

SRDCE



Nemocnice
Plzeňského
kraje

Domažlice | Horažďovice
Klatovy | Rokycany
Stod | Svatá Anna

2/21

KATEŘINA EMMONS
PRAVIDELNÝ POHYB
JE NUTNOST NEJEN
PRO DĚTI

MODERNIZACE
ROKYCANSKÉ
NEMOCNICE





AKCE | SLEVY

ŘÍJEN 2021

Akční ceny platí od 1. 10. do 31. 10. 2021 nebo do vyprodání zásob

LACTULOSA
BIOMEDICA
sirup
500 ml

- léčivý přípravek používaný jako laxativum
- účinné, ale zároveň šetrné projímadlo, které působí místně v tlustém střevě a nevstřebává se
- způsobuje změknutí stolice, nenarušuje fyziologickou činnost střev

Léčivo proti zácpě, sirup k vnitřnímu užití, léčivá látka lactulósa.*

ZAŽIVÁNÍ



185,-

akční cena

144,-

GS Vitamin C
1000 se šípky100+20 tablet
1 tbl. = 1,99 Kč

- obohacen o přírodní sílu šípků
- navíc unikátní tableta TIME-RELEASE zajišťující postupné uvolňování
- vitamin C podporuje imunitu a přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání

V akci také GS Vitamin C 500 se šípky, 100+20 tablet, cena 164 Kč.

Doplněk stravy.*

VITAMÍN



279,-

akční cena

239,-

HemaGel®
PROCTO
čípky
10 ks

HEMOROIDY



- čípky podporují hojení akutních i chronických ran sliznice konečníku
- zmírňují krvácení, pálení, svědění a odstraňují bolest u hemoroidů, fisur a také po Barronově ligatuře
- zavádí se pouze 1 čípek denně
- nevytéká z konečníku

Zdravotnický prostředek.*

260,-

akční cena

214,-

Preventan® Clasic

90 tablet
1 tbl. = 5,04 Kč

- k dlouhodobému užívání pro podporu imunity!
- unikátní složení - patentovaná látka ProteQuine® a vitamin C k normální funkci imunity

V akci také Preventan® Clasic s příchutí, 90 tablet, cena 454 Kč.

Doplněk stravy.*

IMUNITA



Nyní k nákupu Preventan® Clasic 30 tablet NAVÍC za 0,01 Kč

499,-

akční cena

454,-

EDITORIAL | OBSAH



Vážení čtenáři,

před třemi roky uzavřely krajské nemocnice dohodu s Lékařskou fakultou Univerzity Karlovy v Plzni o zajištění odborné praxe pro studenty šestých ročníků. Na začátku každého akademického roku tak doplní naše týmy čtyři desítky mediků, kteří se pak po boku našich lékařů připravují nejen na závěrečné zkoušky, ale zejména na své budoucí povolání. Ne jinak je tomu i letos. Budoucí chirurgové, internisté, pediatři, praktici, ortopedi, gynekologové, neurologové a zcela určitě i další specialisté zahájili nultou etapu svého profesního života v našich nemocnicích. Chtěl bych jim za tento

výběr poděkovat, přivítat je v našich týmech a popřát, ať se jim daří nabírat nové znalosti, zkušenosti a kompetence, tak jak od odborné praxe očekávají.

Hned první dva roky programové spolupráce plzeňské medicíny a nemocnic Plzeňského kraje ukázaly svůj přínos pro všechny zúčastněné. Ložší i předložili studenti ocenili práci v menších kolektivech, kde se jim může individuálně věnovat školící lékař a oni se mohou daleko intenzivněji zapojit do jednotlivých činností na oddělení. Stejně tak se dostanou velmi blízko k diagnostickým metodám i intervenčním výkonům a mají také jedinečnou možnost naučit se diagnostikovat pacienty takzvaně z ulice. Právě to bývá pro každého začínajícího lékaře velká zkušenost, loni navíc „okořeněná“ o období pandemie. V souvislosti s ní bych chtěl ještě jednou poděkovat i všem předchozím medikům, kteří i v nejsložitější době pandemie pomáhali sami od sebe i mimo svojí praxi s péčí o covidové pacienty.

Věřím, že ze stejných důvodů jako pro studenty je vzájemná spolupráce přínosná i pro samotnou fakultu, která obdobně spolupracuje i s nemocnicemi v jiných krajích, a rozmělní tak své studenty mezi větší počet zdravotnických zařízení. Zcela určitě to zvyšuje kvalitu a připravenost všech studentů a paralelně i atraktivitu studia plzeňské medicíny.

A vzhledem k tomu, že určité procento studentů zůstává v nemocnicích po výkonu praxe i pracovat, je tento projekt jedním z kroků, který pomáhá krajské nemocnici stabilizovat po personální stránce. A to je základem pro dobrou dostupnost nemocniční péče v regionech Plzeňského kraje.

Mgr. Jaroslav Šíma, MBA

předseda představenstva Nemocnic Plzeňského kraje

4 TÉMA | Rehabilitace

8 MODERNIZACE |
Rokycanská nemocnice získá dvě věže

NAŠI LIDÉ |

10 Lékařskou kariéru zahájili na okrese

NAŠE PÉČE |

13 Ambulance bolesti Peritoneální dialýza

ROZHOVOR |

16 Kateřina Emmons

NAŠE SLUŽBY |

20 Až 2000 PCR testů denně



ROZHOVOR |

24 Primář klatovské psychiatrie

VE FOTKÁCH |

30 Kuchaři, běžci a rockeři



Veškeré výnosy lékárny jsou zpět investovány do nemocnice. Návštěvou lékárny napomáháte zlepšovat kvalitu a dostupnost péče v našem regionu. Děkujeme.



Rehabilitace

– obor s nejčastějším zastoupením

Ani chirurgie, ani interna, ani dětské. Oddělení nebo obor, který má nejčastější zastoupení nejen v nemocnicích Plzeňského kraje se nazývá rehabilitace. Rehabilitační péče se totiž poskytuje dětským i dospělým pacientům a jejím cílem je zlepšit fyzické nebo někdy i pracovní či sociální schopnosti, které snížil úraz, operace, vrozený hendikep nebo onemocnění, a to jak doléčené, tak i chronické. Neboli rehabilitace navazuje na péči ostatních nemocničních pracovišť a její kvalita často rozhoduje o výsledku celé léčby. I proto věnují krajské nemocnice rehabilitaci velkou pozornost.

Šest nemocnic Plzeňského kraje má rehabilitační pracoviště na sedmi adresách. Vedle nemocnic v Domažlicích, Klatovech, Horažďovicích, Rokycanech, Plané a Stodu má právě Stodská nemocnice odloučené pracoviště také v Chlumčanech. Kromě rehabilitačních lékařů všude pracují hlavně fyzioterapeuté, ergoterapeuté a na lůžkových stanicích také sestry nebo ošetřovatelé. Na všech pracovištích se jedná zhruba o 90 zdravotníků.

NOVÉ PROSTŘEDÍ, MODERNÍ PŘÍSTROJE

Většina rehabilitačních pracovišť je buď nově postavená nebo po úplné rekonstrukci. V novém je stále ještě například rehabilitace Klatovské a Domažlické nemocnice, které působí v budovách z roku 2012 respektive 2006. A příkladem kompletní modernizace rehabilitačního oddělení je Stodská nemocnice, která nejenže v roce 2019 kompletně přestavěla dosavadní prostory, ale zároveň se rozšířila i do nové přístavby.

„Zvětšil se komfort pro pacienty i kapacity oddělení. Místo jedné ordinace máme dvě. Místo tří velkých tělocvičen používáme nyní pět středních, kde je každý pacient sám jen s terapeutem, což umožňuje větší soukromí a individuálnější péči. A máme celkově větší prostory i více přístrojů, zejména pro fyzikální rehabilitaci nebo nové vířivé

vany vodoléčby,“ připomíná primářka stodské rehabilitace MUDr. Ludmila Wabneggerová.

Stavebně modernizované jsou i rehabilitace nemocnic následné péče v Horažďovicích (přístavba tělocvičen, vodoléčba – 2014) a Svatá Anna v Plané (rekonstrukce bazénu a prostor fyzikální rehabilitace – 2019). A v rámci úplné modernizace Rokycanské nemocnice (info v jiné části časopisu) se brzy dočká nových prostor a zázemí i rehabilitace v Rokycanech.

Všechny oddělení zároveň pravidelně modernizují a rozšiřují své přístrojové vybavení, jednotlivě i rozsáhlejšími nákupy. Vůbec nejvýraznější obnovy přístrojů se dočkaly rehabilitace v krajských nemocnicích v roce 2018 a 2019. S využitím evropské dotace z programu IROP obnovily a doplnily nemocnice rehabilitační přístroje za více než 20 milionů korun. A několikamilionové obnova tentokrát s využitím dotačního titulu REACT se plánuje i v příštím roce.

„Mezi nejnovější a velmi užívané přístroje patří například rehabilitační chodník se závěsným systémem LiteGait nebo přístroj pro lokální kryoterapii, což je účinná léčba, kdy se organismus na velmi krátkou dobu vystaví extrémně nízkým teplotám,“ říká příklady modernizovaného vybavení primářka klatovské rehabilitace MUDr. Helena Kantnerová. „A novinkou je i přístroj na cílenou radiofrekvenční léčbu Winback, jenž pomocí vysokofrekvenčního elektrického proudu stimuluje přirozené samoopravné mechanismy těla a také uvolňuje svalové napětí, urychluje hojení a snižuje bolest.“



PÉČE, KTERÁ ROZHODUJE O VÝSLEDKU LÉČBY I OPERACE

Všechna rehabilitační oddělení poskytují péči hospitalizovaným pacientům prakticky na všech lůžkových stanicích konkrétní nemocnice od ortopedie, chirurgie, přes dětské, neurologii či internu až po lůžka následné péče a sociální lůžka. Nemocnice v Horažďovicích a Klatovech mají navíc i přímo rehabilitační lůžková oddělení. „Jsou určena lidem po úrazech, ortopedických operacích a rovněž neurologickým pacientům, například po mozkových příhodách, u nichž se intenzivnější rehabilitací předpokládá větší progres uzdravení,“ říká ředitel horažďovické nemocnice Ing. Martin Grolmus.

Ve větší míře ale rehabilitační pracoviště poskytují péči ambulantně, tedy pacientům, kteří jsou v domácí péči nebo i pracují a do nemocnice dochází k předem sjednaným pravidelným terapiím. Procedury jim před tím navrhne a předepíše rehabilitační lékař. Ambulance rehabilitačního lékaře je v každé z krajských nemocnic. Dlouhodobou předností rehabilitačních oddělení nemocnic Plzeňského kraje jsou krátké čekací lhůty jak na objednání do ordinace lékaře, tak i k samotným terapiím.

Ty se odehrávají na různých pracovištích. Například v tělocvičnách, kde fyzioterapeuté aplikují různé metody léčebné tělesné výchovy nebo provádí individuální masáže a některé fyzikální terapie. A dále na pracovištích fyzikální rehabilitace. Mezi ně patří vodoléčba, elektroléčba, magnetoléčba a další. Řada cvičení se koná přímo na lůžkových stanicích ať už na pokojích nebo v menších tělocvičnách. Klatovská a horažďovická nemocnice pak disponují ergoterapeutickými dílnami, kde si pacienti procvičují manuální zručnost na konkrétních lidských činnostech. A některé nemocnice využívají v teplých dnech zejména k nácvičku chůze také nemocniční parky.

Komu je určena rehabilitační péče?

Pacientům s komplikacemi pohybového charakteru v nemocniční lůžkové péči nebo v domácí péči, které k léčbě doporučí ošetřující lékař; popř. i klientům bez lékařského doporučení. Jedná se zejména o pacienty...

- s chronickými i akutními onemocněními pohybového aparátu včetně funkčních poruch, vč. dětí s vadami a chorobami pohybového aparátu,
- s poúrazovými stavy a po operacích na pohybovém ústrojí (zlomeniny, náhrady kloubu aj.)
- po rozsáhlejších operacích nejen pohybového aparátu – celková a cílená mobilizace
- s postižením pohybového aparátu v souvislosti např. s neurologickými či interními onemocněními – po mozkových příhodách, infarktu, při diabetu, nedostatečném prokrvení tepen (končetin), onemocnění dýchacích cest,
- s trvalým pohybovým hendikepem – vrozeným i získaným,
- ženy s poruchami fertility nebo poruchami pohybového aparátu v souvislosti s těhotenstvím a porodem

Některé terapie mohou pacienti absolvovat i bez indikace lékaře jako samoplátci. Jedná se třeba o odborné sportovní nebo kosmetické masáže, plynové injekce, rázovou vlnu nebo laserové terapie.



Nejčastější léčebné metody a služby

~ **LTV (léčebná tělesná výchova)** – zvýšení svalové síly, zvětšení rozsahu pohybu kloubů, pohybové terapie založené na specializovaném konceptu (např. Vojtova metoda aj.), respirační fyzioterapie (postcovidová rehabilitace), k reedukaci pohybových stereotypů, nácvik chůze (rehabilitační chodník, schody, trenažer chůze v terénu) aj.

~ **vodoléčba** – LTV v bazénu, teploléčba, vířivá koupel (končetinová, celotělová), perličková koupel aj.

~ **jiné fyzikální terapie** – elektroléčba, bezkontaktní elektroperapie, ultrazvuk, magnetoterapie, diadynamické proudy, interferenční proud, extremitér, TDP lampa, solux, laseroterapie, kryoterapie, rázová vlna, plynové injekce, lymfodrenáže aj.

~ **masáže/masážní terapie** – lymfatická, reflexní, klasická, techniky měkkých tkání, mobilizace páteře/kloubů, sportovní, kosmetické aj.

~ **rekondiční péče** o invalidy, sportovce

~ **ergoterapeutické dílny** – kuchyně, pracovní dílna, technika na zlepšení ADL aj.

~ **poradenství při výběru pomůcek** rehabilitačních, kompenzačních a substitučních, spolupráce s protetiky

REHABILITACE V DOBĚ COVIDU A PO NĚM

Pandemie covidu ambulantní rehabilitační péči loni i letos na jaře na čas pozastavila. Jednalo se o takzvanou neakutní odkladnou péči, která se kvůli snížení rizik nákazy nesměla vykonávat. „Tehdy naše fyzioterapeutky docházely hlavně za pacienty na lůžkových odděleních, včetně stanic pro pacienty s covidovou infekcí. Teď už je ale opět obvyklý provoz, jak z hlediska počtu ošetřených pacientů, tak i spektrum poskytovaných léčebných procedur,“ popisuje Helena Kantnerová.

Přesto však covid péči ovlivňuje i v tomto období. Terapeuté se setkávají s pacienty, u kterých v důsledku prodělané covidové infekce došlo k progresi jejich chronických obtíží, například k větším bolestem zad, kloubů a dalších pohybových potížích. A řada pacientů po proděláním infekce



má i po doléčení respirační potíže. Rehabilitační pracoviště krajských nemocnic pro ně proto připravila terapie zaměřené na cviky podporující právě dýchání a vitalitu plic.

„Některým se zhoršila pohyblivost a soběstačnost většinou kvůli delšímu upoutání na lůžku, a kromě dechových potíží mají nezřídka i potíže neurologické, jako je třeba časté mravenčení. A přibylo stížností na ztrátu paměti, horší orientaci v čase a prostoru a podobně,“ říká vedoucí ošetrovatelské péče v plánské Nemocnici Svatá Anna Miroslava Kordíková.

Větší komplikace mají ale i mnozí pacienti, kterým se nemoc vyhnula. „Přibylo klientů se zhoršenými pohybovými dovednostmi následkem omezeného kulturně společenského života a izolace v domácím prostředí. Stejně tak řešíme větší množství pacientů, kteří nemohli během pandemie využít rehabilitační péči a potíže se u nich prohloubily,“ doplňuje Kordíková.



Pro lepší pocit z pohybu

DOMAŽLICKÁ NEMOCNICE
Kozinova 272, Domažlice
OBJEDNÁVKY | 379 710 387
www.domažlice.nemocnicepk.cz/rehabilitace

KLATOVSKÁ NEMOCNICE
Plzeňská 929, Klatovy
OBJEDNÁVKY | 376 335 727
www.domažlice.nemocnicepk.cz/rehabilitace

STODSKÁ NEMOCNICE
Hradecká 600, Stod
OBJEDNÁVKY | 377 193 648
www.stod.nemocnicepk.cz/rehabilitace

REHABILITACE CHLUMČANY
U Keramičky 448, Chlumčany
OBJEDNÁVKY | 770 111 202
www.stod.nemocnicepk.cz/rhb-chlumcany

NEMOCNICE HORAŽDOVICE
Blatenská 314, Horaždovice
OBJEDNÁVKY | 376 334 215, 770 102 655
www.horazdovice.nemocnicepk.cz/rehabilitace

ROKYCANSKÁ NEMOCNICE
Voldušská 750, Rokycany
OBJEDNÁVKY | 371 762 286
www.horazdovice.nemocnicepk.cz/rehabilitace

NEMOCNICE SVATÁ ANNA (PLANÁ)
Kyjovská 607, Planá
OBJEDNÁVKY | 374 751 911
www.svataanna.nemocnicepk.cz/rehabilitace

Rehabilitační péče má ale i dlouhodobější vývoj. Za poslední roky se snížila potřeba léčebných procedur zaměřených na eliminaci dopadů těžké fyzické práce. Naopak vzrostl počet pacientů s potížemi souvisejícími s prací na počítači a dlou-

hým sezením, ale i v souvislosti se sportem nebo rekreačními aktivitami. Rehabilitační pracoviště tak mají své pacienty i budoucnost dlouhodobě zajištěnou.

Anketa

Dušan Krankus | Horaždovice



Zatím jsem toho ani já sám, ani moji blízcí nemuseli využít, neboť jsme neměli žádné příznaky. Podle mého názoru by to bezplatně zůstat mělo i pro neindikované, protože jedině testování odhalí, zda je člověk koronavirem nakažený, nebo ne. Dávat peníze z vlastní kapsy asi lidi moc k testování motivovat nebude.

Matěj Havel | Plzeň



Jako plně očkovaný již testování nevyužívám, ale pro moji osmiletou dceru ho občas potřebujeme. Myslím, že právě pro děti by mělo být i nadále proplácené.

Využíváte Vy nebo Vaši blízcí občas možnost bezplatného testování a mělo by být testování bez indikace lékaře i nadále bezplatné?

Lucie Křížková | Plzeň



Bezplatné testování jsem využívala pravidelně v době, když jsem ještě nebyla očkovaná. Nyní už očkovaná jsem, tak byl test nutný pouze u syna po návratu z dovolené. Otázku zpoplatnění testování nechám nezodpovězenou. Téma očkování vs. neočkování je tak třaskavé, že se k němu veřejně vyjadřovat nechci. Stačila mi řada neslušných reakcí jen na oznámení, že jsem očkovaná.



Rokycanská nemocnice získá dvě dominantní věže.

Projekt rekonstrukce směřuje ke stavebnímu povolení

Modernizace Rokycanské nemocnice má jasnější kontury. Architektonická společnost Siebert+Talaš dokončila v létě dle provozních požadavků nemocnice dispoziční studii rekonstrukce a dostavby nemocniční budovy. V těchto dnech pak finalizuje projektovou dokumentaci, aby s ní v říjnu požádal Plzeňský kraj o stavební povolení. Pokud vše půjde dle očekávání, bude na jaře příštího roku vybrán zhotovitel, a poté mohou začít i stavební práce. Modernizace nemocnice se bude realizovat za provozu, a proto v postupných etapách. Hned v prvních dvou získá zařízení nové dominanty v podobě bočních věží rozšířeného ambulantního traktu.

„Hlavním cílem rekonstrukce je zvýšit kvalitu a komfort péče a zároveň zlepšit její dostupnost v regionu, zejména u specializovaných zákroků a výkonů. Nezbytnou podmínkou je přitom trvalé zachování stávajícího provozu nemocnice. Z těchto důvodů jsme zvolili variantu přístavby obou částí ambulantního traktu a v dalších etapách i lůžkového traktu,“ vysvětluje hejtmanka Plzeňského kraje Doc. Ilona Mauritzová s tím, že přístavba a současná modernizace stávajících dispozic zajistí rozšíření a efektivnější provozní uspořádání zdravotnických pracovišť, včetně zajištění kompaktnosti dle současných trendů medicíny a zároveň minimalizuje omezení provozu během rekonstrukce.

MODERNIZACE ZAČNE PŘÍSTAVBOU AMBULANTNÍHO TRAKTU

Nemocniční komplex bude i nadále uspořádán ve tvaru písmene H, kdy v přední severní části budou i nadále umístěny ambulance a administrativa. Novinkou budou dvě čtyřpodlažní věže na koncích

křídel ambulantního traktu, které vzniknou právě kvůli navýšení prostorových kapacit hned v první etapě. V druhé etapě se do nich přesune stávající ambulantní péče a začne modernizace prostoru mezi nimi. Do modernizovaného ambulantního traktu se po dokončení druhé etapy přesunou i ambulance z jiných částí budovy.

„Dispoziční studie popisuje už velmi detailně rozmístění a dispozice jednotlivých místností v celém ambulantním traktu od kanceláří přes čekárny až po samotné ambulance, vyšetřovny či zákrové sálky i ambulantní část rehabilitačního oddělení. Už přesně víme, kde budou ambulance konkrétních odborností. Prostory se totiž přímo přizpůsobují jejich potřebám, zda tam má být šatna na převlékání, kde bude stát jaký diagnostický přístroj, kde bude zázemí personálu, jak velká má být čekárna pro dané ordinace a podobně,“ popisuje předseda představenstva Rokycanské nemocnice Mgr. Jaroslav Šíma.

V zadním / jižním traktu budovy budou už výhradně lůžkové stanice. Modernizovat se bude rovněž v etapách – přístavbou a rekonstrukcí v jednotlivých křídlech a podlažích. „Snahou bude minimalizovat dopady stavby na hospitalizované pacienty tak, aby provozované lůžkové stanice byly vždy co nejdále od stavebního ruchu. I na to projekt myslí,“ doplňuje Šíma. Ve středním spojovacím krčku zůstane komplement, kam patří laboratoře,



rentgeny, centrální sterilizace, operační sály a s rekonstrukcí zde vznikne nový urgentní příjem.

OVlivněno pandemií: KONCEPT ZAMEZÍ KŘÍŽENÍ OUT- A IN-PACIENTŮ

Připravované řešení respektuje původní koncept a členění na hlavní provozní trakty, kdy ovšem v nové podobě je koncept striktně „očistěn“ od křížení mezi ambulantní a lůžkovou částí nemocnice, tedy mezi takzvanými out-pacienty přicházejícími zvenku a in-pacienty v hospitalizační péči. Toto členění je v souladu se současnými trendy s ohledem na potřeby a možnosti rozdělení částí nemocnice při výjimečných stavech, jako jsou například i pandemické situace. Samozřejmostí je zajištění přístupnosti celého komplexu pro osoby s omezenou možností pohybu a orientace.

Koncept z logistických i prostorových důvodů nezahrnuje přemístění lékárny a transfuzního oddělení ze současných prostor mimo hlavní budovu. Lékárna i nadále zůstane v objektu u vstupu do nemocničního areálu. Novinkou ovšem bude zastřešení chodníku mezi lékárnou a nemocnicí. Transfuzní oddělení dále zůstane v budově vedle lůžkového traktu. Jeho klienti se ale dočkají lepšího parkování. Modernizace totiž počítá se stržením některých starších samostatně stojících technických staveb, které jsou minimálně využívané a chátrají. Místo nich vznikne z části jedna z věží a z části je zaplní parkoviště pro personál a právě dárce krve a dále zeleň.

Rokycanská nemocnice je poslední z krajských nemocnic akutní péče, která čeká na výraznější modernizaci. Klatovská a Domažlická nemocnice působí v nových objektech z let 2012 resp. 2006 a nemocnice ve Stodu prochází postupnou rekonstrukcí od roku 2012.

ROKYCANSKÁ NEMOCNICE

Rokycanská nemocnice zajišťuje lékařskou péči v základních medicínských oborech, jejichž dostupnost je pro každý region nezbytně důležitá. Hlavními lůžkovými obory je chirurgie, interna, dětské oddělení, gynekologická péče, následná a dlouhodobá péče. Nedílnou součástí je lůžková i ambulantní rehabilitace a komplement tvořený radiodiagnostickým oddělením a klinickými laboratořemi.

V nemocnici působí téměř 30 odborných ambulancí i poraden a zařízení tak supluje funkci polikliniky. Tato role se rekonstrukcí dále posílí. „V nových prostorech plánujeme výrazně posílit ambulantní péči o nové odbornosti. V lůžkové péči se navýší hlavně kapacita oddělení následné péče,“ doplňuje Jaroslav Šíma. Nemocnice je členem Skupiny Nemocnice Plzeňského kraje vlastněných Plzeňským krajem.

„Nemocnice v Rokycanech sice v minulosti upravovala jednotlivá pracoviště, ale spíše tím pouze reagovala na jejich dílčí potřeby a vývoj daného typu péče. Nyní je třeba modernizovat nemocnici jako celek, včetně inženýrských sítí, a hlavně komplexního řešení dispozic a umístění oddělení, ambulancí i nezdravotnických provozů tak, aby vše lépe odpovídalo požadavkům medicíny 21. století,“ vysvětluje hejtmanka Plzeňského kraje Ilona Mauritzová.

I přesto, že loňský rok byl ve zdravotnictví mimořádně náročný, nastoupil do nemocnic Plzeňského kraje v roce 2020 nadstandardní počet mediků, zpravidla po absolvování plzeňské Lékařské fakulty Karlovy univerzity. Tři mladé lékařky, které odstartovaly kariéru u našich pacientů, představuje rubrika Naši lidé.

Lékařku ve čtvrté generaci nadchla v Rokycanech léčba trávicího traktu

Mladá lékařka MUDr. Eva Máchová je ve své rodině již čtvrtou generací, která si vybrala toto náročné, zodpovědné, ale i vážené povolání. Lékaři byli její praprarodiče, prarodiče, máma i bratr. Nikoho proto nepřekvapilo, že o tento obor měla zájem již od dětství. Přihláška na medicínu tak byla logickým vyústěním. V současnosti pracuje již druhým rokem na interním oddělení Rokycanské nemocnice.



Ize dobře naučit základní medicínu v širokém rozsahu. Je to podle mne cenná zkušenost. Setkávat se s pacienty s velkou škálou diagnóz, v různých stavech. A v menším kolektivu oceňuji vstřícnost vedení i kolegů, kteří mi umožňují seznámit se s detaily léčby a prohlubovat znalosti i dovednosti týkající se mého oboru, uvádí Eva Máchová s tím, že právě pracoviště endoskopie, kde se často realizuje, je v Rokycanech na velmi dobré úrovni.

Před nástupem do nemocnice neměla žádnou předchozí zkušenost s prací v lůžkovém zařízení. Ze začátku tak byla překvapená množstvím věcí, na které se musí profesně zaměřovat. „Bylo pro mě obtížné si zvyknout na pracovní proces ihned po škole. Jsem však ráda, že mě kolektiv v mnoha věcech pomohl. Vzájemně si vycházíme vstřícně a snažíme se vytvořit funkční pracovní prostředí s cílem zajistit kvalitní péči pro naše pacienty,“ dodává a připomíná, že její nástup a zapojení do pracovního procesu navíc umocnil i příchod pandemie. „Sotva jsem se přizpůsobila běžnému pracovnímu režimu, přišel nový. Pro člověka, který byl čerstvě po škole, byla celá situace velmi náročná po odborné, časové i lidské stránce. Opět ale s pomocí kolegů myslím, že jsem zatím obstála,“ věří lékařka mezi jejíž koníčky patří turistika a nejoblíbenější destinací jsou hory v Čechách i zahraničí.

„Určitě tomu přispělo prostředí, ve kterém jsem vyrůstala,“ odůvodňuje svoji volbu absolventka medicíny, pro kterou ale studium vlastně nikdy neskončí. „Právě teď se snažím absolvovat povinné stáže ke splnění interního kmene. Dále bych se chtěla atestovat a zaměřit na obor gastroenterologie,“ popisuje.

Pestrost a množství případů, se kterými se setkává v regionální nemocnici, jí přijdou jako dobrý základ pro praxi internisty. Jiný obor než vnitřní lékařství nezvažovala. Zaujala ji totiž specializace gastroenterologie, která se zabývá diagnostikou a léčbou onemocnění zažívacího traktu. Proč ji přitahuje?

„Je velice zajímavá, nejedná se o teoretickou oblast, ale zároveň i aplikovaný obor, kde kromě znalostí využijete i zručnost. Například při endoskopických (vyšetřovací metoda tělních dutin a dutých orgánů) pracujete i manuálně, což vyžaduje zapojení jak hlavy, tak i rukou,“ popisuje.

Mladá lékařka pochází z Trnové. Dnes bydlí v Plzni. Nemocnici v Rokycanech si vybrala kvůli dobré dostupnosti i charakteru poskytované péče. „V prostředí menší okresní nemocnice se

Přítel a Dr. House.

Dva muži, díky nimž je spokojena na domažlické interně



ditelem jsem už ani žádné jiné místo nehledala. A myslím, že jsem si vybrala dobře,“ říká přesvědčivě mladá žena v bílém, mezi jejíž koníčky patří turistika, skauting a táboření v přírodě.

A když má čas, tak také ráda sleduje seriály. Právě jeden takový ji nalákal ke studiu medicíny. „Bavila mě chemie, biologie a v tu dobu ‘frčel’ seriál Doktor House. Chtěla jsem pracovat s lidmi, pomáhat jim. To vše se nějak spojilo dohromady a medicína tak byl jasný a jediný cíl.“

V Domažlicích začala pracovat na interním oddělení. Celou lékařskou kariéru má teprve před sebou. Zvažuje, že by později pracovala jako praktická lékařka, i když atestace je samozřejmě zatím ještě daleko: „Nyní si chci určitě udělat interní kmen a pak se teprve rozhodnu, co a jak dál. Abych byla dobrý praktik, tak si musím nejprve propojit teorii ze školy s praxí. Proto jsem se rozhodla pro interní oddělení, abych nabrala potřebné zkušenosti a základ a věděla, kam pak pacienty posílám na vyšetření.“

Se svou domažlickou misí je zatím spokojená. Práce má hodně. V menší nemocnici se také podle svých slov hodně naučí. Výborně zapadla i do zdejšího kolektivu lékařů a sester. Sama je zatím hlavně na oddělení, kde se stará o pacienty, kteří musí být hospitalizováni, nastavuje léčbu, určuje potřebná vyšetření a na interně už také slouží 24hodinové služby.

„Ať už jsou to doktoři, sestřičky či sanitáři, vždy se snažíme vyjít si vstřícně, vzájemně si pomáhat. Když jsem nastoupila, byla jsem ze všeho vyjukaná, lehce mimo a všichni se mně snažili pomoci. Především díky nim jsem se dokázala rychle zapracovat,“ říká a doporučuje současným medikům podobnou profesní cestu přes regionální nemocnici.

„Zatím mi nic neschází a jsem spokojená. Snad jen, kdyby se náš kolektiv rozrostl o další lékaře, protože v Domažlicích je zájem péči a služby dál rozšiřovat a pacientů je také dost. Věřím, že se to brzy podaří. Nemocnice má co nabídnout,“ dodává.

Spokojená s výběrem nemocnice je i MUDr. Anna Dopiráková, která pracuje prvním rokem v Domažlické nemocnici. I pro ni byl ale začátek „nečekaně krušný“. V době pandemie se totiž nemocnice specializovala na léčbu pacientů s onemocněním covid.

„Pracovně i psychicky to bylo velice náročné. Jako internisté jsme se starali i o pacienty, kteří měli těžší průběh onemocnění a museli mít vyšší kyslíkovou podporu takzvané HFNO (vysokoprůtoková nazální oxygenoterapie). Nebylo to snadné, bohužel někteří i mladší lidé nepřežili. Osobně doufám, že nás snad další taková vlna nečeká,“ doufá lékařka, která takto prožila doslova „křest ohněm“.

Pochází z Berouna a profesi lékaře si vysnila na tamním gymnáziu. Pochopitelně zamířila na lékařskou fakultu, odkud se časem dostala do Domažlic. Na západ Čech odešla se svým přítelem. Věděla, že jako lékařka nalezne uplatnění kdekoli a její partner získal zajímavou nabídku v Hostouni na Domažlicku.

Dohodli se, že se přestěhují spolu a Anna Dopiráková se proto vyrazila zeptat na práci přímo do Domažlické nemocnice. „Po pohovoru s panem ře-



Děti stonají, ale naštěstí se i hodně rodí. Na pediatrii v Klatovech má práce dost

Profese dětské lékařky ji oslovila už v útlém dětství. Od pěti let netoužila být ničím jiným. Ordinace i péče a osoba její praktické dětské lékařky ji fascinovaly. O zhruba 20 let později si splnila svůj sen. Dokončila lékařskou fakultu a dnes je MUDr. Eva Marie Švábková lékařkou dětského oddělení Klatovské nemocnice.

„Mám ráda děti, jsou tu i skvělí kolegové. Klatovská nemocnice má dobré renomé, je moderně vybavena. Lékařská péče je tu na velmi dobré úrovni a na rozdíl hlavně od klinických pracovišť, tedy velkých nemocnic, může nabídnout rodinnější prostředí, což mnoho pacientů vítá, děti zvláště,“ shrnuje výhody svého aktuálního angažmá relativně čerstvý člen lékařů klatovské pediatrie s tím, že nemocnici a pracoviště si vybrala už během studií v šestém ročníku. „Měli jsme zde stáž a mně se na oddělení líbilo. Po škole jsem věděla do čeho jdu, znala jsem kolektiv i prostředí. Jsem tu moc spokojená.“

Hlavní náplní její práce je péče o děti. Na klatovské pediatrii je oddělení větších dětí, kojenců i oddělení šestinedělí. „Tam teď pracuji a starám se o novorozence. Po příchodu do práce nám sloužící lékař předá, co se dělo předchozí den a přes noc, a poté jdu udělat vizity na oddělení. Bohužel značnou část práce tvoří papírování – psaní vizit, propouštěcích zpráv, to zabírá spoustu času. Během dne k tomu řešíme nové příjmy a pacienty na ambulancích,“ popisuje svou agendu.



Úplně jinak to zde samozřejmě fungovalo v době pandemie. Během nouzového stavu se část dětského oddělení stala na tři měsíce covidovou lůžkovou stanicí a lékaři pečovali o pacienty s koronavirem od dětských až po dospělé. „Jsme rádi, že toto období je již za námi a pevně věříme, že se již nebude opakovat. Rozhodně to ale byla silná zkušenost,“ uznává lékařka. Během pandemie tu zaznamenali nižší nemocnost u dětí, která se postupně vrací k normálu. „Děti už opět stonají. Ale naštěstí se i hodně rodí.“

Na nedostatek práce si tak mladá lékařka nemůže stěžovat. Často se nezastaví ani během nočních služeb. „Ale mně osobně to vyhovuje. Člověk rychleji získává zkušenosti a práce utíká,“ uzavírá Eva Marie Švábková, která se chce stát především dobrou lékařkou, dál si plnit svůj sen a pomáhat lidem.

Domažlická nemocnice léčí velké a vleklé bolesti

V Domažlické nemocnici působí od letních prázdnin ambulance bolesti. Léčí pacienty, kteří trpí velkými a dlouhotrvajícími bolestmi. Příčiny mohou být různé. V Plzeňském kraji je tento typ péče velmi vzácný.

„Mezi nejčastější příčiny, které donutí pacienta vyhledat specializovanou péči algeziologické ambulance neboli ambulance bolesti, jsou zejména dlouhotrvající bolesti pohybového aparátu, například zad nebo kloubů. Příčina jejich vzniku může být degenerativní, nebo samozřejmě také pouřazová,“ uvádí lékař ambulance MUDr. Jiří Veselý s tím, že samostatnou a rozsáhlou skupinou pacientů jsou i ti, kteří trpí bolestí spojenou s onkologickými onemocněními.

Pro přijetí do péče není ovšem rozhodující příčina bolesti. Ambulance se hodlá věnovat každému, kdo jí pravidelně trpí. Spád ambulance bude zřejmě rozsáhlý. Nejbližší specializované pracoviště je totiž v Plzni. Nemocnice proto očekává, že se na ni budou obracet pacienti nejen z Domažlicka, ale i Tachovska nebo Klatovska. To se i v prvních týdnech provozu prokázalo.

Svoji roli na vznik vleklých a silných bolestí, a zároveň i při jejich léčbě, má psychika, která je velmi důležitým faktorem při zvládnání mnoha životních situací. „Často velmi podrobným rozhovorem s pacientem zjistíme, že před vznikem obtíží měl nevyřešené potíže, někdy rodinné nebo pracovní spory a podobně,“ upozorňuje Veselý. Zároveň ovšem připomíná, že chronická bolest je pak už samostatné onemocnění, které pacientovi přináší výrazné utrpení a psychiku pacienta dál zhoršuje. Proto je třeba léčbu pojmout komplexně.

„V léčbě je důležitý multidisciplinární přístup. Jedním z jeho pilířů je proto i péče psychologická,“ vysvětluje lékař. Konkrétní léčba pak má k dispozici



široké spektrum léčivých přípravků. „Vybíráme je vždy na míru pro konkrétního pacienta, tak abychom dosáhli maximálního účinku při co nejnižší dávce daného léčiva.“

Někdy je léčba též invazivní, kdy se léčivo aplikuje přímo k daným nervovým strukturám zodpovědným za vznik a vedení bolesti, a to přímo pod sonografickou nebo rentgenovou kontrolou. Lékaři do budoucna uvažují o využití léčebného konopí. Pro některé typy onemocnění se jeví jako velice racionální volba léčby.

Ambulance je připravena pomoci i pacientům po těžkém průběhu onemocnění covid. „U této diagnózy je náš přístup k pacientům ještě více individuální a specifický. Zejména tam, kde onemocnění případně zanechalo trvalé následky,“ dodává specialista algeziologické ambulance.

**AMBULANCE
CHRONICKÉ
BOLESTI**
MUDr. Jiří Veselý



ORDINACE | ÚT, ST dle objednávek
OBJEDNÁVKY | 379 710 250
(PO-PÁ | 8-14 h)

Klatovská nemocnice nabízí šetrnější dialýzu zvanou most k transplantaci

Významnou úsporu času, více pohodlí a možnost téměř normálně pracovat. Nejen tyto výhody má pro pacienty s chronickým selháváním ledvin peritoneální neboli břišní dialýza. Oproti běžnější hemodialýze, která se provádí zpravidla ve zdravotnickém zařízení, jde o šetrnější a organismem lépe tolerovanou metodu. A právě peritoneální dialýzu začala od letoška v širší míře svým pacientům nabízet Klatovská nemocnice. Pro tento přívětivý a na „západě“ upřednostňovaný typ péče má erudovaný personál se zkušenostmi z významných dialyzačních center v Čechách i Německu.

„Bohužel v zemi i v našem regionu stále přibývá pacientů s vážnými poruchami ledvin, které když přestanou fungovat, neodvádí se z krve do moči a dále pak z těla ven nadbytečné a v podstatě toxické látky. Tito pacienti jsou pak závislí na dialýze, která se ale zatím v Čechách poskytuje převážně přístrojově a pacienti na ni musí jezdit třikrát týdně zpravidla někam do nemocnice, kde pak tráví včetně cesty šest až sedm hodin,“ popisuje komplikovaný život dialyzovaných osob primář interního oddělení Klatovské nemocnice MUDr. Jan Vachek s tím, že přístrojová hemodialýza „očisťuje“ přímo krev.

Peritoneální dialýza funguje jinak. Pacient ji po zaškolení provádí sám v časech, které mu vyhovují. Do nemocnice tedy nemusí. Dojíždí zpravidla jen jednou měsíčně na kontroly. Jinak může být doma, chodit do práce, klidně i cestovat. A nemusí s sebou ani vozit žádný přístroj, u něhož by seděl několik hodin. Jeho hlavním vybavením jsou vaky se speciálním roztokem.

S BŘIŠNÍ DIALÝZOU LZE PRACOVAT I CESTOVAT A VÍC CHRÁNÍ ORGANISMUS

„Princip je takový, že pacient má do těla zavedený katetr. Tím si do dutiny břišní bezbolestně napustí tekutinu z vaku, která pak do sebe během několika hodin nasaje všechny nadbytečné látky a tělo tím vyčistí,“ vysvětluje lékařka dialyzačního pracoviště MUDr. Kateřina Oulehle. „Po několika hodinách se tekutina vypustí a do těla se opět vpraví nová „čistá“, která pak očisťuje organismus opět další časový úsek. Výměna roztoku se provádí většinou čtyřikrát denně, přičemž ale pacienta nijak zásadně neomezuje – trvá jen zhruba 20 minut. Mezitím se lidé léčení peritoneální dialýzou mohou věnovat libovolné činnosti včetně jakékoli fyzicky nenáročné práci, procházkám, spaní. Dva litry tekutiny v břiše člověka nijak výrazně neomezuje.“



Hlavní přínos je ale přirozenější proces očišťování. Probíhá vlastně nepřetržitě celý den, tedy jako zdravé ledviny. V těle tak na rozdíl od hemodialýzy nedochází k prudkým výkyvům složením krve a vlastně ani k velkým výkyvům objemu tekutin. Břišní dialýza totiž přirozenějším způsobem nahrazuje funkci ledvin a pacient s ní má méně přísná dietní omezení, včetně méně striktního omezení tekutin. Naopak léčený hemodialýzou musí přijímat tekutiny velmi omezeně a v omezeném množství.

„To postupem času vede ke zhoršování až ke ztrátě tvorby moči. Prudké výkyvy stavu hydratace na dialýze vedou časem ke zhoršení mozkových funkcí. Zároveň u nich vlivem hemodialýzy dochází ke chronickým ztrátám krve a potřebují častěji transfuze. Peritoneální dialýza je nazývána také „most k transplantaci“, protože využití této léčby je spojeno s lepším přežíváním pacientů. Také přežití ledvinného štěpu je u pacientů léčených peritoneální dialýzou lepší než u pacientů na hemodialýze,“ vysvětluje lékařka.

HLEDAJÍ SE NOVÍ VHODNÍ PACIENTI

Nejen z tohoto důvodu je v mnoha zemích západní Evropy moderní peritoneální dialýza stále žádanější metodou a v zemích, kde jsou mezi městy velké vzdálenosti, jako je třeba Austrálie nebo Norsko a Švédsko, je poměr břišní a přístrojové dialýzy téměř vyrovnaný. V Čechách ji zatím využívá zhruba jen 300 pacientů z téměř šesti tisíc dialyzovaných. Klatovská nemocnice letos nabídla tuto péči třem lidem a mezi pacienty hledá další. Ne každý je totiž pro tento typ dialýzy vhodný.

„Je vyžadována zručnost a větší soběstačnost. Při výběru se zohledňuje, u kterých lidí tato metoda napomůže nejvíce udržet kvalitu života, jakou měli před zhoršením zdravotního stavu ledvin. Není úplně možné začít tuto léčbu u pacienta, který je dlouhodobým uživatelem hemodialýzy,“ říká primář Vachek s tím, že metoda bude proto v Klatovech nabízena hlavně zcela novým pacientům. Nezanedbatelnou výhodou z pohledu zdravotnického zařízení je i to, že kapacity této péče jsou prakticky neomezené, zatímco přístrojová dialýza je omezena časem a počtem dialyzačních lůžek.

Také peritoneální dialýzu plně hradí systém zdravotního pojištění. A to včetně zaškolení a pravidelného závozu vaků s roztokem a veškerého zdravotnického materiálu až domů.



Lékařka hemodialyzačního střediska Kateřina Oulehle absolvovala dlouhodobou stáž ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze, kde je jedno z největších center peritoneální dialýzy v České republice. Vedoucí sestrou programu peritoneální dialýzy je pak Jana Bednaříková, která stála u zrodu dětské peritoneální dialýzy v Československu, pracovala mimo jiné i na dětské dialýze ve Fakultní nemocnici Motol nebo v jednom z nejvýznamnějších evropských pracovišť dialýzy v Heidelbergu.

Dialyzační pracoviště Klatovské nemocnice ovšem spolupracuje i se společností Advantis, která disponuje certifikovanými sestrami. V případě potřeby mohou sestry docházet za pacienty do domácího prostředí anebo i do pečovatelských domů.

Zlatá fyzioterapeutka Kateřina Emmons: Pravidelný pohyb je nutnost nejen pro děti

Olympijská vítězka ve střelbě ze vzduchové pušky Bc. Kateřina Emmons je stále milá, usměvavá a skromná. Bydlí se čtyřmi dětmi a svým americkým manželem, rovněž olympijským vítězem, ovšem ve střelbě, nedaleko Plzně. I po skončení profesionální kariéry se s Matthewem dál věnují střelbě. Pomáhají při střelbě biatlonistům. Kateřina se po koronavirovu stala tváří kampaně Českého olympijského výboru (ČOV) „Děti si zaslouží pohyb“, kde se s oštěpačkou Bárou Špotákovou snažila inspirovat rodiče, aby se s dětmi hýbali. A vystudovaná fyzioterapeutka se stala i ambasadorkou Olympijského festivalu, jehož hlavním cílem byl právě návrat dětí ke sportu.

Jak jste s rodinou trávili letošní léto. Byli jste někde v zahraničí nebo jste klasickou dovolenou odložili na jiné časy?

Nejsme typičtí dovolenkáři. Rádi trávíme čas v přírodě a je nám celkem jedno, kde. Bohatě nám stačí místní kopce a hory, lesy. Rádi vyjedeme i za hranice, ale není to něco, co bychom museli každoročně absolvovat. Možná je to proto, že jsme se s manželem hodně nacestovali a zjistili, že všude dobře, doma nejlíp. Manžel je pracovně hodně vytížený, já také nemám celé prázdniny volné, a tak nám bylo docela vzácné, když jsme mohli trávit pár dní všichni spolu, aniž bychom měli nějaké povinnosti.

Během letošní olympiády v Tokiu jste byla ambasadorkou olympijského festivalu v Praze. Co to obnášelo?

Pár hodin pro natočení spotů, pár hodin focení a samozřejmě pak to hlavní – osobní účast na zahájení a během festivalu. Bylo mi velkou ctí se celé akce zúčastnit. Koncept olympijských festivalů je naprosto jedinečný a jsem ráda, že se ho podařilo i v letošním roce prosadit. Nebyla to jednodu-



chá cesta, ale nakonec to klaplo. Je to jedinečná akce, kde každý může na vlastní kůži pocítit kousek olympijské atmosféry, setkat se se sportovci, olympioniky, medailisty, prostě žít tím sportovním svátkem. Letos se cílilo hlavně na děti a fungovalo to skvěle. Rodiče často "tahali" své děti domů. I ty naše by tam celý týden kempovaly, kdyby to šlo. Mám z toho opravdu radost.

Jak intenzivně jste sledovala dění v Tokiu?

Hodně intenzivně. Díky vlídnému časovému posunu jsme vstali jako obvykle po páté hodině a místo čtení zpráv u ranní kávy jsme sledovali olympiádu. Značka ideál. Na fandění jsme si brali trika s českou vlajkou, na něco s americkou... a krásně se tou sportovní horečkou nakazily i děti. Bylo hrozně vtipné a zároveň dojemné sledovat, jak opravdově fandí, jak se jim valí slzy po tvářích, když to nedopadlo, jak skáčou a řvou, když to dopadlo.

Určitě jste měla příležitost vzpomínat i na své účasti na olympiádě včetně medailových úspěchů. Jak často ale v běžném životě vzpomínáte na olympijské závody?

Většinou při rozhovorech nebo když na to v konverzaci přijde řeč. Doma se to ale nestává, pokud tam není návštěva. Naše medaile jsou ukližené v šuplíku, poháry jsem nechala jako dekoraci ve střeleckém oddíle Olymp v Plzni-Lobzích. Je hezké je mít, ale vlastně je nepotřebujeme. Ty vzpomínky jsou v nás, ne v těchto předmětech.

Kateřina Emmons, rozená Kůrková, je česká sportovní střelkyně ze vzduchovky a malorážky. Narodila se v Plzni a nyní žije zhruba 30 minut severně od ní. Je trojnásobnou olympijskou medailistkou, mj. vítězkou v disciplíně střelba ze vzduchové pušky na olympijských hrách 2008 v Pekingu, vedle toho také mistryni světa a Evropy. Její otec Petr byl úspěšný reprezentant a trenér ve střelbě. V roce 2007 se provdala za Matthewa Emmonse, reprezentanta USA ve sportovní střelbě a olympijského vítěze ve střelbě z malorážky, se kterým má tři dcery a jednoho syna.

Když zavzpomínám na svou jízdu sportovním životem, mám z toho celkově dobrý pocit. Ano, olympiády byly velice emotivní, psychicky náročné, ale zažila jsem i jiné závody, které byly něčím speciální. Světový šampionát v Lahti 2002, které mě ještě jako juniorku vystřelilo na úplně jinou úroveň. Překonala jsem tam strach, vyhrála dospělou kategorií a už jsem ve špičce zůstala. Věděla jsem, že to možné je a každý závod byl od té doby o kus jednodušší, nikoliv lehký.

Na severní Plzeňsko jste se přestěhovali v roce 2013 z Minnesoty. Co vás k tomu tehdy vedlo a je samota za Plzní i do budoucna to správné místo pro vás a rodinu?

V USA jsme se stěhovali celkem třikrát během tří let. Jednou do Minnesoty, dvakrát v rámci města Colorado Springs. Nebyla to nikdy plánovaná stěhování, ale vynucená, která jsme nečekali. Vždy to bylo velice psychicky náročné, protože jsme byli velice časově omezeni na vystěhování. Po olympiádě v Londýně, která pro mě i Matta dopadla velmi dobře, jsme se chtěli už někde usadit natvalo, někde, kde bychom měli reálnou možnost po ukončení aktivní sportovní kariéry pracovat. A nakonec sehrál významnou roli fakt, že jsem tady měla rodinu, která je Mattovi blízká jako jeho vlastní. Už jsme neměli sílu začínat někde od nuly, potřebovali jsme jistotu a známé prostředí, zároveň pracovní příležitosti a možnost trénovat bez omezení. Plzeň se ukázala jako jasná volba. A dodnes jsme oba rádi, že jsme se tak rozhodli. Ano, bydlíme na venkově, to kvůli přírodě a klidnému prostředí, ale v dobré dojezdové vzdálenosti od Plzně.

Život na samotě byl zřejmě výhodou v uplynulém roce, kdy platila kvůli pandemii různá opatření. Jak jste ten rok prožili? Změnilo to nějak výrazně váš rodinný život?

Odchod z města má svá úskalí, ale nikdy jsme nelitovali. Nežijeme v bavlne, někdy je to nepohodl-



né, ale je to krásné. Hlavně jsem ráda, že naše děti si mohou vytvořit k přírodě kladný vztah, ocenit ji a zocelit se. Nevyrostou z nich precitlivělí jedinci, což je dobře. Za poslední rok a kus jsme toto místo ocenili naprosto. Byli jsme svobodní, virus to měl k nám pěkný kus cesty a my mohli být neustále venku a do plic inhalovat lesní vzduch. Pracovně to bylo asi nejnáročnější období. Já osobně ještě stále nemám dohnané všechny resty. Po zhruba půl roce začal manžel chodit do práce, později cestovat. A s dětmi, doučováním a domácností to byl opravdový masakr. To ale zná mnoho lidí. Každý den jsem si moc přála, aby se otevřely školy a školky. No, snad už nás nic takového nečeká.

S další olympijskou šampionkou, oštěpačkou Barborou Špotákovou, jste na začátku roku spojila síly v kampani Českého olympijského výboru a snažila se motivovat rodiče, aby nejen v době covidu vedli své potomky k pohybu.

Mrzelo mě, že děti neměly sportovní vyžití. Děti pohyb potřebují! Náš syn Marťas se těsně před pandemií zhlédnul v horských kolech. Přihlásil se do oddílu, strašně ho to bavilo, ale brzy to kvůli covidu skončilo. Byl zklamán, že už tréninky nebyly. A trvalo to pěkně dlouho. Nedostatek pohybu je pro děti obecně velký průšvih, ještě víc než pro nás dospělé. Je to období vývoje, vyžívání. A když tam ty podněty nejsou, tak není ani vývoj. Budou zaostávat v obratnosti, dynamice, síle. A to není problém jen pro případnou sportovní přípravu, ale i obecně do života. Díky slabé zdatnosti si tělo najde úlevové pozice, které ale přetěžují určité oblasti, kde pak může vzniknout problém.

Měly vaše děti problémy?

Dceru Julču bolela záda a byla hodně malátná. Od několika dětských lékařek vím, o kolik víc jim teď do ordinací chodí děti s bolestmi zad a hlavy. Rytmus života byl pro děti na distanční výuce úplně jiný, než na jaký byly zvyklé a jaký je držel v poho-



dě, protože měly aspoň nějaký pohyb. Najednou ho neměly. Starší dcera seděla celé dopoledne u počítače, protože se učila, pak dělala na počítači úkoly a pak si na něm ještě chtěla hrát. Některé dny se vůbec nedostala ven. S manželem jsme došli k rozhodnutí, že nějaký režim mít musí. Barča Špotáková to měla doma podobně. Proto jsme chtěly na toto téma nějak poukázat.

Procházkami nestačí?

Je to dobrá udržovací aktivita, ale nestačí, pokud se bavíme o dlouhodobé náhradě pravidelných sportovních aktivit. Důležité je dostat své tělo z komfortní zóny. Třeba se zadýchat, zapotit. Chtěly jsme ukázat, že čas strávený spolu znamená zábavu a zážitky. Kroutím hlavou nad tím, když mi některé děti vyprávějí, že celý víkend nic nedělaly. Sama vím, jak náročné je pro rodiče skloubit práci, péči o děti, výuku a další aktivity. Jenže největší porce zodpovědnosti leží na nás rodičích.

A které aktivity kromě procházek byste doporučila?

Možností je hodně. Důležité je zvednout tepovou frekvenci a zadýchat se. Tak se v těle všechno rozproudí. Pravidelná zátěž přiměřená věku a kondici je to nejlepší, co pro své tělo můžeme udělat. Z aktivit, kterými se zabaví celá rodina, bych zmínila třeba fotbalček nebo badminton. Výborné je třeba frisbee – létající talíř – u toho se člověk dost naběhá úplně nevědomky.

Vaší hlavní profesí nebo náplní je v posledních letech role mámy. Nicméně máte i další ryze pracovní aktivity. Pomáháte s nácvičkou střelby českým biatlonistům.

Mojí profesí je trenérství a metodika pro střelbu v rámci českého biatlonu. Role mámy je poslání, které se snažím plnit co nejlépe, ale každý den zjišťuji, že stále vím velice málo a mám se co učit. Spojení práce a výchovy čtyř dětí není úplně snadná, ale díky pochopení vedení Českého svazu biatlonu to jde. Nejvíce obtíží mi v práci tvoří mé vlastní ambice a nápady, které se často neslučují s mými reálnými časovými možnostmi. Ale nachá-

zíme docela dobrý formát spolupráce, který má slušný efekt a zároveň je pro mě proveditelný.

V Plzni jste studovala zdravotnickou vysokou školu, obor fyzioterapie. Měla jste někdy od dokončení studia možnost se této profesi alespoň částečně věnovat?

Trochu ano. Ale ne tak intenzivně, jak jsem doufala, když jsem promovala. Ten obor miluji. Ale třeba i to stěhování v Americe mi tuto profesní dráhu velmi zkomplikovalo. Nemohla jsem v USA začít pracovat ihned jako fyzioterapeutka. Pokud si dobře vzpomínám, byla vyžadována prezenční účast na ročním školení. Každopádně to nebylo díky manželově cestování na závody vůbec možné. Měla jsem tenkrát své první miminko a nebyla jsem ochotná ji nechat s lahví a plenkami nějaké hlídací paní.

Nicméně do života obecně je studium medicínského nebo zdravotnického oboru velice užitečné. Nepamatuji si věci doslovně, ale vím, jak tělo funguje, jakými mechanismy reaguje na určité podněty a jak se tvoří například stereotypy. Jako mamince mi tyto znalosti umožnily například vypořádat se s běžnými nemocemi po svém, aniž bychom příliš pomáhali medikací. Tělo, pokud normálně funguje, je fascinující systém. Je třeba mu věřit. To se týká i bolesti. Pokud se jí zbavíme medikací, což není v určitých případech nesprávné, ale je třeba to vnímat tak, že potlačujeme něco, čím nás tělo varuje nebo chrání před zraněním. Je třeba s tou informací pak pracovat, ne dělat, že ten problém zmizel.

Pomáhá vám i v práci?

Střelba je založená na vytváření stereotypů. Hodně se taky pracuje s tělesnými proporcemi. Nejvíce mi pomáhá, když vím, odkud kam jdou svaly, na co mají vliv, čím jsou inervované. Jsem ráda, že jsem tento obor studovala. A doufám, že se k té práci jednou v nějaké formě dostanu.

Celý rozhovor s Kateřinou Emmons na www.nemocnicepk.cz/srdce

AKTUALITA

V Rokycanech se hledali dárci krve. Na nový rekord se jich našlo dost

Pokud přijdou na odběr všichni lidé, kteří 7. září na rokycanském náměstí projeví zájem stát se dárci krve, zaznamená letos odběrové centrum Rokycanské nemocnice rekordní počet prvodárců. Vážný zájem o dárcovství projevila během akce Zachraň život téměř třicítka lidí, další tu možnost připustili.

Rokycanská nemocnice zopakovala začátkem září akci, při níž se už loni snažila přímo v centru města oslovit veřejnost a přilákat lidi k dárcovství. Letos navíc vyšlo i počasí a u stánku transfuzního oddělení se zastavily mimo jiné i kvůli preventivním vyšetřením přes tři stovky lidí. Zdravotníci drtivě většinou z nich zjistili jejich krevní skupinu a vysvětlovali, kdo se může stát dárcem a co dárcovství obnáší.

„Akce splnila účel. Několik desítek lidí se zajímalo přímo o dárcovství krve. Někdo ze zvědavosti, ale hodně lidí o tom prý už dříve vážně uvažovalo a přišli se jen zeptat na poslední detaily, které je zajímaly, jako je provoz odběrového centra, zda odebíráme jejich krevní skupinu, zda mohou dávat krev, pokud mají určité zdravotní komplikace, a podobně,“ říká primářka transfuzního oddělení Rokycanské nemocnice MUDr. Miroslava Padrtová.

Většina zájemců potvrdila, že v nejbližších týdnech skutečně dorazí. Vzhledem k tomu, že nemocnice už letos eviduje téměř 70 nových dárců, mohl by letos padnout předloňský rekord 94 prvodárců. Ale nejde o rekordy. Důležité je, aby nemocnice měla dostatečnou dárcovskou základnu a kromě průběžného zásobení všemi krevními skupinami bylo vždy v záloze i dostatek dárců pro případné mimořádné situace.

„Jsem z Ukrajiny, kde jsem dával krev už docela dlouho. Tady žiji tři roky a říkám si, proč nedávat krev i v Čechách. Všude je jí třeba,“ vysvětlil svůj zájem jeden z příchozích Mihail. A dalším zájemcem byla Natálie. „Darovat krev chci už od 16 let, ale



smí se dávat až od 18. To mi bylo letos, tak jsem se přišla zeptat, co je třeba udělat. A je to vlastně jednoduché. Stačí přijít, udělají mi vstupní vyšetření a mohu hned začít dávat a pomáhat dalším lidem,“ uvedla.

Právě ten hlavní krok, poprvé přijít, ale řada zájemců často odkládá. „I to je důvod, proč jsme vyrazili za lidmi přímo do města. Už tímto prvním setkáním ztratí ostych, uvědomí si, že je to vlastně jen krátká návštěva a je velká pravděpodobnost, že teď už skutečně přijdou i do centra,“ tuší primářka.

PROVOZ ODBĚROVÉHO CENTRA ROKYCANSKÉ NEMOCNICE

PO a ČT | 6–9 h (prvodárci do 8 h)

Více na www.rokycany.nemocnicepk.cz/krev



Začínali s padesáti vzorky denně. Dnes dokáží v Klatovech analyzovat až 2000 testů PCR

Pokud by se žáci ve školách museli testovat PCR testy, je laboratoř Klatovské nemocnice připravená. V případě preventivního testování s nízkou mírou zachytu pozitivních výsledků by dokázala denně vyhodnotit až dva tisíce vzorků. To je rozdíl oproti loňskému březnu, kdy nemocnice virologickou laboratoř kvůli covidové pandemii narychlo zřizovala. Tehdy začínala s denní kapacitou 50 vzorků.



„Do té doby jsme PCR metodu v nemocničních laboratořích vůbec nevyužívali. Nebyla potřeba. Nastala až s koronavirem. Naštěstí jsme měli v týmu kolegy, kteří už s metodu měli zkušenosti z předchozího působení, a stačilo jen vybavit laboratoř, sehnat spotřební materiál a proškolit další personál,“ popisuje začátky PCR testování v krajských nemocnicích ředitel Klatovské nemocnice MUDr. Jiří Zeithaml.

ZAČÁTKY V UPRAVENÝCH AMBULANCÍCH S VYPŮJČENÝMI PŘÍSTROJI

Laboratoř začínala s vybavením z jiných pracovišť a částečně s nově pořízenými i vypůjčenými přístroji. Měla k dispozici dvě narychlo přestavěné nevyužívané ambulance, do kterých si laboranti zpočátku ani nebrali telefony, aby se mohli na práci plně soustředit. Především zpracování odebraných



vzorků pro izolaci virové RNA totiž dělali manuálně. Trvalo více než měsíc, než se kapacita laboratoře ztrojnásobila.

Po roce a půl od zprovoznění jsou ale zkušenosti, vybavení i výkonnost zase o kus dál. „Ještě loni v létě, kdy skončila první vlna pandemie, se dodělala klimatizace a celé zázemí se rozšířilo do dalších prostor,“ popisuje primář klinických laboratoří Klatovské nemocnice MUDr. Richard Pikner, Ph.D. Ideální načasování. S podzimem totiž přišla další vlna a další zátěžový test. Tehdy ještě nebyly rozšířené antigenní testy a na laboratoř byl kladen velký nápor. Vědělo se, že jen tak nepoleví. Nastala proto výrazná přístrojová obnova. Týkala se hlavně automatizace zpracování vzorků, aby byly do analyzátoru připraveny jednotně ve stejné kvalitě a rychle. Celkové investice do nové laboratoře přesáhly v té době už deset milionů korun.

„Zhruba od ledna dokážeme zpracovávat přes 300 vzorků denně. Od února do dubna jsme tu kapacitu plně využívali. Zpracovávali jsme všechny vzorky od nás z Klatov a část vzorků také z nemocnic v Domažlicích a Stodu,“ připomíná Richard Pikner. Od počátku pandemie do konce srpna už laboratoř zpracovala přes 31 tisíc vzorků. Kdyby ovšem byla potřeba, dokázala by takové množství zpracovat i za necelý měsíc.

PŘIPRAVENI NA MASIVNÍ TESTOVÁNÍ I ZKOUMÁNÍ KLÍŠŤAT

„Řešili jsme to, když se zvažovalo, že na PCR testy přejdou školy z antigenních testů. Pak by jich laboratoře dělaly v celé zemi denně několik desítek tisíc. My bychom laboratorně zvládli zhruba dva tisíce pomocí takzvaného poolování (číst: půlování). To znamená, že bychom spojili až osm vzorků dohromady a analyzovali je společně. Kdyby byl výsledek negativní, znamenalo by to, že je negativních všech osm. Kdyby byl výsledek pozitivní, museli bychom všech osm opakovaně analyzovat zvlášť, abychom zjistili, který nebo které to jsou. Poolování lze samozřejmě dělat jen za předpokladu, že se jedná o preventivní testy, kde významná většina vzorků je negativní,“ popisuje Richard Pikner s tím, že klatovská laboratoř poolování už i úspěšně odzkoušela.

Pokud by se ovšem masivní PCR testování stalo realitou, musí se ještě zajistit logistika a administrativa. „Nejde jen o to v laboratoři vzorky připravit a zjistit výsledek. Napřed je třeba takové množství vzorků vůbec nabrat, jednotně označit, ideálně QR kódem, svést do laboratoře a výsledky pak opět s využitím QR kódu automaticky ukládat do databáze a školám rozeslat. K tomu bychom potřebovali nové počítače, software, svozový vůz, personál a pro něj nové prostory. Pro jistotu jsme si už udělali projekt. Máme ho v šuplíku, kdyby vláda o masivním PCR testování přeci jen rozhodla,“ říká primář.

A pokud by pandemie covidu skončila a PCR testování by už nebylo potřeba? Klatovská nemocnice si novou laboratoř zcela určitě ponechá. Je vybavena ke zkoumání genomu, ať už lidského, což se využívá v oblasti genetiky, nebo nelidského, kde



PCR TESTOVÁNÍ V KLATOVSKÉ NEMOCNICI

Kapacita testování jednotlivých vzorků denně **300**

Kapacita při využití poolování denně **2.000** cca

Provedeno testů od 3.2020 do 8.2021 **31.000**

Možnost zjištění typu – britská, indická (delta), brazilská **mutace**

se zkoumají kromě virů také bakterie. „Bude dál sloužit právě k analýze těch nelidských genomů. Můžeme analyzovat lymfskou boreliózu, chlamydie, budeme dál dělat PCR testy jak na covid, tak postupně případně i další viry včetně chřipky. V rámci skupiny krajských nemocnic najde zcela určitě uplatnění,“ je přesvědčen ředitel nemocnice Zeithaml, který ale hlavně upozorňuje, že pandemie covidu ještě neskončila.



Srážka vlaků pozastavila operační program. Krajské nemocnice ošetřily 19 raněných

Nemocnice akutní péče v Domažlicích, Klatovech a Stodu se podílely v první polovině srpna na ošetření raněných osob po srážce vlaků u obce Milavče na Domažlicku. Při nehodě zemřeli tři lidé, dalších 67 se zranilo a z nich bylo 36 transportováno do zdravotnických zařízení. Polovina právě do krajských nemocnic a nejvíce do té nejbližší Domažlické. Ta se připravovala i na větší nápor, který ale naštěstí v avizované míře nepřišel. Nemocnice také na místo vyslala své vozy zdravotnické dopravní služby.

„Podle prvních informací z místa události jsme očekávali několik desítek raněných, které bude potřeba ošetřit, vyšetřit a případně operovat či hospitalizovat. Z tohoto důvodu jsme z preventivních důvodů pozastavili program plánovaných operací a uvolnili jsme si několik lůžek pro případný větší příjem,“ informoval ředitel nemocnice MUDr. Petr Hubáček.

Přestože nehoda byla tragická a vyžádala si i lidské životy, záchranáři nakonec do nemocnic rozvezli menší množství pacientů, než se původně očekávalo. Nemocnice tak nakonec nemusela spouštět ani takzvaný traumaplán, což je řízený postup pro zajištění ošetření a příjmu významného množství pacientů v krátkém čase. Zároveň po třech hodinách obnovila plánované operace.

„Do nemocnice jsme přijali z nehody jedenáct zraněných osob s lehkými a středně těžkými poraněními. Nikdo z pacientů nebyl v přímém ohrožení života. Jednalo se nejčastěji o zranění v horní polovině těla, například o pohmoždění hrudníku a horních končetin a řezná poranění v obličeji. Všichni byli ošetřeni, někteří zůstali krátce na pozorování, ale nakonec pouze dva vyžadovali nemocniční hospitalizaci,“ doplnil ředitel nemocnice.

Zdravotnická záchranná služba nakonec přerodila zraněné podle charakteru zranění i podle místa bydliště do osmi různých nemocnic. Pět nejkomplicovanějších případů směřovalo leteckou záchrankou na klinická pracoviště do pražského Motola, Vojenské ústřední nemocnice ve Střešovicích a do Fakultní nemocnice v Plzni, kam zamířili dva těžce zranění navíc i sanitkami. Klatovská nemocnice přijala po události k ošetření šest pacientů s lehkými zraněními s bydlištěm v klatovském okrese a Stodská nemocnice dva, z nichž jeden zůstal hospitalizován.

Protože jeden z vlaků byl mezinárodním expresem, kterým cestovali i občané Německa, přijeli si pro deset pacientů i bavorští záchranáři. Pacienty převezli do nemocnic v Chamu a Regensburgu.

„Jedno z nejhorších neštěstí posledních let, které se v našem kraji událo, se podařilo zvládnout s minimem obětí díky perfektní práci záchranářů, zdravotnického operačního střediska a díky často nacvičované spolupráci všech složek integrovaného záchranného systému, včetně lůžkových zdravotnických zařízení,“ uvedl Vítězslav Sladký z dispečinku Zdravotnické záchranné služby Plzeňského kraje.



Zdravotnictví po volbách v době (po)covidové

Po nějakém čase se nám opět blíží volby. Možná ve chvíli, kdy tyto řádky čtete, už znáte jejich výsledky. Ale i když si tento příspěvek bere do pera zdravotnictví jako předvolební téma, bude nejspíš aktuální před i po 10. říjnu.

Troufám si říci, že minimálně v oblasti zdravotnictví se politikům vyplácí nabízet líbivá témata za každou cenu. Politická cena jednoho „neobratného“ pokusu jednoho dávného ministra o vnesení alespoň minimální ekonomické motivace do chování pacientů je jim dostatečnou výstrahou. Kdo si našel čas a přečetl předvolební plány politických stran pro oblast zdravotnictví, tak mi dá za pravdu. Méně nápadité strany vyhlásují boj neexistujícím problémům. Shoda vládne v přání zmenšovat regionální rozdíly v dostupnosti péče a zvyšování počtu doktorů a sestřiček, byť schází uvěřitelný návod, jak toho dosáhnout. Oblíbeným tématem je slučování pojišťoven či naopak posilování jejich konkurence, zase bez toho, že bylo odhaleno, jak na to a co pak s tím. Shoda vládne na elektronizaci a telemedicině, ale tak tomu bylo vždycky. Nikdo nechce být poslem špatných zpráv a zabředávat do řešení problémů, které zdravotnictví skutečně tlačí před sebou. Naše populace stárne, počet chronicky nemocných stoupá a každoročně se objevují nové a velmi drahé léky na nemoci dosud neléčitelné. Ty nové léky a metody léčby jsou fajn, ale znamená to, že zdravotnictví potřebuje stále více peněz. Aby je mělo, bude potřeba mnohé změnit v jeho organizaci a financování, ale dokud státní rozpočet nenarazí na dluhovou brzdu, tak se nic měnit nebude. O co méně se budeme bavit o dlouhodobé udržitelnosti finan-

cování zdravotnictví, o to více budeme moci trávit čas omíláním pandemie covidu. O něm už snad bylo řečeno všechno, ale slovy bývalého koordinátora pro vakcinaci: „Je to marné, je to marné, je to marné!“ Dnes už zdolání epidemie nebrání nedostatek vakcín a respirátorů, ale chování významné části populace. A tak zvesela kráčíme vstříc další vlně, ve které budou umírat právě ti neočkovaní.

Zatímco na státní úrovni pojede zdravotnictví ve vyjetých kolejích vstříc předvídatelné budoucnosti, na místní úrovni bude stále chuť něco zlepšovat. Ne proto, že to po nemocnicích někdo chce, ale proto, že v každém z nás je přirozená lidská touha dělat věci lépe. Přes některá světová jména byla rehabilitace v našich zemích historicky nedostatečně využívána. Jedním z největších dojmů, které jsem si v 90. letech minulého století přivezl z návštěv amerických a západoevropských nemocnic, byla intenzita a časnost rehabilitace poskytované pacientům krátce po cévní příhodě, náhradě velkého kloubu, kardiochirurgické operaci apod. Tomu také odpovídaly dlouhodobé výsledky léčby. Dnes to děláme podobně a jsem rád, že nemocnice Plzeňského kraje mohou být na kvalitě poskytované rehabilitace hrdé. Stejně tak je sympatické rozšíření služeb Klatovské nemocnice o peritoneální dialýzu, která umožňuje indikovanému pacientovi s ledvinným selháním trávit čas dialýzy místo v nemocnici v domácím prostředí. Inu, doma je doma.

Covid nám všem hodně vzal, přes 30 tisíc lidí přímo zahubil a statisícům život pokrátil a zhoršil jeho kvalitu. Na straně druhé snad spustil modernizaci hygienické služby, aby nás nějaká další a horší pandemie už tak nezaskočila. Zcela jasně se ukázala užitečnost elektronizace zdravotnictví a díky e-receptům se pacienti dostali k potřebným lékům v době, kdy se každý bál vystrčit nos z domu. Skokově se zlepšila úroveň virologické diagnostiky, což ilustruje rozvoj virologické laboratoře v Klatovech. Situace vytvořená covidem ukázala, kdo za co stojí, přiměla nás k zamyšlení nad skutečnými životními hodnotami a zaostřila naši pozornost na naše bezprostřední okolí. Další léta ukáží, jak jsme to dokázali využít.

MUDr. Pavel Vepřek | nezávislý konzultant v oblasti optimalizace zdravotní péče



Primář Navrátil: Klatovsko je výjimečné lůžkovou psychiatrií, zároveň ale i nedostatkem ambulancí

Fanoušci televizního seriálu *Policie Modrava* jeho postavu určitě znají. Tvář asi ne. Roli primáře psychiatrického oddělení Klatovské nemocnice totiž v seriálu ztvárnil herec Jaromír Meduna. Originální primář MUDr. Jiří Navrátil přispěl s kolegy do seriálu jen některými rekvizitami a je hlavně jeho pravidelným divákem. Proto se rozhovor s ním týká víc než seriálu skutečné psychiatrické péče v době pandemie a těsně po ní.

V Klatovech se natáčí další řada seriálu *Policie Modrava*. Vedlejší roli v něm příležitostně hraje i psychiatrické oddělení vaší nemocnice. Sledujete také tento seriál?

Ano, seriál se mi moc líbil a v premiérovém vysílání jsem jeho řady pravidelně sledoval. Rád se podívám občas i na reprízy. Se zájmem jsem občas nahlédl i při natáčení v prostorech naší nemocnice a měl jsem možnost pohovořit i s některými herci.

Jak se vám líbí výkon herce Jaromíra Meduny, který hraje primáře psychiatrického oddělení?

Přímo s panem Medunou jsem neměl možnost se při natáčení setkat a ani jsem před natáčením netušil, že v seriálu bude vystupovat jako lékař psychiatrického oddělení. K vytvoření správné atmosféry naše oddělení sice přispělo i některými rekvizitami, ale přímo na psychiatrickém oddělení natáčení neprobíhalo. Štáb točil v jiné budově. Herecký výkon pana Meduny si netroufnu hodnotit, ale k některým věcem bych z odborného hlediska výhrady měl.

Říká se, že seriál je nejsledovanější na Klatovsku, protože v něm lidé poznávají různá zákoutí regionu a hlavně Šumavy? Je to i váš případ? Máte rád Šumavu?

Šumavu mám moc rád a již jako kluk jsem jezdil s rodiči na letní i zimní dovolenou a na letní

prázdninový tábor do oblasti Srní. Později jsem na Šumavu začal jezdit i s vlastní rodinou a patří stále mezi naše oblíbené cíle výletů. A je pravda, že krajina je jedním z důvodů, proč na seriál koukám.

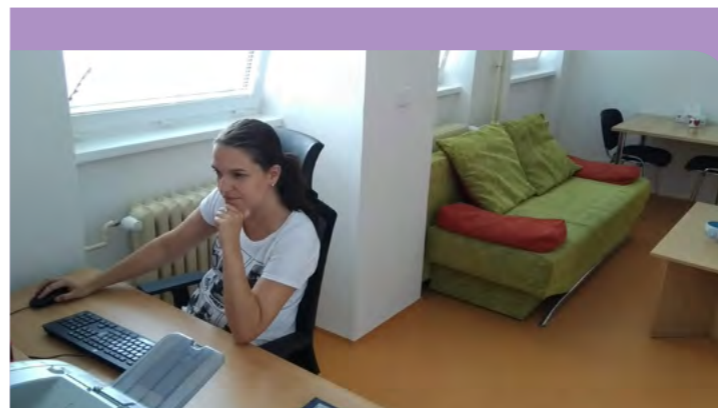
Když přejdeme od seriálu k realitě, je v rámci péče o psychické zdraví Klatovsko nějak výjimečné? Třeba v souvislosti s krásnou přírodou Klatovska – nemá pozitivní vliv na psychické rozpoložení obyvatel?

Takto bych to nespojoval. Pokud je náš region v něčem odlišný, tak v tom, že v rámci naší nemocnice vůbec působí psychiatrické lůžkové oddělení. To je pro region velká výhoda. Mnoho českých nemocnic, i takto velkých jako klatovská, své psychiatrické oddělení nemá a tato péče se tak více centralizuje do velkých léčeben, což není úplně ideální. Bohužel na druhou stranu nedisponuje region dostatečným množstvím ambulantních specialistů. Pacienti tak míří ve větší míře přímo k nám. Někdy to způsobuje delší čekací doby na ambulantní vyšetření, v některých případech dokonce směřujeme pacienty k vyšetření i do Plzně. Aby to tak nebylo, rádi přijmeme na oddělení nějakého zkušeného kolegu. Myslím, že můžeme nabídnout velmi příjemné pracoviště, které letos zase o něco pozvedly nové lékařské pokoje.



Jak pandemie nemoci covid ovlivnila vámi poskytovanou péči a chod pracoviště?

Naše ambulance poskytuje akutní péči, proto fungovala po celou dobu pandemie, i když s omezeními. Na jednu stranu se jednalo o hygienicko-epidemiologická opatření, aby se omezilo riziko přenosu nákazy. To znamená, že pacienti přichá-



Klatovská nemocnice zrekonstruovala lékařské pokoje psychiatrického oddělení, které sídlí v jedné z původních budov areálu mimo nový monoblok. Mají novou dispozici, okna a také vlastní sociální zařízení. Investice vyšla na 700 tisíc korun. Pro lékaře oddělení je lékařský pokoj důležitým pracovištěm. Zpracovávají zde výsledky vyšetření, píšou zprávy, zvažují a připravují vhodné postupy léčby a vizity. V případě nočních nebo víkendových služeb zde také odpočívají.

zeli individuálně v předem domluvený termín, aby se minimalizovalo setkávání v čekárně. Jednalo se o akutní pacienty nebo například psychotiky léčené depotní injekcí. V dalších případech byla ale poskytována i distanční péče, kdy jsme řešili s pacienty jejich potíže telefonicky, nebo jsme rozesílali elektronické recepty.

Také chod lůžkové části zůstal zachován. Na oddělení jsme poskytovali péči i covidovým pacientům, kteří byli v izolačním pokoji. Obložnost byla, pravda, v loňském roce nižší. Ale to nejen u nás. Pacienti se obecně obávali přenosu nákazy v lůžkových zařízeních. A museli jsme také omezovat péči i v důsledku karantén. V letošním prvním pololetí jsme už ale dosáhli v počtu příjmů i ošetřovacích dnů úrovně z roku 2019.

Jaké psychiatrické diagnózy nejvíce přinesla pandemie?

Lidé obecně vyjadřovali větší, až úzkostlivé, obavy o své zdraví, strach z nákazy, z úmrtí. Informace

z odborných kruhů popisují větší výskyt depresivních stavů, poruch spánku, soustředivosti, pozornosti. Konkrétně v naší ambulanci jsme ale větší výskyt nemocných s těmito potížemi nezaznamenali.

A zaznamenali jste po skončení třeba té poslední jarní vlny pandemie nárůst pacientů, jejichž potíže souvisely právě s covidem?

Nelze říci, že by přibývalo kvapem nových pacientů. Je ovšem pravda, že z důvodu předchozí omezené dostupnosti péče nebo u některých pacientů z důvodů odkládání péče, se dostávají někteří pacienti k léčbě nebo hospitalizaci později, než by bylo potřeba, a mají pak rozvinutější stádium nemoci, a někdy s dalšími komplikacemi.

Sledovali jste u nějakého typu psychiatrických potíží i zlepšení nebo pokles?

Odborné zdroje uvádějí mírný pokles v užívání alkoholu způsobený zejména jeho omezenou dostupností při uzavření restaurací. My jsme tu ovšem statisticky významnou změnu ve výskytu potíží spojených s užíváním alkoholu nezaznamenali.

Doba koronakrizy byla po psychické stránce vyčerpávající. Jak jste to vnímal vy?

Období pandemie pro mne bylo určitě jedním z nejsložitějších období mé profesní kariéry. Bylo vyčerpávající psychicky i fyzicky. Pro všechny přišlo každý den spousta nových poznatků, informací, ale i léčebných postupů, které bylo nutno pružně začleňovat do provozu oddělení, trpělivě vysvětlovat pacientům naše postupy a omezení, která museli strpět. Obzvláště u duševně nemocných pacientů bylo toto často velmi náročné. U covid pozitivních pacientů jsme pak museli používat ochranné obleky a pomůcky, což přináší značný diskomfort pro personál.

Pokud jako občan Klatovska cítím, že potřebuji pomoc psychiatra, jak se mám zachovat?

Postup je stále stejný, bez ohledu na pandemii či protiepidemická opatření. Každý by se měl v první řadě obrátit na svého praktického lékaře, který by měl být schopen nekomplikovaně duševní potíže léčit sám, a řada z nich to umí skvěle. Pokud potíže přesahují jeho odbornost, umí poradit, kam se má pacient obrátit. Pacienti z neznalosti volají často o radu přímo na psychiatrické lůžkové oddělení, což není správný postup. Praktický lékař by měl vědět, kde působí odborní lékaři všech profesí v jeho regionu. A pacienti by se za takové potíže neměli stydět a vyhledat pomoc a radu včas. Zkrátí to jejich utrpení a dobu léčeni.

Pokračování na webu www.nemocnicepk.cz/srdce



V Domažlicích se natáčela instruktážní videa dekontaminace zraněných osob

Po roce a půl se v létě Domažlická nemocnice opět zapojila do výzkumného projektu na vývoj metodiky dekontaminace těžce raněných osob, který řeší od roku 2017 Univerzita Palackého v Olomouci a Státní ústav jaderné, chemické a biologické ochrany. V nemocnici se na počátku prázdnin konala závěrečná vzorová ukázka postupu dekontaminace. Cílem už ale nebylo metodiku vyvíjet. Cvičení už muselo být naopak dokonalé. Vznikaly při něm instruktážní videa, podle kterých se budou nové postupy učit studenti zdravotnických škol, ale i záchranáři nebo zdravotníci jiných nemocnic.



„Cílem výzkumu bylo certifikovat dvě metody dekontaminace od radiace nebo chemického či biologického zasažení u zraněných osob, včetně osob s otevřenými poraněními,“ popsal ředitel Domažlické nemocnice MUDr. Petr Hubáček, který je jako vědecký pracovník Fakulty zdravotnických věd olomoucké univerzity i hlavním řešitelem výzkumu. Připomněl, že české složky hasičského záchranného sboru umí velmi dobře provádět dekontaminaci chodících lehce zraněných osob. Funkční metodika těžce raněných a ležících osob, navíc s otevřenými ranami, ale zatím v ČR neexistovala. Až v roce 2017 ji začal vyvíjet právě tým kolem Petra Hubáčka, lékaře, který se mimo jiné specializuje na urgentní medicínu.

„Metody jsme napřed popsali a pak je testovali v reálném prostředí. Napřed v prostředí záchranné služby a podruhé pak v prosinci 2019 v Domažlicích v prostředí nemocnice. Tehdy jsme si ověřovali, jak postupy fungují, zda neděláme nějaké chyby, jak je eliminovat a jak metodiku dál zdokonalit. Nyní už máme postupy definované a cílem druhého setkání výzkumného týmu v Domažlicích bylo připravit sadu instruktážních videí,“ vysvětlil Hubáček s tím, že cvičení se natáčelo tentokrát výhradně v exteriéru.

U každého kroku bylo několik kamer s panoramatickým záběrem 360° a to včetně dronu pro záběry z výšky. Materiál je zpracováván i pro využití v režimu virtuální reality, kdy si student nasadí brýle s promítáním virtuální reality a bude si moci pracoviště dekontaminace sám projít.

Cvičení se zúčastnilo zhruba 50 lidí. Mezi nimi hasiči, záchranáři, zaměstnanci nemocnice, zástupci obou řešitelských organizací (univerzita, státní ústav), studenti SZŠ a zástupci zadavatele projektu. Tím je Ministerstvo vnitra ČR a Ministerstvo zdravotnictví ČR.



Před Klatovskou nemocnicí se vrátilo sousoší Matka s dítětem od Jiřího Hanzálka

V prostoru před monoblokem Klatovské nemocnice byla v létě slavnostně odhalena socha Matka s dítětem českého sochaře a malíře Jiřího Hanzálka. Jedná se o plastiku, kterou sochař vytvořil pro nemocniční areál v roce 1965. Tehdy byla instalována v centrálním parku nemocnice, ale po roce 1970 byla i kvůli emigraci autora do Kanady přesunuta „do ústraní“. Na čestné místo se dostala opět po 60 letech a kompletním zrestaurování.

V 70. letech se socha přemístila k nedalekému domu pro sirotky. Socha na tomto místě byla do roku 2018, kdy se i vzhledem k nevyhovující konstrukci poškodila. V uplynulých měsících ji kompletně zrestaurovala akademická sochařka Zuzana Kantová. Hlavním iniciátorem obnovy díla byl klatovský spolek Přátelé české historie, místní pobočka Konfederace politických vězňů, město Klatovy a Klatovská nemocnice.



Jiří Hanzálek | sochař a malíř

Narodil se v roce 1926 ve Velké Lhotě na českomoravském pomezí. Po 2. světové válce absolvoval Akademii výtvarných umění v Praze. Je autorem několika známých figurálních soch a bust, z nichž řada stojí v Plzeňském kraji (mj. sousoší Dělníci ve Škodovce, socha Uzdravená před poliklinikou Plzeň-Slovany aj.) nebo také busty T. G. Masaryka ve sbírce bývalého prezidenta Václava Havla. Po okupaci Československa v roce 1968 emigroval do Kanady. Zemřel v roce 2012 v Londýně.

Matka s dítětem | sousoší

Existují tři exempláře tohoto díla. První bylo vytvořeno z bronzy pro město Plzeň v roce 1964. Zdobí Kopeckého sady mezi Měšťanskou besedou a konzervatoří, kde je ústředním dílem parkové fontány. Druhý exemplář byl vytvořen o rok později z tehdy moderního materiálu, epoxidu, a byl umístěn v centrální části klatovského nemocničního areálu, odkud byl po emigraci autora přesunut před Hostašův okresní dětský dům pro sirotky (později dětské odd., porodnice a psychiatrie). V roce 2018 umístila nemocnice jeho poškozené torzo do depozitu. Třetí exemplář vznikl v roce 1975 opět v bronzu v kanadském Ontariu.

Zuzana Kantová | akademická sochařka

Absolventka Akademie výtvarných umění v Praze pochází z Klatovska. Ve svých dílech klade důraz na technické a technologické provedení. Jejich tématem se často stává element ženství. Vedle plastik a sochařství tvoří v poslední době v širším spektru médií, jako je například fotografie, kresba, malba, grafika. Příležitostně spolupracuje s klatovským občanským spolkem Přátelé české historie, který mapuje a chrání drobné památky. Plastiku Matka s dítětem převzala k restaurování v kusech včetně soklu, kdy se socha rozpadla zřejmě zčásti vlivem chybějící kovové konstrukce a zčásti mechanického působení. Pro dílo vytvořila stabilní konstrukci a dílo restaurovala, včetně původní povrchové úpravy bronzovou patinou.

Dětské pacienty vyšetřuje nový pulsní oxymetr.
Zaplatila ho veřejnost

Lékárna Domažlické nemocnice nabízí online rezervaci léků z eReceptu

Program rodinného dne Stodské nemocnice doplnila tombola



Především díky návštěvníkům a pacientům Klatovské nemocnice má tamní dětské oddělení od srpna nový pulsní oxymetr, který slouží mimo jiné ke screeningu vrozených srdečních vad novorozenců. Přístroj v hodnotě 40 tisíc korun koupil nemocnici Nadační fond Kapka naděje z výtěžku sbírky, která trvale probíhá v nemocničních lékárnách. Klienti si tam mohou buď pořídit reflexní pásku fondu, nebo darovat libovolnou částku do prosklené kasičky. Za poslední půlrok se takto sešlo 35 tisíc korun. Rozdíl v ceně doplatil fond. „Oxymetr slouží na porodních sálech k monitoraci pulsu a saturaci kyslíku čerstvě narozených dětí a využíván je také k novorozeneckému screeningu vrozených vad před propuštěním miminek do domácí péče,“ popisuje vrchní sestra dětského oddělení Klatovské nemocnice Bc. Gabriela Kubíková s tím, že screening srdečních vad je jedním ze základních novorozeneckých screeningů. Porodnice krajských nemocnic jej provádí u každého miminka.

Lékárna Domažlické nemocnice nabízí ve spolupráci s lékárenskou sítí PharmaPoint online rezervaci léků z eReceptu. Vhodná je především u přípravků, které lékárníci připravují na objednávku, nebo u méně frekventovaných léčiv, která nemusí být v každé lékárně vždy skladem. Lze ji ale využít též u běžných přípravků.

Pacient si je nově objedná přes web www.pharmapointnapredpis.cz pomocí pár kliků v počítači či telefonu a do lékárny zamíří, až když má léky nachystané. K projektu se chystají připojit i další lékárny krajských nemocnic.

„Služba je jednoduchá. Na webu si klient buď jen oskenuje kód z eReceptu, nebo si zadá jeho 12místný kód, uvede svoje telefonní číslo, případně mail a odešle požadavek,“ popisuje vedoucí lékárny Lékárny Domažlické nemocnice PharmDr. Petra Radošická. „Zpět mu přijde zpráva s potvrzením přijetí objednávky a jakmile požadavek zpracujeme, tak i druhá zpráva, že si může svou objednávku bez čekání vyzvednout.“ Pokud se na některý lék vztahuje doplatek, hradí se až při převzetí v lékárně.

Setkat se i jinak, než při pracovních povinnostech, pobavit se s rodinou a neformálně si popovídat nejen s nejbližšími kolegy, ale i s přáteli a partnery nemocnice. To bylo i letos cílem tradičního Rodinného dne Stodské nemocnice, který se uskutečnil v polovině září v nemocniční zahradě. Program byl podobně jako v předchozích letech orientován na dětský doprovod. Pro děti byly připraveny soutěže, tančení, malování na obličej, ukázky výcviku psů, lukostřelba a sladkosti. Pro všechny pak občerstvení a nově i tombola. Počasí, stejně jako v roce 2017 a 2019, kdy se akce konala poprvé, vyšlo na jedničku.



V kraji je naočkováno přes 330 tisíc obyvatel

Koncem června, kdy vyšlo předchozí číslo magazínu Srdece, bylo v České republice i v Plzeňském kraji očkování proti nemoci covid v plném proudu. V zemi byl dostatek vakcín a k očkování se mohli registrovat všichni zájemci od 16 let věku. A zájem byl velký. Poslední červnový týden podala očkovací místa v kraji přes 45 tisíc vakcín, tedy nejvíce od lednového začátku covidového očkování. Zároveň to ale bylo i nejvíce za celou dobu očkování, tedy až do současnosti. Poptávka po očkování od té doby pouze klesá. Přesto se už v kraji podařil naočkovat minimální plánovaný počet obyvatel – 330 tisíc lidí.

Zatímco ještě v červnu přibývalo každým týdnem 17 až 20 tisíc nově očkových lidí, tak v červenci už to bylo jen zhruba 7 až 10 tisíc, v srpnu 3 až 5 tisíc a v září byl nejvyšší týdenní přírůstek nově očkových osob už pouze 1500.

„Kdo měl zájem nechat se naočkovat, ten naočkováný je. Bez vakcinace zůstávají samozřejmě děti do 11 let a pak už pouze lidé, respektive rodiče dětí, kteří ji z jakýchkoli důvodů buď vůbec nechťejí, nebo se domnívají, že ještě není ta správná chvíle. V té druhé skupině se jedná často o osoby, které nemoc prodělaly s příznaky a spoléhají na vytvořené protilátky,“ říká mluvčí krajských nemocnic Jiří Kokoška s tím, že ve věkové kategorii dospělých už v kraji není skoro nikdo, kdo by neměl možnost se k očkování dostat. Plzeňský kraj a všechna očkovací místa a týmy udělaly vše pro to, aby se vakcíny dostaly i k lidem bez přístupu k internetu nebo k imobilním osobám.



Do 16. září bylo v Plzeňském kraji podáno 635 tisíc dávek očkových vakcín. Nejvíce jich podalo Velkokapacitní očkovací místo v Plzni (provozované Rokycanskou nemocnicí) a Fakultní nemocnice Plzeň (obě zhruba 95 tisíc). Na očkování se ale v kraji podílelo přes 220 subjektů, včetně ordinací praktických lékařů, s působností v téměř stovce obcí. „Mnozí z těchto poskytovatelů umožňovali od druhé poloviny července očkování bez nutnosti registrace, tedy i lidem, kteří si před tím neuměli očkování registrovat a rezervovat. Dokonce očkovací místa Domažlické či Stodské nemocnice umožňovala očkování bez rezervace každý pracovní den a nabízela i jednorázovou vakcínu Janssen. A téměř všechny nemocnice také vytvořily mobilní očkovací týmy, které vyrážely očkovat do menších měst a obcí ve svých i nejbližších okresech,“ doplňuje mluvčí nemocnic.

S ubývajícím zájmem se očkovací místa postupně omezovala. Mimo jiné i Velkokapacitní očkovací místo, které koncem září zcela opustilo po půl roce společenský sál SOU Plzeň ve Skvrňanech. Ostatní místa spíše jen zkrátila provozní dobu. Fungovat budou i nadále dle zájmu o vakcinaci třetí posilující dávkou, o níž mohou první zájemci žádat od 20. září. Více www.nemocnicepk.cz/ockovani

OČKOVÁNÍ V ČÍSLECH

(údaje k 16. září 2021)

Počet podaných vakcín na území Plzeňského kraje

635.047

Počet obyvatel kraje s ukončeným očkováním (vč. osob naočkových mimo PK)

322.503 54,6 %

Počet naočkových obyvatel PK, kteří prodělali onemocnění covid

40.606 6,9 %

Minimální původně plánovaný počet očkových

330.000

65 % obyvatel st. 18 let

Počet obyvatel PK

591.000



VE FOTKÁCH

Kraj a skupina Chinaski poděkovaly první linii

Plzeňský kraj poděkoval v polovině září na náměstí Míru v Klatovech za zvládnutí covidové pandemie v minulých měsících všem, kteří investovali své zdraví, čas a odhodlání v prvních liniích.

Připravil pro ně i pro širokou veřejnost koncert skupiny Chinaski. Záštitu nad akcí převzali hejtmanka Plzeňského kraje Ilona Mauritzová a starosta Klatov Rudolf Salvetr. „Chci poděkovat především těm z vás, kteří pracujete ve zdravotnictví a na záchrance za to, s jakým nasazením jste se starali a stále ještě staráte o své pacienty v době pandemie,“ uvedla během koncertu hejtmanka a neopomněla ani hasiče, vojáky, policisty, pracovníky v sociálních službách i spousty dobrovolníků.



Reprezentační kuchaři vařili i v Rokycanech a Stodu

Po Domažlické nemocnici se v létě a v září zastavil Národní tým kuchařů a cukrářů ČR také ve Stodu a Rokycanech.

I zde vyjádřili svým uměním a speciálním menu poděkování pracovníkům nemocnic za jejich péči v době pandemie. „Od loňského podzimu jsme do jara kvůli pandemickým opatřením moc nevařili. Díky zdravotníkům se daří pandemii zkrotit. Vděčíme jim, že se naše restaurace zase otevřely a můžeme dělat svoji práci. Že dnes vaříme v Rokycanech, to je to nejmenší, čím můžeme sestrám, doktorům i dalším vyjádřit svůj vděk,“ shrnul důvod turné české kuchařské reprezentace po krajských nemocnicích Patrik Bečvář, který je jinak šéfkuchařem horského hotelu Královka v Bedřichově.

Mimo jiné právě v Rokycanech se v polovině září podával mrkvový krém se zázvorem a koriandrovým olejem, krutí prso v parmské šunce se zeleninou caponatou a gratinovanou polentou s parmezánem a trhanec s karamelizovanými hruškami a creme fraiche.



Zaměstnanci nemocnic běželi tradiční Půlmaraton

I letos měly nemocnice Plzeňského kraje několikánásobné zastoupení při tradičním Škoda Fit Půlmaratonu, který se v polovině září konal v Plzni. Na start se postavili zdravotníci i nezdravotničtí zaměstnanci Domažlické, Klatovské a Stodské nemocnice.

Poslední jmenovaná nemocnice měla navíc svůj tým i ve štafetovém závodě. Čtveřice Veronika Řežábková, Markéta Lieblová, Soňa Loudová a Michal Drahozal obsadili v běhu na 4krát 5 kilometrů skvělé 21. místo.



NEMOCNICE PLZEŇSKÉHO KRAJE



Domažlická nemocnice

Nemocnice
Plzeňského
kraje



Nemocnice v Domažlicích patří mezi nejkrásnější a nejklidnější v zemi. Působí v moderním objektu z roku 2005.

Zařízení v Horažďovicích je vzorovou nemocnicí s pooperační, ošetrovatelskou a léčebně-rehabilitační péčí.



Nemocnice Horažďovice

Nemocnice
Plzeňského
kraje



Klatovská nemocnice

Nemocnice
Plzeňského
kraje



Druhá největší nemocnice v kraji patří i k nejmodernějším v zemi. Od roku 2012 se nachází ve zcela novém a přístroji nově vybaveném objektu.

Rokycanská nemocnice prošla v posledních 10 letech řadou úprav a modernizací, které ji však nezbavily žádaného puncu malé rodinné nemocnice.



Rokycanská nemocnice

Nemocnice
Plzeňského
kraje



Stodská nemocnice

Nemocnice
Plzeňského
kraje



Nemocnice ve Stodu se mění před očima. V posledních letech prošla řadou modernizací a další se chystají. Vždy je však kladen důraz na zachování rodinné atmosféry.

Místo nabité energií a empatický rodinný tým zdravotníků s touhou vrátit své pacienty zpět do života – to je nemocnice s ošetrovatelskou a rehabilitační péčí.



Nemocnice Svatá Anna

Nemocnice
Plzeňského
kraje

