ROČNÍK 14 ČÍSLO 12 I 2021

MOTOL in

INFORMAČNÍ MAGAZÍN FAKULTNÍ NEMOCNICE V MOTOLE

NEPRODEJNÉ

JEDINEČNÉ KOUZLO VÁNOC

Renata Jungmannová & Renáta Czadernová

DÍKY PRAVIDELNÉ POMOCI JE PRO NĚ KAŽDÝ DEN SNAZŠÍ

INZERCE

Staňte se Dobrým andělem a podporujte rodiny, které zasáhla vážná nemoc. Děkujeme.

Magdalenka, 7 let
lymfoidní leukémie

„Úplně nejhorší pro ni byla izolace v nemocnici, odloučení od rodiny. Jsme šťastní, že dnes už doma zase řádí.“

www.dobryandel.cz

Vážení kolegové, milí čtenáři,

je prosinec, druhé Vánoce, které nebudou tradiční a bude je provázet řada změn a omezení. Ačkoli jsme loni doufali, že v tomto režimu již další svátky nezažijeme, rok se s rokem sešel a my tu opět máme advent bez mikulášské besídky, bez tradičních trhů a vánoční atmosféra jakoby se úplně vytratila. V nemocnici se ocitáme v situaci, kterou známe z jarních měsíců nebo brzkého podzimu, kdy bývá obvykle příval pacientů na úplném vrcholu. Na druhou stranu, jak se říká, co nás nezabije, to nás posílí a my teď musíme koncentrovat všechny naše síly, abychom covid překonali, nemůžeme dovolit, aby nás porazil. Potlačme na chvíli sami v sobě to, co nás všechny tíží. Zkusme to zahnat vstřícností vůči ostatním lidem, láskou a snad i trochou toho optimismu, abychom si alespoň na malou chvíli připomněli to dobré a pocítili kouzlo Vánoc. Chovejme v sobě naději, že ty příští Vánoce již prožijeme v plné nádheře, radosti a se vším co k nim patří. Krásné Vánoce!

JUDr. Ing. Miloslav Ludvík, MBA,
ředitel nemocnice

JEDINEČNÉ KOUZLO VÁNOC

Renáta Czadernová & Renata Jungmannová

Novorozenecké oddělení a oddělení šestinedělí

Čekáte miminko? Pak jsou následující řádky určené právě vám. Ale možná si i leckterý tatínek rád přečte, jak probíhají první hodiny po příchodu miminka na svět a jak se v naší nemocnici staráme nejen o ně, ale i o novopečené maminky.

Listopadka

XIV. Edukačně – odborná konference Pracovní skupiny Kardiologických sester a sprízněných profesí České Kardiologické společnosti, z. s., s ustáleným názvem Listopadka, je tradiční vzdělávací akce pro nelékařské zdravotnické obory, která se koná pravidelně, každý rok, vždy první sobotu v měsíci listopadu. Má 14tiletou tradici.

Novoroční předsevzetí si nedávám

Rozhovor s prezidentkou Nadačního fondu Kapka naděje Vendulou Pizingerovou a jeho ředitelem Janem Fischerem ml. odhalí mimo jiné zákulisí fondu a změny v jejich práci za 21 let, po které Kapka naděje působí ve Fakultní nemocnici v Motole.

DĚKOVNÉ DOPISY

Dobrý den,
ráda bych touto cestou pochválila dvojici klaunů, kterou jsme se synem potkali včera, 9. 11. 2021 okolo 15té hodiny v kantýně dětské nemocnice. Byli báječní! Poprvé, co jsem kdy zažila klauny, rozhodně nebyli trapní nebo vulgární. Moc děkuji, za takovou službu ve vaší nemocnici.

S pozdravem Jana

Dobrý den,
ráda bych tímto vyjádřila své díky vaší nemocnici – konkrétně Centru asistované reprodukce - za pomoc s obtížnou zdravotní situací. Díky péči vašich doktorů a sestřiček jsme s manželem rodiči krásné zdravé holčičky, bez nich bychom ji neměli. Prognóza byla velmi špatná i přesto se nám početí podařilo na poprvé, a i když bylo celé těhotenství rizikové, vše nakonec dobře dopadlo. Vždy jsme se mohli spolehnout na profesionální přístup a milé jednání. Prosím, vyřiďte všem naše velké díky.

Pavla

Dobrý den,
velice vás zdravím a ráda bych touto cestou vyjádřila velké poděkování celému týmu Kliniky ORL / I. lůžkové stanice pro dospělé. Byla jsem zde hospitalizována a operována. Děkuji pečlivému přístupu všech lékařů, které jsem měla příležitost během své krátké hospitalizace osobně potkat, především MUDr. Jaroslavu Betkovi a MUDr. Michalovi Matyáškovi, kteří byli mými operatéry. Děkuji též všem sestřičkám za obětavou péči, úsměv, milý přístup a pocit bezpečí, který dokázaly vytvořit, když jsem se necítila dobře. Z nemocnice jsem odcházela s oteklým nosem, který bych si mohla nabarvit načerveno a zůstat v dětské části v roli nemocničního klauna:-), ale především s pocitem vděčnosti. Velice vám děkuji a přeji do příštích dnů a týdnů hodně sil!

S pozdravem Kateřina

Milá nemocnice,
chtěla jsem alespoň touto cestou poděkovat za péči, kterou jste poskytli dceři. Byla to první hospitalizace, první narkóza a díky profesionálnímu a především lidskému přístupu lékařů, sester a veškerého personálu to pro dceru byl nakonec příjemný zážitek, že se jí ani nechtělo domu. Děkujeme, ať se vám všem daří!

Claudie

Dobrý den,
rád bych touto cestou vyjádřil mé hluboké poděkování a respekt celému týmu FN Motol, I. ortopedické klinice 1. LF UK a FN Motol a traumatologické ambulanci, na jejichž lůžkovém oddělení jsem se podrobil závěrečné operaci. Všichni lékaři, zdravotní sestry a další zdravotničtí zaměstnanci, se nejen ke mně, ale i mým spolupacientům, chovali jako absolutní profesionálové, ale přitom lidsky, přátelsky, ochotně a vstřícně. Vždy si našli čas nám věci vysvětlovat a komunikovat. I z toho důvodu a vědomí, že je člověk v rukou odborníků, nebyl pobyt v nemocnici žádným nepříjemným zážitkem, ale časem vnímaným pozitivně, jako doby vedoucí k plnému uzdravení. Rozhodně bych také chtěl velice kladně ohodnotit práci připravujících se studentů a studentek z Vyšší zdravotnické školy v Praze 4, 5. května, kteří na oddělení vykonávali praxi a z mého úhlu pohledu byla jejich aktivní činnost při přípravě na budoucí povolání více než příkladná. Zvlášť na tomto místě patří poděkování mému ošetřujícímu lékaři panu MUDr. Jindřichu Bartákovi z výše uvedené kliniky za jeho vstřícnost, profesionalitu a přístup, jež ke mně po celou dobu zachovával.

S úctou, pozdravem a přáním všeho dobrého všem zaměstnancům FN Motol, Tomáš

Krásný den přeji,
rád bych vás poprosil o předání opětovného poděkování panu doktorovi Róbertovi Leškovi z Neurochirurgické kliniky, který mě LUXUSNĚ operoval a zachránil mi tím život. Dnes mohu vykonávat i spoustu činností a to co je pro mě nejvíc řídit auto! Pane doktore strašně moc DĚKUJI za ten zázrak, který jste uskutečnil! DĚKUJI, DĚKUJI, DĚKUJI a přeji mnoho štěstí!

S pozdravem František

Dobrý den,
dnes jsem byla s tatínkem na vyšetření na Oddělení nukleární medicíny. Chtěla bych moc poděkovat za naprosto skvělý přístup celého oddělení a zvláště za empatii a trpělivost paní doktorky Michalové. Tak úžasný lidský přístup není úplnou samozřejmostí. Ještě jednou oba paní doktorce i kolektivu oddělení děkujeme.

S pozdravem a úctou Karolína a Jiří

ROZHOVOR

JEDINEČNÉ KOUZLO VÁNOC

Do krásného prostředí historického skanzenu Červený Újezd jsme v našem dnešním rozhovoru nahlédli s oblíbenou moderátorkou Renátou Czadernovou a vrchní sestrou Neonatologického oddělení Bc. Renatou Jungmannovou.

Odpovídá Renáta Czadernová:

■ **Renáto, Vás lidé znají jako moderátorku, Vy jste ale také maminka dvou překrásných holčiček, jak se Vám daří tyhle životní role skloubit?**

Musím říct, že se mi to vlastně daří moc dobře. Holky už chodí do školky, Adélka, ta starší už do státní a mladší Kája zatím do soukromé, aby byla v kolektivu. Takže od prosince mám dva pracovní týdny místo jednoho a zvládáme to dobře. Jinak dva týdny mám celé volné, to jsme spolu pořád. Nikdy bych nedala přednost kariéře před dětmi.

■ **Vaše mladší dcera Karolínka přišla na svět o šest týdnů dříve, jak na to s odstupem času vzpomínáte?**

Přiznám se, že ani s odstupem se mi na to nevzpomíná vůbec lehce. Byl to moc nepříjemný pocit, najednou vůbec nevíte co se děje, nečekáte to, protože při prvním porodu se nic takového nestalo. Vzpomínám si, že mi od rána nebylo dobře, ale bylo ještě dost času, tak jsem to moc neřešila. Měla jsem akutní odloučení placenty. Když jsme přijeli do motolské nemocnice, šlo o minuty. Malá byla venku během

ROZHOVOR

chvilky. Takže na jednu stranu jsou to nehezké vzpomínky, ale na druhou stranu to dopadlo dobře a to hlavně díky týmu úžasných motolských zdravotníků, kteří nás obě zachránili.

■ **Obě Vaše holčičky se narodily v Motole, doporučila byste naší porodnici třeba svým kamarádkám?**
Pro nás byl od samého začátku Motol jasnou volbou. Vím, že některé maminky dneska vyhledávají alternativnější místa a Motol považují za takovou tu ne úplně populární „klasiku", ale já za sebe můžu říct, že pro mě je motolská porodnice takovým symbolem bezpečí. Kdybych měla mít třetí dítě, určitě bych ho zase rodila u vás. Sestřičky i lékaři byli miláčkové. S Adélkou to byl standardní porod, takže jsme byly normálně na pokoji a za pár dní šly domů. S Kájou jsme týden bydlely u vás na neonatologii a musím říct, že jste tam naprosto úžasný tým, který mi byl velkou oporou.

■ **My jsme se potkaly také 12. 9., kdy se nám podařilo přímo v areálu motolské nemocnice uspořádat tradiční Nedonošený piknik, který jste moderovala. Jak se Vám akce líbila?**
Ta akce byla úplně perfektní a líbila se nejenom mě, ale i mému muži a holkám. Bylo to úžasně zorganizované, soutěže pro děti, různé koutky na kreslení, stánky, občerstvení, všechno bylo moc fajn a doufám, že příští rok to zase vyjde. Určitě budu moc ráda, když nás zase pozvete.

■ **Blíží se Vánoce, máte v rodině nějaké oblíbené tradice, které dodržujete?**
My máme rádi Vánoce klasické, nic výstředního. Zdobíme stromeček, pečeme cukroví, na štědrovečerní večeři máme kapra s bramborovým salátem. Hlavně se scházíme jako rodina. Já mám rodiče v Ostravě, takže se na to vždycky moc těšíme. A pak máme jednu takovou tradici, kterou mám zažitou ještě ze svého dětství, večer voláme Ježíška. Děti vyjdou ven na terasu a volají „Ježíšku přijď k nám!".

■ **Kdy kupujete dárky, s dostatečným předstihem nebo na poslední chvíli?**
Letos se mi to podařilo s dostatečným předstihem, kromě pár maličkostí už mám všechno připravené. Ale u nás samozřejmě kupuje dárky Ježíšek:-)

■ **Co byste popřála všem čtenářům našeho časopisu do nového roku?**
Jenom to nejlepší, hlavně ať jsme všichni zdraví a ať se máme rádi. To se snažím učit i svoje holky, aby měly rády sebe, všechny lidi kolem, zvířátka...

Renáta Czadernová – moderátorka, II. vicemiss České republiky 2006
Oblíbená vánoční pohádka: S čerty nejsou žerty
Oblíbená kniha: Oblíbených knížek mám více, takže bych řekla spíš oblíbeného spisovatele Jeffery Deavera.
Nejkrásnější dovolená: Loni v létě na ostrově Kos, tam Adélka poprvé viděla moře. Ale možná proto, že to byla poslední dovolená a člověk to má ještě v živé paměti.
Nejsilnější životní vzpomínka: Troufnu si říct, že to je druhý porod, nejspíš i proto, že to není tak dávno a je to stále velmi silné. Jak si člověk běžně nepamatuje co se dělo minutu po minutě, tak tenhle den si pamatuji naprosto přesně.
Co si neodpustíte: Být bez dětí, nedokážu si představit, že bych bez nich byla delší dobu.
Oblíbené vánoční cukroví: Linecké, když ho někdo umí dobře.
Životní motto: Žádné motto, kterým bych se v životě řídila nemám.

ROZHOVOR

Odpovídá Renata Jungmannová:

■ **Renato, co Vás přivedlo právě k neonatologii a o jaká miminka se u Vás na oddělení staráte?**
Už od sedmi let jsem věděla, že budu pracovat s dětmi. Moje teta byla zdravotní sestra a já jsem její práci obdivovala. Asi tato kombinace mě vedla studovat obor dětská sestra. Začala jsem pracovat na dětském oddělení v Berouně, kde bylo součástí také novorozenecké oddělení a protože bylo třeba vypomoci právě tam, šla jsem a už jsem od novorozenců nikdy neodešla. Pro mě je to nejkrásnější obor. Do FN Motol jsem přišla nejdříve jako pacientka, maminka předčasně narozeného miminka. Na oddělení jsme strávili dva měsíce, přístup celého týmu jak lékařů, tak sestřiček byl skvělý, péče o děti perfektní. Po mateřské dovolené jsem se příliš nerozmýšlela a moje kroky vedly právě sem. Naše oddělení je rozděleno na tři stanice. Oddělení fyziologických novorozenců, jednotku specializované péče a jednotku intenzivní péče. Přijímáme děti od 24. týdne těhotenství a také děti s vrozenými vývojovými vadami, které potřebují intervenci specializovaného oboru.

■ **Jak se to vlastně stane, že některé miminko se narodí předčasně a proč se to většinou nedá nijak předpovědět?**
Toto je spíše otázka pro obor gynekologie a porodnictví. Ale důvodů, které způsobí předčasný porod je celá řada. Mohou to být těhotenské komplikace například preeklampsie, infekce, ale také užívání drog, alkoholu, kouření a spousta dalších. Velice důležitá je pro nastávající maminku prenatální péče a samozřejmě zdravá a vyvážená životospráva.

■ **Vyžadují nedonošená miminka nějakou speciální péči, kterou maminky před propuštěním domů učíte?**
Dost často ano. Maminky i tatínkové docházejí za dětmi většinou každý den po celou dobu hospitalizace miminka. Tráví zde hodinové návštěvy a sestřičky je zapojují do péče. Několik dnů před plánovaným propuštěním do domácí péče je maminka přijata na oddělení společně s miminkem. Během této hospitalizace se maminka zaučuje například v rehabilitaci, jak připravovat stravu nebo léky pro miminko. V případě dětí s vrozenými vývojovými vadami jsou to specifika péče v daném oboru.

■ **Vy v Motole pracujete 18 let, často se dostáváte do emocionálně vypjatých situací, co Vám pomáhá udržovat stále dobrou náladu?**
Nejdůležitější je, že mě moje práce i po třiceti letech v oboru stále naplňuje a baví. Dělá mi radost, že odcházejí domů krásná miminka a šťastní rodiče, že oddělení funguje, sestřičky jsou spokojené. To všechno absolutně překoná tyto situace. A potom mi samozřejmě pomáhá moje rodina a přátelé. Ráda chodím do přírody, přečtu si hezkou knihu a občas zajdeme s přáteli na sklenku dobrého vína.

■ **Letos jste se ujala organizace Nedopikniku, který byl poprvé přímo v areálu nemocnice, jak byla příprava náročná, a chystáte další ročník v podobném duchu?**
Přišlo nám fajn, uspořádat toto setkání přímo v naší nemocnici. Rodiče si během častokrát dlouhé hospitalizace vytvoří vztah k tomuto místu, mluvím ze své zkušenosti. Využili jsme krásné terapeutické zahrady, která sama nabídla dětem spoustu zábavy. Díky spolupráci s kolegyněmi z Odboru komunikace jsem získala mnoho kontaktů a potom byla organizace mnohem jednodušší. Velmi nám pomohli zdejší dobrovolníci, kteří uspořádali pro děti soutěže, přišli také zdravotní klauni, kteří rozesmáli nejen děti. Velmi nám pomohla herní terapeutka paní Darina Kozlík, která dala k dispozici skákací hrad a mnoho dalších věcí, které děti zabavily. A v neposlední řadě paní Matyčková z Motol Cafe připravila velké občerstvení v podobě svačinek, výborné kávy a sladkostí. Mnoho z nás sestřiček zapojilo i rodinné příslušníky. Bylo to opravdu krásné odpoledne. Setkat se s rodiči a dětmi, které se u nás narodily, vidět jak rostou a rodiče jsou šťastní, je největší ocenění naší práce. Pokud situace dovolí, určitě uspořádáme další ročník opět zde v nemocnici, tentokrát už na jaře, kdy je stálejší počasí. Asi bych na organizaci vůbec nic neměnila, protože byli všichni spokojení. Budu moc ráda, když se zapojí všichni jako letos.

■ **Těšíte se na Vánoce, a jak stíháte vánoční přípravy?**
Vánoce jsou pro mě nejkrásnější období v roce. Těším se na ně celý rok. Pečení, uklízení a výzdobu doháním o víkendech. Vše musí být perfektní, pravda občas na úkor času a vypětí, ale na závěr to stojí za to. Mám ráda pocit, když je byt čistý, vyzdobený a já se konečně v klidu podívám na pohádky.

■ **Pamatujete si na nejkrásnější vánoční dárek, který jste dostala?**
Já asi raději dárky dávám, než dostávám, samozřejmě mě vždy potěší, když pod stromečkem najdu nějaké překvapení. Ale nejhezčí dárek je, když se všichni ve zdraví sejdeme.

■ **Dáváte si novoroční předsevzetí?**
Raději si předsevzetí nedávám, protože jen co na ně pomyslím, hned je porušíme:-)

Bc. Renata Jungmannová - vrchní sestra Neonatologického oddělení
Oblíbená vánoční pohádka: Tři oříšky pro Popelku
Oblíbená kniha: Mám ráda knihy Patrika Hartla.
Nejkrásnější dovolená: s rodinou, kdekoliv
Nejsilnější životní vzpomínka: narození syna
Co si neodpustíte: ranní kávu
Oblíbené vánoční cukroví: linecká kolečka
Životní motto: Stačí se rozhodnout.

NADAČNÍ FOND N

Děkujeme majiteli historického skanzenu Červený Újezd za umožnění fotografování v prostorách expozice.

NOVOROZENECKÉ ODDĚLENÍ A ODDĚLENÍ ŠESTINEDĚLÍ

ČEKÁTE MIMINKO? PAK JSOU NÁSLEDUJÍCÍ ŘÁDKY URČENÉ PRÁVĚ VÁM. ALE MOŽNÁ SI I LECKTERÝ TATÍNEK RÁD PŘEČTE, JAK PROBÍHAJÍ PRVNÍ HODINY PO PŘÍCHODU MIMINKA NA SVĚT A JAK SE V NAŠÍ NEMOCNICI STARÁME NEJEN O NĚ, ALE I O NOVOPEČENÉ MAMINKY.

Celých devět měsíců jste se nemohla dočkat, až se Vaše děťátko narodí. Jak asi bude vypadat? Bude spíš po mě, nebo po partnerovi? Jak zvládnu porod? A než jste se nadála, je to tu. Těhotenství uteklo jako voda, porod je za Vámi, v náruči držíte to nejkrásnější miminko na světě a ptáte se, co bude dál. V našem článku se chceme věnovat doporučením pro bezproblémové šestinedělí a předat Vám několik rad a informací, které by pro Vás mohly být užitečné.

O TOM, JAK TO CHODÍ NA NOVOROZENECKÉM ODDĚLENÍ, NÁM POVĚDĚLA VRCHNÍ SESTRA BC. RENATA JUNGMANNOVÁ:

Milé maminky, dovolte mi, abych vás seznámila s tím, co vás pravděpodobně čeká z pohledu dětské sestry na novorozeneckém oddělení FN Motol. První kontakt s dětskou sestřičkou budete mít na porodním sále po narození vašeho miminka. Zdravý a donošený novorozenec je po spontánním porodu s ještě nepřerušeným pupečníkem položen na břicho maminky. Na jejím těle je osušen a přikryt tak, aby bylo zabráněno tepelným ztrátám. Po dotepání je pupečník podvázán. Dětský lékař a porodník posoudí zdravotní stav váš i děťátka. Pokud je vše v pořádku, strávíte první dvě hodiny společně na porodním sále. V tomto období přikládáme miminko k prsu, abychom podpořili časný nástup laktace. Následně budete i s miminkem převezena na oddělení šestinedělí. O miminko pečuje tým dětských lékařů, dětských sester a laktační poradkyně. Zde se s jejich pomocí naučíte přebalovat, koupat, kojit, pečovat a rozpoznávat potřeby vašeho miminka. Pro stimulaci tvorby mateřského mléka je důležité po 2 - 3 hodinách miminko přikládat k prsu. Ze začátku se vytváří mlezivo. Toto prvotní mléko se významně liší od zralého mléka, je bohaté na proteiny a zajišťuje přirozeně pasivní imunitu dítěte. Poté dochází k tvorbě zralého mateřského mléka, které se tvoří mezi 48. a 72. hodinou po porodu. Mateřské mléko je přirozená strava pro novorozence, která mu poskytuje veškeré potřebné látky pro růst organismu a pro správný vývoj dítěte se v současné době doporučuje výlučně plné kojení po dobu půl roku.

> „JEDNOU Z NEJDŮLEŽITĚJŠÍCH VĚCÍ JE VAŠE CELKOVÁ POHODA A SEBEDŮVĚRA."

Váhový úbytek, ke kterému po porodu dochází, je zcela přirozený. Váhová křivka má vzestupnou tendenci až po prvních dávkách nakojeného mléka. Ve věku 48 – 72 hodin po narození provedeme děťátku novorozenecký screening. Jedná se o aktivní celostátní vyhledávání chorob a jejich časnou diagnostiku. Vyšetření se provádí odběrem několika kapek krve z patičky na speciální filtrační papírek. Je možné i opakování odběru vaším praktickým lékařem, pokud výsledek prvního vyšetření nebyl jasný. Pokud jste si nezajistily praktického lékaře pro děti a dorost před porodem, je vhodné učinit tak co nejdříve. Dalším vyšetřením je screening na vrozenou kataraktu, který má odhalit známky šedého zákalu u novorozenců. Jedná se o onemocnění čočky, při kterém dochází ke ztrátě její průhlednosti. Vyšetření sluchu je též součástí screeningu v nemocnici ještě před propuštěním domů.

Pupeční pahýl neodstraňujeme, ale necháváme jej přirozeně zaschnout a odpadnout. Dle možností je vhodné pupeční pahýl polohovat směrem k hrudníku dítěte mimo plenkové kalhotky, aby mohl lépe zasychat. Dětský lékař na oddělení společně s gynekologem určí dle Vašeho zdravotního stavu a zdravotního stavu dítěte den propuštění. Při propuštění z porodnice dostanete „Zdravotní a očkovací průkaz dítěte a mladistvého", který bude vaše dítě doprovázet až do 18 let. Tento průkaz předkládejte při každé návštěvě dětského lékaře, očkování, či při přijetí do nemocnice. Současně dostanete „Zprávu o novorozenci", kterou odevzdejte při první návštěvě dětského lékaře. Kontaktujte ho do 48 hodin po propuštění a domluvte si první novorozeneckou návštěvu, která většinou proběhne ve vašem domácím prostředí. Co si sebou vzít do porodnice pro miminko? Na našem oddělení máte k dispozici oblečení, kosmetiku i plenky. Můžete mít samozřejmě i vlastní, pokud chcete.

A CO SE BUDE DÍT NA ODDĚLENÍ ŠESTINEDĚLÍ A SPOUSTU UŽITEČNÝCH RAD VÁM PROZRADÍ MGR. DAGMAR HAVRÁNKOVÁ, STANIČNÍ SESTRA:

Prvních 120 minut po porodu nazýváme také IV. dobou porodní. Po dvou hodinách od narození dítěte již hovoříme o šestinedělí (puerperium). Jak název napovídá, šestinedělí je období trvající přibližně šest týdnů po porodu. Organismus ženy se navrací do stavu před otěhotněním. Je to čas sžívání se s miminkem, čas učení, regenerace a hormonálních změn. Toto období je zároveň plné změn fyzických a psychických.

První dvě hodiny zůstává maminka na porodním sále a pokud tomu nebrání zdravotní stav její či miminka, může tuto dobu strávit na porodním pokoji společně s tatínkem a svým potomkem. Poté je přeložena na oddělení šestinedělí, kde se jí a dítěti věnují dva týmy sester. „Modré" sestry jsou porodní asistentky a dominantně pečují o šestinedělku a všechny její potřeby. Tým „bílých" sester zabezpečuje komplexní péči o novorozence a maminku učí, jak se o něj starat. Oba týmy spolu úzce spolupracují a intenzivně komunikují. Děloha svou velikostí po porodu dosahuje asi do výše pupku. Postupně se zmenšuje a do konce šestinedělí je její velikost jako před otěhotněním. Na zavinování dělohy se podílí hormon oxytocin, který je vyplavován v průběhu kojení. Díky němu může maminka při přikládání dítěte pociťovat drobné stahy v podbřišku. Vícerodičky tyto stahy vnímají intenzivněji. Pravidelné vyprazdňování močového měchýře, zvláště bezprostředně před kojením, podpoří zavinování a sníží bolestivost stahů při kojení.

Krvácení po porodu (očistky) je způsobeno čištěním dělohy, kdy odchází zbytky vnitřní sliznice děložní spolu s krví. Postupně se množství odcházející krve snižuje a barva očistků se mění na světlejší až bezbarvou. Zhruba šest týdnů po porodu ustává úplně. U některých žen (především nekojících) se může po šestinedělí objevit menstruace, u kojících maminek přichází zpravidla až s odstupem.

> „HYGIENA JE VELMI VÝZNAMNOU KAPITOLOU V OBDOBÍ ŠESTINEDĚLÍ. DŮRAZ KLADEME PŘEDEVŠÍM NA PÉČI O OBLAST PORODNÍHO PORANĚNÍ."

Časté sprchování rodidel a výměna vložek spolu s prodyšným jednorázovým spodním prádlem předchází vzniku infekce. Stejně tak dodržení zásady mytí rukou před přebalováním, kojením či péčí o prsy přispěje k hladkému průběhu šestinedělí. Každá maminka by měla volit jen vložky určené pro poporodní období, tampóny či menstruační kalíšek nejsou pro tuto příležitost vhodné. Porodní poranění se zhojí během dvou týdnů. Stehy se neodstraňují, samy se uvolní a vypadnou. Snazšímu hojení můžeme významně napomoci dodržováním správné hygieny, kdy maminkám doporučujeme sprchu několikrát denně. Koupel je v období šestinedělí naprosto nevhodná. V prvních dnech po porodu radíme sprchovat se po každé toaletě (postačí oblast rodidel). Maminky mohou vnímat porodní poranění bolestivě, možností jak pomoci, je přiložení ledu, který je na oddělení volně k dispozici. Alternativou k urychlení procesu hojení je i bylinkový zklidňující gel české firmy, který podporuje granulaci tkáně a je k dostání ve zdejší lékárně. Po operačním porodu dbáme na včasný pohyb maminky. Ten je prevencí komplikací spojených se zvýšeným srážením krve. Zároveň usnadní odchod plynů, který podpoříme i fenyklovým čajem, jež na oddělení šestinedělí maminkám nabízíme. Operační rána je hermeticky krytá průhlednou samolepící fólií, jako prevence vzniku infekce v ráně. O jizvu pečujeme ve smyslu promazávání a tlakové masáže až poté, co jsou odstraněny stehy (tj. cca 10. den po císařském řezu). Ke zvláčnění jizvy doporučujeme bio šípkový olej, se kterým máme velmi dobré výsledky. Po porodu císařským řezem v počátku s péčí o dítě pomáhá dětská sestra, nebo tatínek, pokud pár využije společné ubytování na nadstandardním pokoji.

Analgetika jsou podávána vždy s ohledem na kojení a potřebu a přání matky. Prsy v počátku

šestinedělí prochází změnami spojenými se začátkem laktace. V průběhu 2. – 3. dne po porodu, kdy se začíná tvořit první mléko (mlezivo/kolostrum), se prsy „nalijí", čímž podstatně zvětší svůj objem díky vytvořené zásobě mléka v mlékovodech. Tento stav může maminka vnímat bolestivě a často se objeví i zvýšená teplota. Pomocí pro nalité prsy je jejich pravidelné vyprazdňování kojením. Postupem času se tvorba mléka stabilizuje a vytvoří se jen takové množství, kolik dítě vypije. V některých případech je třeba přebytky mléka odstříkat (odsávačkou či ručně) a přiložit ledový obklad, který odejme horkost a utlumí tvorbu mléka. Jindy dítě mléko vypije a odstříkávání není třeba. Stav počínající laktace má velmi dynamický vývoj a je vhodné jej konzultovat i několikrát během dne. V těchto případech mohou být i rady rozdílné, řídí se vývojem nalitých prsů a zahrnují různé postupy.

> DOPORUČUJEME PORADIT SE S „MODROU SESTROU" CO V JAKÉ FÁZI UDĚLAT, ABYCHOM KOJENÍ SPOLEČNĚ ZVLÁDLY A MIMINKA BYLA SPOKOJENÁ.

Nezbytná je opora prsů pomocí kojící podprsenky bez kostic tak, aby byla pohodlná i během spánku. Do podprsenky je vhodné vkládat jednorázové prsní vložky, které zabrání úniku mléka. Důležitá je péče o bradavky, především jejich ošetření po kojení. K ošetření drobných trhlinek (ragády) postačí vlastní mateřské mléko rozetřené po bradavce. Využít lze i zvláčňující krém s obsahem lanolinu, či šípkový olej s regeneračními účinky. Zásadní je příjem tekutin, který by v období raného šestinedělí měl činit přibližně 3 – 4 litry denně. Dostatečné množství tekutin zpočátku hradí krevní ztrátu z porodu, následně podporuje tvorbu mléka a urychluje zahájení laktace. Na oddělení šestinedělí podáváme ovocný neslazený čaj, který je k dispozici v neomezeném množství. Každá maminka má svoji konvičku, která se doplňuje dle potřeby. Doporučujeme také pramenitou vodu a v omezeném množství i neperlivé minerální vody. V nabídce jsou také vzorky kojícího čaje k podpoře laktace. Naopak černá káva a černý čaj nejsou pro své stimulační účinky vhodné.

Strava na oddělení šestinedělí je zajištěna výběrem ze dvou jídel pro kojící matky. Je možné zvolit si i nadstandardní stravu. Každé jídlo během dne je zpestřeno o bílkovinový přídavek a vlákninu v podobě ovoce. Pokud návštěvy doplní další bílkoviny formou oblíbených jogurtů, šunky, tvarohu, kefíru či libového masa, je to pro maminku jen s výhodou. Mnoho látek, obsažených ve stravě, přechází do mateřského mléka. Nevhodně zvolené potraviny pak mohou způsobovat děťátku obtíže, nejčastěji nadměrnou plynatost a bolení bříška, nebo nepříjemnou vyrážku. Každému miminku může vadit něco jiného, obecně by se však maminka měla vyvarovat nadýmavých potravin (luštěniny, zelí, kapusta, květák), dráždivých potravin (ostrá jídla, jahody, ananas), čerstvého pečiva nebo průmyslově zpracovaných potravin s vysokým obsahem konzervantů. Pestrá, kvalitní, vyvážená a pravidelná strava je základem zdraví matky i dítěte.

Emoce po porodu jsou velmi intenzivní a často oscilují od pozitivních prožitků k negativním. Je běžné, že maminka zažívá tzv. poporodní blues, kdy dochází ke střídání nálad, přecitlivělosti, či se smutek střídá s obavou o dítě a zvládnutí péče o něj. Během stabilizace hormonů tyto stavy odezní. Uvědomte si, že „žádný učený z nebe nespadl" a i vy se musíte naučit, jak být mámou. Nesrovnávejte se s druhými, každý jsme originál a máme jiné tempo. Když potřebujete poradit, obraťte se na někoho, koho znáte a k němuž máte důvěru. Internet a sociální sítě často nejsou zdrojem spolehlivých informací, raději na ně zapomeňte. Využijte nabídek pomoci od okolí, odpočívejte a nechte se rozmazlovat svými nejbližšími.

Návštěvy na oddělení šestinedělí probíhají denně, dominantně v návštěvní místnosti, kde se maminky spolu s miminky mohou setkávat se svými blízkými. Na oddělení není z hygienických důvodů možné vnášet květiny. Tatínkové, svým partnerkám přineste raději něco zdravého k mlsání (oříšky, ovoce) a kytici jim přichystejte jako překvapení až na doma.

Motto pro maminky v šestinedělí: každá rada není vždy drahá, zpočátku není vše perfektní, buďte offline, spěte, mazlete se a buďte hrdou mámou :-)

Přejeme vám i miminku hodně zdraví!

text: Mgr. Dagmar Havránková, Bc. Jungmannová
foto: Dana Černá

KATEŘINA PÁTEK
Hypoteční poradce

„Nejvýhodnější hypotéka není hypotéka s nejnižší sazbou, ale taková, která se přizpůsobí vašim potřebám a možnostem."

AKČNÍ SAZBY HYPOTÉK PRO ZDRAVOTNÍKY

INZERCE

Úrokové sazby hypoték stoupají

Víte, že refinancování hypotéky si můžete vyřídit **až 3 roky před koncem fixace za dnešní sazby?**

Pojďme spolu naplánovat vaší novou hypotéku, dokud jsou levné.

Hypotéka bez nemovitosti

Nemáte ještě vybranou nemovitost, ale nechcete přijít a o aktuální nabídku na hypotečním trhu?

S produktem **HYPOTÉKA bez nemovitosti** získáte garanci sazby a čas až 3 roky k vyhledání vašeho nového bydlení.

Pro svoje klienty zajišťuji:

- hypotéka na bydlení
- refinancování hypotéky
- americká hypotéka
- stavební spoření a úvěry ze stavebního spoření
- konsolidace půjček, optimalizace nákladů

Hypotéku si můžete vyřídit sami

společně to ovšem dokážeme rychleji a levněji.
Hypotéka je důležité životní rozhodnutí, špatná volba vás může stát i statisíce navíc.

www.KATERINAPATEK.cz 734 222 022

VILADOMY HOROUŠANY

BYDLENÍ JAKO ŽIVOTNÍ STYL

Nový developerský projekt moderních nízkoenergetických domů s vysokým standardem provedení. Tepelná čerpadla, podlahové vytápění a mnohé další součástí standardu.

STAVBA ZAHÁJENA

- 19 DOMŮ
- dispozice 4+kk – 5+kk
- vlastní zahrada

3D virtuální prohlídka

Ceny od 8.405.612,-
TOP 90% hypotéka

www.VILADOMYHOROUSANY.cz 725 065 555

VÝVOJ ZRAKU U DĚTÍ A JEHO VADY

OKO JE KLÍČOVÝ SMYSLOVÝ ORGÁN, KTERÝ NÁM ZPROSTŘEDKOVÁVÁ VĚTŠINU INFORMACÍ Z OKOLNÍHO SVĚTA. PROTO NEPŘEKVAPUJE, ŽE ÚROVEŇ A KVALITA ZRAKOVÝCH FUNKCÍ VÝRAZNĚ OVLIVŇUJE I PSYCHOMOTORICKÝ VÝVOJ DÍTĚTE A TO OD JEHO NAROZENÍ. POSTIŽENÍ ZRAKOVÉHO VNÍMÁNÍ OKOLNÍHO SVĚTA MÁ NEGATIVNÍ DOPAD NA PROSTOROVOU A VIZUÁLNÍ ORIENTACI , NA VNÍMÁNÍ HLOUBKY POZOROVANÝCH PŘEDMĚTŮ, ALE TAKÉ NA ODLIŠENÍ BAREV, SVOJI ROLI HRAJE KONTRASTNÍ CITLIVOST A PSYCHICKÁ PŘEDSTAVIVOST.

Časový faktor porušení zraku

Vidění po porodu dítěte není zcela vyvinuté, jako například u zvířat, ale teprve dozrává a to až do šestého roku věku, kdy dosahuje hodnot dospělého člověka. Vidění respektive zrakové funkce chápeme v širším kontextu. Řadíme do nich centrální zrakovou ostrost (vlastní vidění), prostorové, periferní, ale také barevné vidění.

Pokud dojde k jejich narušení je důležité, ve kterém věkovém období se to stane a také o jak vážnou vadu či nemoc se jedná. Zda jde o vrozenou vadu postihující důležité struktury oka (anomálie sítnice, nervů, glaukom apod.) anebo například „jen" o dioptrickou vadu. Děti zrakově postižené od narození si hůře uvědomují okolní svět, ale neporovnávají svůj handikep s dobře vidícími. Mají také velký potenciál adaptačních mechanismů na své okolí. Jiná situace je u dětí, které oční onemocnění postihne v pozdějším věku například předškolním nebo školním. Ale opět záleží na tom o jak vážnou nemoc, vadu či úraz se jedná.

Jak dítě vidí aneb vývoj zrakových funkcí

V různém věkovém období dítěte je zraková ostrost různá. „Normálních" hodnot dosáhne až k věku 5 - 6 let.

- 6. týden - dítě fixuje světelný zdroj a sleduje jej
- 3 měsíce - dítě sleduje malou značku, zafixuje pohledem a má již konvergentní souhyb očí (oči fyziologicky stočeny směrem dovnitř na pozorovaný předmět)
- 6 měsíců - dítě bezpečně dosáhne a přesně chytí nabízenou hračku
- 1 rok - sleduje pozorně obrázky v knize
- 3 roky - určí obrázky nebo jednotlivé znaky na diagnostických očních tabulích tzv. optotypy určené pro zjišťování zrakové ostrosti, periferní vidění je již velmi dobré
- 5 let - vyšší stupeň užívání centrálního zraku, dítě pojmenuje řádkové znaky na optotypech, má již dobré prostorové, periferní a barevné vidění.

Problémy zrakového vývoje u malých dětí

Jsou oční příznaky, které mohou svědčit pro anomální vývoj zrakových funkcí. Pak se musí pátrat, jaká je příčina. Nejčastější příčinou těžkého zrakového postižení u malých dětí ve vyspělých zemích jsou vrozené oční abnormality a jejich komplikace (například šedý zákal, zelený zákal, anomálie sítnice, onemocnění sítnice u nedonošených dětí apod.) Tyto projevy nebo příznaky jsou varovné:

- bloudivé nebo kroutivé pohyby očí
- dítě si vtlačí prstíky do očí
- trvalé a výrazné stočení jednoho nebo obou očí (zevně, dovnitř, nahoru nebo dolů)
- dítě se výrazně brání zakrytí jednoho oka
- dítě nereaguje na nabízené předměty ani na světelné podněty (nezafixuje, resp. nepodívá se upřeně na hračku)

Problémy psychomotorického vývoje dítěte

Narušené zrakové funkce ovlivňují celkový vývoj dítěte. Absence kvalitního zrakového vnímání naruší normální psychomotorický vývoj dítěte a jeho kognitivní schopnosti - poznávací schopnosti, později také narušení sociálních a interpersonálních vazeb i chování jedince. Spolupráce oftalmologa, pediatra a neurologa je pak často nezbytná. Těchto příznaků u dítěte si lze všimnout:

- nereaguje na vizuální a sluchové podněty
- nereaguje na sociální stimuly a mluvu
- neotáčí se za hračkami
- negestikuluje
- nespojuje slova
- nemluví

Zrakové problémy předškolních a školních dětí, aneb když nastupují dioptrie

Dioptrické vady neohrožují zrakovou ostrost dítěte. Svými projevy, pokud se nevyšetří a nekorigují, mohou ale snižovat kvalitu života. Mohou mít negativní dopad i na chování dítěte, na jeho školní prospěch, na jeho schopnost sportovat atd. V období předškolním a školním jsou již víceméně ukončeny hlavní vývojové milníky oka. Ale u mnohých dětí se v tomto věku začnou objevovat dioptrické neboli refrakční vady.

NEJČASTĚJŠÍ V POPULACI JSOU TYTO VADY: KRÁTKOZRAKOST, DALEKOZRAKOST A ASTIGMATISMUS

Podkladem těchto vad jsou poruchy lomivosti oka nebo předozadní délky oka respektive jejich nepoměru. Tyto vady jsou do značné míry dány geneticky. Někdy jsou familiární, někdy výrazně vázané na etnikum (např. četnost krátkozrakosti v Asii je mimořádně vysoká). Práce s mobily, tablety, počítači nebo sledování televize jsou někdy problematické, ale nemají zásadní vliv na vznik a průběh těchto vad. Nicméně každé desáté dítě ve školním věku má nějakou dioptrickou vadu, která si zasluhuje řešení. Na druhé straně nutno říci, že málokteré dítě nemá vůbec žádnou dioptrii, ale mnoho z těchto dětí nepotřebují nějakou zásadní korekci.

Krátkozrakost v první linii - pozor na chování dítěte

Krátkozraké dítě vidí špatně na dálku. Je to nejčastější vada ve školním i předškolním věku (až 20 % dětí v naší populaci má krátkozrakost) a někdy jak dítě roste tak se vada zhoršuje. První oční příznaky se mohou projevit mhouřením očí, překrvením spojivek, bolestmi hlavy. I malá krátkozrakost může činit potíže. Velké hodnoty dioptrií nebo jejich neustálý růst spojený i se změnami na sítnici jsou vzácnější. Odrazem nekorigované nebo nepoznané krátkozrakosti může být negativní „přidaná hodnota". Špatné vidění se může odrazit v nezvyklém chování dítěte ve škole - např. postupně se zhoršující prospěch ve škole (dítě vidí hůře na tabuli, je unavené, nekoncentruje se na učivo, vyrušuje) a později i problematické chování. Vzácně mohou být přítomny i znaky sociální izolovanosti, určitého až autismu nebo jsou popsány i epileptické záchvaty. Přitom „první pomoc" je relativně jednoduchá. Oční vyšetření - dítě by měl vidět oftalmolog - a nasazení správné brýlové korekce je optimálním řešením. Dítě si na brýle rychle zvykne, je spokojené a mělo by je nosit co nejvíce. Z hlediska stabilizace této vady se doporučuje trávit co nejvíce času ve venkovním prostředí (tzv. outdoor aktivity). Ostatní metody řešení této refrakční vady nejsou u dětí indikovány (např. laser), s výjimkou kontaktních čoček (např. pro sportovní činnost).

Dalekozrakost – pozor na tupozrakost

Dalekozraké dítě vidí pro svoji schopnost akomodace dobře do dálky i do blízka, ale za cenu úsilí při zaostřování a u některých dětí se může tato vada pojit se šilháním. Pokud je diagnostikováno zřetelné šilhání jsou u dalekozrakosti indikovány brýle vždy a je třeba pátrat po tupozrakosti, která se vyskytuje u šilhajícího oka. Pak je namístě tzv. plná korekce a výcvik oka se sníženou zrakovou ostrostí (čím dříve se začne tím ale lépe). V ostatních případech u dalekozrakosti není vždy nutné, aby dalekozraké dítě nosilo brýle.

Astigmatismus

Astigmatismus je způsoben nestejnoměrným zakřivením rohovky (oko má tvar „šišatého" míče) a je často příčinou potíží této v řadě poslední dioptrické vady. Dítě vidí rozmazaně kontury předmětů respektive něco ostře a něco hůře. Někdy má až dvojité vidění. Řešením jsou opět brýle korigující zakřivení oka. Podobně jako u dalekozrakosti nejsou ale vždy nutné.

Závěr

Vývoj zraku a psychomotorický vývoj jsou spojené nádoby a to již od narození. Obojí je třeba sledovat a včas terapeuticky zasáhnout. Včasná detekce a načasování léčby dokáží u malých dětí většinu problémů dobře řešit. Totéž platí pro pozdější zrakové problémy větších dětí.

text: MUDr. Milan Odehnal, MBA I foto: iStock

SESTRY JAK JE NEZNÁTE

Mgr. Eva Jirků

Stomatologická klinika dětí a dospělých 2. LF UK a FN Motol

narozena: 1960 ve Vrchlabí
vystudovala: SZŠ v Trutnově - obor dětská sestra, VŠZ v Praze - obor všeobecná sestra
představa o povolání: Musí mít smysl, člověka naplňovat a těšit
nejoblíbenější činnost: četba, práce na zahradě, cestování
představa ideální dovolené: Miluji Itálii, moře, také Krkonoše, Šumavu a na chalupě práci na zahradě.
oblíbená kniha/film: Ráda čtu knížky z medicínského prostředí, z psychologie.
životní motto/krédo: "Co kdo rozsévá, to také sklidí."
oblíbené vánoční cukroví: Mám ráda sladké všeobecně, nejen cukroví.

■ Kdy jste se rozhodla, že se stanete sestrou a kdo nebo co Vás přivedlo na tento nápad?
Už od malinka jsem chtěla být sestřičkou u miminek. Nenechala jsem žádný kočárek s miminky na pokoji, vozila jsem je donekonečna. Všechny panenky i medvídky doma jsem měla rozpíchané tehdy kovovými jehlami a léčila jsem je se vším všudy. Později se přidalo ještě přání být paní učitelkou. Panenky a medvědy jsem poskládala jako do lavice, vzala notýsek a známkovala. Povolání sestřičky mě ale drželo velmi silně, o ničem jiném jsem nechtěla ani slyšet a tak jsem se přihlásila na zdrávku, obor dětská sestra. Nakonec se mi obě dětská přání vyplnila a dnes jsem i sestřičkou i předávám zkušenosti budoucím kolegyním.

■ Vzpomínáte si na svůj první pracovní den ve FNM?
Ano, vzpomínám. I když už je to 16. rok. Strašně to letí. Začátky nebyly vůbec jednoduché. Na oddělení zůstala bývalá staniční sestra, která mě v tom nechala plavat a ani trochu mi to neulehčila. Naopak. Navíc jsem začala studovat VŠ. Byl to opravdu kolotoč. Tenkrát jsme ještě patřili pod polikliniku a tak mně pomáhaly a radily staniční sestry z ambulancí jiných klinik a bývalá vrchní sestra. Zvládla jsem to a jsem na to pyšná.

■ Pracujete na Stomatologické klinice dětí a dospělých. Co Vás přivedlo právě k tomuto oboru?
Kdyby mi někdo před 25 - 30 lety řekl, že budu pracovat na stomatologii, tak se mu vysměju a budu si klepat na čelo. Já a na zubním...! Ale odříkaného chleba největší krajíc. Na stomatologii pracuji už od roku 1998! Hrůza! V tom roce se hodně věcí změnilo v mém osobním životě a já změnila i práci. V té době nebylo na ambulancích pediatrie místo, tak jsem po domluvě s hlavní sestrou VFN nastoupila na ortodoncii tamní Stomatologické kliniky, abych mohla pracovat u dětí. A v roce 2006 jsem po nabídce paní profesorky Dostálové přešla do Motola na pozici staniční sestry, kde bylo volné místo.

■ Jaké vlastnosti a předpoklady by podle Vás měl mít člověk, který se rozhodne pro toto povolání?
Určitě by to měla být láska k lidem. Hodně se mluví o empatii, ale nedokážu být empatický, když nemám rád lidi. Musím mít rád i sám sebe. Důležitá je také spolehlivost, zodpovědnost, smysl pro kolegialitu, týmovou spolupráci, nesobeckost. Musím umět nejen brát, ale mnohem více dávat. A to je v dnešní době veliký problém. Velmi také chybí pokora.

■ Vzpomenete si na nějakého malého pacienta, který Vás nejvíce potěšil nebo pobavil?
Jednou jsme ošetřovali v ambulanci čtyřletého chlapečka, a když odcházeli, dostal ode mě hračku, protože byl hrozně hodný a šikovný. On se v ordinaci rozběhl a dal mi pusu a řekl: „...děkuji a ahoj...," zůstali jsme všichni stát jako opaření, i s maminkou. Stomatologie není oblíbeným oddělením pro dospělé, natož pro děti. Jsem moc ráda, když dokážu děti rozptýlit a rozmluvit. A vůbec nejvíc, když se usmějí a v klidu odcházejí. Získáme-li si dítě pro spolupráci, získali jsme si tím i rodiče a pak je to většinou snadnější. Jsem ráda, že pracuji s dětmi.

■ Jak relaxujete, co je podle Vás ten nejlepší odpočinek?
Jak kdy. Někdy přijdu domů a pustím si oblíbenou hudbu podle nálady, jindy chci mít klid, někdy si vezmu knížku, jindy jdu do přírody a chci být sama a užívat si krás kolem, které v tom spěchu člověk ani nevnímá. Pokud mám víc času jedu do míst mého dětství nebo na chalupu, kde je mi fajn.

■ Jaký byl Váš největší dětský sen?
Největší dětský sen? Mít dům, v něm hodně zvířat, koně a zahradu plnou květin. Tak, jak jsem to zažívala v dětství u babičky a dědy.

■ Máte nějaký zaručený recept na zvládání stresu?
Zaručený recept opravdu nemám. Jedno moudré přísloví říká, že více štěstí je v dávání než v přijímání. A tak se snažím dávat, co mám a umím. Jinak bojuji jako všichni ostatní. Snažím se dobíjet baterky v přírodě, pěstováním květin a bylinek, hudbou, přáteli, rodinou, milovanou vnučkou Eliškou.

■ Kdy jste se naposledy ze srdce zasmála?
Vždy, když jsem s již zmíněnou vnučkou. To je úžasný človíček! Jsou jí teprve 3 roky, ale co slovo, to perla a každá chvilka s ní, byť třeba jen po telefonu, je radost! Je to moje sluníčko!

■ Existuje někdo, kdo je pro Vás životní inspirací?
Ano, byl to můj dědeček. Byl to nesmírně pracovitý, houževnatý, mírný a hodný člověk. Nikdy na mě ani ostatní nezvedl hlas, nikdy mi nevynadal, nikdy jsem nedostala pohlavek. Já bych si ale taky nikdy nedovolila neposlechnout, něco neudělat. Měl přirozenou autoritu a respekt u všech. Nemusel nic říkat a člověku v jeho přítomnosti bylo moc dobře, cítil z něho tu lásku, pochopení, pohlazení, byť to byl opravdový horal. Kéž bych dokázala být taky taková...

text: Mgr. Eva Jirků
foto: David Černý

CHIRURGIE LEBNÍ BAZE VE FN MOTOL

PROF. MUDR. JAN BETKA, DRSC., FCMA (ZLEVA), PROF. MUDR. JAN PLZÁK, PH.D., PROF. MUDR. EDUARD ZVĚŘINA, DRSC., FCMA (VPRAVO)

„NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH ČTU ČASTO DOTAZY ZMATENÝCH PACIENTŮ CO DĚLAT, KDYŽ JIM BYL ZJIŠTĚN NEURINOM AKUSTIKU (NA), VESTIBULÁRNÍ SCHWANNOM (VS) - NÁDOR MOSTOMOZEČKOVÉHO KOUTU. KDE SE NECHAT LÉČIT? CO DĚLAT, KDYŽ MAJÍ KOMPLIKACE NEBO JIM I PO OPERACI NÁDOR ROSTE? NECHÁPU TO,“ ŘÍKÁ LETOŠNÍ NOSITEL CENY J. E. PURKYNĚ, PROF. MUDR. EDUARDA ZVĚŘINY, DRSC., FCMA.

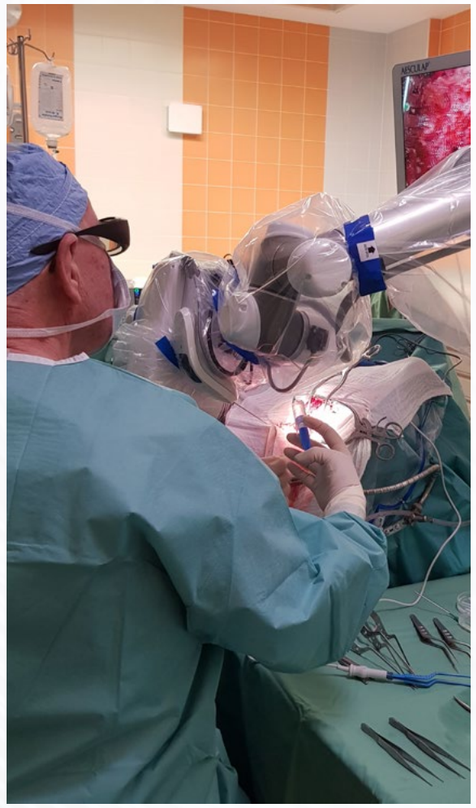
NEURINOM AKUSTIKU (NA), VESTIBULÁRNÍ SCHWANNOM (VS)

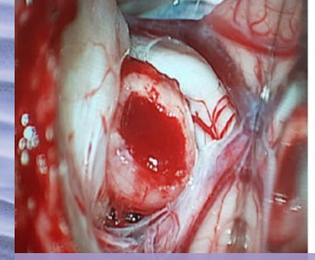
Každý pacient s NA, VS, který přijde na Kliniku otorinolaryngologie a chirurgie hlavy a krku 1. LF UK a FN Motol (dále jen ORL) se dostane do péče týmu chirurgie lební baze. Tým zde byl založen v roce 1998 přednostou prof. MUDr. J. Betkou, DrSc., FCMA a mnou. Stále je doplňován řadou zkušených i mladých lékařů. Spolupracuje s celou řadou klinik. Za 23 let jsme zde provedli více než 2000 nejsložitějších operací ve všech oblastech lební baze. Od roku 2017 v rozvoji pokračuje nový přednosta kliniky prof. MUDr. J. Plzák, Ph.D. Lební bazi rozvíjí v nejmodernějších i mezinárodních intencích.

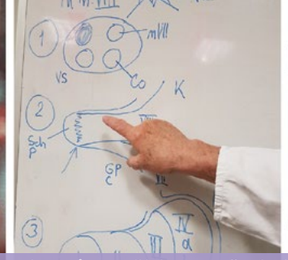
CHIRURGII LEBNÍ BAZE, JAKO INTERDISCIPLINÁRNÍ OBOR, FORMÁLNĚ ZALOŽILI V ROCE 1992 V HANNOVERU NEUROCHIRURG M. SAMII A ORL LÉKAŘ W. DRAF ZA SPOLUPRÁCE ŘADY ZEMÍ, TAKÉ ZA MÉ ÚČASTI.

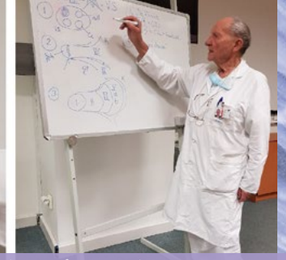
Pacient s NA, VS je na ORL klinice vyšetřen i opakovaně všemi nejmodernějšími metodami. Jsou mu zodpovězeny všechny otázky s návrhem léčby. Dostane osobní kontakty na ošetřující lékaře. Pokud se rozhodne o léčbě u nás, také operační, přebíráme zodpovědnost za vše, co s ní souvisí. Zůstává v naší péči vlastně celý život. Od roku 1998 je to již více než 600 operovaných a 1000 sledovaných po dobu třiadvaceti let. Žádné jiné pracoviště v ČR nemá takovou zkušenost. Denně realizujeme podstatu chirurgie lební baze. Tou je spolupráce ORL, neurochirurga a dalších specializací. Patří tak mezi prioritní i mezinárodně.

Čím je tedy způsoben zmatek pacientů s NA, VS? Je to stejné jako v jiných oblastech života i ve světě. O nádoru jsou publikovány tisíce článků a monografií. Jak si má pacient vybrat









VIDEO, FOTODOKUMENTACE A STOVKY NÁKRESŮ, SLOUŽÍCÍ KE ZLEPŠENÍ VÝSLEDKŮ OPERACÍ

podstatné!? Navíc počítačová informatika slouží nejen etickým poskytovatelům léčení, ale také těm, kterým pacienti slouží převážně k zisku nebo prestiži. Pacientům jsou dnes nabízeny tři metody. Sledování růstu NA, VS, jeho ozáření nebo operování. To zdaleka nestačí. Pravidla správného léčení NA, VS jsou dnes víceméně známá. Stačí se je jen naučit a aplikovat. Proč se nerealizují? Realizace je nesmírně obtížná. Dnes musí být individualizovaná. Musí být „ušita“ na konkrétného pacienta, zvláště z hlediska věku a přirozeného chování jeho NA, VS.

CO LZE POVAŽOVAT ZA SPRÁVNOU LÉČBU? KOMU SE SVĚŘIT DO PÉČE? KDE BUDE LÉČBA OPTIMÁLNÍ A KOMPLETNÍ? KONCENTRACE PACIENTŮ NEBO SVOBODNÁ VOLBA LÉKAŘE?

Pouze při koncentraci pacientů lze dosahovat světovou, pro pacienta optimální léčbu. Má-li se neurochirurg nebo ORL lékař operaci naučit, musí asistovat 100 operací za vedení experta. Ještě k tomu musí mít nadání, podobně jako houslový virtuos. V ČR vznikne asi 120 - 150 NA za rok. Pokud se v ČR pacienti s NA rozptýlí do desítek pracovišť, jen zlomku se dostane nejoptimálnější léčba.

KTERÁ SPECIALIZACE MĚ MÁ LÉČIT, NEUROCHIRURGIE NEBO ORL?

Žádný z těchto oborů nemůže samostatně pacientům poskytnout odpovídající léčbu. Nejedná se jen o operace. Správná léčba vyžaduje spolupráci ORL s neurochirurgií a dalšími obory jako jsou zobrazovací metody, špičková anestezie, resuscitace, operační monitorování, EMG, patologie, rehabilitace, oční, neurologie a další. Na Klinice ORL jsou samozřejmostí endoskopicky asistovaná mikrochirurgie, navigace, 3D exoskopické techniky, všechny metody rekonstrukce lícního nervu, náhrad sluchu a rovnovážných funkcí.

MUSÍM JÍT NA OPERACI NEBO STAČÍ OZÁŘENÍ. CO JE LEPŠÍ? STAČÍ NA, VS JEN SLEDOVAT?

Na Klinice ORL léčbu LGN doporučujeme spíše výjimečně. Proč? Pacient by měl vědět, že po LGN tumor v hlavě stále zůstává. Jeho diagnóza také není ověřena histologicky. Mikrochirurgie musí a umí léčit všechny NA, VS, hlavně ty největší. Pro LGN se určují pouze ty nejmenší, nerostoucí nádory. Musíme vycházet ze znalosti přirozeného chování NA, VS, rozhoduje o individualizované léčbě konkrétního pacienta. Velikosti NA, VS (klasifikace dle Koose) rozdělujeme na 1. - 4. stupeň, kdy 1. - 2. poškozuje jen funkci nervu a 4. stupeň může velikostí vést k ohrožení života. I když je chování z hlediska růstu nejisté, lze dnes říci, že u mladých jedinců VS roste rychle, proto u nich často diagnostikujeme 4. stupeň. U starých lidí naopak nádor skoro neroste, a proto diagnostikujeme většinou 1. - 2. stupeň. Statistické znalosti růstové aktivity nás nutí u mladých pacientů k co nejvčasnější operaci. Malé NA, VS u starých lidí skoro nerostou, dokonce se i zmenšují. I podle naší 23leté sestavy stačí pacienty jen sledovat. Operací jim nelze nic poskytnout.

STAČÍ ČÁSTEČNÉ ODSTRANĚNÍ NA, VS NEBO SE MUSÍ ODSTRANIT CELÝ?

Na Klinice ORL pacientům nabízíme radikální odstranění NA, VS. Z hlediska recidiv naše 23 let sledovaná sestava patří i mezinárodně ke špičkovým. Hodnocení radikality je možné až za 20 i více let. NA, VS, vyrůstá z VIII. hlavového nervu, z jeho rovnovážné, nikoli sluchové větve. Jedná se o benigní nádor. Nejideálnější metodou léčby proto je jeho radikální odstranění. Pacienta tak lze vyléčit na celý život. Tumor je třeba zcela odstranit, zejména v pyramidě, ve vnitřním zvukovodu, odkud vyrůstá z přechodové zóny n. VIII. Všechny postupy částečného ponechání nádoru vedou obvykle k recidivám, reoperacím a invalidizaci (zejména mladých) pacientů.

LZE U MĚ ZACHOVAT SLUCH?

Na Klinice ORL děláme vše proto, abychom sluch zachovali. Používáme k tomu nejmodernější vyšetřovací a operační techniky. Klinika patří k pionýrským pracovištím také při zavádění metod kompenzujících jednostrannou hluchotu. Již v roce 2000 jsme zavedli implantaci kmenové sluchové protézy u oboustranné hluchoty při FN2. Také její biologickou léčbu. Uchování sluchu celosvětově patří k nejsložitější a stále futurologické problematice. Z hlediska sluchu jsou podstatné dva údaje, jak již bylo zmíněno, NA vyrůstá z VIII. hlavového nervu, z jeho rovnovážné, nikoli sluchové větve. Proto jej správně označujeme jako vestibulární schwannom, VS. Sluch je proto možné zachovat. Na druhé straně n. VIII není nervem, ale vlastně výběžkem mozku a není schopen regenerace. Pokud nádor nebo operace sluch zničí, nikdo na světě jej neumí obnovit. Proto bychom neměli, zvláště u mladých pacientů čekat na průkaz růstu nádoru. Měli bychom je operovat dříve než růst NA, VS tlakem definitivně poškodí sluch. Zachovat při operaci sluch vyžaduje zkušenosti a speciální techniku. To mluví pro koncentraci pacientů na specializovaná pracoviště.

TINITUS NEBOLI UŠNÍ ŠELESTY

Tinitus je lékařský termín pro pískání, zvonění, šumění nebo jiné nechtěné zvuky v uchu, které slyší pouze postižený, nikoli jeho okolí. Přestože patofysiologii vnímání nežádoucích zvuků docela rozumíme, nikdo na světě je neumí racionálně odstranit. Jen ovlivnit. Z hlediska sluchu mě mnohaleté zkušenosti vedou k názoru, že pro pacienta je užitečný jakýkoliv sluch bez ohledu k přijatým klasifikacím užitečnosti.

JAKOU MÁM ŠANCI, ŽE BUDU MÍT PO OPERACI NORMÁLNÍ FUNKCI OBLIČEJE?

Jedná se o funkci n. VII, lícního nervu. Na Klinice ORL a ve spolupráci s dalšími klinikami umíme všechny metody jeho vyšetřování i jeho rekonstrukce. V sestavě všech velikostí NA, VS docilujeme anatomického uchování u 96 %.

LZE ZACHOVAT MOJE ROVNOVÁŽNÉ FUNKCE?

Za rovnovážné funkce nezodpovídají jen dvě vestibulární větve n. VIII, n. statoacusticus, z kterých NA, správně VS, vyrůstá. Rozhoduje o nich mozeček a další oboustranné struktury mozku. Jedná se o vestibulocerebellární funkce. Již před operací pacienta připravujeme tak, aby byly poruchy minimální. Také po operaci pacienty podrobně vyšetřujeme a cvičíme. Většina pacientů se vrací do své předchozí i sportovní aktivity, např. lyžování.

JAK MĚ BUDETE OPEROVAT?

Obecně platí, že operačním přístupem nesmíme pacientovi způsobit žádné další poškození. Musí být co nejšetrnější, ale zároveň musí umožnit radikální odstranění NA, VS. Byly vypracovány tři přístupy. Dva, subtemporální a retosigmoideální (RS), které dovolují NA, VS odstranit radikálně bez ohledu na velikost a zachovat všechny funkce a translabyrintální (TLB), který neumožňuje zachovat sluch. Vede k destrukci pyramidy a nutnosti její náhrady pacientovým tukem. Neumožňuje odstranit velké NA, VS. Pokud ano, během operace se musí transformovat na RS přístup. Každý, kdo operuje NA, VS musí umět všechny přístupy. Jsou případy, kdy se musí použít oba. Největší a nejlepší zkušenosti byly získány s RM, RS přístupem, proto jej jednoznačně doporučuji. Nesprávné je použít TLB při jakémkoliv zachovaném sluchu. Přesto se ve světě používají jak RM, RS (všichni neurochirurgové), tak TLB (někteří ORL).

HOJENÍ RÁNY

Pacientovi můžeme nabídnout zahojení rány bez zánětlivé a likvorové komunikace. Prevence antibiotiky je samozřejmostí. Pokud pacient neví, co má dělat, jestliže mu teče z nosu nebo mezi stehy z rány mozkomíšní mok, lze to označit za malpraxi. Speciální pooperační metodou jsme docílili, že po pouhé punkci rány a biologickém lepení se rány zahojí p. p. Revizi ran pro mediální a laterální likvorovou komunikaci jsme skoro vyloučili. Mohli jsme také zcela vyloučit lumbální punkce, drenáže a komorové drenáže. Považuji je pro možnost zavlečení infekce za škodlivé.

POOPERAČNÍ KOMPLIKACE A ÚMRTNOST

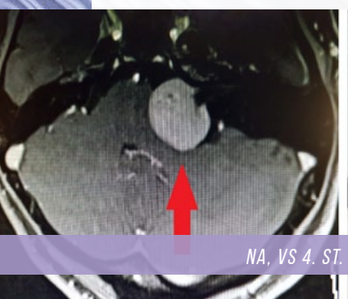
Když jsem začínal klasickou neurochirurgii roku 1961, u všech byla morbidita z hlediska sluchu, funkce obličeje, mozečku a kmenových funkcí. Mortalita dosahovala až 80 %. Dnes by měla být nulová. Přesto u gigantických NA, VS IV. stupně s nitrolební hypertenzí dosahuje i na nejlepších pracovištích 1 - 3 i více procent. Pacienti však nemají žádnou jinou léčebnou alternativu. Ozařovat je nelze.

ZÁVĚR

Pacientům s nádory lební baze, s neurinomem akustiku (NA), vestibulárním schwannomem (VS) na Klinice otorinolaryngologie a chirurgie hlavy a krku 1. LF UK a FN Motol nabízíme kompletní léčení, srovnatelné se světovou špičkou. Našich 23 let zkušeností s tisíci pacienty svědčí pro dva individualizované postupy. NA, VS u mladých pacientů, které rostou, by se měly operovat co nejdříve. Lze tak docílit nejlepší výsledky a někdy i zachovat sluch. Operace musí být radikální a vyléčit pacienta na celý život. U starší populace, kdy NA, VS bývá malý a skoro neroste, stačí dokonce jen sledování. Léčení pacientů s NA, VS by se mělo soustředit na specializovaná pracoviště, stejně jako nejnáročnější kardiologické operace.

text / foto:
Prof. MUDr. Eduard Zvěřina, DrSc., FCMA

PROF. MUDR. EDUARD ZVĚŘINA, DRSC., FCMA , OBDRŽEL NEJVYŠŠÍ LÉKAŘSKÉ OCENĚNÍ ČLS JEP 16. 6. 2021 V RÁMCI 63. PURKYŇOVA DNE. PO PROFESORECH Z. KUNCOVI A R. PETROVI, KTEŘÍ V ČESKOSLOVENSKU NEUROCHIRURGII ZALOŽILI, SE E. ZVĚŘINA STAL V 70. LETECH INICIÁTOREM MODERNÍ NEUROCHIRURGIE. CHARAKTERIZUJE JÍ MIKROCHIRURGIE, MONITOROVÁNÍ NERVOVÝCH FUNKCÍ A OD 90. LET CHIRURGIE LEBNÍ BAZE. PATŘÍ MEZI ZAKLADATELE MIKROCHIRURGICKÉHO STEHU NERVŮ BEZ NAPĚTÍ NEJEN U NÁS, ALE I VE SVĚTĚ. OD PROMOCE 1961 SE NEUROCHIRURGII VĚNUJE 60 LET, Z TOHO 37 LET NA 1. LF UK V ÚVN, KDE BYL I PŘEDNOSTOU. OD 1998 PRACUJE 23 LET NA KLINICE OTORINOLARYNGOLOGIE A CHIRURGIE HLAVY A KRKU 1. LF UK A FN MOTOL, TEDY SKORO 1/3 SVÉHO ŽIVOTA. S VÍCE NEŽ 1000 OPEROVANÝCH NA, VS PATŘÍ MEZI SVĚTOVĚ UZNÁVANÉ EXPERTY.



NA, VS 4. ST. S NORMÁLNÍ FUNKCÍ LÍCNÍHO NERVU

ŘEKNĚME DEKUBITŮM STOP!

MEZINÁRODNÍ DEN STOP DEKUBITŮM 19. 11. 2021

Dekubitus (proleženina) je poškození kůže a podkožních tkání, které postihuje nemocné se sníženou pohyblivostí, upoutané na lůžko či invalidní vozík. Hlavní příčinou vzniku proleženin je stlačení měkkých tkání mezi kostí a podložkou. Dochází ke snížení prokrvování, pokožka a svaly jsou nedostatečně vyživovány a postupně nastává odumírání tkáně.

Dekubity jsou vážnou komplikací zdravotního stavu. Proto je velmi důležité jim co nejúčinněji předcházet. Proleženiny mohou vzniknout velmi rychle (již během několika hodin). Na jejich vznik má vliv omezená pohyblivost, obezita nebo naopak nízká tělesná hmotnost a věk (zvýšení rizika vzniku nad 60 let věku). Dalšími rizikovými faktory jsou nedostatečná výživa, dehydratace, působení vlhka na pokožku, výrazné výkyvy tělesné hmotnosti a obecně špatný zdravotní stav. Dekubity se vyskytují v různém stupni postižení tkáně od neblednoucího zarudnutí přes částečnou ztrátu kůže až po rozsáhlé poškození. Vznik dekubitů vám hrozí nejen při pobytu v nemocnici, ale také v domácím prostředí. Proto dbejte na jejich prevenci! Cvičte v rámci svých možností (i na lůžku), dbejte na dostatečnou výživu, pitný režim, hygienu kůže. Zajistěte komfort vašeho lůžka (vypnuté prostěradlo, suché čisté lůžkovin apod.). Účinnou prevencí lze zabránit vzniku proleženin až u 95 % pacientů! Pokud máte vy nebo vaši blízcí omezenou pohyblivost, i zprvu nenápadný otlak řešte s odborníkem (sestrou, ošetřujícím lékařem). Fakultní nemocnice v Motole se již po sedmé zapojila do aktivit k Mezinárodnímu dni STOP dekubitům, který letos připadl na 18. listopadu. Ve čtvrtek 18. listopadu dopoledne probíhala ve vstupní hale akce zaměřená na přiblížení problematiky dekubitů laické veřejnosti. Zástupci firem, které se zabývají prevencí a terapií dekubitů, zde demonstrovali ukázky materiálů a jejich použití při správné péči o kůži, správného polohování a mobilizace pacienta s důrazem na prevenci vzniku dekubitů. Sestry z týmu pro hojení ran připravily ochutnávku doplňků stravy, které jsou významnou součástí prevence i hojení proleženin. Již tradičně rozdávaly studentky informační letáky a brožury a diskutovaly o problematice s pacienty a jejich blízkými. Celé dopoledne byl v místě akce v pravidelných intervalech promítán film vytvořený FN Motol k příležitosti Dne Stop Dekubitům. Již třetím rokem jsme rozdávali balonky s logem akce a dárečky pro nejmenší návštěvníky nemocnice. Krátké video Prevence dekubitů, určené pro laickou veřejnost je již dlouhodobě dostupné na:

I tímto příspěvkem, který je jakýmsi ohlédnutím za proběhnutými akcemi, vám chceme závažný problém dekubitů a snahu o jejich prevenci přiblížit. Už se těšíme na akce, které v rámci Mezinárodního dne STOP dekubitům v listopadu 2022 budeme ve FN Motol organizovat již po deváté!

text: Mgr. Jitka Hovorková I foto: Dana Černá

LISTOPADKA

XIV. EDUKAČNĚ – ODBORNÁ KONFERENCE PRACOVNÍ SKUPINY KARDIOLOGICKÝCH SESTER A SPŘÍZNĚNÝCH PROFESÍ ČESKÉ KARDIOLOGICKÉ SPOLEČNOSTI, Z. S., S USTÁLENÝM NÁZVEM LISTOPADKA, JE TRADIČNÍ VZDĚLÁVACÍ AKCE PRO NELÉKAŘSKÉ ZDRAVOTNICKÉ OBORY, KTERÁ SE KONÁ PRAVIDELNĚ, KAŽDÝ ROK, VŽDY PRVNÍ SOBOTU V MĚSÍCI LISTOPADU. MÁ 14TILETOU TRADICI.

Od roku 2017 se koná na půdě FN Motol, kde je organizována pod záštitou Kardiologické kliniky 2. LF UK a FN Motole, vrchní sestrou Mgr. Janou Kovalčíkovou. Pouze jednou byla přerušena díky covidovým opatřením v minulém roce. Pracovní skupina Kardiologických sester a spřízněných profesí České kardiologické společnosti je skupinou pro setkávání, edukaci a erudici nelékařských profesí napříč kardiologickými odbornostmi.

CÍLEM A POSLÁNÍM PS KSSP JE VYTVOŘENÍ ODBORNÉ, VĚDECKÉ PLATFORMY PRO PŘEDÁVÁNÍ A SDÍLENÍ POZNATKŮ Z OBLASTI SPECIFICKÉ OŠETŘOVATELSKÉ PÉČE U PACIENTŮ S KARDIOVASKULÁRNÍM ONEMOCNĚNÍM.

Postupně rozšiřujeme naši členskou základnu a aktivně pracujeme na možnostech dalšího setkávání pracovišť napříč Českou a Slovenskou republikou. Pracovní skupina Kardiologických sester a spřízněných profesí (PS KSSP) je odborně-vědeckou organizací při České kardiologické společnosti (ČKS), jejímž cílem je sdružovat nelékařské zdravotnické profese, které se podílejí na diagnostice, léčbě, prevenci a výzkumu v oblasti péče o pacienty s kardiovaskulárním onemocněním.

text: Mgr. Jana Kovalčíková
foto: David Černý

POVINNOSTI PACIENTŮ

Občas se setkáváme s pacienty, kteří se domnívají, že disponují pouze právy. O povinnostech, které jim v souvislosti s poskytováním zdravotních služeb přísluší, buď nevědí, nebo vědět nechtějí. Jaké povinnosti tedy pacient vlastně má?

Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (dále jen zákon) upravuje širokou škálu práv pacientů. Nezapomíná však ani na pacientovy povinnosti. V oblasti poskytování zdravotních služeb tedy neplatí, že pouze „mám právo, ale nemusím nic". Dotkněme se tedy podstaty některých povinností, jdoucích za pacientem. Pacient má povinnost dodržovat navržený individuální léčebný postup, pokud s poskytováním zdravotních služeb vyslovil souhlas, a řídit se vnitřním řádem zdravotnického pracoviště.

> **„ÚMYSLNÉ A SOUSTAVNÉ NEDODRŽOVÁNÍ NAVRŽENÉHO INDIVIDUÁLNÍHO LÉČEBNÉHO POSTUPU ČI NERESPEKTOVÁNÍ VNITŘNÍHO ŘÁDU (POKUD TAKOVÉ CHOVÁNÍ PACIENTA NENÍ ZPŮSOBENO JEHO ZDRAVOTNÍM STAVEM) MŮŽE VÉST AŽ K UKONČENÍ PÉČE O PACIENTA."**

Tento postup však nelze aplikovat v případě nutnosti poskytnutí péče neodkladné.

V nedávné době jsme řešili případ, kdy matka, hospitalizovaná se svým 2letým dítětem jako doprovod, opakovaně porušovala vnitřní řád zdravotnického pracoviště, a to dost hrubým způsobem. Tato skutečnost vedla k omezení přítomnosti matky na oddělení, nemohla mít však vliv na případné ukončení péče o nezletilého pacienta.

Pacient má povinnost poskytovat součinnost nezbytnou k poskytování zdravotních služeb. Setkáváme se i s takovými pacienty, kteří se opakovaně a bez omluvy nedostavují na kontroly, neinformují svého lékaře o dosavadním vývoji zdravotního stavu, prostě zcela zásadně nespolupracují. I takový přístup ze strany pacienta může vyústit k ukončení péče. I zde platí podmínka, že se nesmí jednat o péči neodkladnou. Pokud například pacient zareaguje slovy: „*Mám právo svobodné volby poskytovatele zdravotních služeb, já jsem si vás zvolil a tak zde také zůstanu*", na to existuje odpověď: „*Právo svobodné volby máte, ale naplnil se jeden ze zákonných důvodů ukončení péče*". Povinnost zdržet se v průběhu hospitalizace požívání alkoholu nebo jiných návykových látek se jeví povinností natolik jasnou, že si možná položíme otázku, zda je vůbec potřeba toto v zákoně zdůrazňovat. Přesto se najdou pacienti, kteří o tomto zákazu diskutují a opakovaně ho porušují...

Pacient má dále povinnost prokázat svou totožnost, pokud je o to zdravotnickým pracovníkem požádán. Nejsou to případy časté, ale setkali jsme se i s reakcí pacienta: „*Byl jsem zde před 2 lety, proč bych se Vám měl legitimovat, to neudělám, snad si mě pamatujete...*". Pokud takovýto „neodtajněný pacient" nevyžaduje neodkladnou péči, může mu být poskytnutí zdravotní služby odmítnuto.

Jde-li o nezletilé pacienty, ve většině případů rozhodují o zdravotní péči jejich rodiče, zákonní zástupci. Ne vždy se podaří, aby byl výkon rodičovské odpovědnosti realizován ve vzájemné shodě tak, jak to stanoví občanský zákoník. Rodičovská odpovědnost zahrnuje nejen práva, ale i povinnosti rodičů, spočívající, mimo jiné, i v péči o zdraví jejich dítěte. Dle platné právní úpravy postačuje souhlas jednoho z rodičů. Poskytovatel zdravotních služeb není povinen zjišťovat názor druhého rodiče, pokud ovšem druhý rodič projevuje aktivní nesouhlas s péčí, je třeba s tímto pracovat.

Pokud dojde v praxi k situaci, že pacient své povinnosti porušuje, zejména, jedná-li tak opakovaně, je třeba tuto skutečnost zaznamenat do zdravotnické dokumentace. Lze si představit situaci, kdy nastoupí sankce v podobě ukončení péče a pacient se s tímto závěrem neztotožní. Pro případnou obhajobu správnosti postupu poskytovatele zdravotních služeb je třeba preciznosti zápisu ve zdravotnické dokumentaci věnovat potřebnou pozornost.

text: JUDr. Vladimíra Dvořáková
foto: iStock

Předčasně narozené děti a rodiče patří k sobě

Každý rok spatří světlo světa 15 milionů předčasně narozených dětí, až 8500 z nich se narodí maminkám v České republice. Pro jejich spokojenost a zdravý vývoj je zcela zásadní blízkost rodičů. Proto se odborníci a rodičovské organizace po celém světě snaží o minimalizaci jejich odloučení.

Neonatologie, tedy obor péče o předčasně narozené děti, je v Česku na špičkové úrovni. Poděkováním lékařům a sestrám za jejich práci je Světový den předčasně narozených dětí, který si každoročně připomínáme 17. listopadu a jehož organizátorem v ČR byla i letos - již po jedenácté - rodičovská organizace Nedoklubko.

„Zároveň je tato událost příležitostí pro všechny, kdo chtějí přispět k povědomí o důležitosti péče a blízkosti rodičů. Ať už připojením se k oslavám, šířením osvěty, zakoupením speciálních balíčků nebo finančním příspěvkem na podporu právě vznikající vzdělávací knihy,“

vysvětluje na úvod Lucie Žáčková, výkonná ředitelka Nedoklubka.

I děti s váhou pod 500 gramů mohou prospívat

V ČR je hranice životaschopnosti plodu ustanovena na 24. týden těhotenství. Současná medicína ale dokáže dát šanci i dětem narozeným ve 23. a výjimečně i ve 22. týdnu. Česká republika má velmi nízkou novorozeneckou úmrtnost, a to i mezi předčasně narozenými novorozenci, čímž se řadí mezi světovou špičku. Tuzemská neonatologie navíc zachraňuje děti s neuvěřitelně nízkou porodní hmotností, a to i pod 500 gramů. Využívá principů komplexní vývojové péče, díky níž se mohou rodiče starat o své děti přímo na oddělení. Práce na neonatologii je obtížná, ale odměnou personálu je pohled na dítě, které si mohou rodiče odnést domů.

„Zapojení rodičů do péče o nezralé dítě je potřebné a nutné především proto, že dítě se po předčasném porodu ocitá v nepřirozeném prostředí intenzivní péče. Je obklopeno prostředím a vjemy, které jsou zcela odlišné od prostředí matčiny dělohy. Přítomnost rodičů, těsný kontakt, společný pobyt, doteky a všechny smyslové vjemy pomáhají pozitivně dalšímu vývoji dítěte. Víme, že v tomto ohledu rodiče dokáží přirozeně mnohem více než personál,“ říká MUDr. Jozef Macko, Ph.D., primář novorozeneckého oddělení Krajské nemocnice Tomáše Bati ve Zlíně.

"Spolupráci mezi zdravotníky a rodiči nedonošených dětí je třeba stále zdůrazňovat a podporovat. Vzájemná intenzivní komunikace, důvěra a sdílení detailů a plánů komplexní péče o předčasně narozené děti je v současnosti nutností u všech, kteří se o nedonošená miminka starají. Nejedná se jen o zdravotníky a jejich péči o rizikového novorozence, ani jen o rodiče a jejích péči o vlastní nedonošené miminko, jedná se o globální spolupráci, na které rodiče významným způsobem participují i u vážně nemocných novorozenců - jejich účast a přítomnost v celém procesu péče je nezastupitelná,“ říká doc. MUDr. Jan Janota, Ph.D., primář Novorozeneckého oddělení s JIRP Gynekologicko-porodnické kliniky 2. LF UK a FN Motol.

Poděkování lékařům a sestrám

Regionální koordinátorky Nedoklubka zavítaly v rámci oslav do všech perinatologických center, kde je pečováno o předčasně narozená miminka. Předaly purpurové léčivé balíčky rodičům a také limitovanou edici dárkových balíčků 2021 všem lékařům, sestrám a dalším pracovníkům, kteří na neonatologických odděleních působí. Léčivé balíčky obsahují podpůrné tiskové materiály, cenné rady, jak zvládnout první dny po předčasném porodu a terapeutické omalovánky pro starší sourozence. Obsahují také ručně vyráběné dárky jak pro maminky, tak pro maličká miminka. V dárkových balíčcích zdravotníci našli informace o světovém dni. Poděkování za jejich práci a dárkové předměty od Nedoklubka

Jak se můžete v budoucnu zapojit?

Světový den se dnes slaví již ve více než 100 zemích světa. Možností, jak podpořit povědomí o tématu předčasně narozených dětí, je během Purpurového listopadu celá řada.

Mimo jiné můžete v průběhu celého měsíce sdílet osvětové články denně publikované na webu, Instagramu a Facebooku Nedoklubka s hashtagem #purpurovylistopad

Chcete-li zapojit svoji tvořivost, vyrobte si vlastní originální šňůru dětských ponožek nazvanou "Socks for Life – Ponožky pro život" – kdy jeden z deseti párů na šňůře je výrazně menší a symbolizuje dobu hospitalizace předčasně narozeného děťátka na neonatologii.
Ve dnech 16. a 17. listopadu se zase můžete do purpurové barvy obléknout nebo jí rozsvítit svůj domov. Podobně, jako jsou každoročně nasvíceny významné budovy po celém světě, včetně Tančícího domu a Petřínské rozhledny v Praze, brněnského hradu Špilberku, Hněvína v Mostě a další třicítky staveb napříč ČR. Nezapomeňte pořídit fotografie a videa a sdílet je na sociálních sítích s označením profilu @nedoklubko.
„Každý rok v rámci oslav světového dne s radostí a vděkem spolu s ostatními rodiči děkujeme zdravotníkům, kteří pečují o předčasně narozená a nemocná miminka. Ať už vyzdvihnutím jejich ohromného nasazení, šířením osvěty o problematice předčasného porodu a neonatologické péče, drobným dárkem nebo osobním poděkováním,“ uzavírá Lucie Žáčková.
Více na www.nedoklubko.cz/svetovyden

text: Nedoklubko / foto: Dana Černá

O rodičovské organizaci Nedoklubko

Spolek Nedoklubko od roku 2002 pomáhá rodinám po předčasném porodu. Spolupracuje se všemi centry v ČR, kde pečují o předčasně narozená miminka. Vydává publikace informující o prevenci i o péči o předčasně narozené děti, zapojuje se do výzkumu příčin a prevence předčasných porodů. V těchto dnech vydává knihu s názvem. Když přichází na svět miminka do dlaně, která je souborem textů téměř 60 autorů z řad gynekologů, porodníků, neonatologů, pediatrů, psychologů i rodičů. Je zakládajícím členem evropské nadace EFCNI (European Foundation for the Care of Newborn Infants) a členem Asociace veřejně prospěšných organizací. V červnu 2022 oslaví 20 let výročí svého založení.
www.nedoklubko.cz

NOVOROČNÍ PŘEDSEVZETÍ SI NEDÁVÁM

ROZHOVOR S PREZIDENTKOU NADAČNÍHO FONDU KAPKA NADĚJE VENDULOU PIZINGEROVOU A JEHO ŘEDITELEM JANEM FISCHEREM ML. ODHALÍ MIMO JINÉ ZÁKULISÍ FONDU A ZMĚNY V JEJICH PRÁCI ZA 21 LET, PO KTERÉ KAPKA NADĚJE PŮSOBÍ VE FAKULTNÍ NEMOCNICI V MOTOLE.

KDYŽ SE ŘEKNE FN MOTOL, JAKÉ PRVNÍ SLOVO SE VÁM VYBAVÍ?

V: Děti

H: Naděje

KONČÍ ROK 2021, DRUHÝ ROK S COVIDEM, JAK TUTO DOBU HODNOTÍTE, JAK SE DOTKLA ČINNOSTI NF KAPKA NADĚJE?

V: Aktuální rok je z pohledu Kapky naděje komplikovanější, cítíme to i na mírném poklesu příjmů nadačního fondu. Věřím ale, že silné a etablované organizace, jako je Kapka naděje i další, se s tím vyrovnají. Ale toto je spíše otázka na pana ředitele.

H: Souhlasím s Vendulou, ale s tímto scénářem jsme počítali a děláme vše pro to, abychom nepříznivé situaci co nejlépe čelili. V loňském roce jsme se s covidem vypořádali velmi dobře, zorganizovali jsme velké sbírkové akce a v době největšího nedostatku ochranných pomůcek jsme zaplavili české nemocnice desetitisíci respirátorů. Nyní je situace již odlišná a možnost pomáhat v rámci covidu z pohledu nadačního fondu poměrně omezená. Vše se soustředí na očkování a v tom zásadně pomoci nemůžeme. V souvislosti s pandemií doplácíme také na vysokou míru inflace a problémy s importem zboží, které dopadá na naše korporátní podporovatele.

PŘINESLO TOTO OBDOBÍ I NĚCO DOBRÉHO?

V: Cením si soudržnosti kolegů, kterou cítím více než v době předcovidové. Někdy na druhou stranu mám pocit, že ta nálada, ta obyčejná lidská nálada, která se projevuje v běžném provozu, není zas tak optimistická.

H: Úplný souhlas, určitě jsme nyní soudržnější. Na druhou stranu intenzivně vnímáme rozdělení společnosti, které nás trápí.

V: To rozdělení lidí není ale jen v tom A / B (očkovaný / neočkovaný). Je to celkově taková nulová nálada. Covid trvá dlouho a lidé jsou podrážděnější a reagují na jednoduché situace vyhroceně.

H: Na druhou stranu je skvělé, že když přijde nenadálá událost, jako bylo tornáda na Moravě, tak se dokážeme zaktivovat – jak firmy, tak i jednotlivci.

V: Ano. Češi se dokáží semknout, dokážou zajít i pro pomoc do zahraničí, ale je to podle mě vždycky jednorázově, takové chvilkové nadšení a bylo by super, kdyby to fungovalo kontinuálně – v podobě podpory dlouhodobé práce na projektech, které jsou vidět už léta.

KAPKA NADĚJE POMÁHÁ FN MOTOL UŽ 21 LET, JAK SE POMOC FAKULTNÍ NEMOCNICI PROMĚŇOVALA?

V: Úplně na začátku, jak jste se ptala na jedno slovo, které se mi vybaví při slově Motol, zmínila jsem děti, protože jsem záměrně nechtěla říci leukémie. Ale prvopočátek spolupráce v Motole byl cíl, aby se postavila nová transplantační jednotka. Za tu dobu jsme s Kapkou šli přes hematologii, onkologii, kardiologii a všechny možné obory dětské medicíny. Pomáháme výrazně i v oblasti psychosociální péče. Kapka naděje například hradí platy psychologů na dětské hematoonkologii. Rozšířili jsme své pole působnosti do 50 nemocnic v celé ČR, ale FN Motol vždycky bude naší vlajkovou lodí, výkladní skříní, do které také směřuje nejvíce finančních prostředků.

H: Kapka se rozrostla nejen oblastně - do 50 nemocnic, ale také oborově. Díky našim partnerům pokrýváme téměř celou dětskou medicínu a stále hledáme nové obory, které vyžadují naší pomoc. Mezi tyto nové obory se bezesporu řadí dětská psychiatrie, kterou podporujeme výrazně již třetím rokem. V poslední době můžu konkrétně zmínit rekonstrukci terapeutických heren Dětské psychiatrické kliniky v Motole, vybavení všech pokojů malých pacientů novými postelemi a nábytkem. K naší velké radosti v těchto dnech zahajujeme rozsáhlou rekonstrukci terapeuticko-sportovní zahrady kliniky s rozpočtem přes 5 milionů. Kč.

CO DALŠÍHO AKTUÁLNĚ PŘÍMO PRO MOTOL CHYSTÁTE?

H: Plánovaných projektů je opravdu hodně. Ať už zmíněná rekonstrukce zahrady, tak investice do transplantační jednotky nebo nové vybavení pro dětskou JIP. Souběžně je to také financování výzkumu v oblasti dětské hematoonkologie při motolské nemocnici ve spolupráci s Karlovou univerzitou v Praze. Souhrnně je to ročně investice okolo 10 milionů korun.

JE NĚJAKÉ ODVĚTVÍ DĚTSKÉ MEDICÍNY, KTERÉHO JSTE SE JEŠTĚ VŮBEC NEDOTKLI, NEBO SE NA NĚJ CHCETE DO BUDOUCNA VÍCE SOUSTŘEDIT?

V: Je to paliativní péče. Což si myslím, že je obor, který je na okraji zájmu publika i sponzorů. Určitě chceme dále rozvíjet projekty v oblasti dětské psychiatrie. A jistě existuje i obor, který jsme zatím nepodporovali.

H: Obecně se snažíme investovat do oborů, kde cítíme, že je velká poptávka a velký prostor pro zlepšování. Dětská psychiatrie je zcela ilustrativní příklad. Je to obor, který je částečně tabuizovaný, podfinancovaný. Naším cílem je nejen detabuizace, ale řekněme i edukace firem i jednotlivců, že i tyto obory čekají na naši pomoc. V tom cítím sílu Kapky naděje, díky své velikosti si může dovolit i takto závažná a komplikovaná témata.

MOHOU VÁM V TOM POMOCI NAŠI ČTENÁŘI MOTOL IN A JAK?

V: Určitě bude super nějaké zamyšlení, a když někde na ně vykoukne Kapka naděje a budou mít možnost, tak budeme rádi, když přispějí. Budeme vděční, když budou lidé k sobě ohleduplní a vnímaví, budou si navzájem pomáhat a dělat si radost. A pokud se navíc rozhodnou vložit důvěru v práci Kapky naděje a podpoří některý z našich projektů, budu šťastná.

BLÍŽÍ SE VÁNOCE A KONEC ROKU, JAK SLAVÍTE VÁNOCE? JAKÝ BYL VÁŠ NEJHEZČÍ DÁREK, KTERÝ JSTE KDY DOSTALI?

V: Když mi bylo osm, tak jsem dostala digitálky. Hrozně jsem je chtěla. Byla jsem „rabovač" dárků. Hledala jsem je neustále a ty digitálky jsem prostě nenašla. Babička mi je koupila a dala mi je do vánoční ozdoby. Teď mě trumfni, Honzo.

H: Tak když jsme u toho rabování, tak já jsem taky neustále hledal dárky, a hlavně ty, které jsem chtěl. Jednou jsem si opravdu přál sluchátka. Byl jsem si jistý, že je rodiče objednali. A protože jsem je nenašel, myslel jsem, že ještě prostě nepřišly. Donutil jsem proto mámu i tátu, aby se mnou šli na poštu, a tam se zeptali, proč to nepřišlo, že už je to dlouho. No a před poštou mi táta řekl, ať už toho nechám, že už je mají doma ...přišel jsem o překvapení:-). Jinak Vánoce nejraději trávím s rodinou, mimo město, ideálně na chalupě.

DÁVÁTE SI NOVOROČNÍ PŘEDSEVZETÍ?

V: Ne. Copak jsem blázen? To pak poruším hned druhého ledna.

H: Já si předsevzetí taky nedávám, hubnu celý rok (smích).

CO BYSTE POPŘÁLI ČTENÁŘŮM MOTOL IN?

V: Přejeme hlavně krásné a klidné svátky.

INZERCE

A CO DĚTI? MAJÍ SI KDE HRÁT?

KAPKA NADĚJE ZLEPŠUJE PROSTŘEDÍ PRO PACIENTY NA DĚTSKÉ PSYCHIATRICKÉ KLINICE FN MOTOL

AKTUÁLNÍ STAV VENKOVNÍCH PROSTOR KLINIKY

VIZUALIZACE VENKOVNÍCH PROSTOR KLINIKY PO REKONSTRUKCI

Venkovní prostory na klinice jsou bohužel **zanedbané a nevyhovující.**
Je potřeba to změnit. Rekonstrukce s investicí
ve výši 5 000 000 Kč již začala.

KAPKA NADĚJE

Více zde

Předem nevyslovitelné přání Vánoc

Věřím, že Vánoce mají v sobě předem nevyslovitelné přání, které se pokoušíme právě v době před Vánoci znovu nalézt. Přání jsme možná někdy v dětství měli, ale v dospělosti jsme na něj zapomněli, a tak je hledáme. Přání leží někde daleko před námi na samotném horizontu světa radosti a naděje. Každý by nějak chtěl jít a vidět za tento horizont, ale to je právě ono kouzlo horizontu – není vidět a je tam.

Když máme před sebou dítě, v zásadě lze vždy stočit Vánoce k jedinému: „Co Ti mám koupit?“. Přání, které má původ v horizontu, se stane v takovém případě předmětem. Obzvláště u dětí se dá přání Vánoc vzít zkratkou. Hlavně koupit dárek. Komerční sféra na tuto potřebu odpovídá jasně tím, že už po tzv. dušičkách se začínají obchodní centra zdobit vánoční výzdobou. Pan Google nás už předem „tahá“ a ví, kde se „brouzdáme“ nejvíce. Jsme často zataženi někam, kde ani nechceme být. Tím je ono hluboké přání stále více zapomínáno, až může upadnout v úplné zapomnění.

Přesto si pořád přejeme. Čím jsme však starší, tak tím je namáhavější si přát běžná přání, která se mohou splnit. Jsme zavaleni předměty a téměř vše se dá v dnešní době koupit. Navíc, mnoho dárků se trochu okouká a ohraje. Sice udělají radost, ale trvání radosti postupně vyprchává. Kytara k Vánocům je po několika letech běžnou samozřejmostí, ačkoliv mě stále těší a jsem za ni rád. Přesto se stala trochu obyčejnou. Vánoce se stávají vzpomínkou na štěstí, které už bylo. Teď tu takové štěstí není. A co bude, a jestli nějaké štěstí bude, tak to ještě nevíme. Přesto magická a teplá vzpomínka „okamžiku“ Vánoc zaplavuje téměř každého, kdo vyrostl v normálních rodinných poměrech. Příchod dětí nebo vnoučat najednou obnoví radost a magičnost Vánoc. Přesto už to není nikdy tak, jak to „bejvalo“.

Je na každém z nás, jak se s touto frustrací popasujeme. My normální rodiče děláme radost našim malým dětem. Chceme je těšit a dávat jim to nejlepší. Někdy však vidím, že nejlepší neznamená nejvíce a nejdražší.

Čas s vlastními dětmi, klid a humor jsou nejcennější.

Člověk hledící na vnoučata zase může těžit z radosti z vypůjčení a chvilkového ohřátí se u nich. Co však ten, kdo je sám? Na tuto otázku nemám odpověď. Stejně tak pro někoho jsou Vánoce obdobím, kdy mu třeba zrovna odešel někdo blízký: Jsou pak spíše obdobím smutku a truchlení. Je to takto dobře? To bych úplně neřekl, ale Vánoce jsou i možností, kdy člověk může být sám a uvědomit si smutek. Smutek, jak je známo, je vedle radosti důležitou životodárnou emocí a k dobrému životu patří. Teď mě možná napadá, co k tomuto chci říct. Komerční svět se někdy snaží vše natřít natolik na růžovo, že vytlačuje z naší společnosti i možnost smutku a možnost toho, že vše nebude tak „Vánočně“ dokonalé a upravené. Proto o Vánocích má svůj důležitý vstup i smutek a melancholie, i když je komerční sférou vytlačen a tabu.

Pro mně blízké křesťanské vyprávění to vystihlo příběhem o narození mesiáše ve chlévě. Podle vyprávění to není zrovna žádný luxus. Příběh je vlastně ve svém jádru smutný, ale obyčejná lidská radost pastýřů jej vykreslí ve zcela jiném světle. Smutek, temnota a okupace národa je vykoupena větším štěstím – revolucí vnitřní. K Vánocům proto patří obojí smutek i radost. V naší kultuře jsou Vánoce taktéž obdobím začátku slunovratu. Vystupuje se z temnoty noci a přikračuje se ke slunci. To, co bylo teď v prosinci neúprosné, je prosvíceno větším světlem.

Nenechme si tak nalhávat falešná přání z reklam a vyvoněných obchodů. K Vánocům patří také ticho, smutek a zamyšlení. Nemusí se každý usmívat a nemusí se všechno blýskat. Podstatou Vánoc je jednoduchost. Možná je to dětská jednoduchost. Děti si stejně nakonec hrají s jedním dárkem. O Vánocích tak můžeme také přistoupit na větší prostotu. Když potřebujeme být trochu smutní, tak můžeme být smutní. Když si něco přejeme, tak si to můžeme splnit. Když chceme hlavně radost, tak si užívejme radost. Nezapomínat však na nevyslovitelné přání, které leží před námi. Toto přání nás táhne a burcuje k dobrým okamžikům. To je puzení Vánoc.

text: Mgr. Jakub Formánek, Ph.D.
foto: iStock

ČENDA BURÁČEK & LÉTAJÍCÍ BOBR

NAPSAL
A NAKRESLIL
LIBOR ŠKRLÍK

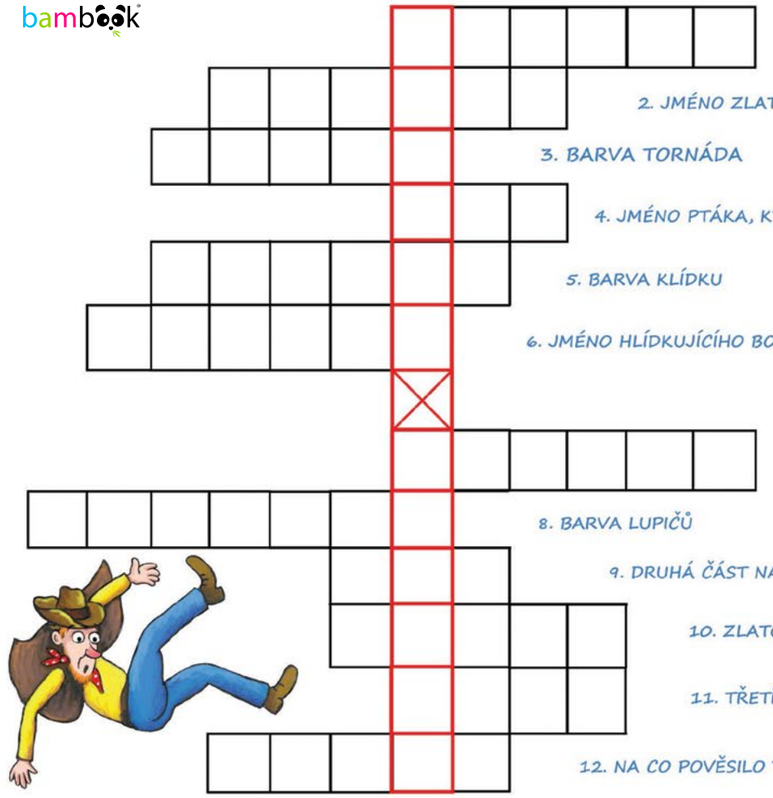
ŠKRLÍK ATELIÉR

MOTOLínek dětem

PF 2022

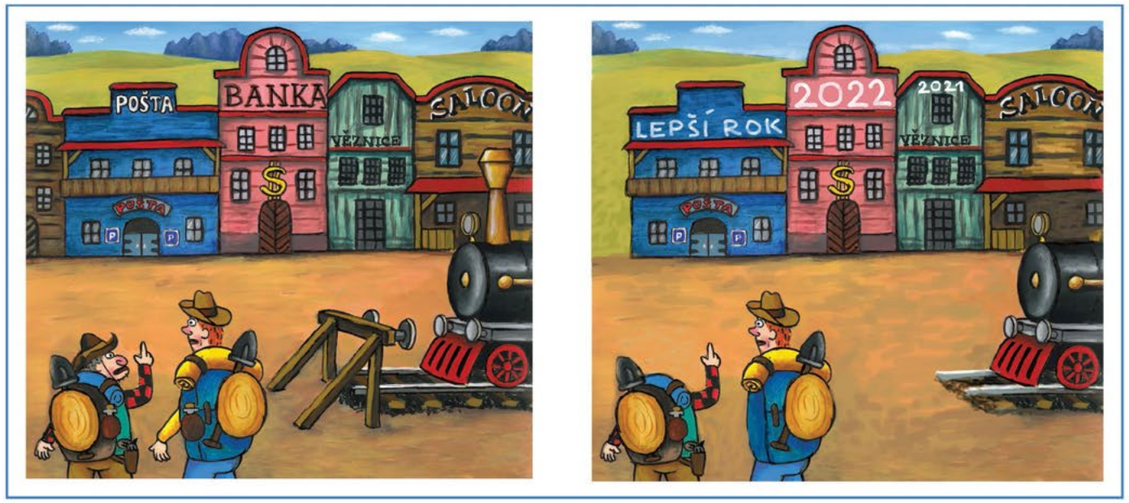
V TAJENCE SE DOZVÍTE, CO VÁM PŘEJE CELÁ MOTOLSKÁ NEMOCNICE.

bambook



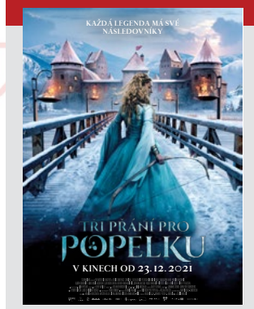
1. ROSTLINA S BODLINAMI
2. JMÉNO ZLATOKOPA
3. BARVA TORNÁDA
4. JMÉNO PTÁKA, KTERÝ MLUVIL SE ZLATOKOPY
5. BARVA KLÍDKU
6. JMÉNO HLÍDKUJÍCÍHO BOBRA
7. ČÍM PŘIJELI ZLATOKOPOVÉ?
8. BARVA LUPIČŮ
9. DRUHÁ ČÁST NAZVU KONEČNÉ
10. ZLATOKOPOVÉ NEJDŘÍVE ŠLI NA ...
11. TŘETÍ ČÁST NÁZVU KONEČNÉ
12. NA CO POVĚSILO TORNÁDO ZLATOKOPY?

NAJDETE 10 ROZDÍLŮ ?



PREMIÉRA

foto a text: www.csfd.cz



Tři přání pro Popelku

Pohádka / Rodinný / Fantasy
Norsko / Litva, 2021, 87 min
Režie: Cecilie A. Mosli
Předloha: Božena Němcová
Scénář: Anna Bache-Wiig, Karsten Fullu, Kamilla Krogsveen
Kamera: Trond Tønder
Hudba: Gaute Storaas
Hrají: Astrid S, Cengiz Al, Ellen Dorrit Petersen, Thorbjørn Harr, Nasrin Khusrawi

Obsah

Tři přání pro Popelku je nové zpracování legendární pohádky scenáristy Františka Pavlíčka a režiséra Václava Vorlíčka Tři oříšky pro Popelku. Severská pocta české filmové klasice přináší její moderní velkolepou verzi, nové kostýmy, scenérie nefalšované norské zimy a divokých zasněžených hvozdů a samozřejmě i zdravou dávku kouzel. Stejně jako u nás nebo v Německu se právě Vorlíčkova Popelka stala nesmrtelnou vánoční pohádkou i v Norsku, diváci ji tam milují a právě místní tvůrci si proto ....

Zpívej 2

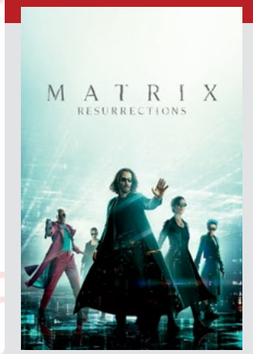
Animovaný / Muzikál / Komedie / Rodinný
USA, 2021, 110 min
Režie: Garth Jennings, Christophe Lourdelet
Scénář: Garth Jennings
Hudba: Joby Talbot
Hrají: Taron Egerton, Scarlett Johansson, Reese Witherspoon, Matthew McConaughey, Adam Buxton

Obsah

Kdo chce říct, že v šoubyznysu skutečně prorazil, musí mít vlastní vystoupení v Redshore City, hlavním městě zábavy. Jenže tam to má pevně pod kontrolou nelítostný vlk Jimmy Crystal, bez jehož souhlasu nemůžete ve městě ani otevřít pusu, natož abyste zazpívali. Koalák Buster Moon sice má ve svém týmu hvězdnou pěveckou sestavu (dikobrazí rockerka Ash, plachá slonice Meena, citlivý gorilák Johnny nebo věčně provokující čuně jménem Gunter), ale i tak je skoro jisté, že konkurz u Jimmyho Crystala skončí totálním krachem.

PREMIÉRA

foto a text: www.csfd.cz

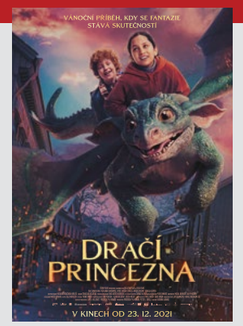


The Matrix Resurrections

Akční / Sci-Fi
USA, 2021, 148 min
Režie: Lana Wachowski
Scénář: Aleksandar Hemon, David Mitchell, Lana Wachowski
Kamera: John Toll
Hrají: Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss, Neil Patrick Harris, Yahya Abdul-Mateen II

Obsah

Dvacet let po událostech Matrix Revolutions žije Neo zdánlivě obyčejný život jako Thomas A. Anderson v San Francisku, kde mu jeho terapeut předepisuje modré kapsle. Ani on, ani Trinity se navzájem nepoznávají. Morpheus mu však nabídne červenou kapsli a znovu otevře jeho mysl světu Matrixu.



Dračí princezna

Rodinný / Pohádka
Norsko, 2020, 85 min
Režie: Katarina Launing
Scénář: Lars Gudmestad, Harald Rosenløw Eeg
Kamera: Trond Tønder
Hudba: Michal Novinski, Jan P. Muchow
Hrají: Isha Zainab Khan, Anders Baasmo Christiansen, Kyrre Haugen Sydness

Obsah

Jsou Vánoce, všude znějí koledy a ve městě se objevil drak. Vlastně spíš malý vystrašený dráček, který sem zabloudil z bájné dračí země. Spřátelí se s ním devítiletá Sára, do party přiberou stejně starého Mortimera a všichni společně převrátí letošní svátky klidu a míru vzhůru nohama. Na jejich dobrodružství bude malé městečko vzpomínat ještě roky. Aby ne, drak je sice výjimečný kamarád, ale do našeho světa se moc nehodí. Je to pořád ještě nemotorné mládě, vzbuzuje pozornost a někdy začne plivat oheň v tu nejméně vhodnou chvíli. Na celou povedenou trojku se brzy začnou upírat zraky rodičů, policie i televizních štábů.

Francis Bacon: „...!“

POMŮCKA: DISPENS, NEOVO, RIA	SOCHA PANNY MARIE S JEŽÍŠKEM	MRSKAT		1. DÍL TAJENKY	CITOSLOVCE NECHUTI	RUSKÉ ŽENSKÉ JMÉNO	APOSTROF	CHEM. ZN. RADIA		2. DÍL TAJENKY	PŘILNAVÉ	ZRÁDCE HOVOR.	DŮVĚRNĚ OSLOVOVAT
INICIÁLY BAVIČE ŠIMKA			POHLED NA VĚC						NETKANÁ LÁTKA ZE SRSTI				
AKADEMIE VĚD ZKR.			ZNAČKA KOSMET. PŘÍPRAVKŮ / ZAHRADA						VODNÍ TOKY / KRÁTKÝ FILMOVÝ SNÍMEK				
PROMINUTÍ NĚČEHO								TRNITÝ KEŘ / ČAJOVÁ RŮŽE					
PLEMENO LOVECKÉHO PSA					RESPEKT / TURISTICKÝ ODDÍL ZKR.								
NAPLNIT NÁDIVKOU						ZAKAZOVAT / UMĚLECKÉ MUZEUM							
ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA			OVČÍ VLNY / ČÍSLO K PLATEBNÍ KARTĚ						NÁZEV HLÁSKY D / KOBKA			ZNAMENÍ ZVĚROKRUHU	NERVOVÉ ZÁŠKUBY
	HLAVNÍ PRACOVNÍ POMĚR ZKR.	CHEM. ZN. POLONIA / ORGÁN ČICHU			MOJI / KORÁLOVÝ ÚTES			CHEM. ZN. MĚDI / LIDOVÁ ŠKOLA ZKR.			INIC. ZPĚV. TOMANOVÉ / BOLÁK V ÚSTECH		
VAJÍČKO VŠI						ŤUKATI / STÁT ZÁPADNÍ ASIE							
POCHOPENÍ							KRÁTKÝ SPÁNEK HOVOR. / TŘESENÍ						
DODATEK V DOPISE LAT. ZKR.			PŘÍSTAV ZASTAR. / DRUHOVÉ SLEPIC					PODZIMNÍ KVĚTINY / ŘECKÉ PÍSMENO					
	TĚLOCVIČNÝ PRVEK	VÝROBCI KOL / NAHNUTÍ							SOLMIZAČNÍ SLABIKA / KYTOVEC			SHLUK LIDÍ	ČÍSLOVKA ŘADOVÁ
ZIMNÍ MĚSÍC					ZNAČKA PC MONITORŮ / NÍZKÉ NAPĚTÍ ZKR.						SPZ OKR. DUNAJSKÁ STREDA / VAROVÁNÍ		
UMĚLÝ KANÁL						POSTUPOVAT VÝŠ / INFORMAČNÍ SYSTÉM							
DRAVÉ RYBY							TÝKAJÍCÍ SE PAPÍRU / OKOLO BÁSNICKY						
VÝMĚŠEK JATER					SPORTOVNÍ KLUB ZKR. / CHEM. ZN. VÁPNÍKU			ČÁST ŠÍJE / ZNAČKA KILOAMPÉRU				CHEM. ZN. KŘEMÍKU	TAHLE
ČÁST KRÁLÍKÁRNY						NÁPADNOST							
CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO						DRUŽKA JELENA				ZNAČKA HYGIENICKÝCH POTŘEB			

Tajenka křížovky z 11. čísla roku 2021: snáz z počínání přírody než z počínání lidí.

Informační magazín Fakultní nemocnice v Motole, V Úvalu 84, 150 06 Praha 5, tel.: +420 224 431 111.
Vydavatelský servis: Tiskárna Flora s.r.o., Štěrboholská 1307, 102 00 Praha 15, www.tiskarnaflora.cz, info@tiskarnaflora.cz
redakční rada: Ing. Jiří Čihař, MUDr. Jana Tejnická, MBA, MUDr. Pavel Budinský, Ph.D., MBA, Ing. Karin Minátová, MBA, MUDr. Martin Holcát, MBA, JUDr. Vladimíra Dvořáková, Mgr. Pavlína Danková, Ing. Pavel Vlček, PharmDr. Petr Horák, Mgr. Jana Nováková, MBA, Mgr. Ludmila Šimáčková, Jana Merxbauerova. foto na obálce: David Černý & Jana Merxbauerová
Vydavatel neručí za obsah PR článků a inzerátů. Volně neprodejné. MK ČR E 19871

INZERCE

TRAIL
RUNNING CUP

26.3.2022 sobota Praha
TRAIL PRAHA (10/5 km, dětské tratě)

21.5.2022 sobota Dolní Morava
KRÁLICKÝ MARATON (42/13 km)

11.6.2022 sobota Kytín
BRDSKÝ PŮLMARATON (21/9 km)

6.8.2022 sobota Špindlerův Mlýn
KRKONOŠSKÁ 50 (50/21/8 km)

27.8.2022 sobota Marina Lipno
LIPENSKÝ PŮLMARATON (21/8 km)

24.9.2022 sobota Nemanice - Lísková
ČESKO-NĚMECKÝ PŮLMARATON (21/7 km)

6.11.2022 neděle Praha
MOTOLSKÉ JAMKY (10/5 km, dětské tratě)

10.12.2022 sobota Praha/Kytín
INDIVIDUÁLNÍ PRAHA-DOBŘÍŠ (42/10 km)

www.trailrunningcup.cz