

Dr n. med. Krzysztof Karaś - specjalista chirurgii ogólnej, praktyk medycyny okołooperacyjnej, pionier prehabilitacji w Polsce.

Na co dzień związany ze Szpitalem Pomnik Chrztu Polski w Gnieźnie, gdzie pełni funkcję zastępcy koordynatora oddziału chirurgii ogólnej oraz kierownika pierwszej w Polsce Poradni Prehabilitacji i Opieki Okołooperacyjnej.

Od wielu lat zajmuje się kompleksowym przygotowaniem pacjentów do leczenia operacyjnego – od momentu kwalifikacji do zabiegu, przez okres hospitalizacji, aż po bezpieczny powrót do sprawności po wypisie. W swojej pracy łączy chirurgię, fizjoterapię, żywienie kliniczne, opiekę psychologiczną oraz nowoczesne narzędzia telemedyczne.

Jest współautorem ogólnopolskich rekomendacji dotyczących stosowania prehabilitacji oraz autorem publikacji naukowych i edukacyjnych poświęconych przygotowaniu chorego do leczenia operacyjnego, leczeniu ran oraz opiece poszpitalnej. Aktywnie angażuje się w rozwój innowacji w ochronie zdrowia – m.in. jako współtwórca i promotor systemów telemedycznych wspierających ciągłość opieki nad pacjentem.

Wykładowca studiów podyplomowych z zakresu prehabilitacji multimodalnej, regularny prelegent konferencji medycznych i szkoleń dla lekarzy oraz przedstawicieli innych zawodów medycznych. W swojej działalności dydaktycznej kładzie nacisk na praktyczne podejście, myślenie interdyscyplinarne i realne problemy pacjentów, z którymi zespoły terapeutyczne mierzą się na co dzień.