

MAGAZÍN NEMOCNIC PLZEŇSKÉHO KRAJE

# SRDCE



Nemocnice  
Plzeňského  
kraje

Domažlice | Horažďovice  
Klatovy | Rokycany  
Stod | Svatá Anna

4/19



**KVALITA PÉČE:**  
PŘES 85 PROCENT  
PACIENTŮ ZNÁMKUJE  
PÉČI JEDNIČKOU

**MUDR. RICHARD SEQUENS:**  
DO ROKYCAN SE ZA NÍM SJÍŽDÍ  
PACIENTI Z CELÉ REPUBLIKY



LÉKÁRNA

Nemocnice  
Plzeňského  
kraje

# VÁNOČNÍ NABÍDKA

Předvánoční akční ceny se vztahují na **240 sezónních a nejžádanější dárkových lékárenských produktů**. | Seznam všech akčních produktů a bližší info na webech nemocnic – [nemocnicepk.cz](http://nemocnicepk.cz) | Nabídka platí v lékárnách Domažlické, Klatovské, Rokycanské a Stodské nemocnice **do 31. prosince 2019 nebo do vyprodání zásob**.

## MULTIVITAMÍN

### Vibovit® fun plastelína modrá nebo růžová

2x50 ks  
1 ks = 3,29 Kč



- vánoční balení Vibovit® obsahuje 2 druhy želé, multivitaminů a kreativní ultra plastelínu s hravými plastovými doplňky pro děti navíc
- růžová je se třpytkami a modrá mění barvu teplem

Doplňek stravy. Neslouží jako náhrada pestré a vyvážené stravy.\*

370,-

akční cena

**329,-**

## KLOUBY

### Cemio Kamzík®

120 kapslí  
1 ks = 4,78 Kč



- Švýcarský originál na klouby
- vitamin C přispívá k normální tvorbě kolagenu pro normální funkci kloubních chrupavek

Obsahuje kolagen typu 1 a 2 v přirozené podobě.\*

689,-

akční cena

**574,-**

## CHŘIPKA, NACHLAZENÍ

### PARALEN® GRIP horký nápoj pomeranč a zázvor, 12 sáčků

Akcce se vztahuje na všechny příchutě.

- odstraňuje příznaky chřipky a nachlazení, jako jsou horečka, ucpaný nos, bolest hlavy, bolest v krku
- nezpůsobuje ospalost
- bez umělých barviv

V akci také PARALEN® GRIP horký nápoj NEO, 12 sáčků, cena 139 Kč.

Volně prodejné léky k vnitřnímu užití.\*



170,-

akční cena

**139,-**

## VITAMÍN

### Celaskon® 500 mg červený pomeranč

30 šumivých tablet



- posiluje odolnost organismu při infekčních onemocněních jako chřipka a nachlazení
- zmírňuje a zkracuje příznaky chřipky a nachlazení

Lék k vnitřnímu užití. Obsahuje acidum ascorbicum.\*

170,-

akční cena

**139,-**



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

\*Vždy si pečlivě prostudujte příbalový leták, účinky a způsob použití konzultujte s lékárníkem nebo lékařem. Změna vyhrazena. Za tiskové chyby neručíme. Cílem tohoto informačního letáku není podpora zvýšeného užívání léků. Doplnky stravy nenahrazují pestrou stravu ani zdravý životní styl. Běžné prodejní ceny se mohou v jednotlivých lékárnách lišit. Běžnou cenou se rozumí průměrná aktuální cena příslušného přípravku v lékárnách dle zveřejněných údajů Ministerstva zdravotnictví ČR, [www.mzcr.cz](http://www.mzcr.cz), zaokrouhlená na celé Kč, případně cena vyplývající z informací a sdělení výrobce/dovozce. Za takováto sdělení neneseme zodpovědnost.



## SPOKOJENÝ PACIENT JE PRIORITOU



Vážený pacienti a vážení zaměstnanci, dovolte mi, abych vám všem popřál krásné Vánoce a šťastný nový rok 2020. S příchodem nového roku se obvykle bilancuje, co se povedlo i co je potřeba v dalším roce vylepšit. Z pohledu Nemocnic Plzeňského kraje byl rok 2019 rokem velkých investic. Investovali jsme 160 milionů korun do nového vybavení našich nemocnic akutní péče. Modernizovali jsme, rekonstruovali a rozšiřovali, abychom vám, pacientům, nabízel stále lepší péči a příjemnější prostředí.

V Domažlicích, Klatovech, Rokycanech, Stodu, Horažďovicích a Svaté Anně v Plané jsme během roku poskytli péči

více jak 300 tisícům pacientů, provedli bezmála 13 tisíc operací, byli jsme u narození zhruba 1600 dětí a o více než 30 tisíc pacientů jsme pečovali přímo na lůžkách. To jsou čísla. Za nimi je ale potřeba vidět konkrétní osoby, konkrétní příběhy. A proto jsme se vám v tomto čísle magazínu Srdce rozhodli představit některé pacienty, kteří navštívili naše nemocnice se zdravotními problémy a odcházeli vyléčení a spokojení. Mezi nimi je například paní Marie, která díky pravidelným rehabilitacím ve Svaté Anně může chodit, nebo pan Erik, který může díky operaci kolene v Rokycanské nemocnici zase hrát svůj oblíbený fotbal. To jsou skutečné příběhy pacientů našich nemocnic.

Nemocnice ale netvoří budovy. Srdcem nemocnic jsou lidé, kteří tu pracují. A i když jejich práce není jednoduchá, dokážou ji dělat s plným nasazením a profesionalitou. Také v letošním roce jsme proto uspořádali akci Srdce Nemocnic Plzeňského kraje, kde jsme ocenili zaměstnance, bez kterých si nemocnice nedokážeme představit. Věřím, že se z této akce stala tradice, na kterou navážeme i v roce nadcházejícím.

Letošní rok přinesl také další významné události. Domažlická nemocnice získala mezinárodně respektovaný certifikát kvality jako vůbec první nemocnice v České republice. V Klatovské nemocnici jsme rozšířili ambulantní péči o několik nových specializovaných ambulancí a pacienti tak nebudou muset za specializovanou péčí dojíždět do Plzně. Stodská nemocnice letos prošla hned několika rekonstrukcemi, aby svým pacientům nabídla větší pohodlí.

A co nás čeká v příštím roce? Stejně jako v tom letošním se budeme snažit o lepší prostředí a kvalitní péči pro naše pacienty. V Rokycanské nemocnici by měl započít projekt rozsáhlé rekonstrukce celého objektu. Práce zřejmě potrvají několik let, ale na konci bude moderní léčebná a ambulantní zařízení, které bude sloužit pacientům z Rokycanska a okolí několik dalších desetiletí. Připravili jsme pro vás akce a události zaměřené na prevenci i odpočinek. A opět oceníme některé z vybraných zaměstnanců. Děkujeme vám za důvěru v nás a v péči Nemocnic Plzeňského kraje. Přejeme vám klidné Vánoce, během kterých nebudete potřebovat lékaře, a pevné zdraví do nového roku. V případě potřeby tu pro vás budeme i v roce 2020.

**Ing. Marek Kýhos**

**předseda představenstva Nemocnic Plzeňského kraje, a.s.**

## OBSAH

- 4 **TÉMA:** Kvalita péče
- 7 **ROZHOVOR:** Zakladatel projektu Nemocnice ČR
- 8 **TÉMA:** Příběhy pacientů
- 16, 19 **AKTUALITA:** Nová ambulantní péče
- 20 **SEZNAMTE SE:** Stodská nemocnice



- 22 **NAŠI LIDÉ:** Chirurg Richard Sequens

- 24 **TIPY NA VÝLET:** Kam do akvaparku?



- 30 **ODBORNÍK RADÍ:** Tichý zabiják kostí



**MAGAZÍN Nemocnic Plzeňského kraje, zima 2019/20.** Vydává: Nemocnice Plzeňského kraje, a.s., Vejprnická 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. Toto číslo vyšlo 2. prosince 2019, náklad 5000 kusů. Neprodejné.

# Drtivá většina pacientů hodnotí nemocnice Plzeňského kraje velice pozitivně

Byli jste někdy nespokojeni s péčí v některé z nemocnic Plzeňského kraje? Pak patříte ke zhruba jednomu procentu pacientů, kteří mají negativní zkušenost. Z dotazníků hodnocení spokojenosti pacientů nebo i z dopisů, mailů, reakcí na sociálních sítích i příležitostných vzkazů v novinách totiž vyplývá, že drtivá většina pacientů je s péčí v krajských nemocnicích spokojená. A právě hodnocené kvalitě péče se věnuje hlavní téma tohoto čísla časopisu.

Zdraví je pro každého na prvním místě. Jenže Češi ve srovnání se západní Evropou obecně podceňují prevenci. To pak dohání častější návštěvou lékařů i lékáren. Vzniká tak spousta příležitostí porovnávat, hodnotit, chválit, ale i kritizovat. A protože pikantní a negativní reference se snáze zveličují a šíří, lze častěji zaslechnout, že nějaký lékař „určil nesprávnou diagnózu od stolu“, než že pacienta řádně vyšetřil a doporučil vhodnou léčbu. I pověst nemocnic se tvoří takzvanou šušandou. Jaká je ale skutečnost?

Pokud se v nemocnicích hodnotí kvalita péče, nejedná se o měření kvality vlastní léčby. „To je složitá disciplína a vyplývá až ze srovnání průběhu a výsledků léčení mezi jednotlivými lékaři či pracovišti. Jako pacienti ale umíme posoudit přívětivost nemocničního prostředí, vstřícnost personálu i profesionalitu jeho jednání. Řečeno krasobrus-

lařskou terminologií, umíme posoudit umělecký dojem, nikoli technické provedení,“ říká respektovaný odborník na zdravotní péči a bývalý poradce ministra zdravotnictví MUDr. Pavel Vepřek, který je rovněž manažerem Nemocnic Plzeňského kraje.

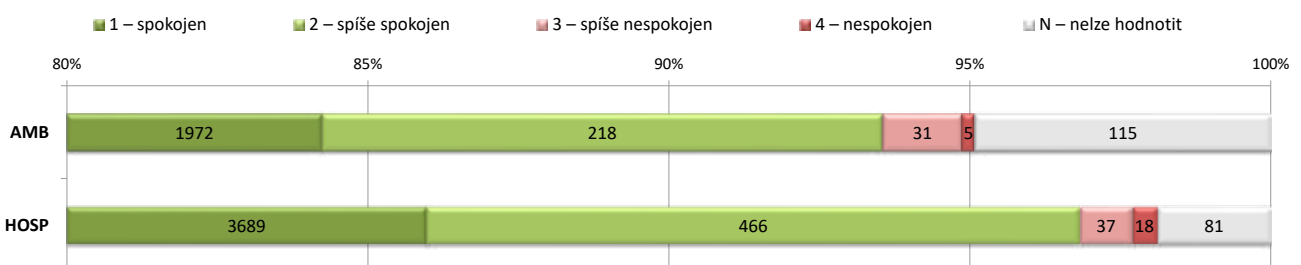
I v tomto „uměleckém dojmu“ drží nemocnice Plzeňského kraje podle skutečného hlasu pacientů vysokou úroveň.

### PŘES 85 PROCENT PACIENTŮ DÁVÁ JEDNIČKU, DESETINA DVOJKU

Každé lůžkové zařízení v zemi musí provádět nezávislé hodnocení spokojenosti pacientů. Činí tak i nemocnice Plzeňského kraje. Od roku 2013 jednotným způsobem pomocí dotazníků vycházejících z hodnotících kritérií organizace HealthCare Institute (HCI), která se zabývá celorepublikovým hodnocením kvality a bezpečnosti péče od malých okresních nemocnic po velké fakultní.

Odlíšné dotazníky vyplňují ambulantní a hospitalizovaní pacienti. V úvodní a hlavní části obou typů dotazníků se péče známkuje. „Hodnotí se třeba osobní přístup sestry či lékaře, srozumitelnost podaných informací, pocit z úrovně ošetření, skutečnost, zda personál dostatečně ověřoval identitu nebo se dohodl na poskytování informací třetím osobám, a hodnotí se i čistota čekáren či pokojů, pocit soukromí a podobné laicky hodnotitelné ukazatele,“ říká hlavní sestra Rokycanské nemocnice Marcela Krupičková.

### Celková spokojenost ambulantních a hospitalizovaných pacientů



Pozor! Graf spokojenosti pacientů začíná hodnotou 80 procent.



V těchto výsledcích převažuje pozitivní hodnocení. Drtivě. „Na stupnici 1 až 4, kde jednička je nejlepší a čtyřka nejhorší, známkovalo 86 procent všech pacientů známkou 1 a jedenáct procent pacientů známkou dva. Dvě procenta pacientů známkované dotazy nezodpověděla, protože se jich buď dotaz netýkal, nebo ho neuměli posoudit. A tedy jen jedno procento respondentů dalo negativní známku 3 nebo 4,“ popisuje mluvčí krajských nemocnic Jiří Kokoška, který je i koordinátorem dotazníkového šetření mezi nemocnicemi.

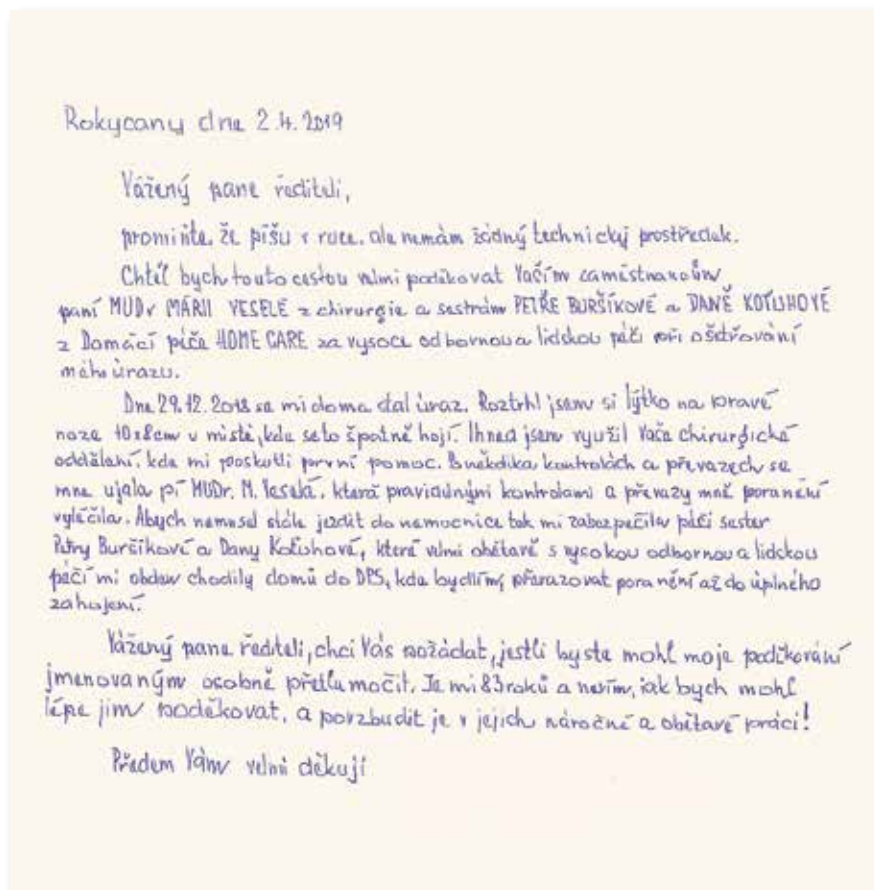
Výborné výsledky se odrážejí právě i v celorepublikovém srovnávání nemocnic organizací HCI, kde se dokonce Domažlická a Klatovská nemocnice dostaly v posledních letech mezi nejlepší nemocnice v zemi.

V nemocnicích slouží známkové hodnocení především ke sledování kvality péče v čase. Reaguje se, pokud se některý z ukazatelů najednou zhorší. Hledají se příčiny, zavádí se opatření.

### SLOVNÍ HODNOCENÍ - PODĚKOVÁNÍ, POCHVALY I ÚSMĚVNÉ POŽADAVKY

Neméně důležité je i ale i slovní hodnocení. Pacienti mohou do dotazníků napsat své připomínky, náměty na zlepšení a případně i pochvalu. Právě pochvaly a poděkování ve valné většině převažují.

„Samozřejmě jsme za ně rádi. Tyto vzkazy předávám na oddělení, kam patří. Informace, že někdo odvedl dobrou práci, že někomu pomohl, udělá vždycky radost. Především je ale motivací pro další práci,“ říká manažerka kvality Klatovské nemocnice Vladimíra Nováčková. S kolegyněmi se ale shoduje, že pro ně samotné jsou největším přínosem konkrétní připomínky a požadavky.





„Odhalují nám určité nedostatky a umožňují nám se dál zlepšovat,“ doplňuje manažerka kvality Stodské nemocnice Monika Součková s tím, že dotazníky jako celek vyhodnocuje zpravidla třikrát až čtyřikrát do roka. Občasnými připomínkami a náměty se ale zabývá hned, jak se jí vyplněné dotazníky dostanou do ruky. Ne všechny lze ale splnit.

„Objevují se i úsměvná nebo nerealizovatelná přání. Pamatuji se na požadavek, abychom dali do pokojů ještě větší plazmové televize, aby i pacient s horším zrakem viděl na skóre a čas, když dávají fotbal. Nebo jiný pacient napsal, že by chtěl udělat na odděleních kuřárny, a další se dožadoval, aby v nápojových automatech bylo i vanilkové kapučíno,“

vzpomíná na dotazníkové perly Radka Lorencová z nemocnic Horažďovice a Svatá Anna.

Pokud je připomínka oprávněná a řešitelná, snaží se jí nemocnice řešit. Příklad? „Před čtyřmi roky nám napsalo několik rodiček, abychom vyměnili hodiny na pokojích, protože tikají nahlas a v noci je ruší. A skutečně ve dvou pokojích byly hodiny, kde byla slyšet vteřinová ručička, zatímco na ostatních pokojích šla úplně tiše. Hodiny jsme hned vyměnili a do budoucna si už při nákupu nových dávali na zvuk vteřinovky pozor,“ připomíná hlavní sestra Domažlické nemocnice Jana Boučková.

## DOTAZNÍKY VYPLNÍ ROČNĚ TISÍCE PACIENTŮ

Dotazníky spokojenosti může vyplnit každý pacient nebo rodič dětského pacienta. Při návštěvě ambulance je obdrží buď přímo od personálu, nebo jsou na chodbách a v čekárnách. Pokud je nenajde ani tam, má právo si je vyžádat nebo si je stáhnout a vytisknout z webu nemocnice. Vyplněné se vrací do schránek umístěných po nemocnici nebo je lze vrátit do ambulancí, popřípadě poslat na adresu nemocnice. Hospitalizovaní pacienti dostávají dotazníky zpravidla po třech dnech hospitalizace nebo před jejím ukončením. Méně pohyblivým pacientům pomáhají s vyplněním ošetřovatelé. Vyplněné opět směřují personálu nebo do schránek na odděleních, odkud si je bere manažer kvality.

„Samozřejmě ne každý chce dotazník vyplňovat, zvláště pokud se jedná o chronické pacienty, kteří se pravidelně vrací. I tak je návratnost dotazníků vysoká, abychom z nich mohli vyvodit, jak veřejnost je či není s naší péčí spokojena,“ dodává Jiří Kokoška s tím, že za první tři kvartály roku 2019 vyplnili pacienti všech krajských nemocnic bezmála 6,5 tisíce dotazníků. Zhruba ze dvou třetin se jednalo o pacienty hospitalizované.

Mimo přímé komunikace s pacientem v nemocnici jsou dotazníky hlavním zdrojem informací o jejich spokojenosti, popřípadě i nespokojenosti. Druhým nejčastějším zdrojem informací jsou maily, dále pak reakce na sociálních sítích a od starší generace i poštovní dopisy. A stále více lidí využívá i formuláře na nových internetových stránkách nemocnic. „A právě na webech jsou i některé z pochvalných vzkazů a poděkování zveřejněné. Nemáme bohužel kapacity tam umísťovat všechny, ale myslím, že výběr je vypovídající. Za všechny pozitivní vzkazy tímto nesmírně děkujeme,“ říká závěrem Jiří Kokoška.

**Bližší informace** (děkovné dopisy,

ukázka hodnocení péče, dotazníky aj.) na

[www.nemocnicepk.cz/srdce](http://www.nemocnicepk.cz/srdce) v článku TÉMA



# Daniel Vavřina:

## Vaše nemocnice lze považovat za velice kvalitní

Nemocnice ČR – tento název nese celostátní projekt, do něhož se každoročně zapojuje přibližně 150 nemocnic s akutními lůžky z celé České republiky. Jeho cílem je sestavit žebříček českých nemocnic například podle míry bezpečnosti a spokojenosti pacientů. Projekt připravuje už čtrnáctým rokem organizace HealthCare Institute. Jejího zakladatele **Daniela Vavřiny** jsme se zeptali jak na samotný projekt, tak i na trendy ve vývoji kvality péče.

### **Průzkum a srovnání nemocnic jste poprvé uskutečnili v roce 2006. Co bylo důvodem?**

Tehdy se jednalo o unikátní a pro středoevropský region jedinečný projekt zaměřený na vytvoření žebříčku českých nemocnic z pohledu pacientů. K sestavení žebříčku nás vedla snaha o neustálé zvyšování kvality zdravotní péče a efektivity českého zdravotnictví.

### **Můžete našim čtenářům popsat, jak se průzkum realizuje, jak často a co všechno sleduje?**

Průzkum je realizován každý rok prostřednictvím dotazníkového šetření.

Pacienti hodnotí nemocnice ve dvou klíčových oblastech: bezpečnost a spokojenost hospitalizovaných pacientů a bezpečnost a spokojenost ambulantních pacientů. Nicméně projekt zahrnuje ještě další dvě oblasti: bezpečnost a spokojenost zaměstnanců nemocnic a finanční zdraví nemocnic. Možná ještě jedna důležitá informace: Průzkum rozděluje nemocnice do dvou kategorií – fakultní nemocnice a nefakultní.

**Výsledky ročníku 2019 budou vyhlášeny až po uzavěření tohoto čísla časopisu a čtenáře o nich budeme informovat na webech našich nemocnic. Nicméně připomeňte výsledky loňského ročníku, případně s ohledem na nemocnice Plzeňského kraje.**

V oblasti „Bezpečnost a spokojenost hospitalizovaných pa-

cientů“ v kategorii fakultních nemocnic se na první příčku dostala Fakultní nemocnice Hradec Králové. Mezi malými a středními nemocnicemi to byla Karvinská hornická nemocnice. V Plzeňském kraji se vítězem stala Domažlická nemocnice. V oblasti „Bezpečnost a spokojenost ambulantních pacientů“ získaly prvenství ve svých kategoriích Fakultní nemocnice Brno a Nemocnice Podlesí v Třinci. Pomyslné stříbro v kategorii nefakultních nemocnic za celou Českou republiku získala Domažlická nemocnice.

Ani další nemocnice Plzeňského kraje ale v celkových výsledcích nezapadly. V některých ukazatelích dokonce dosáhly na nejvyšší příčky. Například v otázce spokojenosti s přístupem lékaře a sestry z pohledu ambulantních pacientů byly v čele žebříčků Rokycanská, Domažlická a Klatovská nemocnice. Stodská nemocnice se zase vyšplhala na druhé místo v rámci

celé ČR při hodnocení otázky organizace a rychlosti přijetí pacienta k hospitalizaci. Nejútlejší prostředí čekárny z pohledu ambulantních pacientů naleznou pacienti v Domažlické nemocnici. A v Domažlicích navíc budou čekat jen velmi krátce na přijetí do ordinace.

Z loňského ročníku je zřejmé, že všechny nemocnice Plzeňského kraje lze považovat v současné době za velice kvalitní. Rozdíly mezi jednotlivými nemocnicemi v tomto kraji jsou minimální a liší se skutečně jen v detailech vyhodnocení

jednotlivých otázek. Díky zájmu ze strany managementu nemocnic o zpětnou vazbu svých pacientů i zaměstnanců jsem přesvědčen, že si tuto vysokou míru kvality poskytované péče ponese i v dalších letech.

### **Máte možnost posoudit výsledky šetření i meziročně.**

#### **Jaké ukazatele zaznamenávají v čase nějaký vývoj?**

Z výsledků za posledních pár let můžeme sledovat nejvýraznější posun směrem k lepšímu hned v několika otázkách, které byly hodnoceny hospitalizovanými pacienty. Jde například o seznámení pacienta s tím, jak o sebe má pečovat po propuštění z nemocnice, nebo třeba vyslyšení potřeby pacienta pohovořit si s ním, pokud to potřebuje.



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

## Marie Bártová: Na Svatou Annu nedám dopustit

Paní Marie Bártová je pravidelnou pacientkou v Nemocnici následné péče Svatá Anna v Plané. Za svůj život ji totiž navštívila už nespočetněkrát. „Od roku 2004 sem jezdím pravidelně dvakrát do roka a nebojím se říct, že díky péči v této nemocnici stojím na vlastních nohou,“ říká.

Paní Marie celý život sportovala. „Závodně jsem dělala gymnastiku a pak jsem dlouhá léta dělala trenérku. A i když si někdo může myslet, že dělat trenéra není žádná zátěž pro tělo, opak je pravdou,“ říká a dodává, že po skončení sportovní kariéry jí lékaři objevili nálezy na páteři, které ale nebylo možné operovat.

„Neurolog mi řekl, že s největší pravděpodobností skončím na vozíku. Já jsem se ale nehodlala vzdát. Jedinou možností, jak si zachovat svaly a zůstat



soběstačná, byly pravidelné rehabilitace,“ vysvětluje paní Bártová. Objevila Svatou Annu, kde si péči nemůže vynachválit. „Jsou tu skvělé rehabilitač-

ní sestry, které umí doslova zázraky, nikde jinde jsem se s takovou péčí nesešla. Lékaři tu jsou také super, milí a příjemní lidé,“ říká žena, která díky rehabilitacím mohla odhodit berle a zase chodit bez nich.

Na Svaté Anně si pacientka chválí nejen personál, ale i to, kam se nemocnice za poslední dobu posunula. „Dělá se tu hrozně moc. Je to sice stará budova, ale ty já mám raději než moderní špitály. Opravuje se tu všechno, přibýly nové přístroje, rehabilitace je zrekonstruovaná,“ říká paní Marie Bártová a dodává, že i prostředí v nemocnici doslova léčí. „Lidi se sem rádi vrací. Kolem nemocnice je krásný park, kam se může jít člověk projít, když je hezké počasí, může posedět na lavičce s kávou v ruce a relaxovat. Já zkrátka nedám na Svatou Annu dopustit,“ dodává na závěr paní Marie.







## Věra Buriánová: Dobré nemocnice bychom si měli opravdu vážít

Klid, čisto, úsměvy ošetřujícího personálu a dobrý pocit z vydařeného zákroku. To jsou hlavní důvody, proč opouštěla spokojeně Domažlickou nemocnici Věra Buriánová. Na počátku října tam absolvovala operaci žlučníku. Od předoperačních vyšetření až po propuštění domů prý nezažila žádnou komplikaci či nepříjemnost. „A i když jsem nebyla na nadstandardu, připadala jsem si skoro jak v hotelu,“ říká pacientka.

V nemocnici v Domažlicích se už kdysi léčila. Před 30 lety to ale bylo ve staré nemocnici v centru města, která je už dnes srovnána se zemí. V roce 2006 byla zprovozněna nová, mimo městskou zástavbu. „Věděla jsem, že to je něco úplně jiného, ale přesto mě ten rozdíl překvapil,“ popisuje Věra Buriánová.

Zavzpomínala, že při první hospitalizaci ležela napřed na čtyřlůžkovém pokoji, který byl ale menší než ten současný, kde jsou lůžka dvě. Pak ji dokonce přemístili na šestilůžkový pokoj. „Tehdy jsem byla na pokoji zdaleka nejmladší. Tři ženy byly minimálně v důchodovém věku a nebylo to moc příjemné, protože jedna se budila v noci a neustále potřebovala pomoc sestry. Právě kvůli tomu jsem zvažovala, že bych si teď zamluvila nadstandard, abych byla na pokoji sama. Nebylo ale třeba,“ vysvětluje.

Přestože odstranění žlučníku je chirurgický zákrok, absolvovala žena letošní pooperační hospitalizaci na lůžkové stanici gynekologického oddělení. Důvod byl právě ten, aby byla na pokoji s typově i věkově podobnou pacientkou a aby se vzájemně nerušily. „Tady jsou jen dvoj- nebo trojlůžkové pokoje s vlastními toaletami a koupelnou. Okna jsou skoro všude do parku, takže tu má pacient naprostý klid,“ doplňuje žena.

Než dorazila na operaci, přesně věděla, jak zákrok probíhá. „Vysvětlili mi to a vše mi dali i písemně, abych se s tím mohla seznámit i doma. Přesně podle plánu mě přijali a odoperovali. A samotná operace? Nejsem lékař, takže to těžko posoudím. Ale myslím, že dobré. Původně mi říkali, že budu hospitalizována čtyři až pět dnů, a nakonec odcházím po třech a cítím se dobře. Budu tedy ještě pár týdnů doma, ale to už bych se měla jen zotavovat, než se vrátím do práce,“ říká dále Věra Buriánová.

Domů se samozřejmě těší. Má ráda ruční práce, jako je pletení nebo vyrábění dekorací, a v nemocnici si díky internetu mohla najít spoustu typů na domácí vyrábění, které chce během rekonvalescence zkusit. „Je fajn, že se tu člověk nenudí. Dřív byla jediným rozptýlením kniha, kterou si sám donesl. Teď je všude televize, internet, nemocnice má i vlastní knihovnu a v hale prodávají noviny a časopisy, které sestřičky rády přinesou,“ doplňuje s tím, že personál je obecně vstřícný a pozorný a neustále se ptá, zda ji něco nebolí nebo zda něco nepotřebuje.

„A také mě oslovují jménem. Střídají se tu stejné sestry a už mě znají. To známá zažila hospitalizaci ve velké nemocnici v Praze, kde prý byl každý den někdo jiný a byla pro ně buď TA, nebo číslo, které jí první den přidělili. Tady jsem člověk,“ usmívá se Věra.



Jediné, k čemu se nemůže pozitivně vyjádřit, je strava. „Jsem po operaci žlučníku a mám tedy patřičnou dietu. Nemůžu tučné, koření, luštěniny a další věci a některé typy pečiva a ovoce. Ale nestěžuji si. To holt k tomu patří. Vždycky je lepší být zdravý. Ale když už je někdo nemocný, je dobré mít blízko dobrou nemocnici. Myslím, že bychom si jí měli na Domažlicku pořádně vážít,“ říká závěrem spokojená pacientka.

## Zdeněk Čermák: Operace v Klatovech, rehabilitace v Horažďovicích – spolupráce na jedničku

Během 13 měsíců podstoupil v Klatovské nemocnici výměnu obou kyčelních kloubů a po každé z nich rehabilitoval v Nemocnici následné péče Horažďovice. „Kdybych měl i další kloub na výměnu, šel bych zas do Klatov a Horažďovic. Se vším od operace přes rehabilitaci až po ubytování a jídlo jsem maximálně spokojen,“ říká v rozhovoru pro magazín Srdce 46letý Zdeněk Čermák z Nýrska.

S pacientem jsme se setkali v Horažďovicích hodinu po obědě a před cvičením v bazénu, právě když ho setra vážila a lékařka se přišla zeptat, jak se daří.

### To vás takto váží každý den?

#### Chtějí, abyste hubl, nebo přibíral?

Mám teď 88 kilogramů a měl bych se dostat na 85, což je údajně má optimální hmotnost, pokud se připočte váha obou protéz, které jsou o něco těžší než kost a původní kloub. Ne že by nové klouby neunesly velké tělo, ale tady všichni chtějí, abych odtud odcházel v co nejlepší kondici.

### Takže teď stačí, když vynecháte párkrát večeři a nutriční terapeut nasadí nějaké dietní obědy, že?

To právě vůbec ne. Pokud mě neléčí vyloženě s problémy trávení nebo onemocněním, kde je dieta nezbytnou součástí léčby, tak mě na jídle neomezují. A vzhledem k tomu, jak dobře tu vaří, se neomezují ani já. Asi potřebují zase jiné hubené pacienty trochu dokrmit, protože to jídlo je takové domácí a celkem vydatné – k obědu polévka, hlavní jídlo a nějaký salát. Dnes jsme měli skvělou rajskou a už jsem tu měl za ten pobyt i svičkovou a řízek. A asi po 30 letech jsem tu jedl dokonce krupicovou kaši. Byla k večeři. Tu jsem fakt od dětství neměl.

### A jak vás tedy dostávají na správnou váhu?

V dobrém slova smyslu mě nenechají moc v klidu, abych to tu neproležel. Mám třikrát za den různé rehabilitační terapie a mezitím za mnou třeba ještě přijde sestra či ošetřovatelka, abych se prošel po chodbě nebo, když je hezky, abych šel do parku. Ten je moc hezký. O Horažďovické nemocnici se říká, že vás tu rozchodí, i když nechcete. Mohu potvrdit, že na tom něco je.

### Když se vrátíme na začátek. Proč vám měnili kloub a jak dlouho jste čekal na operaci?

Asi mám nějaké dispozice k problémům s klouby. Už před mnoha lety jsem byl i na operaci kolene. Ale to bylo v 90. letech. Teď se sešlo víc věcí. Měl jsem nadváhu až 97 kilo, byl jsem často unavený, chyběl mi pohyb a přišel úraz. Byla nezbytná výměna levé kyčle. Musel jsem absolvovat různá předoperační vyšetření, dokonce i u zubaře, že nemám žádný zánět. Na operaci jsem čekal sedm osm měsíců. A pak se postupně zhoršovala i pravá. Tam jsem čekal půl roku.

### Klatovskou nemocnici jste si vybral právě kvůli těm čekacím lhůtám, které jsou oproti obvyklé praxi v ČR velice příznivé?

To jsem úplně nezkoumal. Ale jsem z Nýrska, takže první, kam mě poslal můj lékař a kam bych asi měl logicky jít, byly Klatovy. A tam mě přesvědčili, že jsem na správném místě. Na ortopedickém oddělení mě přijal doktor Halada, který mi přesně popsal, co zákrok obnáší, jak operace probíhá, dal mi do ruky přímo ten umělý kloub a ukázal, jak se v noze uchycuje, jak funguje a právě proč se dělají všechna ta vyšetření, a nabídl i různé varianty anestezie při operaci. Mluvil o tom, jako by kyčle byly nejen jeho prací, ale i koníčkem. A operaci pak i sám vedl. Věřím, že by mi v nemocnici endoprotézu udělali dobře i další ortopedi, ale doktora Haladu jsem požádal i na ten druhý kyčel. A zase spokojenost: Musím pochválit. A speciální dík bych rád vzkázal i vrchní sestře ortopedie paní Čadkové. Má skvělý tým a dobře jej vede.





### **Jakou anestezií jste zvolil?**

#### **Chtěl jste vidět operaci, nebo to celé prospat?**

Chtěl jsem vědět, co se děje. Vybral jsem si lokální umrtvení od pasu dolů. Ne, že bych na tu operaci přímo viděl. To jsem měl zakryté, ale viděl jsem cvrkot na sále, jak podávají nástroje, kdy odstranili původní kloub, jak přináší protézu a jak dlouho ji upevňují. Celé to trvalo hodinu a čtvrt, druhá kyčel asi o deset minut déle.

#### **Neměl jste z operace obavy?**

Větší strach jsem měl ve chvíli, když jsem se dozvěděl, že je třeba kyčel vyměnit, než před samotnou operací a při ní. Už při vyšetřeních v Klatovech, při přijetí i během zákroku u mě pořád byla sestra, která mě nejen uklidňovala, ale snažila se i se mnou bavit o různých jiných věcech, takže na nějaké obavy nebyl důvod ani čas. Na sále to uteklo celkem rychle. Pak na mě jen doktor mrkl, zeptal se, jaké to bylo a jak mi je, a že se brzy uvidíme na pokoji, než se postavím na nohy.

#### **A kdy jste se postavil?**

Dneska chtějí, aby to bylo rychle. Čím dřív se začne cvičit, tím je to lepší. Po obou operacích jsem byl poprvé na nohou po 22 hodinách. A vlastně hned druhý den po zákroku jsem začal rehabilitovat. Napřed v Klatovech, kde jsem byl na ortopedickém oddělení, nebo dnes už jsou tam i rehabilitační lůžka, a zhruba po 14 dnech jsem směřoval sem do Horažďovic.

#### **Znal jste předtím Horažďovickou nemocnici?**

Jen z doslechu právě to, že tu každého rozchodí. Když mi ji tedy v Klatovech po první operaci nabídli, že bych tu mohl pokračovat s rehabilitací, souhlasil jsem. No a po té druhé operaci už jsem Horažďovice přímo vyžadoval. Měl jsem to tu domluvené dopředu. Kromě toho, že je to tu hezké a fakt

se mnou poctivě cvičí, tak je dobré i to, že sem dojíždí právě i lékaři z klatovské ortopedie, aby se podívali na operované pacienty, jak klouby fungují, jak reaguje tělo a jak se daří rehabilitovat. Zrovna včera tu byl emeritní primář ortopedie pan doktor Pešek. Pochválil, jak cvičíme, a předběžně jsme domlouvali doporučení do lázní.

#### **Říkal jste, že jste byl v 90. letech na operaci kolene.**

##### **Můžete tehdejší a dnešní hospitalizaci nějak srovnat?**

To je neporovnatelné. Tehdy jsem byl také v Klatovech, ale ještě v té staré nemocnici. A ta byla fakt hodně stará, no však to mnozí možná pamatují. Byl jsem na artroskopickém zákroku, což bylo v pohodě. Ale pak jsem tam ležel – na pokoji, kde nás bylo 11 chlapů různého věku s odlišnými problémy, někteří i ležáci. Tehdy byly toalety i umývárna společné na chodbě, žádná televize, samozřejmě žádný internet, prakticky žádná možnost si něco koupit, i těch terapií bylo málo. Takže hrozná nuda.

##### **Dnes se nenudíte?**

Dnes je podstatná část dne jasná. Probudím se, najím, přijde lékař, sestra, pak je první terapie, další jídlo, průběžné návštěvy sester nebo ošetřovatelů, další terapie, když odpočívám na pokoji, je tu celkem rychlý internet s dobrým signálem a televize. A když dávají blbosti, jako teď přenos ze Sněmovny, tak mohu do parku nebo nahoru do ergo-terapeutické dílny vyrábět něco z papíru nebo keramiky. Na pokoji jsme tři a máme záchod i sprchu jen pro sebe. Ošetřovatelky za námi pořád chodí a nosí čajíky, pořád se ptají, zda něco nepotřebujeme. Můžeme si dojít pro kávu nebo sušenky do automatu a ráno si můžeme objednat noviny nebo časopis, které nám personál přes den přinese.

##### **Do dílny? A co tam vyrábíte?**

Ta dílna je určena hlavně lidem, kteří potřebují procvičovat prsty na ruku, takovou tu jemnou motoriku. Ale když se domluví s personálem, kdy tam je volné místo, třeba odpoledne, tak mohu taky přijít. A proč to nezkusit? Nikdy jsem s keramikou nedělal. Už jsem tu vyráběl nějaké dekorace. Mají tu i pec, takže člověk vidí rovnou konečný výsledek. Nebo dnes jsem domluvený, že budu dělat z papíru vánoční přání. Slyšel jsem, že nemocnice je buď sama používá, nebo je poskytuje nějaké místní firmě, která pak zase pomáhá nemocnici. Tak to mě také těší. Já se tu zabavím, popovídáme si s lidmi, co se tu sejdou u stolu, a vlastně tím prospějeme i nemocnici.

##### **To skoro vypadá, že se vám ani domů nechce?**

Není si tu na co stěžovat, ale samozřejmě, kdo by nechtěl domů z nemocnice? Těším se ještě na lázně, jestli vyjdou, a pak už samozřejmě do práce.

## Jana Smazalová:

### Všichni mi říkali, že je Stodská nemocnice na porod nejlepší



S paní Janou Smazalovou z Holýšova jsme se v porodnici Stodské nemocnice potkali několik dní po porodu syna Lukáše. Jak sama říká, není nic, co by porodnici mohla vytknout.

„Kam půjdu rodit, jsem dlouho nemusela přemýšlet, protože mi mnoho lidí nezávisle na sobě doporučilo právě Stodskou nemocnici, a tak jsem tady a rozhodně nelituji,“ říká paní Jana, která sice ví, že porodnice pro budoucí maminky pořádá pravidelná setkání s primářem oddělení, během kterých



je možné si porodnici prohlédnout, ale ona tuto možnost nevyužila. Byla si díky zkušenostem kamarádek jistá, že se jí tu bude líbit.

Zároveň paní Jana dodává, že i skvělá péče po porodu je tu standardem. „Sestřičky jak z porodního, tak z novorozeneckého za mnou stále chodí a ptají se, jestli něco nepotřebuji, je vidět, že o pacienta mají zájem a jejich práce je baví,“ říká paní Jana Smazalová. U porodu s ní byl i její manžel Lukáš, který si na péči o svoji manželku také nestěžuje. „Porod to byl těžký, obdivuji svoji ženu, jak to zvládla, ale doktoři i sestřičky byli opravdu skvělí,“ dodává.



## Erik Fridrich: Rokycanská nemocnice nabízí kvalitní péči blízko Plzně

To, že má chirurgie v Rokycanské nemocnici velmi dobrou pověst, dosvědčuje pan Erik Fridrich z Plzně. Na podzim letošního roku tu sám absolvoval artroskopii kolena.

„Když mě koleno začalo bolet, neváhal jsem a rovnou šel za panem doktorem Fährlichem. Po zhruba tříměsíční konzervativní léčbě bylo rozhodnuto, že půjdu na operaci,“ říká Erik Fridrich, který se celý život věnuje hraní fotbalu. Právě aktivní sport způsobil, že pro jeho pravé koleno už nebyla jiná cesta než artroskopie, která spočívá v zavedení sondy ke kloubní chrupavce, kterou mohou lékaři ihned operovat. „Už z dřívější doby jsem od známých fotbalistů slyšel na pana doktora Fährlicha jen samou chválu, takže moje volba byla jasná a rozhodně nelituji,“ říká Erik Fridrich s tím, že operace proběhla bez komplikací a v současné době už jen rehabilituje, aby se mohl zanedlouho opět rozběhnout za míčem. „Možná budu muset na jaře ještě na plastickou operaci kolene, ale to se ještě uvidí,“ dodává.

V Rokycanské nemocnici strávil pan Fridrich celkem tři dny. „Samotná operace trvala jen asi půl hodiny. Já jsem při ní měl premiéru, ale díky panu doktorovi, který mi všechno do detailu vysvětlil, jsem věděl, co mě čeká,“ říká. Celkově si péči v nemocnici pochvaluje. „Zaplatil jsem si nadstandardní pokoj, a ač jsem se bál, i strava v nemocnici byla chutná. Jednoduchá, ale chutná,“ říká a hned dodává, že by chirurgii v Rokycanské nemocnici doporučil všem, kteří hledají kvalitní péči blízko Plzně. Za jednu z největších výhod považuje kratší čekací lhůtu na operaci.



# Chutná strava není věda

Kde jinde než v nemocnicích by měla být strava takzvaně ukázková... To znamená kvalitní, zdravá a zároveň chutná. Všechny české nemocnice ale více či méně zaznamenávají i stížnosti, nejčastěji na chuť či množství. Pochopitelně. Každému chutná něco jiného a každý má své stravovací návyky. Nelze se stejným pokrmem zavděčit milovníkům soli či koření a zároveň lidem, kteří obojí používají střídavě. A rovněž nelze uspokojit běžnou porcí strážníka, který je zvyklý na deset knedlíků.

Objevují se ale i připomínky na nevhodnost pokrmů při určitých zdravotních potížích, kvůli kterým je pacient právě hospitalizován. Loňské výsledky ankety Nemocnice ČR ukazují, že strava je nejčastější položkou, kterou pacienti doporučují nemocnicím změnit. Úplnou spokojenost hospitalizovaných pacientů se stravou v nemocnicích potvrdilo 52 % dotázaných. I proto se Domažlická nemocnice v nedávné době rozhodla jít cestou pestřejší, kvalitnější a zdravější stravy. „Je pravda, že se někde běžně v nemocnicích podávají ke snídani smažené koblížky sypané cukrem a i vícekrát do týdne se servíruje knedlík. Mnohým to možná vyhovuje. My se však snažíme do jídelníčku zařazovat zdravější potraviny. Volíme například kromě obvyklých příloh i kuskus, bulgur, nezapomínáme na luštěniny a do pokrmů zařazujeme více zeleniny,“ vysvětluje nutriční terapeutka Klára Hnátková z Domažlické nemocnice.

Podle ní je nemocniční strava specifická v mnoha ohledech. „Musíme dodržovat zvýšená hygienická opatření. Je také důležité skladování potravin a udržování teplot hotových pokrmů, například k pacientovi se nesmí dostat strava, která



### KOLIK SE ČEHO SNÍ V NEMOCNICÍCH?

(souhrnné údaje za všech

šest nemocnic Plzeňského kraje)

#### Počet uvařených obědů za rok:

637 tisíc (z toho 56 % pacienti, 23 % zaměstnanci a 21 procent externí strážníci)

#### Nejčastější suroviny:

maso, zelenina, mléčné výrobky, ovoce, pečivo, rýže, těstoviny, brambory

#### Roční spotřeba vybraných potravin:

Maso: 79 200 kilogramů

Chléb: 40 700 bochníků (bochník = 1,2 kg)

Brambory: 126 900 kilogramů

má méně než 60 °C. To vše zahrnuje systém HACCP, díky kterému předcházíme situacím, jež by představovaly riziko a ohrožení pacienta. A v neposlední řadě je velice důležité dodržovat předepsané technologické postupy ve vztahu ke konkrétní dietě. To znamená, že musíme vařit v souladu s pravidly jednotlivých diet,“ upřesňuje.

V Domažlické nemocnici se řídí čtyřicet základními a speciálními dietami, které je možné mezi sebou kombinovat v závislosti na onemocnění pacienta a lze je podávat v různých formách úpravy. „Náš dietní systém by se dal laicky rozdělit na tři skupiny. První skupinou jsou diety – sem řadíme všechny diety, u kterých vylučujeme dráždivé potraviny, jako jsou koření a cibule, ale používáme zelené bylinky. Dále je to skupina diabetických diet, která zahrnuje stravu racionální a stravu diabetiků, kde se uplatňují doufám dnes již všeobecně známé zásady zdravé výživy. U diabetiků hlídáme také množství sacharidů ve stravě. Třetí skupinou jsou speciální diety, kam se řadí taková strava, která je neplnohodnotná, nedá se tedy dodržovat dlouhodobě, mají totiž velice omezený výběr povolených potravin. Slouží k léčbě akutních fází onemocnění,“ vysvětluje Klára Hnátková.

Nemocniční kuchyně denně uvaří přes pět stovek obědů různých receptur. Příprava tak velkého množství stravy se tedy nedá srovnávat s domácí a často ani restaurační přípravou jídla. Dále je nemocniční strava podle šéfkuchaře kuchyně nemocnice v Domažlicích Martina Heindla specifická tím, že se při zhotovování pokrmů vyřazují určité „nezdravé“ suroviny.



„Například koření, některé druhy zeleniny, tuků, masa. Samozřejmě se příprava pokrmů liší i způsobem technologické úpravy. I když se říká tisíc lidí, tisíc chutí a i když vaříme pro velké množství strávnicků, snažíme se jídla udělat tak, aby zachutnala co nejvíce lidem, aby nebyla přesolená nebo příliš ostrá, ale rozhodně ne bez chuti. Používáme z větší části hlavně čerstvé bylinky, maso a zeleninu. Jídlo pak chutná o mnoho lépe,“ potvrzuje Martin Heindl slova nutriční terapeutky. Kromě toho, že se v Domažlicích snaží vařit zdravě, zdravotnický personál spolu s kuchaři vymýšlí stále nová jídla, aby strava nebyla jednotvárná. „Dbáme na pestrost stravy a snažíme se tak o odstranění nálepky – nemocniční strava = nechutná strava,“ zdůrazňuje Klára Hnátková a dodává, že důležité je dodržovat i pravidelnost stravy. „Pokud nebude mít tělo dostatečný přísun potravy, dojde ke zpomalení metabolismu. Tělo si tak zvykne na nedostatek a má pak tendenci hromadit zásoby, především tukové. Když jíte jen jednou či dvakrát denně, paradoxně může být výsledkem to, že kila na váze půjdou nahoru. Tělo pak strádá a chybí mu důležité nutrienty potřebné k fungování těla. Jídlo by mělo být rozloženo do několika menších dávek za den v rozmezí dvou až třech hodin. Zejména u onemocnění trávicího traktu je důležité jíst menší porce, ale vícekrát denně. Při větším množství přijaté stravy vznikají další nepříjemné trávicí obtíže.“

A jaké mají v Domažlicích ohlasy od pacientů a zaměstnanců? Podle Kláry Hnátkové převažuje spokojenost. „Někomu chutná, někomu ne. Mě a hlavně kuchaře potěší, když slyšíme, že pacientům dnes mimořádně chutnalo.“ Šéfkuchař Martin Heindl říká, že zavděčit se úplně všem

možné není. „Co člověk, to jiná chuť, lidé jsou zvyklí stravovat se doma jinak a mnohdy dost neukázněně, poté se diví, že jídlo v nemocnici chutná jinak. Ano, vždyť je připraveno v souladu s předepsanou dietou nebo nutričním doporučením. U zaměstnanců si myslím, že převládá s naší kuchyní spokojenost, protože, a za tím si stojím, oproti jiným nemocnicím vaříme velmi dobře. Připravujeme pokrmy z čerstvých surovin, několikrát v týdnu nám zaváží čerstvé maso, zeleninu a ovoce. Používáme už zmíněné čerstvé bylinky k dochucení a čerstvé suroviny. Nevzdáváme se tradičních českých jídel, ale zařazujeme i nová, zdravější jídla jak pro pacienty, tak pro zaměstnance. Já jako šéfkuchař nepříjdu moc často do kontaktu s pacienty, nemám tedy zpětnou vazbu takřikajíc z první ruky, ale zprostředkovaně se dozvídám, co chutnalo a co by mohlo být lepší. Oblíbenější jsou česká jídla a klasiky, jako je svíčková, knedlo zelo vepřo, rajská. Méně zas zdravější věci jako kuskus, bulgur, které naopak chutnají zaměstnancům.“ Příprava pokrmů v několika variantách není podle šéfkuchaře Domažlické nemocnice příliš náročná. „Samozřejmě – pokud máte dostatek schopného a proškoleného personálu, což je v současnosti asi celorepublikový problém. Ale i přesto to u nás v nemocnici dokážeme zvládnout,“ uzavírá Martin Heindl.

#### **Systém analýzy rizika a stanovení kritických kontrolních bodů (Hazard Analysis and Critical Control Points, HACCP)**

ve výrobě potravin je jeden ze základních nástrojů, jak účinně předcházet rizikům ohrožujícím bezpečnost potravin. Vytvoření a zavedení systému HACCP je vyžadováno povinně u všech výrobců potravin na základě nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 853/2004 ze dne 29. dubna 2004, o hygieně potravin.

#### **Přínosy HACCP:**

- ✓ jednoznačná identifikace a kontrola rizika zdravotní nezávadnosti potravin
- ✓ minimalizace možnosti výskytu zdravotně závadných potravin
- ✓ splnění legislativních požadavků na výrobce potravin
- ✓ vytvoření vhodného základu pro budoucí přechod firmy na mezinárodní standardy bezpečnosti potravin vyžadované retailovými řetězci – IFS, BRC apod.
- ✓ věrohodné potvrzení funkčnosti a efektivnosti zavedeného systému nezávislou třetí stranou
- ✓ zvýšení důvěry veřejnosti a státních kontrolních orgánů

# Klatovská nemocnice nově poskytuje odbornou pomoc s výživou

Nutriční ambulance v Klatovské nemocnici pomůže pacientům s diagnostikou a léčbou podvýživy, se sledováním nutričního stavu i vypracováním individuálního plánu péče u nemocných s rizikem podvýživy nebo s podvýživou. Léčit se v ní mohou i lidé s potravinovou alergií, poruchami hojení ran a dalšími specifickými potřebami. „Zároveň budeme edukovat rodiny pacientů a pacienty samotné, pokud to jejich stav vyžaduje, například po operaci na trávicím traktu, u nemocných s poruchami příjmu potravy a polykání, v případě diety v rámci léčebného postupu a podobně. V regionu se jedná o zcela nový typ ambulantní péče,“ říká **MUDr. Jan Vachek, primář interního oddělení**, pod které poradna spadá, jenž má pravidelný pořad v ČRo Plzeň – poradnu o výživě.

### **Jakou ještě pomoc lidé v nutriční poradně naleznou?**

Poradna spolupracuje s lékaři a sestrami konkrétních oddělení v oblasti stravování pacientů a systému nutriční péče, takže si budou jistí, že jejich strava je hlídána, a tedy v pořádku. V případě zájmu dostanou také odborné rady při nadváze a obezitě, indikované pacienty pak poradna předá na bariatrické pracoviště, což je metabolická chirurgie. Ta provádí zákroky na žaludku a tenkém střevě s cílem snížení příjmu potravy a redukce hmotnosti.

### **Kdo bude tuto péči a poradenství zajišťovat?**

S potěšením mohou říct, že se nám podařilo získat dva mimořádně kvalitní lékaře, kteří se vyškolili v problematice výživy v pražských fakultních nemocnicích. Jsou to nefroložka MUDr. Adéla Maříková z pražské Všeobecné fakultní nemocnice a anesteziolog MUDr. Roman Pavlík z FN Královské Vinohrady. Oba také absolvovali teoretické kurzy, jsou plně kvalifikovaní. Kromě toho jsou atestováni ve svých oborech. K dispozici máme i specializované nutriční terapeutky a všeobecnou sestru původně z Metabolické jednotky FN Plzeň. Spolupracujeme s domácí zdravotní péčí Advantis Medical Care, což je pražská společnost

s pobočkou v Klatovech, jejíž personál je vyškolen v oblasti výživy, nabízí 24hodinovou zdravotní péči, a umožňuje tak nemocným stonat doma. A v neposlední řadě máme veškerou podporu vedení nemocnice, tedy ředitele MUDr. Jiřího Zeithamla a náměstka pro léčebnou péči MUDr. Zdeňka Paška, kteří díky svému medicínskému nadšení dělají vše pro rozvoj nemocnice.

### **Co bylo vůbec impulsem ke vzniku nutriční ambulance?**

Absence těchto služeb v regionu. Je známo, že velká část nemocných i s jinými onemocněními a komplikacemi umírá právě na podvýživu. Zahájení adekvátní výživy umožňuje zlepšit celkový stav pacienta, zkrátit dobu stonání. Nutriční ambulance vznikla díky velké podpoře obou zmíněných







lékařů, Adély Maříkové a Romana Pavlíka, kteří se velmi intenzívně vzdělávají ve svém oboru i v problematice výživy a absolvují různé stáže. MUDr. Maříková je mimořádně kvalitní lékařka, která má na kontě i několik odborných publikací, a MUDr. Pašek je zkušený internista a kardiolog, který zasvětil část svého života vzdělávání mladších kolegů a svým úsilím značně přispěl k rozvoji našeho interního oddělení, společně s panem ředitelem Zeithamlem. Dále se v ambulanci angažují já.

### **Působíte v Klatovské nemocnici. Je podle vás strava obecně v nemocnicích kvalitní? Máte nějaké srovnání se zahraničím?**

Ano, mám bohaté zkušenosti ze zahraničí, problém je do značné míry ekonomický, pacient se na úhradě hospitalizace nepodílí a nemocnice je nucena pořídit celodenní dietu za asi 100 Kč. U nemocných je prioritou zajistit výživu (nehladověť), ale opomíjí se již skladba stravy. Aby pacient zkonsumoval aspoň něco, volí se různé kompromisy (koblihy, smažená jídla, párky, omáčky...), i když je to nezdravé, bohužel se však leckde řídí mottem „lepší nějaké než žádné kalorie“. Také hospitalizace je dnes příliš krátká na to, aby dokázala reformovat výživové zvyklosti. Starší pacienti nejsou zvyklí jíst ryby a méně obvyklé druhy zeleniny, proto jídelníček v nemocnici často neodpovídá dnešním trendům. Ke změně by bylo třeba investovat více do rozpočtu na výživu a zvýšit počet nutričních terapeutů.

### **Proč je pro dobrý chod organismu důležitá kvalitní výživa?**

Výživa patří mezi základní fyziologické potřeby, je důležitou podmínkou zachování lidského života a udržení zdraví. Bohužel se na to dlouho zapomínalo, v některých rodinách se na kvalitu jídla nehledí stále.

### **Co bychom tedy měli či neměli jíst? Je důležité mít ve stravě všechny důležité složky, tedy tuky, sacharidy, bílkoviny, vlákninu?**

Ano, zastoupeny by měly být všechny složky, strava má být pestrá, rozhodně ne jednostranná. Někteří lidé kvůli hubnutí například úplně vynechávají sacharidy nebo tuky, ale absence některých živin vede k různým nemocem. Lze se však obejít bez masa, v současnosti se opravdu „přejídáme“ bílkovinami, přitom naši předkové jedli masa mnohem méně.

### **Co si myslíte o rozličných dietách, které jsou v oblíbě u zcela zdravých lidí?**

Některé druhy diet, tedy redukční nebo vegetariánské, neublíží, ale je zbytečné jít do extrému a vynechávat např. lepek, pokud člověk netrpí celiakií. Ani veganská strava ne-



Ilustrační foto: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

ublíží, ale hrozí nedostatek některých vitamínů (např. B12), u veganů je tedy jednou za čas vhodná lékařská kontrola.

### **Měli bychom dbát na pravidelnost stravy, tedy snídat? Je lepší jíst 3x denně, nebo 5x denně?**

To je předmětem diskusí, v nemoci spíše častěji a pravidelně, u zdravých lidí neuškodí jíst méně často a mít občas hlad. Souhlasím s výživovým poradcem Petrem Fořtem, že konzumace jídla několikrát denně je klišé. Žádný obecně platný návod na zdravou výživu ani frekvenci jídla, myslím, neexistuje, protože je to individuální záležitost.

### **Přesto ale může jídlo naše zdraví výrazně ovlivnit...**

To rozhodně, stravou je možné podpořit zdraví, některá jídla mají například protizánětlivé účinky, naopak nevhodná skladba jídelníčků může urychlit civilizační choroby, vést k obezitě, diabetu a podobně. I u dnešních dětí vidím občas nedostatky ve stravování, jedí málo zeleniny, ovoce, konzumují naopak přemíru smaženého, polotovarů a hotových jídel, fastfoodů.

### **Je tedy období chřipek, viróz, prochladnutí. Jak se stravovat pro posílení imunity? Co kromě jídla je ještě pro naši odolnost důležité?**

Stále stejná odpověď, ale je dobré ji neustále připomínat: pestrá strava s vitamíny, ovoce, zelenina, k cílené prevenci třeba česnek a echinacea. Nezapomenout na procházky, chůzi třikrát týdně 30 minut do příjemné únavy, občas si zacvičit, zaplavat.

# O zapeklitém sledování kvality

Určitě se všichni shodneme na prostém konstatování, že zdravotní péče má být kvalitní. Potíž je v tom, že jsme se zatím neshodli na jasných kritériích, podle kterých bychom měli kvalitu ve zdravotnictví měřit. Ona taky ta kvalita má mnoho tváří, od přívětivosti prostředí, personálu a úrovně kuchyně přes kvalitu vlastní zdravotní péče až po provázanost jejích jednotlivých úrovní a návaznost péče. To první je celkem snadno hodnotitelné, a tak se dotazníky spokojenosti staly už trvalou součástí našeho zdravotnictví, ať již jako dobrá zpětná vazba pro jednotlivé nemocnice, nebo jako způsob, jak je mezi sebou srovnávat na národní úrovni.

Kvalita obecného servisu v nemocnici dává významnou informaci o úrovni péče, ale tato informace není úplná. Řekl bych, že v zanedbané nemocnici s neochotným personálem a mizerným jídlem je výskyt dobré medicíny nepravděpodobný, ale stejně i pacientsky vlídná nemocnice nemusí vždy poskytovat tu nejlepší péči.

Před léty jsme si vyjeli s přáteli tradičně zalyžovat do Francie a kamarádova žena si tam šeredně rozsekala nohu. V nemocnici pod horami ji zahřebovali a následně ji opečovávali způsobem, o kterém si v našich nemocnicích můžeme nechat zdát. Každodenní výběr ze dvou skvělých teplých jídel k obědu i k večeři, k tomu džbánec vína a sladká tečka na závěr. Po převozu domů se zjistilo, že zvolený postup nebyl právě vhodný, a tak ji čekala reoperace a pobyt na lůžku s nevšimavými sestrami a hubeným taveným sýrem k večeři. Hezký příběh o zlatých rukách českých ortopédů odvádějících skvělou práci v omšelých kulisách zhatila pozdě nasazená rehabilitace a již marné rozhybávání v lánkách.

Dnes sice už běhá s umělým kolenem jako srnka, ale její příběh je poučením, že ne za každou nablýskanou fasádou se odehrává skvělá medicína a že výborně provedený výkon sám o sobě nezaručuje dobrý výsledek. A tím se dostáváme na tenký led hodnocení kvality vlastní zdravotní péče.



Nabízí se mnoho různých přístupů, které se vzájemně prolínají, doplňují a zároveň vztahují k typu péče, kterou monitorují. Nejjednodušší je sledování počtu výkonů, které se kde provádějí, protože platí zřejmá pravda, že když někdo dělá něco často, tak to také dělá dobře. Složitější je hodnocení kvality samotné péče od průběhu léčení přes jeho krátkodobé a dlouhodobé výsledky po rozbor množství a typů komplikací. Samostatnou disciplínou je porovnávání průběhu léčebného procesu s doporučeným postupem. V celé této oblasti se zatím zdravotnictví chová

tajnosnubně a občané nemají možnost se dovědět, „jak se kde léčí“. Přitom data potřebná pro hodnocení kvality se průběžně ukládají na serverech zdravotních pojišťoven a odtud odtékají do Ústavu zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS), kde se potkávají s daty z dalších zdrojů. Výstupy z jejich zpracování jsou zatím veřejnosti nepřístupné a mají formu analýz poskytovaných vybraným zájemcům.

Argumentace obhajující utajování informací o kvalitě poskytované péče stojí na představě, že nikdo jiný než pomazaný odborník není schopen se v nich dobře orientovat a že není dobré lidem motat hlavy. Hluboce s tímto přístupem

po léta nesouhlasím a velmi fandím snaze ministra rozetnout tento gordický uzel připravovanou novelou zákona o zdravotních službách. Ta by měla stanovit informace, které bude ÚZIS, po zpracování dat, ze zákona zveřejňovat. Na to si ještě nějaký pátek počkáme, a tak nám nezbyvá než si informace o kvalitě péče obstarávat od zasvěcených známých. Když jsem se před lety věnoval hodnocení jednotlivých oddělení v nemocnicích, nejvíc mi řekla odpověď na otázku: „Doporučil/a byste svému blízkému léčení na oddělení, na kterém pracujete?“ A to platí dodnes.

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



# V Klatovech se rozšiřuje péče o pacienty s poruchami žláz, trávení i pohybového aparátu

Klatovská nemocnice na podzim rozšířila péči o pacienty s poruchami žláz s vnitřní sekrecí, s cukrovkou, s poruchami výživy a dále o pacienty s nechirurgickými onemocněními pohybového aparátu. V prostorách polikliniky před hlavním nemocničním areálem zprovoznila dvě ordinace, kde mají nově zázemí ambulance endokrinologie, diabetologie, revmatologie a nutriční poradna. Aktuální ordinační doby jsou na webu nemocnice ve stránce Interní ambulance.

„Uvedená ambulantní péče na Klatovsku a také na Domažlicku a jižním Plzeňsku chyběla nebo byla nedostatečná. Pacienti museli za léčbou buď do Plzně, nebo jejich léčba pokulhávala, neboť jim například neměl kdo předepsat potřebné léky,“ vysvětlil důvody rozšíření ředitel nemocnice Jiří Zeithaml.

Endokrinologie se zabývá vyšetřením a léčbou žláz s vnitřní sekrecí, nejčastěji štítné žlázy, ale také hypofýzy nebo nadledvin. Dotsud byla součástí péče interních ambulancí a nemohla nabízet potřebný rozsah vyšetření ani léčby. Nově se ale podařilo nasmlouvat rozšíření této péče u zdravotních pojišťoven a ambulance se prakticky osamostatnila. V jedné ordinaci se bude střídát s odborně blízkou diabetologií, která je v rámci Klatovské nemocnice úplnou novinkou.

Diabetologie pečuje o pacienty s cukrovkou 1. a 2. typu, pacienty s poruchou glukózové tolerance a s těhotenskou cukrovkou. Provádí diagnostiku diabetu, léčbu a edukaci dietního režimu.

„Můžeme se pyšnit, že garanty obou odborností a též ošetřujícími lékaři jsou dva profesoři – přední český endokrinolog a imunolog

prof. MUDr. Ivan Šterzl, CSc., a prof. MUDr. Zdeněk Rušavý, Ph.D., což je diabetolog, endokrinolog a odborník na klinickou výživu,“ říká Jan Vachek, primář interního oddělení, pod které ambulance spadají. A doplňuje, že odbornou kvalifikaci pro oba obory získali školením na pražských klinikách i další lékaři.

Revmatologie se zabývá diagnostikou a léčbou nechirurgických onemocnění pohybového aparátu a některých systémových onemocnění. Také ona se osamostatňuje ze sdílených prostor do nového a personálně posílila o dvě erudované revmatoložky, které přišly do Klatov z Plzně.

Nutriční poradna pečuje o pacienty s poruchami výživy, například o pacienty s nadváhou, ale rovněž o pacienty s nedostatečným příjmem potravin ať už v důsledku onkologických onemocnění, s mentální anorexií, nebo při pooperační rekonvalescenci. V regionu se jedná o zcela nový typ ambulantní péče.





# Stodská nemocnice

Nemocnice ve Stodu se mění před očima. V posledních letech prošla řadou modernizací a další se chystají. Vždy je však kladen důraz na to, aby byl zachován punc regionální rodinné nemocnice, kde uzdravuje i klidné prostředí a milý personál.

Stodská nemocnice ležící jihozápadně od Plzně zajišťuje nemocniční péči nejen pro nejbližší okolí, ale i pro obyvatele Tachovska, kde nemocnice akutní péče na počátku milénia zanikla, a ta ve Stodu se tak pro ně stala

stěžejním nemocničním zařízením. Ve spádové oblasti nemocnice žije přes 60 tisíc obyvatel. Pro krátké čekací doby a kvalitní péči ale vyhledávají nemocnici i pacienti a zejména rodičky z Plzně.

„Zajišťujeme péči v nejdůležitějších medicínských oborech, jako je chirurgie, vnitřní lékařství, pediatrie a gynekologie včetně porodnictví. Dále poskytuje intenzivní péči, následnou péči včetně ošetrovatelských lůžek a v neposlední řadě i léčebnou rehabilitaci,“ popisuje ředitel nemocnice Alan





# SEZNAMTE SE

Sutnar s tím, že komplement tvoří radiodiagnostické oddělení a oddělení klinické biochemie. A nedílnou součástí je i lékárna.

Nemocnice má 190 lůžek. Z toho je 105 standardních, osm intenzivních, 67 slouží následné a sociální péči a zbylá lůžka patřící dětskému oddělení fungují v režimu denního stacionáře. Zařízení dále provozuje 22 ambulancí a odborných poraden, kromě ambulancí základních oborů například i ortopedickou, nefrologickou, plicní, diabetologickou, kardiologickou, alergologickou či urologickou.

Nemocnice zahájila provoz v roce 1963 na západním okraji města, které bylo jedním z center tehdy hornického regionu. Vyrostla na místě dřívější chmelnice a volný pozemek se tím mohl přeměnit na pestrý park. V posledních letech modernizovaná budova v něm připomíná spíše bytový dům se zahradou než nemocnici.

A o jaké modernizace se jednalo? „To nejviditelnější zvenku bylo zateplení s novou fasádou a nástavba 4. podlaží. Ovšem to nejdůležitější je uvnitř a týká se hlavně pacientů,“ líčí Alan Sutnar. „Konkrétně jsme rekonstruovali celý trakt operačních a gynekologických sálů včetně porodních boxů a dále sterilizaci, vstupní filtry a související zázemí pro personál. Tato investice v řádech desítek milionů korun zahrnovala i novou vzduchotechniku,“ doplňuje ředitel.

Rekonstruované prostory má už také klinická laboratoř a lékárna a velká změna je patrná hned při vstupu do nemocnice, kde návštěvníky uvítá nově upravená vstupní hala.

## NEMOCNICE V ČÍSLECH

**Lůžka:** 190

**Odborné ambulance:** 22

**Zaměstnanci:** 290

**Hospitalizovaní:** 6900/rok

**Operace:** 2200/rok

**Ošetření pacienti:** 50 tisíc/rok

Podobně jako nemocnice v Klatovech a Domažlicích čerpala i Stodská nemocnice v loňském a letošním roce prostředky ze strukturálních fondů EU na nové přístrojové vybavení. Konkrétně nemocnice nakoupila 290 kusů zdravotnické techniky za 44 milionů korun – mimo jiné elektricky polohovatelná lůžka, vybavení pro sledování a léčbu pacientů na lůžkách intenzivní

péče, diagnostické přístroje pro specializované interní ambulance, rentgen na operační sály při traumatologických operacích nebo rozsáhlé vybavení rehabilitačního oddělení.

Právě rehabilitační oddělení prochází v posledním roce největšími změnami. Od jara má zcela novou vodoléčbu a přístavbou získá v nejbližších měsících i nové prostory pro další provoz a ambulance. „Namísto dvou větších tělocvičen pro léčebnou tělesnou výchovu a cvičební terapie vzniknou čtyři menší a upravovat se budou i prostory pro fyzikální terapii, jako je elektroléčba, ultrazvuk, magnetoterapie nebo další druhy mechanoterapie. Také na těchto pracovištích už postupně používáme nové vybavení a přístroje,“ vysvětluje primářka oddělení Ludmila Wabneggerová.

Přístavbou 4. podlaží a rehabilitace se uvolní prostory v přízemí lůžkového traktu. V nich se plánuje vybudování nové lůžkové stanice pro následnou péči. „Společně s Plzeňským krajem, který bude úpravy investovat, chceme kromě kvality péče zvyšovat i komfort ubytování, takzvaných hotelových služeb. V této souvislosti jsme před rokem postavili i novou kuchyni,“ říká závěrem Alan Sutnar.



# Richard Sequens: Rokycanská chirurgie byla vždycky vyhlášená

Primář chirurgického oddělení Rokycanské nemocnice **MUDr. Richard Sequens, Ph.D.**, má za sebou velmi zajímavou životní i profesní dráhu. Po dvaceti letech ve FN v Plzni, kde před nástupem základní vojenské služby pracoval krátce na onkologii a urologii a po návratu z vojny pak na chirurgické klinice, nejprve jako sekundář a po sametové revoluci jako odborný asistent, strávil jedenáct let v Praze v Nemocnici Milosrdných sester sv. Karla Boromejského. Poté se na tři roky přesunul do Hořovické nemocnice a nakonec jeho kroky vedly do Rokycan, kde již několik let úspěšně rozvíjí chirurgii střev a konečníku. Sjíždí se sem za ním pacienti z celé republiky. Proč si vybral právě tuto specializaci a jaké má názory na české zdravotnictví? I na to jsme se ho zeptali v rozhovoru pro magazín Srdce.

### **Chirurgie v Rokycanské nemocnici je vyhlášená široko daleko. Čím si myslíte, že to je?**

Pověst rokycanské chirurgie, která vždycky byla na dobré úrovni, je dlouhodobě velmi dobrá. Je to dáno mimo jiné i osobami mých předchůdců primářů, mezi které svého času patřil například MUDr. Richard Schmied, který předtím pracoval jako primář chirurgické kliniky v Plzni.

### **Proč jste si vybral profesi lékaře?**

Upřímně řečeno, já nevím. Možná mě ovlivnila moje maminka, která před válkou studovala dva roky medicínu, než Němci zavřeli vysoké školy, a o dobách svého studia v Praze mi často vyprávěla, možná můj otec, který měl řadu spolužáků z gymnázia, kteří po válce vystudovali



lékařskou fakultu a za kterými jsem jako poměrně stonavé dítě často v doprovodu otce chodil do nemocnice spíš jako za kamarády než jako za neznámými a respekt budícími lékaři, a nakonec i moje starší sestra, která je oční lékařka.

### **Litoval jste někdy, že jste si vybral medicínu?**

To rozhodně ne. Je to krásné povolání. Bohužel se ale v současné době ze svobodného povolání lékaře stává něco, čemu moc nerozumím. Lékaři se pozvolna dostali pod nadvládu ekonomů a manažerů, do všeho se až příliš promítá ekonomika, z medicíny se stává byznys a vytrácí se její základní smysl a poslání, kterými je pomoc nemocným lidem.

### **Sám jste vyučoval na LF UK v Plzni. Můžete tedy srovnávat. Jak se posunulo studium lékařství od dob, kdy jste studoval vy?**

Studium jako takové je pořád stejné. Co se trochu změnilo, jsou studenti. Přejde mi, že už si studia neváží tolik jako my, kteří jsme studovali za minulého režimu.

Dnes je snadné se dostat na vysokou školu, tenkrát to tak jednoduché nebylo. Studium medicíny je těžké. Trvá dlouho, než vystudujete, a ještě déle pak trvá to, než se lékařskému řemeslu naučíte. Významné části mladé generace často chybí trpělivost a také pokora, chtěli by vše pokud možno bez velké námahy a hned.



### **Proč jste si vybral kolorektální chirurgii?**

Já jsem si ji nevybral, byla mi spíš souzena. Nebyl jsem ve straně a na klinikách byli lékaři rozdělení na tzv. „chovné“ a tzv. „tažné“. Chovní si mohli vybrat specializaci a byli připravováni na různé vyšší pozice v rámci nemocnice, tažní si vybírat nemohli a byli na „obyčejnou“ práci. Já jsem patřil naštěstí mezi ty tažné. Tenkrát jsem oslovil pana docenta Maňhala, který se specializoval na onemocnění trávicího traktu, rozsah jeho operativy byl velmi široký a navíc se zabýval i tzv. „septickou chirurgií“. Zaujala mě jeho práce, a tak jsem ho poprosil, jestli mu můžu „držet háky“. On souhlasil, a tak začala naše dlouholetá spolupráce, během níž jsem se postupně naučil všemu, co bylo tehdy v našich podmínkách možné. Když jsem se po revoluci vrátil ze stáží z Ameriky do Čech, začal jsem dělat výkony, hlavně operace na tlustém střevě a konečniku, které jsem se tam naučil. Díky panu docentovi Maňhalovi jsem měl na čem stavět, patří mu tímto můj velký dík. To je ve stručnosti moje cesta ke kolorektální chirurgii, kterou se zabývám již více než 25 let.

### **Absolvoval jste mnoho stáží například v Americe nebo ve Švýcarsku. Jaký je rozdíl ve zdravotnictví tam a u nás?**

Rozdíl jsou obrovské. Venku má zdravotnictví řád, u nás jsme ani za těch třicet let od revoluce řád nenašli. Neproběhla tu základní politická diskuze, která měla po revoluci nastat. Dodnes nemáme určenou síť nemocnic, není

určena cenotvorba, pojišťovny platí každé nemocnici jinak. Máme komplikovaný systém postgraduálního vzdělávání oproti zahraničí. Neustále u nás řešíme nedostatek zdravotních sester, a to už od 90. let. A jak jsme ho vyřešili? Ještě víc jsme jim zkomplikovali cestu za vzděláním, stále po nich chceme vyšší a vyšší vzdělání, přitom dělají v podstatě stejnou práci jako dříve, starají se o pacienta.

### **Kde se vám líbilo nejvíc?**

Asi nejvíc mi dala Amerika, kde jsem byl celkem třikrát. Všechno tam pro mě bylo nové i přesto, že už jsem měl druhou atestaci. Měli tam úplně jiné postupy, které jsem si pak přivezl domů. Nejvíc se mi ale líbilo v Oxfordu, kde bych asi dokázal i žít.

### **Málokdo by řekl, že z hlediska své specializace často asistujete u porodů.**

Pokud pacientka v minulosti absolvovala složitější operaci střev nebo konečniku, tak je nutné vést porod císařským řezem, aby nedošlo ke komplikacím. Nejjistější je, když dutinu břišní otevírá chirurg, který předtím prováděl operaci střeva. Děti, které jsem takto pomáhal přivést na svět, je už víc než padesát a nejstaršímu je osmnáct let. Je to pro mne vždycky krásný pocit, když z břicha vyndáme zdravé plačící dítě místo nádorem či zánětem postiženou část střeva. Je to vlastně jakási odměna za předchozí práci.

### **Jaké máte další pracovní plány do budoucna? Máte nějakou vizi chirurgie v Rokycanské nemocnici?**

Víže já mám celý život. Pro dobrou chirurgii střev a konečniku nepotřebujete žádné zvláštní vybavení jako například mimotělní oběh. Co potřebujete, jsou kvalitní nástroje, sehraný tým, standardně vybavený operační sál a fungující JIP. A to všechno lze mít i v menších nemocnicích. Myslím si, že v Rokycanské nemocnici můžeme dělat špičkovou chirurgii, vybavení je tu skvělé, nemocnice je dobře dostupná, navíc leží u dálnice a blízko Plzně, takže můžeme velmi úzce spolupracovat s fakultní nemocnicí. Již nyní za námi jezdí lidé z celé republiky.



# Jak relaxovat v zimě? V akvaparku. Ty větší jsou ovšem za hranicemi kraje

Krátké dny, dlouhé noci, venku zima a kromě bruslení nebo lyžování jen málo příležitostí k venkovním aktivitám. Během zimních měsíců proto přijdou více než kdy jindy vhod činnosti ve vnitřních prostorách, při nichž se člověk zahřeje a může je využít i ve večerních hodinách, kdy už je venku dávno tma. Pro rodinu s dětmi i bez nich jsou ideální akvaparky. Těch menších je v Plzeňském kraji relativně dost. Za těmi většími a atraktivnějšími je nutno vyrazit do Prahy či do Německa.

Zřejmě nejlepší výběr krytých koupališť s dětskými atrakcemi, vířivkami, perličkami, tobogánem a s vodou, která skutečně hřeje, mají obyvatelé Domažlicka. Mohou jet například do Kdyně, která postavila zcela nové centrum vodní zábavy zhruba před deseti lety a nabízí díky méně obvyklé technologii čištění mírně slanou vodu. A na druhé straně okresu je kousek za hraničním přechodem Lísková bavorský Waldmünchen, kde se dá velmi dobře domluvit česky.

Velkou konkurencí se jim ale v listopadu stal městský bazén přímo v Domažlicích, který prošel kompletní rekonstrukcí. „Vyšla přibližně na 300 milionů korun,“ prozradil starosta města Zdeněk Novák s tím, že návštěvníci mohou kromě vodních atrakcí využít i rozsáhlý saunový svět.

Novinkou je jednoduchý odbavovací systém pomocí čipů, na který si návštěvník může nahrát finanční kredit.

Také na Klatovsku mají lidé na výběr. V dojezdové vzdálenosti je Kdyně a přímo v okrese Aquapark Horažďovice a bazén a vodní svět v Klatovech. I klatovský krytý areál prošel před nedávnem rozsáhlou a zdařilou rekonstrukcí. Oproti výše uvedeným mu ale chybí

restaurace nebo občerstvení přímo v části určené plavcům.

Plzeňsko tak bohatý výběr nemá. Místní obyvatelé mohou využít buď městský bazén v Rokycanech, nebo v Plzni na Slovanech. Oba disponují kromě plaveckých částí i dětským brouzdalištěm, menšími bazény s vířivkami a tobogánem. Stejně jako v Klatovech i tady však chybí restaurace přímo v „mokrém“ části.







Náročnější vyznavači vodní zábavy nebo uživatelé vířivých koupelí musí hledat mimo Plzeňský kraj, a tak mají možnost vyrazit buď na východ do Prahy, nebo na západ do Německa. Z pražských je nejznámější a vlastně i v Čechách největší Aquapalace v Čestlicích a po něm Aquacentrum Letňany, které jsou ovšem oba od Plzně na vzdálenějších okrajích hlavního města. Z pražských akvaparků je tak nejdostupnější koupaliště Šutka v Čimicích.

Druhým směrem po dálnici D5 lze nejnáze dojet do Čechy velmi oblíbeného bazénu v bavorském Weidenu nebo po sametové revoluci vyhlášeného a oblíbeného Ambergu. A z Plzeňského kraje je autem dostupný i největší středoevropský akvapark v Erdingu nedaleko Mnichova, který se pravidelně umísťuje v popředí žebříčku nejlepších vodních center světa.

#### MALÉ AKVAPARKY

Horažďovice

Klatovy

Kdyně

Domažlice

Rokycany

Plzeň

Waldmünchen (Bavorsko)

Lam (Bavorsko)

[www.bazen.horazdovice.cz](http://www.bazen.horazdovice.cz)

[www.klatovynet.cz/ts/bazen](http://www.klatovynet.cz/ts/bazen)

[www.bazen-kdyne.cz](http://www.bazen-kdyne.cz)

[www.idomazlice.cz/cs/](http://www.idomazlice.cz/cs/)

[volnycasport-bazenykoupaliste](http://volnycasport-bazenykoupaliste)

[www.plavacekyareal.rokycany.cz](http://www.plavacekyareal.rokycany.cz)

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

[www.erlebnisbad-aquafit.de](http://www.erlebnisbad-aquafit.de)

[www.osserbad.de](http://www.osserbad.de)

#### STŘEDNÍ AKVAPARKY

Weiden i.d. Oberpfalz (Bavorsko)

Amberg (Bavorsko)

Šutka (Praha)

[www.weidener-thermenwelt.de](http://www.weidener-thermenwelt.de)

[www.kurfuerstenbad-amberg.de](http://www.kurfuerstenbad-amberg.de)

[www.sutka.eu](http://www.sutka.eu)

#### VELKÉ AKVAPARKY

Čestlice (Praha)

Letňany (Praha)

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

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

#### TOP AKVAPARKY

Erding (Bavorsko)

Tropical Islands (Braniborsko)

[www.therme-erding.de](http://www.therme-erding.de)

[www.tropical-islands.de](http://www.tropical-islands.de)

# VE ZKRATCE

## **HORAŽĎOVICKÁ REHABILITACE** OŠETRÍ NOVĚ PACIENTY I RÁZOVOU VLNOU

Nemocnice následné péče Horažďovice nabízí novou rehabilitační metodu, která je určena zejména pacientům s bolestmi kloubů a úponů svalů a šlach v namáhaných kloubech. Jedná se o rázovou vlnu, což je neinvazivní metoda fyzikální terapie. Tuto léčbu ovšem nehradí systém zdravotního pojištění. Pacienti ji ale budou moci v nemocnici využívat za mimořádně příznivou cenu 350 korun za terapii.

„Rázová vlna je založena na přenosu mechanické energie do postižené tkáně. Reakcí je zmírnění bolesti v místě aplikace a také zvýšení mikrocirkulace v ošetřené tkáni, ve které při větším prokrvení dochází ke zvýšení a urychlení tkáňového metabolismu,“ vysvětluje vedoucí fyzioterapeut Karel Kroh.

Léčba se indikuje například při takzvaném tenisovém lokti či fotbalovém koleni, dále při bolestech v oblasti ramenního kloubu a svalových spojení ramene při omezení pohyblivosti. Používá se na kostní výrůstky drobných kloubů při artróze prvního stupně. Pomáhá při bolesti třísel, bolesti dlaňové části zápěstí nebo při bolesti a tlaku na holenní kost.



## **NEMOCNICE NÁSLEDNÉ PÉČE** DOVYBAVILA VŠECHNY PLÁNOVANÉ POKOJE SOCIÁLNÍM ZAŘÍZENÍM

Nemocnice následné péče Horažďovice dokončila dlouhodobý plán modernizace lůžkových pokojů dostavbou sociálních zařízení. Poslední dva pokoje z 27 plánovaných se vlastní toalety, umyvadla a sprchového koutu dočkaly na podzim. Investici hradil opět Plzeňský kraj. „Pokoje vybavujeme sociálkami postupně od roku 2004. Každý rok jsme dělali dva nebo tři, aby byl zachován maximální provoz. Na dalších pokojích už toalety nezvažujeme. Část našich pacientů je imobilních, již jsou plně odkázáni na péči ošetřovatelů. Sociální zařízení přímo na pokoji by tak nevyužili,“ vysvětluje ředitel nemocnice Martin Grolmus.

Kromě dostavby sociálního zařízení se v pokojích postupně vybudovaly i nové rozvody inženýrských sítí a před pěti roky se kompletně vyměňovaly televizory a posiloval signál wi-fi, aby byl ve všech prostorách pro pacienty. „Vedle skvělé péče tak nemocnice nabízí i komfort pobytových služeb odpovídající standardu 21. století,“ doplňuje radní Plzeňského kraje pro oblast zdravotnictví Milena Stárková.

## **PRO ZAMĚSTNANCE MAJÍ 21 BYTŮ 1 + 1.** VŠECHNY NOVĚ REKONSTRUOVANÉ

Rozšířit své týmy o nové zdravotníky znamená pro nemocnici hledat nové zaměstnance i mimo svůj region, a tedy nabídnout jim i možnost ubytování. Zatímco Domažlická nemocnice využije městem budované rodinné domy, tak nemocnice v Klatovech zrekonstruovala bývalou ubytovnu na zaměstnanecký penzion. Na podzim byl po postupných úpravách dokončen.

„Úpravy trvaly tři roky. Po zateplení, výměně oken a obnově páteřních rozvodů jsme postupně rekonstruovali bytové jednotky. Opravovala se elektroinstalace, dělaly se nové omítky, výmalba a úplná obnova jádra zahrnující sociální zařízení i nové kuchyňské linky. Teď na podzim jsme dokončili i společné prostory. Objekt, který je umístěn na okraji areálu nemocnice, má nyní celkem 21 bytových jednotek typologie 1 + 1. V každé bydlí buď zaměstnanec sám, nebo s partnerem, případně s někým blízkým,“ říká vedoucí technického oddělení nemocnice Václav Jakl.





## DOŠLA VÁM DÁRKOVÁ FANTAZIE? POD STROMEK I K NAROZENINÁM LZE DÁT ZDRAVÍ

Lékárny nemocnic Plzeňského kraje nabízí i tuto zimu dárkové poukázky v hodnotě 300, 500 nebo 1000 korun, které lze poskytnout jako dárek blízkým nebo přátelům například k Vánocům nebo i při jiné příležitosti. Poukázky jsou zpracované již v grafice dárku, aby obdarovaný vnímal hodnotu daru, který dostává. Slouží k nákupu volně prodejného lékárenského sortimentu. Platnost je minimálně půl roku od vystavení.

„Přát někomu hodně zdraví či pevné zdraví je jedno z nejčastěji vyslovovaných přání ať už při narozeninách, svátku, ale i při vánočních svátcích. Určitě takto mnohým ze svých příbuzných či přátel přejí během adventu i po něm i naši pacienti. Nemusí ovšem zůstat jen u přání. Díky poukázkám je možné zdraví přímo i darovat,“ říká mluvčí nemocnic Jiří Kokoška.



Dárkové poukázky jsou k dostání v lékárnách nemocnic v Domažlicích, Klatovech, Rokycanech i Stodu. Obdarovaný je může použít na

nákup jakéhokoli volně prodejného lékárenského sortimentu – od přípravků na klouby či lepší spánek přes vitamíny nebo bylinné čaje až po zdravotní kosmetiku nebo pomůcky. Vybrat si lze z tisíců položek, včetně sortimentu z akčních letáků.

## KLATOVSKÁ A DOMAŽLICKÁ NEMOCNICE TESTOVALY ZÁJEMCE ANONYMNĚ NA HIV

Nemocnice v Klatovech a Domažlicích se koncem listopadu připojily ke kampani Evropský testovací týden HIV a žloutenky. Čtyři dny prováděly obě nemocnice vyšetření na infekci HIV (způsobující onemocnění AIDS) a vyšetření na žloutenku typu B a C. Vyšetření byla bezplatná a v případě HIV na žádost klienta i anonymní.

„Evropský testovací týden HIV a žloutenky probíhá v řadě zemí Evropy s cílem zvýšit povědomí o výhodách včasného testování na HIV a předchází Světovému dni boje proti AIDS, který spadá na 1. prosince. V posledních letech je nabízeno i testování na žloutenky,“ vysvětluje epidemioložka Klatovské nemocnice Eva Palečková.

V ČR je kumulativně od roku 1986, tedy od zahájení sledování infekce HIV, do současnosti registrováno zhruba 3400 HIV pozitivních případů. U 650 z nich se rozvinulo onemocnění AIDS. Z nemocných s AIDS zemřelo přes 300 osob. Včasné odhalení nemoci přitom umožňuje podstoupit léčbu, která dokáže zajistit kvalitní život. Čím dříve je infekce odhalena, tím účinněji odpovídá tělo pacienta na léčbu a předchází se nežádoucím komplikacím.



## ANTIBIOTICKÝ TÝDEN POUKÁZAL NA RIZIKA SPOJENÁ S NESPRÁVNÝM UŽÍVÁNÍM LÉKŮ

Lékárny krajských nemocnic v Domažlicích, Klatovech a Stodu se i letos zapojily do kampaně Antibiotický týden. Ta se konala v lékárnách po celé České republice v týdnu od 18. do 24. listopadu. Cílem akce je upozorňovat návštěvníky lékáren na rizika spojená s nadužíváním antibiotik.

Antibiotika dokážou účinně bojovat proti nežádoucím bakteriím v těle. „Měla by se ale používat pouze v případě, kdy tak určí lékař, a ideálně po předcházejícím odběru vhodného biologického materiálu dle klinických potíží. Užívat by se pak měla rovněž dle instrukcí lékaře či lékárníka,“ uvádí vedoucí lékárník lékárny Stodské nemocnice PharmDr. Martin Roman, CSc., s tím, že bohužel někteří pacienti užívají antibiotika bez předpisu, a dokonce i na virová onemocnění, na která nezabírají. A řada pacientů léky i nesprávně dávkuje nebo nedokončí celou léčbu. Nesprávné užívání přitom může místo vyléčení naopak způsobit další komplikace. „Mohou se objevit sekundární infekce, poškození organismu a stále častější je rezistence bakterií vůči účinku antibiotik,“ doplňuje lékárník.



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

# SRDCE MEZI LIDMI

## DEN S FAKULTOU ZDRAVOTNICKÝCH STUDIÍ

Nemocnice Plzeňského kraje se i v uplynulém období účastnily několika akcí, kde se před studenty zdravotnických škol a obecně mladými lidmi prezentují jako perspektivní zaměstnavatel. Například v říjnu to bylo při tradičním Dni s fakultou zdravotnických studií. Desítky studentů se zde dotazovaly zástupců krajských nemocnic na průběh odborné praxe, stipendia i na možnost budoucího zaměstnání. Někteří přímo při akci vyplnili přihlášku do specializovaných studentských programů. Jednalo se hlavně o fyzioterapeuty a laboranty.



## POSVIŤ SI NA BUDOUCNOST

Už opakovaně bylo zelené srdce a plusko vidět také na říjnovém veletrhu kariérního poradenství Posviť si na budoucnost, který je určen pro žáky posledních ročníků základních škol a středoškoláky.



## SETKÁNÍ V TECHMANI

Aby se zdravotníci a vůbec zaměstnanci nemocnic mohli setkávat a seznamovat i neformálně se svými rodinami i mimo svá pracoviště, pozvalo je v září vedení nemocnic do plzeňské Techmanie Science Center. Volný vstup využilo přes 1400 lidí. Interaktivní expozice, projekce i experimentální hřiště si užily hlavně děti.



### MRKNI NA BUDOUCNOST

Domažlická nemocnice a především mladá perspektivní sestřička Tereza Bulíčková se podílely na natáčení dílu o profesi všeobecná sestra do připravovaného cyklu „Mrkni na budoucnost“. Jedná se o cyklus, kde jsou mladými lidmi a moderátory představovány mladé generaci perspektivní studijní a pracovní obory. Cyklus bude v příštích měsících vysílán jako stream na internetu.

### ŠKOLENÍ PLAVČÍKŮ

Zdravotníci Domažlické nemocnice školili v říjnu plavčíky městského bazénu v poskytování první pomoci. I když se jedná o profesionální plavčíky, kteří svou práci dobře ovládají, opakování je i v jejich případě matka moudrosti. Díky tomu můžete plavat bez obav, v domažlickém bazénu jste v dobrých rukách.



### RUN PRAHA-PLZEŇ

Tým zdravotníků z Domažlické a Klatovské nemocnice reprezentoval v polovině září své zaměstnavatele při štafetovém závodu Run Praha-Plzeň. Třetí ročník běžeckého závodu absolvovali Ivana Babková, Ester Bajgarová, Zdeněk Bacík a Vojtěch Vojtko.



### ŠKODA FIT PŮLMARATON

Nemocnice Plzeňského kraje podporují sportovní aktivity zaměstnanců. Stejně jako v minulých letech uhradily i letos startovné svých reprezentantů při podzimním ŠKODA FIT Půlmaratonu. Zúčastnili se ho i běžci z Nemocnice Svatá Anna a Stodské nemocnice.

## Tichý zabiják kostí má v Klatovech soupeře

Osteoporózou, tedy nemocí, při níž ubývá kostní hmota, u nás trpí přes 15 procent lidí nad 60 let. Přestože jejími důsledky jsou časté zlomeniny, snížení pohyblivosti a u nejzávažnějších případů i smrt, většina nemocných o takzvaném tichém zabijákově kostí ve svém těle vůbec netuší, a nemůže se tak nemoci efektivně bránit. Jedním z lékařů, který se v České republice snaží nelichotivou bilanci zvrátit, je i **MUDr. Richard Pikner, Ph.D.**, z Klatovské nemocnice. Ta je jediným mimoplzeňským pracovištěm v kraji, které se zabývá diagnostikou i léčbou zákeřné nemoci.

### Co přesně je osteoporóza a jak se projevuje?

Pacientům postiženým osteoporózou postupně ubývá kostní hmota a minerál, což nazýváme řídnutí kostí. Tím dochází k narušení integrity kosti, její pevnosti a důsledkem je, že se kosti snadněji lámou i při minimální zátěži, třeba při pádu z malé výšky nebo při zvedání lehčího břemene. Zákeřná je v tom, že si ji pacient dost dlouho vůbec nemusí uvědomovat. Sama se nijak neprojevuje a nebolí. Prostě jen začne narůstat počet zlomenin, dochází k omezení hybnosti, soběstačnosti a postupně invaliditě.

### Kdo osteoporózou nejvíce trpí?

Převažuje u seniorů a hlavně u žen. Kolem 60 let věku má osteoporózu asi desetina žen, kolem 80 let už dokonce 40 procent. U mužů jsou čísla nižší, ale rozhodně by neměli nemoc podceňovat.

### Jak lze nemoc odhalit?

Osteoporózu jsme schopni diagnostikovat v osteologické nebo též kostní ambulanci vyšetřením na celotělovém kostním denzitometru, laboratorním vyšetřením a konzultací s pacientem, kde se vyhodnotí rizikové faktory.

### Vyšetření je bezbolestné, relativně dostupné.

### Přesto řada nemocných o této nemoci netuší. Proč?

V České republice se odhaduje, že osteoporóza není odhalena zhruba u 70 procent pacientů, kteří jí trpí. Často právě proto, že nemají žádné potíže, z nichž by to sami byli schopni

zjistit. Bohužel ani prodělaná zlomenina, u níž by odborník řekl, že příčinou může být osteoporóza, nepřivede pacienty k osteologickému vyšetření. Příklad? Jednou z nejzávažnějších indicií osteoporotické zlomeniny je zlomenina krčku stehenní kosti. Přesto do jednoho roku po této zlomenině není v České republice vyšetřeno 95 procent pacientů.

### V Klatovech pracujete na tom, aby se počet vyšetřených zvyšoval. Jaké jsou výsledky?

V Klatovské nemocnici jsme spolu s kolegy z ortopedie zpracovali zpětnou analýzu vyšetření pacientů po prodělané zlomenině krčku stehenní kosti a zjistili, že v minulosti jsme byli jen o málo lepší, než je český průměr. Vyšetření bylo dříve prováděno u desetiny těchto pacientů.

V roce 2018 jsme proto zavedli projekt aktivního vyhledávání a vyšetření těchto pacientů. A za devět měsíců fungování projektu jsme dokázali zvýšit podíl vyšetřených až na 50 procent. Velký dík patří všem kolegům z ortopedického oddělení i osteologického pracoviště.



### Jak se nemoc léčí nebo jaká je prevence jejího vzniku?

Základní prevencí je vybudování dostatečné kostní hmoty v mládí. K tomu je třeba pravidelný pohyb, dostatek vápníku a vitamínu D. A vlastně pohyb, vápník a vitamín D funguje jako základní prevence i léčba také v pokročilém věku.

### Co by měl udělat člověk, který se chce nechat vyšetřit?

Pokud někdo spadá do rizikových skupin, měl by v první řadě konzultovat rizikové faktory či prodělané zlomeniny se svým praktickým lékařem, který pak objedná pacienta do některého z osteologických pracovišť v Plzeňském kraji. Na vyšetření jsou sice určité čekací doby, ale vzhledem k tomu, že osteoporóza je onemocnění, které se vyvíjí roky, tak čekacími lhůtami na preventivní vyšetření nehrozí žádná prodleva. Výjimkou jsou u nás v Klatovech pacienti právě po zlomenině krčku stehenní kosti nebo obratle. Ty se snažíme zařadit na vyšetření prioritně.

Rozhovor a odpovědi pro tištěnou verzi časopisu jsou pokráceny. Plnou verzi nejdete na webu [www.nemocnicepk.cz/srdce](http://www.nemocnicepk.cz/srdce)

# Síla diosminu pro pevné a pružné žíly!

**DIOZEN<sup>®</sup> je lék obsahující mikronizovaný diosmin<sup>1</sup>  
v odpovídající čistotě dle Evropského lékopisu.<sup>2\*</sup>**

## ZKRÁCENÁ INFORMACE O PŘÍPRAVKU DIOZEN 500 MG POTAHOVANÉ TABLETY

**LÉČIVÁ LÁTKA:** Diosminum micronisatum 500 mg v jedné tabletě. **INDIKACE:** Léčba příznaků a projevů chronické žilní insuficience dolních končetin, funkčních nebo organických (pocit těžkých nohou, bolest, edém, noční křeče, trofické změny včetně bérčového vředu). Léčba akutní ataky hemoroidálního onemocnění, základní léčba subjektivních příznaků a funkčních objektivních projevů hemoroidálního onemocnění. **DÁVKOVÁNÍ:** *Venolyfatická insuficience:* Obvyklá dávka: 2 tablety denně podané v jedné dávce nebo ve dvou dílčích dávkách. *Hemoroidální onemocnění:* Doporučená dávka je 2 tablety 3x denně během prvních 4 dní, poté 2 tablety 2x denně během následujících 3 dní. Udržovací dávka je 2 tablety denně podané v jedné dávce nebo ve dvou dílčích dávkách. *Pediatrická populace:* Nejsou dostupné žádné údaje. **Způsob podání:** Tablety se užívají celé během jídla a zapíjejí se tekutinou. **KONTRAINDIKACE:** Hypersenzitivita na léčivou látku nebo na kteroukoli pomocnou látku. **ZVLÁŠTNÍ UPOZORNĚNÍ A OPATŘENÍ PRO POUŽITÍ:** Podávání diosminu u symptomatické léčby akutních hemoroidů nevyklučuje léčbu dalších onemocnění konečníku. Pokud symptomy brzy neodezní, je nutné provést proktologické vyšetření a léčba by měla být přehodnocena. **INTERAKCE:** Nebyly provedeny studie interakcí. Z velkého množství post-marketingových zkušeností nebyly dosud žádné lékové interakce hlášeny. **TĚHOTENSTVÍ A KOJENÍ:** Limitované údaje o použití diosminu u těhotných žen nenaznačují malformační či fetální/neonatalní toxicitu diosminu. Není známo, zda se diosmin vylučuje do mateřského mléka. Zapotřebí pečlivě zvážit nutnost podání u kojící ženy. **ÚČINKY NA SCHOPNOST ŘÍDIT A OBSLUHOVAT STROJE:** Žádný nebo zanedbatelný vliv. **NEŽÁDOUCÍ ÚČINKY:** Časté: průjem, dyspepsie, nauzea, zvracení. **UCHOVÁVÁNÍ:** Žádné zvláštní podmínky uchovávání. **BALENÍ:** 30, 60 nebo 120 potahovaných tablet. **DRŽITEL ROZHODNUTÍ O REGISTRACI:** Zentiva, k. s., U Kabelovny 130, 102 37 Praha 10, Česká republika. **REGISTRAČNÍ ČÍSLO:** 85/426/16-C. **DATUM REVIZE TEXTU:** 15. 5. 2019. Výdej není vázán na lékařský předpis. Přípravek není hrazen z prostředků veřejného zdravotního pojištění. Před použitím přípravku se seznámte s úplnou informací o přípravku, kterou obdržíte na adrese: Zentiva, k. s., U Kabelovny 130, 102 37 Praha 10, Česká republika.

Určeno pro odbornou veřejnost.

**REFERENCE: 1.** SPC přípravku Diosmin, datum revize textu 15. 5. 2019 **2.** Diosmin. In: *European Pharmacopoeia (Ph. Eur.)*. 9th Edition. European Directorate for the Quality of Medicines & HealthCare (EDQM), 2017:2286-2287

**\* Evropský lékopis specifikuje diosmin jako směs flavonoidů a připouští několik nečistot, např. hesperidin je jedna z nich (max. obsah 4 %). V léčivém přípravku DIOZEN<sup>®</sup> je jako léčivá látka uveden pouze diosmin, protože přípravek splňuje požadovanou čistotu dle požadavku Evropského lékopisu.<sup>1,2</sup>**

**ZENTIVA**

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



Nemocnice  
Plzeňského  
kraje

Domažlice | Horažďovice  
Klatovy | Rokycany  
Stod | Svatá Anna



Ať Vás obklopují jen ti,  
**na které se můžete spolehnout.**

**pf 2020**