

MAGAZÍN NEMOCNIC PLZEŇSKÉHO KRAJE

SRDCE



Nemocnice
Plzeňského
kraje

Domažlice | Horažďovice
Klatovy | Rokycany
Stod | Svatá Anna

1/23

MAREK ZTRACENÝ:
UŽ NEMÁM DĚLAT
REKLAMU ŠUMAVĚ

SESTRA SYMPATIE:
ÚSPĚCH V PRESTIŽNÍ
SOUTĚŽI



Bez hemoroidů je svět lehčí. *sedět*

ID560113/2022/12

Léčivý přípravek
DIOZEN® léčí akutní
ataky hemoroidálního
onemocnění.



**VOLNĚ
PRODEJNÝ
LÉK**

Diozen® koupíte v lékárně
bez lékařského předpisu.

Diozen® 60 a 120 tablet je lék k vnitřnímu
užití. Obsahuje diosminum micronisatum.

Čtěte pečlivě příbalovou informaci.





Vážené kolegyně, kolegové, milí čtenáři,

máte před sebou a listujete dalším číslem magazínu Srdce, které završuje pět let od doby, kdy jsme v létě 2018 začali magazín vydávat. Není ale prostor na nostalgii. Nemocnice Plzeňského kraje (NPK) se dále rozvíjí, rozšiřují svoji péči, zdravotnické týmy posilují noví kolegové, a proto i současné vydání je plné především novinek, které se v posledních měsících staly.

Jednou z nich je skutečnost, že v závěru loňského roku odešel z vedení Skupiny NPK na vlastní žádost Mgr. Jaroslav Šíma a na základě výběrového řízení a následného rozhodnutí krajských radních doplnil od ledna managementy nemocnic Ing. Zdeněk Švanda. Z pozice předsedy představenstev Domažlické, Klatovské, Rokycanské a Stodské nemocnice bude primárně řešit ekonomické a provozní záležitosti a bude se mimo jiné podílet na investičním rozvoji a modernizacích nemocnic a jejich vzájemné spolupráci. Členem představenstev zodpovědným za rozvoj zdravotní péče nadále zůstává MUDr. Petr Hubáček, který rovněž působí ve všech čtyřech představenstvech. Přímé řízení jednotlivých nemocnic budou i nadále zajišťovat ředitelé.

I když onemocnění covid zcela nezmizelo, doufáme a očekáváme, že rok 2023 nepřinese žádnou významnější vlnu epidemie, která by způsobila zásadní omezení nebo rozsáhlejší protiepidemiologická opatření. Ještě před rokem na jaře hospitalizovaly naše nemocnice průběžně tři až pět desítek covidových pacientů, prováděly prakticky každý pracovní den antigenní nebo PCR testy a k očkování každý týden docházely stále ještě stovky zájemců. V současnosti hospitalizují krajské nemocnice už pouze nárazově jednotky covidových pacientů, venkovní odběrová místa pro testování už úplně zanikla a testuje se jen v rámci ambulancí nebo na lůžkových odděleních. A také očkování už kvůli minimálnímu zájmu prakticky ustalo. Nemocnice se tak už plně vrátily k předcovidovému režimu.

V tomto magazínu Srdce se tak dočtete například o dvojici zkušených chirurgů, která posílila tým Rokycanské nemocnice, o nově zřízeném urgentním příjmu a připravovaném odběrovém místě pro dárce krve v Domažlické nemocnici, dále o nutriční poradně a šátkování rodiček ve Stodské nemocnici nebo o nejvyužívanějším léčivu nejen v Klatovské nemocnici. Přeji klidné čtení a prožijte krásné jaro.

Bc. Jiří Kokoška

Komunikace a PR Skupiny Nemocnice Plzeňského kraje

4 NAŠI LIDÉ | Traumatolog a nový primář



6 AKTUALITA | Urogynekologie

10 NAŠE PÉČE | Nutriční poradna

12 ROZHOVOR | Marek Ztracený



18 NÁŠ HRDINA | 475 odběrů krve a plazmy

24 NAŠE PÉČE | Canisterapie

26 NAŠI LIDÉ | Sestra Sympatie



MAGAZÍN Nemocnic Plzeňského kraje | 1/23 – jaro 2023 | vydání č. 16 | Vydává Skupina Nemocnice Plzeňského kraje (v zastoupení Klatovské nemocnice, a.s., Plzeňská 292, 339 01 Klatovy, 263 60 527). 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; grafické zpracování: Mgr. Tereza Benediktová. Toto číslo vyšlo 17. března 2023, náklad 5000 kusů. Neprodejné.



Rokycanskou chirurgii posílil zkušený traumatolog a břišní chirurg. A primář má nástupce

Pro regionální nemocnici okresního typu je vždy potěšující, pokud získá do svého týmu kvalitního plně atestovaného lékaře se zkušenostmi z klinických pracovišť, se vztahem k regionu a v perspektivním věku pro další působení. Chirurgickému oddělení Rokycanské nemocnice se podařilo sehnat na přelomu roku takové lékaře dokonce dva. Tým chirurgie posílil traumatolog **MUDr. Václav Mikolášek** a **MUDr. Martin Hajžman**, který se věnuje především chirurgii břišní dutiny a trávicího traktu. Druhý jmenovaný nastoupil navíc s výhledem, že v průběhu roku převezme primariát po MUDr. Richardu Sequensovi, Ph.D.

„Rozhodně neplánuji odejít do důchodu. Medicína mne baví. Pořád je o moji práci zájem a zejména v mé specializaci chirurgie střev a konečníku mám spoustu pacientů z celé země. Nejen pro ně budu v Rokycanské nemocnici i nadále. Ve své práci zde hodlám pokračovat dál. Nicméně uzrála doba, kdy bych měl předat vedení oddělení někomu mladšímu,“ říká primář rokycanské chirurgie Richard Sequens s tím, že Martin Hajžman je pro další rozvoj oddělení ideální volba. *„Má bohaté zkušenosti, jeho práce je precizní, dokáže věcně i empaticky komunikovat s kolegy i pacienty, umí naslouchat i vést tým a v neposlední řadě má i vzhledem ke svému věku elán, aby společně se svými kolegy dál posouval oddělení v souladu s rozvojem medicíny.“*

„Na lékařských pracovištích je toto ideální postup, když velezkušený primář si mezi mladšími a rovněž zkušenými kolegy vybere svého nástupce, kterému předává nejen odborné, ale i manažerské zkušenosti a jednoho dne i samotný primariát. A i poté je svému nástupci plně k dispozici, i když už se věnuje hlavně svým tradičním paci-

entům,“ říká náměstkyně pro lékařskou péči Rokycanské nemocnice MUDr. Hana Perková a doplňuje, že Martin Hajžman má blízko i ke kolorektální chirurgii, v níž je Sequens uznávaným odborníkem. *„Předpokládáme, že v dalších letech se stane jeho nástupcem i v této specializované odbornosti,“* doplňuje náměstkyně.

MUDr. Martin Hajžman

Martin Hajžman pochází z městečka Radnice nedaleko Rokycan, kde i vyrůstal a kam se často vrací za rodiči. Medicínu začal studovat v Hradci Králové, nicméně studium ukončil na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Plzni. Po dokončení studia pracoval ve Fakultní nemocnici v Plzni, nejprve na Urologické klinice a od roku 2008 na Chirurgickém oddělení, zpočátku na standardním oddělení a posledních několik let na jednotce intenzivní péče.

V Rokycanské nemocnici začal působit v loňském roce jako externista. Letos v lednu pak nastoupil na plný úvazek na pozici zástupce primáře chirurgického oddělení. *„Je to pro mě nová zkušenost a určitě velká zodpovědnost, jak vůči pacientům, tak vůči celému týmu zdravotníků. Navíc se tak do jisté míry vracím do míst, odkud pocházím,“* říká lékař, který se věnuje všeobecné chirurgii a z ní především břišní chirurgii a chirurgii zažívacího traktu, kdy se zajímá i přímo o specializaci Richarda Sequense.

MUDr. Václav Mikolášek

Václav Mikolášek pochází z Chrástu. Medicínu vystudoval na Lékařské fakultě v Plzni a poté nastoupil v roce 2006 do Stodské nemocnice na chirurgii. Protože se ale chtěl věnovat traumatologii, změnil specializaci a přestoupil do FN Plzeň, kde působil dalších skoro 15 let. Během stáží, například ve FN Motol, Thomayerově nemocnici, na traumacentru FN Ostrava nebo v Ústavu chirurgie ruky, poznal i jiná klinická pracoviště, aby rozvíjel své zkušenosti. V roce 2015 se stal vedoucím lékařem traumatologicko-ortopedického oddělení v Plzni na Borech, kde se za jeho působení zlepšilo materiálové a přístrojové vybavení operačních sálů, používaly se nejmodernější systémy implantátů, především na končetinovou traumatologii. Rozvíjela se také jednodenní a miniinvazivní chirurgie. Po atestaci absolvoval světově uznávané AO

kurzy zaměřené na traumatologii celé horní a dolní končetiny. Věnuje se i sportovní traumatologii, především artroskopie kolen, s možností plastiky předního zkříženého vazů. Po individuálních konzultacích je možné i ošetření dalších potíží (pakloubů, zánětů a onemocnění šlach, exostóz atd.). Nová traumatologická poradna funguje zatím ve středu od 8 do 11 hodin. Vhodné je předem se objednat.

Do Rokycan přišel, aby mohl své bohaté zkušenosti poskytnout a předat kolegům a zlepšit tak péči o pacienty nejen z Rokycanska. „Je zde možnost rozvíjet i dětskou traumatologii, kdy je nutné zvolit optimální strategii léčení tak, aby funkční výsledek byl co nejvíce fyziologický a průběh léčby co nejlépe tolerován ze strany pacienta. Na minulém pracovišti byly ošetřovány děti až od 15 let, které jsou léčeny téměř jako dospělí. Nyní to беру jako další výzvu.“ svěřil se lékař.



Sestup pánevního dna a potíže měchýře řeší **nová ambulance urogynekologie**

S příchodem nového primáře gynekologicko-porodnického oddělení **MUDr. Dušana Kolaříka, Ph.D.** se v Domažlické nemocnici rozšířila nabídka odborných gynekologických ambulančí. Tradiční ordinace se rozšířily o urogynekologickou ambulanci a centrum onkologické prevence. První jmenovaná se zabývá diagnostikou a sofistikovanou léčbou poruch pánevního dna včetně poruch funkce močového měchýře.

„Máme zde veškeré potřebné vybavení pro přesnou diagnostiku i moderní léčbu celého spektra poruch pánevního dna. Rádi bychom tedy ženám s tímto typem potíží pomohli,“ říká Dušan Kolařík, který má i díky stáží v Německu či Nizozemí v tomto oboru superspecializační atestaci a po dlouholeté praxi ve středočeských nemocnicích sám v oboru školí své kolegy.

PORUCHY FUNKCE MOČOVÉHO MĚCHÝŘE

Urogynekologická ambulance si klade za cíl diagnostikovat a léčit poruchy stavby a funkce pánevního dna. V praxi se tyto poruchy projevují dvěma hlavními způsoby. „Prvním z nich jsou poruchy funkce močového měchýře. Nejčastěji se jedná o potíže s udržením moči, které mohou, ale také nemusí, být provázeny častým močením a urgentním nucením na močení. Pro diagnostiku těchto poruch se užívá kromě klinického vyšetření také ultrazvukové vyšetření a urodynamika,“ popisuje primář domažlické gynekologie.

„Ultrazvuk zobrazuje postavení močové trubice ve vztahu k ostatním orgánům pánevního dna. Urodynamické vyšetření pak pomáhá zejména rozlišit, jestli se potíže dají léčit farmakologicky, nebo jestli je zapotřebí operativní řešení. Obě metody máme v naší nemocnici k dispozici. Můžeme tedy v plné míře objektivizovat potíže pacientky a stanovit možné způsoby řešení,“ dodává lékař s tím, že terapeutický postup začíná u režimo-



vých opatření, jakým je například trénink svalstva pánevního dna nebo i nácvik správného močení, a doplňuje jej medikamentózní léčba. Tato opatření zmírní, nebo dokonce zcela vyléčí, přibližně polovinu případů těchto potíží.

Pokud je ovšem tento postup neúčinný, nebo pokud se již na samém začátku vyšetření prokáže malá pravděpodobnost účinnosti, navrhuje gynekologové operační řešení. Ta už jsou dnes velmi šetrná. „Lze je provádět v režimu jednodenní hospitalizace a není nezbytně nutná ani celková narkóza. Zákrok trvá 15 až 20 minut a lze využít i jen místní znecitlivění. Navíc nedochází k řezu v břiše, takže pro ženy nabízí nejen vysoký komfort, ale i estetické řešení,“ vysvětluje domažlický primář.

SESTUP PÁNEVNÍCH ORGÁNŮ

Druhou nejčastější poruchou pánevního dna je tzv. sestup pánevních orgánů. Ženy trpí tím, že jim z poševního vchodu vystupují zejména při fyzické zátěži pánevní orgány. Znesnadňuje jim to obvyklé každodenní aktivity, přičemž mnohdy je zcela znemožněn pohlavní život a obtížné může být i vyprazdňování.

„I tyto potíže dokážeme velmi detailně vyšetřit a můžeme tak smysluplně navrhnout vhodný operační zákrok, který je prakticky jediným způsobem řešení sestupu pánevních orgánů,“ říká Dušan Kolařík s tím, že v posledních letech dochází k odklonu od plastových implantátů a operatéri se vrací k metodám využívajícím vlastní tkáň pacientky. „Což klade vysoké nároky na kvalitní diagnostiku, posouzení více typů zákroků s výběrem nejvýhodnějšího postupu a samozřejmě na znalosti anatomie a přesnost,“ doplňuje.

Dalšími projevy poruchy pánevního dna jsou i potíže s vyprazdňováním stolice – ať už se jedná o zácpu, nebo naopak mimovolné úniky plynů či stolice. Tyto potíže nespádají do základního spek-



tra gynekologických výkonů, a proto jsou řešeny ve spolupráci s chirurgem specializovaným právě na konečnou část zažívacího traktu, tedy proktologem.

Pokračování na www.nemocnicepk.cz/srdce

KRAJSKÝ PŮLMARATON PLZEŇSKÉHO KRAJE

22. 4. 2023

Areál Škodaland | Plzeň



Nemocnice
Plzeňského
kraje

Domažlice | Horažďovice
Klatovy | Rokycany
Stod | Svatá Anna

PLZEŇSKÝ KRAJ

RŮZNÉ
TRATĚ
PRO VŠECHNY

INFO a REGISTRACE: www.pulmaraton.plzensky-kraj.cz

Zaměstnancům nemocnic hradí startovné Skupina NPK.

Při registraci nutno použít kód (k vyžádání na katerina.tobiasova@nemocnicepk.cz)

Kyslík, jak jej neznáte.

Nejvyužívanější léčivo v nemocnici

Je všude kolem nás. Což je dobře, protože ho potřebujeme k životu. Na druhou stranu nám ale právě proto může připadat všední. Jsou ovšem pacienti, pro které je kyslík doslova lékem. A v nemocnicích je dokonce nejužívanějším léčivem, které je podobně jako voda, elektřina či teplo rozváděno vlastní sítí téměř do všech lůžkových pokojů a zejména na stanice intenzivní péče. Jeho význam pak ještě zesílil v době pandemie covidu. „Během ní vzrostla spotřeba kyslíku v některých obdobích až na desetinásobek obvyklého množství,“ připomíná primářka anesteziologicko-resuscitačního oddělení Klatovské nemocnice **MUDr. Miriam Gredová**.

Ve vzduchu kolem nás je kyslík zastoupen zhruba 21 procenty. Pro zdravého člověka ideální množství, aby mohl dýchat a v plicích oksylovat krev a z ní pak buňky v těle. Pro těžce nemocné toto množství a navíc v atmosférickém tlaku ovšem nepostačuje. Aby nemocný dostal do organismu potřebné množství kyslíku, potřebuje ho někdy dostat do těla v koncentraci od 50 až do 100 procent a v množství od jednotek po desítky litrů za minutu.

„Záleží na závažnosti onemocnění. Při běžné léčbě dostává pacient od jednoho do šesti litrů čistého kyslíku za minutu. Existuje ale i takzvaná high-flow, tedy vysokoprůtoková nosní oxygenoterapie, ve zkratce HFNO, během které se pacientovi dodává za minutu až 60 litrů směsi plynu s podílem 21 až 100 procent kyslíku,“ vysvětluje **Miriam Gredová**.

Zatímco v běžném období se pacientů s touto potřebou objeví třeba právě v Klatovské nemocnici jednotky měsíčně, tak v hlavních vlnách covidové pandemie jich byly desítky. Nejkomplikovanější pacienti s covidovou pneumonií pak leželi na lůžkách intenzivní péče, které jsou vybaveny právě přístroji HFNO. To vše proto, aby se jim dostalo potřebné oksylování tkání.



„A vedle toho samozřejmě fungoval běžný provoz intenzivní péče o necovidové pacienty, kteří rovněž potřebovali kyslíkovou terapii nebo ventilační podporu. A samozřejmě v provozu byly i anesteziologické přístroje k podávání anestezie pro akutní operační výkony,“ dodává anestezioložka. Zatímco tedy v běžném období se medicínský kyslík doplňuje do nemocničních zásobníků jednou za tři až čtyři měsíce, během pandemie to bylo někdy i po jednom až dvou týdnech.

„Primárním zdrojem pro napájení kyslíkem je u nás zásobník o obsahu 20 tisíc litrů. Zde se uchovává kyslík při teplotě minus 193 stupňů Celсія a pod velkým tlakem v kapalném stavu. Toto

množství vystačí zásobovat areál nemocnice při běžné spotřebě asi tři měsíce," potvrzuje vedoucí technického oddělení Klatovské nemocnice Václav Jakl s tím, že při poklesu zásoby pod 20 procent je automaticky generovaná objednávka a zásobník je doplněn cisternami do dvou dnů.

I tak ale existuje náhradní zdroj. Tím je baterie tvořená desítkou 50litrových lahví. Aktivují se, když v hlavním zdroji poklesne tlak pod stanovenou hranici. Také sekundární zdroj je připojen na centrální nemocniční obvod. A celá síť je pak osazena tlakovými čidly, které hlásí jakékoli nežádoucí změny hodnot. „V takovém případě je vyhlášen optický i akustický alarm, na který personál reaguje hlášením přímo na velín, který pak musí problém zjistit a rychle vyřešit," říká primářka, podle níž jsou proto navíc na některých odděleních i přenosné ovšem větší kyslíkové láhve, které slouží jako rezerva. A za čtvrté jsou na odděleních jako mobilní zdroj kyslíku malé dvoulitrové láhve. Používají se při přepravě pacienta po nemocnici.

Kyslíkovou léčbu pacientovi indikuje vždy lékař. „Zavádí se v případě hypoxemie, tedy při snížení obsahu kyslíku v tepenné krvi s cílem zabránit tkáňové hypoxii neboli nedostatku kyslíku ve tkáních těla," popisuje primářka ARO. „Podává se hlavně při léčbě akutního nebo chronického onemocnění průdušek, onemocnění srdce a oběhové soustavy, dále při onemocnění centrální nervové soustavy, u otrav například oxidem uhelnatým, u závažné anémie, šokových stavů, v průběhu kardiopulmonální resuscitace, ale také při operačních výkonech v celkové anestézii a v bezpro-



středním pooperačním obdobím." Kyslík dostávají pacienti ve směsi a navíc zvlhčený a ohřátý na 37 stupňů Celsia. Pouze při zánětu hrtanu se aplikuje studený.

Způsob aplikace kyslíku se liší u pacienta, který má zachovalé spontánní dýchání a u pacienta, který potřebuje dechovou podporu přístrojem. Pod pojmem oxygenoterapie rozumíme aplikaci kyslíku u pacienta dýchajícího spontánně. Mezi nejběžnější způsoby aplikace kyslíku patří třeba nosní brýle pro nízké průtoky do 5 litrů za minutu. Další možnosti jsou jednoduché obličejové masky pro průtok až 10 litrů za minutu nebo obličejové masky s rezervoárem, kde lze užít průtok až 15 litrů. Vyšší průtoky umožňuje pak systém HFNO, kdy se kyslík aplikuje pomocí silikonových nosních brýlí.



Kyslík

- Nachází se ve vzduchu, kde je zastoupen cca 21 procenty (dusík pak 78 %). Je nezbytný k životu. Potřebují jej všechny živé organismy. Využívají jej potápěči nebo horolezci.
- Ve vyšších koncentracích je velice nebezpečný, neboť je vysoce reaktivní hlavně s organickými látkami a je extrémně hořlavý.
- Kvůli hoření se používá v energetice a v průmyslu, kdy spalováním např. ve směsi s acetylénem vznikají extrémně vysoké teploty (až 3200°C).
- A je i nejvyužívanějším léčivem ve zdravotnictví.
- Skladuje se v tekutém stavu při teplotě -193°C.

Nejen zhubnout. Nutriční poradkyně pomáhá i s poruchami příjmu potravy a intolerancemi

Šedesátiletá Eva z jižního Plzeňska nevěděla, jak správně jíst poté, co jí lékař po zánětlivém onemocnění tlustého střeva naordinoval přísnou dietu. Neměla tušení, jak správně sestavit adekvátní jídelníček, který by jí pomohl předcházet dalším komplikacím, který by chutnal, zasytil, a přitom i pomohl snížit hmotnost. Proto se obrátila na nutriční poradnu Stodské nemocnice. „Zhubla jsem pak díky správně nastavené a dodržené dietě 16 kilogramů, což jsem přesně potřebovala. Větší část komplikací odezněla a cítím se výborně,“ hodnotí přínos odborné poradny Eva.



kteří na podzim otevřela právě i nutriční poradnu pro ambulantní pacienty.

V poradně se pravidelně setkává s Barborou Pavlíkovou Honzákovou, DiS., která ve Stodské nemocnici pracuje jako nutriční terapeutka už rok a půl. „Mám pozitivní vztah k dobrému jídlu. Takže se můj koníček stal i zaměstnáním,“ vysvětluje svoji profesi terapeutka, která předtím pracovala na obdobné pozici i v jedné z plzeňských nemocnic.

Ve Stodě se primárně stará o stravu hospitalizovaných pacientů, ale také o stravu personálu. Její práce je přímo navázána na nemocniční kuchyň. Dohlíží na vhodnou skladbu potravin, pestrost stravy a na dietní jídelníčky pro pacienty se specifickými potížemi a z nich vyplývající omezení. Po konzultaci s ní se v nemocnici vaří k obědu zpravidla tři druhy jídel – v dietních variantách je jich ale násobně více. Přípravuje se třeba dieta kašovitá, bílkovinná, diabetická, s omezením tuku, nízkocholesterolová a další.

Některá jídla se v nemocničním jídelníčku po čase opakují. Každý týden ale kuchyň připraví i dvě novinky. Přesto se strávnicki, a nejen ti ve Stodě, vždy nejvíce těší na tradiční české pokrmy, jako je třeba řízek, svíčková nebo kuře. „Strava je pro pacienty velice důležitá. Pokud jsou s jídlem spokojeni, prospívá to i jejich zdraví,“ říká Barbora Honzáková,

Během půl roku se poradna zaplnila a zájemců o radu dál přibývá. Většinu pacientů tvoří ti, kteří mají problém s nadváhou. Ale chodí i pacienti s poruchou příjmu potravy a mezi nimi také děti. Během konzultací získají pacienti základní informace ohledně výživy člověka, dozví se o vhodné skladbě jídelníčku a vyslechnou si rady jak na dietní omezení ať už s ohledem na zdravotní potíže, které vyplývají, ať z nevhodného stravování nebo z různých potravinových intolerancí a alergií, nebo i s ohledem na potíže, které se stravováním nesouvisí, ale přesto je jim třeba stravování přizpůsobit.

Práce má poradkyně dost a dost, protože lidí, kteří mají zažívací problémy přibývá. Důvodem je rostoucí stres, nevhodný životní styl i stravovací návyky a v poslední době též zdražování, kdy se lidé snaží kvalitní potraviny nahradit levnějšími. A přibývá bohužel i dětských klientů. „U nich to souvisí i s obdobím covidové pandemie, kdy byly děti často doma, měly málo pohybu, neměly správný a pravidelný režim včetně stravování, a mnohé pak přibraly na váze,“ popisuje nutriční poradkyně a doporučuje: „Když má někdo problém, nemusí se s ním trápit doma. Měl by se přijít poradit. Určitě najdeme správné řešení.“



Dárci a rodičky budou dostávat **zdarma minerálku**

Minerální vodu Il sano, která pramení na Mariánskolázeňsku, a jako jedna z mála obsahuje takzvané hemové železo, budou od dubna dostávat ve všech krajských nemocnicích dárci krve a rodičky. Právě k rychlému doplnění železa, které ztratí s dárcovstvím krve nebo při porodu, ji bezplatně poskytne její výrobce společnost Chodovar. „Kromě Rokycanské nemocnice, kam dodáváme tuto přírodní železnatou kyselku už přes deset let, budeme nově zavázet i Klatovskou, Domažlickou a Stodskou nemocnici,“ upřesňuje ředitel Chodovaru Ing. Vojtech Plevka.

a na nově otevřeném odběrovém místě v Domažlicích,“ informuje mluvčí krajských nemocnic Bc. Jiří Kokoška. „Bohužel z logistických důvodů, neboť balíky s lahvemi jsou pochopitelně objemné a těžké, nemůžeme minerálky poskytovat i při výjezdových odběrech.“

Historie minerální vody Il sano se píše od roku 1193, kdy pramen v údolí Kosiho potoka objevili a pojmenovali mniši z kláštera v Teplé. Dlouhá století jej využívali a sami šířili povědomí o jeho blahodárném účinku. Průmyslově se začala minerální voda stáčet na přelomu 19. a 20. století.

V porodnicích bude minerální voda k dispozici a volně k odebrání v kuchyňkách, respektive na pultu bufetového stravování, kde si ji budou moci rodičky kdykoli nalít nebo vzít na pokoj. Každá pak dostane jednu 1,5litrovou láhev i domů. Stejně tak dárci krve. „Láhev obdrží společně se svačinou každý dárcce na stálém odběrovém místě, to znamená přímo na transfuzním oddělení v Klatovech

Od ostatních vod se liší právě typem obsaženého železa. Zatímco běžnější je železo v takzvané trojmocné podobě (Fe_3 – železité jonty), jehož využitelnost organismem je kolem pěti procent, tak Il sano (v latinském překladu „Zdraví“), obsahuje železo ve formě železnatých iontů Fe_2 , jehož využitelnost je až pětinasobná. Železo je přitom stěžejním prvkem pro obnovu červených krvinek a tedy krve po odběru nebo porodu.

Il sano®

Vaše cesta ke zdraví!

MENS SANA IN CORPORE SANO



Il sano®
Citron / Pomeranč

Přirozeně syčená minerální voda s osvěžujícími příchutěmi citrón a pomeranč.



Il sano®
Special

Přirozeně syčená minerální voda ochucená sirupem, který vychází z původních originálních receptur.



Il sano®
Happy

Zcela unikátní osvěžující nápoj připravený z minerální vody IL SANO® a Žateckého chmele®.



AQUA MINERALIS
NATURALIS



Fe

Tradiční využití minerální vody vyvěrající v údolí Kosiho potoka k léčebným účelům započal premonstrátský klášter v Teplé založený v roce 1193. Tato přirozeně syčená minerální voda je mezi ostatními minerálními prameny jedinečná svým obsahem dvojmočného železa. Teplští premonstráti jí pro její léčivé účinky dali název Il sano („Zdraví“). Od roku 1968 se stáčení minerální vody věnuje rodinný pivovar v Chodové Plané.

Minerální voda Il sano® je díky nízkému obsahu sodíku vhodná pro všechny, kterým jejich zdraví není lhostejné. Z jejích blahodárných účinků mohou čerpat děti, těhotné ženy, starší lidé, pacienti trpící hypertenzí a díky vysokému obsahu dvojmočného železa zejména pacienti trpící nedostatkem tohoto prvku a onemocněními krve a krevetvorby. Pouhý 1 litr minerální vody pokryje celkovou denní potřebu železa dospělého člověka.

Marek Ztracený:

Chci žít víc přítomností

V současnosti nemá Česká republika větší hvězdu populární hudby, než je rodák ze Železné Rudy **Marek Ztracený**. Držitel dvou posledních Českých slavíků pro nejlepšího zpěváka a píseň roku, a v roce 2021 dokonce absolutní vítěz ankety, je zároveň v posledních letech i hudebníkem s nejvyšší návštěvností koncertů. Není proto divu, že na letošní červen naplánoval vystoupení na jednom z největších stadionů v Česku. Ovšem zároveň s tímto záměrem překvapil mnohé i oznámením, že si pak od koncertování na pár let odpočine. V rozhovoru pro Magazín Srdce vysvětluje i proč je častým návštěvníkem Klatovské nemocnice.

EDEN & BUDOUCNOST

Kdy vznikla myšlenka uspořádat koncert v pražském Edenu a co bylo hlavním motivem?

Myšlenka vznikla v dětství, ale to ještě Eden nestál 😊. Koukal jsem na koncert své oblíbené kapely Queen a říkal si, že bych jednou mohl udělat koncert také na fotbalovém stadionu. V dětských očích osmiletého kluka to vypadalo jako jednoduchá záležitost. Pak následovalo 30 let, kdy jsem měl spíše pocit, že to možná na české scéně ani není reálné. Než přišel moment, bylo to v roce 2020 plus minus minutu před koncem mého vysněného koncertu v O2 areně, a já se rozhodl, že se to prostě stane, že sny jsou od toho, aby se plnily, že prostě půjdeme na velký venkovní stadion.

Dva termíny se vyprodaly za pár hodin, třetí za týden. Věřil jste v takový zájem?

Jsem věčný snílek, ale tohle bylo nad rámec mých představ. Vzhledem k tomu, že v roce 2021 jsme prodali na koncerty 120 000 vstupenek a v roce 2022 dokonce 140 000, ovšem na koncerty po celé republice, tak jsem i doufal, že republika bude ochotna sjet se na jedno místo a bude chtít být u něčeho, doufám, že výjimečného. Publikum je na tom, co dělám, to nejdůležitější a jsou součástí té mé cesty. Jsem rád, že se se mnou v takovém počtu vydají i do Edenu.

Když se vyprodal i třetí termín, je reálné přidat ještě další?



Čtvrtý termín byl skutečně v jednání a vzhledem k tomu, že 100 000 vstupenek zmizelo za týden, tak by se nejspíš vyprodal také, ale pak mi došlo, že nejde o kvantitu, ale o zážitek. Báľ jsem se, že bych mohl být na čtvrtém koncertu už unavený a publikum by nedostalo, co si zaslouží. Takže budou tři termíny.

Platí oznámení, že po koncertech v Edenu si dáte od koncertování přestávku?

Ano, ale přijde mi to na tom všem to nejmíň důležité. Bulvár z toho dokonce udělal konec kariéry a dodnes za mnou chodí lidé na ulici a ptají se, proč končím kariéru a jestli je pravda, že jsem vážně nemocný. To, že nebudu nějakou dobu stát na pódiu, si podle mě skoro nikdo ani nevšimne. Rok dva nebo tři není žádná doba. Pak to zase rozjedu ve velkém a už teď se na to těším. Víte po 1400 koncertech za 14 let bych rád nastoupil cestu radši

málo výjimečných koncertů s příběhem, než plnit kalendář hromadou normálních a obyčejných.

Neznamená to ale, že se během koncertní pauzy vytratíte z veřejného života?

Jasně, že ne. Hudbu miluju. Vážím si svých fanoušků a budu s nimi udržovat kontakt. Mám spousty plánů a jedná se skutečně jen o to, že nebudu hrát veřejné koncerty na které půjde koupit vstupenka. Víte, ročně najedu okolo 70 000 kilometrů, okolo 100 dní v roce spím na hotelu a myslím, že je potřeba dát prostor skládání a hlavně rodině.

Chystáte do koncertu v Edenu nebo přímo pro tento koncert ještě nějakou novou píseň, či dokonce album?

Jednoznačně. Zrovna včera jsem byl ve studiu a strašně mě to bavilo (rozhovor vznikl na přelomu února a března). Mám přichystané album a přijdu ještě s jedním klipem i písněmi.

Co vás v nejbližším období čeká v roli umělce? Samozřejmě příprava na Eden, ale jaké máte další plány a aktivity do toho června?

Vše se točí okolo Edenu a fanoušků. V únoru vznikla myšlenka uspořádat takzvaná zahřívací kola, nebo chcete-li veřejné zkoušky, kde se rozehrajeme, ať do toho Edenu přijdeme v nejlepší kondici. Navíc tím vytvoříme ještě možnost vidět se zblízka před tou naší koncertní pauzou. Měli jsme buď možnost zavřít se do zkušebny, nebo ladit formu s fanoušky. Volíme druhou variantu. V době, kdy vyjde tento rozhovor už budou podrobné informace k zahřívacím kolům na našem webu.

INSPIRACE & TVORBA

Když skládáte píseň, je pro vás snazší napsat text či hudbu, nebo obojí vzniká kontinuálně?

Skládám obojí dohromady, ale text bývá náročnější, a s každou další úspěšnou písní to je těžší a těžší, ale pořád mě to baví. Vlastně víc než kdy jindy. Je to zábavný proces, kdy se musíte tak trochu na chvíli zbavit sám sebe a hrát si s muzikou, emocemi, náladou. Musíte mít velkou fantazii a mít co říct. Nejhorší je tlačit to, jak se říká přes koleno, a úplně nejhorší, když by vám do toho měl někdo mluvit. Nedej bože někdo, kdo nikdy nic nesložil. Třeba kritici 😊😊😊.

V jakém prostředí nejraději tvoříte?

Potřebuji být hlavně sám a mít čas. Protože píseň nevzniká tak, že si řeknete „tak teď mám hodinku volno a něco složím“. Inspirace si chodí sama, jak chce, a je potřeba to u piana s tou tužkou odseďt. Skládám kdekoli, ale nejvíc písniček vzniklo u Rudy na čistírně odpadních vod, kde táta pracoval. Nebyla to tam žádná romantika, ale byl to areál, kde

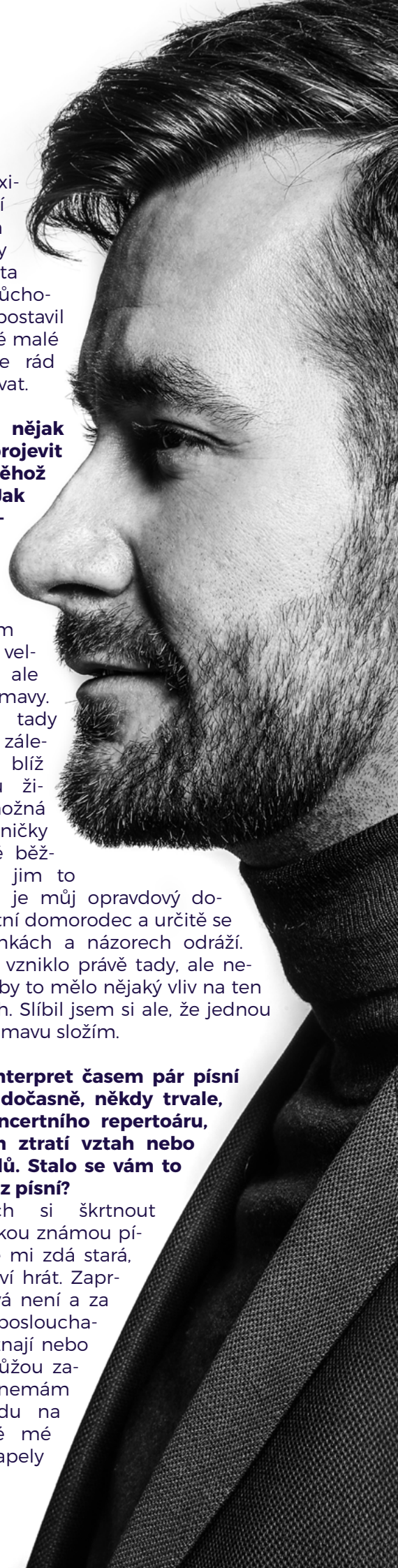
jsem měl maximum soukromí a po nocích tam hrál na bubny a skládal si. Táta šel ale teď do důchodu, tak jsem si postavil u baráku takové malé studio, kam se rád chodím schovávat.

Může se nějak v tvorbě projevit i prostředí, z něhož pocházíte? Jak se ve vaší tvorbě projevuje vliv Šumavy?

Vlastně možná trochu jo. Víte, nejsem žádný boss z velkého města, ale kluk ze Šumavy. Vyrůstat právě tady je specifická záležitost. Mám blíž k normálnímu životu, a tak možná skládám písničky o tom, co lidé běžně zažívají. Je jim to blízké. Šumava je můj opravdový domov. Jsem místní domorodec a určitě se v mých myšlenkách a názorech odráží. Nejvíc písniček vzniklo právě tady, ale nemám pocit, že by to mělo nějaký vliv na ten konkrétní obsah. Slíbil jsem si ale, že jednou písničku pro Šumavu složím.

Skoro každý interpret časem pár písní vyradí, někdy dočasně, někdy trvale, z běžného koncertního repertoáru, protože k nim ztratí vztah nebo z jiných důvodů. Stalo se vám to také u některé z písní?

Nedovolil bych si škrtnout z playlistu nějakou známou píseň, protože se mi zdá stará, nebo mě nebaví hrát. Zpravidla žádná taková není a za druhé lidé rádi poslouchají písně, které znají nebo u kterých si můžou zapívat. Sám nemám rád, když přijdu na koncert nějaké mé oblíbené kapely



a oni nezahrají svůj největší hit nebo ho zahrají třeba v reggae úpravě.

Máte nějaký koncert nebo vystoupení, na který nejraději vzpomínáte a proč?

Často a rád vzpomínám na své začátky. Na úplně první koncert, kdy jsem jel s cukajícím autem, které vypadalo, že se rozpadne, natlačený na boční sklo, protože jsem měl vzadu naložené piano. Skoro nešlo řídit, protože to byl třídvěřák. Mám tisíc a jednu historku, které by lidé snad ani nevěřili. Pak rád vzpomínám na ty milníky. První halový koncert ve Forum Karlín, kam přišel jako překvapení Karel Gott, pak moje první O2 arena, kam zase přišla jako host Hanka Zagorová, a pak náš speciální koncert Tour de Léto, kde jsme kromě hraní strávili s fanoušky celý den a vařili s nimi, hráli na přání, tančili a přivezli zajímavé hosty.

A naopak zažil jste nějakou akci, na kterou byste nejraději zapomněl?

Až tak rád nevzpomínám na koncert v pardubické hale, protože jsem tenkrát spadl u druhé písničky z pódia a měl otřes mozku. I když podle kapely to prý byl nakonec dobrý koncert. Tak vlastně na něj nevzpomínám nerad, já si ho vlastně spíše nepamatuju 😊.

ŽIVOT & ŠUMAVA

Pocházíte ze Šumavy. Jak se z kluka z hor stane umělec? Jaký byl motiv a od kdy jste tak nějak

dospěl k závěru, že hudba je to pravé, co chcete dělat?

To bylo prostě dané. Nepamatuju si, že bych měl někdy nějaké jiné plány, než být muzikant a hrát koncerty pro hodně lidí. Byl jsem o tom přesvědčený a strašně se na to těšil. Vlastně jsem si pořád stěžoval, že už chci být starší, abych mohl vyrazit do světa. Samozřejmě to byly dost naivní představy, protože cesta to byla dlouhá a klikatá. Ale krásná. Myslím, že na tom mají velký podíl rodiče, kteří mě podporovali, i když to se mnou jednu dobu nevypadalo moc nadějně. Vždy za mnou stáli. Vytvořili mi takové zdravé sebevědomí, že dokážu vše, co si budu přát, když budu tvrdě makat. A měli pravdu. Snažím se jim to teď co nejvíce vrátet. Jsou to skvělí lidé.

Máte v okolí Železné Rudy nějaké místo, které není až tak turisticky profláklé, ale Vy osobně ho máte rád a chodíte tam?

Přesně jste to odhadl. Mám dvě naprosto zásadní a nádherná místa, která považuju za nejkrásnější na Šumavě, možná na světě. Ale pokud se nebudete zlobit, tak si je nechám pro sebe, protože Šumava je poslední dobou už tak dost turistická. Ale i když člověk nezná každé zákoutí, tak si něco najde. Rád chodím na palačinku na Pancíř. Mám rád ty výhledy. Mám rád procházky na Můstek nebo po solné stezce. Rád chodím do cukrárny Charlota, lyžovat na Špičák, odkud rád sleduji Alpy, když je jasno. Místní mi před lety děkovali, že jsem pomáhal dělat reklamu Železné Rudě



a Šumavě. Ted' mě spíš prosí, ať to nedělám, že je tu přelidněno.

Kdybyste nebyl hudebníkem a zpěvákem, čím byste se živil nebo se realizoval?

Můj největší koníček je lyžování. Strávil jsem na svahu velkou část svého života. Na Šumavě se za mého dětství nic jiného ani dělat nedalo. Možná, že nebýt hudby, šel bych tímto směrem. A také mě dřív docela bavila auta. Rád jsme se v nich vrtal, ale na těch dnešních už si pomalu nevyměníte sám ani žárovku.

Už se u syna Marka projevují nějaké tátovy hudební geny nebo spíše ty sportovní?

Je to talentovaný kluk. Je úžasné sledovat, jak chce poznávat nové věci a vše zkoušet. Hrál pár let na piano, pak na bubny, hrál sedm let hokej, ted' jezdí na kole trial, lyžuje a letos objevil snowboard. Jeho chuť do života je inspirativní. Ted' má ale velký sen, být pilotem. Hodně povídá, to má po mamince 😊, a 90 procent z toho, co říká, je ted' o letadlech.

Asi není tajemstvím, že jste právě s Markem častými pacienty, mimo jiné i Klatovské nemocnice.

Jsme v nemocnici poměrně často s různými zlomeninami a malý už tam chodí jako na návštěvu ke starým známým. Naposledy jsem sice musel do nemocnice já, ale otázku "kde máte malého, nějak podezřele dlouho tu nebyl" jsem dostal asi pětkrát. Mají ho tam tak nějak jako inventář a rádi a my zase je. Vždy nám ho dají dohromady, aby mohl zase vyrazit objevovat svět a za pár měsíců se vrátit 😊. Jinak s Klatovskou nemocnicí mám jen dobré zkušenosti, chovají se k nám oběma bezvadně. Někdy tam mívám i nečekané menší autogramiády. A trochu vážněji: Člověk samozřejmě nemocnici navštěvovat nechce, ale když už musí, tak je skvělé mít důvěru, když je vám nejhůř. Lékaře a zdravotníky obdivuju.

Máte nějaký nehudební sen nebo plány, které byste jednou chtěl uskutečnit?

Mám několik dalších hudebních i životních snů, které bych si rád splnil, a mám je do posledního kousku již vymyšlené a připravené. Všechno má ale svůj čas. Chtěl bych cestovat. Poznávat svět a stále se posouvat jako člověk. Nedávno jsem si sedl a uvědomil si, že mám ohromné štěstí, že se mi tak daří si plnit ten klukovský sen, ale že to je tak náročné, že jsem si ani nevšiml, že je mi už 38. Zařekl jsem se, že si budu užívat každý jeden den. Nikdy nevíte, co bude zítra. Budu utrácet za zážitky, chodit na pěkná místa, bavit se s pozitivními lidmi, budu si užívat mojí skvělé rodiny a nebudu se trápit hovadinami. Mám pocit, že všichni řeší, co jednou možná bude, a neřeší to, co je právě teď. Chci žít víc přítomností.



Marek Ztracený

- Pochází a dodnes žije na Železné Rudě.
- Jeho rodné jméno je Miroslav Slodičák, které si ale z marketingových i praktických důvodů nechal i se souhlasem rodičů změnit.
- Hudba ho obklopovala od mala. Táta hrál v kapele po menších sálech a Mirek s ním občas hrál na kytaru.
- Od mala byl přesvědčený, že bude hudebník, a šel proto studovat konzervatoř Jaroslava Ježka v Praze.
- V roce 2008 se proslavil hitem Ztrácíš a získal svého prvního českého slavíka v kategorii objev roku.
- Následovaly úspěšné koncerty i alba, ale také divočejší období ala „rockstar“.
- Hvězda Marka Ztraceného začala strmě stoupat po roce 2015 s alby Pády a Vlastní svět (2018) a pak explodovala v roce 2020 s deskou Planeta jménem stres.
- Spolupracoval mimo jiné i s Karlem Gottem nebo Hanou Zagorovou a dalšími interprety.
- V roce 2020 vyprodal 2x O2 arénu, kde požádal o ruku svoji dlouholetou partnerku Marcelu Skřivánkovou, s níž mají syna Marka.
- V roce 2021 se stal absolutním vítězem ankety Český slavík a úspěch zopakoval o rok později, byť „jen“ v kategoriích zpěvák a píseň roku.
- Loni oznámil, že v červnu 2023 uspořádá svůj největší koncert v pražském Edenu a po něm si udělá na pár let pauzu od veřejného koncertování. V Edenu nakonec vyprodal tři koncerty pro téměř 100 tisíc lidí. Svůj záměr věnovat se více své rodině trvá.



V Domažlicích zrychlí ošetření ambulantních pacientů. **Akutní stavy vyšetří urgentní příjem**

Pacienty přicházející do Domažlické nemocnice s akutními potížemi čeká od ledna nový režim příjmu. Místo do odborných ambulancí zamíří napřed do ambulance urgentního příjmu k takzvané triáži. Dle typu potíží jsou pak předáni do konkrétní ambulance a dle závažnosti jsou buď upřednostněni, nebo naopak upozaděni oproti dalším čekajícím pacientům. Průměrná doba čekání se tímto zkrátí. Platí to i pro ošetření v rámci lékařské pohotovosti. Urgentní příjem je totiž k dispozici nonstop včetně nočních hodin a víkendů.

„Každý pacient v akutním stavu s potížemi chirurgického nebo interního charakteru by měl nově zamířit k triáži urgentního příjmu, který je přímo ve vestibulu vlevo za hlavním vstupem do nemocnice,“ popisuje ředitel nemocnice **MUDr. Petr Hubáček**. „Zde odebere zdravotník od klienta anamnézu. Vyptá se na potíže a změří životní funkce, například tlak, puls, saturaci, tělesnou teplotu nebo dle potřeby i glykémii nebo provede antigenní test, vytvoří triážní zprávu a předá pacienta do příslušné odborné ambulance. Pokud je stav závažný, jde okamžitě na řadu. Pokud není,

KAM SE ZDRAVOTNÍMI POTÍŽEMI?

KDY VYUŽÍT URGENT?



PRAKTICKÝ LÉKAŘ

- > běžné zdravotní potíže, neakutní
- > potíže, jež se opakují či trvají delší dobu

Běžné zdravotní potíže (nevolnosti, bolesti, drobná poranění), které nejsou akutní nebo přetrvávají/opakují se, řešte primárně s vlastním praktickým lékařem (PL pro dospělé, PL pro děti a dorost). Urgentní příjem, ani odborné nemocniční ambulance nemohou suplovat základní zdravotní péči praktiků.



ZÁCHRANNÁ SLUŽBA

- > akutní potíže s rizikem selhání životních funkcí
- > nesnesitelná bolest, vážný úraz, popálenina, otrava apod.

Zdravotnickou záchrannou službu volejte jen v případě závažných zdravotních komplikací, které nesou odklad, ani vlastní transport do zdravotnického zařízení.



URGENTNÍ PŘÍJEM

- > náhlá změna zdravotního stavu
- > jiné komplikace | pacienti

V triage centru je během krátké doby závažnost potíží určena prioritou a pacienta. Tam jsou pacienti vyšetřeni/ošetřeni a nemohou být zařazeni do pořadí.

DĚTSKÁ AMBULANCE

- > náhlá změna zdravotního stavu a komplikace mimo úraz

GYNEKOLOGIE

- > pacientky gyn. ambulance
- > gynekologické potíže | ne

OBJEDNÁVKY, KONTROLY

- > konkrétní předem sjednané
- > kontroly, převazy, objednávání



jsou upřednostněni pacienti v těžších stavech. Triáž takto rozděluje pacienty dle závažnosti do pěti skupin,“ doplňuje ředitel.

Urgentním příjmem prochází nově všichni pacienti s akutními potížemi, kteří přijdou nebo přijedou do nemocnice sami nebo je přiveze sanitka, ale nejsou ohroženi životní funkcí. Přiváží-li pacienta záchranka, míří přímo na emergency, tedy akutní příjem ARO.

Triáž urgentního příjmu není určena pacientům, kteří nejsou v akutním stavu a přicházejí buď na kontroly, nebo jsou k vyšetření nebo ošetření předem objednáni. A netýká se ani pacientů, kteří jdou do ordinace praktického lékaře, u něhož jsou registrováni. A zatím se urgentní příjem týká jen dospělých pacientů a patientek mimo gynekologické potíže. Pro dětské neúrazové pacienty a gynekologické pacientky začne urgentní příjem fungovat později.

Přínosem triáže je urychlení primárního vyšetření, které se uskuteční v řádech minut od příchodu do nemocnice, a zařazení pacienta dle priority (pět stupňů) k dalšímu odbornému vyšetření. „V čekárnách běžných ambulancí není vždy možné stanovit ideální pořadí pacientů dle priorit,“ doplňuje ředitel nemocnice. V nočních hodinách nebo o víkendech pak může zdravotník urgentního příjmu v případě potřeby rychle zavolat odborného lékaře, který je v dané chvíli například na lůžkovém oddělení. Urychlí se tak ošetření v rámci pohotovostní služby. Velkým benefitem je, že prakticky ihned po příchodu do nemocnice je každý pacient registrován a základně vyšetřen v triážním centru.

Ambulance urgentního příjmu je ve vestibulu nemocnice vlevo za hlavním vchodem. Oznámení příchodu pacienta probíhá zatím přes okénko a následně je pozván do ambulance k triáži. V dalších měsících bude příjmová ambulance rozšířena a zcela oddělena. Triáž bude nemocnice rozvíjet i organizačně. V tuto chvíli proto hledá pro toto pracoviště další zdravotníky – sestru, záchranáře a sanitáře.

TRIAGE

akutní stavu, akutní potíže | náhlé bolesti, úraz, zranění od 19 let, úrazy vč. dětí



by provedeno tzv. třídění, kdy je každému pacientovi dle typu ošetření, a následně je odeslán na odborné pracoviště. ení v pořadí dle priorit. Pacienti, kteří neprojdou tříděním, dle priorit.

E

akutní stavu, akutní potíže | náhlé bolesti z | pacienti do 18 let



ance a těhotenské poradny | akutní eakutní vyšetření/ošetření gyn. potíží



TRIOLY

nané vyšetření či ošetření naní pacienti



500 odběrů sice nepřekonal, i tak je ale **Václav Pikeš** rekordmanem

Letos v březnu uplyne 30 let, kdy začal na transfuzním oddělení Klatovské nemocnice darovat krev a plazmu **Václav Pikeš** ze Sušice. Ještě před několika měsíci věřil, že příští rok dosáhne na magickou hranici 500 odběrů. Kvůli zdravotním komplikacím musel ale v prosinci s dárcovstvím skončit. I tak ale dosáhl úžasného čísla 475 bezpříspěvkových odběrů a bude zřejmě ještě dlouho rekordmanem mezi klatovskými dárči. V jeho šlépějích už 15 let pokračuje i syn Martin. U příležitosti jeho návštěvy proto transfuzní pracoviště Václavu Pikešovi za jeho „dar života“ poděkovalo.

Pětistovka byla už blízko. Mrzí vás to, že se to nepovedlo?

Když jsem před pěti roky dosáhl na hranici 400 odběrů a novináři se mi ptali na pětistovku, říkal jsem, že kvůli číslu to nedělám. Krev i plazmu jsem dával vždycky jen proto, že jsem chtěl pomáhat lidem, kteří byli nemocní nebo zranění nebo je čekala operace a potřebovali transfuzi. To platilo při mém prvním i posledním odběru.

Když jsem se ale v listopadu dozvěděl, že mám sám určité zdravotní problémy, kvůli kterým už nebudu moci chodit darovat, tak mi trochu zamrzelo i to číslo. Bude mi 64 let, a když je člověk zdravý, může darovat až do 65 let. Chyběl mi rok a něco. Dalo se to stihnout. Bylo by to samozřejmě hezké a nechybělo moc. Ale to se nedá nic dělat. Kulaté už to prostě nebude.

I tak jsem ale mnohem víc spokojený, že mi zdraví dovolilo absolvovat 475 odběrů, než abych byl mrzutý, že jsem nestihl těch 25.

Máte spočteno, kolik krve a plazmy jste odevzdal na transfuzním oddělení potažmo pacientům, kteří vaši krev přijali?

Nejenže mám průkazku dárce, ale od března 1993, kdy jsem byl darovat poprvé, si vedu i vlastní kalendář odběrů. Je v něm zaznamenáno 69 odběrů



krve a 406 odběrů plazmy. Přepočteno na objem je to zhruba 31,5 litru krve a 290 litrů plazmy.

Jaký to byl pocit sedět v odběrovém křesle tehdy v 90. letech a v těch posledních měsících?

Hodně se toho změnilo. Dřív byla transfuzka v jiné budově. I technika a vybavení je úplně jiné. Dříve trval odběr plazmy déle, bralo se jí míň a cítil jsem, jak mne to vysává. Teď je to rychlejší, příjemnější, člověk to skoro nevnímá, i když se jí odebírá více. Co se nezměnilo, je ten pocit, že dělám něco pro dobrou věc. To mi vždycky těšilo. A taky se u mě nezměnilo, že nemám rád pohled na krev nebo jak mi píchají do ruky. Na to jsem se nikdy nemohl dívat. Ne, že bych omdlel, ale vidět krev mi nikdy nedělalo dobře.

Na odběry jste chodil jednou až dvakrát do měsíce, což kombinace dárcovství plazmy a krve umožňuje. Ten poslední jste absolvoval 30. listopadu. Chybí vám to už?

Byla to součást mého života. Většina lidí má nějaké činnosti, které dělá pravidelně, a já měl mimo jiné

to dárcovství. Takže ano, chybí mi. A chybí mi i ta přátelská atmosféra, která tu byla. S odběrovými sestrami i paní doktorkou jsme se roky potkávali, už jsme se znali. Když nebyl příliš velký frmol, vtipkovali jsme a bavili se spolu o různých věcech. Ale to můžeme i teď. Darovat chodí i můj syn, tak někdy jedu s ním.

Přesvědčoval jste syna, aby se stal dárce jako vy?

Vůbec ne. Samozřejmě věděl, že chodím darovat krev, ale nemusel jsem ho k ničemu přesvědčovat. Rozhodl se sám. Řekl bych, že svým postojem má k tomu dokonce blíž než já. Pracuje v oblasti sociální péče, takže pomáhat ostatním má v sobě tak nějak zakořeněné. Vlastně začal s dárcovstvím dříve než já. První odběr absolvoval ve 21 letech. Já začal až po třicítce.

Ví vaše okolí, že jste tak pilným dárce? A jak na to hledí?

Plno známých to ví. Myslím, že to vnímají pozitivně. Možná jsem i pár lidí inspiroval. Víím, že třeba starosta Sušice, když mi kdysi dávno předával ocenění, tak řekl, že by měl také začít darovat. A pak začal. Nebo když jsem byl v televizi kvůli 400. odběru, tak jsem pak zaslechl, že na základě té repor-



táže se pár lidí rozhodlo darovat. Tak snad jim to vydrželo. Jinak si ale myslím, že ve společnosti se to přehlíží. Není to úplně doceněno. Třeba dřív si firmy zakládaly na tom, že jejich zaměstnanci chodí darovat krev. Dělal jim to dobré jméno. Dnes to myslím moc nedělají a kolikrát ani toho dárce nechtějí uvolnit. I tak ale existují pro dárce různá zvýhodnění, například sleva na dani z příjmů, bonusy zdravotní pojišťovny a podobně. Hlavní je ale ten pocit, že pomáháte.

Darujte krev blízko svého bydliště Výjezdové odběry jaro 2023

- 21. 3. – Nalžovské Hory (ZŠ Šafránková)
- 4. 4. – Horažďovice (ZŠ Komenského)
- 11. 4. – Horšovský Týn (Městské kulturní středisko)
- 18. 4. – Sušice (Penzion Pod Svatoborem)
- 25. 4. – Domažlice (SZŠ – Chodské náměstí)
- 9. 5. – Sušice (Penzion Pod Svatoborem)
- 16. 5. – Bělá nad Radbuzou (ZŠ Pavlovická ul.)
- 23. 5. – Domažlice (SZŠ – Chodské náměstí)
- 6. 6. – Klenčí pod Čerchovem (ZŠ Masarykova) atd.

**Odběry se provádějí od 14:00 do 16:30,
prvodárci do 15:30.**

Více: www.klatovy.nemocnicepk.cz/krev/





Výměna další ze starších sanitek za pohodlnější, tišší a ekologičtější

Domažlická nemocnice pokračuje v obnově vozového parku dopravní zdravotnické služby, tedy sanitek určených k přepravě pacientů, kteří nemají možnost dostat se sami z domova na lékařská vyšetření, nebo i k jejich přepravě mezi zdravotnickými zařízeními. Novým přírůstkem je Volkswagen Crafter se zdravotnickou vestavbou. Nahradí vůz, který měl najeto už víc než 300 tisíc kilometrů a neposkytoval pacientům dostatečný komfort. Bezpečí na cestách popřál autu tradičně i nemocniční kaplan Wojciech Pelowski.

„Snažíme se dál zlepšovat služby pro všechny pacienty, včetně těch, kteří jsou buď imobilní nebo nemají nikoho blízkého, kdo by je mohl dovézt na vyšetření k lékaři a zpět. Postupně proto nahrazujeme sanitory s velkým nájezdem, které už nejsou tak pohodlné, jsou uvnitř hlučné, prodražuje se jejich servis a zároveň i spotřeba,“ říká vedoucí řídicí dopravní služby Miloslav Kunderát s tím, že letos nemocnice pořídí celkem pět sanitek. „Tím úplně obnovíme už všechny staré vozy, které jsme převzali v roce 2019 od předešlého provozovatele zdravotnické dopravy,“ doplňuje.



Lékárna Domažlické nemocnice má nově otevřeno také o nedělích

Lékárna Domažlické nemocnice rozšířila od ledna provoz. Nově má otevřeno také o nedělích a státních svátcích. Rozšíření provozní doby souvisí s uzavřením lékárny v obchodním domě Kaufland, která do loňska zajišťovala o víkendech na Domažlicku lékárenskou pohotovost. Nově ji nabízí právě v neděli a o svátcích vždy od 8 do 14 hodin nemocniční lékárna. Vyzvednout bude možné jak léky na předpis, tak i volně prodejné lékárenský sortiment. Nepřetržitou lékárenskou pohotovost (24/7), tzn. včetně nočního provozu, má v Plzeňském kraji pouze Lékárna Devětsil v rámci Polikliniky Slovany v Plzni na Francouzské třídě.

Provozní doba Lékárny Domažlické nemocnice

- Pondělí až Pátek
7:15–12:00 a 12:30–15:30
- Neděle a Svátky
8:00–14:00





LÉKÁRNA

Domažlice | Klatovy
Rokycany | Stod

NAŠE NABÍDKA

BŘEZEN 2023

Akční ceny platí od 1. 3. do 31. 3. nebo do vyprodání zásob

MAGNE B6® FORTE

MINERÁL

50 potahovaných tablet
1 tbl. = 4,14 Kč



- osvědčená kombinace hořčíku a vitamínu B6
- efektivní doplnění hořčíku na podporu psychiky, nervů a energie

V nabídce také Magne B6® Forte Active, 20 sáčků, cena 147 Kč; Magne B6® Forte Plus, 30 sáčků, cena 249 Kč.

Doplněk stravy.*

výhodná cena

207,-

Olfen Neo Forte

TOPICKÁ
BOLEST

20 mg/g, gel 150 g



- Olfen Neo Forte ulevuje od intenzivní, náhle vzniklé bolesti zad, svalů a kloubů.

V nabídce také Olfen Neo Forte, 20 mg/g, gel 100 g, cena 249 Kč.

Olfen Neo Forte je léčivý přípravek k zevnímu použití. Obsahuje účinnou látku diclofenacum diethylaminum.*

výhodná cena

339,-

Walmark Omega-3 FORTE

SRDCE, MOZEK,
ZRAK

rybí olej 1000 mg
120+60 tobolek
1 tob. = 2,16 Kč



- vysoká dávka omega-3 prémiové kvality pro zdravé srdce, mozek a zrak
- s vitamínem E, který chrání před oxidativním stresem

Doplněk stravy. EPA a DHA přispívají k normální funkci srdce. DHA přispívá k normální funkci mozku a zraku. Příznivého účinku je dosaženo při denním příjmu 250 mg EPA a DHA a 250 mg DHA.*

výhodná cena

389,-

Pangrol® 20 000 IU

ZAŽÍVÁNÍ

50 enterosolventních tablet



Těžký žaludek a problémy s trávením po jídle?

Pangrol® pro lepší trávení – obsahuje směs enzymů, které podporují trávení a vstřebávání potravy při problémech s enzymy slinivky břišní.

V nabídce také Pangrol® 20 000 IU, 20 enterosolventních tablet, cena 144 Kč.

Volně prodejný lék Pangrol® 20 000 IU obsahuje práškový pankreatin. K vnitřnímu užití.*

výhodná cena

244,-



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 pestrá strava 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, zaokrouhlená na celé Kč, případně cena vyplývající z informací a sdělení výrobce/dovozce. Za takovéto sdělení neneseme zodpovědnost.

Stodská porodnice nabízí těhotným i rodičkám úlevové šátkování neboli rebozo

Těhotné ženy, které navštěvují gynekologickou ambulanci nebo plánují porod ve stodské porodnici, mohou využít novou službu, která je připraví pro snazší průběh porodu. Jedná se o takzvané rebozo, nebo též šátkování. Těhotným ženám pomůže tato technika zpevnit pánev a správně polohovat plod. Rodičkám před samotným porodem pak zmírnit bolesti a rovněž podpořit porod správným polohováním břicha.

„Jedná se o tradiční mexickou techniku, jejíž název se odvíjí od názvu šátku rebozo. Ten má u mexických žen historicky široké využití. Mimo jiné i v případě těhotenství. Technika šátkování ale není žádnou mimořádnou novinkou ani v Čechách. Podvazování těhotenského břicha znaly a nezdědka využívaly už naše babičky a prababičky,“ vysvětluje porodní asistentka **Bc. Denisa Kučerová** s tím, že šátek lze používat buď právě jako úvaz, nebo ke speciálním masáží.

V těhotenství se šátek používá ideálně mezi druhým a třetím trimestrem, kdy začíná břicho nejvíce nabývat na objemu. Masírování a cvičení se šátkem uvolňuje nadměrně zatížené svaly, a tedy i napětí. Úvaz pak pomáhá břicho polohovat do potřebné polohy, čímž se rovněž odstraňuje bolest zad, vazů pod břichem, beder nebo třísel. A správnou polohou břicha se navíc posiluje pánev a usnadňuje orientace plodu do správné polohy.

„Předporodní péče spočívá v tom, nabídnout těhotným ženám masáž, provést jim vhodný úvaz a naučit je, jak mohou s šátkem samy pracovat a jak si hoázat. Popřípadě je možné domluvit opakovanou setkání,“ popisuje porodní asistentka, která ve Stodě s metodou rebozo začínala jako první a postupně zaškolila i další kolegyně. Díky tomu je metoda nově dostupná všem rodičkám.



Kdy se rebozo využívá?

BĚHEM TĚHOTENSTVÍ

- Uvolňuje napětí svalů a odstraňuje bolesti v oblasti beder, třísel, zad i pod břichem
- Napomáhá správně polohovat břicho i plod
- Posiluje pánevní dno

PŘED PORODEM

- Zmírňuje bolesti
- Uvolňuje pánev
- Usnadňuje průchod novorozence
- Lze upravit polohu dítěte při nepostupujícím porodu

Těsně před porodem je rovněž možné provést masáž k uvolnění těla i úvaz šátku, což společně podpoří porod a jeho hladký průběh. Zmírní se bolesti, uvolní se pánev a poloha břicha umožní snazší průchod novorozence na svět. „Díky této technice je také možné upravit polohu dítěte při nepostupujícím porodu,“ doplňuje Denisa Kučerová. A rebozo lze používat i po porodu například zavazováním dělohy a kyčlí.

Metoda šátkování zažívá v posledních letech právě propojením s mexickým šátkem a praktikami rebozo renesanci. Nabízí ji soukromé porodní asistentky a postupně i samotné porodnice. Denisa Kučerová absolvovala speciální certifikovaný kurz loni. „Od té doby využily její služby už desítky těhotných. Většina péči ocenila, proto ji zařazujeme jako standardní nabídku porodnice Stodské nemocnice,“ říká primář gynekologicko-porodnického oddělení **MUDr. Michal Junk**.



Přijďte na **Setkání těhotných žen a týmu porodnice**

Vše, co vás zajímá o těhotenství, porodu, prvních dnech novorozence i samotné porodnici, se dozvíte při pravidelných neformálních setkáních se zástupci porodnic v Domažlicích, Stodu a Klatovech.

Porodnice Domažlická nemocnice

16. března | 20. dubna | 18. května | vždy v 16:00

www.domazlice.nemocnicepk.cz/setkani

379 710 116

Porodnice Klatovská nemocnice

5. dubna | 3. května | 7. června | vždy ve 13:30

www.klatovy.nemocnicepk.cz/setkani

376 335 504

Porodnice Stodská nemocnice

12. dubna | 24. května | vždy v 16:00

www.stod.nemocnicepk.cz/setkani

603 553 771



S léčbou v Rokycanech pomáhají retrívři Charlie a Jack

Charlie a Jack – to jsou jména dvou terapeutů, kteří od podzimu pomáhají v Rokycanské nemocnici. Jedná se o dva zlaté retrívry, kteří se podílí na léčbě zdejších pacientů na oddělení následné péče. Do nemocnice chodí jednou za dva týdny, obchází oddělení a předávají svou energii pacientům, kteří tu leží třeba i týdny či dokonce měsíce. Doprovází je fyzioterapeut nebo rehabilitační sestra, kteří znají diagnózy pacientů. „Pacienti vědí, že přijdeme, těší se na nás. Každá návštěva u postele pacientů je individuální. Závisí na onemocnění a aktuálním stavu pacienta,“ popisuje psí terapeutka **Olga Tomášů**.

Říká se tomu canisterapie, tedy podpůrná terapie pomocí psů, která se využívá pro zlepšení psychického i fyzického stavu člověka. Pomůže například pacientům s rozvojem citových schopností a také s rozvojem pohybových schopností a jemné motoriky. Pomocí hlazení, mazlení se se psem a komunikace s ním se mohou pacienti zbavit některých obtíží. A kontakt se psem zpravidla napomůže i k ochotnějšímu přístupu k běžné rehabilitaci. A nemusí se jednat jen o psy. S Charliem a Jackem chodí na návštěvu také tři kočky, které si pacienti na pokojích hladí.

Pes musí mít vhodnou povahu a potřebný výcvik. Musí být klidný, protože často leží vedle nemocného. Ten bývá téměř nehybný, pes je v jeho těsné blízkosti a zahřívá ho. „Klient si často pejska hladí a dává mu piškotky, které má předem připravené,“ popisuje Olga Tomášů s tím, že ji velmi těší, když pacienti prožívají momenty štěstí, při nichž někdy i ukápe slza.

„Pro hospitalizované má canisterapie velmi pozitivní přínos z různých důvodů. Za prvé, jak chodíme pravidelně, tak ti dlouhodobí pacienti se mají na co těšit. A už jen to samotné těšení, že zažijí něco nevšedního, jim během pobytu zvedá náladu,“ vysvětluje terapeutka.

A pak přichází samotná návštěva, která má dva terapeutické účinky. U mnohých pacientů je zásadnější sociální aspekt. „Pacienti se během setkání zpravidla rozprávějí a začnou vzpomínat, s jakými pejsky se v životě setkali a jaké s nimi měli zážitky. Často se také stává, že i když na počátku pacient psa odmítá, tak si po jeho příchodu vše rozmyslí. Vidí pejska na pokoji, vidí, jak se s ním ostatní pacienti mazlí a hladí ho. Rozsvítí se mu oči a pak ho také nechá přivést a posadit na lůžko,“ říká Tomášů s tím, že takto pomáhá pes nebo i kočka hlavně pacientům, s nimiž je těžké navázat kontakt.

Jedná se o pacienty, kteří trpí depresemi nebo psychickými poruchami, o autistické nebo apatické pacienty nebo pacienty, kteří jsou v nemocnici již dlouho s nepříznivou diagnózou a bez pravidelného kontaktu s blízkými. Nejsou zpravidla ochotni se zdravotníky příliš komunikovat nebo spolupracovat. Kontakt se zvířetem jim ovšem přinese



psychické rozptýlení a vždy po návštěvě jsou takoví pacienti vstřícnější i ke standardní rehabilitační péči, ale také k sociální integraci do kolektivu.

A druhý účinek canisterapie je zlepšení motoriky, pohybu paží, rukou a prstů a rozvoj orientace v prostoru. Pes nebo kočka na lůžku pomáhá s polohováním pacientů, kteří jsou dlouhodobě upoutáni na lůžku a během hlazení používají právě ruce.

Canisterapeutický tým tvoří psovod a pes, kteří prošli canisterapeutickými zkouškami. Na jejich základě pes získá oprávnění terapeuticky pracovat a pomáhat. Právě taková školení a certifikaci poskytuje společnost Pomocné tlapy, kterou Olga Tomášů na začátku milénia spoluzaložila. Hlavním cílem Pomocných tlapek je výchova, výcvik a předávání speciálně vycvičených psů zcela zdarma majitelům, kteří je používají jako slepecké, nebo pomáhají jinak nemocným.

Canisterapie

- Canisterapie je odvozeno z latinských slov canis – pes a terapie – léčení a laiky je nazývána také jako léčba psí láskou. Mnoho majitelů psů a pejskařů si psa z tohoto důvodu pořizuje.
- Blahodárný účinek canisterapie na pacienta umožňuje i to, že pes má vyšší tělesnou teplotu než člověk a také díky pravidelným pohybům psího těla při dýchání.
- Působí příznivě v těchto oblastech: citových (hlazení, mazlení, komunikace se psem), rozumových (cílená hra, rozšiřování slovní zásoby, schopnost koncentrace, nácvik paměti), pohybových (házání míčků, jemná a hrubá motorika), relaxačně (prohlubuje duševní rovnováhu a má pozitivní vliv na psychiku).

Očkovací místa krajských nemocnic omezila provoz

Zatímco ještě v lednu a únoru 2022 se v Plzeňském kraji nechaly každý týden očkovat proti onemocnění covid tisíce lidí, o rok později to byly už pouze menší desítky, a v posledních týdnech dokonce jednotky lidí. Zájem o očkování poklesl natolik, že očkovací místa nemocnic Plzeňského kraje výrazně omezila nebo přímo ukončila provoz. Zároveň z důvodu, že dle vyjádření Ministerstva zdravotnictví ČR „epidemie pokračuje již dlouhou dobu bez eskalace zdravotních rizik“ ukončil resort souhrnné pravidelné informování o epidemii covid a očkování.

V Plzeňském kraji bylo od počátku očkování do 26. února 2023 podáno zájemcům o očkování 1.014.486 dávek vakcín. Očkování v kraji podstoupilo zpravidla dvoudávkovými vakcínami celkem 375.532 osob, z nichž 241.020 absolvovalo jen první posilující dávku, dalších 40.356 první a druhou a necelá stovka lidí si přišla i pro třetí posilující dávku. Nemocnice Plzeňského kraje podaly zájemcům 379.715 tisíc dávek vakcín, nejvíce Rokycanská nemocnice (141.909) z důvodu provozu Velkokapacitního očkovacího centra v Plzni v roce 2021. Více vakcín podala v kraji už pouze plzeňská očkovací centra.

Jak se očkuje bez registrace?

KATEGORIE DOSPĚLÍ 16+

- **OČM Domažlice**
– PÁ lichý týden | 8-11 hod
- **OČM Rokycany**
– PÁ lichý týden | 7-11 hod
- **OČM Klatovy**
– PÁ sudý týden | 8-12 hod
- **OČM Planá**
– poslední PÁ v měsíci po objednání (374 751 998) | 8-12 hod
- **OČM Stod** – již se neočkuje

KATEGORIE MLÁDEŽ 12 AŽ 15 LET

- **OČM Domažlice** – PÁ lichý týden | 8-11 hod
- **OČM Rokycany** – PÁ lichý týden | 7-11 hod
- **OČM Klatovy** – PÁ sudý týden | 8-12 hod
– pouze s registrací v rezervačním systému

Staniční sestra domažlické následné péče získala titul Sestra Sympatie

Roli zdravotní sestry rozšířila poslední únorový večer **Mgr. Jana Hlaváčová** z Domažlické nemocnice o roli modelky. Jako reprezentantka nemocnic Plzeňského kraje se totiž v závěru loňského roku dostala mezi 11 finalistek soutěže Sestra Sympatie 2022. Ta vyvrcholila 24. února na reprezentačním plese zdravotních sester v pražském paláci Žofín. A i když byla akce pro staniční sestru domažlického oddělení následné péče velice náročná, odvaha a trpělivost se vyplatila. Jana Hlaváčová si z Prahy přivezla třetí místo.

Skončený 11. ročník soutěže Sestra Sympatie začal už na podzim loňského roku. Do soutěže se přihlášily desítky sester z celé ČR. Do finálového večera, který se konal i pod záštitou Ministerstva zdravotnictví ČR, se pak na základě prosincového veřejného SMS hlasování dostalo 11 finalistek. Jana Hlaváčová postoupila díky podpoře rodiny, přátel, ale i kolegů a pacientů. „Drželi jsme jí palce a jsme rádi, že jí nyní můžeme gratulovat ke skvělému úspěchu,“ zhodnotil vystoupení ředitel nemocnice MUDr. Petr Hubáček.

FINÁLOVÝ DEN A NOC V PALÁCI ŽOFÍN

Finálový den začal pro soutěžící na Žofíně už brzy dopoledne. „Sraz byl už v 9:30. Dělalí jsme nácvik, jak se budeme pohybovat po pódiu, jak a kdy máme vycházet. V jakém pořadí a odkud na nás budou mluvit porotci nebo kde budou stát moderátoři. Pak přišlo líčení, první oblékání, focení, další nácvik. Podle mě to bylo náročnější než práce sestry,“ popsala po slavnostním večeru oceněná sestra s tím, že před porotu napřed nastupovaly v pracovním oblečení a na vyhlášení už ve společenských šatech. „S rodinou jsme se nakonec pořádně viděli až skoro o půlnoci,“ doplnila.

Význam akce podtrhly známé osobnosti české medicíny a zdravotnictví, které zasedly v porotě. Byli mezi nimi například známí lékaři Prof. Jan Pirk



a Prof. Pavel Pafko nebo staronový pražský primátor a rovněž lékař Doc. Bohuslav Svoboda, náměstek ministra zdravotnictví Mgr. Jakub Dvořáček, ředitel FN Motol Ing. Miloslav Ludvík nebo prezidentka České asociace sester PhDr. Martina Šochmanová. Večer pak moderovali Vojtěch Bernatský z České televize a herec Petr Rychlý.

Porotci vybrali na základě životopisů, pohovorů i vystupování tři vítězky tradiční soutěže. Třetí místo získala právě Jana Hlaváčová z Domažlické nemocnice (na snímku druhá zleva), jako druhá se umístila Nikola Uhrová z Nemocnice Břeclav a vítězství patří Mgr. Kateřině Petulové z FN Olomouc. Přímo na místě mohli hosté zvolit také Sestru Sympatie plesu, kterou se stala díky velké podpoře přítomných kolegů Martina Kravariková z FN Motol.



„Nemocnice mohou být na své zástupkyně opravdu hrdé, protože ve svých krátkých vystoupeních předvedly hluboký vztah ke svému povolání, ale i osobní šarm: tato soutěž je totiž především o vnitřní krásu, dobré srdci a kouzlu osobnosti – prostě o skutečné sympatii,“ uvedla v závěru oficiální části večera Martina Šochmanová.

JANA HLAVÁČOVÁ: SLUNCE A ENERGIE NÁSLEDNÉ PÉČE

Práci zdravotní sestry se Jana Hlaváčová věnuje celý profesní život. Nejdůležitější část kariéry prožila v Domažlické nemocnici, kde jako staniční sestra na oddělení následné a dlouhodobé péče působí už devět let. Kolegyně, kolegové i pacienti ji mají rádi. Její široký úsměv, velké srdce a pracovitost je energií celého týmu zdravotníků i sluncem pro nemocné. I proto byla za Domažlickou nemocnici nominována do soutěže.

„Od druhé třídy jsem chtěla pracovat ve zdravotnictví. Původně jsem chtěla být porodní asistentka, ale nakonec zvítězilo přání být sestrou. Sice jsem nikdy neměla vzor v rodině, žádného zdravotníka, a nevím přesně, co mě k tomu táhlo. Ale splnilo se mi to. A dodnes nelituji. Nikdy mě nenapadlo, že bych z oboru odešla. Spíše naopak. Stále se utvrzuji v tom, že jsem si vybrala správně, že mě ta práce baví,“ říká.

Dokazuje to i skutečnost, že vedle práce v nemocnici příležitostně vypomáhá i v domažlické agentuře Domáci péče. Jezdí přímo do domácností pečovat o lidi, kteří se neobejdou bez cizí pomoci. Novopečená Sestra Sympatie pochází z Tachovska, ale významnou část života prožila v Litoměřicích a střední zdravotnickou školu vystudovala v Teplících. Na západ republiky se vrátila až po maturitě, když nastoupila do Lázní Kynžvart. Tam pečovala o dětské klienty. A když se jí samotné narodilo dítě, nastoupila po mateřské poprvé do Domažlic-

ké nemocnice. Tehdy od roku 2000 pracovala na chirurgickém oddělení ještě ve staré nemocnici v centru města.

„Mezitím jsem ale ještě jednou změnila působiště. Nemohla jsem totiž z rodinných důvodů pracovat na směny a potřebovala jsem být blíže domovu. Proto jsem nastoupila jako dětská sestra do výchovného ústavu v Hostouni, kde i bydlím. Měla jsem tam na starost až 100 dětí najednou. Velmi zajímavá zkušenost, která mne hodně naučila. Nejednalo se totiž jen ryze o zdravotnictví, ale i o sociální problematiku, speciální pedagogiku a podobně,“ popisuje s tím, že v ústavu zažila jak milé děti, které jen měly v životě smůlu, tak i velice komplikované s psychiatrickou diagnózou, včetně násilníků, mladistvých lupičů či zlodějů nebo dětského vraha.

„Jednalo se třeba o děti rodičů, kteří brali drogy nebo sami měli potíže se zákonem. Nicméně všechny mě vnímaly jako člověka, kterého potřebují, jako zdravotníka. Vychovatelky to měly ve své pozici s některými horší,“ dodává.

Po deseti letech se ale opět vrátila do Domažlické nemocnice. Už měla opět možnost pracovat flexibilněji a zpět do nemocnice ji zlákala i vrchní sestra oddělení následné péče Ivana Kalčíková.

Dnes má jako staniční sestra na starost především organizaci nelékařského personálu na lůžkové stanici, do kterého patří sestry, ošetrovatelky nebo sanitáři, ale pochopitelně vykonává i běžnou „sesterskou“ práci. Část pacientů je středního věku, kteří jsou ještě v krátkodobé následné péči a rekonvalescenci po léčbě na akutním lůžku, například po chirurgickém zákroku. Většinou se ale jedná o starší pacienty, ať už na doléčení interních potíží, nebo v dlouhodobé péči.

Pokračování na www.nemocnicepk.cz/srdce.

Nemocnice přebírají přístroje pořízené pomocí REACT-EU

Krajské nemocnice akutní péče uspěly v roce 2021 s žádostí o dotaci na nákup přístrojového vybavení v hodnotě přibližně 437 milionů korun z programu IROP a konkrétně v rámci 98. výzvy REACT-EU. Po přípravě veřejných zakázek v loňském a předloňském roce a po výběru většiny dodavatelů nemocnice postupně přebírají tuto techniku. Jedná se například o techniku pro operační sály, přístroje pro intenzivní péči, endoskopické vybavení, přístroje zobrazovacích metod, ale i navazující IT vybavení nebo související stavební úpravy.

Program financuje nemocnicím projekty až do sta procent uznatelných výdajů. Přístroje musí být pořízeny dle jednotlivých nemocnic v průběhu roku 2023. V současné době (k 15. březnu) je zasmulvněno dodání vybavení v hodnotě téměř 303 milionů Kč a z toho je dodáno vybavení v hodnotě 219 mil. Kč.

„Mezi nejvýznamnější přístroje patří v Klatovské nemocnici přístroje zobrazovacích metod – Spect/CT, pojezdny rentgen, softwarový upgrade MRI a CT či ultrazvuky/ultrasonografy. To vše za bezmála 50 milionů korun,“ říká vedoucí oddělení projektů a dotací krajských nemocnic Ing. Mgr. Iveta Hametová. Další významnou dodávkou jsou vybaveny operační sály. Do nich nemocnice pořídila za téměř 20 milionů korun například operační věže – endoskopickou, hysteroskopickou, artroskopickou a laparoskopickou, z nichž poslední dvě jsou také v mobilní verzi. Kromě stavebních úprav virologické laboratoře se do ní pořizovaly i laboratorní přístroje. Nejvýznamnějším je průtokový cytometr za více než čtyři miliony korun.



Slouží zejména k diagnostice a monitorování autoimunních chorob. K lůžkům intenzivní péče pak už byly dodány monitory vitálních funkcí, lineární dávkovače nebo plicní ventilátory a další.

V Domažlické nemocnici je nejdražšími položkami vybavení operačních sálů v hodnotě bezmála 17 milionů korun. Jedná se mimo jiné o operační stůl s výměnnými deskami a nosností do 250 kg, mobilní operační stůl, operační lampy, anesteziologický přístroj včetně monitorace a zobrazovací přístroje skiagrafický a skiagraficko-skiaskopický. Dalšími dražšími položkami je RDC rameno, ultrazvuky či sonografické přístroje. „A v současné době probíhá příprava na dodávku zdravotnických lůžek a transportní techniky,“ popisuje Iveta Hametová.

V Rokycanech je významným nákupem mobilní rentgen, nová artroskopická sestava a laparoskopická sestava, skiagrafická a skiaskopická stěna nebo nový operační stůl. A také ve Stodské nemocnici jsou nové operační sestavy gastroscopická, artroskopická a laparoskopická, nové operační stoly a rozsáhlé operační instrumentarium operačních sálů.



EVROPSKÁ UNIE
Evropský fond pro regionální rozvoj
Integrovaný regionální operační program



MINISTERSTVO
PRO MÍSTNÍ
ROZVOJ ČR

Domažlická nemocnice otevívá **nové odběrové místo dárců krve**

Zlepšit komfort pro dárce krve z Domažlicka a navýšit zájem o dárcovství v regionu. S těmito cíli otevívá Domažlická nemocnice 4. dubna vlastní odběrové místo. Odběry krve pak bude provádět každé úterý dopoledne.

Dosud mohli obyvatelé Domažlicka darovat pravidelně krev na transfuzní stanici v Klatovech a ve spolupráci s Českým červeným křížem jsou pak zajištěny odběry ve frekvenci jednoho až tří měsíců takzvaným výjezdovým způsobem. „Jezdíme za dárce do Domažlic, Klenčí, Horšovského Týna, Staňkova nebo Bělé, kde k odběrům využíváme nejčastěji prostory škol,“ připomíná současné možnosti dárcovství **MUDr. Jana Zítková**, vedoucí lékařka transfuzního oddělení Klatovské nemocnice, které výjezdy zajišťuje.

A zajišťovat bude nadále. S odběrovým místem v Domažlické nemocnici budou fungovat souběžně. Dárce si budou moci vybrat, jaké místo a čas je pro ně vhodnější. Ne každému totiž výjezdové odběry zcela vyhovují. Částečně kvůli menší frekvenci, ale i proto, že jsou v odpoledních hodinách. Většina dárců přitom chodí darovat krev raději ráno, neboť po uskutečněném odběru mají nárok na placené volno v zaměstnání.

Krev odebranou v Domažlicích bude zpracovávat pro konečné využití transfuzní pracoviště Klatovské nemocnice. Jím zpracovanou krev používají nemocnice v Klatovech, Domažlicích a Stodu. A v případě krizových situací je krev poskytována i nemocnicím v Praze. Zdravotníci krev využívají při léčbě pacientů s potížemi krvevotvorby a nemocemi krve, dále při operacích nebo po úrazech, při nichž dojde k velké ztrátě krve. Krevní transfuze tak pomáhají nejen uzdravovat, ale mnohdy přímo zachraňují životy.



V Plzeňském kraji jsou kromě Klatov, výjezdových míst a nově Domažlic, další transfuzní pracoviště také v Rokycanské nemocnici a v Plzni.

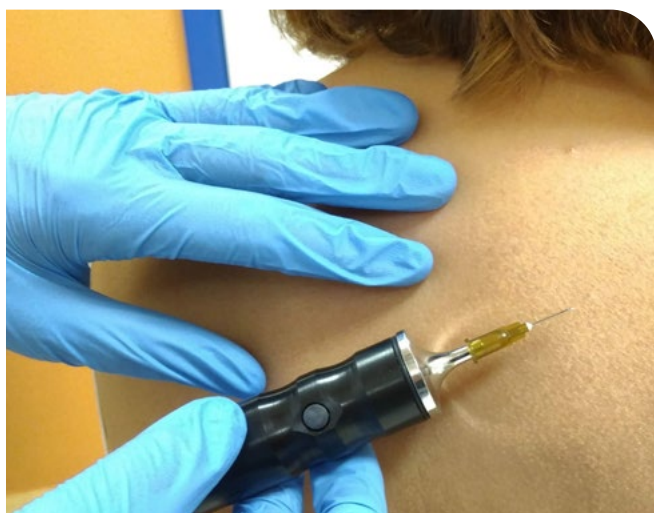
Odběry krve v Domažlické nemocnici

- Zprovoznění: 4. dubna (nutno objednat)
– bližší informace na facebooku
a www.domazlice.nemocnicepk.cz/krev
- Provoz: každé úterý dopoledne
- Krev odebranou v Domažlicích zpracuje Klatovská nemocnice a bude použita hlavně v Domažlické, Klatovské nebo Stodské nemocnici

Svatá Anna nabízí aplikaci plynových injekcí – levně a na počkání

Rehabilitační oddělení Nemocnice Svatá Anna v Plané nabízí nově všem pacientům kromě standardní péče i velmi účinnou rehabilitační metodu, kterou sice nehradí systém zdravotního pojištění, ale mezi dalšími poskytovateli v kraji je cenově velmi příznivá. Konkrétně se jedná o aplikaci plynových injekcí, takzvanou karboxyterapii. Tento typ ošetření indikuje lékař. K samotné aplikaci není třeba se objednávat. Pro zájemce je na počkání každé pondělí, středu a pátek od 8 do 13 hodin. Jedna dávka stojí 20 korun.

Plynové injekce se doporučují v léčebné rehabilitaci hlavně při bolestivých onemocněních pohybového aparátu, zejména při bolesti zad nebo kloubů, ale i při poruchách prokrvení, nebo při celulitidě. Při aplikaci medicijního CO₂ pomocí tenké jehly do podkoží dochází k uvolňování kyslíku z hemoglobinu, k rozšíření kapilár a okysličení a zlepšení metabolismu tkáně. „Místní účinek je velmi rychlý a vysoce účinný. Zavedený plyn se rychle vstřebává a vyvolává lehký pocit tlaku, který se mění v pocity příjemného prohřívání,“ popisuje vrchní sestra **Miroslava Kordíková**.



V porodnicích krajských nemocnic se loni narodilo 1398 dětí



V porodnicích nemocnic Plzeňského kraje v Klatovech, Stodu a Domažlicích se v loňském roce narodilo 1398 dětí. Ve čtyřech případech se jednalo o dvojčata. Mezi novorozenci mírně převažovala děvčata. Holčiček přišlo v mimoplzeňských porodnicích na svět 722 a kluků 676. Jednoznačně nejoblíbenějšími jmény mezi rodiči byl u kluků Jakub a u děvčat Eliška. Další nejčastější jména jsou Jan, Matyáš, Adéla, Anna, Barbora, Tereza, Lukáš, Viktorie, Laura, Kristýna, Daniel či David.

Počet narozených dětí je oproti roku 2021 zhruba o osm procent nižší. To ovšem platí i pro samotnou Plzeň a celou Českou republiku. Porodnost v zemi klesá zřejmě v důsledku složité doby, ale především v důsledku demografické křivky, kdy z věku pro druhé nebo i třetí miminko vyrůstají poslední silné předrevoluční ročníky (narození na přelomu 70. a 80. let) a naopak v tradičním rodičovském věku jsou ročníky 1995 až 2003, což jsou ovšem od konce 18. století, od kdy se porodnost sleduje, nejméně početné ročníky na území Čech. Pokles porodnosti tak lze očekávat i letos.

Prvním letošním novorozencem, který se narodil v porodnicích krajských nemocnic je Antonín Kepl (na snímku). Na svět přišel v Klatovech 1. ledna 2023 v 11:25. Vážil 3610 gramů a měřil 53 centimetrů.



**Nemocnice
Plzeňského
kraje**

Domažlice | Horažďovice
Klatovy | Rokycany
Stod | Svatá Anna



NEMOCNICE PLZEŇSKÉHO KRAJE NABÍZÍ

STUDENTŮM ZDRAVOTNICKÝCH ŠKOL, VOŠ A VŠ

TRAINEE PROGRAM (BRIGÁDA)

- + **brigáda doplněná o teoretický a profesní rozvoj**
- + výhled budoucí spolupráce
- + absolvování v modulech
(teoretické a praktické seznámení s chodem nemocnice + praktická stáž)
- + finanční **ohodnocení 3.000–5.000 Kč** dle studijního zaměření
- + dotované stravování, pracovní oblečení a obuv,
příspěvek na dopravu
- + možnost konzultace závěrečné, bakalářské nebo diplomové práce
s vedoucími zaměstnanci nemocnic

STIPENDIJNÍ PROGRAM

- + podpora studentů VOŠ, VŠ zdravotnických škol za účelem rozvoje
lidských zdrojů jednotlivých nemocnic
- + stipendijní smlouva po úspěšném ukončení studia*
- + **až 200.000 Kč** po dobu studia

NÁBOROVÝ PŘÍSPĚVEK

- + pro studenty, kteří nebyli součástí Stipendijního programu
- + v případě absolvování Stipendijního programu ve zkrácené formě,
poskytnutí rozdílového **doplatku až do výše 70.000 Kč***

PROGRAM ŽIJ SRDCEM

- + pomoc absolventům se startem pracovního života
- + pomoc s hledáním nebo zajištěním ubytování
- + právní pomoc pro oblast vzdělávání a dalšího odborného růstu

*Obsahuje závazek setrvání v pracovním poměru

NAŠE NEMOCNICE

Domažlice | Horažďovice | Klatovy | Rokycany | Stod | Planá

www.nemocnicepk.cz/kariera/

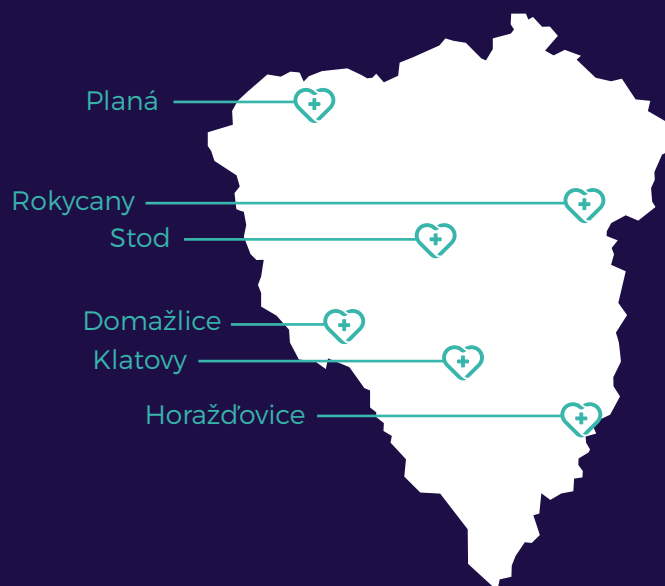




Nemocnice
Plzeňského
kraje

Domažlice | Horažďovice
Klatovy | Rokycany
Stod | Svatá Anna

Praxe Brigády Zaměstnání



nelékařské zdravotnické
profese v nemocnicích
Plzeňského kraje

	Domažlická nemocnice	Klatovská nemocnice	Rokycanská nemocnice	Stodská nemocnice	NNP Horažďovice	NNP Svatá Anna
všeobecná sestra	•	•	•	•	•	•
fyzioterapeut / ergoterapeut	•	•	•	•	•	•
porodní asistentka	•	•		•		
radiologický asistent	•	•	•	•	•	
zdravotní laborant	•	•	•	•	•	
zdravotnický záchranář	•	•	•	•		
praktická sestra	•	•	•	•	•	•