

MOTOLin



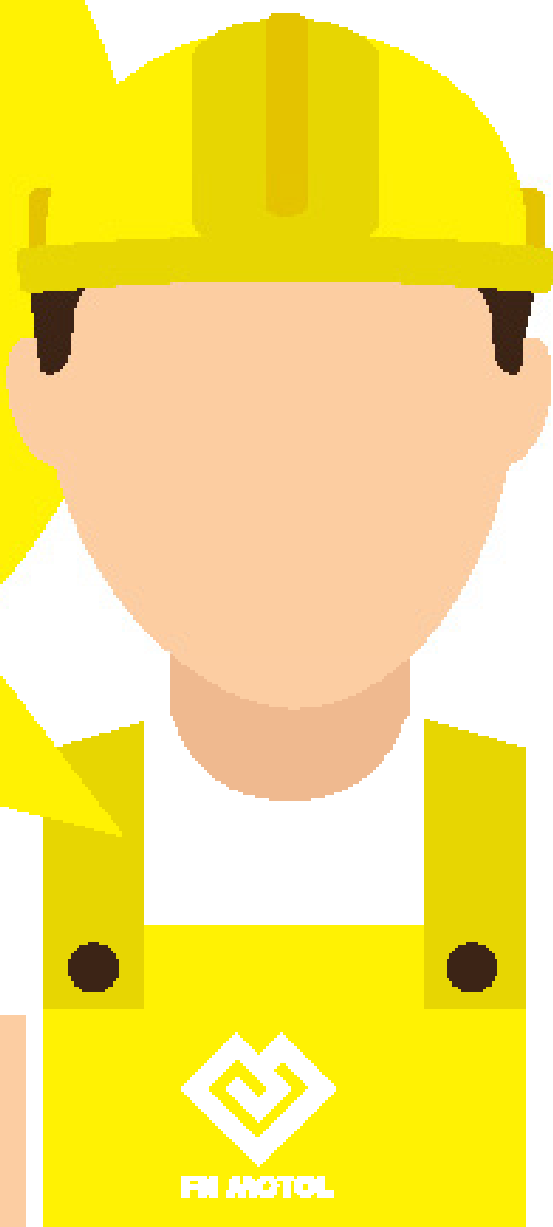
VŮNĚ VÁNOC JE VŮNĚ DĚTSTVÍ

Martina Kravariková & Miloslav Ludvík

REKONSTRUKCE FNM

25. 1. 2022 - 31. 12. 2023

INFORMACE
K PROBÍHAJÍCÍ REKON-
STRUKCI NALEZNETE
NA NAŠICH WEBOVÝCH
STRÁNKÁCH



ÚVODNÍK

Vážení
kolegové,
milí čtenáři,

blíží se nám začátek roku 2023, který bude pro mě osobně zajímavý nejen proto, že v něm oslavím 60. narozeniny. Velký význam totiž bude mít i pro naši nemocnici. V tomto roce zde započnou některé velké projekty, které mohou v budoucnu do značné míry ovlivnit celou Českou republiku. Jedním z nich je zahájení výstavby nového motolského onkologického centra. Nádorová onemocnění jsou dnes jednou z nejčastějších život ohrožujících diagnóz a jejich léčba je nepochybně velkou výzvou,

kterou se zabývají nejlepší vědci napříč celým světem. V Evropě proto existuje síť onkologických center, která mají vysokou úroveň a nabízejí svým pacientům mimo jiné i experimentální léčbu, kterou jim v jiných zařízeních nedokážou poskytnout. V celé postkomunistické východní Evropě taková centra nejsou a my nyní máme ambice jedno takové v Motole vybudovat. Bude to velký a nákladný projekt, jehož cena se pohybuje v řádu miliard korun, nicméně pokud se podaří, zaujme Česká

republika čestné místo po boku nejšpičkovějších klinik, jaké jsou dnes například ve Švýcarsku. Držte nám prosím palce, ať se nám takovýchto projektů, díky kterým budeme moci častěji sdělovat dobré zprávy, daří nejen v roce 2023 co nejvíce. Závěrem bych vám všem rád popřál klidné a příjemné prožití svátků vánočních a v novém roce hodně zdraví, pohody, spokojenosti a úspěchů.

JUDr. Ing. Miloslav Ludvík, MBA,
ředitel nemocnice





Martina Kravariková & Miloslav Ludvík

Řekněme dekubitům STOP!

I letos na podzim jsme si již po deváté v naší nemocnici připomněli Mezinárodní den STOP dekubitům. 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.

Transplantace u diabetu

Transplantace znamená přenos orgánu (celého nebo jeho části) či tkáně z dárce příjemci. Jedná se velmi zjednodušeně řečeno o „instalaci náhradního dílu“. Obvykle se jedná o tzv. alogenní transplantaci, kdy transplantát pochází od jiného člověka. Existují ale i tzv. autologní transplantace. V tomto případě je dárce a příjemce jeden a týž člověk. Její nejčastější formou je autologní transplantace kostní dřeně, ale vzácně se může jednat i o transplantaci tkáně pankreatu (konkrétně izolovaných Langerhansových ostrůvků).

Co nabízí Očkovací centrum a Centrum cestovní medicíny

Spolu se vznikem nové Kliniky infekčních nemocí a cestovní medicíny 2. LF UK a FN Motol dochází k rozšíření činnosti očkovacího centra v naší nemocnici. Očkovací centrum nabízí komplexní poradenské služby související s očkováním, včetně očkování hrozeného ze zdravotního pojištění u rizikových skupin dospělých pacientů, komerčního očkování a očkování cestovatelů.



DĚKOVNÉ DOPISY

Vážený pane řediteli,

obracím se na Vás v tomto předvánočním čase dopisem, ve kterém chci poděkovat lékařům, sestrám i ostatnímu personálu Vaší Fakultní nemocnice v Motole za péči, kterou věnují svým pacientům. Před několika lety jsem navštívil poprvé Vaši nemocnici, v kapse doporučení na onkologické oddělení a psychicky na dně. Nevěděl jsem, co mě čeká a v tom lidském mraveništi jsem si připadal, že se musím ztratit... ne fyzicky, ale že se ztratím někde v systému. Je přece jasné, že tady se mi nikdo nemůže nějak osobně věnovat, budu jen číslo a systém se mě pokusí nějak vyléčit. Je těžko popsitelné, jaké to bylo pro mě překvapení a uklidnění, když jsem navštívil onkologickou ambulanci Vaší nemocnice a absolvoval první vyšetření u pana primáře Linkeho. Právě jeho osobní a lidský přístup k řešení mého zdravotního problému mi velmi pomohl překonat depresi z mého onemocnění. A nakonec, v průběhu dalších návštěv, díky jemu a zvolené léčbě u mě došlo, alespoň prozatím, k vyléčení. Velmi si ho vážím, nejen jako odborníka, ale i jako člověka. Za těch přibližně pět let, co na oddělení onkologie docházím, se mi ani jednou nestalo, že bych se setkal s někým nepříjemným. Všichni jsou slušní, ochotní a milí a nezdíka se setkávám i s úsměvem a přestože moje diagnóza nepatřila k těm nejhorším, je to pro mě a ostatní pacienty strašně důležité a uklidňující a moc to pro nás znamená. Děkuji jim za to. Jsme s manželkou oba už v důchodovém věku a ten nejhezčí vánoční dar pro nás je, když můžeme oba zasednout ve zdraví ke štědrovečerní večeři. A přiznám, že spolu s modlitbou vzpomenu i na Vaši nemocnici, lékaře, sestry a ostatní, kteří mi to umožnili. Přeji Vám a všem Vaším zaměstnancům klidný a pohodový advent, krásné prožití vánočních svátků, pevné zdraví a hodně osobních a pracovních úspěchů v novém roce.

Karel

Vážený pane řediteli,

před dvěma měsíci jsem absolvovala ve Vaší nemocnici velkou operaci břicha, operoval mě pan primář MUDr. Filip Pazdírek. Chtěla bych tímto vyjádřit velké uznání a poděkování panu primáři a všem jeho kolegům a kolegyním a spolupracovníkům na chirurgii a také na JIP, kde jsem strávila několik dní. Poděkování za nevídané laskavé zacházení, které zbědovaný pacient s nejtouhou, co mu je a jak vše dopadne, tolik potřebuje. Za ohromnou pomoc pana primáře, který mě operoval, za jeho věcný, korektní a vlídný přístup a péči, kterou mi věnoval. V posledních dvou letech jsem po zdravém životě učinila více zkušeností s lékaři a ne vždy jsem měla pocit zájmu o svoji osobu a ne vždy jsem se cítila tak dobře. Děkuji panu primáři dr. Pazdírkovi, ostatním lékařům, ale i pomocným sestrám (zejména paní Alici na JIP). Pokud by takto skvěle bylo zacházeno s pacienty, všechny zdravotní problémy by se snázely lépe. Děkuji a znamenám se s výrazem naprosté úcty.

Marie

Dobrý den, pane řediteli,

v nedávné době jsem byla přijata na oddělení chirurgie k úplnému odstranění štítné žlázy. Úžasná sestřička (omlouvám se, jméno jsem si nezapamatovala), která mě přijímala byla fakt anděl!!!! Druhý den mě operoval pan MUDr. Bavor, úžasný PAN DOKTOR a ČLOVĚK. Na sále se o mě postaral milý pan anesteziolog, klobouk dolů, úžasný přístup a už jen z rozhovoru s ním jsem pochopila, že jsem v dobrých rukách! Všichni lidé u mé operace na sále byli úžasní!!!! Zdravotního bratra jsem mohla držet za ruku, než jsem usnula. Víím, zdá se to úsměvné, ale už párkrát jsem se nemohla probrat z narkózy, tak to bylo pro mě uklidňující. Pane řediteli, piši tento e-mail, abych Vám řekla, jací úžasní lidé se o mě starali. Chtěla bych poděkovat všem lékařům, veškerému zdravotnickému personálu, sestrám i sanitářce za odbornou i prostou lidskou péči, vstřícnost a empatii! Prosím, pokud můžete, předejte jim moje poděkování. Děkuji i Vám za Váš čas při čtení mého e-mailu. Přeji pěkný den!

Lenka

Vážení,

ráda bych touto cestou vyjádřila svůj vřelý dík veškerému personálu na Gynekologicko-porodnické klinice Vaší nemocnice, kde před dvěma týdny přišla na svět moje dcera. Byla jsem velmi mile překvapena kvalitou péče jak během samotného porodu, tak i na oddělení šestinedělí. Ráda bych vyzdvihla naprosto profesionální a zároveň milý a empatický personál, všichni byli velmi nápomocní, ochotní a trpěliví. Dětské sestry, gynekologické sestry i laktiční poradkyně odvedly naprosto skvělou práci, díky které jsem cítila veškerou podporu po porodu a v začátcích péče o miminko. Onou pomyslnou třešničkou na už tak dobrém dortu byl můj přesun na oddělení šestinedělí III, které se den po mém porodu otevřelo. Naprosto skvěle vybavený pokoj mi dodal onen potřebný klid a pohodu. Věřím, že nové oddělení přišlo na nemalé peníze, avšak z mého pohledu "zákazníka" byla každá koruna naprosto správně investována. Ještě jednou tedy děkuji za péči na vysoké úrovni a perfektní zázemí, oboje tak potřebné po takovém úkonu jakým přivedení nového člověka na svět je. Přeji krásný den!

Nikola

Dobrý den,

chtěla bych vyjádřit velké poděkování a vděčnost celému oddělení spondylochirurgie za profesionální a maximální péči a vstřícný, lidský přístup všech lékařů, lékařek, sestřiček a zdravotnického personálu. Byla jsem na vaše oddělení přijata po dopravní nehodě. Po úspěšné operaci jsem byla převezena do domácího ošetřování. Přeji všem pevné zdraví, vitalitu a hodně úspěchů při léčení všech pacientů.

Ivana

VŮNĚ VÁNOC JE VŮNĚ DĚTSTVÍ

MARTINA KRAVARIKOVÁ & MILOSLAV LUDVÍK

DO MAGICKÉ ATMOSFÉRY TAJUPLNÝCH PROSTOR STRAHOVSKÉ KNIHOVNY JSME ZA VESELÝM VÁNOČNÍM ROZHOVOREM VYRAZILI S REPREZENTANTKOU FN MOTOL V SOUTĚŽI SESTRA SYMPATIE 2022 MARTINOU KRAVARIKOVOU A MILOVNÍKEM HISTORIE A ŘEDITELEM NAŠÍ NEMOCNICE JUDR. ING. MILOSLAVEM LUDVÍKEM, MBA.

ODPOVÍDÁ MARTINA KRAVARIKOVÁ:

MARTINO, JAK DLOUHO UŽ PRACUJETE V MOTOLSKÉ NEMOCNICI A PROČ JSTE SI VYBRALA PŘÁVĚ MOTOL?

V motolské nemocnici pracuji od roku 1996. V našem perinatologickém centru jsem začínala na Oddělení fyziologických novorozenců, kde jsem byla tři roky a poté nastoupila na mateřskou dovolenou. Po třech letech jsem se vrátila, ale na Jednotku intenzivní a resuscitační péče. Zde jsem pracovala téměř 18 let a nyní jsem již druhým rokem na Jednotce intermediární péče. Moje rozhodnutí nastoupit do FN Motol bylo ovlivněno ještě na „zdrávce“. Při jedné z posledních hodin přišel do třídy charismatický mladý lékař s nabídkou zaměstnání v perinatologickém centru ve FN Motol. Jelikož mým snem již od dětství bylo pečovat o miminka, byla to jasná volba.

KDO VÁS PŘIHLÁSIL DO SOUTĚŽE SESTRA SYMPATIE?

Prvním, kdo mi o soutěži řekl a přesvědčoval mě, abych se přihlásila, byl jeden z našich lékařů. Poté se toho ujaly mé kolegyně, které mě dále podporují.

V SOUTĚŽI VÁS PODPORUJÍ TAKÉ MAMINKY S DĚTI, KTERÉ SI V MINULOSTI PROŠLY VAŠÍ PÉČÍ. JSTE S NIMI HODNĚ V KONTAKTU?

Ano, maminky, které mě podporují, jsou vlastně částečně moje druhá rodina. Ono to vlastně ani jinak nejde. Když se miminko narodí předčasně, uplyne dlouhá doba, než bude schopné opustit s rodiči naše oddělení. Potkávám se s nimi skoro každý den a prožívám s nimi obavy, bolesti, ale i radosti z každého pokroku. A tak se vytváří pouta, která někdy přecházejí v přátelství. S některými maminkami se navštěvuji, s jinými si dopisují. Největší uddlostí je bezpochyby „Nedopiknik“, kam jednou za rok přicházejí se svými dětmi. A to je pro mě největší odměna a zároveň povzbuzení v mé práci.

JSTE STÁLE USMĚVAVÁ A OPTIMISTICKÁ, I KDYŽ PRÁCE SESTŘIČKY NA NOVOROZENECKÉM ODDĚLENÍ MŮŽE BÝT OBČAS EMOCIONÁLNĚ NÁROČNÁ. ČÍM SI UDRŽUJETE STÁLE DOBRU NÁLADU?

Je pravda, že moje práce je i psychicky náročná. Snažím se být pro rodiče oporou, neustále je povzbuzuji, což je někdy vyčerpávající. Zpravidla to bývá „běh na dlouhou trať“, ale je to z mého pohledu nezbytné. Zároveň musíte budovat u rodičů důvěru, protože Vám svěřují svoje největší poklady. To vše stojí nesmírnou energii, kterou si dobývám nejčastěji procházkami lesem, kde vnímám a čerpám energii přírody. Miluji objímání stromů, nevím zda to funguje, ale mně to dělá dobře :-). Mám také ráda čtení knížek s nejrůznější tematikou. Nutno také říct, že má rodina se pravidelně stará o to, že na stres v práci i občas zapomínám...

O VÁNOCÍCH PROBÍHÁ PROVOZ NA VAŠEM ODDĚLENÍ STEJNĚ JAKO JINDY, MIMINKA PŘICHÁZEJÍ NA SVĚT DEN CO DEN. JAKÁ JE U VÁS ATMOSFÉRA?

Atmosféra je samozřejmě pracovní, ale se zvláštním kouzlem. Děti, které se narodí během vánočních svátků jsou dvojnásobná radost. Někdy však bývají maminky smutné, když musí být na Vánoce v nemocnici a ne v kruhu svých blízkých. Snažíme se jim zpříjemnit prostředí výzdobou, přinášíme cukroví a navíc dostávají pro svá miminka od Nadačního fondu N a NEDO-KLUBKA malé dárečky.

MÁTE NĚJAKÉ VÁNOČNÍ TRADICE, KTERÉ DODRŽUJETE S KOLEGYNĚMI NA ODDĚLENÍ?

Na oddělení si zdobíme vánoční stromeček, rozvěšujeme vánoční světýlka, přinášíme cukroví a pokud situace dovolí, pouštíme vánoční koledy. Samozřejmě si mezi sebou nadělujeme dárečky.

TĚŠÍTE SE NA VÁNOCE A JAK ZVLÁDÁTE PŘÍPRAVY?

Vánoce mám velmi ráda, když mohu vše vyzdobit, rozsvítit světýlka a zapalovat vonné svíčky. Úklid provádím průběžně, takže na Vánoce to jen doladím. Ráda s rodinnou navštěvuji vánoční akce a jarmarky. Užíváme si tak spolu vánoční pohodu. Díky mému manželovi, který se každoročně ujímá přípravy štedrovečerní večeře, se mohu věnovat přípravě sváteční tabule a doladění všeho ostatního. Nejvíce mě těší vidět radost v očích obdarovaných.

PEČETE CUKROVÍ?

Pečení cukroví je velice oblíbená činnost, které se účastní každý člen rodiny po svém. Nejmladší syn rád pomáhá s vykrajováním. Každý má oblíbený svůj druh, takže se pořádně vyřádím. Ale jak to tak bývá, nejvíce ho všichni ujídají čerstvě upečené a o svátcích si ho berou jen, aby se neřeklo.

KDYBYSTE MOHLA MÍT JEDNO VÁNOČNÍ PŘÁNÍ, JAKÉ BY BYLO?

Ač to bude znít jako klišé, věřte, že na základě mých pracovních, ale i životních zkušeností, mám jedno přání... z celého srdce přeji všem hlavně zdraví.



Oblíbené vánoční cukroví:
vanilkové rohlíčky mojí maminky



Oblíbená vánoční pohádka:
Byl jednou jeden král a Princ a Večernice



Nejkrásnější Vánoce:
Každé, které mohu strávit v kruhu rodiny.



Nejlepší zimní dovolená:
Nejraději vzpomínám na dovolenou v Jizerských horách na Prezidentské chatě - běžky a krásná příroda kolem.



Životní motto:
S pokorou a něhou...



Co si neodpustíte:
čokoládu :-)

ODPOVÍDÁ MILOSLAV LUDVÍK:**PANE ŘEDITELI, PREFERUJETE TRADIČNÍ ČESKÉ VÁNOCE NEBO JSTE OTEVŘENÝ I MODERNÍM SVĚTOVÝM VÁNOČNÍM TRENDŮM?**

Přiznám se, že co se Vánoc týče, jsem opravdu velmi konzervativní. Preferuji tradiční české Vánoce, které jsou u mě spojením renesance a baroka. Když se například podíváme na pohádku Tři oříšky pro Popelku, to jsou typické renesanční Vánoce. Rybova mše vánoční zase krásně symbolizuje období baroka. To je skutečné specifikum českých Vánoc. Když se v kontrastu s tím podíváte kupříkladu na film Láska nebeská, tak zjistíte, že Britové a nejen oni, chápou Vánoce velmi komerčně. Je to pro ně víceméně komerční svátek, kdežto pro Čechy je tam jakási duchovní nadstavba a já jsem tomu moc rád.

MÁTE TŘI DNES JIŽ DOSPĚLÉ DCERY, VZPOMENETE SI JAKÉ VÁNOČNÍ POHÁDKY BYLY JEJICH OBLÍBENÉ?

To budu muset zavzpomínat na 90. léta, ale myslím, že se opět vrátím k těm Třem oříškům pro Popelku. Ta byla u nás vždycky nejoblíbenější, je to skutečně geniálně natočené dílo, které přesně charakterizuje to, jak by měly vypadat krásné české Vánoce - zima, renesance, zázraky a hlavně šťastný konec.

VY JSTE HODNĚ VYSOKÝ MUŽ, NABÍZÍ SE OTÁZKA, DĚLAL JSTE NĚKDY MIKULÁŠE?

Dělal, ale budete překvapeni, bylo to v době, kdy jsem byl menší, myslím, že mi bylo asi tak dvanáct let. Dokonce si pamatuji, že jsem si vystříhoval z balicího papíru jakési dekorace na roucho a lepil si vousy z vaty. Zvláštní, že když jsem pak vyrostl do této své výšky, už mě nikdo neoslovil. Asi na to nemám hlas :-)

JAKÝ NEJKRÁSNEJŠÍ DÁREK JSTE DOSTAL V DĚTSTVÍ POD STROMEČEK?

Samozřejmě vláčky. Každý kluk si přál pod stromeček vláčky. Vzpomínám si, že jsem je objevil asi čtrnáct dní před Vánocemi a každý den jsem se na ně chodil dívat do skříně. A přestože jsem o nich věděl, když jsem je pak rozbil pod stromečkem, byla to obrovská radost.

MÁTE RÁD ZIMU A ZIMNÍ RADOVÁNKY JAKO JE TŘEBA LYŽOVÁNÍ NEBO PATŘÍTE MEZI TY, CO UŽ SE OD PODZIMU NEMOHOU DOČKAT JARA?

Já mám zimu moc rád, jsem vášnivý lyžař a pokud neu-



cítím tu sladkou chuť boje o život na sjezdovce, jsem z toho celý nesvůj...

O VÁS JE ZNÁMO, ŽE MÁTE RÁD HISTORII, KDYBYSTE SE MOHL PŘENÉST V ČASE A NAHLÉDNOUT DO ŽIVOTA PŘEDKŮ, KTERÉ OBDOBÍ BY TO BYLO?

Bylo by to určité období, které je u nás myslím dosti nedoceněné, a tím je právě česká renesance. Hezky ji charakterizuje Český Krumlov. Když navštívíte toto krásné město, vidíte, jak se žilo v renesančním Česku. Stejnou atmosféru má také rudolfínská Praha. Takže kdybych takovou možnost měl, bylo by to určité 16. století.

...NABÍZÍ SE OTÁZKA, JE NĚJAKÁ KONKRÉTNÍ OSOBNOST, SE KTEROU BYSTE SE V TÉ DOBĚ RÁD SETKAL?

Těch je opravdu moc, ale pokud bych měl vybrat jednu za všechny, byl by to určitě Rudolf II. To by bylo velmi zajímavé setkání.

KDYŽ VYZDVIHNETE JEDNU VĚC, KTEROU MÁTE NA OBDOBÍ VÁNOC ÚPLNĚ NEJRADĚJI A NEJVÍCE SE NA NI TĚŠÍTE, KTERÁ TO BUDE?

Jednoznačně štědrovečerní večeře, ten okamžik, kdy už utichne veškerý shon a všechny přípravy a celá rodina zasedne k štědrovečernímu stolu. To je pro mě ta chvíle, kdy vypuknou Vánoce.

KDYBYSTE MOHL POPRÁT NĚCO CELÉMU SVĚTU DO ROKU 2023, CO BY TO BYLO?

Určitě mír. Ono to sice zní jako otřepané klišé, každá modelka vřdycky všem přeje světový mír, ale bohužel v tuto chvíli vážně nic lepšího neexistuje.



Oblíbené vánoční cukroví:
Všechno, co je plněné krémem.



Oblíbená vánoční pohádka:
Tři oříšky pro Popelku



Nejkrásnější Vánoce:
Určitě ty, když jsou děti malé.



Nejlepší zimní dovolená:
Já jezdím rád na místo, které se jmenuje Horní Taury, je tam krásné jezero a výborné lyžařské podmínky.



Životní motto:
Neúspěch vás nesmí překvapit, představuje pouze další důvod k otevření nové láhve šampaňského.



Co si neodpustíte:
Dobré jídlo, na Vánoce se v žádném případě nesmí držet diety.



ŘEKNĚME DEKUBITŮM STOP!

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 lůžkoviny apod.).

Účinnou prevencí lze zabránit vzniku proleženin až u 95 % pacientů!

Pokud máte vy nebo vaši blízcí omezenou pohyblivost, i zprvu nenápadný otlač řešte s odborníkem (sestrou, ošetřujícím lékařem). Fakultní nemocnice v Motole se již po deváté zapojila do aktivit k Mezinárodnímu dni STOP dekubitům, který letos připadl na 17. listopadu. Ve středu 16. listopadu dopoledne proběhla 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, správné polohování a časnou mobilizaci 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 Mezinárodního dne STOP dekubitům. Již třetím rokem jsme rozdávali balonky s logem akce a dárčky pro nejmenší návštěvníky nemocnice.

I letos na podzim jsme si již po deváté v naší nemocnici připomněli Mezinárodní den STOP dekubitům. 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.



Krátké video Prevence dekubitů, určené pro laickou veřejnost je již dlouhodobě dostupné na:
www.fnmotol.cz/mtv
a
www.youtube.com/watch?v=VCKsW4kE8ZQ.

Tímto příspěvkem, který je jakýmsi ohlédnutím za proběhlými akcemi, vám chceme závažný problém dekubitů a snahu o jejich prevenci přiblížit. Už se těšíme na akce, které v rámci Mezinárodního dne STOP dekubitům budeme v listopadu 2023 ve FN Motol organizovat již po desáté!

text: Mgr. Jitka Hovorková
foto: Anežka Konrádová

OSVĚTA

ZAJÍMAVOST



DNY DĚTSKÉ ONKOLOGIE OSLAVÍ CELÁ ČR SPOLEČNĚ

TEXT / FOTO: HAIMA CZ



OD ROKU 2023 BUDE POPRVÉ V HISTORII SLAVIT CELÁ REPUBLIKA DNY DĚTSKÉ ONKOLOGIE SPOLEČNĚ. O NÁPADU A PŘÍPRAVÁCH AKCE JSME SI POVÍDALI S PETROU DVOŘÁKOVOU, PŘEDSEDKYNÍ RODIČOVSKÉ ORGANIZACE HAIMA CZ A SE SYLVOU RICHTEROVOU, ŘEDITELKOU NADAČNÍHO FONDU KRTEK.



Jak vznikla myšlenka začít tento den slavit společně?

SR: Myšlenka na společné Dny dětské onkologie se objevila již v minulosti, a to z ryze praktických důvodů. Myslíme si, že pro veřejnost i média bude uchopitelnější jeden termín oproti dřívější roztržitosti mezi únorem a zářím. Oba termíny však mají své opodstatnění: v západní Evropě je Den dětské onkologie stanoven Mezinárodní společností pro dětské malignity (Société Internationale d'Oncologie Pédiatrique - SIOP) na 15. únor, ve Spojených státech amerických je dětské onkologii každoročně věnován celý měsíc září.

PD: Zvlášť v době, která je velmi rychlá a my jsme denně vystaveni obrovskému množství informací, bylo potřeba začít ve veřejném prostoru komunikovat společně. Mezi veřejností je řada bloků a tabu souvisejících s tématem onkologických onemocnění u dětí a věříme, že společnými silami je prolomíme o něco jednodušeji.

Jak tedy tyto společné Dny dětské onkologie budou probíhat?

SR: Plánujeme společnou mediální kampaň od února, která vyvrcholí v partnerských městech 1. dubna 2023. V Brně se sejdem již tradičně na Hvězdárně a planetáriu, kde bude připraven bohatý program pro celou rodinu (představení v digitáriu za zvýhodněnou cenu, malování na obličej, výtvarné dílničky, jóga a spousta dalšího).

PD: Součástí mediální kampaně bude řada osvětových témat, která by měla přispět k detabuizaci dětské onkologie, probudit zájem veřejnosti a přivést také neziskovým organizacím nové

partnery, kteří chtějí oblast podpořit, ať už finančně nebo jinou formou pomoci. Co se týká živé akce, v Praze ji letos chceme pojmut jako oslavu malých hrdinů – našich vyléčených pacientů. Poprvé ji přesuneme do interiéru a krom zábavného programu pro děti i rodiče nás čeká slavnostní vyřazení vyléčených dětí.

Kdo všechno se do Dnů dětské onkologie zapojuje?

SR: V České republice jsou dvě centra poskytující komplexní onkologickou péči o děti, a to Klinika dětské hematologie a onkologie 2. LF UK a FN Motol v Praze a Klinika dětské onkologie FN Brno. Při FN Motol působí Haima CZ, při FN Brno je to NFDO Krtek, což jsou hlavní organizátoři společných Dnů dětské onkologie.

PD: Průběžně komunikujeme s ostatními organizacemi a pracovníci z celé republiky a jsme rádi, že mají zájem se přidat. Myslím, že všichni vnímáme, že si můžeme na cestě k našim cílům vzájemně pomoci, aniž bychom se nějak omezovali.

Co si od společného Dne dětské onkologie slibujete?

SR: Věříme, že celá kampaň bude pro veřejnost srozumitelnější a bude mít větší dosah. Myslíme si, že všechny organizace mají jeden společný cíl a je potřeba spolupracovat. Těšíme se!

PD: Doufáme, že celý tento počin postupně přispěje ke změně veřejného mínění, zbaví společnost obav a tím usnadní našim malým pacientům návrat do běžného života. Už proto, že jim budou lidé kolem více rozumět, nebudou mít obavy z komunikace s nimi, a pokud si léčené děti do života ponesou nějaký handicap, budou mít pro ně více pochopení a pomocnou ruku.

VÍCE LŮŽEK PRO NOVOROZENCE I RODIČKY PO PORODU

MODERNĚ ZREKONSTRUOVANOU JEDNOTKU SPECIALIZOVANÉ PÉČE PRO NOVOROZENCE I NOVÉ ODDĚLENÍ ŠESTINEDĚLÍ OTEVŘELA FAKULTNÍ NEMOCNICE V MOTOLE PRO MAMINKY, KTERÉ SE ROZHODNOU RODIT V NEJVĚTŠÍ ČESKÉ NEMOCNICI. KDE SE V LOŇSKÉM ROCE NARODILO PŘES 2700 DĚTÍ. FN MOTOL JE SPECIALIZOVANÝM ZDRAVOTNICKÝM PRACOVÍŠTĚM S NEJŠIRŠÍ MEZIOBOROVOU KOOPERACÍ V LÉČENÍ DOSPĚLÝCH, ALE I DĚTSKÝCH PACIENTŮ. PERINATOLOGICKÉ CENTRUM MOTOLSKÉ NEMOCNICE JE UNIKÁTNÍ KROMĚ JINÉHO TÍM, ŽE ZAJIŠŤUJE A KOORDINUJE KOMPLEXNÍ PÉČI O NOVOROZENCE S RŮZNÝMI VROZENÝMI VÝVOJOVÝMI VADAMI.

TEXT: FN MOTOL | FOTO: DAVID ČERNÝ

14

Jednotka specializované péče pro novorozence je místem, kde probíhá poporodní adaptace a léčba předčasně narozených novorozenců (od dokončeného 34. týdne), jejichž krevní oběh je stabilní, nevyžadují dechovou podporu, ale musí být sledováni a podle potřeby i léčeni pod zvýšeným dohledem lékařů a dětských sester. Na toto oddělení jsou překládány i původně vážněji nemocné, resp. předčasně narozené děti z Jednotky intenzivní resuscitační péče po stabilizaci životních funkcí a také děti, které se narodily v jiných nemocnicích a potřebují specializovanou péči, např. v případě prodloužené poporodní adaptace, lehké nezralosti, vrozených vývojových vad různých orgánů, před a pooperační péče nezralých dětí, k zajištění infuzní léčby, nutnosti dlouhodobé léčby a složitějších mezioborových vyšetření s předpokladem delší hospitalizace.

„Díky rekonstrukci jsme mohli navýšit počet lůžek z původních 12 na současných 21. To představuje významné zvýšení dostupnosti novorozenecké specializované péče pro děti jak z Prahy, tak i celé České republiky. Dosud se stávalo, že jsme kvůli plné obsazenosti lůžek na této jednotce nemohli přijmout i několik dětí týdně, což se otevřením zrenovované Jednotky specializované péče stává fakticky nemožným,“ říká doc. MUDr. Roman Chmel, Ph.D., přednosta Gynekologicko-porodnické kliniky 2. LF UK a FN Motol.

Novorozenci jsou po dobu hospitalizace na tomto oddělení umístěni v inkubátorech, a to ve dvou prostorných pokojích s celkovou kapacitou 15 lůžek. Další 3 dvoulůžkové pokoje s vlastním příslušenstvím a komfortním vybavením (TV, lednice, telefon) slouží pro maminky před propuštěním, aby si mohly vyzkoušet, jak pečovat o své miminko, včetně případného podávání léků po propuštění do domácí léčby, ale i prakticky natrénovat správnou pohybovou rehabilitaci.



Nové pokoje nadstandardního ubytování maminek po porodu

Rekonstrukcí se rozrůstá i lůžková kapacita možností péče o maminky v šestinedělí. Dosud FN Motol disponovala nadstandardy na dvou odděleních pro šestinedělky, která mají celkem 30 lůžek. Na každém z nich se nachází tři jednolůžkové pokoje. Nově k nim přibyl toto třetí oddělení pro maminky v šestinedělí s kapacitou 5 jednolůžkových pokojů.

„Vnímáme potřeby budoucích maminek, které si přejí tento typ pobytu po porodu. Poskytneme jim dostatek soukromí a pohodlí v moderním a co nejvíce domácím prostředí. Nové poporodní oddělení jsme vybudovali zejména s ohledem na tato přání. Od dnešního dne tedy můžeme poskytnout možnost jednolůžkového ubytování až 11 maminkám a jejich miminkům,“ říká JUDr. Ing. Miloslav Ludvík, MBA, ředitel FN Motol.

Pokoje pro maminky jsou stylově moderně zařízeny, s vlastním sociálním zařízením, televizorem, ledničkou, varnou konvicí a WiFi.

Cena za pobyt je na všech jednolůžkových pokojích je stejná, a to 2 200 Kč za den (pro matku a její doprovod). Na novém lůžkovém oddělení šestinedělí se bude o maminky a jejich děti starat zkušený tým empatických porodních asistentek a neonatologických sestřiček.

Délka hospitalizace po nekomplikovaném spontánním porodu se pohybuje v rozmezí 3 – 4 dnů, po nekomplikovaném císařském řezu pak 4 – 5 dnů.

„Věřím, že díky komfortnímu vybavení pokojů a celkové příjemné atmosféře navozující pocit domova prožijí u nás maminky se svým miminkem první krásné společné okamžiky,“ dodává přednosta kliniky doc. MUDr. Roman Chmel, Ph.D.

Technická specifikace

Průběh: eden 2022 – červenec 2022

Celková investice: cca 60 mil. Kč

15

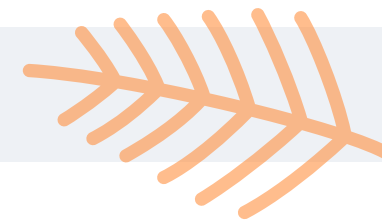
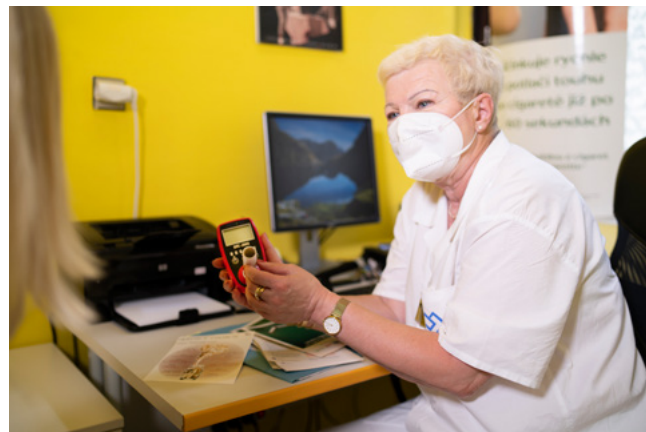




ŠKOLA ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ IV: A MÁ TO CENU?

TEXT: MUDR. SOŇA CSEMYOVÁ | FOTO: ANEŽKA KONRÁDOVÁ

JIŽ POČTVRTÉ SE SETKÁVÁME S TĚMI, KTERÍ CHTĚJÍ PŘESTAT KOUŘIT. V NAŠICH PŘEDCHÁZEJÍCÍCH ČLÁNCÍCH JSME SI PŘIPOMNELI, JAK KOUŘENÍ NIČÍ ZDRAVÍ KUŘÁKŮ I TĚCH, KTERÍ NEKOUŘÍ, ALE JSOU VYSTAVENI PASIVNÍMU KOUŘENÍ ČI ÚČINKŮM KOUŘE ZE TŘETÍ RUKY.



Ti z vás, kteří začali svou závislost řešit s podporou doporučené medikace, mohou postupně začít svou medikaci vysazovat - stávají se nekuřáky. Změnili zaběhnuté rituály a opakovaně si ověřili, že prožít hezký den, ale i vyřešit stresovou situaci se dá i bez cigarety. Důležité je se k cigaretě nevracet. Nepovolovat si „jednu svátečně“, zkoušet, zda vám cigareta ještě chutná... I jen jedna vykouřená cigareta vás totiž může vrátit zpět do nikotinové závislosti a to by byla škoda. Pro ty z vás, kteří naše doporučení sledujete, ale stále s léčbou závislosti váháte, se pokusíme vyvrátit nejběžnější argumenty a výmluvy:

V mém věku už to nemá cenu...

V každém věku se vyplatí nekouřit. Každá vykouřená cigareta reálně zkracuje život, není znám bezpečný či nebezpečný počet cigaret. A nezapomeňte, jako kuřák ničíte zdraví i lidem ve vašem okolí.

Stejně už jsem nemocná / nemocný...

Kuřáctví zhoršuje průběh každé nemoci, prodlužuje proces hojení. Léky u kuřáků hůře působí. O jednu třetinu se snižuje účinnost chemoterapie, radioterapie je kuřáky hůře tolerována.

Kouření je moje radost, cigareta mi pomáhá zvládat stres, s cigaretou příjemně relaxuji...

Když se zamyslíte, skutečně jste nepoznali nic lepšího než cigaretu? Jak jste trávili čas, odpočinek před tím, než jste začali kouřit? Jak cigareta vyřeší vaše problémy, spálí je? Jen na několik minut oddálíte jejich řešení - za jakou cenu?

Bez cigarety neodkašlu...

Po vykouření cigarety se na několik minut rychle rozkmitají řasinky v epitelu dýchacích cest, které odvádí z dýchacích cest hlen, vdechutý prach. Poté jsou řasinky účinkem cigaretového kouře na hodinu paralyzovány. Než se stačí zregenerovat, kuřák si většinou zapálí další cigaretu, takže jsou řasinky po celý den vyřazeny z činnosti a v dýchacích cestách se hromadí hlen a prach. Během noci se zregenerují a po první ranní cigaretě, která je opět na několik minut rozkmitá, kuřák vykašle nahromaděný hlen - bez cigaret by tento hlen nestagnoval, řasinkový epitel by vaše dýchací cesty čistil průběžně.

Když přestanu kouřit, přiberu...

Nikotin sice oddaluje chuť k jídlu, urychluje střevní peristaltiku, ale při řádné přípravě na léčbu závislosti si svou váhu můžete udržet. Pijte dostatek tekutin, i to pomáhá snížit chuť na cigaretu, podpořit střevní peristaltiku. Nezahánějte chuť na cigaretu jídlem, sladkostmi. Do náhradní činnosti při odvykání zahrňte sport, dlouhé procházky. Nezapomeňte, že s postupující abstinencí se u kuřáka zlepšuje čich a chuť a můžete mít tendenci si jídlo více vychutnávat, jíst více. Zamyslete se nad složením vašeho jídelníčku.

**NEHLEDEJTE UŽ DALŠÍ VÝMLUVY
A ARGUMENTY, PROČ BY PŘESTAT
KOUŘIT NEBYLO MOŽNÉ.**

A pokud ještě potřebujete další argument, je zde úkol na tento měsíc:

Zkuste si na papír vedle sebe napsat do dvou sloupců všechna pozitiva, která vám cigareta přináší. Najdete nějaká, obstojí vůbec? Do druhého sloupce si pak napište negativa a rizika, která pro vás cigareta přináší. Nezapomeňte při tom ani na rizika pasivního kuřáctví či kouře ze třetí ruky pro vaše okolí včetně domácích mazlíčků.

Zkuste tento úkol vypracovat s někým blízkým z rodiny. Třeba budete překvapeni, jak nelibě rodina vaše kuřáctví nese, jaký má strach o vaše zdraví. Dejte sobě i vašim blízkým krásný vánoční dárek - rozhodněte se nekouřit. Rádi vám v Centru pro závislé na tabáku pomůžeme.

A pro ty, kteří již končí tříměsíční léčbu závislosti:

Spočítali jste si, kolik jste ušetřili za cigarety? A co vaše zdraví, zlepšení čichu, chuti, fyzického výkonu, přestali jste kašlat...?



HEZKÉ ZDRAVÉ VÁNOCE BEZ CIGARETOVÉHO KOUŘE...





Vratislava Koets

Pracoviště: Oddělení léčebné výživy

Narozena: 22. 12. 1980 v Motole

Vystudovala: SZŠ a VZŠ 5. května, Praha 4, obor dietní sestra

Oblíbené vánoční cukroví: vanilkové rohlíčky a domácí vaječný líkér

Představa ideální dovolené: Všude tam, kde mohu být s rodinou a přáteli.

Oblíbená vánoční pohádka: Tři oříšky pro Popelku a Anděl Páně

Pracovní motto: Nic se nejí tak horké, jak se to uvaří.



■ Kdy jste se rozhodla, že se stanete sestrou a kdo nebo co Vás přivedlo na tento nápad?

Už na základní škole jsem jezdila na kurzy Československého červeného kříže, zastávala funkci třídního zdravotníka, doma jsem si vždy ráda prohlížela knihu Domácí lékař. Bylo-li potřeba, trénovala jsem ošetřování na našich domácích zvířatech.

■ Vzpomínáte na svůj první pracovní den ve FNM?

To už si boužel napamatuji, ale vzpomínám si, že z počátku bylo náročné naučit se komunikovat jak s pacienty, tak s ošetřujícím personálem. Také se pamatuji na mapičku, kterou jsem s sebou nosila, abych se neztratila.

■ Pracujete na Oddělení léčebné výživy. Co Vás přivedlo právě k tomuto oboru a co Vás na něm baví?

K oboru mě přivedla spíše náhoda. Původně jsem chtěla jít studovat všeobecnou sestru, avšak dietní sestra byla v té době netradičním oborem, který mě zaujal. Na mé práci mě baví pestrost, mám v péči pacienty od kojeneckého věku až po seniory. Zároveň jsem i certifikovaná laktanční poradkyně.

■ Můžete přiblížit práci nutričního terapeuta na klinice?

V západním světě je nutriční terapeut přítomen na každé klinice, my pracujeme jako konziliáři. U nás



Uniforma na fotografiích neodpovídá současné ústrojové kázni FN Motol a byla použita pouze pro účel fotografování.



v motolské nemocnici je naše práce čím dál více žádaná, což ale není ve všech českých nemocnicích úplně běžné. Nejčastěji se setkáváme s pacienty s nechutenstvím, mnohdy polymorbidními, u kterých hledáme způsoby optimalizace energetického příjmu. Dále to jsou pacienti se sondovou výživou, u kterých můžeme nastavit odpovídající dávku výživy tak, aby splňovala dané potřeby a zároveň předcházela komplikacím. Na dětské části se setkáváme se vzácnými metabolickými poruchami, komplikovanými potravinovými alergiemi, specializovanými dietními postupy a poruchami příjmu potravy. V neposlední řadě edukujeme pacienty před dimisí ohledně běžných diet, například diabetická, při gastrointestinálních obtížích, redukční apod.

■ Jaké vlastnosti a předpoklady by podle Vás měl mít člověk, který se rozhodne pracovat ve zdravotnictví?

Empatie, schopnost komunikovat a pracovat v kolektivu.

■ Vzpomenete si na něco, co Vás v poslední době v práci nejvíce potěšilo nebo pobavilo?

Já se dokážu radovat z maličkostí. Stačí mi dobrá nálada, dobré jídlo, pěkné počasí a mít okolo sebe milé a usměvavé lidi.

■ Jak relaxujete, co je podle Vás ten nejlepší odpočinek?

Dělat to, co mě baví. Ráda odpočívám v přírodě, na zahradě, na procházce s naší fenkou border teriéra nebo s přáteli.

■ Máte nějaký zaručený recept na zvládnutí stresu?

Tříkrát se hluboce nadechnout a vydechnout.

■ Těšíte se na Vánoce, jak zvládáte přípravy a pečete třeba nějaké „zdravé cukroví“?

Když jsem měla mladší děti, tak jsem se na Vánoce těšila o něco více než nyní, beru je spíše jako čas odpočinku. Cukroví pečů spíše klasické, ale s přidáním celozrnné mouky. Nejsem zastáncem „zaručeně extra zdravého cukroví“. I to má totiž velkou energetickou hodnotu a navíc skoro nikomu nechutná. Je lepší upéct osvědčenou klasiku, ale sníst méně a přidat pohyb.

text: Vratislava Koets | foto: Anežka Konrádová

TRANSPLANTACE U DIABETU

TRANSPLANTACE ZNAMENÁ PŘENOS ORGÁNU (CELÉHO NEBO JEHO ČÁSTI) ČI TKÁNĚ Z DÁRCE PŘÍJEMCI. JEDNÁ SE VELMI ZJEDNODUŠENĚ ŘEČENO O „INSTALACI NÁHRADNÍHO DÍLU“. OBVYKLE SE JEDNÁ O TZV. ALOGENNÍ TRANSPLANTACI, KDY TRANSPLANTÁT POCHÁZÍ OD JINÉHO ČLOVĚKA. EXISTUJÍ ALE I TZV. AUTOLOGNÍ TRANSPLANTACE. V TOMTO PŘÍPADĚ JE DÁRCE A PŘÍJEMCE JEDEN A TÝŽ ČLOVĚK. JEJÍ NEJČASTĚJŠÍ FORMOU JE AUTOLOGNÍ TRANSPLANTACE KOSTNÍ DŘENĚ, ALE VZÁCNĚ SE MŮŽE JEDNAT I O TRANSPLANTACI TKÁNĚ PANKREATU (KONKRÉTNĚ IZOLOVANÝCH LANGERHANSOVÝCH OSTRŮVKŮ), JAK SE JEŠTĚ ZMÍNÍM.

text: prof. MUDr. Kateřina Štečková, Ph.D.
foto: IKEM - archiv, David Černý

Jak spolu souvisí témata diabetes a transplantace? Více, než by se na první pohled mohlo zdát. Hned to vysvětlím. Pokud není diabetes dobře léčen, začnou se rozvíjet tzv. chronické diabetické komplikace, které postihují cévy, malého i velkého kalibru. Postižení malých cév, tzv. mikroangiopatie, je pro diabetes typické a projevuje se poškozením sítnice (retinopatie), nervů (neuropatie) a ledvin (tzv. diabetické onemocnění ledvin, dříve zvané diabetická nefropatie). Postižení velkých cév zvané makroangiopatie je vlastně urychlená ateroskleróza (kornatění cév), která vede k infarktu myokardu, mozkové mrtvici atd. Tato makroangiopatie ale není pro diabetes specifická, jen ateroskleróza u ne ideálně kompenzovaných diabetiků nastupuje výrazně rychleji a v mladším věku než u osob bez diabetes. Zaměřila bych se ale konkrétně na jednu výše uvedenou mikrovaskulární komplikaci, a tou je diabetické onemocnění ledvin. Pokud se ho nepodaří odhalit včas a pokud se kompenzace diabetes výrazně nezlepší, vede tato komplikace postupně k chronickému selhání ledvin. Diabetici tvoří největší skupinu mezi dialyzovanými pacienty. Nejlepší léčebnou metodou chronického selhání ledvin, pokud to je možné, představuje transplantace ledviny. Pokud máme hovořit o transplantacích u diabetes, tak tedy na prvním místě je právě transplantace ledviny.



Jak je to ale například s transplantací inzulín produkující tkáně? Tady musím připomenout, že existují různé druhy diabetesu, všem je společná vysoká hladina krevní glukózy, tj. hyperglykémie. Dlouhodobá hyperglykémie je pak příčinou výše zmínovaných chronických diabetických komplikací, protože glukóza v nadměrném množství má schopnost různým způsobem navozovat poškození řady tkání. Původ vzniku hyperglykémie se mezi jednotlivými typy diabetesu ale zásadně liší. U nejčastější formy diabetesu, tj. diabetesu 2. typu, je hyperglykémie důsledkem toho, že tělo začne hůře odpovídat na inzulín. Pak teprve dochází k postupnému úbytku produkce inzulínu. Úplně jiná situace je u pacientů s diabetesem 1. typu, kdy vlastní imunitní systém omylem zničí beta buňky slinivky břišní produkující inzulín. Jen připomínám, že inzulín je klíčový hormon těla v hospodaření s jeho nejdůležitějším energetickým zdrojem, glukózou. Většina slinivky, konkrétně její tzv. exokrinní část, vyrábí

trávicí šťávy, které vydává do střeva. V této tkáni nalezneme „rozeseté“ tzv. Langerhansovy ostrůvky (jejich součástí jsou beta buňky), ty mají na starost endokrinní produkci slinivky. Znamená to, že buňky ostrůvků vyrábí hormony (hlavně inzulín, ale i jiné, třeba glukagon) a ty vydávají přímo do krve. Řeknete si, tak proč prostě nevyřešit nedostatek inzulínu transplantací náhradou toho, co inzulín produkuje? Abych vysvětlila, proč to není tak jednoduché, musím vám vysvětlit něco o transplantacích obecněji.

PRVNÍM PROBLÉMEM JE NEDOSTATEK DÁRCŮ. ROČNĚ NA TRANSPLANTACI ČEKÁ CCA 1100 PACIENTŮ.

Většina transplantací je od zemřelých dárců a těch je ročně okolo dvou set, nicméně jeden dárců může pomoci více pacientům. Pokud je dárcem živý člověk, jedná se většinou o příbuzného, který daruje párový orgán, třeba ledvinu. Takový dárců pak musí být doživotně sledován.

Zemřelým dárcem je nejčastěji osoba, u které byla prokázána smrt mozku. Jak je to v České republice s právními aspekty transplantací? U nás platí tzv. předpokládaný souhlas s dárcovstvím orgánů. Pokud si člověk nepřeje v případě své

smrti stát se dárcem orgánů, existuje tzv. Národní registru osob nesouhlasících s posmrtným darováním tkání a orgánů, do kterého se lze nechat zapsat. Alternativou je, když pacient za svého života (nebo jeho zákonný zástupce) vysloví prokazatelný nesouhlas před ošetřujícím lékařem a jedním svědkem. V případě nesouhlasu zákonného zástupce nezletilé osoby nebo osoby zbavené způsobilosti k právním úkonům lze tento nesouhlas vyslovit i po smrti zastupované osoby. Příbuzní dárců jsou o odběru orgánů informováni, ale jejich případný nesouhlas (až na výše uvedené) nemá právní sílu odběru zabránit. Další podmínkou je, že ten, kdo označí daného pacienta za vhodného dárců (obvykle se jedná o lékaře kliniky anesteziologie a resuscitace), se nepodílí na vlastním odběru orgánů a nesmí být ošetřujícím lékařem příjemce. Ošetřující lékař příjemce také nemůže být členem odběrového týmu. Transplantační zákon také stanoví, že dárců po odběru orgánů musí být povinně pitván.





Dárce může být za dodržení výše uvedených pravidel i nezletilá osoba. Může jím být ale i starší člověk, pokud jsou jeho orgány v dobrém stavu. Důležitá je ale i tzv. kompatibilita mezi dárce a příjemcem. To je třeba si vysvětlit trochu podrobněji. Lidský imunitní systém, kterému s oblibou říkám, „náš hlídací pes“, pečlivě člověka střeží před infekcí, ale i třeba před tím, aby se vlastní buňky nezvrhly v buňky nádorové. Je to takový „agent s povolením zabíjet“. Jakmile rozpozná třeba virus nebo jiné infekční agens, které nás napadne nebo nějakou nevhodně se chovající vlastní buňku, tak je prostě bez milosti zlikviduje. Na to má různé nástroje. Jak ale imunitní systém pozná, že to je něco cizího, co je potřeba zlikvidovat?

Buňky imunitního systému se během svého vývoje důkladně cvičí v tom, aby bezpečně uměly rozpoznat, co je tělu vlastní a co ne. Každá „spořádaná buňka“ má totiž na svém povrchu takové „identifikační nálepky“ (jedná se o speciální molekuly), které imunitní buňky umí rozeznat.

Jenže když transplantujeme orgán či tkáň od cizího člověka, tak jeho „identifikační nálepky“ jsou pochopitelně jiné než ty, co mají buňky příjemce. A imunitnímu „hlídacímu psu“ prostě nevysvětlíte, že pacient tu transplantovanou ledvinu potřebuje. Pro něj je to prostě něco cizího, co v těle nemá co dělat. Takže nezbyvá než hlídacího psa trochu utlumit v aktivitě a k tomu jsou používány léky zvané imunosupresiva. Z toho, co jsem výše vysvětlila, ale jasně vyplývá, že tlumení

imunitních reakcí sebou nese zvýšené riziko infekcí, které navíc mají závažnější průběh. Je také ale vyšší riziko vzniku nádorových onemocnění.

V KAŽDÉM PŘÍPADĚ JE OPTIMÁLNÍ, ABY MEZI DÁRCEM A PŘÍJEMCEM BYLA CO NEJVĚTŠÍ SHODA.

Jednotlivé tkáně a orgány se ale mezi sebou liší svými požadavky na míru shody. Největší míra shody je vyžadována v případě transplantace kostní dřevě. Nejčastější orgánovou transplantací je transplantace ledviny. V České republice máme celkem 7 transplantačních center. Největším centrem je Transplantační centrum Institutu klinické a experimentální medicíny (IKEM) v Praze, kde v současnosti probíhají transplantace ledviny, srdce, slinivky (včetně transplantace izolovaných Langerhansových ostrůvků), jater, tenkého střeva a dělohy. V Praze je ještě jedno transplantační centrum, a tím je naše Transplantační centrum Fakultní nemocnice v Motole, kde jsou transplantovány ledviny a plíce. Ledviny se transplantují ještě ve dvou českých (Plzeň a Hradec Králové) a třech moravských centrech (v Brně, Olomouci a v Ostravě). V Brně se navíc ještě provádí transplantace srdce a jater.

PRVNÍ TRANSPLANTACE OD ZEMŘELÉHO DÁRCE V TEHDEJŠÍM ČESKOSLOVENSKU SE USKUTEČNILA PŘED NEUVĚŘITELNÝMI ŠEDESÁTI JEDNA LETY (V ROCE 1961)!

První transplantaci od živícího dárce pak provedli v IKEMu v roce 1990. První transplantace slinivky břišní byla

provedena v roce 1983, ale až do roku 1997 se vždy jednalo o transplantaci zárovec s ledvinou. I dnes je transplantace samotné slinivky spíše výjimečnou situací. Dalším přelomovým rokem, který musím zmínit, byl rok 2005, kdy začal program izolace a transplantace Langerhansových ostrůvků. Jak to ale vypadá prakticky? Transplantace ledviny je chirurgický zákrok, který trvá obvykle 2 až 3 hodiny. Původní ledviny příjemce se ponechávají na svém místě a „nová“ ledvina se umístí do oblasti kyčelní jámy na stranu, která odpovídá tomu, zda je to ledvina levá či pravá. Cévy transplantovaného orgánu se musí napojit na cévy příjemce a močovod ledviny je potřeba spojit s příjemcovým močovým měchýřem. V roce 2021 bylo provedeno v České republice 456 transplantací ledviny, z toho ve FN Motol jich bylo 7. Průměrná doba, kterou pacient stráví na čekací listině, než se dočká transplantace ledviny, je déle než 300 dní. Znamená to být neustále na telefonu a mít připravené zavazadlo do nemocnice. Obvolává se ale nejen ten, kdo je na řadě, ale i náhradníci, a to pro případ, že by se po příjezdu čekatele do nemocnice zjistilo, že z nějakých důvodů nemůže transplantaci podstoupit. Slinivka se po promytí umísťuje do pravé jámy kyčelní a napojuje se na pánevní cévy. Odvod trávicích šťáv, které slinivka vyrábí, se zajišťuje buď do střeva nebo do močového měchýře. V roce 2021 dosáhl počet transplantovaných slinivky v naší republice 39.



Transplantace ledviny i slinivky je prostě „velká operace“ a hrozí komplikace jako je krvácení, infekce, únik moči z močovodu do okolí atd. a hrozí i přes nasazenou imunosupresivní terapii odhojovací reakce, tzv. rejekce štěpu.

Zcela jinak vypadá transplantace izolovaných Langerhansových ostrůvků. Manipulace se slinivkou, natož pak izolace ostrůvků, je delikátní postup, protože slinivka je plná trávicích šťáv a hrozí tak při těchto postupech její samonatravení. Izolace ostrůvků probíhá v laboratoři a trvá 4 - 8 hodin. Izolované ostrůvky se transplantují tak, že se napíchne vrátnicová žíla, která vede do jater a do ní se směs ostrůvků vstříkne. Ty jsou krví zaneseny do jater, kde se usadí. Přestože toto není „velká operace“, imunosuprese je stejně třeba. Zadrhel je ale v tom, že k tomu, aby byl člověk nezávislý na injekcích inzulínu, když sám má Langerhansovy ostrůvky zničené, je potřeba provést izolaci od dvou až třech dárců. Logicky tedy toto není metoda, která by mohla být univerzálněji použita k léčbě pacientů s diabetem 1. typu. Hlavní indikací transplantace Langerhansových ostrův-

ků nebo izolované transplantace slinivky jsou situace, kdy pacienta ohrožuje na životě to, že nerozpoznává velmi nízké glykémie, tzv. hypoglykémie. Diabetici obvykle hypoglykémie poznávají a umí jim předcházet a řešit je, pokud nastanou. Tento problém se ale někdy u pacientů může vyskytnout, zejména po delší době trvání diabetu. Vysvětlení, proč se tak děje, by už bylo značně nad rámec tohoto článku. Prostě hlavním cílem transplantace u těchto pacientů není tedy to, aby si nemuseli píchat inzulín, ale to, aby bez varovných příznaků neupadali do bezvědomí, které může skončit i smrtí.

V ROCE 2021 BYLO V IKEMU PROVEDENO 10 TRANSPLANTACÍ IZOLOVANÝCH LANGERHANSOVÝCH OSTRŮVKŮ OD ZEMŘELÝCH DÁRCŮ.

Zmínila jsem výše, že u slinivky je možná i autologní transplantace. Pokud musí chirurg člověku z nějakého důvodu odebrat slinivku (třeba pro nádor nebo kvůli zánětu), vzniká cukrovka, která se mimořádně obtížně kompenzuje a hrozí u ní i ty těžké hypoglykémie. Je-li možné z odstraněné slinivky získat ostrůvky a vrátit je jejich původnímu majiteli zpátky (byť do jater), je to pro něj velká výhoda, a navíc v tomto případě není nutná imunosuprese. Samozřejmě ne vždy je to možné, například ze slinivky zachycené maligním nádorem by nebylo dobré cokoliv vracet zpět. Pracovníci z IKEMu v roce 2021 provedli 3 takové transplantace. Česká data jsou zcela srovnatelná s nejlepšími transplantačními programy světa. V roce 2021 bylo v ČR transplantováno 809 orgánů od 268 kadaverózních a 43 žijících dárců.

Pokud není na národní čekací listině nalezen pro odebraný orgán vhodný příjemce, existuje portál pro jeho rychlé využití pro pacienta v jiné zemi. Běží se totiž doslova o čas, protože odebrané orgány musí být transplantovány v krátkém časovém limitu, jinak dojde k jejich znehodnocení. Pro naše pacienty s diabetem z toho vyplývá, že je potřeba být co nejlépe zkompenzován, aby nenastala nutnost podstoupit třeba transplantaci ledviny. Navíc dnes mají pacienti dostupné léky a pomůcky, které jim dosažení tohoto cíle značně usnadňují. Nelze si tedy myslet něco na způsob: „na cukrovku budu kašlat, když mi selže ledvina, tak prostě dostanu novou.“

TŘEBA JEDNOU BUDE MOŽNÉ SI NECHAT Z KMENOVÝCH BUNĚK „UDĚLAT“ OPRAVDU SVOJI NÁHRADNÍ LEDVINU NEBO SLINIVKU NEBO JINÝ ORGÁN, ALE ZATÍM JE TO JEŠTĚ OBLAST SCI-FI.

Při přípravě článku byly použity informace z webových stránek Institutu klinické a experimentální medicíny (www.ikem.cz), Koordinačního střediska transplantací (www.kst.cz), České transplantační společnosti (www.transplant.cz) a Společnosti pro orgánové transplantace České lékařské společnosti J.E.Purkyně (www.sotcls.cz).

RODIČOVSKÁ ODPOVĚDNOST VERSUS JEJÍ ROZSAH V PRŮBĚHU HOSPITALIZACE NEZLETILÉHO PACIENTA



Pětileté dítě je hospitalizováno v nemocnici. Jako doprovod dcerky je tam i její maminka. První dny hospitalizace se odvíjejí zcela bez problémů, ve vzájemné shodě jak rodiče, tak zdravotnického personálu. Po týdnu je však situace odlišná. Matka malé pacientky odmítá respektovat pokyny zdravotnického personálu, odmítá respektovat některá ustanovení vnitřního řádu zdravotnického pracoviště. Argumentuje tím, že jako rodič nezletilého pacienta v průběhu jeho hospitalizace v nemocnici rodičovskou odpovědnost „neztrácí“. Nebude se tedy nikomu a ničemu podřízovat. „Já jsem rodič a o svém dítěti si budu rozhodovat. O všem a ve všem“. Co na to platná legislativa?

Je zcela jasné, že okamžikem hospitalizace v nemocnici nedochází k pozastavení či omezení nebo dokonce snad zbavení výkonu rodičovské odpovědnosti u rodiče hospitalizovaného pacienta. Rodič jako doprovod malého pacienta se však musí pokynům zdravotnického personálu podřídit a respektovat vnitřní řád zdravotnického pracoviště. Někdy se v praxi setkáváme s případy, kdy rodiče kladnou v průběhu pobytu v nemocnici požadavky, právě s odvoláním na fakt, že disponují rodičovskou odpovědností. Mnohdy to jsou však přání, jejichž splnění je, když ne přímo nemožné, tak značně problematické.

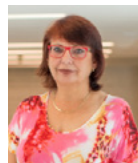
„Nevídám důvod, proč by se mé dítě nemohlo ráno nasnídat. Že jde na operační výkon a že ho budete uvádět do anestezie? To přece nevedí!! Alespoň tím, že nebude hladové, bude mít na tuto akci dostatek síly...“

„Jsem rodič a jako rodič vám říkám, že do našeho pokoje během noci nebude nikdo vstupovat. Ani sestra, ani lékař, ani nikdo další. Potřebujeme se vyspat, tlak se může změnit ráno.“

„Syn tyto léky nechce. Asi bych ho měla nutit, aby je spolkl, ale to zase nechci já...“

„Do postýlky mé dítě nepokládejte. Doma spí s námi v posteli. V nemocnici to nebude jinak. Vnitřní řád pracoviště, domácí řád pracoviště, provozní pokyny pracoviště... To nečtu. Já nic nečtu. Jen to, co mám na mobilu...“

Zmíněné situace nejsou smyšlené, jsou pravdivé. A velmi často jsou tyto a jim podobné požadavky odůvodňovány právě tím, že „rodič má svá práva“. Ano, bezpochyby má, ale také má své povinnosti. Rodičovská odpovědnost zahrnuje povinnosti a práva rodičů, která spočívají v péči o dítě, zahrnující, mimo jiné, i péči o jeho zdraví. V žádném případě není zásahem do výkonu rodičovské odpovědnosti legitimní požadavek zdravotnického personálu, ať už směřuje třeba na podání léčiva či respektování provozních podmínek pracoviště. V žádném případě není zásahem do výkonu rodičovské odpovědnosti konstatování zdravotnického personálu, že na vyšetření v průběhu hospitalizace půjde čtyřletý pacient dle kapacitních možností pracoviště a nikoliv tehdy, až čtyřletý synek tento postup odsouhlasí. V neposlední řadě pochopitelně není zásahem do výkonu rodičovské odpovědnosti ani rozhodnutí lékaře, že devítiletý pacient bude neprodleně operován v případě, kdy není možno získat souhlas rodičů a jedná se o neodkladnou péči. S většinou rodičů se zdravotnický personál domluví. Takovým rodičům za to patří dík. Kéž by to tak bylo vždy. Jde přece o děti...



text: JUDr. Vladimíra Dvořáková | foto: iStock



VFN PRAHA

VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
FAKULTNÍ TRANSFUZNÍ ODDĚLENÍ

JE ČAS DAROVAT KREV



MŮŽU DAROVAT?

Krev může darovat každý zdravý muž či žena ve věku 18–65 let s tělesnou hmotností nad 50 kg.

JAK PROBÍHÁ ODBĚR?

Odebíráme plnou krev (max. 450 ml, 6–12 minut) nebo jednotlivé složky krve - plazmu a krevní destičky (max. 750 ml, 60–100 minut) - vždy do jednorázových odběrových souprav.

PROČ DAROVAT?

Krev a její složky jsou stále nenahraditelnou součástí léčebné péče a využívají se především:

- Při operacích, k léčbě chudokrevnosti a onemocnění krvevorné tkáně.
- V dialyzačním programu (umělá ledvina).
- Po těžkých úrazech (velké ztráty krve) a pro výrobu léčiv.

JAKÉ JSOU VÝHODY?

- Vyšetření krevní skupiny.
- Kontrola krevního obrazu a tlaku.
- Nárok na pracovní volno v den odběru a možnost daňového zvýhodnění.
- Malé obcerstvení po odběru a Váš dobrý pocit, že jste pomohli.

CHCETE DAROVAT?

NA CO NEZAPOMENOUT:

- Doklad totožnosti s fotografií a doklad o zdravotním pojištění platném v ČR.
- Ráno posnídat netučné jídlo (rohlík, džem, med, ovoce).
- Před odběrem vypít min. 0,5 l tekutin (voda, džus).

KDE NÁS NAJDETE?

FAKULTNÍ TRANSFUZNÍ ODDĚLENÍ VFN

- Pracoviště v areálu VFN (U Nemocnice 499/2, tel.: 224 963 112)
- Pracoviště Zbraslav (K Interně 640, tel.: 225 374 230)

www.vfn.cz
www.transfuznispolecnost.cz
www.facebook.com/transfuzka
 e-mail: fto@vfn.cz, fto-evidence@vfn.cz



TĚŠÍ SE NA VÁS
PRACOVNÍCI
FTO VFN

Národní koordinální centrum pro vzácná onemocnění - expertní konference



Národní koordinální centrum pro vzácná onemocnění (NKCVO) při Ústavu biologie a lékařské genetiky 2. LF UK a FN Motol spoluorganizovalo expertní konferenci v rámci českého předsednictví Radě Evropské unie ke vzácným onemocněním, která vyzvala k přijetí Evropského akčního plánu v této oblasti. Z hlediska počtu zastoupení v Evropských referenčních sítích pro vzácná onemocnění jsou společná školsko-zdravotnická pracoviště 2. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a FN Motol na prvním místě v České republice a v nových členských zemích EU a na 15. místě z celkového počtu více než 300 předních zdravotnických institucí EU27.

Na expertní konferenci o vzácných onemocněních, která se uskutečnila v rámci českého předsednictví Radě EU v Praze 25. a 26. října, se účastníci shodli na tom, že je zapotřebí společný Evropský akční plán pro vzácná onemocnění. Vzácná onemocnění se dotýkají přibližně 4 % naší populace. V rámci EU se jedná asi o cca 20 milionů obyvatel s celoživotním rizikem jednoho ze vzácných onemocnění. Jen pro 6 % z více než 6000 vzácných onemocnění existuje kauzální terapie, přičemž cesta k diagnóze trvá v průměru až 5 let. Lidé se vzácnými onemocněními a jejich rodiny čelí značné psychosociální zátěži, která často významně omezuje jejich možnost pracovního a sociálního zařazení.

Vzácná onemocnění se dotýkají přibližně 4 % naší populace.

Obzvláště důležitá je i problematika diagnostiky a péče o vzácná onemocnění ve vyloučených lokalitách a u populace Romů, čemuž se věnuje NKVCVO v rámci projektu Norských fondů. Této konferenci se proto zúčastnili i naši norští partneři z Frambu.no (Mohr, Kristoffersen, Barton). „*Pracoviště Fakultní nemocnice v Motole a 2. lékařské fakulty UK jsou v oblasti vzácných onemocnění velmi aktivní a hostí 15 Evropských referenčních sítí pro vzácná onemocnění (ERN; Věstník MZD 1/2022). Náš kampus patří do sítě prestižních univerzitních nemocnic v oblasti péče o vzácná onemocnění v Evropě. Jsme na 15. místě z celkového počtu 300 předních zdravotnických institucí v EU27 a jsme na prvním místě v ČR a v rámci nových členských zemí EU13,*“ uvedl prof. MUDr. Milan Macek, DrSc., MHA vedoucí NKVCVO.

NKCVO se rovněž podílelo společně s Asociací pro inovativní farmaceutický průmysl (AIFP) dne 21. října 2022 v Bruselu v Pražském domě na konferenci „Jak by měla vypadat nová regulace pro léčivé přípravky na vzácná onemocnění a pediatrické použití?“. Profesor Macek prezentoval domácí a mezinárodní problematiku Evropských referenčních sítí pro vzácná onemocnění. Rovněž tak se zástupci NKVCVO podíleli na pražské konferenci mezinárodního konsorcia MetabERN ve dnech 13. - 15. října 2022, kde rovněž prezentoval problematiku Evropského akčního plánu pro aktivity NKVCVO na národní úrovni. A uvedl i problematiku vzácných onemocnění u vyloučených lokalit a romské populace. Aktivity českého předsednictví Radě EU byly rovněž součástí konference organizované AIFP „Revize EU legislativy pro léčivé přípravky na vzácná onemocnění a pro pediatrické použití“, která proběhla dne 17. května 2022 v Senátu České republiky. Profesor Macek zde shrnul činnost NKVCVO a přednesl současný stav priorit v oblasti vzácných onemocnění. Senátní konference navazovala v době francouzského prezidentství v Radě EU na expertní konferenci ke vzácným onemocněním, která se konala u příležitosti Dne vzácných onemocnění 28. února 2022 v Paříži ve spolupráci s celoevropskou zastřešující organizací Eurordis.org, kde rovněž zástupci NKVCVO a ČAVO prezentovali dosažené výsledky v České republice v oblasti strukturování péče o vzácná onemocnění. Konečně profesor Macek se zúčastnil 15. listopadu odborného panelu konference AIFP a Hospodářské komory k European health data space (Evropskému datovému prostoru), kde vzácná onemocnění jsou modelem personalizované medicíny a sdílení dat na domácí a celoevropské úrovni.

Nyní bychom se měli posunout a vytvořit společnou evropskou strategii, která bude založena na jasně stanovených cílech.

Většina těchto iniciativ byla zahájena před více než deseti lety a od té doby se mnohé změnilo. Máme mnoho nových vědeckých poznatků, máme řadu funkčních nástrojů, jako jsou Evropské referenční sítě nebo referenční portál Orphanet, který NKVCVO hostí. Ústav biologie a lékařské genetiky se účastní mezinárodních projektů EU v oblasti diagnostiky vzácných onemocnění (www.solve-rd.eu) nebo jejich mezinárodní klasifikace (www.rd-code.eu). V současné době připravujeme novou desetiletou strategii pro vzácná onemocnění (2021 - 2030), která by navázala na předchozí mimořádně úspěšnou Národní strategii 2010 - 2020 a tři Národní akční plány. Velmi důležitá v tomto ohledu je i spolupráce s patientskými organizacemi pro vzácná onemocnění. „Nyní bychom se měli posunout a vytvořit společnou evropskou strategii, která bude založena na jasně stanovených cílech. Nejde o to, předepisovat členským zemím, co mají dělat. Jde o to, že bychom se měli shodnout na tom, čeho chceme dosáhnout, třeba zkrácení doby, kterou pacient čeká na stanovení diagnózy a o tyto cíle společně usilovat,“ říká paní Anna Arellanesová, předsedkyně spolupracující České asociace pro vzácná onemocnění (ČAVO), která předsedala jednomu z panelů a dodává: „Společný postup v rámci Evropské unie se u vzácných onemocnění velmi dobře osvědčil. Teď ho potřebujeme posunout na další úroveň.“ Velice vítáme, že se české předsednictví v Radě EU postavilo také za výzvu k vytvoření společného Evropského akčního plánu pro vzácná onemocnění, a že ji na radě ministrů zdravotnictví (EPSCO) dne 9. prosince 2022 podpořilo 22 členských zemí EU, což představuje jeden z největších úspěchů našeho předsednictví ve zdravotnické oblasti.



text: prof. MUDr. Milan Macek, Ph.D., MHA
foto: prof. MUDr. Milan Macek, Ph.D., MHA - archiv

CO NABÍZÍ OČKOVACÍ CENTRUM A CENTRUM CESTOVNÍ MEDICÍNY FN MOTOL?

Spolu se vznikem nové Kliniky infekčních nemocí a cestovní medicíny 2. LF UK a FN Motol dochází k rozšíření činnosti očkovacího centra v naší nemocnici. Očkovací centrum nabízí komplexní poradenské služby související s očkováním, včetně očkování hrazeného ze zdravotního pojištění u rizikových skupin dospělých pacientů, komerčního očkování a očkování cestovatelů. Objednat se můžete pomocí elektronického rezervačního systému na adrese:

OBJEDNAVKY.FNMOTOL.CZ ČI NA TEL. ČÍSLE 224 436 930.

text: MUDr. Milan Trojánek, Ph.D. | foto: Anežka Konrádová

JAK PROBÍHÁ PORADENSTVÍ U RIZIKOVÝCH SKUPIN DOSPĚLÝCH PACIENTŮ?

Během konzultace na ambulanci s lékařem proberete váš zdravotní stav, dále s jakými nemocemi se dlouhodobě léčíte, jaké léky užíváte, zda máte nějaké alergie a proti čemu a kdy jste byl(a) očkovan(a). **Lékař vás následně seznámí s tím, která očkování jsou pro vás důležitá a která by bylo vhodné doplnit.** Řada očkovacích látek je u vybraných skupin pacientů (např. u osob vyššího věku, pacientů s poruchou imunity, nemocných užívajících léky na potlačení imunity, či u pacientů, kteří nemají slezinu...) hrazena z veřejného pojištění. Lékař očkovacího centra s vámi případně dále probere, které vakcíny by pro vás mohly být vhodné, i když hrazené ze zdravotního pojištění nejsou. Jako příklad lze uvést očkování proti chřipce a pneumokokovým infekcím u pacientů s onkologickým onemocněním, očkování proti chřipce, pneumokokovým infekcím a virové hepatitidě B u pacientů s diabetem či očkování proti pásovému oparu u osob nad 50 let věku. Po vzájemné dohodě s lékařem na ambulanci bude stanoven optimální očkovací plán a vybraná očkování Vám aplikujeme. Stručný přehled očkování, která máte hrazená ze zdravotního pojištění uvádíme v tabulce.

VYBRANÉ VAKCÍNY HRAZENÉ ZE ZDRAVOTNÍHO POJIŠTĚNÍ

Osoba nad 50 let věku	Klíštřová meningoencefalitida
Osoba nad 65 let věku (navíc)	Sezónní chřipka, pneumokoková onemocnění
Pacient se závažným a léčeným onemocněním srdce, plic, ledvin či diabetem	Sezónní chřipka
Pacient v dialyzačním programu	Sezónní chřipka, virová hepatitida B
Pacient se závažnou poruchou imunity, po transplantaci orgánů či krvetvorných buněk, pacient po odnětí sleziny	Pneumokoková onemocnění, meningokoková onemocnění, hemofilová onemocnění, sezónní chřipka



JAK PROBÍHÁ PORADENSTVÍ U PACIENTŮ, KTERÍ PŘÍCHÁZÍ KE KOMERČNÍMU OČKOVÁNÍ?

Konzultace s lékařem probíhá obdobným způsobem jako u rizikových skupin pacientů. Dále je důležité zjistit, jaká potenciální rizika jsou ve vašem případě relevantní a které vakcíny je smysluplné (i s ohledem na možnou finanční zátěž) aplikovat. Jako příklad lze uvést mladého, jinak zdravého sportovce, který tráví velkou část volného času v přírodě, kdy důležitým bude očkování proti klíštřové meningoencefalitidě. U mladých žen, které plánují těhotenství (zatím nejsou těhotné) a dosud neprodělaly plané neštovice, je velmi vhodné doplnit očkování právě proti této infekci, protože nákaza v průběhu těhotenství s sebou nese řadu rizik pro plod i matku. Naopak u těhotných je doporučováno přeočkování proti dávivému kašli, protože díky přesunu protilátek z těla matky na budoucího novorozence je zajištěna ochrana v jeho nejrizikovějším období, s ohledem na riziko infekce u matky je dále doporučeno očkování proti sezónní chřipce.

ČÍM SE LIŠÍ CESTOVNÍ PORADENSTVÍ A OČKOVÁNÍ PŘED CESTOU?

Obdobně jako u výše uvedených situací při cestovním poradenství nejprve s lékařem proberete svůj zdravotní stav a očkování, která jste již absolvoval(a). Následně se lékař seznámí s plánem vaší cesty, do které země či konkrétního regionu míříte, jak dlouho budete v dané oblasti pobývat, jaký bude charakter cesty, ubytování či stravování nebo zda plánujete nějaké rizikové sportovní aktivity. Na základě získaných informací lékař vyhodnotí možná rizika cesty a společně s ním proberete možnosti prevence. Podle preference klienta bude následně vypracován očkovací plán, který zahrne jak případné povinné očkování v dané oblasti (např. žlutá zimnice), tak především doporučená očkování, přičemž mezi nejčastější patří očkování proti žloutence typu A, břišnímu tyfu či vzteklině. Mimo samotného očkování vás dále lékař seznámí s výskytem malárie v dané oblasti a možnostmi adekvátní ochrany, včetně případného užívání antimalarik či účinných repelentů. Během konzultace se dále dozvíte, jak správně zvolit cestovní přípojištění, jak by měla být vybavena cestovní lékárnička či jak postupovat při nejčastějších zdravotních obtížích. Při samotném cestovním poradenství vycházíme z ověřených zdrojů německého Centra pro cestovní medicínu (CRM) či amerického CDC. Zásadní je pro nás však i pečlivé zvážení nákladové efektivity pro klienta. **Výhodou našeho centra je, že kromě samotného předvýjezdového poradenství zajišťujeme i komplexní péči o pacienty se zdravotními obtížemi po návratu.**



CO ZAHRNUJE PŘEDVÝJEZDOVÉ PORADENSTVÍ?

Očkování

- Povinné (žlutá zimnice, meningokoky)
- Pravidelné (přeočkování proti tetanu...)
- Doporučené (žloutenka A, břišní tyfus, vzteklin, meningokoky, cholera, japonská encefalitida, klíštřová meningoencefalitida...)
- Malárie a její prevence (užívání antimalarik, repelenty)
- Cestovatelský průjem (jak se mu vyhnout, jak se léčit v případě obtíží)
- Jiná infekční rizika v dané oblasti a jejich prevence (horečka dengue, chikungunya, rickettsiázy, schistosomóza, pohlavně přenosné infekce...)
- Neinfekční rizika související s cestou a pobytem v dané oblasti
- Cestovní lékárnička
- Principy léčby nejčastějších zdravotních obtíží
- Cestovní přípojištění

JAK PROBÍHÁ SAMOTNÉ OČKOVÁNÍ?

Před aplikací vakcíny lékař nejprve zhodnotí, zda nejste alergický(á) na některou ze složek vakcíny či zda netrpíte nějakým významným akutním onemocněním (např. horečnatá infekce). Poté Vám lékař či sestra aplikuje vakcínu do svalu či podkoží v oblasti ramene. Bezpečně lze aplikovat i několik různých vakcín v jeden den, přičemž v tomto případě využíváme ramen obou končetin. Po samotné aplikaci vyčkáte 15 až 30 minut v čekárně. V den očkování se obecně nedoporučuje významnější sportovní či fyzická aktivita.



Klauni dodávají dětem před operací klid i dobrou náladu, potvrdil výzkum

„Bohužel, čeká vás operace.“ Tuhle větu nechce slyšet nikdo, především ne rodiče malých dětí. A nejhorší je čekání těsně před operací. Naštěstí na nervozitu, obavy a stres mají v Motole docela účinný protilék – Zdravotní klauny. Speciální program NOS! (Na Operační Sál!) pomáhá malým pacientům a jejich rodičům zvládnout obtížné chvíle před tím, než začne operace.

text: Mgr. Alena Červenková | Foto: Zdravotní klaun - archiv

I když tahle paní mezi ostatními svým zjevem docela vyčnívá, sestry jsou na ní očividně zvyklé. „*Dopoledne máme naplánované čtyři operace. Začínáme ráno Pětou, po něm jde Anička ze dvojky, pak Pavlík a Maruška nakonec,*“ obrací se na ni zdravotní sestra. Zvláštní postava s dosti rozčuchanou kšticí chápavě přikývne, jména si zapíše a polohlasně se doptává na podrobnosti. Ranní směna programu NOS! začíná.

Tahle neobvyklá postava, která se účastní ranního rozpisu plánovaných operací, není nikdo jiný než Zdravotní klaun. Všechny čtyři děti bude doprovázet celým dopolednem, a dojde s nimi až před operační sál. Program NOS! si vymyslela a od roku 2013 provozuje již v sedmi nemocnicích nezisková organizace Zdravotní klaun. Tady v Motole ho dobře znají. Právě na zdejší oddělení Chirurgie 2A totiž odstartoval, s velkou podporou staniční sestry Mgr. Lenky Rubešové. Myšlenka tohoto programu je vlastně docela jednoduchá. Čekat na operaci je ohromně psychicky náročná věc i pro nás dospělé, pro děti to je téměř nesnesitelné. I když jsou zdravotní sestry i lékaři příjemní, usmívají se a snaží se všechno vysvětlit, přeci jen čekat na zákrok je prostě na malého človíčka moc. Navíc mu nedají ani napít, má hlad, a ještě ke všemu se vedle na posteli někdo raduje, že jde konečně domů! A když už toho všeho malý pacient začíná mít dost, ozve se rázné zaklepání na dveře. A už se v nich objevuje naše známá rozčuchaná hlava: „*Dobrý den, já jsem doktor René Votočka a mám to tu všechno na povel. Ty jsi, Pěťo, Pěťo? Já jdu na kontrolu, jestli je všechno v pořádku. Nic ti nechybí? Ne? Protože kdyby jo, tak zjednám nápravu, Pěťo, ale okamžitě!*“ Malý chlapec se dívá trochu nejistě, přeci jen takového doktora za svých pět let života ještě neviděl.



VODA TEČE, SVĚTLO SVÍTÍ

Ale nejistota je rychle pryč. Zvlášť, když se tenhle nekonvenční lékař rozloučí a při odchodu velice rázně popadne kliku – ke své smůle ale koupelny místo od vstupních dveří do pokoje. Zavře za sebou a svůj omyl si uvědomí až v okamžiku, kdy na něj Pěťo volá: „*Tam ne, to je koupelna, to musíš dveřmi na chodbu!*“ a začíná se smát úlevným smíchem. Doktor Votočka se snaží zachovat dekorum: „*No pochopitelně, koupelna. Takže si pište: voda teče, světlo svítí, zrcadlo zrcadlí, kachlíky drží,*“ a to už se Pěťo směje hlasitě. Usmívá se i jeho maminka, pro kterou je přítomnost klauna vítaným rozbitím dne plného obav. Klaun se zdvořile představí i zbylé trojici dětí čekajících na operaci. A do jejich pokoje pak vtrhne pokaždé, když se něco děje. Když dostávají utišující léky, když je sestry připravují na zákrok. Mezitím nakoukne do sesterny, a na chodbě pozdraví doktorku. I ta se na něj usmívá, zná ho totiž velmi dobře a ví, jak důležitou roli Zdravotní klaun na jejím oddělení hraje. To už se ale ráno promění v dopoledne a Pěťu čeká přesun na operační sál. Doktor Votočka u toho nesmí chybět, to je jasné. Oblékne si sterilní plášť, důkladně si vydesinfikuje ruce, vezme respirátor a z velkého veselí přechází spíše do tichého hraní a zpívání. „*Půjdeš se mnou?*“ ptá se Pěťo. Doktor Votočka přikývne. Cestou si s Pěťou povídá, vtipkuje, hraje mu a zpívá. Jeho vtipům se nesměje jen Pěťo, ale i jeho maminka a také zdravotní sestra. Pan doktor Votočka doprovází malého chlapce až před operační sál. Ten si ani nestihl uvědomit, že teď už by se měl vlastně začít bát. Krátké rozloučení, klaun, maminka i zdravotní sestra odchází, operace začíná.



POTVRZENO VÝZKUMEM: KLAUNSKÝ DOPROVOD DĚTÍ PŘED OPERACÍ FUNGUJE!

Klaunská návštěva v nemocnici je jedním z alternativních prostředků, které snižují míru stresu u malých pacientů i jejich doprovodu před zákrokem. Je tomu ale opravdu tak? Můžeme to změřit? Tyhle otázky zaujaly výzkumnici Mag. Gabrielu Markovou, Ph.D., vedoucí vědeckých výzkumů Red Noses International a vědeckou výzkumnou pracovníci na Psychologické fakultě Vídeňské univerzity. Rozhodla se podrobit Zdravotní klauny ve FN Motol vědeckému zkoumání, kterého se účastnila také Mgr. Zuzana Kocáblová, Ph.D., která byla v době výzkumu primářkou oddělení klinické psychologie FN Motol. Za organizaci Zdravotní klaun se na výzkumu podílel rovněž BcA. Lukáš Houdek, zástupce uměleckého vedení organizace. Gabriela Marková sledovala, jak děti a jejich doprovod reagují, jak hodnotí své pocity a v čem jsou klauni přínosní. Výsledky byly před nedávnem publikovány v prestižním vědeckém časopise Frontiers. „*Z výsledků plyne, že klaunské intervence jsou užitečné nejen pro děti, ale mohou pozitivně působit také na jejich rodiče. A ti jsou pro zvládání zátěže u dětí osobami nejdůležitějšími,*“ shrnuje spoluautorka výzkumu. Pozitivní účinek přítomnosti Zdravotního klauna přetrvával i po jeho odchodu, jak výzkum potvrdil. Důvodem může být to, že se klaunská návštěva stala příjemným tématem hovoru mezi dítětem a jeho rodičem, stejně jako to, že klauni zlepšují náladu nejen dítěti, ale i jeho doprovodu. Když je rodič klidnější, působí jeho pozitivní emoce i na dítě, a právě to pomáhá zvládnout tak stresovou situaci, jako je čekání na operaci.

Pokud byste se rádi dozvěděli o tomto unikátním výzkumu více – jak přesně výzkum probíhal a jaké jsou jeho konkrétní závěry – můžete si na www.zdravotniklaun.cz/vyzkum/ zdarma stáhnout almanach s výsledky výzkumu, popisem metodologie i rozhovory s autorkami výzkumu.



PREMIÉRA



Šílená noc

Akcní / Thriller / Krimí / Komedie / Horor

USA, 2022, 111 min

Režie: Tommy Wirkola

Scénář: Pat Casey, Josh Miller

Kamera: Matthew Weston

Hudba: Dominic Lewis

Hrají: David Harbour, John Leguizamo, Alex Hassell, Alexis Louder

Obsah

Trávít Vánoce s dominantní matkou (Beverly D'Angelo) jen proto, že je nechutně bohatá a že potřebujete, aby „pustila chlup“, je samo o sobě solidní peklo. Když ale rodinu krátce před štědrovečerní večeří přepadne ozbrojený gang, jehož členové si přejí k Vánocům obsah rodinného trezoru, nastává krize, kterou si nikdo neuměl představit. Naštěstí k přepadení došlo právě v onen kouzelný večer, kdy i otrlí pragmatici aspoň na chvíli věří na zázraky...

foto a text: www.csfd.cz



Kocour v botách: Poslední přání

Animovaný / Akční / Dobrodružný / Komedie / Rodinný / Fantasy

USA, 2022, 101 min

Režie: Joel Crawford

Scénář: Christopher Meledandri, Chris Miller

Hudba: Heitor Pereira

Hrají: Antonio Banderas, Chris Miller, Florence Pugh, Olivia Colman, Salma Hayek

Obsah

Kocour v botách zjišťuje, že jeho vášeň pro dobrodružství si vybrala svou daň: už přišel o osm ze svých devíti životů. A tak se vydává na výpravu za bájným Posledním přáním, aby svých devět životů zase obnovil.

PREMIÉRA



Mikulášovy patálie: Jak to celé začalo

Animovaný / Rodinný

Francie / Lucembursko, 2022, 86 min

Režie: Amandine Fredon, Benjamin Massoubre

Scénář: Michel Fessler, Benjamin Massoubre

Hrají: Laurent Lafitte, Alain Chabat, Simon Faliu

Obsah

Patálie malého Mikuláše, od rvaček na školním dvoře až po dobrodružství na letním táboře, si v průběhu let zamilovaly více než čtyři generace dětí i dospělých po celém světě. Oblíbená postavička nyní poprvé ožívá v původní ilustraci Sempého v animovaném filmu pro celou rodinu. Vzniká tak svěží a zábavný snímek, citlivě kombinující příhody rozpustilého školáka s osudy jeho dvou tvůrců, spisovatele Reného Goscinnyho a ilustrátora Jeana-Jacques Sempého, kterým v českém znění propůjčili hlasy Ondřej G. Brzobohatý a Ondřej Brousek.

foto a text: www.csfd.cz



Když promluvila

Drama | USA, 2022, 129 min

Režie: Maria Schrader

Scénář: Rebecca Lenkiewicz

Kamera: Natasha Braier

Hudba: Nicholas Britell

Hrají: Carey Mulligan, Zoe Kazan, Wesley Holloway, Tom Pelphrey, Samantha Morton, Jennifer Ehle, Patricia Clarkson, Andre Braugher, Elle Graham

Obsah

Dne 5. října 2017 vyšel v deníku New York Times článek, který otřásl Hollywoodem v základech. Text odhalil jednoho z nejvýznamnějších filmových producentů Harveyho Weinstaina (mimo jiné majitele šesti Oscarů v nejprestižnější kategorii „Nejllepší film“) jako sexuálního predátora. Producent desítky let zneužíval své mocenské postavení, když kariéru u filmu „prodával“ za poskytování sexuálních služeb. Léta mu to procházelo, své oběti buď umlčoval peněží, nebo profesně likvidoval. Nenašel se nikdo, kdo by byl ochoten jít s ním do otevřeného střetu. Do nerovného souboje se pustily až dvě novinářky listu New York Times...

Seneca: „Není pravda, že máme málo času, ...“

POMŮCKA: IKE, TN	ŘÍMSKÝCH 101	AKVARIJNÍ RYBKY	RUB		OLGA DOMÁCKY	KOKAIN HOVOR.	ODSTŘEL	JEDNOLETÁ BYLINA		HVĚZDA SOUBORU	OBYVATEL INDIE	INDIÁNSKÁ TROFEJ	TYP VOZU ZNAČKY FORD
BÝVALÝ RUSKÝ VLÁDCE				OTÁZKA 6. PÁDU					PLOCHÝ KOTOUČ				
PŘEZDÍVKA PREZIDENTA EISEN-HOWERA				PLAVIDLA SLOVEN. KLENOT					VLÁDCE INCKÉ ŘÍŠE ROSOL				
	1. DÍL TAJENKY MPZ VELKÉ BRITÁNIE												ZNAČKA AMPÉR-ZÁVITU
CITRUSOVÉ OVOCE					SLANÁ OMÁČKA STŘEDOVĚ-KA SVÍTIDLA						SOLMIZAČNÍ SLABIKA HOUKAČKA		
ŽELEZNÝ SUD						LÉPE HOVOR. OPAK LACINO				STÁT. POZN. ZNAČKA TEXT. EDIT. MICROSOFTU			
	INICIÁLY DIRIGENTA VLACHA	VZNIK VOJENSKÁ HODNOST					TROPICKÉ OVOCE TVRDÝ BONBON					ŽENSKÉ JMÉNO 20. 3.	INICIÁLY TENISTY AGASSIHO
ZNAČKA KILOMETRU			ASIAT BRAMBOR NÁŘEČNÉ				PROMENÁDY ZASTAR. OŠKLIVEC						
ČÁST ŠÍJE				KOUZLO SLOVEN. ŽEBRÁNÍ				UŽITKOVÁ ROSTLINA STOPA					
	2. DÍL TAJENKY HUDEBNÍ DIVADLO												INICIÁLY HERCE PRACHAŘE
DOMOV ANGLICKY					PŘEDSTAV. KLÁŠTERA NÁBOŽEN. MUSLIMŮ					A TAK DÁLE ZKR. MALÁ DŘEVINA			
BIŘICI						TĚLOCVIČNÝ PRVEK VLÁČETI					BÝV. OZN. LETOPOČTU JM. MODER. ZÁRUBY		
	POVZDECH	ČÍRKEV. OB-ŘAD SLOV. CÍTOSLOVCE KYCHNUTÍ					PODZIMNÍ KVĚTINA NAJEDNOU						NÁZEV HLÁSKY L
INICIÁLY ZPĚVÁKA HEJMY			CIZÍ MUŽSKÉ JMÉNO					KORUNA NĚMECKY MPZ TUNISKA					
REVOLUCIONÁŘ ??? GUEVARA			OTÁLET POHODNÝ						AMBALÁŽ CÍTOSLOVCE KONSKÉHO RŽÁNÍ				
	3. DÍL TAJENKY INIC. ZPĚV. ČOKA											NÁZEV HLÁSKY C	OBYVATEL EVROP. OSTROVA
NE POZDĚ						ZVUK TROUBENÍ TRUBKY		MIMOVÉ					
VNÍMAT TEXT					RUSKY Z			ÚČASTNÍK DĚJE					

Tajenka křížovky z 11. čísla roku 2022: ty lidi, kteří se dokáží usmívat i v potížích.

REPREZENTAČNÍ PLES SESTER SE KONÁ POD ZÁŠTITOU
MINISTERSTVA ZDRAVOTNICTVÍ



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

11. reprezentační ples sester

SESTRY NA SÁL!

Save the date

XI. 24. únor 2023
Palác Žofín Praha

Vstupenky v prodeji na
www.sestrynasal.cz
a portálu **GoOut**



pestrý program
a bohatá tombola

dva
taneční parkety