

MAGAZÍN NEMOCNIC PLZEŇSKÉHO KRAJE

# SRDCE



Nemocnice  
Plzeňského  
kraje

Domažlice | Horažďovice  
Klatovy | Rokycany  
Stod | Svatá Anna

2/19

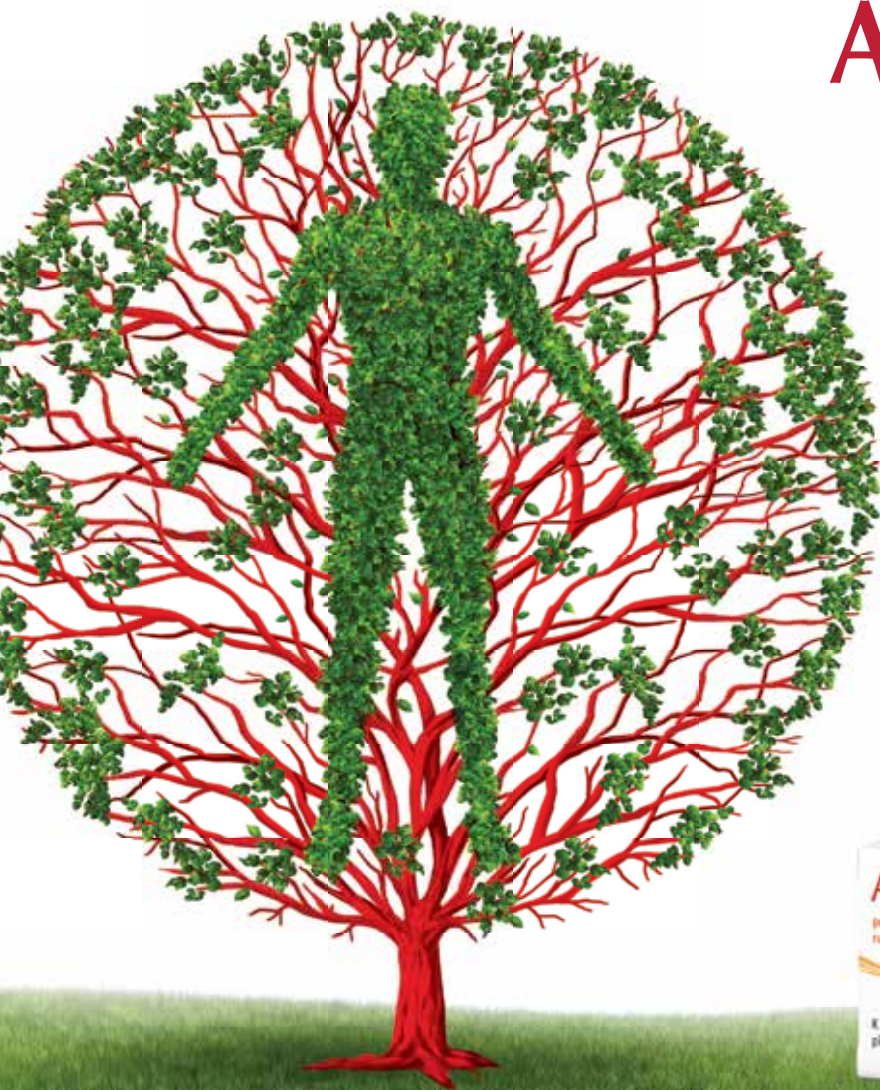
**MARTIN STRAKA:**  
ZNAK NEMOCNIC  
BUDEME HRDĚ  
UKAZOVAT

**CENY SRDCE**  
ZÍSKALI DALŠÍ  
ZDRAVOTNÍCI





# ASCORUTIN®



PEVNÉ CÉVY  
PEVNÉ ZDRAVÍ

NYNÍ  
V NOVÉM  
OBALU



## ASCORUTIN

50 potahovaných tablet

- **Léčí zvýšenou lomivost a propustnost krevních vlásečnic při nedostatku vitamínu C v organismu.**
- **Vhodný od 3 let.**

Léčivý přípravek k vnitřnímu užití.  
Pečlivě čtěte příbalovou informaci.

Zentiva, k.s., marketingové oddělení, U Kabelovny 130, 102 37 Praha 10  
tel.: (+420) 267 241 111, [www.zentiva.cz](http://www.zentiva.cz)

**ZENTIVA**

## EDITORIAL | OBSAH

### VÁŽENÍ ČTENÁŘI,

věřím, že se těšíte na letní měsíce a zaslouženou dovolenou. Mám radost, že vám i tentokrát představíme na stránkách našeho magazínu zaměstnance našich šesti krajských nemocnic. Nemocnici nedělá jen budova nebo přístroje, ale především personál, který v ní pracuje. Naši lékaři, zdravotní sestry, ošetrovatelky, sanitáři jsou těmi, kdo se o vás



a vaše blízké profesionálně starají po zdravotní stránce, ale jsou také těmi, kdo povzbudí úsměvem nebo vřelým slovem. S radostí a uznáním čteme děkované dopisy od pacientů, kteří oceňují pozornost a péči, kterou personál našich nemocnic poskytuje. To je totiž to největší uznání jejich práce.

Konec dubna letos proto opět patřil našim zaměstnancům, kterým jsme předali ocenění Srdce Nemocnic Plzeňského kraje. Tentokrát jsme ocenili 22 jednotlivců a dva zdravotnické týmy. Škoda jen, že k vám nemůžeme přenést atmosféru celého slavnostního večera, který se konal v krásných prostorách Plzeňského Prazdroje. Během večera ale vzniklo mnoho fotografií a také dvě televizní reportáže, které můžete zhlédnout na našem webu nebo na facebookových stránkách Nemocnic Plzeňského kraje.

Děkuji všem oceněným zaměstnancům za jejich pracovitost a empatii, kterou projevují ve své každodenní práci. Děkuji i všem ostatním zaměstnancům, kteří možná na ocenění letos nedosáhli, ale i tak jsou nenahraditelnou součástí pracovních kolektivů. Za sebe vám mohu slíbit, že v tradici oceňování budeme pokračovat i v příštím roce. Latka je ale nasazena hodně vysoko, a proto už teď vymýšlíme, kam vás za rok pozveme.

Přeji vám klidné léto a s dalším číslem magazínu na viděnou v září.

**Marek Kýhos,**  
předseda představenstva  
Nemocnice Plzeňského kraje, a.s.

## OBSAH

- 4 **TÉMA:** Oceňovali se  
zaměstnanci roku



- 10 **ROZHOVOR:** Hrdina  
z Nagana Martin Straka

- 12 **SEZNAMTE SE:**  
Domažlická nemocnice

- 14 **NAŠÍ LIDÉ:**  
MUDr. Ladislav Šlesingr

- 18/28 **RADÍ ODBORNÍK:**  
Spalnice / Uštknutí zmijí

- 20 **INVESTICE:** Nákupy  
za 160 milionů dokončeny



- 22 **Zdravotnická dopravní služba**

- 26 **TIPY NA VÝLET:** Zlatá stezka



**MAGAZÍN Nemocnic Plzeňského kraje, léto 2019.** Vydává Nemocnice Plzeňského kraje, a.s.,  
Vejpříčná 56, 318 00 Plzeň, IČO: 291 07 245. Evidenční číslo MK ČR E 23267. Tisk: NAVA Tisk s.r.o.,  
Hankova 1455/6, 301 00 Plzeň. Odpovědný redaktor: Bc. Jiří Kokoška, [jiri.kokoska@nemocnicepk.cz](mailto:jiri.kokoska@nemocnicepk.cz).  
Toto číslo vyšlo 6. června 2019, náklad 5000 kusů. Neprodejné.

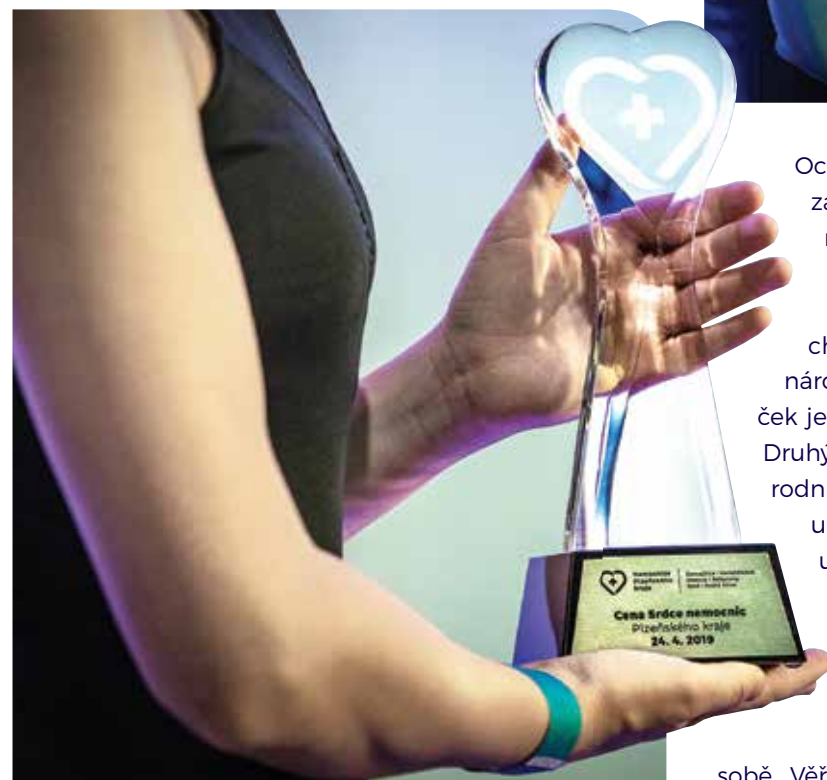


# Ceny Srdce letos voněly pivem

Slavnostní atmosféra, 24 skleněných sošek s motivem srdce a hlavně zaměstnanci Nemocnic Plzeňského kraje v dobré náladě. Tak to vypadalo na **druhém ročníku předávání cen Srdce**, které se tentokrát konalo v Návštěvnickém centru Plzeňského Prazdroje.

Netradičně pojatá budova, která představuje historii vaření piva v Plzni, hostila několik stovek lékařů, sester, ošetřovatelů, sanitářů a dalších zaměstnanců nemocnic Plzeňského kraje. O letošní předávání byl mezi zaměstnanci velký zájem. Kolegové z jednotlivých nemocnic chtěli přihlížet slavnostnímu oceňování 22 šťastných osobností, které letos zabodovaly a domů odcházely s krásnou skleněnou soškou ve tvaru srdce.

„Cena Srdce je oceněním nejen profesionality, znalostí, dovedností, spolehlivosti, ale rovněž vřelého přístupu k pacientům, dobré komunikace s kolegy, ochoty pomáhat i umění vytvářet kolem sebe příjemnou atmosféru,“ uvedl předseda představenstva společnosti Nemocnice Plzeňského kraje Marek Kýhos, který se společně s dalšími členy představenstev nemocnic ujal předávání cen.



Oceněné stejně jako loni navrhovali a vybírali sami zaměstnanci nemocnic. Nově se na letošním ročníku rozdaly i dvě ceny pro zdravotnické týmy. Jedním v nich byl tým multioborové JIP z Klatovské nemocnice. „Staráme se o gynekologické, chirurgické a ortopedické pacienty. Jde o velmi náročnou práci, psychicky i fyzicky, protože sestřiček je málo,“ uvedla zdravotní sestra Marie Šafrová. Druhým oceněným týmem bylo gynekologicko-porodnické oddělení Stodské nemocnice, které se těší u pacientek dlouhodobé oblibě. „Rodila jsem u vás obě děti a byla jsem tu pokaždé nadmíru spokojená. Vždy jste se o nás skvěle postarali,“ uvedla na facebooku Stodské nemocnice jedna ze spokojených maminek.

Cena Srdce se předávala druhým rokem po sobě. „Věřím, že se nám z této události stane tradice. Lidí,



kterí si zaslouží za svoji práci uznání a vděk, je v našich rodinných nemocnicích opravdu hodně,“ dodal Marek Kýhos. Předávání cen se opět neslo v příjemné slavnostní atmosféře. Oficiální částí provázal moderátor Michal Jančařík a druhou část večera vyplnilo smyčkové trio Inflagranti. Kromě více než tří stovek zaměstnanců nemocnic přijali pozvání i představitelé Plzeňského kraje v čele s hejtmánem Josefem Bernardem a zástupci partnerů. Večer ale

patřil především setkávání zaměstnanců všech rodinných nemocnic. Pro zájemce byla připravena i prohlídka pivovaru a tombola o ceny.

Děkujeme všem našim partnerům a sponzorům, kteří akci finančně podpořili.

Více fotografií na [www.nemocnicepk.cz/srdce](http://www.nemocnicepk.cz/srdce)







## DRŽITELÉ CENY SRDCE NEMOCNIC PLZEŇSKÉHO KRAJE



### DOMAŽLICKÁ NEMOCNICE

#### Jiřina Příbková – staniční sestra, interní odd.

Paní Jiřina Příbková dlouhá léta pracuje s obrovským pracovním nasazením. Je sluníčkem celého oddělení, co vykouzlí úsměv i u nemocných, kterým není do smíchu. Je empatická, s vysokou odborností a díky svému přístupu a nadstandardně odváděné práci je nepostradatelnou členkou celého interního oddělení.

#### Ivana Kalčíková – vrchní sestra, odd. následné a dlouhodobé péče

Ivana Kalčíková je už 30 let usměvavým sluníčkem celé nemocnice, které motivuje i stmeluje celý tým, je velmi oblíbená mezi personálem i pacienty. Pro svoji vysokou odbornost a erudici je stěžejním pracovníkem v kolektivu následné a dlouhodobé péče. Je velmi vnímavá, optimistická a empatická vůči pacientům i jejich rodinným příslušníkům.

#### Karel Bittner – sanitář, chirurgické odd.

Karel Bittner nastoupil na chirurgické oddělení Domažlické nemocnice jako mladík, který vykonával civilní službu. A protože chtěl jako každý mladý do světa na zkušenou, po ukončení civilní služby odešel z oboru. Po čtyřleté pauze zjistil, že práce s nemocnými je

natolik zajímavá, že zůstal tomuto povolání věrný dalších 25 let. Po celou dobu pracuje s radostí, nadšením, odpovědností a snaží se podporovat nové kolegy v této mnohdy nelehké práci.

#### Michaela Vlnatá – asistentka představenstva Domažlické nemocnice

Paní Michaela Vlnatá je nepostradatelným pracovníkem nejen pro management, ale i celou nemocnici. Je to skutečná profesionálka s nadstandardním pracovním nasazením, která se nebojí ani mimořádných úkolů. Pravidelně také organizuje akce pro zaměstnance i veřejnost.



### HORAŽĎOVICKÁ NEMOCNICE

#### MUDr. Marie Chvátalová, CSc. – lékařka

Paní doktorka Marie Chvátalová pracuje v Nemocnici Horažďovice téměř 15 let a aktuálně je pevným a spolehlivým členem lékařského týmu. Svoji životní i odbornou zkušeností je oporou v kvalitní péči o pacienty a nekonfliktním spolupracovníkem na oddělení. Bez ohledu na svůj komfort, kdy by se mohla věnovat svým bohatým koníčkům v klidu důchodového věku, je stále vstřícná pomáhat v zajištění bezproblémového chodu nemocnice.

#### Mgr. Anna Petržilková – vrchní sestra

Anna Petržilková začínala před téměř 20 lety v Nemocnici Horažďovice jako všeobecná sestra a posledních 14 let pokračuje jako vrchní sestra. Svoji nelehkou funkci plní spolehlivě a pečlivě s náležitou důsledností a vstřícností. Dokáže organizačně zvládnout složitou situaci v zajištění chodu jednotlivých stanic nemocnice jak v rámci individuálního přístupu, tak v nutnosti vzájemné spolupráce a koordinace při zachování péče na vysoké odborné úrovni u nelékařského zdravotnického i nezdravotnického personálu.

#### Pavel Liška – sanitář

Pan Pavel Liška přišel do Nemocnice Horažďovice v roce 1997 v rámci civilní vojenské služby. Po jejím skončení zde zakotvil jako sanitář a zástupce vedoucího sanitářů. Vážíme si ho pro jeho klidný a spolehlivý pracovní výkon a lidský přístup k pacientům. Pacienti oceňují jeho profesionalitu, vyrovnanost a pozitivitu, kolegové zase jeho ochotu a týmové citění. Funkce sanitáře je nedílnou součástí soukolí ošetrovatelského a rehabilitačního týmu a tím přispívá k výsledkům léčby a zotavování pacientů.

#### Josef Maxa – šéfkuchař

Pan Josef Maxa pracuje více než 20 let v Nemocnici Horažďovice jako kuchař, od roku 2016 pak na pozici šéfkuchař. Kvalitní a chutné jídlo považuje za otázku své cti. Svým přístupem dokáže udržet kolektiv oddělení léčebné výživy i ve složité personální situaci. Zaslouženě vyhlášená kuchyň v Nemocnici Horažďovice je součástí léčby našich pacientů, která je plně přizpůsobená jejich dietním potřebám a omezením v konzumaci. Pro zaměstnance nemocnice jsou chvíle u jídla klidným a milým odpočinkem během jejich pracovního dne.



### KLATOVSKÁ NEMOCNICE

#### RNDr. Helena Nedvědová – vedoucí odd. mikrobiologie

Helena Nedvědová pracuje v Klatovské nemocnici jako vedoucí úseku lékařské mikrobiologie a je uznávanou odbornicí ve svém oboru. Své bohaté zkušenosti již více než 10 let ochotně předává svým spolupracovníkům. Je spravedlivá, spolehlivá, vysoce odpovědná a svým pracovním výkonem garantuje vysokou kvalitu práce na úseku mikrobiologie.

#### Pavla Soběslavská – všeobecná sestra chirurgie

Paní Soběslavská je Klatovské nemocnici věrná už od roku 1972. Během své profesní

kariéry pracovala v oboru chirurgie jako všeobecná sestra či staniční sestra se specializovanou způsobilostí v péči o nemocné. Aktuálně stále pracuje a předává své zkušenosti mladším kolegyním.

#### Bc. Marcela Rachová – ergoterapeutka

Marcela Rachová je již 10 let nepostradatelným členem týmu rehabilitačního oddělení, kde pracuje jako ergoterapeutka. Pro svou nekonfliktní povahu, obětavost, vysoký stupeň empatie, dobrosrdečnost a nezištnost je velmi oblíbená u pacientů i spolupracovníků. Je pracovitá a stabilně podává výkon na vysoké profesionální úrovni.



### ROKYCANSKÁ NEMOCNICE

#### MUDr. Karel Východský – lékař, chirurgické odd.

Doktor Karel Východský je více než 30 let jedním z hlavních pilířů Rokycanské nemocnice. Od roku 1996 vede soukromé chirurgické zařízení ambulantního typu, přesto významným úvazkem zůstává zaměstnancem nemocnice. Je velmi oblíben u pacientů, personálu a také u mladších kolegů, kterým je trpělivým učitelem. Zajímá se o novinky v medicíně, v technice či IT, postupně je zavádí na oddělení. Pro pacienty regionu je vždy nadějí na uzdravení.

#### Jitka Lišková – zdravotní sestra, chirurgické odd.

Paní Jitka Lišková je

velmi pečlivá, pracovitá a empatická sestra. V Rokycanské nemocnici začínala v roce 1972 původně jako ošetrovatelka na chirurgii. Při zaměstnání vystudovala obor zdravotní sestra a po návratu z mateřské dovolené pracovala na různých pracovištích mimo nemocnici. V roce 1996 se vrátila ke své práci na chirurgickém oddělení, které zůstala dodnes věrná i přesto, že je již v řádném důchodu a mohla by zaslouženě odpočívat.

#### Miroslav Zíka – RTG laborant

Pan Miroslav Zíka se dá stručně charakterizovat jako celoživotně oddaný oddělení RTG, kde pracuje jako laborant. Je to skvělý kolega, spolehlivý profesionál, který je vždy srdečný a vstřícný k pacientům. I přes významné zdravotní problémy pracuje v plném nasazení a nikdy nechybí při kolektivních akcích, ať už pracovních, či sportovních.

#### Jan Danics – sanitář, interní odd.

Do Rokycanské nemocnice nastoupil Jan Danics v roce 2015 jako sanitář a od té doby je nepostradatelným členem zdravotnického kolektivu. Ač působí nenápadně, je velmi ochotný, milý a vždy usměvavý nejen směrem k pacientům, ale i kolegům. Tento původně vyučený zedník se nestraní žádné práce ani žádné kolektivní aktivity. V kolektivu a zejména mezi pacienty je velmi oblíbený.



### STODSKÁ NEMOCNICE

#### Eva Kučerová – sanitářka, novorozenecké odd.

Paní Eva Kučerová pracuje na dětském oddělení Stodské nemocnice od roku 2009 a během několika let se stala skutečným srdcem novorozeneckého úseku. Stanici přijala za „svoji“ v tom nejlepším slova smyslu. Je pracovitá, spolehlivá a empatická.

#### Šárka Svobodová – sanitářka, odd. následné péče

Šárka Svobodová dlouhodobě pracuje na oddělení lůžek následné péče. Svým empatickým chováním dokáže povzbudit pacienty v jejich náročné životní situaci. Je pracovitá, zodpovědná a profesionální. V kolektivu Stodské nemocnice je velmi oblíbená.

#### Martina Tesárková – vedoucí laborantka, odd. klinické biochemie

Martina Tesárková pracuje na oddělení klinické biochemie od roku 2001. Je to kvalifikovaná a velice schopná vedoucí, která se snaží pro své podřízené zařídit vše, co je v jejich silách. Povahou je velmi lidská, empatická a ke spolupracovníkům přátelská a ochotná pomoci i nad rámec svých povinností.



### NEMOCNICE SVATÁ ANNA

#### MUDr. Ladislav Šlesingr – vedoucí lékař

Doktor Šlesingr je pro svoji geniální diagnostiku

pacientů přezdívaný kolegy dr. House. Je velmi zkušeným lékařem s bezmála 50letou praxí s aprobací ARO, ORL a posudkové lékařství. Hovoří několika světovými jazyky a ve volném čase se zajímá o historii a vážnou hudbu.

#### MUDr. Petr Kuba – lékař

Petr Kuba přezdívaný doktor Kladívko, je oblíbeným lékařem, který si dá vždy záležet, aby každého pacienta při vizitě důkladně „proklepnul“. Jedná se o velmi zkušeného lékaře s 45letou praxí, který ač je již v důchodu, stále aktivně pracuje. Mezi jeho zájmy patří rehabilitace a vše, co se týká jeho oblíbené Francie.

#### Olga Juzková – staniční sestra

Paní Olga Juzková je zdravotní sestra s velkým srdcem. Tato původně dětská sestra, která v nemocnici prošla mnoha obory, je obětavá a empatická a pro svoji srdečnou povahu oblíbená mezi pacienty i mezi kolegy. Aktuálně působí na pozici staniční sestry.

#### Mária Brůžková – pomocnice v úklidu

Paní Mária Brůžková je stále usměvavá, milá a spolehlivá pracovnice, která ochotně pracuje na jakémkoli oddělení Nemocnice Sv. Anna. Její doménou je úklid, ale i přesto si najde čas a trpělivě naslouchá pacientům a kolegům a mnohým z nich je skutečnou oporou v jejich nelehkém období a potížích.



# Nově získaly ocenění i dva týmy

Letošní rok byl v oceňování pracovníků Nemocnic Plzeňského kraje výjimečný. Úplně poprvé totiž získaly ocenění i dva zdravotnické týmy. Ze Stodské nemocnice to byl tým gynekologicko-porodnického oddělení a z Klatovské nemocnice obdržel Srdce Nemocnic Plzeňského kraje tým oddělení multioborové JIP.

## TÝM GYNEKOLOGICKO-PORODNICKÉHO ODDĚLENÍ

Úžasný lékařský a sesterský kolektiv funguje v čele s primářem MUDr. Jakubem Machem ve Stodské nemocnici. Na oddělení panuje skvělá atmosféra, kterou si chválí rodičky z celého ši-

rokého okolí a rády se sem vrací. Ve zdejší porodnici se narodilo již několik generací z mnoha rodin. Podle primáře je to díky zdejší atmosféře. „Jsme nemocnicí rodinného typu, tedy menší nemocnice, žádná velkovýrobna. Maminkám se zde snažíme co nejvíce pomoci a jejich pobyt v naší nemocnici jim zpříjemnit,“ říká primář oddělení MUDr. Jakub Mach. „Máme tu kolektiv mladých a veselých porodních asistentek a rovněž naše sestřičky na šestinedělí a novorozeneckém oddělení úsměvy nešetří. Za to jim tímto moc

děkuji,“ dodává vrchní sestra oddělení Hana Duffková.

## TÝM ODDĚLENÍ MULTILOBOROVÁ JIP

V rámci Klatovské nemocnice je několik oddělení, kde je psychická odolnost nezbytnou součástí každodenní práce. Jednotka intenzivní péče k nim rozhodně patří. „Jde o náročnou práci, která zasahuje do mnoha oborů. Na našem oddělení proto pracuje hned několik lékařů například z chirurgie, ortopedie a interny. Všichni

zde včetně sestřiček odvádí stoprocentní výkon a za to bych jim chtěl moc poděkovat,“ říká vedoucí lékař MUDr. Radek Pelnář.

Tým na tomto oddělení drží pohromadě a jsou ochotni si vzájemně vypomoci a zastoupit se v případě potřeby. Celý tým aktivně vyhledává nové poznatky a metody práce, které pak uvádí do praxe. Tím se zvyšuje kvalita péče o pacienty. „Snažíme se aplikovat tyto nové metodiky napříč všemi obory,“ dodává vedoucí lékař.



Zaměstnanci roku Stodské nemocnice: Martina Tesárková (se soškou v horní řadě), Šárka Svobodová (se soškou uprostřed), Eva Kučerová (se soškou dole uprostřed) a tým gynekologicko-porodnického oddělení vč. primáře MUDr. Jakuba Macha (vpravo nahoře) a vrchní sestry Hany Duffkové (se soškou dole druhá zleva). S oceněnými jsou na snímku i hejtmán Josef Bernard (vlevo nahoře) a ředitel Stodské nemocnice MUDr. Alan Sutnar.



Společná fotografie oceněných zaměstnanců a vedení Klatovské nemocnice: RNDr. Helena Nedvědová (se soškou v horní řadě), Bc. Marcela Rachová (vlevo dole), tým multioborové jednotky intenzivní péče, ředitel nemocnice MUDr. Jiří Zeithaml (vpravo nahoře) a náměstek pro léčebnou péči MUDr. Zdeněk Pašek (nahore uprostřed).





# Znak Nemocnic Plzeňského kraje budeme hrdě ukazovat

**Martin Straka** patří k nejznámějším českým hokejistům. V Plzeňském kraji je legendou i díky tomu, že je **majitelem plzeňského hokejového klubu**. Nemocnice Plzeňského kraje a HC Škoda Plzeň na počátku roku uzavřely dohodu o spolupráci. I o ní je řeč v našem rozhovoru.

**Jaké máte zkušenosti s českým zdravotnictvím? Myslíte si, že je na dobré úrovni?**

Mám jenom ty nejlepší zkušenosti. Absolvoval jsem už dvě operace kolen a pokaždé bylo všechno bez sebemenšího problému. Zdravotnictví máme na fantastické úrovni.

**HC Škoda Plzeň a Nemocnice Plzeňského kraje uzavřely dohodu o spolupráci. Jak ta spolupráce bude vypadat?**

Náš klub spolupracoval už po nějaký čas s Fakultní nemocnicí v Plzni a rozšíření této spolupráce na Nemocnici Plzeňského kraje bylo prakticky logickým vyústěním. Máme hráče i fanoušky ze všech stran našeho kraje, tak jim můžeme i touto cestou být blíže. Budeme se podílet na propagaci zdravého životního stylu, který jako sportovci vyznáváme. Věříme, že toto spojení bude výhodnou spoluprací pro obě strany.

**Heslem spolupráce je: Naše srdce teď bijí společně. Budeme nyní znak Nemocnice Plzeňského kraje vidat na hokejových zápasech častěji?**

To rozhodně ano! První vlaštovka proběhla už v letošním play-off a znak Nemocnic Plzeňského kraje budeme na zápasech hrdě ukazovat i v následující sezóně.

**Aktivně už hokej nehrajete. Nestýská se vám po něm?**

Musím přiznat, že ne. Jsem rád, že jsem skončil. (smích) Baví mě ho sledovat a věnovat se mu, ale jako hokejista už ne. Už to nešlo a ani si nechodím zahrát za „staré pány“.

**Co vás přivedlo k hokeji?**

Když jsem byl malý, můj táta hrával fotbal, ale měl rád i hokej, tak mě a mého staršího brácha Michala přivedl k oběma sportům. Hokej nás bavil daleko víc, proto jsme u něho oba zůstali.

**Na jaké okamžiky vaší kariéry vzpomínáte nejraději?**

Vždycky to byla nějaká velká vítězství. Olympiáda v Naganu – obrovský historický úspěch –, zlaté mistrovství světa 2005 v Rakousku, ale nejraději vzpomínám na tuzemský mistrovský titul s Plzní ze sezóny 2012/2013.

**Byly úspěchy něčím odlišné?**

Olympiádu jsem vyhrál jako mladý kluk, a i když si toho člověk nesmírně váží, tak nedokáže v daný moment úplně pochopit, co dokázal, protože pro svoje mládí ještě necítí takovou odpovědnost. Na mistrovství světa už jsem byl



zkušenější a byla to moje možná poslední šance pohár vybojovat, protože už jsem měl za sebou čtyři účasti. A titul se Škodovkou byl na sklonku mojí kariéry. Člověk ví, co to všechno obnáší nejen z pozice hokejisty, ale i z pohledu chodu klubu. Ví, jak

je nesmírně těžké se poháru přiblížit a dokázat to. Byl jsem daleko víc zkušenější a pak člověk víc přemýšlí a lépe chápe, co dokázal. A my navíc poprvé vyhráli titul, takže se jednalo o historický moment pro celý plzeňský hokej.

**Bylo to speciální ještě v tom, že ten zlatý gól jste trefil vy v druhém prodloužení?**

O to mi vůbec nešlo, byl bych nejšťastnější, kdybychom to už uhráli v základní hrací době. O to, dát ten poslední gól, mi rozhodně nešlo, měl bych stejnou radost, kdyby ho trefil kdokoli z mých spoluhráčů.

**Máte ještě nějaký sportovní či jiný sen, který si chcete splnit?**

Sportovní sen zůstává každou sezónu stejný – vyhrát s hokejovou Plzní titul, i když už se na něm nebudu podílet jako hráč. Zase bych to chtěl zažít, tu euforii.

**Co děláte, když zrovna nepracujete?**

Snažím se být s rodinou a trávit svůj čas s dětmi a mojí ženou. A když mám více času, moc rád si chodím zahrát golf.





SEZNAMTE SE

# Představujeme Domažlickou nemocnici



Domažlická nemocnice patří k nejhezčím zdravotnickým zařízením v zemi. Do svahu zapuštěnou stavbu z roku 2005 obklopuje zeleň a z většiny pokojů je výhled na Český les. Nemocnice poskytuje péči hlavně obyvatelům domažlického okresu a přilehlé části Tachovska, kde žije 65 tisíc obyvatel. Vzhledem ke krásné přírodě a blízkosti německých hranic jsou pravidelnými pacienty také turisté. Lékařskou péči zajišťuje ve všech nejdůležitějších medicínských oborech, což je v příhraniční oblasti s delší dojezdovou vzdáleností od Plzně nezbytně důležité.

Samozřejmostí v Domažlické nemocnici je milý personál a kvalitní přístrojové vybavení, do kterého nemocnice neustále investuje. Například v letošním roce pořídila přístroje



za více než 40 milionů korun. Díky dotaci z Integrovaného regionálního operačního programu má nyní nové vybavení na operační sály, pro intenzivní a resuscitační péči, rehabilitaci, do klinických laboratoří a mnohé diagnostické přístroje pro ambulance. „Částečně se jednalo o obměnu starších přístrojů, které dosluhují fyzicky, ale i morálně. Nová generace nabízí pokročilejší funkce, jsou rychlejší, přesnější. Zčásti ale jde o nové typy přístrojů. Chceme mimo jiné rozšířit gynekologickou i chirurgickou operativu,“ vysvětluje ředitel nemocnice Petr Hubáček.

Medicínské obory v Domažlické nemocnici, tedy chirurgii, vnitřní lékařství, pediatrii, gynekologii a anesteziologicko-resuscitační oddělení, doplňuje intenzivní a následná péče, rehabilitace a v neposlední řadě nezbytný komplement, jako jsou radiodiagnostické oddělení, klinické laboratoře a lékárna. Nemocnice před nedávnem rekonstruovala blok chirurgických ambulancí a připravuje vybudování komplexního urgentního příjmu. Provozuje celkem přes 20 ambulancí a odborných poraden. Ambulantně ročně ošetří zhruba 46 tisíc pacientů a realizuje přes 125 tisíc vyšetření a ošetření. V domažlické porodnici se v uplynulých letech rodilo 400 až 600 zdravých dětí ročně.

Před nedávnem začala nemocnice provozovat zdravotnickou dopravní službu, která zajišťuje převoz raněných, nemocných či rodiček k lékaři či vyšetření. Z důvodu blízkosti německých hranic by nemocnice v letošním roce ještě ráda získala mezinárodně uznávanou akreditaci kvality a řídicích procesů TÜV, která by umožnila částečnou orientaci poskytování služeb a péče do Bavorska.

Pro personál má Domažlická nemocnice připravené velmi dobré pracovní podmínky, a to včetně pomoci s hledáním dočasného i trvalého bydlení. S městem nyní realizuje třeba projekt výstavby rodinných domů, kde by měli bydlet právě lékaři či sestry.



## NEMOCNICE V ČÍSLECH

**Lůžka:** 200

**Odborné ambulance:** 20

**Zaměstnanci:** 315

**Hospitalizovaní:** 7000/rok

**Operace:** 2000/rok

**Výkony v nelůžkových provozech:** 125 tisíc/rok





## MUDr. Šlesingr: Ve Svaté Anně vracíme pacienty zpět do života

Nemocnice Svatá Anna v Plané doléčuje zdravotní potíže ze všech oborů medicíny. Pacienty jsou obyvatelé Plánska a okresu Tachov, ale také celého Plzeňského a Karlovarského kraje. „Jsme zkrátka nemocnicí následné péče, léčíme pooperační a poúrazové stavy a také takové ty průšvihové diagnózy. Jedná se o péči po akutní fázi zdravotního problému,“ říká **MUDr. Ladislav Šlesingr**, který v Nemocnici Sv. Anna působí už 19 let, od září 2018 jako vedoucí lékař.

**Šéflékařem jste tedy už tři čtvrtě roku. S jakými pocity jste se této funkce ujal?**

Upřímně řečeno, moc rád jsem nebyl. Ne že bych se vedoucí funkce obával, to ne, nějakou takovou zastávám v podstatě celý život, už od základní školy. Ale je mi 74 let, možná jsem nejstarší ze všech lékařů Nemocnic Plzeňského kraje! Zpočátku jsem se s touto výzvou a situací tady nějak srovnával, ale teď se vše zklidnilo a běží to dobře.

**Proč je podle vás následná péče stejně důležitá jako ta akutní?**

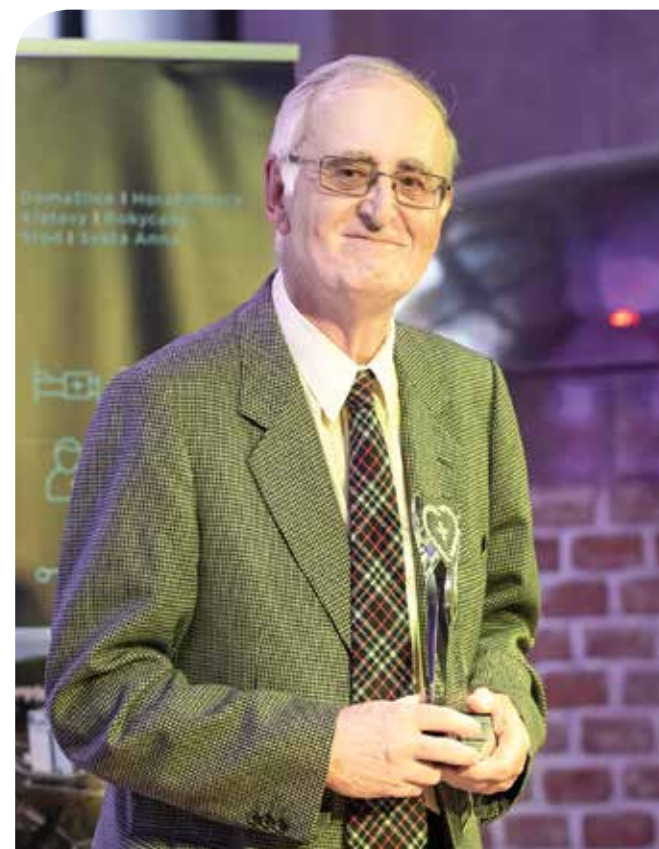
Hlavně proto, že akutní medicína má už nějakou dobu zkrácený režim na akutních lůžkách, pacient je tedy z nejhoršího venku, ale stále nějakou tu péči potřebuje. Uzdravení potřebuje čas, trpělivost, klid, cvičení a mnoho dalšího.

**Jak byste popsal vaše působení? Jste spokojený?**

Ano, velmi. Zvláště poslední dobou. Máme tady tři patra, ve třetím se zabýváme rehabilitací, v prvním patře se staráme o imobilní pacienty a druhé patro je takový mix. Pozitivně hodnotím vedení nemocnice, nemám žádné připomínky, vše funguje skvěle. Nebylo by dobré, kdyby nám naši už tak těžkou práci ještě někdo ztěžoval. A co je nejdůležitější? To, že mám vynikající kolegy, na které se mohu ve všem spolehnout. Víím, jak pracují, i já pracuji jako oni, dělám příjmy, propouštění, vizity... Také sestry jsou skvělé, jak v pracovním ohledu, tak v přístupu k pacientům. Nezaznamenal jsem na ně nikdy žádnou stížnost, jen chválu.

**Proč jste spokojený zvláště poslední dobou, jak jste říkal?**

V řádu několika týdnů už bude v provozu moc pěkný, rekonstruovaný bazén v suterénu. Vodoléčba bude znamenat další rozšíření naší péče, přibudou tedy různé balneologické procedury, které využívají fyzikálních vlastností vody, především působení různých teplot, vztaku, mechanického působení, jako je masáž proudem vody a podobně. Při vodoléčbě se na organismus působí totiž nejen tepelnou, ale i kinetickou energií. V posledních letech navíc nemocnice investovala nemalé prostředky do modernizace a zkrášlení interiérů. I proto se zvýšila obloženost lůžek na více než 28 tisíc ošetřovacích dnů, a to jen za loňský rok. Na konci roku 2018 jsme také dostali nový, speciální cvičební přístroj Levitas, který využívají především pacienti se sníženou pohyblivostí, například při potížích ortopedických, revmatologických a neurologických.



**Četla jsem, že na tento přístroj přispěla i široká veřejnost...**

Ano, to byla ta krásná akce s kalendářem. Lidé si mohli koupit opravdu unikátní nástěnný kalendář s fotografiemi některých pacientů. Respektive – poskytli jsme ho všem, kteří přispěli darem právě na pořízení přístroje. Většina našich fyzioterapeutů už se na něm zapracovala a je tedy dost využíván.

**Je naopak něco, co vám moc radost nedělá?**

V Nemocnici Sv. Anna provozujeme také takzvaná sociální lůžka, protože bohužel jsou i rodiny, které se o své blízké nemohou, nebo dokonce nechtějí starat. Takže jsou pacienti, kteří ještě potřebují péči, stačila by i ta domácí, ale nikdo jim ji neposkytuje. To je hodně smutné a pro mnohé z nás by to mělo být i varující.

**Nemáte problém s úbytkem personálu, zvláště lékařů?**

To víte, s tímto mají problém asi všechny menší nemocnice, zvláště ty, co jsou daleko od velkých měst a blízko hranic. V současné době je tu našťastí skvělý tým lékařů, ale ještě jednoho kolegu bych rád uvítal a jiná kolegyně možná brzy nastoupí, teď tu občas slouží a já doufám, že se domluvíme. Máme opravdu hodně práce, pomohlo by nám to. Lékaři se k nám neshánějí lehko, musí mít totiž praxi z akutních lůžek, atestace zde dělat nejdou... Zatím to tady stojí hlavně na důchodcích, nutno říct, že velice kvalitních. Problém také je, že mnoho dobrých, mladých lékařů odchází do ciziny, kde mají mnohonásobně vyšší příjmy. Těm starším, jako jsem třeba já, už ale o peníze nejde. Mám na to jiný náhled.

**Jaký?**

Pro mě jsou nejdůležitější spokojení pacienti tady u nás. To, že spokojení odcházejí, na rehabilitaci se k nám vrací a že nás doporučují známým. Daří se nám spolupracovat s různými klinikami, které k nám pacienty směřují, dokonce přijíždějí i ze zahraničí. Těší mě také pracovat v týmu lidí, kterým jde o to samé: vrátit naše pacienty „zpět do života“.

Našemu šéflékaři Ladislavu Šlesingrovi říkáme doktor House. Není to úplně proto, že jednu dobu musel používat hůl, ale především proto, že má velice svéráznou povahu a každý problém vyřeší. Na rozdíl od House ale není protivný, naopak, je velice srdečný a vždy nás rozesměje. Ale vážně: Tím, že se v nemocnici na Svaté Anně ujal primariátu, a to i když by si už mohl užívat zaslouženého důchodu, vytrhl nám všem, kdo tady pracujeme, trn z paty. Problémy řeší v klidu a s rozvahou, pacienti i zaměstnanci ho mají rádi a váží si ho. On ovšem nerad slyší slova chvály a také nerad mluví o tom, co vše kromě svého oboru ovládá. Tak aspoň prozradím, že umí několik světových jazyků a vyzná se v historii.

**Dagmar Špédlová,  
ředitelka Nemocnice Svatá Anna**





**Nemocnice  
Plzeňského  
kraje**

Domažlice | Horažďovice  
Klatovy | Rokycany  
Stod | Svatá Anna



*Skleněnou sošku a cenu Srdce Nemocnic Plzeňského kraje si při letošním oceňování zaměstnanců roku převzalo 22 jednotlivců a dva zdravotnické týmy. Všem patří velký dík a gratulace.*



# Spalničky jsou zpátky. Jste připraveni?

V posledních měsících se stále častěji objevují informace o dospělých, kteří onemocněli spalničkami. Toto vysoce nakažlivé onemocnění může u dospělých probíhat s časějšími komplikacemi.

Spalničky dříve patřily k velice častým dětským chorobám. Díky zavedení očkování proti spalničkám došlo k výraznému snížení výskytu jak celosvětově, tak v Evropě. Opětovný nárůst případů onemocnění v posledních letech je přičítán poklesu celkové proočkovanosti a vyvanutí imunity u dříve očkovaných jedinců. Celosvětově zůstávají spalničky jednou z hlavních příčin úmrtí dětí do 5 let. „Virus spalniček se snadno šíří vzduchem a k přenosu dochází nejčastěji kapénkami od nemocného nebo nepřímo přes bezprostředně kontaminované předměty nemocným. Vstupní branou do těla jsou spojivky a sliznice nosohltanu. Od nakažení k propuknutí nemoci dochází obvykle za 10 dní (v rozmezí 8–21 dnů). Člověk je infekční už čtyři dny před objevením vyrážky a ještě několik dní po jejím ústupu,“ vysvětluje epidemiolog skupiny Nemocnice Plzeňského kraje MUDr. Helena Nová.

Onemocnění se projevuje horečkou, rýmou, kašlem, zánětem spojivek a na sliznici v dutině ústní se objevují bělavé tečky se zarudlým okolím. Čtvrtý den při horečce se postupně vysévá vyrážka nejprve za ušima, na obličej, poté postupuje na krk, trup a končetiny a shodně také pak postupně ustupuje. Vyrážka přetrvává obvykle pět dní. Prodělání infekce zanechává dlouhodobou imunitu. Spalničky někdy provází i komplikace, jako například zápal plic, zánět středního ucha nebo vedlejších nosních dutin a vzácně zánět centrálního nervového systému. Právě i z důvodu vysoké nakažlivosti je pro nemocného povinná hospitalizace na infekčních odděleních. Při nekomplikovaném průběhu stačí klid na lůžku, snižování teplot a dostatečný příjem tekutin. Při bakteriálních komplikacích se podávají antibiotika.

Spolehlivou ochranou před spalničkami je jediné očkování. Do zahájení pravidelného očkování proti spalničkám v roce 1969 bylo v tehdejším Československu hlášeno průměrně 50 000 onemocnění každý rok. Na počátku milénia se vyskytovaly jen ojedinělé sporadické případy, nejčastěji importované. Nyní jsou ale spalničky zpět.



V minulém roce bylo evidováno 207 případů. Letos bylo do konce dubna podchyceno už 500 případů. Plzeňský kraj se na tom podílel třemi desítkami nakažených osob. Vzhledem k tomu, že u některých očkovaných osob může v průběhu času dojít k vyvanutí imunity, nelze dvě dávky očkování proti spalničkám aplikované v dětství považovat za jednoznačný průkaz imunity. Zvažte proto přeočkování. Vyšetření protilátek ani následné přeočkování na vlastní žádost nehradí systém zdravotního pojištění. Zájemce si jej musí hradit jako samoplátce. O možnosti přeočkování se informujte u svého praktického lékaře či v očkovacích střediscích.

Více informací na [www.nemocnicepk.cz/srdce](http://www.nemocnicepk.cz/srdce)

Nemocnice Plzeňského kraje nabízí všem svým zaměstnancům vyšetření stavu imunity proti spalničkám a následně neimunním zaměstnancům bezplatné očkování. „S ohledem na současný trend ve výskytu spalniček je velmi reálné riziko kontaktu zdravotníka s pacientem se spalničkami. Zdravotník by se tak snadno mohl stát zdrojem nákazy pro pacienty, které při své práci ošetřuje. Už loni jsme proto nabídli zdravotníkům na vybraných odděleních možnost nechat se naočkovat. Mnozí tuto možnost využili, a proto nově nabízíme vyšetření a následné očkování už veškerému personálu,“ říká epidemiolog Helena Nová. Novinkou je nabídka vyšetření stavu imunity proti spalničkám zaměstnancům krajského úřadu včetně organizací zřízených Plzeňským krajem a Policie ČR za zvýhodněnou cenu 195 Kč. Ostatním zájemcům je toto vyšetření účtováno dle platného sazebníku za 489 Kč.

# Memoranda stvrdila spolupráci s městy

## Rozvoj nemocnic akutní péče v Plzeňském kraji.

To je cíl podepsaných memorand, ve kterých se Plzeňský kraj v čele s hejtmánem Josefem Bernardem, ředitelé jednotlivých nemocnic akutní péče (Stodské, Klatovské, Domažlické a Rokycanské) a starostové měst, ve kterých tyto nemocnice sídlí, zavázali ke spolupráci.

„Plzeňský kraj bude dále rozvíjet všechny své nemocnice. V současné době zažívá zdravotnictví v celé zemi těžké časy, zejména kvůli nedostatku zdravotnického personálu a lékařů. Abychom tyto problémy překonali, je pro nás nezbytně nutné spolupracovat se starosty měst a obcí,“ říká hejtmán Plzeňského kraje Josef Bernard.

Starostové tuto spolupráci kvitují. „Memorandum k podpoře rozvoje Rokycanské nemocnice vítám. Vznikne pracovní skupina, která bude hledat vhodná řešení jednotlivých forem podpory, které navrhne Plzeňský kraj. Už nyní společně s Krajským úřadem Plzeňského kraje plánujeme rekonstrukci Voldušské ulice, která vede právě k nemocnici. Připravujeme i vznik nových parkovacích míst v okolí zdravotnického zařízení. Město Rokycany chce podporovat i samotné zaměstnance nemocnice například přednostním přidělováním bytů a umisťováním jejich dětí do školských zařízení,“ uvedl starosta města Rokycany Václav Kočí.

Právě například zkvalitněním a zkrácením dopravní dostupnosti nemocnice pro občany z širšího okolí či podporou bydlení pro zaměstnance nemocnice se budou starostové snažit naplnit znění memorand. „Máme zájem na poskytování další podpory pro činnost a rozvoj nemocnice, s cílem posílit pozici nemocnice jakožto silného a stabilního zdravotnického zařízení a perspektivního zaměstnavatele,“ uvádí se v nich.

Ti, kteří jednotlivá memoranda podepsali, také tímto aktem vytvořili pracovní skupiny. Každá z nich bude průběžně spolupracovat na dosažení cílů uvedených v memorandu a jednou ročně na společném jednání vyhodnotí dosažené výsledky a zkonstatuje další možnosti rozvoje a podpory na následující období.

## Jiří Vlk, starosta Stodu

Jsmem rád, že ve Stodu máme krajskou nemocnici, která má pro celý okres velký význam. Je důležitým zaměstnavatelem, a proto memorandum vnímám jako důležitou věc. Rádi budeme s nemocnicí úzce spolupracovat.



## Rudolf Salvetr, starosta Klatov

Klatovská nemocnice není důležitá jen pro Klatovy, ale pro celou širší oblast včetně Šumavy. Je proto stěžejní, aby nemocnice fungovala. V současné době projednáváme s nemocnicí zlepšení přístupu do areálu z parkoviště od sídliště.



## Václav Kočí, starosta Rokycan

Rokycanská nemocnice má pro obyvatele města a jeho okolí zásadní význam. Lidem slouží řada oddělení a ambulancí, neocenitelné jsou také pohotovosti pro děti, dospělé a úrazová pohotovost, které slouží obyvatelům celého Rokycanska. Bez existence Rokycanské nemocnice by se výrazně zhoršila dostupnost zdravotní péče a pravděpodobně by také stoupl zatížení Zdravotnické záchranné služby Plzeňského kraje.



## Zdeněk Novák, starosta Domažlic

Jedním z praktických výstupů spolupráce je výstavba řadových rodinných domů, kterou realizuje město Domažlice ve prospěch Domažlické nemocnice. Výsledkem bude celkem 9 nových bytů v řadových domcích, které budou nemocnici pronajaty k zajištění bydlení pro její zaměstnance. Jsme si vědomi vážnosti situace, pokud jde o získávání nových lékařů a dalších zaměstnanců nemocnice, a snažíme se touto cestou pomoci. Byty by měly být dokončeny na jaře příštího roku. Navíc se počítá s další bytovou výstavbou v lokalitě bývalých kasáren, i zde by měly být vystavěny nové byty určené mj. pro budoucí možné využití ze strany nemocnice.





## INVESTICE

# Přístroje za 160 milionů korun už slouží pacientům

Přesnější a rychlejší diagnostiku, šetrnější a efektivnější léčbu nebo úplně nový typ péče či vyšetření. To vše umožní stovky kusů zdravotnické techniky a souvisejícího spotřebního materiálu, které v uplynulých měsících nakoupily nemocnice v Domažlicích, Klatovech a Stodu. Drtivá většina přístrojů v hodnotě 160 milionů korun už slouží pacientům. S jejich pořízením pomohla dotace z Integrovaného regionálního operačního programu ve výzvě Zvýšení kvality návazné péče.

Klatovská nemocnice pořídila 276 přístrojů za téměř 80 milionů korun, například pro oddělení ortopedie, rehabilitace, interní i další. Nejvýznamnější podíl, konkrétně 77 celků za 34 milionů, ovšem směřuje k obnově a dovybavení oddělení klinických laboratoří. „Kromě obnovy starších přístrojů se podařilo dovybavit pracoviště několika

unikátními přístroji, které jsou dnes hlavně ve fakultních nemocnicích. S hrdostí mohu říci, že kvalitou vybavení budeme patřit k předním pracovištím v České republice,” říká primář MUDr. Richard Pikner.

Nemocnice v Domažlicích nakoupila přístroje za 37 milionů korun. Mimo jiné mobilní rentgen, endoskopy, nové rehabilitační přístroje a třeba i laparoskopickou věž. „Částečně se jedná o obměnu starších přístrojů. Nová generace nabídne pokročilejší funkce, budou rychlejší, přesnější. Zčásti ale jde o nová zařízení. Chceme mimo jiné rozšířit operativu,” vysvětluje šéf nemocnice MUDr. Petr Hubáček.

Hodnota přístrojů nakupovaných ve Stodské nemocnici je 44 milionů korun. „Obnovou a modernizací chceme nejen nabídnout lepší péči, ale rádi bychom i naše zdravotnické zařízení zatraktivnili pro začínající lékaře a sestry,” doplňuje ředitel nemocnice MUDr. Alan Sutnar.



Především u lůžek intenzivní a resuscitační péče jsou nové monitory životních funkcí. Oproti původním přístrojům sledují více hodnot a měření jsou přesnější. „Kromě standardních ukazatelů, jako je EKG, saturace krve kyslíkem, krevního tlaku a podobně, monitorují nové přístroje třeba i EEG nebo srdeční výdej,” vysvětluje vrchní sestra domažlického oddělení ARO-JIP Galina Holomajová a primář MUDr. Vojtěch Hynek doplňuje: „Tyto ukazatele nám pomáhají reagovat prakticky ihned a cíleně na sebemenší změnu stavu. Tím se opět zkvalitňuje péče o tyto kriticky nemocné pacienty.”



Přesnější a šetrnější diagnostiku i léčbu onemocnění horní části trávicího traktu, tedy jícnu, žaludku a horní části tenkého střeva, umožňují nové videogastroskopy. V gastroenterologických ambulancích nahrazují dosavadní přístroje, které již začínaly být morálně zastaralé. „Nové gastroskopy vysílají světlo ve větším spektru barev a záběr kamery je širší, takže nálezy můžeme vidět zřetelněji. Zároveň jsou tenčí, takže je výkon příjemnější i pro pacienta. Lze s nimi i lépe a přesněji manipulovat. To je výhoda hlavně u léčebných zákroků, například při ošetření krvácení nebo při odstraňování cizích těles,” popisuje gastroenteroložka Domažlické nemocnice MUDr. Lenka Musilová.



Holter EKG je přístroj, který u pacienta sleduje v určitém časovém úseku, například po dobu 12, 24 nebo 72 hodin, srdeční činnost a zaznamenává sebemenší výkyvy do své paměti. „Pacient si přitom pečlivě zapisuje, kdy a jaké aktivity provádí, aby bylo zřejmé, jaké podněty mohou mít na činnost srdce vliv. Lékař pak vyhodnocuje, jak srdce reaguje a zda pracuje správně, popřípadě zda pacient nemá kardiologické problémy,” vysvětluje vrchní sestra interního oddělení Stodské nemocnice Drahomíra Letáková s tím, že nové holtery jsou velmi citlivé, přesné a jsou lehčí.



Vůbec nejdražším přístrojem je hmotnostní spektrofotometr na pracovišti klinické mikrobiologie v Klatovech. Stál přibližně sedm milionů korun a nejenže o 24 hodin urychlí identifikaci bakterií, ale také ji zpřesní. „Budeme již o polovinu času dříve schopni určit z biologického materiálu druh bakterie či kvasinky, a dokonce u některých i napoví o možné citlivosti k antibiotikům. Ošetřující lékaři se tím dozvědí dříve možnou příčinu onemocnění a budou moci rychleji a s přesnějším zacílením zahájit odpovídající léčbu. To v konečném důsledku významně zlepší péči o několik tisíc pacientů všech krajských nemocnic, pro které tato vyšetření provádíme,” říká MUDr. Richard Pikner.

### HLAVNÍ SKUPINY NAKUPOVANÉ TECHNIKY

- ✓ Vybavení klinických laboratoří
- ✓ Přístroje pro intenzivní a resuscitační péči
- ✓ Rehabilitační přístroje a vybavení
- ✓ Přístroje zobrazovacích metod
- ✓ Polohovatelná lůžka
- ✓ Vybavení operačních sálů
- ✓ Diagnostické a léčebné přístroje interních oborů
- ✓ Spotřební materiál

Více informací na [www.nemocnicepk.cz/srdce](http://www.nemocnicepk.cz/srdce)



# Domažlická nemocnice zajišťuje nově dopravu pacientů k lékaři

**Domažlická nemocnice má od jara nové „oddělení“ pečující o pacienty. Provozuje zdravotnickou dopravní službu, která se zabývá převozem raněných, nemocných či rodiček k lékaři či vyšetření.** Službu dosud v regionu zajišťovala jako doplňkovou činnost záchranka. Změna provozovatele přinese výhody nemocnici i přepravovaným pacientům.

„Máme k dispozici 12 sanitek, řidiče proškolené v poskytování první pomoci a dispečerky, které zajišťují efektivní využití vozů a minimální čekací doby klientů,“ popisuje vedoucí řídič zdravotnické dopravy Domažlické nemocnice Miloslav Kundrát s tím, že služba vozí pacienty hlavně z domova k lékaři nebo na specializovaná vyšetření či ošetření a také mezi zdravotnickými zařízeními.

Pokud pacienti nemají možnost dopravit se k lékaři po vlastní ose nebo to neumožňuje jejich zdravotní stav, je převoz bezplatný a hraří ho zdravotní pojišťovna. Sanitu si ale mohou objednat i samoplátci.



Dále je dopravní služba sekundární součástí integrovaného záchranného systému a v případě potřeby se účastní zásahů při hromadných neštěstích nebo jiných krizových situacích. A její asistenční služby mohou využít i pořadatelé kulturních, sportovních nebo jiných společenských akcí, kde je vyžadován zdravotnický dozor.

Pro nemocnici v Domažlicích je důležitá služba rozvíjet, neboť drtivá většina transportů směřuje právě tam nebo případně do sesterských nemocnic v Klatovech a Stodu. „Tím, že se dopravní služba začlenila přímo do struktury nemocnice, můžeme její provoz v návaznosti na naše ambulance i lůžková oddělení zefektivnit. Například dispečerky objednávají transporty i v souvislosti s potřebami jednotlivých pracovišť nebo mohou po konzultaci s odděleními lépe spojit transporty pacientů ze stejných lokalit,“ říká ředitel Domažlické nemocnice MUDr. Petr Hubáček. „Nebo třeba v případě, že vezeme pacienta do Klatov na dialýzu, vůz tam namísto čekání obsluhuje klatovské pacienty,“ doplnil.

Přínosná je i skutečnost, že se řidiči stali členy týmu zdravotníků nemocnice. „Pomáhají více s překlady třeba imobilních pacientů na lůžková oddělení. A další významnou výhodou je, že v rámci nemocnice se budou lépe vzdělávat přímo v poskytování zdravotní péče a zvýší se jejich kompetence zdravotníků,“ doplňuje ředitel nemocnice.

Zdravotnickou dopravní službu provozuje také Stodská nemocnice. V její flotile je pět sanitních vozů.

Více informací na [www.nemocnicepk.cz/srdce](http://www.nemocnicepk.cz/srdce)



## Chvála dopravní služby

Doprava pacienta k potřebné péči nebo naopak doprava lékaře k pacientovi jsou důležitými prvky v organizaci zdravotních služeb. Stejně jako u celého zdravotního systému sahají kořeny moderního uspořádání zdravotnické přepravy do druhé poloviny devatenáctého století. Jak se tomu v historii často stává, přináší zásadní posun válka, v tomto případě ta krymská. Do té doby měli ranění vojáci, neodborně ošetřovaní v místě bojiště, malou naději na přežití a nit života jim stříhaly brutální amputace, absence ošetrovatelské péče a nejrůznější infekce.

Změnu přinesl ruský chirurg Pirogov, který inicioval vznik společnosti žen pro pomoc nemocným a raněným a následně v jejím čele zaměřil na krymské válčičtě. Vedle toho, že jako první zavedl do vojenské medicíny použití celkové anestezie, sádrování zlomenin, omezení amputací a profesionální ošetrovatelskou péči, tak do její organizace vnesl triáž a rychlý odsun raněných na místo, kde jim může být poskytnuta kompletní péče. Pro ty z nás, kteří ještě prošli povinnou vojenskou službou, bylo vyslovení slova „Pirogov“ nad ležícím vojákem rozkazem k jeho okamžitému překladi na vyšší pracoviště. Pirogovův systém dovedli k dokonalosti Američané ve vietnamské válce, když každého vážněji raněného okamžitě dopravovali vrtulníkem na operační sál letadlové lodi. V civilní medicíně roste důležitost zdravotnické dopravní služby všech typů společně s centralizací specializované péče. Pacient není transportován do nejbližší nemocnice, ale do té, která bude schopna jeho problém kvalitně vyřešit. Pacient se srdečním infarktem se veze do té, kde mu zastentují koronárky, s mozkovou mrtvicí zase do iktového centra, kde mu rozpustí zatoulanou krevní sraženinu. Zdravotnická záchranná služba v tomto směru odvádí skvělou práci, ale i ona má svoji Achillovu patu. Tou je její snadná zneužitelnost. Problém s využíváním

záchranné služby jako bezplatné taxislužby, často ještě s bonusem přednostního ošetření, je celorepublikový a vytěžuje její kapacity z minimálně osmdesáti procent. Že to je hodně drahý špás za veřejné peníze, nás asi netrápí, neb z nich krev neteče, ale když týden bolavá záda a tři dny přísáté klíště pozdrží dojezd k srdečnímu infarktu, tak to už je hodně na krev. Řešení by bylo jednoduché – přivolání záchranky zpoplatnit, ale to se nestane, protože iluze bezplatnosti drží vyšší trumfy než zdraví.



Doprava pacienta k potřebné péči během let vytěsnila cestování poskytovatelů péče za pacienty. Současná snaha posílit váhu zdravotní péče v domácím prostředí je chvályhodná, ale z mnoha důvodů nemá naději na získání zásadnějišího významu. Úspěchem bude, když se bude rozvíjet v oblasti domácí hospicové péče a ve starání se o některé chronicky nemocné pacienty. Doby, kdy můj děda jako praktický lékař v Lipníku nad Bečvou nechával zapřahat bryčku, kdykoli byla potřeba, se už nevrátí. Neznám žádného dnešního praktického lékaře, který by byl ochoten si na vizitku napsat, že je připraven pomoci kdykoli, jenom v neděli mezi 10 a 12 hodinou že prosí o respektování soukromí. To byl čas mše.

V dnešním zdravotnictví, kdy se centralizuje specializovaná péče a mizí návštěvní služba, roste význam zdravotnické dopravní služby zejména v prostředí menších nemocnic. Vlastní zdravotnická dopravní služba dává Nemocnicím Plzeňského kraje možnost dále zlepšovat kvalitu a komfort poskytované péče. Už jen tím, že pacient ležící v kterékoli z nich může podstoupit specializovaný zákrok či vyšetření na specializovaném oddělení bez nutnosti překladi.

**MUDr. Pavel Vepřek**  
člen představenstva, Nemocnice Plzeňského kraje, a.s.



## **FOTBALISTA JAN SÝKORA** MYSLÍ NA MIMINKA I LETOS

Reprezentační fotbalista Jan Sýkora udělal i letos radost nejmenším „pacientům“ a rodičkám Klatovské nemocnice. Novorozeneckému oddělení věnoval dva pulsní oxymetry. Budou sloužit na porodních sálech k monitoraci pulsu a saturaci kyslíku čerstvě narozených dětí a následně i k novorozeneckému screeningu vrozených srdečních vad. „Nové oxymetry mají přímo program na screening srdečních vad, který je okamžitě vyhodnotí a upozorní na případné odchylky,“ popisuje vrchní sestra dětského oddělení Bc. Gabriela Kubíková.

Kmenový hráč pražské Slavie pochází z Klatovska a už loni pořídil nemocnici fototerapeutickou lampu. „Je to příjemný pocit, proto jsem tu letos znovu. Tentokrát s oxymetry, které umožní poskytovat diagnostickou péči na špičkové úrovni. I když tedy doufám, že všechny děti budou zdravé a tyto přístroje to jen potvrdí,“ řekl Sýkora.



## **TÝM ZDRAVOTNÍKŮ DOPLNILA** VE SVATÉ ANNĚ FENKA VIGA

Nemocnice následné péče Svatá Anna poskytuje svým pacientům nový typ péče. Je jí canisterapie neboli léčba prostřednictvím psa, kterou zajišťuje Kateřina Cibulková s fenkou Vigou. „Viga je čtyři roky stará fenka plemene krátkosrstý německý ohař. Že bude vhodná na canisterapii, jsem věděla hned, jak jsem ji poprvé viděla. Je velmi milá, vstřícná k lidem a všechno dělá s radostí. Říkáme jí happy dog,“ vysvětluje Kateřina Cibulková.

Canisterapie pomáhá především pacientům se zhoršenými pohybovými schopnostmi rehabilitovat a zlepšovat motoriku, když si psa hladí a poskytují mu místo. „Pomáhá ale i dlouhodobě hospitalizovaným či pacientům trpícím úzkostí. Rozptýlí je a zlepší náladu. Po návštěvě pejska vždy začnou zpravidla i více komunikovat,“ vysvětluje rehabilitační pracovnice Stáňa Vosecká. Pejskové dochází i do nemocnic v Domažlicích, Klatovech a Stodu.



## **STODSKÁ NEMOCNICE** MÁ NOVOU VODOLÉČBU

Ve Stodské nemocnici skončila první etapa rekonstrukce rehabilitačního oddělení. Zahrnovala kompletní přestavbu vodoléčby, která se přesunula do nových prostor, kam se instalovaly nové vany a vířivky. „Mají lepší ergonomický tvar a lze na nich snáze regulovat směr i tlak proudu. Díky tomu lze léčbu lépe zacílit na postižené oblasti a je šetrnější a efektivnější,“ říká primářka rehabilitace MUDr. Ludmila Wabneggerová.

I v další etapě se rehabilitace dočká nových prostor. V těsné blízkosti vznikne přístavba s novými ordinacemi. Dosud měla rehabilitace pouze jednu v jiné části budovy. Postupně se budou upravovat i současné prostory, tedy tělocvičny a prostory elektro- či magnetoléčby. „Cílem je zlepšovat péči a s rostoucí poptávkou zvýšit kapacity a zkrátit čekací lhůty na vyšetření i léčbu,“ říká ředitel nemocnice Alan Sutnar s tím, že investice se přiblíží k 30 milionům korun.

## **U TŘETINY LIDÍ BYLO ZJIŠTĚNO** RIZIKO NEMOCI LEDVIN

Preventivní akce Světový den ledvin vzbudila letos v Klatovské nemocnici opět velký zájem. „Během čtyř hodin přišlo k vyšetření celkem 172 lidí, přičemž u 51 z nich bylo zjištěno střední nebo vysoké riziko onemocnění. Z těchto jsme 14 lidí už přímo objednali do nefrologické ambulance k podrobnému vyšetření,“ říká vrchní sestra dialyzační jednotky Pavla Pohreichová. „Měli zpravidla mimořádně vysoké hodnoty tlaku nebo krevního cukru.“

Riziko onemocnění ledvin se nevyplácí podceňovat. V počáteční fázi se totiž neprojevuje a nemocný nemá významnější potíže. Pozorovatelné komplikace přichází až v době, kdy už ale léčba nemusí být dostatečně účinná. Nemoc v raném stadiu zjistí pouze odborné vyšetření, které nabízí právě preventivní akce. „A při včasné zjištění lze nemoc zpomalit nebo i zastavit,“ doplňuje vedoucí lékařka dialýzy MUDr. Adéla Hrnčířiková.



## **NEMOCNICE UČILY VEŘEJNOST,** JAK SI SPRÁVNĚ MÝT RUCI

Nemocnice v Domažlicích, Klatovech, Rokycanech a Stodu se i letos připojily k preventivní akci Světový den hygieny rukou. Při ní vyškolení zdravotníci předvedli kolegům a veřejnosti, jaký je správný postup při mytí a dezinfekci rukou, a sdělili, při jakých příležitostech je zejména v nemocničním prostředí nutné hygienu provádět. Čisté ruce jsou totiž základem pro nešíření nemocí.

Až 80 procent infekcí se šíří špinavými rukama. „Může se jednat o žloutenku či průjemová a respirační onemocnění, jejichž původci se množí na běžně užívaných předmětech, jako jsou madla nákupních vozíků, držadla v autobusech, kliky u dveří, mince, platební karty, tlačítka výtahů, mobily a jiné,“ říká epidemioložka krajských nemocnic MUDr. Helena Nová s tím, že v prostředí nemocnic je kromě mytí důležitá i dezinfekce. Z tohoto důvodu jsou v nemocnicích dávkovače dezinfekce, která se nanáší na ruce jako při správném mytí mýdlo.



## **NEMOCNICE V PLANÉ ZPROVOZNILA** REKONSTRUOVANOU REHABILITACI

V Nemocnici Svatá Anna se rekonstruovaly suterénní prostory rehabilitačního oddělení. Po zkušebním provozu se začaly v uplynulých týdnech plně využívat. Za čtyři miliony korun se zlepšila nejen kvalita péče a komfort pro pacienty, ale i záze-  
mí pro samotný personál. „Rekonstrukce zahrnovala úplnou obnovu bazénu a bazénových technologií, jako je filtrace, ohřev vody nebo protiproud. Dále se zrenovovala tělocvična a prostor pro fyzikální terapie elektro- a magnetoléčbu, kde se dělalo i kompletní odvlhčení zdí a podlahy. Nové členění terapeutických pracovišť působí vzdušněji a příjemněji,“ říká ředitelka nemocnice Dagmar Špédlová.

Dále se rekonstruovaly šatny a toalety pro pacienty, zázemí pro personál a vstupní prostor na rehabilitaci. Hlavní rehabilitační prostory nemocnice využívá drtivá většina ze 700 ročně hospitalizovaných pacientů.



Více k jednotlivým aktualitám na  
[www.nemocnicepk.cz/srdce](http://www.nemocnicepk.cz/srdce)





## Nová Zlatá stezka provede tím nejkrásnějším z příhraničí

Místy téměř nedotčená znovu probouzející se příroda, nádherné až ohlušující ticho, vůně lesa, zpěv ptactva, sluncem zalitý den a vy jste přímo uprostřed celé té krásy. Ano, i to zažijete během putování na pěších dálkových turistických trasách Zlaté stezky, které byly nově proznačeny za spolupráce Plzeňského kraje, Jihočeské centrály cestovního ruchu a Tourismusverband Ostbayern. V Plzeňském kraji začíná Zlatá stezka v Chodové Plané, prochází napříč Českým lesem a Šumavou a končí v Českých Budějovicích. Vytváří českou paralelu ke stejnojmenné německé síti Goldsteig, dálkové turistické stezce v Bavorsku, pyšící se evropským certifikátem kvality Top Trails. Obě trasy se propojují do unikátního systému často historických pěších stezek procházejících hustě zalesněným komplexem v hornaté krajině bývalé železné opony, takzvanou zelenou střechou Evropy, kam patří Český les, Hornofalcký les, Šumava a Bavorský les. Vedou kolem jedinečných historických a kulturních památek, přes dva národní a šest přírodních parků. „Nástupní místa na Zlaté stezce byla vybrána s ohledem na dobrou dopravní dostupnost, ubytovací a stravovací kapacity. Nechybí základní turistická infrastruktura, trasa je vybavena mobiliáři, informačními tabulemi představujícími Zlatou stezku a zajímavosti v oko-



[www.zlatoustezkou.cz](http://www.zlatoustezkou.cz)



lí,” vysvětluje vedoucí oddělení cestovního ruchu Plzeňského kraje Ilona Šnebergrová. Čerstvě je vydán také etapový průvodce, přehledná mapa a soubor podrobných map pěších tras, které jsou zdarma k dispozici v informačních centrech v celém kraji a zejména v lokalitách stezky. I když celá síť zahrnuje stovky kilometrů tras, je rozčleněna do jednodenních úseků po zhruba 20 kilometrech, které jsou viditelně značeny logem Zlaté stezky. Bližší informace nabízí portál

## TIPY NA VÝLET

### Prázdninová štafeta odstartovala a nabízí 50 turistických cílů

Plzeňský kraj a jeho partneři opět zahajují velké letní putování v tradiční soutěži „Prázdninová štafeta 2019“. Rodiny s dětmi v ní mohou hrát tradičně až do 31. srpna o rodinný zájezd a mnoho dalších hodnotných cen. Díky nové elektronické podobě soutěže se dozvíte nejen o turistických cílech, ale i letních akcích pořádaných v Plzeňském kraji.

„Vyberte si z nabízených 50 cílů, vyfotíte se u nich a zašlete je přes webovou aplikaci k vyhodnocení. Po dosažení minimálně 15 cílů budete automaticky zařazeni do slosování o hlavní ceny,” vysvětluje vedoucí oddělení cestovního ruchu Plzeňského kraje Ilona Šnebergrová.

Štafeta je určena hlavně pro děti a mládež do 18 let. Oproti předcho-

*Prázdninová štafeta*

zím ročníkům jsou pravidla soutěže zjednodušena, start akce je již v červnu a cíle jsou tematicky doplněné. „Letošní ročník zavede mimo jiné za barokními památkami a za turistickými zajímavostmi na Šumavu,” doplňuje Ilona Šnebergrová.

Slavnostní vyhlášení vítězů a předání cen se uskuteční tradičně na mezinárodním veletrhu cestovního ruchu Plzeňského kraje ITEP 2019, který se uskuteční od 19. do 21. září 2019 v halách TJ Lokomotiva v Plzni.

Registrace, info a pravidla soutěže na webu [stafeta.plzensky-kraj.cz](http://stafeta.plzensky-kraj.cz).

## Prožijte úžasné dny na Letním barokním festivalu 2019

Unikněte od každodenního shonu dnešní doby a octněte se v čase baroka. Zažijte jedinečný barokní ohňostroj, netradiční den plný interaktivní zábavy i odpočinku, dobrého jídla a pití, přijďte se zaposlouchat do tónů hudby pro barokní smetanu a projet se v kočáře. Na vybrané akce je zajištěna doprava speciálním festivalovým autobusem, předprodej je zahájen na portálu Plzeňská vstupenka a aktuální informace o akcích a vstupném naleznete na [www.zapadoceskebaroko.cz](http://www.zapadoceskebaroko.cz).

### PROGRAM LETNÍHO BAROKNÍHO FESTIVALU 2019

- 21. 6. KLATOVY** – Barokní svatojánská noc
- 22. 6. PLASY** – Kočárová slavnost aneb ke chvále a slávě řemesel, Centrum stavitelského dědictví Národní technické muzeum, Cisterciácké noci v klášteře Plasy
- 12. 7. TACHOV** – Barokní klášterní slavnost
- 27. 7. ZÁLUŽÍ U STODA** – Pod křídly baroka
- 3. a 4. 8. SVOJŠÍN** – Zahradní slavnosti aneb Květy baroka
- 17. 8. MANĚTÍN** – Barokní den na zámku v Manětíně
- 7. 9. BLOVICE – HRADIŠTĚ** – Stopy baroka





## Jak postupovat při uštknutí zmijí

### Každoročně se v létě objevuje několik případů uštknutí zmijí.

Tito hadi jsou obvykle plaší, ale pokud je překvapíte nebo na ně dokonce šlápnete, mohou zaútočit. Zraněného je pak nutné zklidnit a zavolat záchranku. Ohrožení jsou především chronicky nemocní lidé a děti. Bezprostřední ohrožení života v řádu minut může způsobit těžká anafylaktická reakce se šokem.

Děti jsou neposedné, méně nebo ani trochu obezřetné, mohou tedy na hada narazit snadněji. „Rizikovou skupinou jsou však i staří lidé, chronicky nemocní a lidé s oslabeným imunitním systémem. V případě diabetiků hrozí lokální nebezpečí infekce a špatného hojení, u alergiků může dojít k silné reakci, protože hadí jed je bílkovinné povahy. Z tohoto důvodu se běžně nepodává ani antisérum, které rovněž obsahuje bílkovinu. Podává se pouze v krajních život ohrožujících stavech a jeho podání podléhá pečlivé indikaci,“ vysvětluje Miriam Gredová, primářka Anestezio-logicko-resuscitačního oddělení Klatovské nemocnice.

Po útoku zmijí se v místě uštknutí objeví dvě drobné bolestivé ranky, někdy krvácející, se zarudlým nafialovělým lemem. „Známkou alespoň minimálního vniknutí jedu je otok s centrálním vyblednutím, pokračující, případně prokrvácený otok, zduření regionálních lymfatických uzlin. Otok může přestoupit na trup a protilehlou polovinu těla. Možné jsou infekční komplikace v místě vniku a okolí. Ústup změn nastává za 3–4 dny, při výraznějším postižení za 1–2 týdny. Bolestivost místa přetrvává až měsíce,“ upozorňuje Miriam Gredová. Zraněný má navíc pocit na zvracení nebo přímo zvrací, dalšími příznaky jsou pocení, zvýšená teplota,

žízeň, bolesti břicha, průjem, neudržení moči. Vzácněji se objevuje otok v oblasti rtů, jazyka a tváře i dechové potíže. „Tyto projevy jsou příznačné spíše pro anafylaktoidní reakci. Nebezpečným projevem závažnější otravy je pokles systémového tlaku až oběhový šok doprovázený urychleným tepem, studeným potem, bledostí, poruchou vědomí. U těžších postižení s poklesem tlaku vzniká ledvinové selhávání,“ říká primářka.

Otrava po uštknutí zmijí obecnou neznámená pro dospělého člověka většinou závažné ohrožení, u dítěte a dalších rizikových skupin je ale rychlá a správná první pomoc naprostou nutností. Vzhledem k váze dítěte může být množství jedu v uvažované dávce smrtelné.

Co tedy dělat? Při uštknutí hadem je nutné postiženou končetinu znehybnit a člověka zklidnit. Postačí volná bandáž k tělu a znehybnění pacienta samotného. Nejdůležitější je povolat záchrannou službu (155) a můžeme také kontaktovat Toxikologické informační středisko (224919293), kde nepřetržitě funguje konzultační služba. Škrtidlo není nutné, to naopak při špatném použití způsobí více škody než užitku. „Postačí jakýkoliv pruh látky, kterým nepříliš razantně stáhneme končetinu nad místem uštknutí. Snížíme tak odtok krve (jedu) z končetiny směrem k tělu. Silně a příliš dlouho utažené škrtidlo ponechané na končetině ji může vážně ohrozit, a to zastavením přítoku krve, a tedy kyslíku. Proto je třeba po zhruba 20–30 minutách škrtidlo alespoň na minutu uvolnit. Vhodný je také chladný obklad, který zpomalí vstřebávání jedu a zmírní bolest. Nedoporučuji rozřezávání rány, její vypalování, vyplachování, vysávání,“ dodává Miriam Gredová.



## Sport a zdraví patří k sobě

### NAŠE SRDCE TEĎ BIJÍ SPOLEČNĚ.

To je heslo, které odstartovalo spolupráci mezi Nemocnicemi Plzeňského kraje a hokejovým klubem HC Škoda Plzeň.

Nemocnice Plzeňského kraje se dlouhodobě snaží o propagaci zdravého životního stylu. K tomu bezesporu patří i sport. Dohoda o spolupráci s hokejovým klubem HC Škoda Plzeň byla tedy logickým krokem. Spolupráce se bude týkat vzájemné podpory a prezentace, podpory zdravého životního stylu a péče o zdraví hráčů.

Dohodu spolu podepsali generální manažer HC Škoda Plzeň Martin Straka a předseda

představenstva Nemocnic Plzeňského kraje, a.s. Marek Kýhos. „Sport a zdraví k sobě neodmyslitelně patří. Partnerství našeho klubu jako účastníka play-off extraligy a nemocnic hrajících nejvyšší ligu v oblasti zdravotní péče je proto logickým spojením,“ odůvodnil dohodu Martin Straka.

S hráči HC Škoda Plzeň se tak budete moci v nemocnicích potkávat při různých příležitostech. „Jsme hrdi, že můžeme být partnery klubu, který skvěle reprezentuje náš kraj na republikové i mezinárodní úrovni. Budeme samozřejmě podporovat celý klub a zdraví jeho hráčů ve všech výkonnostních kategoriích. Forma spolupráce vyplývá z konkrétních projektů,“ doplňuje Marek Kýhos.





Nemocnice Plzeňského kraje

Domažlice | Horažďovice  
Klatovy | Rokycany  
Stod | Svatá Anna

# NAŠE SRDCE TEĎ BIJÍ SPOLEČNĚ!








## Letos se na Krajském půlmaratonu běželo lépe než vloni

Také letos se zástupci z nemocnic Plzeňského kraje postavili na start Krajského půlmaratonu. Mezi nimi byla i sestřička ze Stodské nemocnice Lucie Hlávková.

„Ke sportu jsem tíhla už od mládí. Dřív jsem jezdila hodně na kole, ale běh se nakonec stal mou srdeční záležitostí,“ říká v úvodu Lucie Hlávková a hned dodává: „Běh je pro mě jako droga. Vždycky si při něm vyčistím hlavu a uvolním se.“ Sestřička z ARO Stodské nemocnice běhá pravidelně i přes nabitý program se dvěma dětmi. „Snažím se vyběhnout třikrát až pětkrát týdně. Pokaždé uběhnu kolem deseti kilometrů. To už je pro mě standard,“ vysvětluje. Běhání má na ni tak pozitivní vliv, že už začaly běhat i její kamarádky, které se chtěly cítit stejně dobře jako ona. Lucka pochopitelně nemohla chybět na startu Krajského půlmaratonu, který se konal v sobotu 13. dubna. Ten den byl výjimečný ještě z jednoho důvodu. Měla totiž narozeniny. „Běželo se parádně. Bylo to rozhodně lepší než loni, protože nebylo



Lucie Hlávková



MUDr. Radka Nosková  
z Klatovské nemocnice



Tým Stodské nemocnice

takové horko. Na poslední tři kilometry před cílem jsem navíc měla vedle sebe přítele, který mě doslova dotáhl do cíle,“ shrnula závod Lucie, která navíc půlmaraton v délce 21 kilometrů zaběhla s osobním rekordem v čase jedna hodina a 52 minut. Příští rok si prý půlmaraton opět nenechá ujít. Akce se zúčastnilo také několik dalších běžců z řad zaměstnanců nemocnic Plzeňského kraje, kterým jsme milerádi uhradili startovné. Běžely i týmy ze Stodské a Klatovské nemocnice. „Všem běžcům moc děkujeme za reprezentaci a gratulujeme ke krásným výsledkům na takto náročné trati,“ dodal předseda představenstva Nemocnic Plzeňského kraje Marek Kýhos. Na akci jste se opět mohli potkat s naším modrým stanem a soutěžit o krásné ceny.

## Užijte si přírodu bez obav

Určeno k léčbě alergické rýmy



Určeno k léčbě alergické rýmy a kopřivky

Zodac obsahuje cetirizin dihydrochlorid. Zenaro obsahuje levocetirizin dihydrochlorid. Léky k vnitřnímu užití. Poradte se s lékařem nebo lékárníkem. Čtěte pozorně příbalovou informaci.

Zentiva, k. s., marketingové oddělení  
U Kabelovny 130, 102 37 Praha 10  
tel.: (+420) 267 241 111, [www.zentiva.cz](http://www.zentiva.cz)





Nemocnice  
Plzeňského  
kraje

Domažlice | Horažďovice  
Klatovy | Rokycany  
Stod | Svatá Anna

# Péče z celého srdce

