydlewska i prof. Jan Braszko znaleźli się w prestiżowym rankingu Top 2% najczęściej cytowanych badaczy na świecie.

24

Prof. Barbara Mroczo została wybrana na przedstawiciela Naczelnej Rady Lekarskiej do Państwowej Komisji Egzaminacyjnej przeprowadzającej Państwową Egzaminację Specjalizacyjną w dziedzinie diagnostyki laboratoryjnej.



Październik - rozpoczyna się druga fala zachorowań na koronawirusa. Szpital zakaźny na Dojlidach przeżywa oblężenie, fot. Wojciech Więcko

25

Naukowcy z UMB we władzach Polskiego Towarzystwa Immunologii Doświadczalnej i Klinicznej. Prof. Ewa Jabłońska, kierownik Zakładu Immunologii UMB, została wybrana na wiceprezesa towarzystwa; dr hab. Andrzej Eljaszewicz, z Zakładu Medycyny Regeneracyjnej i Immunoregulacji, został przewodniczącym Głównej Komisji Rewizyjnej.

Dr hab. Renata Markiewicz-Żukowska z Zakładu Bromatologii i dr hab. Michał Tomczyk, kierownik Zakładu Farmakognozji zostali powołani w skład zespołu ds. suplementów diety rady sanitarno-epidemiologicznej.

26

Stopień doktora habilitowanego nauk medycznych i nauk o zdrowiu w dyscyplinie nauki medyczne otrzymała dr Izabela Białuk.

27

Rektor prof. Adam Krętowski, został powołany do Komisji Nauki KRASP na kadencję 2020-24.

Dwa projekty autorstwa naukowców z UMB nagrodzone w ramach konkursu Miniatura 4: dr hab. Anna Baran, na projekt pn. „Ocena stężeń wybranych białek jako potencjalnych markerów zaburzeń funkcji kognitywnych i chorób neurodegeneracyjnych w łuszczycy oraz prewencyjnego wpływu leczenia systemowego” - 46 530 zł; dr hab. Edyta Adamska-Patrano, na projekt pn. „Ocena skuteczności floroglicyny jako środka poprawiającego

poposiłkowy metabolizm glukozy i lipidów” - 49 995 zł

Agencja Badań Medycznych przyznała UMB 9,2 mln zł na realizację projektu: „Wieloośrodkowa ocena przydatności klinicznej innowacyjnego badania PET/MR z wykorzystaniem radioznacznika 68Ga-PSMA-11 w planowaniu terapii personalizowanej u chorych na raka gruczołu krokowego”.

27-28

Odbyła się VII międzynarodowa konferencja „Development of Scientific Cooperation in Reproductive Medicine Research” pod patronatem rektora UMB prof. Adama Krętowskiego.

28

Lek. Mateusz Grochowski, student WNoZ, został wybrany na stanowisko przewodniczącego Parlamentu Studentów Rzeczypospolitej Polskiej.

30.11-6.12

II Podlaski Tydzień Profilaktyki i Leczenia Chorób Nowotworowych. Przewodnicząca Komitetu Naukowego dr hab. n. med. Ewa Sierko.

GRUDZIEŃ

Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB uczestniczyło w projekcie „Treasures of the Polish University Heritage”. W ramach projektu wydano drukiem katalog w j. angielskim o polskim dziedzictwie akademickim. W redakcji katalogu uczestniczyły dr Magdalena Muskała oraz dr Marta Piszczatowska. Projekt dofinansowało Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

1

Prof. Anna Tomaszuk-Kazberuk z Kliniki Kardiologii UMB została powołana na konsultanta wojewódzkiego w dziedzinie kardiologii.

2

Prof. Tomasz Hryszko, prodziekan ds. Rozwoju i Nauczania Anglojęzycznego Wydziału Lekarskiego UMB, kierownik II Kliniki Nefrologii z Oddziałem Leczenia Nadciśnienia Tętniczego i Pododdziałem Dializoterapii został powołany do zespołu ekspertów przy prezydium KRASP.

Naukowcy z UMB opracowali unikatowy, szybki, wysoce czuły molekularny test, który wykrywa SARS-Cov-2 w 45 minut.

3

UMB otrzymał dofinansowanie z pilotażowego programu „Medyk NAWA - Wsparcie uczelni kształcących na kierunkach medycznych”, finansowanego ze środków NAWA. Stypendystą programu został dr Tomasz Torliński, prowadzący zajęcia z zakresu anestezjologii i intensywnej terapii dla studentów English Division w okresie od marca do września 2021 r.

4

Odbył się wieczór filmowy pt. „Kadry z życia UMB”. Organizator: Biuro Promocji i Rekrutacji UMB, Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB.

5

XIX Międzynarodowe Warsztaty Kardiologiczne Wschód-Zachód. Organizator: Katedra i Klinika Kardiologii UMB, Oddział Białostocki Polskiego Towarzystwa Kardiologicznego. Warsztaty odbyły się w formie online.

Odbyła się konferencja ONCO-WEEK 2020 pt. „Leczenie onkologiczne w czasie trwania pandemii COVID-19, poszukiwanie dobrych praktyk”. Organizator: Fundacja THORAX i UMB.

6

Alan Tkaczuk, przewodniczący Samorząd Studentów UMB, został wybrany do prezydium Komisji Wyższego Szkolnictwa Medycznego.

7

Studenci UMB zajęli pierwsze miejsce w klasyfikacji drużynowej Akademickich Mistrzostw Województwa Podlaskiego w pływaniu kobiet i mężczyzn. Najlepszym za-

wodnikiem mistrzostw został Mikołaj Szaryński, student II roku kierunku lekarskiego. 2. miejsce w klasyfikacji najlepszych zawodniczek zajęła Katarzyna Giedzic, studentka IV roku kierunku lekarskiego.

UMB otrzymał z programu Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego 1,6 mln zł na realizację inwestycji związanej z działalnością naukową. Wniosek przygotował prof. Robert Bucki wraz z zespołem Zakładu Mikrobiologii Lekarskiej i Inżynierii Nanobiomedycznej.

Dr hab. Tomasz Łysoń wraz z zespołem Kliniki Neurochirurgii USK zajął 5 miejsce w konkursie Skalpel 2020.

9

Konferencja naukowa „Prawo a pandemia”. Organizatorzy: Zakład Prawa Medycznego i Deontologii Lekarskiej UMB przy współpracy z Wydziałem Prawa UWB. Konferencja odbyła się w formie on-line.

10

Tymczasowy szpital polowy przy ul. Żurawiej rozpoczął przyjmowanie pacjentów z COVID-19.

10-20

Ogólnopolska akcja charytatywna Polskiego Towarzystwa Studentów Farmacji „Zostań Świętym Mikołajem”.

11

X Spotkanie Informacyjne przedstawicieli uczelni medycznych reprezentujących Centra Symulacji Medycznej. Organizator: UMB. Spotkanie odbyło się w ramach realizacji projektu: „Wdrożenie programu rozwoju Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku z wykorzystaniem Centrum Symulacji Medycznej”.

11-12

Warsztaty online z komunikacji międzykulturowej poświęcone kulturze chińskiej. Warsztaty zrealizowane w ramach projektu pn. „Go Global! Wzmacnianie procesów umiędzynarodowienia Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku”.

14

Lekarze z Kliniki Ortopedii i Traumatologii Dziecięcej UMB testowali robota do neurochirurgii, chirurgii kręgosłupa i ortopedii - Globus Excelsius GPS.

15

Dr Agnieszka Gęgotek z Zakładu Chemii Nieorganicznej i Analitycznej otrzymała specjalne stypendium Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego za prowadzenie innowacyjnych badań na wysokim poziomie.

16

Klub Studencki CoNieCo uzyskał III miejsce w konkursie „Aktywność Kulturalna w środowisku akademickim” w kategorii zespoły inne.

17

Projekt badawczy „Poprawa wykrywalności choroby Fabry’ego u pacjentów ze schyłkową niewydolnością nerek” realizowany pod kierunkiem dr. hab. Szymona Brzóska i dr Justyny Fryc z I Kliniki Nefrologii i Transplantologii z Ośrodkiem Dializ UMB uzyskał pozauczelniany grant edukacyjno-poznawczy w kwocie 58 267 zł

18

Rektor prof. Adam Krętowski wręczył nagrody ministra zdrowia za lata 2018-2019. Nagrodę zespołową za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności naukowej otrzymali: prof. Sławomir Pancewicz, prof. Elżbieta Skrzydlewska, dr hab. Anna Moniuszko-Malinowska, dr hab. Piotr Czupryna, dr hab. Wojciech Łuczaj, dr n. med. Justyna Dunaj. Nagrodę indywidualną za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności dydaktycznej: prof. Andrzej Dąbrowski. Nagrodę indywidualną za znaczące osiągnięcia w zakresie działalności organizacyjnej otrzymał: prof. Janusz Dzieciół. Nagrodę indywidualną za całokształt dorobku otrzymał prof. Marek Wojtukiewicz.

22

Rektor prof. Adam Krętowski wręczył dyplomy za całokształt dorobku naukowcom z UMB, wyróżnienia otrzymali: prof. Maria Borawska, prof. Jan Braszko, prof. Marek Gacko, prof. Janusz Kłoczko, prof. Maria Winnicka, dr hab. Halina Gabryel-Porowska, dr hab. Wojciech Łebkowski, dr hab. Tadeusz Porowski, dr Elżbieta Muszyńska.

23

Rozpoczął się montaż elementów systemu dwujęzycznego oznakowania kampusu UMB. System oznakowania jest elementem Strategii Umiędzynarodowienia UMB (działanie w ramach celu szczegółowego nr 1: zwiększenie

potencjału instytucjonalnego UMB warunkującego współpracę międzynarodową), realizowanej pod nadzorem pełnomocnika rektora ds. współpracy międzynarodowej, prof. dr hab. Tomasza Hryszko. Zadanie realizowały: dział współpracy międzynarodowej, Muzeum Historii Medycyny i Farmacji UMB, dział administracyjno-gospodarczy i usług oraz biuro promocji i rekrutacji. Kierownik projektu: dr Jerzy Tokajuk, zastępca kanclerza ds. technicznych.

24

UMB otrzymał Kartę Erasmusa dla szkolnictwa wyższego (Erasmus Charter for Higher Education) na lata 2021-2027.

27

Na UMB ruszyły szczepienia przeciw Covid-19, wśród pierwszych zaszczepionych znaleźli się prof. Adam Krętowski - rektor UMB, prof. Tomasz Hryszko - prodziekan ds. rozwoju i nauczania Anglojęzycznego Wydziału Lekarskiego i prof. dr hab. Robert Fliśniak - prezes Polskiego Towarzystwa Epidemiologów i Lekarzy Chorób Zakaźnych, kierownik Kliniki Hepatologii i Chorób Zakaźnych UMB.

27

Dr Mateusz Maciejczyk z Zakładu Higieny, Epidemiologii i Ergonomii został laureatem Young Investigator Award 2020 czasopisma Antioxidants.

30

UDSK zakończył wdrażanie programu „Tryb Obsługi Pacjenta na Szpitalnych Oddziałach Ratunkowych” (TOPSOR).

UMB uplasował się na 9 miejscu w Polsce i 630 pozycji na świecie w rankingu instytucjonalnego SCImago Institutions Rankings (SIR).

31

Dr Magdalena Kusaczuk z Zakładu Biochemii Farmaceutycznej otrzymała stypendium przyznane przez Narodową Agencję Wymiany Akademickiej w ramach Programu im. Mieczysława Bekkera. ■

OPRACOWAŁ ZESPÓŁ MUZEUM HISTORII MEDYCZYNY I FARMACJI UMB ORAZ DZIAŁ PROMOCJI I REKRUTACJI UMB