

poradnik dla pacjentów/ozdrowieńców  
i ich rodziców/opiekunów

# KARTA PACJENTA PO ZAKOŃCZENIU CHOROBY NOWOTWOROWEJ W DZIECIŃSTWIE

**dr n. med. Jolanta Skalska-Sadowska**

*onkolog dziecięcy, pediatra*

**dr n. med. Olga Zając-Spychała**

*pediatra, psycholog*



## Wstęp

Broszura, którą trzymasz w ręku, to zbiór podstawowych informacji, o jakich warto pamiętać po walce z chorobą nowotworową. Osoby, które zakończyły leczenie często wspominają, że w czasie trwania choroby otrzymują ogromne wsparcie od specjalistów i rodziny. Gdy choroba się kończy, a pierwszy etap szczęścia mija, wciąż mają jednak wiele pytań. Co robić dalej? O czym należy pamiętać? Jak dbać o siebie? Postanowiliśmy wyjść naprzeciw oczekiwaniom i stworzyliśmy zestaw wskazówek dla tych, którzy wygrali walkę z chorobą nowotworową, a także dla ich najbliższych. Pamiętajmy, że wyjście z choroby nowotworowej to również proces, który wymaga wsparcia osób bliskich. To czas zmian dla osoby, która mimo wielkiej radości jaką odczuwa, musi powrócić do „normalnych” czynności.



## Badania kontrolne

Po zakończeniu leczenia, lekarz wyznaczy termin badań kontrolnych oraz przekaże wskazówki co do dalszego postępowania. Zazwyczaj badania kontrolne powinno się wykonywać co 3-4 miesiące w ciągu pierwszych 2-3 lat. W późniejszych latach są to dwie lub tylko jedna wizyta w ciągu roku. Należy jednak pamiętać, że częstotliwość badań kontrolnych, powinna być dostosowana indywidualnie do pacjenta i uwzględniać przebieg jego choroby. Warto na pierwszym spotkaniu uzgodnić z lekarzem dalszy plan w taki sposób, aby się bez pośpiechu przygotować do kolejnych kontroli. Podczas wizyt, lekarz przejrzy Twoją historię choroby, wykona badania oraz zapyta o Twoje odczucia względem stanu zdrowia.

Nie zdziw się, jeżeli będą to badania, takie jak:

- badanie krwi i moczu,
- tomografia komputerowa,
- rezonans magnetyczny,
- endoskopia.

**Pamiętaj, że lepiej zachować tzw. czujność onkologiczną,  
niż bagatelizować badania kontrolne!**

Na następnych stronach znajdziesz kartę pacjenta z najważniejszymi informacjami, które powinieneś uzupełnić przed wizytą kontrolną. Warto też zebrać kopie dokumentacji medycznej i ułożyć ją chronologicznie tak, aby była zawsze pod ręką w razie nagłej potrzeby. Wypisy ze szpitala powinny także być udostępnione Twojemu lekarzowi rodzinemu i umieszczone w Twojej kartotece. Uporządkowana dokumentacja medyczna zapewnia sprawniejszy przepływ informacji w przypadku wizyty u nowych lekarzy.

## Karta leczenia onkologicznego

Imię

Nazwisko

Data urodzenia

PESEL

Rozpoznanie

Stadium zaawansowania / lokalizacja / grupa ryzyka

Data rozpoznania m-c/rok

Ośrodek leczący

### LECZENIE

Chemioterapia (cytostatyki)	Radioterapia	Leczenie chirurgiczne
Antracykliny – dawka kumulacyjna:	Obszar:	Rodzaj operacji:
	Dawka całkowita:	
	Dawka frakcyjna:	
	Data:	Data:
	Obszar:	Rodzaj operacji:
	Dawka całkowita:	
	Dawka frakcyjna:	
	Data:	Data:

Wznowa: tak / nie

Data wznowy

Lokalizacja

### TERAPIA WZNOWY

Chemioterapia (cytostatyki)	Radioterapia	Leczenie chirurgiczne
Antracykliny – dawka kumulacyjna:	Obszar:	Rodzaj operacji:
	Dawka całkowita:	
	Dawka frakcyjna:	
	Data:	Data:
	Obszar:	Rodzaj operacji:
	Dawka całkowita:	
	Dawka frakcyjna:	
	Data:	Data:

### PRZESZCZEP KOMÓREK MACIERZYSTYCH

Tak/nie

Rodzaj

Data

Chemioterapia mieloablacyjna-cytostatyki	Radioterapia
	Obszar:
	Dawka całkowita:
	Dawka frakcyjna:
	Data:

### POWIKŁANIA POPRZESZCZEPOWE

str 1/2

#### TAK / NIE

Rodzaj: .....

Przetoczenia preparatów krwi: **TAK / NIE**

#### POWIKŁANIA W TRAKCIE CHEMIO- / RADIOTERAPII

Cytopenie, gorączki neutropeniczne: **TAK / NIE**

Ciężkie zakażenia .....

Wątroba .....

Układ sercowo-naczyniowy .....

Neurologiczne/neuropoznawcze .....

Układ moczopłciowy .....

.....  
 .....  
 .....

Narządy zmysłów .....

.....  
 .....  
 .....

Drogi oddechowe .....

.....  
 .....  
 .....

Układ kostno-stawowy .....

.....  
 .....  
 .....

Skóra .....

.....  
 .....  
 .....

Inne: **TAK / NIE** (opis)

.....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

## Jak radzić sobie po zakończeniu leczenia choroby nowotworowej

**Koniec leczenia onkologicznego to moment przełomowy. Może wówczas towarzyszyć Ci ogromna mieszanka emocjonalna. Z jednej strony może być to wielka radość i poczucie ulgi, z drugiej niepewność o przyszłość i o to, jak dalej będzie wyglądało Twoje życie. To moment, w którym stopniowo należy wychodzić z roli pacjenta. Czasem okazuje się to trudne, a powrót do dawnego życia być może stanie się dla Ciebie wyzwaniem. Na tym etapie ważne jest, aby dać sobie czas i być dla siebie wyrozumiałym!**



### Emocje, pojawiające się po zakończeniu leczenia

Po zakończeniu leczenia będą one bardzo różne, pamiętaj o tym, że to normalne! Zakończenie leczenia wiąże się dla Ciebie nie tylko z opuszczeniem szpitala, ale zażegnaniem rytmu życia, którym żyłeś przez ostatni czas: badania, czekanie na wyniki, leczenie, wizyty w szpitalu, rozmowy z personelem medycznym, poznawanie historii innych pacjentów. Podczas leczenia cała Twoja energia koncentrowała się wokół tematu walki z chorobą. Po opuszczeniu szpitala możesz

mieć wrażenie, że wszystko zwolniło, a Ty masz teraz więcej czasu na przemyślenia i refleksje. Może także pojawić się tęsknota za „szpitalnym życiem” oraz poznanymi w szpitalu osobami. Daj sobie czas! Staraj się nie przemęczać i zwracać uwagę na swoje siły. W miarę możliwości wróć najpierw do tych lżejszych rzeczy, które sprawiały Ci wcześniej radość.

## Obawy przed nawrotem choroby

Wielu pacjentów obawia się, że po zakończeniu leczenia choroba może powrócić. Każda wizyta u lekarza, każdy najmniejszy objaw i zmiana stanu zdrowia, a także samopoczucie, powoduje strach. Pamiętaj jednak, że to normalne, a obawy, które Ci towarzyszą, będą coraz mniejsze. Pomocne będą w tym regularne kontrole w poradni i monitorowanie stanu zdrowia pod okiem ekspertów. Pamiętaj, aby nie „diagnozować się” na własną rękę za pomocą wyszukiwarki internetowej.

## Nowa rzeczywistość

Bywa, że pacjenci po zakończeniu leczenia czują, że ich życie nabrało nowego sensu. Możesz spojrzeć na codzienne sprawy zupełnie inaczej, odkryć w sobie nowe marzenia, pasje i talenty. Może również zdarzyć się tak, że nie będziesz chciał wracać do Twojego poprzedniego życia, a nauka, którą wyniosłeś dzięki chorobie stanie się dla Ciebie początkiem nowej drogi życiowej.

## Relacje społeczne, czyli jak radzić sobie w szkole

**Powrót do grupy rówieśniczej w przedszkolu czy szkole, po zakończeniu leczenia choroby nowotworowej w dzieciństwie nie jest łatwy. Ozdrowienie może mieć niskie poczucie własnej wartości w związku z chorobą i zastosowanym leczeniem, co z kolei przełoży się na brak motywacji. Powrót do szkoły po tak długiej przerwie, jaką jest leczenie onkologiczne, przysparza dodatkowych zmartwień i negatywnych emocji.**

## Wygląd fizyczny

Dzieci, a zwłaszcza nastolatki, są bardzo skupieni na swoim wyglądzie. Leczenie onkologiczne może powodować różnego rodzaju niekorzystne zmiany w naszym wyglądzie, takie jak utrata włosów, blizny na skórze po zabiegach operacyjnych lub przybranie na wadze. Zmiany te mogą wywołać bardzo silny stres u młodych osób wyleczonych z choroby nowotworowej. Czasami nie chcą oni, by rówieśnicy wiedzieli o tych zmianach, co w konsekwencji może przyczynić się do wydłużenia izolacji społecznej. Ważne, aby osoby dorosłe w otoczeniu dziecka miały świadomość, że zmiany w wyglądzie fizycznym są istotnym źródłem stresu u ozdrowieńców i zapewniały im odpowiednie wsparcie.



## Opóźnienia w nauce szkolnej

Potencjalne problemy edukacyjne, spowodowane zaległościami w nauce wynikającymi z długotrwałego leczenia onkologicznego, są głównym zmartwieniem dla większości dzieci i młodzieży wyleczonych z choroby nowotworowej. Stąd bardzo ważne jest, aby już od samego początku leczenia pacjenci realizowali program szkolny w takim zakresie, w jakim to jest możliwe. Ścisła współpraca między nauczycielami szpitalnymi a dotychczasową szkołą dziecka przez cały okres pobytu w szpitalu, pozwoli realizować program szkolny w tym samym tempie, co grupa rówieśnicza, a to z kolei zmniejszy stres związany z powrotem do szkoły już po leczeniu.

## Ograniczenia ruchowe

Ograniczenia ruchowe związane z chorobą nowotworową i jej leczeniem, mogą ograniczać udział w zajęciach sportowych i innych aktywnościach szkolnych. Może to być źródłem frustracji u ozdowieńca i powodem wykluczenia z grupy rówieśniczej. Ponadto, dzieci i młodzież po leczeniu onkologicznym mogą łatwiej niż rówieśnicy męczyć się podczas aktywności fizycznej. Wiedząc o tym, osoby dorosłe mogą tak dopasować poziom zadań, aby były one możliwe do wykonania przez ozdowieńca. Dzieci te zwykle znają swoje ograniczenia wynikające z choroby i chętnie uczestniczą w tych aktywnościach, które uznają za możliwe do realizacji.

## Lęki i obawy

Dzieci wyleczone z choroby nowotworowej mogą nadal odczuwać lęk o własne życie. Być może nie rozmawiają o tym z najbliższymi, aby oszczędzić im dodatkowych zmartwień. W takiej sytuacji nauczyciel może pomóc zmniejszyć niepokój, a także ułatwić komunikację między członkami rodziny w zakresie trudnych tematów związanych z chorobą.

## Relacje rówieśnicze

Po długiej nieobecności w szkole związanej z leczeniem choroby nowotworowej, ozdowieńcom może mieć trudności w dopasowaniu się do grupy rówieśniczej, która podlegała naturalnej ewolucji podczas jego nieobecności. Dziecko czy nastolatek, który ma za sobą doświadczenie choroby nowotworowej, również zmienił się od czasu, gdy był ostatnio w szkole. Po powrocie może być bardziej pobudliwy albo wycofany. Zmiany te dotyczą tylko części ozdowieńców. Pozostali wydają się bardziej „dorośli” po zakończeniu leczenia onkologicznego, a na pewno silniejsi emocjonalnie niż przed leczeniem. Rówieśnikom także może być ciężko nawiązać kontakt z dzieckiem, które wróciło do grupy po leczeniu onkologicznym. Podobnie jak dorośli mogą obawiać się, co powiedzieć choremu dziecku, aby go nie urazić. Mimo tych trudności, szybki powrót do grupy rówieśniczej jest nie tylko konieczny, ale też bardzo potrzebny ozdowieńcom.



# LISTA OŚRODKÓW ONKOLOGICZNYCH NA TERENIE CAŁEJ POLSKI

## **Uniwersytecki Dziecięcy Szpital Kliniczny im. Ludwika Zamenhofs w Białymstoku**

ul. Jerzego Waszyngtona 17  
15-274 Białystok  
Klinika Onkologii i Hematologii Dziecięcej

## **Szpital Uniwersytecki im. Antoniego Jurasza**

ul. Marii Skłodowskiej – Curie 9  
85-094 Bydgoszcz  
Klinika Pediatrii, Hematologii i Onkologii

## **Zespół Szpitali Miejskich w Chorzowie**

ul. Truchana 7  
41-500 Chorzów  
Oddział Hematologii i Onkologii Dziecięcej

## **Uniwersyteckie Centrum Kliniczne**

ul. Dębinki 7  
80-952 Gdańsk  
Klinika Pediatrii, Hematologii, Onkologii i Endokrynologii

## **Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny nr 6 Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach Górnośląskie Centrum Zdrowia Dziecka im. Jana Pawła II**

ul. Medyków 16  
40-752 Katowice  
Klinika Onkologii, Hematologii i Chemioterapii

## **Wojewódzki Szpital Zespolony w Kielcach**

ul. Artwińskiego 3a  
25-734 Kielce  
Oddział Onkologii i Hematologii Dziecięcej

## **Uniwersytecki Szpital Dziecięcy w Krakowie**

ul. Wielicka 265  
30-663 Kraków  
Klinika Onkologii i Hematologii Dziecięcej

## **Uniwersytecki Szpital Dziecięcy w Lublinie**

ul. Chodźki 2  
20-093 Lublin  
Klinika Hematologii, Onkologii i Transplantologii Dziecięcej

## **Centralny Szpital Kliniczny Uniwersytetu Medycznego w Łodzi**

ul. Sporna 36/50  
91-738 Łódź  
Klinika Pediatrii, Onkologii, Hematologii i Diabetologii

## **Wojewódzki Specjalistyczny Szpital Dziecięcy im. prof. dr Stanisława Popowskiego w Olsztynie**

ul. Żołnierska 18 a  
10-561 Olsztyn  
Oddział Kliniczny Onkologii i Hematologii Dziecięcej

## **Szpital Kliniczny im. Karola Jonschera Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu**

ul. Szpitalna 27/33  
60-572 Poznań  
Klinika Onkologii, Hematologii i Transplantologii Pediatricznej

## **Kliniczny Szpital Wojewódzki nr 2 im. św. Jadwigi Królowej w Rzeszowie**

ul. Lwowska 60  
35-301 Rzeszów  
Klinika Onkohematologii Dziecięcej

## **Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny nr 1 PUM im. Tadeusza Sokołowskiego w Szczecinie**

ul. Unii Lubelskiej 1  
71-252 Szczecin  
Klinika Pediatrii, Hemato-Onkologii i Gastroenterologii Dziecięcej  
Klinika Pediatrii i Onkologii Dziecięcej

## **Instytut „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka”**

Al. Dzieci Polskich 20  
04-730 Warszawa  
Klinika Onkologii

## **Samodzielny Publiczny Dziecięcy Szpital Kliniczny w Warszawie**

ul. Żwirki i Wigury 63 A  
02-091 Warszawa  
Klinika Onkologii i Hematologii Dziecięcej

## **Instytut Matki i Dziecka**

ul. Kasprzaka 17 a  
01-211 Warszawa  
Klinika Onkologii i Chirurgii Onkologicznej Dzieci i Młodzieży

## **Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza – Radeckiego**

ul. Borowska 213  
50-556 Wrocław  
Ponadregionalne Centrum Onkologii Dziecięcej “Przyłądek Nadziei”  
Klinika Transplantacji Szpiku, Onkologii i Hematologii Dziecięcej

## **Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny nr 1 im. prof. S. Szyszko Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach**

ul. 3-go Maja 13-15  
41-800 Zabrze  
Klinika Pediatrii, Hematologii i Onkologii Dziecięcej





## PROJEKCJE

**Projekt „Wielkopolska Onkologia Dziecięca – Wielkopolski Program Profilaktyczny w zakresie onkologii dziecięcej”, realizowany jest od 1 marca 2018r., przez Fundację Pomocy Dzieciom z Chorobami Nowotworowymi we współpracy ze Szpitalem Klinicznym im. Karola Jonschera w Poznaniu, w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego województwa wielkopolskiego na lata 2014-2020. Powstał z inicjatywy lekarzy Kliniki Onkologii, Hematologii i Transplantologii Pediatricznej UM w Poznaniu.**

### Projekt...

- ma za zadanie ograniczać zdrowotne i społeczne skutki późnego wykrycia chorób nowotworowych u dzieci i młodzieży, z terenu woj. wielkopolskiego,
- skupia się na edukacji zdrowotnej, w zakresie profilaktyki oraz wiedzy na temat wczesnych objawów chorób nowotworowych u dzieci i młodzieży,

### ponadto:

- w jego zakresie, prowadzone są działania wspierające leczenie onkologiczne, polegające na specjalistycznych konsultacjach w zakresie: psychologii, neurologopedii, rehabilitacji, terapii integracji sensorycznej, diety oraz doradztwa zawodowego,
- wykonywane są badania histopatologiczne u dzieci, a także niestandardowe badania genetyczne – u pacjenta i jego otoczenia,
- po zakończeniu leczenia, prowadzone są działania, mające na celu zapewnienie jak najwyższej jakości życia, poprzez dalsze wsparcie specjalistyczne oraz monitorowanie późnych powikłań leczenia onkologicznego w dzieciństwie, ich profilaktykę, a w razie potrzeby, również ich leczenie.

### Program skierowany jest do:

- dzieci i młodzieży do 18 roku życia oraz ich rodziców lub opiekunów,
- lekarzy rodzinnych i pediatrów,
- pracowników POZ (w szczególności do pielęgniarek i położnych),
- pracowników instytucji pomocy społecznej, psychologów, terapeutów,
- pracowników placówek edukacyjnych (nauczycieli, pedagogów, dyrektorów),

**z terenu województwa wielkopolskiego.**

Więcej informacji o projekcie:

[www.wielkopolskaonkologiadziecieca.pl](http://www.wielkopolskaonkologiadziecieca.pl)

## Realizatorzy programu



### Fundacja Pomocy Dzieciom z Chorobami Nowotworowymi w Poznaniu

Powstała 28 grudnia 1992 roku i od tej chwili działa nieprzerwanie. Jej założycielami byli rodzice dzieci zmagających się z chorobą nowotworową. Ich doświadczenie, wiedza praktyczna oraz towarzyszący jej ogrom uczuć i cierpliwości od lat pomagają kolejnym dzieciom i ich rodzicom zmagać się z trudnymi momentami choroby.

W skład Fundacji wchodzi także grupa wolontariuszy. Bezinteresownie zajmują się oni organizowaniem dzieciom czasu spędzanego na oddziałach onkologicznych. Ich działalność jest także realizacją celów statutowych Fundacji.

#### Celem Fundacji jest organizowanie wszechstronnej pomocy dzieciom z chorobami nowotworowymi, a w szczególności:

- organizowanie pomocy finansowej dla specjalistycznego leczenia dzieci,
- pomoc rodzinom dzieci dotkniętych chorobami nowotworowymi,
- promocja i organizacja wolontariatu,
- działanie na rzecz dzieci niepełnosprawnych,
- pomoc i wsparcie psychologiczne dla dzieci dotkniętych chorobą nowotworową oraz ich rodzin,
- działalność w zakresie ochrony i promocji zdrowia.

Więcej informacji o Fundacji:

[www.fundacjapomocydzieciom.com.pl](http://www.fundacjapomocydzieciom.com.pl)



### Szpital Kliniczny im. Karola Jonschera Uniwersytetu Medycznego im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu



Szpital jest jedyną w Wielkopolsce wyskospecjalistyczną placówką opieki zdrowotnej, która na bazie 13 klinik pediatrycznych, między innymi Kliniki Onkologii, Hematologii i Transplantologii Pediatrycznej oraz zespołu Poradni Przeszpitalnych, w tym Poradni Onkologicznej, prowadzi kompleksową diagnostykę i leczenie u dzieci i młodzieży, obejmujące również diagnostykę i leczenie chorób nowotworowych. Poza działalnością kliniczną, Szpital prowadzi działalność dydaktyczną i naukową.

Szpital dokłada wszelkich starań, aby w procesie leczenia wykorzystywane były najnowsze, sprawdzone osiągnięcia medyczne. Pracownicy Szpitala stale biorą udział w poszukiwaniu coraz skuteczniejszych metod diagnostyczno-leczniczych. Na bazie Szpitala w 1982 r. powstał pierwszy w Polsce ośrodek kompleksowego leczenia chorób nowotworowych u dzieci, a w 1989 r., pierwszy w Polsce dziecięcy oddział transplantacji szpiku.

Pracownicy Szpitala, dzieląc się swoją wiedzą i doświadczeniem ze studentami Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu, kształcą kolejne pokolenia lekarzy, stomatologów, pielęgniarek, diagnostów medycznych i rehabilitantów.

Więcej informacji o Szpitalu:  
[www.skp.ump.edu.pl](http://www.skp.ump.edu.pl)



## ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU W PROJEKCIE!

Przystępując do Projektu „Wielkopolska Onkologia Dziecięca – Wielkopolski Program Profilaktyczny w zakresie onkologii dziecięcej”, zyskujecie Państwo bezpłatne wsparcie i pomoc naszych specjalistów.

### Proponujemy:

- wsparcie terapeutów integracji sensorycznej,
- wsparcie neurologopedyczne,
- wsparcie rehabilitacyjne,
- wsparcie dietetyczne,
- wsparcie psychologiczne,
- wsparcie doradcy zawodowego.

---

Ze wsparcia można skorzystać  
na terenie Szpitala Klinicznego im. Karola Jonschera  
Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu

---

Do udziału w projekcie  
zapraszamy mieszkańców woj. wielkopolskiego

---

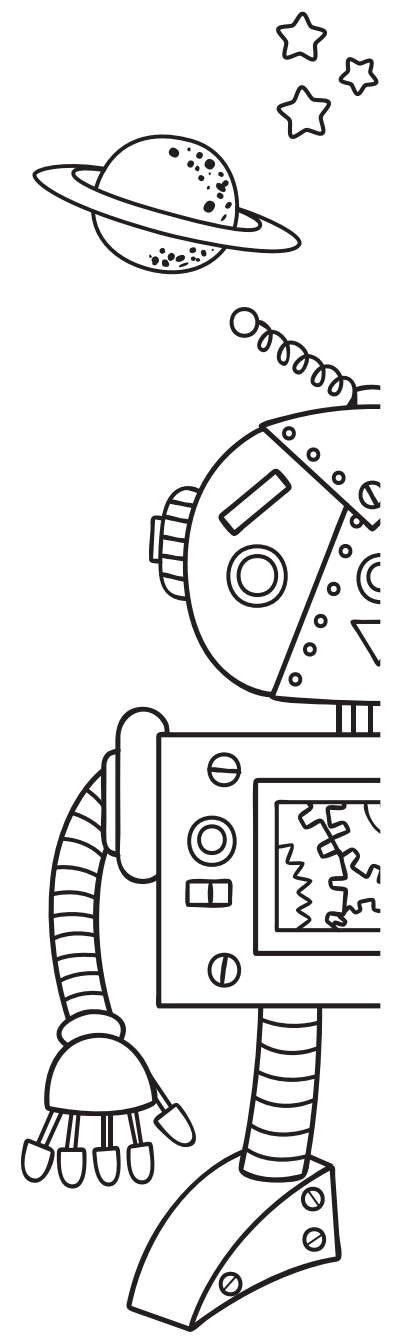
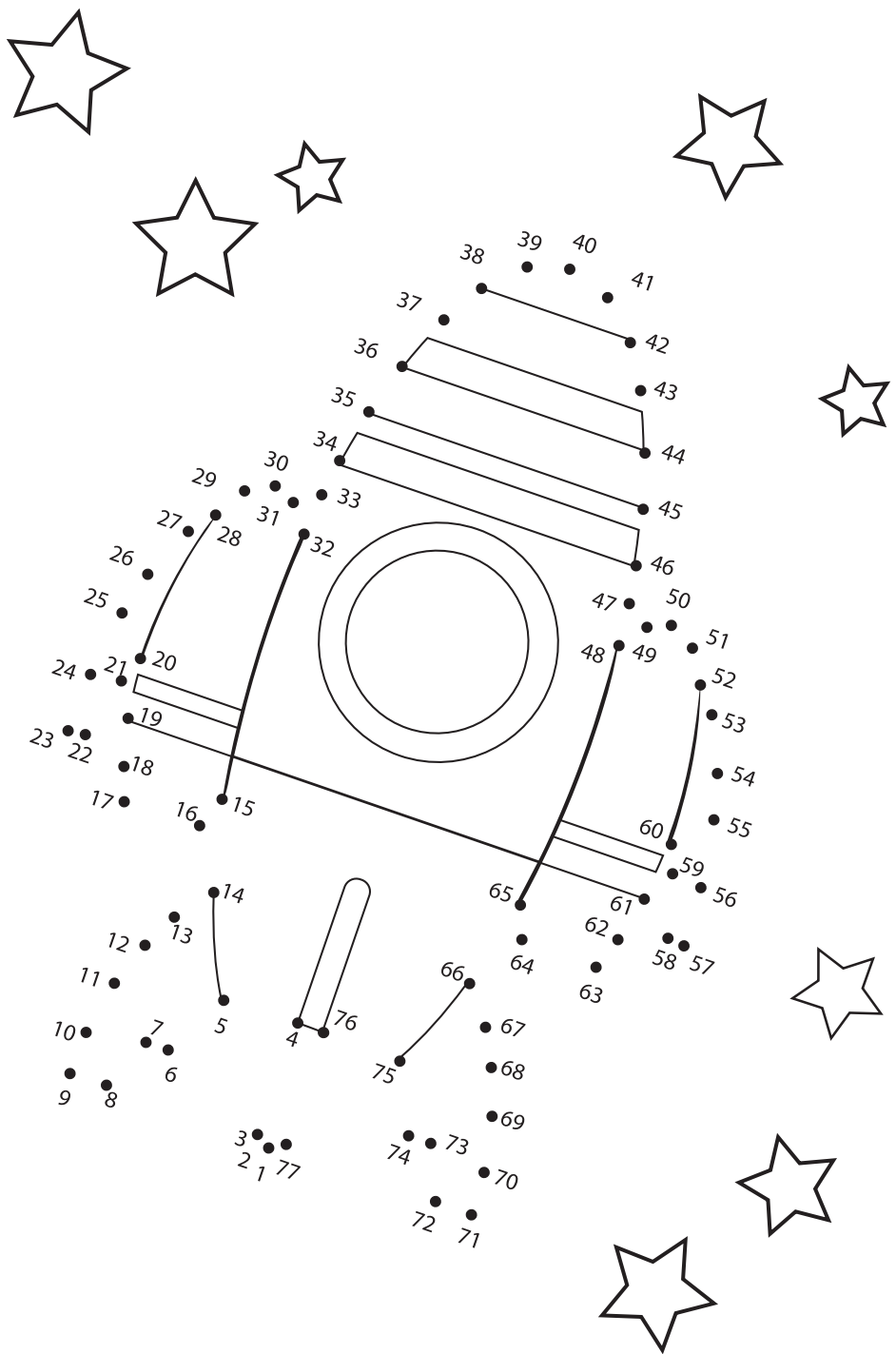
Wsparcie udzielane jest pacjentom onkologicznym w wieku  
od 0 do 18 roku życia oraz osobom z ich najbliższego otoczenia

---

Więcej informacji na temat powyższego wsparcia oraz niezbędne dokumenty,  
znajdziecie Państwo na naszej stronie:

[www.wielkopolskaonkologiadziecieca.pl](http://www.wielkopolskaonkologiadziecieca.pl)





Uruchom wyobraźnię.  
Co znajduje się po prawej stronie?  
Narysuj i pokoloruj rysunek.

## Terminarz wizyt



Data wizyty



Godzina



Wskazówki lekarza

Data wizyty	Godzina	Wskazówki lekarza

## Terminarz wizyt



Data wizyty



Godzina



Wskazówki lekarza

Data wizyty	Godzina	Wskazówki lekarza

## Notatki





# Wielkopolska Onkologia Dziecięca

Wielkopolski Program Profilaktyczny  
w zakresie onkologii dziecięcej

ISBN 978-83-951295-5-1



9 788395 112955 1

Publikacja powstała w ramach projektu  
„Wielkopolska Onkologia Dziecięca – Wielkopolski Program Profilaktyczny w zakresie onkologii dziecięcej”.

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego  
w ramach Wielkopolskiego Regionalnego Programu Operacyjnego na lata 2014-2020.



Rzeczpospolita  
Polska



SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA  
WIELKOPOLSKIEGO

Unia Europejska  
Europejski Fundusz Społeczny



**Beneficjent:**



Fundacja Pomocy Dzieciom  
z Chorobami Nowotworowymi w Poznaniu

**Partner:**



**SZPITAL KLINICZNY**  
im. Karola Jonschera  
Uniwersytetu Medycznego  
im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu

Autor treści: dr n. med. Jolanta Skalska-Sadowska, dr n. med. Olga Zając-Spychała  
Projekt graficzny: Expansja Advertising