SPECJALISTYCZNA FIRMA ORTOPEDYCZNA

OrtoPes

INFORMATOR
dla pacjentów po amputacji kończyn

Krok po kroku
aż do zaprotezowania.

“

Amputacja nie jest przeszkodą
w powrocie do sprawności...

WYKONUJEMY WSZYSTKIE RODZAJE PROTEZ KOŃCZYN GÓRNYCH I DOLNYCH

również w ramach refundacji

NFZ
Narodowy Fundusz Zdrowia

tel. **71 790 03 01**
e-mail: **biuro@ortopes.pl**

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY
OrtoPes

Opracowanie:
Specjalistyczna Firma Ortopedyczna „ORTO-PES”
Wszelkie prawa zastrzeżone.

Spis treści

WSTĘP 3

1 KONSULTACJA i PRZYGOTOWANIE 4

1.1 Higiena kikuta i blizny pooperacyjnej 4

1.2 Formowanie – bandażowanie kikuta 4

- Bandażowanie kikuta uda 5
- Bandażowanie kikuta podudzia 6

1.3 Hartowanie kikuta 7

1.4 Terapia ułożeniowa 8

1.5 Ćwiczenia 9

- Ćwiczenia po amputacji na poziomie uda 9
- Ćwiczenia po amputacji na poziomie podudzia 11

2 FORMALNOŚCI - JAK UZYSKAĆ PROTEZĘ 13

2.1 Narodowy Fundusz Zdrowia 13

- Kody zaopatrzenia ortopedycznego 14

2.2 Dofinansowanie 16

3 DOBÓR PROTEZY 17

4 POBRANIE MIARY I WYKONANIE PROTEZY 18

4.1 Miara 18

4.2 Proteza 18

5 PRZYMIARKA, DOPASOWANIE I ODBIÓR PROTEZY 19

6 NAUKA POSŁUGIWANIA SIĘ PROTEZĄ 20

6.1 Aktywność w życiu codziennym 20

6.2 Ćwiczenia po zaprotezowaniu 21

PROTEZY NASZYCH PACJENTÓW 23

ADRESY ODDZIAŁÓW NFZ 24

ADRESY ODDZIAŁÓW MOPS i PCPR 25

POMAGAMY ODZYSKAĆ RÓWNOWAGĘ

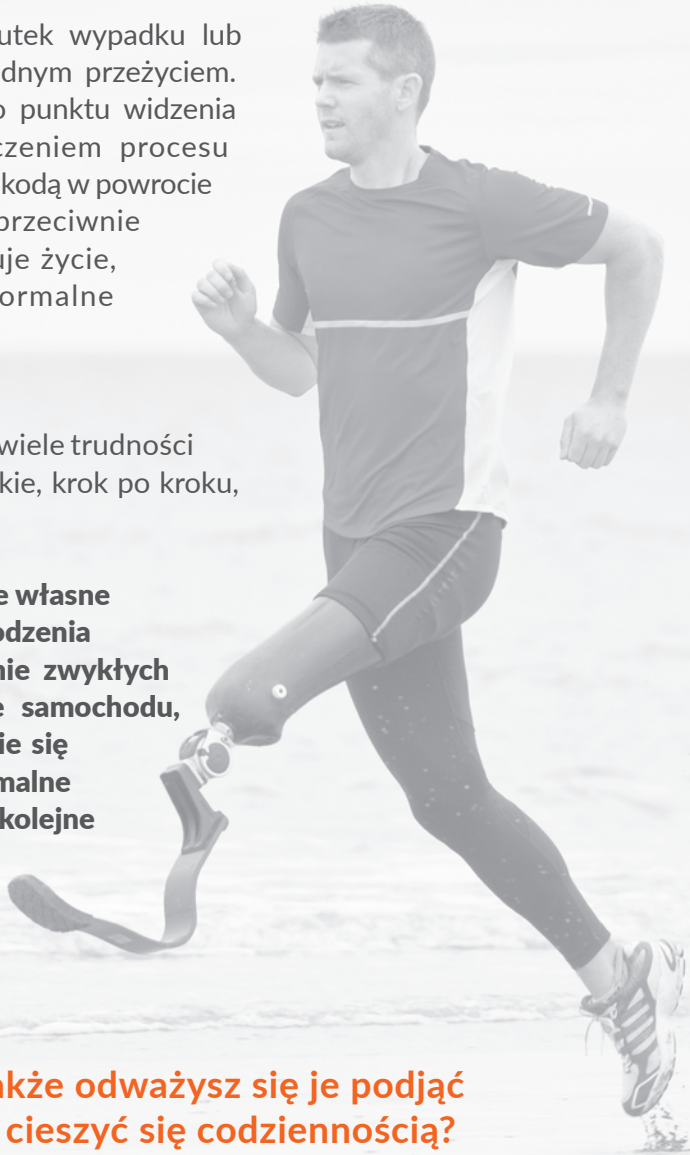
OrtoPes

Wstęp

Utrata kończyny, na skutek wypadku lub choroby, jest bardzo trudnym przeżyciem. Mimo, że z medycznego punktu widzenia amputacja jest zwieńczeniem procesu leczenia, to nie jest przeszkodą w powrocie do sprawności. Wręcz przeciwnie - amputacja często ratuje życie, a następnie ułatwia normalne funkcjonowanie bez bólu i niedomagań ciała.

Na początku pojawia się wiele trudności i wyzwań, jednak wszystkie, krok po kroku, można przezwyciężyć.

Gdy tylko uwierzy się we własne możliwości to nauka chodzenia w protezie, wykonywanie zwykłych czynności, prowadzenie samochodu, a nawet bieganie - stanie się możliwe, a aktywne normalne życie będzie czekało na kolejne wyzwania.



Czy Ty także odważysz się je podjąć by móc cieszyć się codziennością?

Konsultacje i przygotowanie

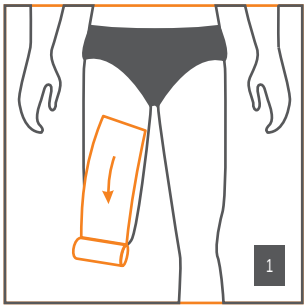
Zapewniamy bezpłatne konsultacje z naszym fizjoterapeutą w szpitalu lub w Twoim domu. W ich ramach dowiesz się jak przygotować się do zaprotezowania, gdzie dokonać wszystkich formalności oraz jak będzie wyglądała Twoja proteza.

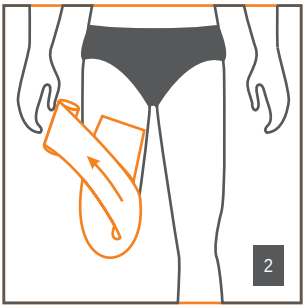
1.1 Higiena kikuta i blizny pooperacyjnej

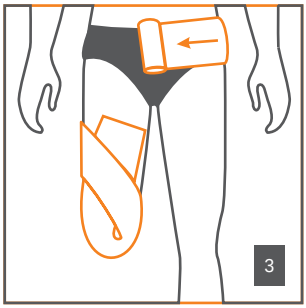
- stosuj się do zaleceń lekarza dotyczących zmiany oraz rodzaju opatrunków;
- kikut myj codziennie delikatnymi środkami;
- po zdjęciu szwów dbaj o kondycję blizny pooperacyjnej poprzez codzienne wmasowywanie w nią okrężnymi ruchami kremu lub maści na blizny;

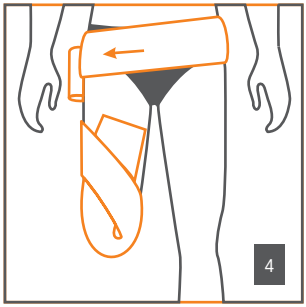
1.2 Formowanie – bandażowanie kikuta

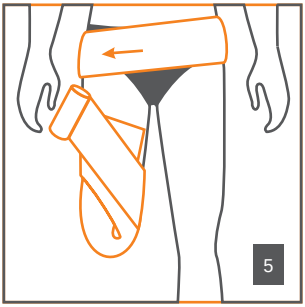
- po wygojeniu rany bandażuj kikut codziennie, aż do dnia pobrania miary na protezę, a także w przypadku gdy przez dłuższy okres czasu nie nosisz protezy;
- do bandażowania używaj zwykłej opaski elastycznej lub specjalistycznego bandaża kompresyjnego (o szczegóły zapytaj naszego fizjoterapeutę);

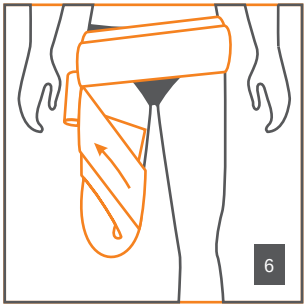












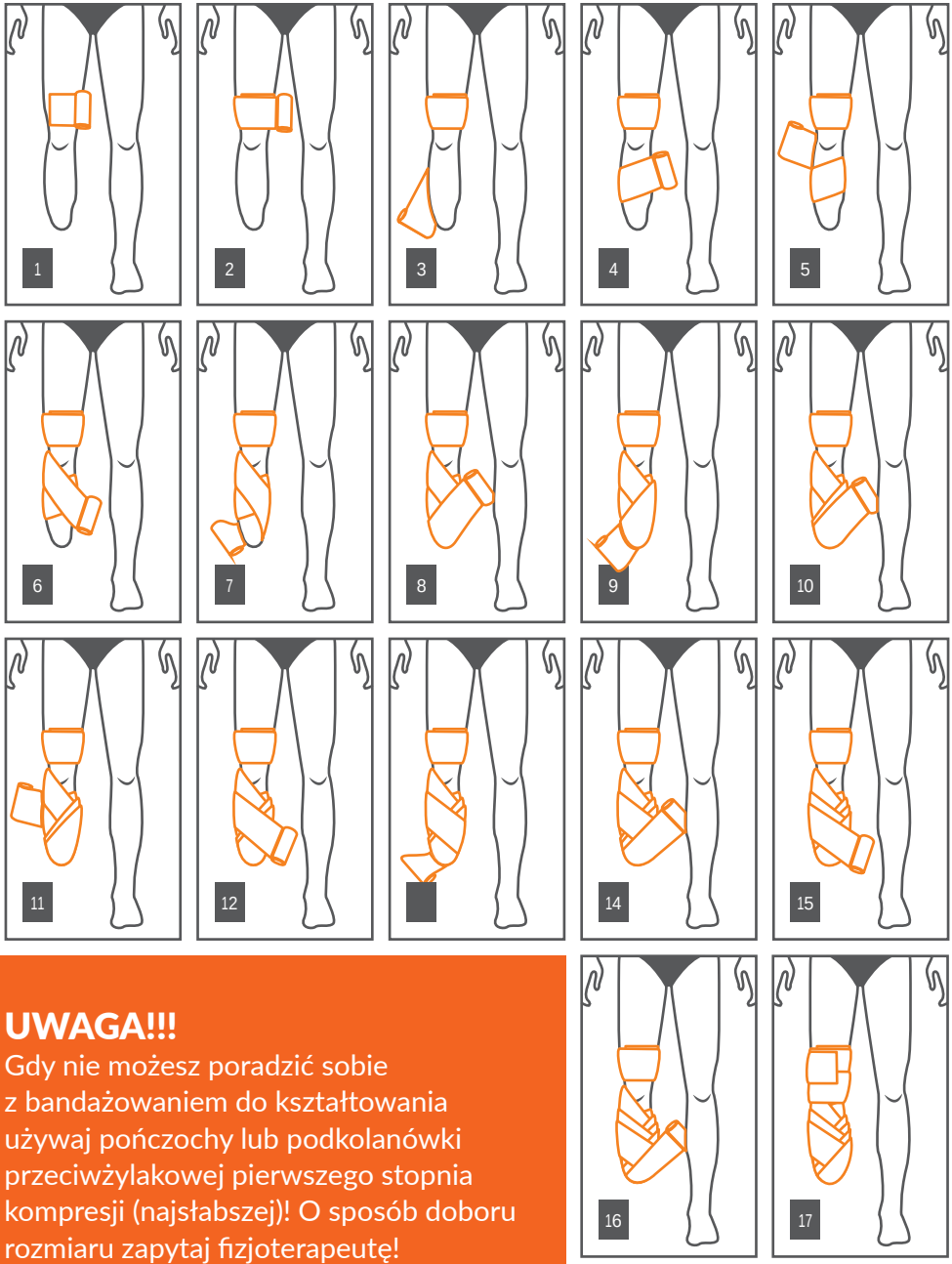
UWAGA!!!

Gdy nie możesz poradzić sobie z bandażowaniem do kształtowania używaj rajstop przeciwżylakowych pierwszego stopnia kompresji (najsłabszych) wg podanego niżej schematu:

1. Ucinamy jedną całą nogawkę po stronie zdrowej nogi zostawiając część majtkową
2. Zakładamy rajstopy
3. Poniżej szczytu kikuta zawiązujemy drugą zostawioną nogawkę rajstop na supeł
4. Ucinamy zbędną część poniżej supła.

O sposób doboru rozmiaru zapytaj fizjoterapeutę!

Bandażowanie kikuta podudzia Konsultacje i przygotowanie



UWAGA!!!

Gdy nie możesz poradzić sobie z bandażowaniem do kształtowania używaj pończochy lub podkolanówki przeciwżylakowej pierwszego stopnia kompresji (najsłabszej)! O sposób doboru rozmiaru zapytaj fizjoterapeutę!

OrtoPes tel. 71 790 03 01

1.3 Hartowanie kikuta

Po wygojeniu rany przystąp do hartowania kikuta. Kilkukrotnie w ciągu dnia:

- dotykaj, głaskaj, rozcieraj, oklepuj kikut;
- masuj dłońmi oraz przy użyciu przedmiotów o różnej strukturze np. ręcznik frotte, szczotka, piłeczka z kolcami;
- wykonuj prysznic kikuta na zmianę ciepłą i zimną wodą;
- obciążaj kikut na miękkich podłożach;

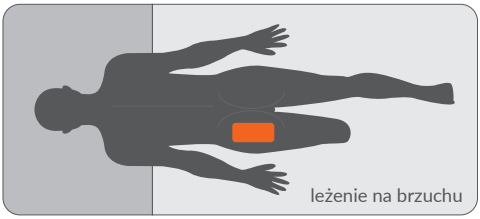
WAŻNE
w miarę przebiegu hartowania zwiększaj intensywność wykonywanych czynności!

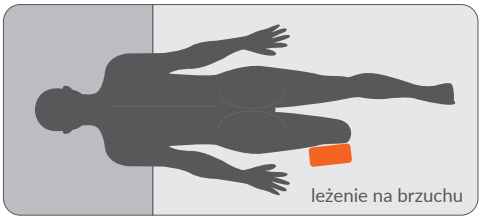
Czas przygotowania do zaprotezowania jest indywidualną kwestią każdego pacjenta i zależy m.in. od przyczyny amputacji i wydolności kikuta.

1.4 Terapia ułożeniowa

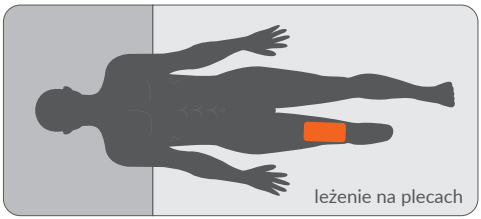
Po amputacji kikut ma tendencję do ustawiania się w nieprawidłowej pozycji ułożeniowej, co doprowadzić może do powstania patologicznego przykurczu, który wydłuża i utrudnia proces zaprotezowanie pacjenta.

U pacjentów po amputacji w obrębie uda bardzo często dochodzi do powstania przykurczu zgięciowo - odwiedzeniowego w stawie biodrowym z rotacją zewnętrzną. Aby zapobiec przykurczowi, pacjent powinien unikać pozycji ze zgiętym stawem biodrowym oraz nie podkładać żadnych przedmiotów pod udo w trakcie stania, siedzenia czy leżenia. Zalecana jest pozycja korygująca leżenia przodem (na brzuchu), po zewnętrznej stronie kikuta należy ułożyć np. woreczek z piaskiem zabezpieczający przed odwiedzeniem kikuta.





W przypadku amputacji w obrębie podudzia dochodzi do przykurczu zgięciowego w stawie kolanowym.
Aby zapobiec wytworzeniu tego przykurczu, pacjent powinien unikać pozycji ze zgiętym stawem kolanowym oraz nie podkładać wałka pod kolano w trakcie leżenia.



1.5 Ćwiczenia

Ćwiczenia rozpocznij możliwie jak najszybciej po operacji - począwszy od ćwiczeń przeciwzakrzepowych, oddechowych i izometrycznych, aż po ćwiczenia amputowanej kończyny oraz całego ciała. Wykonuj je codziennie!

UWAGA!!!
Zestaw ćwiczeń powinien być indywidualnie dobrany do potrzeb, wieku, stanu zdrowia i poziomu mobilności każdego pacjenta. W tym celu należy skonsultować go z lekarzem lub fizjoterapeutą!

Proponowane przez nas ćwiczenia są proste i nie wymagają dużego wysiłku fizycznego, a także możesz je wykonywać samodzielnie w domu.

Ćwiczenia po amputacji na poziomie uda

Ćwiczenie nr 1

Pozycja wyjściowa: połóż się na plecach, ręce ułóż wzdłuż tułowia. Pod kikut podłóż poduszkę, piłkę lub wałek.
Ruch: przez 5 sekund dociskaj kikutem poduszkę, piłkę lub wałek do podłoża, rozluźnij kikut, odpocznij 10 sekund.

Powtórz ćwiczenie min. 10 razy

Ćwiczenia po amputacji na poziomie uda

Ćwiczenie nr 2

Pozycja wyjściowa: połóż się na boku na stronie nieamputowanej kończyny. Głowę podeprzyj na ręce, tułów oprzyj na podłodze. Pomiędzy kikutem, a nieamputowaną kończyną umieść poduszkę, piłkę lub wałek.
Ruch: przez 5 sekund dociskaj kikutem poduszkę, piłkę lub wałek do nieamputowanej kończyny, rozluźnij kikut, odpocznij 10 sekund.

Powtórz ćwiczenie min. 10 razy

Ćwiczenie nr 3

Pozycja wyjściowa: połóż się na plecach, ręce skrzyżuj na klatce piersiowej lub ułóż wzdłuż tułowia. Ugnij nieamputowaną kończynę w kolanie. Pod kikut podłóż poduszkę, piłkę lub wałek.
Ruch: unieś biodra i napnij pośladki, utrzymaj napięcie przez 5 sekund, rozluźnij pośladki, opuść biodra, odpocznij przez 10 sekund.

Powtórz ćwiczenie min. 10 razy

Ćwiczenie nr 1

Pozycja wyjściowa: połóż się na brzuchu, podeprzyj tułów na łokciach. Pod kikut podłóż poduszkę, piłkę lub wałek.
Ruch: przez 5 sekund dociskaj kikutem poduszkę, piłkę lub wałek do podłoża, rozluźnij kikut, odpocznij 10 sekund.

Powtórz ćwiczenie min. 10 razy

Ćwiczenie nr 2

Pozycja wyjściowa: usiądź na krześle, wyprostuj plecy, ustabilizuj postawę chwytając krzesło obiema rękami przy siedzeniu. Taśmę elastyczną jednym końcem przymocuj do nogi krzesła, a drugim do kikuta.
Ruch: wyprostuj kończynę maksymalnie w stawie kolanowym, utrzymaj napięcie przez 5 sekund, następnie rozluźnij, odpocznij 10 sekund.

Powtórz ćwiczenie min. 10 razy.

Ćwiczenia po amputacji na poziomie podudzia

Ćwiczenie nr 3

Pozycja wyjściowa: stań całym ciężarem ciała na nieamputowanej kończynie. Kikut amputowanej kończyny oprzyj np. na poduszce położonej na taborecie lub łóżku.
Ruch: stopniowo przenoś ciężar ciała z kończyny nieamputowanej na kikut i powracaj do pozycji wyjściowej.

W miarę hartowania kikuta wydłużaj czas jego obciążania.

NIEDOZWOLONE!!!

pozycje ułożeniowe po amputacji uda (1) i podudzia (2-5)

Formalności
- JAK UZYSKAĆ PROTEZĘ

2.1 Narodowy Fundusz Zdrowia

Aby uzyskać protezę w ramach refundacji Narodowego Funduszu Zdrowia - NFZ - potrzebujesz:

1. skierowanie od lekarza pierwszego kontaktu do lekarza specjalisty: chirurga lub ortopedy lub lekarza rehabilitacji medycznej;

2. zlecenie na protezę wystawione przez lekarza specjalistę z właściwym kodem zaopatrzenia;

3. dowód osobisty;

UWAGA!!!
Zlecenie z odpowiednim kodem można otrzymać już w dniu wypisu ze szpitala!

Zlecenie należy dostarczyć do właściwego dla Twojego miejsca zamieszkania oddziału NFZ (osobiście lub pocztą) w celu podbicia i potwierdzenia.
Jest to konieczny krok do uzyskania refundacji na protezę!!!
Potwierdzone przez NFZ zlecenie dostarcz do firmy ortopedycznej, która będzie wykonywać Twoją protezę!

1	2	3	4	5
Lekarz pierwszego kontaktu	**Lekarz specjalista** chirurg ortopeda lek. rehab.med.	**Oddział wojewódzki NFZ**	**Firma ortopedyczna**	**Proteza**

Kody zaopatrzenia ortopedycznego

wraz z wysokością refundacji NFZ, dofinansowania z MOPS (Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej) lub PCPR (Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie) oraz w ramach programu „Aktywny Samorząd".

Kończyna dolna					
No	Nazwa	Kod NFZ	Limit NFZ (zł)	MOPS /PCPR	Aktywny samorząd
1	Proteza tymczasowa podudzia*	B.004	900	+ 1350	-
2	Proteza ostateczna modularna podudzia	B.008	3 500	+ 5 250	14 000
3	Pończochy kikutowe podudzia (12 szt.)	P.107	240	-	-
4	Proteza tymczasowa uda*	C.012	1 600	+ 2 400	-
5	Proteza ostateczna modularna uda	C.014	5 500	+ 8 250	20 000
6	Pończochy kikutowe uda (12 szt.)	P.108	240	-	-
7	Proteza ostateczna modularna z koszem biodrowym po wyłuszczeniu w stawie biodrowym	D.019	7 500	+ 11 250	25 000
8	Protezowa wkładka do buta uzupełniająca stopę	A.001	200	+ 300	-
9	Proteza uzupełniająca stopę	A.002	600	+ 900	-
10	Proteza ostateczna w obrębie stawu skokowego z kikutem oporowym	A.003	1 800	+ 4 500	-

*Z naszego doświadczenia wynika, że nie zawsze jest potrzeba wykonywania protezy tymczasowej!

Kończyna górna					
No	Nazwa	Kod NFZ	Limit NFZ (zł)	MOPS /PCPR	Aktywny samorząd
11	Proteza kosmetyczna w obrębie ręki	E.021	800	+ 1 200	9 000
12	Proteza kosmetyczna w obrębie przedramienia	F.022	1 200	+ 1 800	-
13	Proteza robocza z końcówką roboczą w obrębie przedramienia	F.023	2 800	+ 4 200	20 000
14	Proteza kosmetyczna w obrębie ramienia	G.024	2 400	+ 3 600	-
15	Proteza robocza z końcówką roboczą w obrębie ramienia	G.025	4 000	+ 6 000	26 000

Wymiana leja				
No	Nazwa	Kod NFZ	Limit NFZ (zł)	MOPS /PCPR
1	Wymiana leja w protezie ostatecznej podudzia	B.010	1 500	+ 2 250
2	Wymiana leja w protezie ostatecznej uda	C.017	2 000	+ 3 000
3	Wymiana kosza biodrowego po wyłuszczeniu w st. biodrowym	D.020	2 000	+ 3 000

UWAGA!!!

przez pierwszy rok użytkowania protezy kształt Twojego kikuta będzie się zmieniał - lej protezowy może stać się niedopasowany i zbyt luźny.
W związku z tym zalecamy: do roku po otrzymaniu protezy, gdy kikut znacząco zmieni kształt i objętość, skorzystanie z wymiany leja protezowego. Wystarczy dostarczyć zlecenie potwierdzone przez NFZ na wyminę leja.

2.2 Dofinansowanie

Aby otrzymać dofinansowanie do protezy (DODATKOWO DO KWOTY REFUNDACJI Z NFZ)

NALEŻY UZYSKAĆ:

- z MOPS (Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej) lub PCPR (Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie) - (wykaz placówek na końcu informatora):
  - **orzeczenie o niepełnosprawności** - wydane przez Powiatowy Zespół ds. Orzekania o niepełnosprawności;
  - **wniosek o dofinansowanie**;

- z firmy ortopedycznej, która będzie wykonywać Twoja protezę:
  - **fakturę pro forma na protezę**;

Po złożeniu dokumentów w MOPS lub PCPR możesz:
a) czekać na przyznanie dofinansowania;
b) lub dopłacić brakującą kwotę i czekać na jej zwrot z MOPS lub PCPR.

Dobór protezy

Na pierwszym spotkaniu technik ortopeda zaproponuje Ci protezę uwzględniając Twoje indywidualne potrzeby, wiek, ogólny stan zdrowia, możliwości i oczekiwania. Do doboru protezy pomocna jest również ocena tzw. poziomu mobilności.

0	1	2	3	4
względy estetyczne pionizacja rehabilitacja	lekka bezpieczna konstrukcja mechaniczne przeguby	zwiększona dynamika wieloosiowość	podzespoły nieograniczające aktywności zawodowej /społecznej	odporność na przeciążenia wynikające z pracy fizycznej /aktywność sportowa

- Proteza jest tylko narzędziem!
- Kikut musi być dobrze przygotowany, a lej protezy dopasowany by ją wygodnie użytkować.
- Bez pracy własnej, chęci i motywacji nawet najdroższą protezę trudno będzie Ci w pełni wykorzystać.
- Proteza NIE MUSI kosztować setek tysięcy złotych by można było w niej normalnie funkcjonować.
- **W protezach wykonanych w ramach refundacji, TEŻ MOŻNA CHODZIĆ.**

ROZDZIAŁ
CZWARTY

Pobranie miary i wykonanie protezy

4.1 Miara

Na kolejnym spotkaniu technik ortopeda pobierze gipsową miarę, na podstawie której wykona Twoją protezę.

4.2 Proteza

Proteza, którą otrzymasz to tzw. proteza modularna - składa się ona z określonych części, modułów.

UWAGA: pokrycie kosmetyczne protezy wykonuje się po określonym czasie, gdy jest pewność, że proteza jest dobrze dopasowana.

OrtoPes

Przymiarka, dopasowanie i odbiór protezy

Na następnym spotkaniu odbędzie się odbiór i pierwsza przymiarka Twojej protezy.

Technik nauczy Cię także podstawowych czynności związanych z użytkowaniem protezy takich jak:

- zakładanie / ściąganie protezy
- siadanie / wstawanie
- stawianie pierwszych kroków w barierkach, o balkoniku lub o kulach;

W trakcie przymiarki może okazać się, że lej protezowy lub np. wysokość protezy wymaga dopasowania. W takim przypadku technik ortopeda na miejscu, w pracowni protetycznej, z użyciem specjalistycznych narzędzi dokona korekty.

WAŻNE:
z tego względu odbiór protezy możliwy jest tylko w siedzibie firmy!

Nauka posługiwania się protezą

6.1 Aktywność w życiu codziennym

UŻYTKOWANIA PROTEZY TRZEBA SIĘ NAUCZYĆ!

1 etap | naukę rozpocznij od chodzenia

- przy pomocy balkonika lub 2 kul łokciowych;
- w pomieszczeniach zamkniętych;
- w obecności osób trzecich;
- po płaskich, twardych powierzchniach;

2 etap | w miarę nabierania pewności i wyczucia protezy przejdź do poruszania się

- z 1 kulą łokciową lub bez kul;
- po różnego rodzaju powierzchniach i podłożach np. trawa, piasek itd.
- z różną intensywnością kroków;
- w różnych kierunkach - w bok, do tyłu, po skosie;
- po schodach - na początek krokiem dostawnym, zaczynając od protezy.

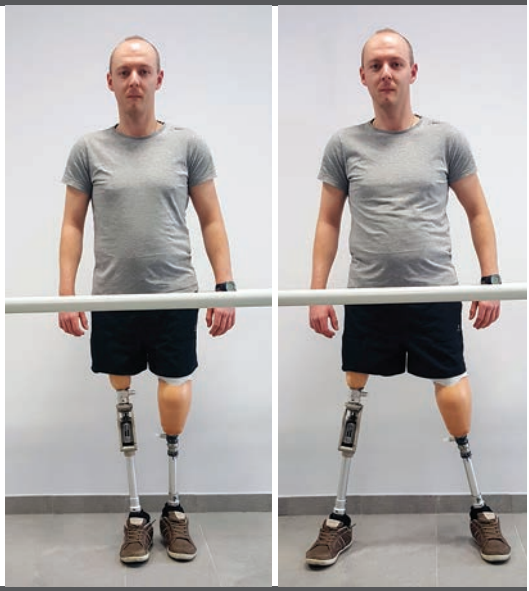
Uwaga:
przejście z jednego do drugiego etapu warto skonsultować z lekarzem, fizjoterapeutą lub technikiem ortopedą!

6.2 Ćwiczenia po zaprotezowaniu

Ćwiczenie nr 1

Pozycja wyjściowa: stań prosto w lekkim rozkroku.
Ruch: odstaw zaprotezowaną kończynę w bok, dostaw do niej nieamputowaną kończynę (tzw. krok dostawny). Wykonaj od 5 do 10 kroków w prawą stronę, a następnie w lewą stronę.

Powtórz ćwiczenie min. 10 razy



Ćwiczenie nr 2

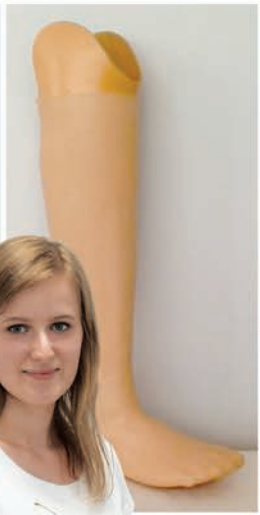
Pozycja wyjściowa: stań przodem przed stopniem lub podestem, rozłóż ciężar ciała równomiernie na obie nogi.
Ruch: postaw nieamputowaną kończynę na stopniu. Dostaw do niej zaprotezowaną kończynę. Zejdź ze stopnia zaczynając od kończyny zaprotezowanej. Każdy krok zaakcentuj dłuższym obciążeniem (ok. 3 sekundy).

Powtórz ćwiczenie min. 10–15 razy

Ćwiczenie nr 3

Pozycja wyjściowa: przymocuj taśmę elastyczną np. do nogi od stołu lub łóżka. Stań do niego przodem. Obciąż w pełni kończynę nieamputowaną. Umieść taśmę na kończynie zaprotezowanej nieco powyżej stopy protezowej
Ruch: naciągając taśmę powoli w tył, prostuj zaprotezowaną kończynę. Zaakcentuj końcowy etap wyprostu 3-5 sekundowym przytrzymaniem pozycji. Pamiętaj, aby w czasie wyprostu mieć napięte pośladki. Następnie zwolnij ruch, rozluźnij mięśnie, wróć do pozycji wyjściowej.

Powtórz ćwiczenie
min. 10–15 razy



Pamiętaj!

Dobrze dobrana proteza jest częścią Ciebie!

ADRESY ODDZIAŁÓW NFZ

Dolnośląski Oddział Wojewódzki NFZ
ul. Dawida 2 , 50-527 Wrocław, tel. 71 797 91 94, www.nfz-wroclaw.pl

- Delegatura DOW NFZ w Legnicy
  ul. Jana Pawła II 7, 59-220 Legnica, tel. 76 729 31 26, -27
- Delegatura DOW NFZ w Jeleniej Górze
  ul. Wolności 18, 58-500 Jelenia Góra,
- Delegatura DOW NFZ we Wałbrzychu
  al. Wyzwolenia 20, 58-300 Wałbrzych, tel. 74 664 31 06, -10
- Punkt Obsługi Ubezpieczonych
  ul. Sikorskiego 21, 67-200 Głogów, tel. 76 727 25 30

Lubuski Oddział Wojewódzki NFZ
ul. Podgórna 9b, 65-057 Zielona Góra, tel. 68 328 76 00, www.nfz-zielonagora.pl

Łódzki Oddział Wojewódzki NFZ
ul. Kopcińskiego 58, 90-032 Łódź, tel. 42 275 41 92, 42 275 40 30, www.nfz-lodz.pl

- Delegatura w Sieradzu
  pl. Wojewódzki 3, 98-200 Sieradz, tel. 42 275 41 29

Opolski Oddział Wojewódzki NFZ
ul. Głogowska 37, 45-315 Opole, tel. 77 402 01 55, www.nfz-opole.pl

Wielkopolski Oddział Wojewódzki NFZ
ul. ul. Grunwaldzka 158, 60-309 Poznań, tel. 61 850 60 70, www.nfz-poznan.pl

- Delegatura w Kaliszu
  ul. Kolegialna 4, 62-800 Kalisz, tel. 62 501 89 77, -78, -80
- Delegatura w Lesznie
  pl. Kościuszki 4, 64-100 Leszno, tel. 65 528 61 79, -82
- Punkt Obsługi Ubezpieczonych
  ul. Buszy 5, 63-900 Rawicz, tel. 65 545 51 49

BRZEG - ul. Wyszyńskiego 23, 49-300 Brzeg, tel. 77 416 95 05
DZIERŻONIÓW - ul. Piastowska 1, 58-200 Dzierżoniów, tel. 74 833 98 95, -96
GŁOGÓW - ul. Słowiańska 13, 67-200 Głogów, tel. 76 837 35 04
GÓRA - ul. Armii Polskiej 8, 56-200 Góra, tel. 65 543 28 96
JAWOR, ul. Szpitalna 12a, 59-400 Jawor, tel. 76 871 14 11 wew. 12
JELENIA GÓRA - ul. Podchorążych 15, 58-508 Jelenia Góra, tel. 75 647 32 82
KAMIENNA GÓRA - ul. Sienkiewicza 6a, 58-400 Kamienna Góra, tel. 75 645 02 31
KĘPNO - ul. Sienkiewicza 26, 63-600 Kępno, tel. 62 791 22 90
KŁODZKO - ul. Kościuszki 2, 57-300 Kłodzko, tel. 74 865 81 79
KROTOSZYN - ul. Młyńska 2d/1, 63-700 Krotoszyn, tel. 62 722 88 91, -92
LEGNICA - pl. Słowiański 1, 59-220 Legnica, tel. 76 724 34 86
LESZNO - pl. Kościuszki 4b, 64-100 Leszno, tel. 65 529 68 31
LUBIN - ul. Składowa 3, 59-300 Lubin, tel. 76 847 96 86
MILICZ - ul. Trzebnicka 4b, 56-300 Milicz, tel. 71 384 13 84
OLEŚNICA - ul. Słowackiego 10, 56-400 Oleśnica, tel. 71 314 01 74 wew. 20
OŁAWA - ul. 3 maja 1, 55-200 Oława, tel. 71 303 29 71
OSTRÓW WLKP. - al. Słowackiego 1c, 63-400 Ostrów Wlkp., tel. 62 735 51 52
OSTRZESZÓW - ul. Zamkowa 17, 63-500 Ostrzeszów, tel. 62 732 07 53
POLKOWICE - ul. św. Sebastiana 1A, 59-100 Polkowice, tel. 76 729 92 28,-29,-30
RAWICZ - ul. Dworcowa 1, 63-900 Rawicz, tel. 65 546 43 33
STRZELIN - ul. Kamienna 10, 57-100 Strzelin, tel. 71 392 37 36 wew. 25
ŚRODA ŚLĄSKA - ul. Wrocławska 2, 55-300 Środa Śląska, tel. 71-396-89-62 wew. 259
ŚWIDNICA - ul. Wałbrzyska 15, 58-100 Świdnica, tel. 74 851 50 21
TRZEBNICA - ul. Kościuszki 10, 55-100 Trzebnica, tel. 71 387 05 96 wew.29
WAŁBRZYCH - Al. Wyzwolenia 20-24, 58-300 Wałbrzych, tel. 74 6666 321,-322
WIERUSZÓW - ul. Waryńskiego 15, 98-400 Wieruszów, tel. 62 783 19 95
WOŁÓW - ul. Inwalidów Wojennych 24, 56-100 Wołów, tel. 71 389 53 00 wew. 14
WROCŁAW - ul. Kościuszki 131, 50-440 Wrocław, tel. 71 722 18 60
ZĄBKOWICE ŚLĄSKIE - ul.Bolesława Prusa 5, 57-200 Ząbkowice Śląskie, tel. 74 815 60 00
ZŁOTORYJA - al. Miła 18, 59-500 Złotoryja, tel. 76 878 44 47 wew. 24

MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ we WROCŁAWIU
ul. Strzegomska 6, 53-611 Wrocław, tel. 71 782 23 22

SPECJALISTYCZNA FIRMA ORTOPEDYCZNA

OrtoPes

ul. Grabiszyńska 241H
53-234 Wrocław
(za sklepem Lidl)

71 790 03 01
biuro@ortopes.pl
www.otropes.pl