

# NĚA

ZIMA 2023 / č. 17



## 20 LET ONKOLOGICKÉ PÉČE V MULTISCANU

**PŘEDNÍ ODBORNÍCI, MODERNÍ VYBAVENÍ, LIDSKÝ PŘÍSTUP**



# PF 2024



S láskou a péčí  
se o vaše zdraví  
postaráme i v roce  
2024.

AKESO holding





Vážené kolegyně a kolegové,  
milí pacienti a přátelé,

blíží se konec roku, a rád bych se proto s vámi podělil o pár myšlenek a poděkoval za vynikající práci, kterou jste v tomto roce odvedli. Díky vašemu úsilí jsme dosáhli řady úspěchů, za které jsem na vás velmi hrdý.

Rok 2023 byl pro nás všechny zásadní. Otevřeli jsme dlouho očekávané Centrum duševní rehabilitace (CDR), což byl můj osobní sen. Zařízení je výsledkem vaší skvělé práce a svědectvím o naší neustálé snaze o inovaci a poskytování špičkové péče. Jste skvělý tým, a to nejen profesionálně, ale i lidsky. To je pro mě velmi důležité a jsem rád, že máme tak skvělé kolegyně a kolegy.

V tomto vydání magazínu najdete řadu zajímavých témat. Velký článek představuje onkologickou péči v pardubickém Multiscanu a nabízí pohled do zákulisí této důležité oblasti naší práce. Další stránky přiblíží, jak vypadá den sestry v ambulanci, což je neocenitelný pohled na každodenní práci těch, kdo jsou našim pacientům nejbližší, nebo se budete mít možnost podívat na rozvojové aktivity pro děti na oddělení následné intenzivní péče (NIP).

Představíme vám také multifunkční sál v CDR a ukážeme, co všechno nabízí berounská mateřská školka NEMO. Shrneme odborné konference, které jsme pořádali nebo na kterých jsme vystupovali. A na závěr si nezapomeňte přečíst o neobvyklém koníčku našeho kolegy Karla Krupičky, který vás s sebou vezme na terénní závod po Balkánu.

Chci ocenit každého z vás za tvrdou práci, vstřícný přístup a nekonečnou péči, kterou denně věnujete našim pacientům. Vaše odhodlání, obětavost a odbornost jsou tím, co činí zdravotnická zařízení AKESO unikátním místem pro léčbu a zotavení. Díky vaší vysoké profesionalitě se nám společně daří plnit důležité poslání a pečovat o to nejdůležitější, co máme – lidské zdraví!

Rád bych využil tuto příležitost také k vyjádření upřímné vděčnosti a poděkování všem pacientům, kteří si k řešení zdravotního problému vybrali některé naše zařízení. Vaše důvěra je pro nás nejen tím nejcennějším darem, ale i důkazem a motivací, abychom i nadále udržovali vysoký standard poskytované péče.

V tomto svátečním období vám všem přeji krásné chvíle strávené s rodinou a přáteli a klidné prožití vánočních svátků. Těším se na další spolupráci a úspěchy v nadcházejícím roce. 🍷



**PŘEJEME VÁM DO  
NOVÉHO ROKU 2024  
VŠE NEJLEPŠÍ A AŽ JE  
PRO VÁS PLNÝ ZDRAVÍ,  
ŠTĚSTÍ A ÚSPĚCHŮ.  
DĚKUJEME ZA VAŠI  
NEÚNAVNOU PRÁCI  
A PODPORU, KTERÁ  
NÁM POMÁHÁ PLNIT  
NAŠE SNY A CÍLE.  
SPOLEČNĚ TVOŘÍME  
MÍSTO, KDE SE KAŽDÝ  
MŮŽE CÍTIT JAKO  
DOMA.**

S úctou a vděčností  
Sotirios Zavalianis









## CESTA PACIENTA ONKOLOGICKOU LÉČBOU

Onkologická léčba je jednou z nejnáročnějších disciplín medicíny. Je to proces, který zahrnuje péči lékařů a specialistů napříč obory spolu s pokročilou technologií. Profesionální zdravotnický personál, jeho empatický přístup i dostupné moderní vybavení cestu nemocného léčbou významně ulehčují. Jak k terapii přistupujeme v onkologickém centru Multiscan v Pardubicích, přiblížila vrchní sestra **Mgr. Lubica Elichová, DiS., MBA.**

Text: **Mariana Novotná**



**Díky předním odborníkům v oboru i modernímu vybavení nabízí onkologické a radiologické centrum Multiscan v Pardubicích špičkovou diagnostiku a komplexní léčbu většiny nádorových onemocnění už více než 20 let. Je součástí Komplexního onkologického centra Pardubického kraje, které má statut centra vysoce specializované péče. Ten uděluje jednou za pět let Ministerstvo zdravotnictví ČR a v celé republice jich je pouze čtrnáct.**

# KONZILIÁRNÍ AMBULANCE

Vstupní ambulance pro pacienty s nově zjištěným nádorovým onemocněním, kde se setkávají s odborníky a získávají informace o plánovaném léčebném postupu.

Samotnou diagnózu se pacient dozví od svého lékaře specialisty, za kterým přišel s obtížemi, a to na základě běžných zobrazovacích metod a histologického či cytologického vyšetření. Následně přichází přímo k nám do Multiscanu, kde se v konziliární ambulanci stanoví plánovaný léčebný postup, který se u každého pacienta liší podle diagnózy a podle stadia onemocnění. Pokud jsou potřeba další vyšetření, sestra je kompletně zařídí a předá pacientovi termíny, kdy a kam se má dostavit. „Je výhodou, když pacient do konziliární ambulance přijde s doprovodem. Množství informací, které dostane na první konzultaci, je natolik obsáhlé, že často není schopen si po odchodu z ambulance vše zapamatovat,“ popisuje Lubica Elichová.



## S KÝM SE PACIENT BĚHEM LÉČBY POTKÁ?

S lékaři, sestrami, radiologickými asistenty, sanitáři a administrativními pracovníky. Během procesu léčby pacient potká veškerý personál našeho pracoviště. V začátku komunikuje hlavně s lékařem a konziliární sestrou a při vstupu s administrativní pracovnící na recepci. Během podávání chemoterapie se setkává se sestrami, které pracují jak v ambulancích, tak na stacionáři. Co se týče radioterapie, o pacienta se stará primárně radiologický asistent při ozařování či sestra v radioterapeutické ambulanci. Na pozadí celého procesu ozařování stojí ještě tým fyziků, kteří spolupracují na tvorbě ozařovacího plánu. V kterékoli fázi léčebného procesu se pacient může setkat s psychologem nebo se sociální pracovnící, která na oddělení zajišťuje např. evidenci pracovních neschopností pacientů a pomáhá jim s komunikací s úřady.





# RADIOTERAPIE

Léčba onkologických onemocnění využívající ionizující záření k poškození DNA nádorových buněk, což vede k jejich zničení nebo k zastavení jejich růstu.

Vyjma léčby dětí a hematologických malignit poskytuje onkologické a radiologické centrum léčbu nádorových onemocnění všech typů. V rámci radioterapie je to ozáření lineárním urychlovačem a přístrojem pro brachyterapii. Za zmínku stojí různé druhy ozáření, například takzvaná stereotaxe, tj. vysoce specializovaná metoda zevní radioterapie, která spočívá ve velmi přesné aplikaci vysokých dávek záření cílených do nádoru v krátkém časovém období, což značně zvyšuje efekt. Anebo takzvaný respiratory gating, tedy ozařovací technika, která využívá fyziologické dechové pohyby s cílem snížit dávku na zdravé tkáně a například u nádoru prsu šetří plíce a srdce.



**Nežádoucí účinky: Bezprostředně po radioterapii pacient nejčastěji zaznamenává zvýšenou únavu, nechutenství či změny na kůži, ale nežádoucí účinky se mohou projevit i několik let po léčbě.**

## NA RADIOTERAPII VOZÍME

Pacientům podstupujícím radioterapii v Multiscanu nabízíme pohodlný odvoz. Z detašovaných pracovišť ve Svitavách, v Ústí nad Orlicí a v Hořovicích je zajištěna doprava pacientů na léčbu a zpět. Těm, kteří preferují cestu vlakem, Multiscan proplácí jízdeny. Kromě toho pacientům z větší vzdálenosti (například z Hořovic) poskytuje bezplatné ubytování s možností snídaně v hotelu Arnošt včetně zvýhodněných cen pro rodinné příslušníky. A aby pacienti lépe zvládali psychicky náročné období léčby, mohou využít různé formy relaxace, jako jsou vstupenky do kina, na Kunětickou horu, do muzea a na zámek, nebo zdarma cestovat městskou hromadnou dopravou.



## LINEÁRNÍ URYCHLOVAČE V MULTISCANU

Radioterapie je jedním z nejúčinnějších nástrojů, jak léčit onkologická onemocnění, a v Multiscanu se pro ni využívají nejmodernější dostupné přístroje – dva lineární urychlovače TrueBeam. Ty dokážou ozářit ty největší nebo naopak velmi malé objemy a jejich vylepšené komponenty proces radioterapie z kvalitní i zrychlí. Intuitivní ovládání přístroje zkracuje čas ozařování pacientů a díky speciálnímu zařízení snímajícímu dech pacienta zase dochází k menší dávce ozáření okolních tkání. Ty jsou šetřeny i díky vylepšeným sondám k měření povrchových dávek pacientovi. Celé vyšetření je bezbolestné a monitorované na sledovacím zařízení.



**Brachyterapie:** Forma radioterapie, při které se radioaktivní zdroje umísťují přímo do oblastí nádoru nebo vedle ní. Tato metoda umožňuje vysokou koncentraci záření na malém objemu tkáně.

**Stereotaktická radioterapie:** Vysoce přesná forma radioterapie, která umožňuje aplikovat vysoké dávky záření přímo do nádorové tkáně během krátkého časového období, čímž se zvyšuje účinek léčby a minimalizuje poškození okolních zdravých tkání.

**Respiratory gating:** Technika ozařování, která využívá dechových pohybů pacienta ke snížení dávky záření do zdravých tkání a k ochraně citlivých orgánů.



Při navrhování prostor pro aplikaci protinádorové léčby se myslelo i na detaily, například obrazovky a sluchátka u každého křesla. Pacienti podstupující léčbu si tak mohou pouštět své oblíbené pořady a nerušit se navzájem.

## KLINICKÁ ONKOLOGIE

Obor medicíny, který využívá metody, jako je chemoterapie, hormonální léčba, biologická a cílená léčba, imunoterapie.

V Multiscanu zajišťujeme léčbu pro pacienty z Pardubického kraje z regionu Chrudimska, Orlickoústecka a Svitavska i pro část pacientů ze Středočeského kraje. Na všech našich pracovištích poskytujeme léčbu cytostatickou a hormonální, v Pardubicích dále ještě biologickou a cílenou léčbu a imunoterapii. Pardubický stacionář disponuje dvaceti lůžky k aplikaci onkologické léčby. Zajišťujeme aplikace také ve stacionářích v Ústí nad Orlicí, ve Svitavách a v Hořovicích. Cytostatika i preparáty biologické léčby jsou připravovány centrálně v lékárně sesterské společnosti Multiscan Pharma.



**Chemoterapie:** Metoda léčby rakoviny pomocí léčivých látek (cytostatik), které ničí rychle se dělící nádorové buňky.

**Biologická léčba:** Zahrnuje léčbu nádorových onemocnění pomocí biologických látek, které mají za cíl modifikovat biologické procesy a podpořit schopnost imunitního systému bojovat proti nádorům.

**Hormonální léčba:** Využívá léčiv, která snižují tvorbu pohlavních hormonů nebo blokují jejich účinek na nádorovou tkáň.

**Imunoterapie:** Typ léčby, který posiluje a obnovuje protinádorovou imunitu. Imunoterapie necílí přímo na nádorové buňky, ale zlepšuje schopnost vlastního imunitního systému nádorové buňky rozpoznat a zlikvidovat.



## VYLEPŠENÁ AMBULANCE V ÚSTÍ NAD ORLICÍ

Onkologickou péči zajišťuje pacientům i ambulance klinické onkologie v Ústí nad Orlicí. Detašované pracoviště Multiscanu letos prošlo rozsáhlou přestavbou za 12 milionů korun, díky níž jsou prostory pro pacienty i personál příjemnější a zdravotnické, kancelářské i technické vybavení modernější.

„Ambulance klinické onkologie v Ústí nad Orlicí je po Svitavách druhým pracovištěm, které prošlo přestavbou. Krásné velké prostory nám umožnily realizovat naše představy, a to jak po stránce praktické, tak architektonické. Stejně jako svitavská onkologická ambulance je i ta orlickoústecká strategickým místem pro poskytování kvalitní onkologické péče v Pardubickém kraji. Rozsáhlou rekonstrukcí jsme jen potvrdili důležitost tohoto zařízení a nutnost vylepšení pro pacienty i personál,“ uvádí výkonná ředitelka AKESO holding **Ing. Mgr. Martina Kulštejnová**.

Pacienti u nás podstupují náročnou léčbu a je nanejvýš důležité, aby se tu cítili dobře. Budova klinické onkologie i detašované ambulance nabízí dostatečně velké prostory pro práci, špičkové vybavení a příjemné prostředí a komfort pro naše pacienty i zaměstnance.



**Nežádoucí účinky: Během léčby jsou to změny krevního obrazu, nechutenství, nevolnost. K řešení těchto obtíží přistupujeme individuálně a dle potřeby včas nasazujeme léky proti nevolnosti a na podporu krvetvorby.**



**Krásné velké prostory nám umožnily realizovat naše představy, a to jak po stránce praktické, tak architektonické.**



## K podávání chemoterapie používáme PICC katétry

PICC katétr zjednodušuje aplikaci chemoterapie a dalších terapií. Pacient ho má v těle po dobu několika měsíců, během léčby se k němu připojí infuze, a není tak nutné pokaždé znovu vpichovat do žíly. V polovině října 2023 hostil Multiscan seminář k novinkám v oblasti užívání PICC katétrů. Ty zdravotníkům představili odborníci pod vedením onkologa **MUDr. Miroslava Žiarana**.

### Komu všemu byl váš seminář určen a jaká byla účast?

Seminář byl určen všem lékařům i sestřám, kteří se o problematiku žilních vstupů zajímají. Vzhledem k tomu, že jsme plánovali i odpolední workshop s praktickým nácvikem zručnosti a dovedností nutných pro zavedení a péči o PICC, omezili jsme původně kapacitu na 20 účastníků a připravili tři ultrazvukové přístroje, dva neživé modely i jeden živý model k nácviku ultrazvukové kontroly žil. Nakonec se setkání zúčastnilo 29 sester a lékařů a někteří měli dokonce i po 24hodinové službě, takže takovým zájmem jsme byli mile překvapeni.

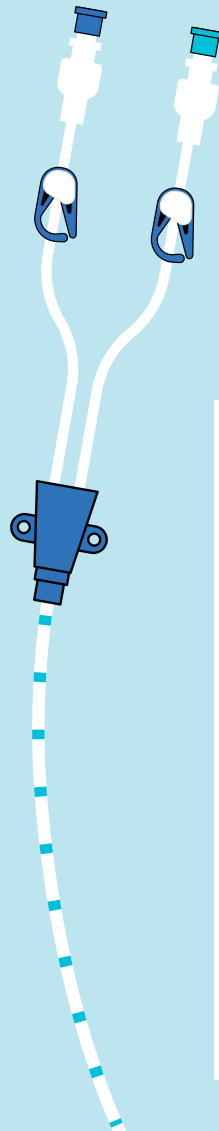
### Jaké pohledy na problematiku PICC seminář nabízí?

Naši přednášející mluvili například o nutnosti ultrazvukové kontroly při zavádění centrálních žilních vstupů, protože punkce žil takzvaně naslepo jsou už dnes překonané. Probírali jsme také rozdělení žilních vstupů a správnou indikaci pacientovi, stejně jako stěžejní otázky bezpečnosti při kanylaci žil. Tématem byly rovněž následky takzvané paravazace – tedy vytečení mimo žílu – u chemoterapie. Velmi důležité byly i otázky samotné péče o PICC. Správné a bezpečné zavedení PICC je stěžejní zejména kvůli tomu, že se jedná o střednědobý žilní vstup obvykle na 3–6 měsíců s nutností sterilních převazů každých 7–10 dnů. Adekvátní péčí se tak zvýší komfort pacienta a zároveň sníží riziko případné trombotické či infekční komplikace.

### Jak často PICC katétr využíváte v Multiscanu?

Pracujeme na podmínkách pro jeho mnohem masivnější používání. Sestry podstupují nezbytné certifikované kurzy a současně probíhá nákup materiálů nebo tvorba standardů a speciálních instrukcí pro pacienty. Ultimátním cílem je na onkologickém stacionáři Multiscanu vidět na 20 lůžkách, kde kape chemoterapie, 20 pacientů s centrálním žilním vstupem, tedy PICC či portem, a 0 pacientů s flexilou.

**3–6 měsíců**  
má průměrně pacient  
PICC katétr zavedený v těle



**PICC katétr je zhruba 40 cm dlouhá, tenká a ohebná hadička, která se zavádí žilami na paži a sahá až k rozhraní horní duté žíly a pravé srdeční síně. Díky blízkosti srdci umožňuje rychlou distribuci léků a infuzí do těla, aniž by se poškodily stěny, a připojují se na ni například infuze, transfuze, chemoterapie, imunoterapie nebo nitrožilní výživa. PICC se zavádí přibližně na 3–6 měsíců, někteří neoncologičtí pacienti s nutností nitrožilní výživy ho ale při správné péči mohou mít i celý rok.**



# DISPENZARIZACE

Dispenzarizace je dlouhodobé sledování zdravotního stavu pacienta. Cílem je včasné zachycení a léčba nemoci, když dojde k recidivě (návratu nemoci).

Pokud pacientovi ustoupily veškeré známky onemocnění, laboratorní hodnoty se vrátily do normálu a ani zobrazovací vyšetření nevykazují žádný nález, mluví se o remisi. Její dosažení ale ještě nemusí znamenat úplné vyléčení, protože v těle pacienta mohou přetrvávat ložiska, která se nedají uvedenými metodami detekovat, tudíž je nezbytné pacienta i nadále aktivně sledovat. „V rámci dispenzární ambulance jsou pacienti sledováni minimálně 5 let od diagnózy v pravidelných intervalech, které se postupně prodlužují,“ vysvětluje Ľubica Elichová.

## DALŠÍ PROJEKTY

Podle vrchní sestry Elichové vyniká onkologické a radiologické centrum Multiscan zejména snahou o co nejkompresnější přístup k pacientovi a o navázání spolupráce jak s patientskými organizacemi, tak s lidmi, kteří mají s onkologií zkušenosti a přinášejí další nápady: „Za poslední období bych chtěla zmínit zpřístupnění Lavičky naděje nebo projekt ‚čepičky‘, v němž dodává onkologickým pacientům bavlněné čepičky Venuše Rybová z nadace PodČepičkou.“ Vedle toho Multiscan pracuje i na několika nových projektech pro personál i pacienty. „Připravujeme koncept nutričního poradenství a fyzioterapie a v příštím roce plánujeme otevření informačního centra pro pacienty nebo modernizaci informačních technologií, hlavně zavedení call centra,“ uzavírá Elichová.



## PSYCHOLOGICKÁ PÉČE V MULTISCANU

Kdykoli v průběhu onkologické léčby se mohou pacienti v pardubickém Multiscanu obrátit na odborníka pro psychologické konzultace. Poskytuje je psycholožka **Zuzana Vojtová**, podle níž klienti na začátku přichází zejména kvůli zpracování své diagnózy nebo komunikaci s rodinou. Později se na ni obrací i kvůli každodenním problémům, které často náročná léčba přináší. „Po úspěšném vyléčení nás zase vyhledávají pacienti se zvýšenou obavou z recidivy nemoci nebo kvůli následkům léčby. I s tím se dá pracovat,“ popisuje.

Psychologické konzultace v Multiscanu jsou hrazeny z veřejného pojištění. Lze se domluvit na jednorázové konzultaci, ale i na dlouhodobější spolupráci. Nejčastější je podle Zuzany Vojtové setkání jednou za 14 dní, a to zpravidla v celkové délce deseti návštěv. „Na úvodním setkání se obvykle ptám, co pacienta přivádí, co bylo tou poslední kapkou, že se rozhodl vyhledat pomoc. Následně hodně záleží na tom, co člověk od našeho setkání očekává a potřebuje. Někdy mohu aktivně předávat třeba tipy na relaxační cvičení a zklidňující techniky. Jindy je to o tom, tam s druhým plně být, vyslechnout ho a dát mu plnou pozornost,“ dodává.

I když jsou onkologičtí pacienti, kteří o konzultace požádají, stále v menšině, téma už podle Zuzany Vojtové přestává být tabu, a to hlavně díky větší pozornosti, která se psychologické péči věnuje. „Chtěla bych povzbudit všechny, kteří prochází náročným obdobím, aby se svými pocity nezůstávali sami, nebáli se upřímných hovorů se svými blízkými a rozhodně neváhali využít i dalších možností. Setkání s psychologem může být jednou z nich,“ uzavírá.



**V případě potřeby psychologické pomoci se pacienti mohou obracet na telefonní číslo **466 686 542**.**

**Konzultace probíhají každý čtvrtek v dispenzární ambulanci v budově Multiscanu (č. 24) v areálu Pardubické nemocnice.**



“

**Strach  
z rakoviny  
není namístě,  
protože včasné  
zjištěné  
nádorové  
onemocnění se  
může vyléčit.**



# NEJVĚTŠÍ POCHVALA JE, KDYŽ SE K NÁM PACIENT TĚŠÍ

**MUDr. Dana Dvořáková** pracuje v pardubickém onkologickém a radiologickém centru Multiscan už od roku 2007. Poslední čtyři roky zde působí jako vedoucí lékařka klinické onkologie. Obor podle ní prochází výraznými změnami, díky nimž už některé diagnózy přestávají být pro pacienty takovými strašáky jako donedávna.

## V čem všem podle vás onkologické a radiologické centrum Multiscan vyniká?

Naše pracoviště poskytuje komplexní péči onkologickým pacientům a kromě hematologických malignit jsme schopni léčit nádorová onemocnění všech typů. Snažíme se, abychom zajišťovali co nejkvalitnější léčbu, která se opírá o nová doporučení. Pacienti se u nás pohybují v krásných prostorech útulné nemocnice a kolem je přátelský a milý personál. Všichni se snažíme o to, aby se u nás cítili dobře, a tak za největší pochvalu považují, když pacient řekne, že se k nám těší.

## Jak moc se obor klinické onkologie změnil za dobu vaší praxe a jak se rozvíjí nyní?

Klinická onkologie je obor medicíny, který se vyvíjí velmi rychle a kde se léčebné postupy mění téměř před očima. Léčba pozitivně ovlivňuje prognózu onemocnění a pacienti přežívají výrazně déle, než tomu bylo ve 20. století. Díky novým lékům se podaří spoustu lidí úplně vyléčit nebo jim prodloužit život se zachováním jeho dobré kvality. V současné době se pokrok ubírá směrem personalizované medicíny, léčby šité na míru. Nádor je vyšetřen na genetické úrovni, a pokud je nalezena onkogenní mutace, kterou dokážeme ovlivnit, je pacientovi nasazen cílený lék. Tímto způsobem je už možné léčit třeba některé typy plicního karcinomu.

## U jakých typů rakoviny vidíte v rámci jejich léčitelnosti největší postup dopředu?

Těžko vybrat diagnózu, kde současné postupy neprodlužují pacientům život. Díky biologické léčbě a imunoterapii se výrazně zlepšila prognóza pacientů s maligním melanomem v pokročilém stadiu. Pacienti s maligním melanomem ve čtvrtém stadiu přežívají při léčbě i několik let. Dále HER2 pozitivní karcinom prsu patřil před érou biologické léčby k prognosticky špatným onemocněním, ale dnes lze pacientky s touto diagnózou úplně vyléčit. Léčebné úspěchy by bylo možné jmenovat napříč všemi diagnózami.

## Je něco, co byste v rámci prevence nádorových onemocnění poradila každému?

Dodržovat obecné zásady zdravého životního stylu. Významným rizikem pro vznik nádoru je obezita, nedostatek pohybu a stres. Takže jíst střídavě a pestrě, nekouřit, dostatečně se hýbat a užívat si života. Samozřejmě také pravidelně navštěvovat lékaře v rámci preventivních vyšetření, čímž myslím třeba gynekologické vyšetření, mamograf nebo koloskopii. Důležité je znát a poslouchat své tělo a v případě, že se mi něco nezdá, včas navštívit lékaře. ☺



**Hematologické malignity:** Skupina onkologických onemocnění postihujících krevní buňky a lymfatický systém, jako jsou leukemie, lymfomy nebo myelom.

**Maligní melanom:** Agresivní typ rakoviny kůže pocházející z buněk produkujících pigment, melanocytů. Rychle se šíří a vyžaduje okamžitou léčbu.

**Onkogenní mutace:** Genetická změna, která může přispět k transformaci normální buňky na nádorovou buňku, vedoucí ke vzniku nebo růstu nádoru.



**„Léčba se bude ubírat směrem molekulárněgenetické diagnostiky a léčby zaměřené na určitý nádorový gen.“**

MUDr. Dana Dvořáková

## PŘEDSTAVILI JSME SVOJI VIZI NA KONFERENCI ZDRAVOTNICTVÍ 2024

Holding AKESO jako přední hráč v oblasti zdravotnictví nedávno představil své inovační pohledy na odborné konferenci Zdravotnictví 2024. Naši kolegové se podělili o názory a budoucí trendy ve zdravotní péči, zdůrazňující důležitost digitalizace a udržitelnosti v rámci odvětví.



Akce v Grandior Hotelu Prague se zúčastnilo celkem 550 hostů z řad odborné zdravotnické veřejnosti.

Zdravotnický holding AKESO zastupoval v páteční panelové diskusi ředitel rozvoje a inovací **MUDr. František Viček, Ph.D., MHA**, který společně s dalšími odborníky diskutoval na téma „Nemocnice – úhrady v roce 2024“. Během tříhodinové debaty se hovořilo například o novinkách v úhradové vyhlášce, finančním výhledu na následující rok nebo digitálních aplikacích jako řešení pro snížení rizika infekcí v nemocnicích. Záštitu nad akcí Zdravotnictví 2024 převzali **předseda vlády ČR Petr Fiala**, který zahájil konferenci a pohovořil o budoucnosti českého zdravotnictví, a **hejtman Plzeňského kraje Rudolf Špoták**.



U stánku holdingu AKESO se účastníci mohli dozvědět průřezové informace z našich zdravotnických zařízení a také o našich moderních přístupech k léčbě i samotnému pacientovi.





Mnoho inspirace rozdali i načerpali za AKESO například **MUDr. Marek Janka**, náměstek pro léčebnou péči, **MUDr. František Vlček, Ph.D., MHA**, ředitel rozvoje a inovací, nebo **Ing. Michal Pivnec**, Head of Controlling.



Akutním problémem je nedostatek pracovních sil, které se snaží řešit lékařské fakulty, ministerstvo zdravotnictví i ministerstvo školství.



**Digitální aplikace by mohly vyřešit otázku snížení rizika infekcí v nemocnicích.**



Diskusi nad tématy, jako jsou udržitelnost českého zdravotnictví, jeho budoucnost, revoluce v digitalizaci zdravotnictví či disease management, se zúčastnili odborníci napříč zdravotnickými obory.

## PREZENTUJEME SE NA PRESTIŽNÍCH AKCÍCH

Podzim přeje odborným vzdělávacím akcím, na nichž mají zaměstnavatelé možnost se představit napříč obory. Zdravotnický holding AKESO se tak snaží navazovat vztahy se studenty zdravotnických oborů, absolventy i odborníky, kteří se již ve svém oboru dlouhodobě pohybují. Kromě veletrhů zaměřených na oslovení potenciálních zaměstnanců z řad studentů, které pořádají samotné vysoké školy, se zdravotnický holding aktivně účastní různých seminářů, kongresů a konferencí konajících se po celé České republice. Tento rok jsme vyjeli například do Ústí nad Labem, Českých Budějovic, Ostravy nebo Přerova.

Text: **Nada Hloušová**

### VZDĚLÁVÁME SE V IMUNOLOGII

Záběr oborů našeho zdravotnického holdingu je opravdu široký, což je patrné i z naší účasti na různých vzdělávacích akcích, které buď sami pořádáme, nebo se jich aktivně účastníme. První z nich, kterou jsme po prázdninách navštívili, byla dvoudenní **Severočeská imunologická konference**, jež se konala v Ústí nad Labem již po jednatřicáté.

### VYSTOUPILI JSME NA RADIOLOGICKÉM KOLOKVIU

Zastoupení mezi konferencemi si našlo i **Pardubické radiologické kolokvium**, které se každoročně pořádá v listopadu na Světový den radiologie. Za onkologické centrum Multiscan zde vystoupil se svou přednáškou **MUDr. Aleš Hlávka**.



### SBÍRÁME PEDIATRICKÉ ZKUŠENOSTI

Na pediatriickou obec zaměřené kongresy **Pediatric pro praxi v Praze a v Plzni** jsme navázali **Ostravským pediatriickým dnem**, na jehož přípravě se podílela Česká pediatriká společnost ČLS JEP ve spolupráci se Sdružením praktických lékařů pro děti a dorost.

### INOVAČE DO ZDRAVOTNICTVÍ PATŘÍ

Zdravotnictví se neustále posouvá a neodmyslitelně do něj patří i moderní technologie, proto jsme se zúčastnili akcí jako **Týden inovací** či **LIFMAT**. Poslední událostí před vánočními svátky byl takzvaný **Hospital Management**, pořádaný FN Olomouc, který se zaměřuje na řízení a financování českého zdravotnictví, na nákup a farmaceutický byznys.



Jelena Holomany (třetí zleva), spoluzakladatelka a ředitelka projektu Mindwell, se zapojila do Týdne inovací ČR 2023, kde představila nové pohledy na mentální zdraví a inovace.





## KONFERENCE PRO LÉKÁRNÍKY

Jednou z akcí zaměřených na lékárníky je konference **TrendyMat**, která se pořádá na více místech republiky. Náš holding jste mohli vidět v Praze a v Českých Budějovicích.



## BOŘÍME STEREOTYPY V PSYCHIATRII

Se zahájením provozu Centra duševní rehabilitace v Berouně, provozováním Denního psychoterapeutického sanatoria Ondřejov a spuštěním digitální aplikace zaměřené na péči o duševní zdraví Mindwell se snažíme o maximální podporu odtabuizování psychiatrických témat. I proto jsme se účastnili několika akcí, například přerovské **Česko-slovenské psychoterapeutické konference**, na níž vystoupil lékař Centra duševní rehabilitace a předseda České psychoterapeutické společnosti **prof. MUDr. Ján Praško Pavlov, CSc.**, nebo v Olomouci se konající 20. konference **Psychiatrie pro praxi**, opět s aktivní účastí přednášejících **prof. MUDr. Jána Praška Pavlova, CSc.**, a **MUDr. Martina Hollého**.



## VELETRHY PRO STUDENTY A ABSOLVENTY ZDRAVOTNICKÝCH ŠKOL

Stejně jako v minulých letech neopomíjíme akce, které jsou v gesci konkrétních vysokých škol, jež chtějí svým studentům a absolventům zprostředkovat nabídky zaměstnavatelů. V říjnu a listopadu jsme se představili hned na třech vysokých školách. Na Dnu krajského zdravotnictví pod hlavičkou Fakulty zdravotnických studií Univerzity Pardubice, na Kariéře ve zdravotnictví pro nelékařské profese, kterou pořádá Fakulta zdravotnických studií Západočeské univerzity v Plzni, a na pražském veletrhu 3. lékařské fakulty Univerzity Karlovy TrimedJob.



Na veletrhu TrimedJob vystoupily se svými příspěvky zástupkyně našich zdravotnických zařízení. Za Nemocnici Hořovice to byla primářka dětského oddělení MUDr. Mahulena Exnerová, která pohovořila o dětské paliativní péči v ČR, Centrum duševní rehabilitace v Berouně reprezentovala staniční sestra Mgr. et Mgr. Eliška Pousková, DiS., jež se zaměřila na důležitost a poslání psychiatrické sestry.



Studenti a absolventi hledající uplatnění ve zdravotnictví najdou informace o zaměstnání v holdingu AKESO na stránkách [www.akesoholding.cz/kariera/studenti](http://www.akesoholding.cz/kariera/studenti).



## HRA ZLEPŠUJE ZDRAVOTNÍ STAV DĚTÍ

Největším darem pro děti na oddělení následné intenzivní péče (NIP) Nemocnice Hořovice je pozornost ostatních a možnost si hrát. Těžce nemocné děti tráví ve zdravotnickém zařízení většinu času, v Nemocnici Hořovice se o ně starají kromě lékařů také herní specialisté nebo speciální pedagogové, a tak starší děti mohou absolvovat v nemocničním prostředí školní docházku.

Text: **Markéta Hronová**



Děti, které potřebují nepřetržitou podporu přístrojů, jsou v Česku desítky a celosvětově jich přibývá. Nejčastěji mají potíže s dýcháním a musí být napojeny na umělou plicní ventilaci. První oddělení, které bylo schopno o ně pečovat, vzniklo právě v Nemocnici Hořovice v roce 2014 a nabízelo šest lůžek. O čtyři roky později prošlo modernizací a počet lůžek se zdvojnásobil. Kolem velína je nyní rozmístěno 12 pokojů a k dispozici mají celkem 13 lůžek.

### NIP ŘEŠÍ DALŠÍ POTŘEBY

Zatímco na jednotce intenzivní péče (JIP) jde o akutní zajištění životních funkcí, na oddělení následné péče už by měli být pacienti ve stabilizovanějším stavu a personál se snaží obstarat všechny jejich potřeby, tedy i ty sociální či psychologické. „Od začátku jsme chtěli, aby děti na oddělení nemusely být tlumené a mohly si užívat život i přesto, že jsou na přístrojové podpoře,“ říká primář oddělení, anesteziolog a odborník na intenzivní péči **MUDr. Daniel Blažek**.

Na oddělení je k dispozici nejmodernější technika, podobně jako na jednotkách intenzivní péče. Jedině tak lze zajistit základní životní funkce pacientů, kteří jsou odkázáni na jejich víceméně stálou podporu, a řešit také možné stavy akutního zhoršení.

### PROSTŘEDÍ JAKO DOMA

Většina dětí zde pobývá několik měsíců nebo let, a tak je důležité jim vytvořit prostředí co nejpodobnější tomu domácímu. Kromě specialistů z oboru lékařství, jako je intenzivní péče, anesteziologie, resuscitace nebo pediatrie, a samozřejmě také sester, ošetřovatelů a sanitářů je důležitý i nezdravotnický personál, jako fyzioterapeuti, logoped nebo ergoterapeut.

Nově mají na NIP k dispozici také speciální pedagožku, asistentku pedagoga a herní terapeutky. „O to jsme se snažili od doby, kdy oddělení vzniklo,“ uvádí zástupkyně primáře oddělení **MUDr. Jana Djakow, Ph.D.** Herní terapii jsou pro děti obzvláště důležití, protože i tak obyčejná věc jako hra je



### MUDr. Daniel Blažek

pomáhal v roce 2014 oddělení následné intenzivní péče pro děti v Nemocnici Hořovice vybudovat a vede ho od samého začátku. Šlo o vůbec první oddělení v Česku, které bylo schopno se o dětské pacienty vyžadující nepřetržitou péči postarat. Teď nabízí 13 lůžek v samostatných pokojích.



**Chceme, aby si děti mohly užívat život i přesto, že jsou na přístrojové podpoře.**





“  
**U některých  
dětských  
pacientů se  
podaří zlepšit  
jejich zdravotní  
stav natolik, že  
mohou přejít do  
domácí péče.**

pro pacienty zdejšího oddělení komplikovaná. Děti mají omezené možnosti kontaktu s okolním světem. „Jsou často z důvodu svých diagnóz či nezbytné podpory upoutány většinu dne či celý den na lůžko a často bývají velmi náchylné na infekční komplikace,“ uvádí primář Blažek. „Zároveň ale děti hru potřebují a stejně jako dospělí potřebují i sociální kontakt. Pokud jej nemají, chátrají i životní funkce a může docházet ke zhoršování celkového zdravotního stavu,“ doplňuje ho lékařka.

### ROZVRŽENÍ A NÁPLŇ DNE

Dopoledne obvykle probíhají ošetrovatelské činnosti, herní specialisté proto k dětem přicházejí spíše odpoledne. Na oddělení je tak klidnější a bývala to doba, kdy děti „zlobily“, ale fakticky jen toužily po kontaktu a nějaké hře. „Myslím, že teď se nám daří jednotlivé činnosti mezi sebou prolínat. Herní terapie poskytují dětem zábavu a zároveň jim pomáhají v rozvoji psychomotorického vývoje do té míry, jakou umožňuje jejich postižení,“ říká Blažek. Pro vedení oddělení

## Kdo se dětem na NIP kromě zdravotníků věnuje?

### Herní terapeut

Specialista na spontánní hru dětí, jež je velmi důležitou přirozeností každého dítěte. Dokáže hru upravit tak, aby vyhovovala každému jednotlivému dítěti. Snaží se mu umožnit hrát si přirozeně, je pouze jakýmsi průvodcem.

### Speciální pedagog

Profese běžná spíše ve školách nebo speciálněpedagogických centrech. Díky spolupráci se Speciální školou v Příbrami ji získala i hořovická nemocnice. Děti se pod vedením speciálních

pedagogů mohou vzdělávat individuálně přímo v nemocnici v detašované třídě a dosáhnout tak skutečně znatelného posunu.

### Logoped

Děti pobývající na oddělení následné péče obvykle komunikují pouze neverbálně, protože mají v krku zavedenou trubicu, aby mohly dýchat. Ve chvíli, kdy jsou napojeny na přístroje, nemohou mluvit. Logoped pomáhá především s úpravou polykání, orofaciální stimulací a augmentativní a alternativní formou komunikace.

### Fyzioterapeut

Zdravotní stav některých dětí umožňuje hýbat se pouze omezeně. Aby se tělo správně vyvíjelo a nebolelo, pomáhá jim s rehabilitačními fyzioterapeutka.

### Ergoterapeut

Na oddělení dochází ergoterapeut, který pomáhá s rozvojem jemné i hrubé motoriky. Prostřednictvím speciálních technik se snaží postižené děti naučit, jak se o sebe postarat při každodenních činnostech. Pomocí smysluplných aktivit také podporuje duševní pohodu nemocných.

### Kaplan

Na vyžádání rodiny nebo v případě, že se stav některého z dětí zhorší či nastává terminální stadium nemoci, přichází na oddělení také kaplan, který pacientovi i rodině nabízí spirituální péči.

### Klinický psycholog

Věnuje se psychologické diagnostické i terapeutické činnosti u dětí i rodinných příslušníků a je také jedním z klíčových pracovníků, který faciliteje diskuzi v rámci multidisciplinárního týmu.



bylo nejtěžším úkolem zajistit, aby spolu jednotlivé profese na pracovišti dokázaly fungovat a koordinovat činnosti. „V začátcích pro nás bylo těžké, aby se pracovníci navzájem chápali a znali svou úlohu v celém systému,“ vysvětluje Djakow.

Díky spolupráci se Speciální školou v Příbrami se přímo na oddělení podařilo vybudovat detašovanou třídu, kterou mohou děti školního věku navštěvovat. Se vzděláváním jim pak pomáhají speciální pedagogové a asistenti přímo na jejich pokojích. Výuka je uzpůsobena každému dítěti na míru podle typu jeho postižení a podle mentálních i fyzických možností. Každý pátek navštěvují oddělení zdravotní klauni a navodí veselou atmosféru mezi dětmi i personálem. Výborně funguje například muzikoterapie. Pracovat na oddělení, kde je pravděpodobnost vyléčení u většiny dětí jen minimální, je psychicky náročné. Výjimky ale existují. U některých dětských pacientů se podaří zlepšit jejich zdravotní stav natolik, že mohou přejít do domácí péče.

Do budoucna plánují zaměstnanci oddělení tyto služby dál rozvíjet a vylepšovat. Už nyní se

snáží stereotypní dny svých pacientů různě zpestřovat. Je to ale náročné, protože děti sice mají rády, když se děje něco nového, zároveň jsou ale velice bázlivé. „Většinu života tráví na oddělení, takže když jsou odpojené od přístrojů a vezmeme je na chvíli ven, bojí se čehokoli dotknout,“ vysvětluje Djakow. ☺



#### Zdravotní klaun

Každý pátek přicházejí děti i personál rozveselit zdravotní klauni. Jejich návštěva vždy vychází z přítomného okamžiku. Vše je založeno na improvizaci, empatii a momentu „tady a teď“. Každé setkání je nové, unikátní a neopakovatelné.



## Podporují nás



### Nadační fond Žirafka

Pomáhá dětským pacientům hospitalizovaným v Nemocnici Hořovice. Slouží k podpoře aktivit zlepšujících prostředí oddělení s dětskými pacienty. Z peněz od dárců se nakupuje moderní přístrojová technika, díky níž nemocnice může nabízet nejmodernější přístupy k léčbě. Například v roce 2022 Nemocnice Hořovice za peníze od dárců pořídila přístroj na vyšetření sluchu.



#### Více informací

Podpořte Nadační fond Žirafka i vy prostřednictvím webových stránek na [nf-zirafka.cz](http://nf-zirafka.cz).



### Nadace rodiny Vlčkových

Herní a terapeutické podpůrné programy může oddělení následně intenzivní péče realizovat i díky grantu Nadace rodiny Vlčkových. Na tyto pomůcky a programy nelze čerpat finance ze zdravotního pojištění, ale dětem dělají dobře v rámci péče a léčby.

# DEN SESTRÍČEK KROK ZA KROKEM

Ambulance jsou včelím úlem každé nemocnice. Stovky pacientů ve dveřích, důležitá vyšetření, zákroky i psychicky vypjaté chvíle. Jak v nich vypadá práce sestry, nám ukázala **Bc. Kateřina Šmídová**, sloužící v chirurgické ambulanci Rehabilitační nemocnice Beroun.

V Berouně mají v chirurgické ambulanci napilno. Patří sem totiž ještě ambulance ortopedická, urologická a cévní chirurgie. Najdete tu akutní i chronické pacienty, takže Kateřina a její kolegyně každý den řeší úrazy, jako jsou zlomeniny, naraženiny, řezné rány, různé bolesti (hlavně břicha), kožní záněty, ale i převazy a kontroly. A to je jen špička ledovce.



**20 až 40 pacientů zvládne Kateřina s kolegyněmi přijmout každý den na zákrok.**

**27 let pracuje Kateřina v berounské nemocnici a zažívá denní rutinu.**



## Ráno

- Příprava ambulance, tedy převazového vozíku, nástrojů a nádoby na jejich dekontaminaci.
- Příjmy na operace.

## Během dne

- Doplnování spotřebovaného materiálu.
- Zadávání pacientů do počítače.
- Asistence lékařů při převazech nebo sádrování.
- Asistence pacientům (např. uložení na lehátko).
- Příprava operačního sálku.
- Vypisování žádanek a odběr krve.
- Podávání infuzí.
- Zajišťování převozu pacienta na jiné pracoviště.
- A pak jsou tu ještě další ambulance, kde má sestra na starost třeba cévkování, převazy, aplikaci injekcí (obstříky, kloubní výživa) nebo asistenci při ultrazvuku kyčlí miminek. Tu má Kateřina nejraději.

## Večer

- Příprava nástrojů na sterilizaci a množství organizačních úkolů.
- Úklid ambulance (dezinfekce povrchů a lehátek).





Jak Kateřinu na chodbách nemocnice spolehlivě poznáte? Její sběratelskou vášní jsou podkolenky, které poslední čtyři roky každý den střídá.

### **Bc. Kateřina Šmídová, z farmy do nemocnice**

Kateřina původně vystudovala střední zemědělskou školu. A protože v osmnácti hned nechtěla jít pracovat, rozhodla se ještě pro studium na střední zdravotnické škole. Posléze získala bakalářský titul v ošetrovatelství. Má za sebou i práci na tehdejší berounské a hořovické záchraně. Začínala na chirurgii a s malou přestávkou se k ní vrátila. Práce pro ni znamená hodně. Jak jí kdysi řekl její bratr: Ty se s tou nemocnicí ožeň a odstěhuj se tam. Ráda cestuje, nejraději má Šumavu, hraje basketbal, chodí se odreagovat do posilovny a běhá. Přes 20 let také jezdí na dětský tábor. Kdo ji zná, ví, že se málokdy mračí. Její krédo je „S úsměvem jde všechno líp“.

**20 let jezdí na dětské tábory jako zdravotník.**

**140 dětí mají s kolegy na táboře na starost.**

**2 kávy vypije Kateřina denně. Nejraději má cappuccino z nemocniční kavárny.**



**Dobrá sestra dokáže ukázat srdce každému pacientovi a vynaloží veškeré úsilí, aby projevila pochopení pro jeho současnou situaci.**

Oblíbený citát Kateřiny Šmídové



### **4 vlastnosti dobré sestry podle Kateřiny Šmídové**

#### **Pozitivita nadevše!**

Práce sestry je **náročná fyzicky**, ale i **psychicky**. Je důležité zůstat **pozitivní**. Zanádat si můžeme za zavřenými dveřmi.

#### **Empatie**

Sestrám by mělo záležet na tom, **jak se ostatní cítí**. Když se pacient bojí, podají mu třeba ruku. I dospělí to občas potřebují.

#### **Vzájemnost**

Měli bychom si **navzájem pomáhat** a spolupracovat.

#### **Komunikace a samostatné rozhodování**

Je zásadní umět **dobře komunikovat s pacienty** i s kolegy. Rozhodovat se, který pacient má přednost, který je akutní a který může ještě chvíli počkat.



**Příkon  
audiosystému:  
8 kW**

**Šířka plátna:  
6,5 metru**

**Rozměry sálu:  
20 x 13 x 6 metrů**

**Rozměry pódia:  
13 x 5 metrů**

**Kapacita:  
272 míst**

**RNB** REHABILITAČNÍ  
NEMOCHNICE BEROUN

Berounský rehabilitační den  
19. 05. 2023







Teplota osvětlení:  
3 000 kelvinů

## PŘEDSTAVUJEME MULTIFUNKČNÍ SÁL

Kino, divadlo, přednáškový sál i terapeutický prostor, to vše je moderní multifunkční sál, který je součástí nové budovy Centra duševní rehabilitace (CDR) v Rehabilitační nemocnici Beroun. Díky netradičnímu propojení s vedlejším prostorem tělocvičny umožňuje konání širokého spektra akcí od velkých odborných konferencí až po debaty s pacienty a léčebné programy, jako je například dramaterapie či teatroterapie.

Text: **Luděk Vokáč a Jiří Pokorný**, IT specialista Rehabilitační nemocnice Beroun

Říká se, že smích léčí. A i tímto způsobem se do léčby pacientů v CDR může nový multifunkční sál zapojit. Prostor, který vypadá tak trochu jako přednášková aula nebo moderní kino, má ovšem velmi široké možnosti využití, však to má uvedeno ve svém názvu. K samotnému sálu o rozměrech 20 x 13 x 6 metrů a kapacitě 272 míst navíc přiléhá zmíněná tělocvična, která umožňuje pořádat další doprovodný program. Oba prostory jsou propojeny nejen fyzicky, ale také technicky, takže se dění v sále a za jeho dveřmi může prolínat.

K těmto novým prostorům přiléhají i další obslužné místnosti, jako třeba šatny pro herce s přímým vstupem na pódium a zároveň se samostatným přístupem na parkoviště i výtahem do horních pater CDR. To umožňuje šatny a zbytek personálního traktu používat i jako zázemí pro catering v případě konferencí. Předsálí multifunkčního sálu disponuje prostorem s recepcí, sociálním zařízením, šatnou a připravuje se i místo pro nabíjení notebooků a mobilů účastníků akcí.

### VYBAVENÍ PROSTORU

Samotný sál je vybaven pódium o rozměrech 13 x 5 metrů a projekčním plátnem s šířkou 6,5 metru. Nechybí tu ani moderní osvětlení, kterým je celá budova CDR specifická. Světlo v sále má teplotu 3 000 K a lze plynule řídit jeho intenzitu. Jevišťe je vybaveno scénickou osvětlovací technikou s RGB



**Díky překladatelskému místu lze dění v sále tlumočit do dvou jazyků.**

světly s otočnými hlavami, osvětlení v tělocvičně je pak navázáno na cirkadiánní rytmus v celé budově. Vše je možné samozřejmě řídit nezávisle a libovolně programovat nebo vybírat z přednastavených programů.

Špičkový audiosystém s příkonem 8 kW podporuje standard Dolby Atmos a podtrhuje tak kvalitní zvuk v celém prostoru. Pro pohodlí přednášejících je k dispozici několik druhů bezdrátových mikrofonů. Nechybí ani moderní projekční technika se 4K BlueRay přehrávačem. Projekce je tak možná z počítače a z dalších zařízení i přímo z internetu. Zároveň lze aktivity na pódium přenášet (streamovat) na sociální síť. Díky rozsáhlému počtu přípojných bodů jde přenášet zvuk i obraz oběma směry, a to i do sousední tělocvičny. Navíc má multifunkční sál i vlastní překladatelské místo, které umožňuje tlumočení až do dvou dalších jazyků. O ideální kvalitu vzduchu a tepelnou pohodu v sále se stará klimatizační jednotka umístěná v prostoru pod hledištěm a pod režií. ☺

- ★ **Dvě školní třídy  
Hvězdička a Obláček**
- ★ Prizpůsobeno dětem  
od 2 let
- ★ **Didaktické pomůcky,  
hračky a pianino**

## O DĚTI NAŠICH ZAMĚSTNANCŮ SE STARÁME V MODERNÍ ŠKOLCE

Mateřská školka NEMO v areálu Rehabilitační nemocnice Beroun zaujme hned na první pohled hravým oválným tvarem i barevným hřištěm, na kterém si děti mohou hrát, když jsou jejich rodiče u nás v práci. Provozní doba dvou tříd s celkovou kapacitou 24 dětí je přizpůsobena provozní době zdravotnického zařízení, počítá se i se směnným provozem nebo hlídáním navíc v případě neočekávaných událostí, které mohou v nemocnici nastat raz dva. Školka funguje už od dubna roku 2022.



## ŠKOLNÍ ZAHRADA

Na zahradě od minulého podzimu přibyl k dřevěným herním prvkům také nový zahradní domek a na léto jsme instalovali slunečníky, které poskytují ochranu před sluncem.

## VZDĚLÁVACÍ PROGRAM

Uspokojujeme potřeby dětí, rozvíjíme jejich sociální, citové, intelektuální a individuální schopnosti. Děti se vzdělávají v pěti integrovaných blocích, které obsahují tematické celky a vychází z ročních období, svátků, lidových tradic nebo školních akcí. Postupně se seznamují s praktickým poznáváním světa a s činnostmi potřebnými pro život.

★ Kapacita školky:  
**až 48 dětí**



- ★ Logopedická prevence:  
**pro děti od 4 let**
- ★ Provozní doba:  
**5:30–17:00**  
**(s možností hlídání až do 19:00)**
- ★ Personál:  
**1 vedoucí, 4 učitelky, 2 asistentky,**  
**1 chůva a 2 pomocné kuchařky**



**Připravujeme mnoho doplňkových činností, jako jsou výlety, divadla, besídky, školky v přírodě nebo návštěvy solné jeskyně.**



**Ta změna, hlavně v jeho psychice, byla něco úžasného.**

Jan Kramár, syn pacienta

## REHABILITAČNÍ POBYT MU VRÁTIL CHUŤ DO ŽIVOTA

„Jako ve Švýcarsku,“ říká o Rehabilitační nemocnici Beroun živnostník z Teplíc Jan Kramár, který už pátým rokem vozí svého otce Václava na pobyt do Rehabilitačního centra MUDr. Jana Calty. Popisuje, že kdysi velmi špatný zdravotní stav jeho tatínka se dramaticky zlepšil jen díky týmové práci sester, fyzioterapeutů a lékařů berounského zařízení.

Text: **Radek Kaša**

Šestasedmdesátiletý Václav Kramár se původně živil jako horník na krušnohorském Cínovci. Důlní dřina si na jeho těle vybrala daň a už v 39 letech musel předčasně odejít do invalidního důchodu, když mu diagnostikovali vazoneurózu rukou. Od té doby se jinak těšil relativně dobrému zdraví, a to až do roku 2019, kdy si začal stěžovat na bolesti v oblasti lýtek.

### BOLESTI LÝTEK

„S tátou jsme prošli řadu vyšetření. Nakonec si ho nechali v jedné severočeské nemocnici, kde mimo jiné podstoupil dvě lumbální punkce. Vše proběhlo

relativně v pořádku až do momentu, kdy najednou přestal vidět na jedno oko, a postupně se začaly přidávat další potíže s nohama, až přestal úplně chodit,“ vypráví Jan Kramár a dodává, že lékaři jeho otci nakonec diagnostikovali polyneuropatii.

Vzhledem ke zhoršujícímu se zdravotnímu stavu bylo nutné co nejdříve začít s rehabilitací. Jan Kramár zpočátku zkoušel získat pro svého otce místo v Rehabilitačním ústavu Kladruby, ale pak se od známých dozvěděl o Rehabilitační nemocnici Beroun. „Podíval jsem se na webové stránky a hned mě ohromilo to úžasné video. Po zhlédnutí jsem si najednou připadal jako někde ve Švýcarsku. Pamatuji si, že otec na tom v tu dobu nebyl vůbec dobře, a když jsem mu video ukázal, tak úplně pookřál,“ vzpomíná.

### CHUŤ K JÍDLU

První hospitalizaci v Rehabilitačním centru MUDr. Jana Calty se synovi Janu Kramárovi povedlo zařídit na léto 2019. Bohužel se ale mezitím stav Václava



**Děkuji všem zaměstnancům nemocnice, kteří se o otce pokaždé tak hezky postarali.**



Kramára dále horšil, mimo jiné postupně přestal vidět i na druhé oko. „Dodnes si nejsme jistí, proč se tak stalo, ale velmi pravděpodobně kvůli krevním sraženinám. Hodně ho to vzalo a zhubl asi dvacet kilo, protože prakticky přestal jíst. Do toho ještě spousta léků. No, nebylo to vůbec dobré,“ pokračuje ve vyprávění syn.

Načež se v průběhu srpna dostali do Berouna. „Jen co jsme byli uvedeni na pokoj, najednou kolem táty byly dvě sestry a jedna z nich se ho ptá: ‚Pane Kramáre, co si dáte k obědu?‘ To už jsem úplně vytřeštil oči, protože opravdu není běžné, že byste si mohli v nemocnici vybrat jídlo,“ poznamenává Jan Kramár. „Tehdy jsem vůbec nejedl, nešlo mi to. Pak jsem ale přijel k vám a najednou jsem s chutí snědl celý oběd. Dodnes si pamatuji, co to bylo – frankfurtská polévka a rýžový nákyp, který jsem vlastně kvůli vojně vůbec neměl rád,“ doplňuje s úsměvem svého syna pan Václav.

S lepším apetitem a probíhajícími rehabilitacemi se mu vrátila chuť do života, opět se dokázal postavit na nohy a postupně se začala zlepšovat i chůze. „Bylo to hlavně díky prostředí, péči a pozitivnímu přístupu vašeho personálu, že se táta dal takhle rychle dohromady. Ta změna – hlavně v jeho psychice – byla něco úžasného. Troufám si říct, že jen díky tomu tu s námi ještě je,“ nešetří chválou Jan Kramár.

### LETOS DALŠÍ REHABILITACE

Letos to bylo pátým rokem, co byl Václav Kramár do Rehabilitačního centra MUDr. Jana Calty přijat, tentokrát na tři týdny. Lékaři mu připravili program, který zahrnoval cvičení na motomedu, masáže, čas s fyzioterapeutem a z takzvaných mokřých procedur to byl bazén a vířivka na nohy. „Za tu dobu, co k vám jezdím, se mi nohy výrazně zlepšily a pomalu se do nich vrací i cit,“ popsal zkušenosti senior.

Progres, kterého Václav Kramár dosud dosáhl, dělá radost i jeho synovi. „Moc děkuji panu majiteli Ing. Sotiriu Zavalianisovi, že pro nás obyčejné lidi dokázal vybudovat takové zařízení. A za otce velmi děkuji všem zaměstnancům nemocnice, kteří se o něj pokaždé tak hezky postarali. Klobouk dolů před vámi,“ uzavírá Jan Kramár. 🌀



#### **Vazoneuróza:**

Porucha funkce cév projevující se špatným prokrvením určitých oblastí těla.

#### **Polyneuropatie:**

Skupina různých poruch periferních nervů, a to nejčastěji na dolních končetinách.

Součástí rehabilitačních procedur Václava Kramára byly také masáže míčky, na které jsou v nemocnici dobře vybaveni.



Václav Kramár na památní momentce s personálem nemocnice. Ze snímku přímo číší pohoda, kterou zdravotníci vrátili pacientovi do života.



#### **Více informací**

S Rehabilitační nemocnicí Beroun se můžete seznámit ve videu na webových stránkách [www.nemocnice-beroun.cz](http://www.nemocnice-beroun.cz).

## S BOLESTÍ RUKOU POMŮŽEME V AKESO POLIKLINICE

S neúrazovými bolestmi rukou vám pomůže **MUDr. Jindřich Šebor** ordinující v ortopedické ambulanci. Specializuje se na potíže právě horních končetin a v rozhovoru zmiňuje, jak časté jsou v dnešní době problémy s karpálními tunely.

### Jaké spektrum ortopedické péče nabízíte v AKESO POLIKLINICE v pražských Nových Butovicích?

Poskytují ortopedické konzultace. Převážně se zaměřuji na svou specializaci, kterou je chirurgie ruky a zápěstí a celkově horní končetiny. Konzultace se však mohou týkat všech obtíží celého pohybového aparátu. V případě, že je nutné operační řešení problému, provádím operace v rámci Artrioskopického centra v Rehabilitační nemocnici Beroun. Zároveň provozuji soukromou praxi v Plzni.

### S jakými problémy vás pacienti nejčastěji vyhledávají?

Zejména přicházejí pacienti s nespecifickými potížemi rukou, bo-

lestmi, které jsou neúrazové. Často trpí bolestí zápěstí nebo takzvaných tenisových či golfových loktů. Dále přicházejí lidé s obtížemi karpálních tunelů. Také léčím pacienty, kteří jsou ke mně odesláni z revmatologie. Nezřídka s paní doktorkou Jankovou, která má zde v centru ambulanci revmatologie, konzultuji deformity prstů ruky. Hodně častou diagnózou je i takzvaná rhizatróza, což je vlastně degenerační onemocnění základního kloubu palce, které se často řeší operačním zákrokem.

### Můžete porovnat péči v Německu, kde jste působil, a u nás?

Tam je péče velice specializovaná. Po mých tamějších letitých pra-

covních zkušenostech jsem velkým zastáncem úzké specializace. Myslím si, že rutina je v chirurgických oborech důležitá a prospívá jak lékaři, tak hlavně pacientovi. Jinak si myslím, že úroveň poskytované péče je na stejné úrovni. Co se týče mého oboru, v Německu je již například možná přímo atestace z chirurgie ruky, kterou jsem složil, ale tady v Čechách vlastně ekvivalent nemá.

### Existuje nějaký výkon, který máte nejraději?

Poslední dobou nejraději provádím endoskopické operace karpálního tunelu. A právě například operace rhizatrózy, což je, řekněme, větší rekonstrukční zákrok. Provádím ale rád veškeré výkony v rámci své specializace. Co je pro mě důležité, je spokojený pacient. Snažím se do standardní medicíny doplnit moderní přístupy, které jsem si osvojil v zahraničí. Mezi ně patří i přístup k pacientovi. Vidím v tom velký smysl. Snažím se celý vymezený čas na pacienta věnovat právě jemu a mít časové sloty pro jednotlivé případy co nejdelší. 🤝

MUDr. Jindřich Šebor získal během praxe v Německu vysoce specializovanou atestaci z chirurgie ruky.



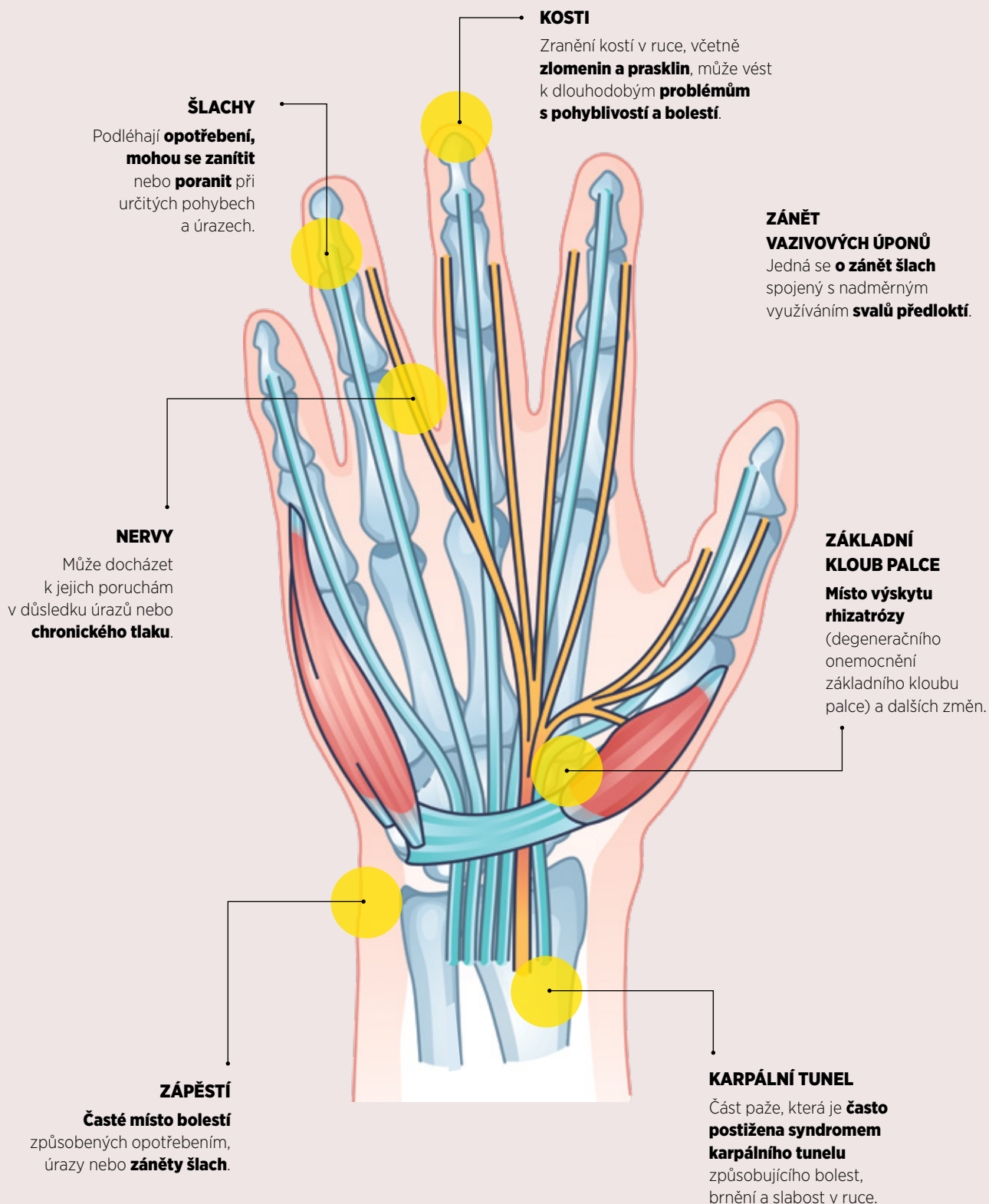
### Více informací

Objednejte se do ambulance na telefonu **14 111** nebo přes objednávkový formulář na adrese **dcnh.cz/chci-se-objednat**.





# KDE RUKA NEJČASTĚJI BOLÍ?





V úklidovém týmu Rehabilitační nemocnice Beroun je 40 pracovnic. Každá má na starosti své oddělení, které se uklízí každý den.



# ČISTOTA PŮL ZDRAVÍ

Ve světě, kde hygiena a čistota hrají klíčovou roli, se nemocniční úklid setkává s řadou specifických výzev a zásad. V zařízeních AKESO, od Rehabilitační nemocnice Beroun přes Nemocnici Hořovice až po onkologické a radiologické centrum Multiscan, je každodenní úklid více než rutinní činností – je to základní kámen, na kterém stojí bezpečnost pacientů i zaměstnanců.

Text: **Michaela Raková**

V Rehabilitační nemocnici Beroun se tým složený z přibližně 40 lidí pod vedením **Nadii Dudar** věnuje úklidu s pečlivě naplánovanou strukturou. Denní směna začíná v 6:00 ráno a končí v 18:00 večer. Každý člen týmu dostává podrobný rozpis práce, který je přizpůsoben konkrétnímu dni. Plán zahrnuje rozdělení pracovníků po celé nemocnici a informace, kdo má na starosti určitou sekci nebo oddělení. „Tento pravidelný a strukturovaný přístup pomáhá udržovat pořádek a zajišťuje, že žádná oblast nemocnice není přehlížena,“ vysvětluje Nadia.

## DEZINFEKCE KAŽDÝ DEN

V nemocničním úklidu je klíčovým faktorem každodenní dezinfekce. Pracovnice procházejí svěřené prostory několikrát denně, aby zajistily, že je vše v perfektním pořádku. Kromě standardního úklidu, jako je čištění toalet, podlah a parapetů, se týmy věnují také pravidelné dezinfekci povrchů a prostorů, aby se zabránilo šíření bakterií a virů. Důležité je rovněž časté vysypávání odpadkových košů. Generální úklidy se konají každý týden. Během nich se čistí další plochy, jako jsou žaluzie, koše, dveře, skříně a stěny na toaletách a v koupelnách. „V Berouně máme tyto hloubkové čisticí procesy obvykle naplánované na víkendy, kdy je více času pro důkladnější práci,“ odhaluje zákulisí vedoucí úklidu v Rehabilitační nemocnici Beroun.

Třídění odpadu je v nemocnicích AKESO nezbytnou součástí úklidového procesu. Odpad je rozdělen na komunální, plasty a infekční odpad, přičemž každý typ má své určené

místo. To pomáhá snižovat riziko šíření infekcí a zároveň podporuje ekologické zpracování odpadů. Počet vysypávaných odpadkových košů se liší, ale jde o obrovské množství. „V nemocnici máme stovky lůžek a každý pokoj má svůj koš. Další nádoby jsou na sesternách a ve společných prostorách. Tak si představte to množství, které musíme každý den vynést,“ popisuje Nadia Dudar.

## DOKONALE ČISTÉ A BEZ ZÁPACHU

V Nemocnici Hořovice pod vedením **Jany Hrdličkové**, pro její dynamický přístup známé mezi kolegy jako „Rychlonožka“, se tým složený z 30 členů věnuje každodennímu úklidu s maximální pečlivostí. Janin pracovní den začíná kontrolní procházkou po nemocnici, při které se ujišťuje o dokonalé čistotě. Následně koordinuje denní úkoly uklízeček, které jsou naplánovány



**Náš úklid  
ovlivňuje  
bezpečí  
pacientů.**



## HYGIENA V PRAXI

### RUTINA A PŘÍSNÉ PROTOKOLY

Pracovníci úklidu dodržují striktní rutiny a protokoly, aby zajistili odstranění patogenů a zabránili jejich šíření. Používají se speciální čisticí a dezinfekční prostředky, které jsou efektivní a bezpečné.

### ZÁKLADNÍ PILÍŘ ZDRAVOTNÍ PÉČE

Úklid v nemocnicích není jen o čistotě, ale především o prevenci šíření infekcí. Každodenní důkladná dezinfekce povrchů, nástrojů a prostorů je zásadní pro zajištění bezpečného prostředí pro pacienty i personál.

### VÝZNAM PRAVIDELNÉHO ÚKLIDU

Pravidelný úklid zajistí odstranění prachu, nečistot a potenciálních alergenů, což je zásadní pro pacienty s oslabeným imunitním systémem. Preventivní opatření, jako je pravidelná výměna vzduchu, jsou součástí hygienických standardů.

24 hodin dopředu, což zajišťuje efektivitu a důkladnost úklidu.

Paní Hrdličková zdůrazňuje, že v nemocnicích AKESO není cítit intenzivní zápach dezinfekce díky tomu, jaké používají prostředky, a že častěji mění a perou mopy. „Snažíme se používat efektivní a zároveň ekologicky šetrné čisticí prostředky. Jejich spotřeba je v hořovické nemocnici dost vysoká, a proto nás zajímá ohleduplnost prostředků k životnímu prostředí,“ dodává.

### ZPĚTNÁ VAZBA OD PACIENTŮ POTĚŠÍ

V onkologickém a radiologickém centru Multiscan jsou tyto služby svěřeny do rukou úklidové firmy s tříčlenným týmem. Práce je navržena tak, aby co nejméně rušila běžný chod centra, uklízí se po pracovní době. Tým se zaměřuje na všechny aspekty úklidu od pravidelné dezinfekce až po pečlivé čištění všech prostor s cílem zajistit maximální hygienu. „V Multiscanu je hygiena důležitá. Tým využívá měsíčně přibližně 10 litrů dezinfekčního prostředku do směšovačů na úklid podlah a další dezinfekční či běžné prostředky na úklid povrchů, což zajišťuje udržení bezpečného a sterilního prostředí pro pacienty s oslabeným imunitním systémem,“ vysvětluje **Zdenka Prchalová**, která má na starosti komunikaci s externí firmou.

Všichni pracovníci úklidových týmů se shodují, že spolupráce s personálem i pacienty je klíčová. Vzájemný respekt a porozumění pomáhají udržovat vysokou úroveň hygieny a bezpečnosti v nemocnici. Většina pacientů i personálu si váží práce úklidového týmu a přistupuje k němu s úctou a ohleduplností, což je velkým zdrojem motivace a hrdosti všech pracovníků. „Velice mě těší, když mi pacienti říkají, že tak krásně uklizeno je jen v málokteré nemocnici,“ uzavírá Jana Hrdličková z Nemocnice Hořovice. ☺



### NEMOCNICE HOŘOVICE (NH)

**30**  
Počet lidí  
v úklidovém týmu

**6 000**  
Celkový počet  
hodin strávených  
měsíčně úklidem

**1 440**  
Počet rolí  
toaletního  
papíru  
spotřebovaného  
za měsíc



### REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN (RNB)

**40**  
Počet lidí  
v úklidovém týmu

**6:00–18:00**  
Každodenní  
pracovní  
doba úklidového  
týmu



### MULTISCAN

**3**  
Počet lidí  
v úklidovém  
týmu externí firmy

**10**  
Spotřeba  
dezinfekčního  
prostředku v litrech  
za měsíc

**570**  
Přibližný počet  
hodin strávených  
měsíčně  
úklidem

Jana Hrdličková každý den osobně kontroluje kvalitu úklidu v Nemocnici Hořovice.







# Better Health, Brighter Future

## **Takeda Pharmaceuticals Czech Republic s.r.o.**

Panorama Business Center  
Škrétova 490/12, 120 00 Praha 2

[www.takeda.cz](http://www.takeda.cz)  
[www.takeda4health.cz](http://www.takeda4health.cz)

Datum přípravy 03/2023  
C-APROM/CZ/ALOFI/0026

## JAK ROZLIŠIT CHŘIPKU A NACHLAZENÍ

Chřipku dostanou každý rok tisíce Čechů, kteří kvůli ní prostonají průměrně milion pracovních dní. Zima je obdobím, kdy spolu s nachlazením řádí naplno. Jak ale tato dvě onemocnění rozeznat podle typických příznaků a vhodně zaléčit? **MUDr. Michaela Malacková**, praktická lékařka z AKESO POLIKLINIKY, připravila užitečný přehled.

Text: **Markéta Olšáková**

Obě nemoci jsou vysoce nakažlivé, řádí od podzimu do jara, jejich inkubační doba bývá kolem dvou dnů a léčba trvá asi týden. Tím ale jejich podobnost končí. Zkuste si příště správně určit diagnózu podle tabulky příznaků, ale nezapomeňte ani na covid. Ten je dnes velmi podobný běžnému nachlazení a převládají při něm příznaky onemocnění dýchacích cest – kašel, rýma, teploty.

„Chřipka je spíše charakterizována celkovými příznaky typu horečky, bolesti kloubů a svalů, výrazná únava. Kašel se objevuje později. Ačkoliv obě tato onemocnění trvají obvykle týden až deset dní, únava může přetrvávat déle. Během chladných měsíců přibývá i covidu. Naštěstí ale bývá jeho průběh mírnější, než jak si pamatujeme,“ uklidňuje praktická lékařka pro dospělé Michaela Malacková.





## CHŘÍPKA

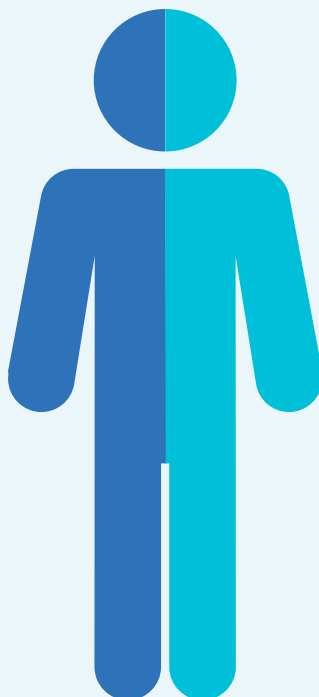
vysoké horečky  
nad 38 stupňů  
bolesti kloubů a svalů  
celková schvácenost  
nemusí ji provázet ani  
rýma a kašel

## ZAJÍMAVOSTI O CHŘÍPKU

**10 až 15 %** světové  
populace ročně schvátí  
epidemie chřipky.

**16 000 pacientů**  
ročně se s chřipkou léčí  
v nemocnicích.

**90 nanometrů** měří  
virus chřipky.  
Docela malý na  
to, že stát ročně stojí  
miliardy korun, že?



## NACHLAZENÍ

zvýšená teplota  
bolest v krku  
kašel  
rýma

## ZAJÍMAVOSTI O NACHLAZENÍ

**200 a více**  
různých virů  
může způsobit  
nachlazení.

**80 %** nachlazení  
způsobuje rhinovirus.

**Tisíce let**  
víme o výskytu  
nachlazení. Už staří  
Egyptané na něj podle  
lékařských textů trpěli.



## Sedm pravidel, jak se chránit

Jak předejít tomu, abychom se nakazili? To, že je tradiční rčení „čistota půl zdraví“ pravdivé, vám potvrdí každý epidemiolog. „Mou oblíbenou větou ze studii je, že v medicíně neplatí nic stoprocentně. Určitě se nám nepodaří předejít všem onemocněním, ale rozhodně bychom se o to měli pokusit,“ dodává doktorka Malacková.

1. Ruce, roušky, rozestupy (pravidlo 3R proti přenosu kapenkami)
2. Očkování (ať už proti chřipce, covidu, nebo pneumokokům)
3. Dostatek spánku
4. Pravidelný pohyb
5. Porce ovoce a zeleniny ke každému jídlu
6. Nekouřit
7. Pozitivní mysl



**Typickou komplikací je zápal plic, který se projevuje dušností a úporným kašlem.**



**Věděli jste, že chřipkové epidemie se od doby, kdy lidé žijí ve větších skupinách, zřejmě nepřetržitě opakují? Historici mají záznamy téměř o 300 epidemiích. Dnes můžeme podle popisů soudit, že šlo o chřipku (chřipkový virus byl objeven až v roce 1933).**

### Kdy bít na poplach?

Pamatujte, že klíčová doba je týden. Pokud zhruba tak dlouho a déle přetrvávají problémy s nachlazením a klid, teplo, dostatek tekutin, dostupné léky proti kašli, pastilky do krku a spreje do nosu nezabírají, měli byste přemýšlet o cestě do ordinace. A pokud zažíváte vysoké horečky, dušnost, bolest na hrudi nebo vykašlávání krve, utíkejte hned. Tyto nemoci totiž není radno podceňovat.



Praktická lékařka MUDr. Michaela Malacková ordinuje v AKESO POLIKLINICE v pražských Nových Butovicích.

SENIMED

## Darujte zdraví nejen na Vánoce

Hodně pít, jíst čerstvé ovoce a zeleninu, hýbat se a otužovat jsou základní rady, jak v zimě udržovat imunitu ve formě. Někdy se však hodí ji posílit i doplňky stravy, třeba když kolega v práci kýchá nebo děti přinesly ze školky další rýmu. V lékárnách a e-shopu SENIMED najdete řadu potravinových doplňků a kosmetických či léčivých přípravků.



### CURENZYM ANIXI

- Obsahuje **komplex neživočišných enzymů**, extrakt z chmele Perluxan, železo a **vitamin C**.
- Curenzym Anixi vytvořili zkušení odborníci a vyrábí se v USA, kde je zpracován šetrnou moderní technologií bez použití vysokého tlaku či teploty do formy kapsle.
- Kapsle **enzymy chrání** při průchodu tenkým střevem a umožňuje jejich postupné uvolňování a vstřebávání.
- Curenzym Anixi je **vhodný pro vegetariány** a osoby přecitlivělé nebo alergické na látky živočišného původu, protože jeho suroviny mají původ neživočišný.
- Enzymy se podávají lidem, jimž se špatně hojí rány, ale také na podporu trávení, nebo dokonce při léčbě kardiovaskulárních chorob či rakoviny.



### COLAFIT

- Užívání Colafitu **prospívá zdraví kostí, cév, šlach, kloubů a celého pohybového aparátu**. Mohou ho užívat děti, dospělí i senioři.
- Colafit jsou **kostičky lyofilizovaného kolagenu**. Jsou malé a měkké, takže se ve srovnání s velkými tabletami příjemně polykají.
- Colafit **vyrábíme výhradně v Česku** a dodržujeme přísné standardy kvality. Kolagen typu I v těchto tabletách tak dosahuje čistoty 99,9 % a nenajdete v něm žádné pomocné látky ani barviva.
- V případě, že trpíte akutní bolestí, sáhněte po masážním krému s kyselinou hyaluronovou Colafit Akut Pro.



**Úkol enzymů je jasný: udržovat organismus co nejzdravější.**



#### Více informací

Všechny přípravky si můžete pohodlně zakoupit na našich webových stránkách [www.lekarnasenimed.cz](http://www.lekarnasenimed.cz).





## GLUKÁNEK

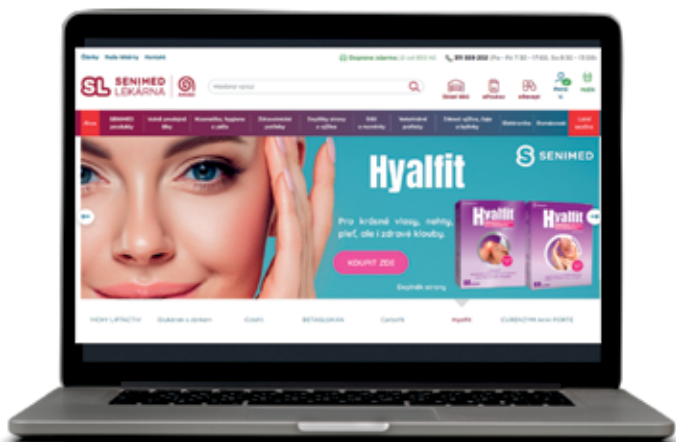
- V řadě Betaglukan máme kromě Betaglukanu IMU a Betaglukanu Forte i Betaglukan Junior a **Glukánek sirup pro děti**.
- Sirup **je slazen fruktózou** a neobsahuje konzervační látky.
- Když **zakoupíte sirupy dva**, dostanete navíc **dárek** v podobě reflexního přívěsku na klíče.

## BETAGLUKAN

- Přírůstek **vitaminů a nukleotidů** je při zátěži imunitního systému pro tělo důležitý, proto je užívání betaglukanu s nukleotidy vhodné právě v období podzimu a zimy.
- Jedná se o **kvasničný betaglukan s garantovanou čistotou minimálně 80 %**, což značí vysokou kvalitu přípravku.
- Doporučená denní dávka betaglukanu pro dospělé osobu je 100–200 mg, ale ani při dlouhodobém užívání se jím nemůžete předávkovat.
- Účinky betaglukanů nejlépe oceníte **při infekci a nachlazení, vysoké hladině cholesterolu či oslabení imunitního systému**. Projeví se také při celkové únavě organismu, poruše krevetvorby nebo při onkologických chorobách.
- Výhodou užívání doplňků obohacených o nukleotidy je také to, že **organismus nemusí složitě zpracovávat běžnou stravu**, ale získá je rovnou připravené k použití.



## VAŠE LÉKÁRNA Z POHODLÍ DOMOVA



- Nakupujte online v klidu a bez front.
- Vyzvedněte v naší lékárně, nebo si nechte doručit objednávku až k vám domů.
- Doprava zdarma při nákupu od 850 Kč.
- Zadejte k objednávce kód NEA10 a získáte 10% slevu na produkty SENIMED.

lekarnasenimed.cz



E-shop

## Nadšení výtvarníci hledají vnitřní klid a stabilitu na arteterapii

Léčba kreativní terapií je příjemnou a důležitou službou pro všechny pacienty Denního psychoterapeutického sanatoria Ondřejov v Praze. Arteterapie totiž otevírá témata, která jsou mnohdy obtížně sdělitelná a nedají se zcela vyjádřit slovy. „Někdy je jeden tah štětcem důležitější než tisíce slov,“ říká zkušená **arteterapeutka Alena Kocourková**, která ráda vidí, jak její nadšení výtvarníci hledající vnitřní klid a stabilitu otevírají brány do magických hlubin oceánů či nekonečných vesmírů a tím hledají sami sebe.



Bytost uvězněná v pavoučí síti.

Za každým dílem, které v ondřejovském ateliéru vznikne, se skrývají životní příběhy, tajemství, ale i emoce klientů. Kouzlo arteterapie můžete nasát skrze výtvarná díla na této stránce. Obraz nesoucí název „Bytost uvězněná v pavoučí síti“ je zajímavý především proto, že vznikl společným tvořením terapeutů a pacientů. Jeho hlavním impulzem byl nepříjemný dramatický zážitek či pocit ohrožení, který nebylo možné slovy zcela přesně vyjádřit.

„I proto jsme se méně soustředili na konverzaci a více jsme se zaměřili na tvůrčí proces jako takový,“ vysvětluje pozadí vzniku obrazu arteterapeutka Alena Kocourková s tím, že podstatou obrazu byla jakási



Dynamický vesmír a hmota.



Moře. Ponor do magické hlubiny. Lehkost a klid.

vnitřní očista neboli katarze či katarzní afekt, odosobnění a povznesení se nad prožitou situací. „Oceňuji, jakým způsobem se moji pacienti naučili prostřednictvím výtvarných technik odbourávat psychické napětí a vypořádat se s problémy všedních dnů, se kterými se neustále potýkají,“ dodává.



### Více informací

Kdy jste si naposledy vychutnali neodolatelný moment tvoření? Jestli patříte mezi umělecké duše, navštivte náš ateliér na webových stránkách [ondrejov.cz/arteatelier](http://ondrejov.cz/arteatelier).





Závodů dračích lodí se týmy z našich nemocnic účastní každý rok koncem léta.

AKESO

## Dračí vesla AKESO rozčeřila vody Berounky

Víkendová regata dračích lodí Berounský drak 2023 přinesla našim týmům z holdingu AKESO víc než jen sportovní zážitek. Odesly si pocit skvěle stráveného dne plného vzájemné podpory a týmové práce. Celý den byl ve znamení pohody, zábavy a společného fandění v malebném prostředí kempu Na Hrázi. Kromě závodního ducha jsme si užili i doprovodný program, širokou nabídku občerstvení, ochutnávku pивních specialit, hudební vystoupení a lanový park.

Všem účastníkům děkujeme za nezapomenutelné zážitky a už se těšíme na další ročník, kde znovu ukážeme, že AKESO je nejenom o zdravotní péči, ale i o týmovém duchu mezi námi.



**Akci Berounský drak 2023 si užily dva AKESO týmy.**



## Sbírka knih se mimořádně vydařila

V rámci AKESO holdingu jsme se rozhodli otevřít novou kapitolu pomoci, a to doslova. Pro Centrum duševní rehabilitace v Berouně (CDR) jsme uspořádali zaměstnaneckou sbírku knih. S potěšením oznamujeme, že se nám podařilo vybrat několik stovek knížek, které tvoří základ nové knihovny pro pacienty. Tato sbírka zahrnuje širokou paletu žánrů od beletrie přes memoáry a cestopisy až po historické romány a volnočasové tituly.

Čtyři stovky knih přišly přímo z naší sbírky a dalších dvě stě jsme získali darem od nakladatelů a knihkupců, kde významně přispěly společnosti jako Luxor, nakladatelství Academia a EEZY. Za tento štědrý dar jim patří náš obrovský dík.

Chceme vyjádřit uznání všem zaměstnancům zdravotnických zařízení holdingu AKESO včetně SENIMED a centrály za zapojení do této sbírky. Pokud by kdokoli chtěl i v budoucnu přispět knihou do naší knihovny, může se obrátit na [marketing@akesoholding.cz](mailto:marketing@akesoholding.cz).

## Společně na cestě: AKESO a OMV přináší **revoluční benefit pro zaměstnance**

V AKESO neustále přemýšlíme, jak našim zaměstnancům zpříjemnit každodenní život. A protože víme, jak důležitá je pro vás mobilita, rozhodli jsme se přinést něco výjimečného – novou palivovou kartu OMV, která vám zajistí nejen levnější pohonné hmoty, ale i větší pohodlí na cestách.



“

**Udržitelnost, ochrana životního prostředí, příprava na elektrifikaci a modernizace služeb. Takové vize sdílí AKESO s OMV.**

Když jsme hledali partnera pro tento benefit, OMV byla jasná volba. Společnost je známá svým inovativním přístupem k udržitelnosti a ochraně životního prostředí, přípravou na elektrifikaci a kontinuálně pracuje na modernizaci svých produktů a služeb. To jsou hodnoty a vize, které jsou nám v AKESO velmi blízké. Věříme proto, že vám naše partnerství přinese nejen výhodnější tankování, ale také pocit účasti na ekologičtějším a zodpovědnějším přístupu k dopravě.

Je pro nás důležité, aby naši zaměstnanci měli při cestách pohodlí a komfort. Proto nám OMV vyhovuje také kvalitou zázemí a doplňkových služeb. VIVA Café, které OMV provozuje, je synonymem

pro příjemné prostředí a vynikající kávu. Nový projekt VIVA Billa chce zákazníkům nabídnout i nákup čerstvého jídla či menší nákup do domácnosti. Je to zkrátka ideální místo pro krátkou přestávku, kde si můžete dopřát široký výběr čerstvě připravovaných sendvičů, sladkého pečiva a nápojů, které vás nabijí energií pro další kilometry. Neocenitelným bonusem pro mnohé cestovatele jsou navíc bezplatné a čisté toalety, zvláště na delších trasách.

S palivovou kartou OMV Card, která má design vyrobený na míru přímo pro nás, získáváte přístup k síti, jež klade důraz na kvalitu a zákaznický servis, aby byly vaše jízdy příjemné a bez starostí.



## Přehled výhod vaší nové OMV Card

S palivovou kartou OMV Card získáte výhody, které vám zpříjemní nejen každodenní cestu do práce, ale i rodinné výlety.

### BEZSTAROSTNÉ PLATBY

Zapomeňte na bankovky a mince či bezhotovostní platby, s OMV Card je vše mnohem jednodušší. Tankujete, nakupujete a vše se vám po skončení měsíce odečte z příští výplaty.

### JEŠTĚ VÝHODNĚJŠÍ CENA PALIVA

Tankujete za výhodné velkoobchodní ceny. Už žádné hledání nejlevnějšího čerpání pohonných hmot, všude máte stejnou, výhodnou cenu.



### LEVNĚJŠÍ SLUŽBY A PRODUKTY

Udržujte svůj vůz v perfektním stavu a využijte 30% slevu na myčku, provozní kapaliny a AdBlue v kanystru, jakož i zajímavou slevu na prémiová paliva OMV MaxxMotion a AdBlue z pistole.

### NA VŠECH CESTÁCH

Palivovou kartou OMV Card můžete zaplatit i na čerpacích stanicích Benzina a Shell (bez výhodnější ceny) nebo na ČEPRO EuroOil (se slevou). Kartou využijete i v zahraničí, platí ve 35 evropských zemích, a to na více než 21 000 čerpacích stanicích ROUTEX partnerů.



### Praktické tipy pro vaše cesty

#### Tankování plánujte moudře

S OMV Card máte přístup k vyhledávaným cenám paliv. Denní ceny pohonných hmot a AdBlue jsou k dispozici na intranetu.

#### Aplikace OMV MyStation

V aplikaci OMV MyStation sbíráte věrnostní body, které můžete proměnit ve skvělé zážitky a odměny. Těšit se můžete také na speciální akce a užitečné funkce, které vám usnadní cestování.

#### Připravte se na zimu

V zimním období nezapomeňte využít slev na zimní směsi do ostřikovačů a nemrznoucí produkty dostupné s vaší OMV Card.

#### Svůj vůz udržujte v top kondici

Kromě paliva získáváte slevy na AdBlue a další provozní kapaliny, které pomáhají udržovat váš vůz efektivní a zároveň šetrný k životnímu prostředí.

#### Na cestách za hranice?

Ušetřete za dražší pohonné hmoty u našich zahraničních sousedů a natankujte na poslední čerpací stanici OMV před hranicemi. Navede vás k ní aplikace OMV MyStation nebo web [omv.cz](http://omv.cz).



### Získejte OMV Card snadno a rychle

**Chcete využívat všechny tyto výhody? Obráťte se na personální oddělení. O kartu budete moci požádat od 14. prosince a bude pro vás vyrobena do 14 dnů. Vystavení a vedení palivové karty OMV Card je pro všechny zaměstnance AKESO a jejich rodinné příslušníky zcela zdarma.**



Aplikaci **OMV MyStation** si můžete bezplatně stáhnout zde nebo také na webových stránkách [omv.cz/cs-cz/omv-mystation-v-cesku](http://omv.cz/cs-cz/omv-mystation-v-cesku).

# PŘIDEJTE SE K NÁM

## NEMOCNICE HOŘOVICE



Tým hořovické nemocnice poskytuje komplexní a špičkovou péči od prvního přijetí na recepci až po úspěšné propuštění spokojených pacientů. Budte jeho součástí, právě otevíráme celou řadu nových pozic. Patří mezi ně lékaři: **chirurg, pneumolog, neurolog** (absolvent), **stomatolog i lékař na ARO oddělení** (absolvent nebo s kmenem). Přijmeme také několik **sester: na anesteziologické, interní, transfuzní, neonatologické a dětské oddělení, sestru na sály** nebo **centrální sterilizaci** a **ambulanci**. Uplatnění u nás najde i **zdravotní laborant** a **radiologický asistent**.

## REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN



Když budujete tým špičkové nemocnice, kam jezdí pacienti i zpoza hranic celého kraje, vaše práce nikdy nekončí. Neustále proto posilujeme náš tým! Do berounské nemocnice hledáme **rehabilitačního lékaře, internistu pro oddělení následné péče, lékaře na interní oddělení, radiologa, radiologického asistenta, psychologa, fyzioterapeuta, psychiatra** a **všeobecnou sestru** na gastroenterologickou ambulanci.

## AKESO POLIKLINIKA



Od veškerých vyšetření až po rehabilitaci, své pacienty provázíme v moderní pražské poliklinice celým procesem. V současnosti nabíráme lékaře do čtyř ambulancí: **gynekologa, praktického lékaře pro děti a dorost, dětského neurologa** (na částečný úvazek) a **neurologa pro dospělé** (na plný i částečný úvazek).

## CENTRUM DUŠEVNÍ REHABILITACE



Naplňovalo by vás být součástí nejmodernějšího zdravotnického zařízení svého druhu v celé republice? V novém, unikátním centru, které nabízí pomoc pacientům s duševním onemocněním, uvítáme **psychiatra, lékaře se zájmem o psychiatrii, psychologa** ve zdravotnictví, **klinického psychologa, všeobecnou sestru** na psychiatrii a **sanitáře**.



### DENNÍ PSYCHOTERAPEUTICKÉ SANATORIUM ONDŘEJOV



V Ondřejově nabízíme individuální přístup ke zdravotním, osobním, rodinným, sociálním i pracovním potřebám a problémům pacientů s psychickými obtížemi. A stále hledáme nové kolegy, kteří jim budou pomáhat s námi. Konkrétně **psychiatra** po ukončeném základním kmenu (atestace výhodou), **psychiatrickou sestru** a **sociálního pracovníka**.

### ONKOLOGICKÉ A RADIOLOGICKÉ CENTRUM MULTISCAN



Přijmeme **onkologa**, který by v pardubickém Multiscanu doplnil tým zkušených lékařů.

### DATOVÁ CENTRA



Spoustu z toho, co potřebujeme vědět, abychom dokázali co nejlépe pomáhat pacientům, je uloženo v datech. Proto potřebujeme kolegy, kteří s nimi umí spolehlivě pracovat. V datovém centru rozšiřujeme tým o **síťového specialistu**, **administrátora operačních systémů**, **produktového manažera** a **obchodního specialistu**.

### IT POZICE



V našem rozmanitém kolektivu uvítáme i profiky přes jedničky a nuly. V současné době máme otevřené výběrové řízení na pozice **výpočetního technika**, **IT správce sítí a firewallů** i **správce operačních systémů a sítí**, **aplikačního programátora**, **web developera** a juniorního **IT vývojáře s SQL**.



**ZAJÍMÁ VÁS ZAMĚSTNÁNÍ  
V HOLDINGU AKESO?  
VOLNÉ POZICE NAJDETE  
NA AKESOHOLDING.CZ/  
KARIERA.**



**ZDRAVÍ ČLOVĚKA.  
LIDSKOST.  
VSTRÍCNOST.**



Pavel Scholz (uprostřed) měl v minulosti na starosti řízení stavby CDR. Na fotce spolu s Martinem Hollým a Jánem Praškem.

## Pavel Scholz

Pracoval jako náměstek pro provoz Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, která je druhým největším zařízením v republice. Staral se o nastavování pravidel a provozních záležitostí v té době 53 klinik. Vystudoval magisterský obor ošetřovatelství se zaměřením na management a interní lékařství. V AKESO je na pozici náměstka pro projektové řízení, kde měl na starosti vznik AKESO POLIKLINIKY a následně převzal kompletní řízení projektu CDR do stavu kolaudace budovy a slavnostního otevření. CDR mu přirostlo k srdci natolik, že se v něm rozhodl sestavit a řídit nelékařský zdravotnický personál.

## CENTRUM DUŠEVNÍ REHABILITACE

### Plníme sny o moderní psychiatrické léčbě

V červnu otevřené Centrum duševní rehabilitace (CDR) má k dispozici nejmodernější vybavení, bazény, kino i místo pro pohybovou terapii. Aby mohlo nabízet tu nejvyšší péči v oblasti duševního zdraví, potřebuje nyní postupně doplňovat zdravotnický personál pro své nově otvírané kapacity.

Text: **Markéta Hronová, Michaela Raková**

Centrum duševní rehabilitace v areálu Rehabilitační nemocnice Beroun poskytuje akutní psychiatrickou péči hrazenou z prostředků veřejného zdravotního pojištění, které je v celé zemi nedostatek, ale i zázemí pro dlouhodobou léčbu nebo apartmánové služby. „K pacientům přistupujeme podle nejmodernějších klinických postupů, nenálepkuje je jejich diagnózou a péči poskytujeme paciocentricky,

to znamená, že pacienti jsou v centru pozornosti a služby orientujeme primárně k nim. Chováme se k nim především s respektem a úctou, bez předsudků a snažíme se pro ně zajistit co nejkomplexnější péči, kde je omezení alternativou, nikoli první volbou péče,“ shrnuje náměstek pro projektové řízení holdingu AKESO **Mgr. Pavel Scholz, Ph.D.**

Do moderních prostor je potřeba sehnat schopné zaměstnance.





**Zaměstnancům nabízí Centrum duševní rehabilitace propracovaný systém vzdělávání. Pomáhá i s ubytováním, poskytuje carsharing nebo třeba právní poradenství. Zaměstnanci jsou pro nás důležití, chceme, aby se cítili jistě a bezpečně.**

To ovšem v celém psychiatrickém odvětví není jednoduché. Centrum nabízí pestrou paletu pozic a kontinuální možnosti kariérního růstu. „Pokud jste odborníkem v jakékoli oblasti psychiatrie, psychologie, psychoterapie, psychosomatiky a souvisejících oborů nebo teprve začínáte a chcete se v těchto oblastech dále vzdělávat, pak jste v CDR správně,“ říká Pavel Scholz, který se zabývá řízením nelékařských zdravotnických pracovníků a do hloubky se věnuje právě Centru duševní rehabilitace. Úzce spolupracuje s náměstkyní pro ošetrovatelskou péči **Mgr. Radkou Zinkovou**, s ředitelkou Rehabilitační nemocnice Beroun **Mgr. Natašou Petsiní** a se šéfem CDR **MUDr. Martinem Hollým, MBA**.

Největším benefitem práce v CDR je vlnivé pracovní prostředí a zázemí nejmodernější psychiatrické nemocnice v Česku. „Cílíme na smysluplnost péče, spolupráci a multidisciplinaritu. Vytváříme bezpečné a respektující pracovní prostředí, ve kterém je každý zaměstnanec podporován např. pomocí supervizí a intervizí, vzdělávání či dostatku prostoru pro práci s pacienty. Usilujeme o to, aby harmonogram práce a spektrum aktivit zejména všeobecných sester Centra duševní rehabilitace byly sladěné a mezi zaměstnanci navzájem i mezi pacienty panovaly vyrovnané a podporující vztahy. Stran spektra zaměstnanců je třeba součinnost mezi lékařskou,

ošetrovatelskou, sociální a terapeutickou péčí, jejichž činnosti se musí vzájemně doplňovat,“ vysvětluje Scholz. „Pokud se na oddělení řeší složitější situace s pacientem nebo potřebujeme nastavit nějaké nové pravidlo, řešíme to skupinově a využíváme zkušeností, které tým má. Probíhají tu mj. takzvané balintovské skupiny, kde se řeší vztah mezi pacienty a personálem. Zaměstnancům věnujeme intenzivní pozornost, protože prostředí můžete mít krásné, ale pokud správně nepovedete svůj tým, výsledky se nedostaví,“ konstatuje s úsměvem.

„Říká se, že jak má blízko lékař k sestře, tak má sestra blízko k pacientovi. Jinými slovy, úspěch léčby pacienta tkví nejen v kvalitě péče, ale také v kvalitě komunikace a spolupráce,“ doplňuje Scholz. „Spousta lidí přišla do Centra s touhou poskytovat psychiatrickou péči jinak, moderně. Snažíme se realizovat jejich představy,“ dodává. ☺



## **Úspěch léčby tkví i v kvalitě komunikace a spolupráce mezi lékařem, sestrou a pacientem.**



### **Balintovské skupiny**

**Sezení určená psychoterapeutům** s cílem kvalitnější supervize a zvýšení účinnosti prováděné psychoterapie.

Jednotliví účastníci přinášejí do balintovské skupiny **své vlastní problémové příklady** z praxe, které jsou podrobeny skupinovému posouzení.

Na rozdíl od běžných kazuistických seminářů nebo diskuzí o klinických případech není tomuto zkoumání podroben samotný pacientův problém. **Řeší se vztah mezi klientem a psychoterapeutem**, rozebírá se jejich **vzájemné chování i emoce**, které oba cítí.

Terapeut díky balintovské skupině může **lépe porozumět svému klientovi** a efektivněji cílit terapii.

## Terapie na míru

Centrum duševní rehabilitace je unikátní tým, že se kromě medikace a psychoterapie snaží poskytovat komplexní péči, tedy terapie všeho druhu. Program se pacientům vytváří na míru, cíleně podle toho, jakým problémem trpí.

V budově jsou místnosti vybavené pro muzikoterapii, arteterapii, dramaterapii, kinosál s pódium nebo také cvičná kuchyně či terapie nutričních hodnot. Na tu máme špičkově vybavenou kuchyň, kde se spojuje přínos společné smysluplné aktivity a ergoterapie se vzděláváním v oblasti zdravé výživy i cenově dostupného zdravého vaření.

Pacienti zde mají zázemí pro sportovní aktivity, a to tělocvičnu, fitness a bazén se saunou, k dispozici je také moderní park. Pacienti oddělení s uzavřeným režimem mají přístup na venkovní terasu a řadu aktivit uvnitř oddělení. Zabezpečení objektu je nenápadné, bez mříží, s bezpečnostními skly a moderním designem.



### Speciální osvětlení

**V celém Centru duševní rehabilitace je instalováno takzvané cirkadiánní osvětlení, které barvou světla kopíruje přirozený denní rytmus. Například v noci svítí na chodbách žluté světlo, aby nenarušovalo pacientům spánek. Kromě toho tu je místnost pro fototerapii, kde vždy ráno probíhá půlhodinové sezení při biodynamickém ranním osvětlení.**



### Centrum duševní rehabilitace je nejmodernějším pracovištěm svého druhu ve střední Evropě.

Do výstavby investovalo AKESO **1,2 miliardy korun**.

Jedná se o pětipatrovou budovu o **rozloze 25 000 metrů** čtverečních, v plném provozu má mít **300 zaměstnanců** a celkem **230 lůžek** (postupně otevíraných) na nanejvýš dvouúžlkových pokojích, včetně lůžek pro uzavřený režim, pro děti a dospívající (připravujeme) a lůžek v nadstandardních apartmánech, dále ambulance, denní stacionáře a akutní příjem s nepřetržitým provozem.



#### Více informací

Volné pozice a informace o zaměstnání v CDR naleznete na webových stránkách [www.cdr-akeso.cz/kariera](http://www.cdr-akeso.cz/kariera).





# Zdravotnický holding AKESO se stává jedničkou v péči o duševní zdraví v Česku

Už více než třicet let se 10. října slaví Světový den duševního zdraví. Připomíná, že péče o vlastní mentální pohodu je jedním ze základních předpokladů kvalitního a spokojeného života každého člověka, stejně jako destigmatizace lidí s psychickým onemocněním. Zdravotnický holding AKESO v tomto ohledu udělal v poslední době další významné kroky. Otevřel unikátní Centrum duševní rehabilitace v Berouně, připojil k holdingu pražské Denní psychoterapeutické sanatorium Ondřejov a zastřešil rozvoj digitální terapeutické platformy Mindwell.



## CENTRUM DUŠEVNÍ REHABILITACE

Nové Centrum duševní rehabilitace (CDR) je velkým přínosem pro českou psychiatrii. Je součástí Rehabilitační nemocnice Beroun a jeho cílem je zajistit komplexní rozsah akutní i následné péče v oblasti duševního zdraví. V berounském regionu navíc pomůže především s lůžkovou částí, jež zde dosud chyběla. Od svého otevření v červnu tohoto roku je CDR postupně uváděno do provozu. Připravuje se oddělení pro akutní příjem a postupně se rozšiřuje ambulance krizové péče.

## PLATFORMA MINDWELL

Holding AKESO rovněž zastřešuje a rozvíjí první digitální platformu pro péči o duševní zdraví Mindwell, která pacientům nabízí systematickou terapii nejčastějších psychických poruch. Anonymně a bez čekání se zaměřuje na řešení deprese, úzkosti a stresu. Projekt Mindwell je unikátním řešením spojujícím profesionální zdravotní službu s uživatelskou přívětivostí a jeho hlavními autory jsou **prof. MUDr. Ján Praško Pavlov, CSc.**, a **PhDr. Marie Ocisková, Ph.D.** Ta rovněž působí jako odborná garantka.

## DENNÍ PSYCHOTERAPEUTICKÉ SANATORIUM ONDŘEJOV

V druhé polovině loňského roku se součástí zdravotnického holdingu AKESO stalo pražské Denní psychoterapeutické sanatorium Ondřejov. Zařízení se specializuje na péči o pacienty s psychotickými poruchami a také o ty se závislostí na alkoholu. Nabízí systém polouzavřených terapeutických programů pojmenovaných po bylinkách.

## V Centru duševní rehabilitace proběhla už čtvrtá konference

Hlavním tématem již čtvrté odborné konference, která proběhla 14. září ve špičkově vybaveném přednáškovém sále nového Centra duševní rehabilitace (CDR), byl význam spolupráce odborníků v oblasti duševního zdraví. CDR je novým přírůstkem Rehabilitační nemocnice Beroun. Z řad profesionálů nově vybudovaného zařízení postupně promluvili k 70 hostům akce náměstek ředitele pro oblast duševního zdraví **MUDr. Martin Holly, MBA**, přední český psychiatrii a psychoterapeut **prof. MUDr. Ján Praško Pavlov, CSc.**, jenž byl také odborným garantem konference, či neurolog a psychosomatik **MUDr. David Pánek, Ph.D.**

**Ministerstvo zdravotnictví upozorňuje, že pacientů s různě zhoršeným mentálním stavem přibývá, a je tedy potřeba rozšiřovat stávající psychiatrické služby nebo zavádět nové.**



**Více informací najdete na webových stránkách**

Centrum duševní rehabilitace:  
**[www.cdr-akeso.cz](http://www.cdr-akeso.cz)**

Digitální terapeutická platforma Mindwell: **[www.mindwell.cz](http://www.mindwell.cz)**

Denní psychoterapeutické sanatorium Ondřejov: **[www.ondrejov.cz](http://www.ondrejov.cz)**



MULTISCAN

## Výstava fotografií se zaměřila na přírodu a ptactvo

V červnu proběhla v onkologickém centru Multiscan vernisáž další fotografické výstavy, tentokrát s tématem příroda a ptactvo. Díly amatérského fotografa **Radka Broulíka** se onkologičtí pacienti i zaměstnanci Multiscanu mohli kochat celé léto. Výstava fotografií se již podruhé uskutečnila v konferenčním sále budovy klinické onkologie v areálu Pardubické nemocnice.

„S nápadem na další využití konferenčního sálu, kde obvykle probíhají odborné přednášky a který slouží i studentům Fakulty zdravotnických studií Univerzity Pardubice k výuce, přišli vedoucí pracovníci našeho centra. Výstavy fotografií mají za cíl zpříjemnit pacientům návštěvu u nás a alespoň trochu rozptýlit obavy, které jsou s léčbou spojené,“ uvedla **Mgr. Naďa Hloušová**, tisková mluvčí společnosti Multiscan.

Autorem fotografií s názvem Na dosah je Radek Broulík, který se fotografování věnuje od roku 2020. „Přišlo to s krizí středních let. Vždycky jsem tu touhu začít fotografovat v hlavě měl, ale teprve před třemi lety před odjezdem na dovolenou k moři jsem si koupil první zrcadlovku se dvěma setovými objektivy. U moře jsem vyfotil racka v letu a už mi to zůstalo,“ přiblížil na vernisáži své začátky Radek Broulík.

**Na začátku vernisáže vystoupil s poutavou prezentací vedoucí lékař Komplexního onkologického centra Pardubického kraje prof. MUDr. Karel Odrážka, Ph.D. Zaměřil se na propojení medicíny a ptactva skrze historii a symboly lékařských vzdělávacích institucí.**



MULTISCAN

### Seminář o nádorech hlavy a krku

V onkologickém a radiologickém centru Multiscan proběhl v listopadu klinicko-patologický seminář zaměřený na léčbu nádorů v oblasti hlavy a krku. Po prohlídce ozařoven následovalo zahájení semináře, kterého se chopil vedoucí lékař Komplexního onkologického centra Pardubického kraje **prof. MUDr. Karel Odrážka, Ph.D.**, a poté začal samotný cyklus přednášek. Jako první vystoupil se svým odborným příspěvkem Histopatologická klasifikace nádorů hlavy a krku **prof. MUDr. Jan Laco, Ph.D.** z Fingerlandova ústavu patologie při Fakultní nemocnici Hradec Králové. Sdělení profesora Laca doplnili lékaři Pardubické nemocnice **MUDr. Peter Razzouk** s kazuistikou o nádorech slinných žláz a **MUDr. Pavla Ziková**, která pohovořila o nádorech dutiny nosní a vedlejších nosních dutin.



**Po sérii onkourologických setkání nyní proběhl seminář zaměřující se na léčbu nádorů v oblasti hlavy a krku.**



## Hasiči cvičili akci při požáru elektromobilu

Porucha způsobila vzplanutí elektromobilu v garážích Centra duševní rehabilitace (CDR). Tak zněl cvičný scénář pro Hasičský záchranný sbor Středočeského kraje, při němž jednotky profesionálních a dobrovolných hasičů z regionu prověřovaly připravenost na případný ostrý zásah v objektu Centra.

Text: **Radek Kaša**

Elektromobil, který suploval již vysloužilý Peugeot 206, „vzplál“ ve středu 6. září deset minut před 18. hodinou. Důvodem byla technická závada na elektroinstalaci během nabíjení. Hasiči použili speciální vyvíječ kouře, aby vzniklý dým aktivoval čidlo elektrické požární signalizace umístěné v prostorách garáží. Ta prakticky okamžitě spustila akustický alarm a rovněž upozornila pracovníky vrátnice areálu nemocnice, kteří podle scénáře požár okamžitě ohlásili na tísňovou linku 150.

Krajské operační středisko k zásahu vyslalo profesionální hasiče z Berouna a Hořovic. Velitelský automobil byl z berounské stanice na místě do pěti minut a chvilku nato dorazily první cisterny. „Během cvičení se ověřují dojezdové časy jednotek, rozmístění techniky a taktické postupy velitelů včetně spolupráce s určenými zaměstnanci Centra. Hasiče rovněž seznamujeme s objektem a praktickou funkcí instalovaných požárněbezpečnostních zařízení,“ shrnul ředitel územního odboru Beroun **plk. Ing. Tomáš Hradil**, který byl u zásahu přítomen a cvičení zhodnotil kladně.

Na místě zasahovaly také jednotky sboru dobrovolných hasičů z Králova Dvora, Zdíc a Chyňavy, které mimo jiné otestovaly dostupnost vody z požární nádrže a provedly v budově CDR průzkumnou činnost. Simulovaly tak své nasazení v případě dalšího rozvoje požáru.

Vzhledem k charakteru události do areálu nemocnice dorazili i pražští hasiči, kteří přivezli představit hasičský vyprošťovací speciál Toyota Hilux. Posléze formou ukázky přepravili poškozený elektromobil z prostor garáží na bezpečné místo. V případě ostrého zásahu by byl ještě použit speciální kontejner pro hašení elektromobilů ze Slaného. ☺



**150**

**V PŘÍPADĚ REÁLNÉHO POŽÁRU VOLEJTE TÍŠŇOVOU LINKU HASIČSKÉHO ZÁCHRANNÉHO SBORU ČR.**



**„Těší mě, že celé Centrum duševní rehabilitace a nejmodernější technologie, které jsou v něm využívány, obstály v testu na jedničku. Všem, kdo se na cvičení podíleli, moc děkuji!“**

Mgr. Pavel Scholz, Ph.D.  
náměstek pro projektové řízení holdingu AKESO

## Hořovická porodnice rozšiřuje služby o Centrum prenatální diagnostiky

Porodnice U Sluneční brány představuje novou éru v péči o těhotné. Od roku 2014 se pyšní statutem perinatologického centra intermediární péče a řadí se mezi nej kvalitnější porodnice v České republice. V roce 2024 přináší řadu novinek, a budoucím maminkám tak poskytuje komplexní péči od začátku těhotenství až po porod a poporodní péči.

Zásadní vyšetření plodu se dnes celosvětově provádí na konci prvního trimestru. V této fázi těhotenství provádíme tzv. screening v prvním trimestru, který se skládá z několika vyšetření. Základem je detekce nejčastějších genetických vad, jako je Downův syndrom, méně často se pak v populaci objevují Edwardsův a Patauův syndrom. Přestože je Downův syndrom spojen s častými vrozenými vadami, velké procento těchto plodů nemusí mít žádné viditelné ultrazvukové abnormality. Proto je velmi důležité zkombinovat některé osobní údaje těhotné, ultrazvukové vyšetření a odběr krve. V rukou zkušeného odborníka je tento test schopen zachytit více než 90 % plodů s Downovým syndromem.

Ultrazvukové zobrazení je dnes již na takové úrovni, že umožňuje při vhodných vyšetřovacích podmínkách zkontrolovat většinu orgánů u plodu, který měří okolo 10 cm. V této fázi těhotenství dokáže zkušené oko sonografisty odhalit okolo 50 % strukturálních vad plodu.

Nedílnou součástí je i vyšetření rizika preeklampsie. Jedná se o závažné onemocnění v těhotenství, které postihuje v našich podmínkách až 5 % těhotných. Je spojeno s vysokým tlakem a může vést k vážným zdravotním kompli-



kacím nejen matky, ale i plodu. Při zjištěném vysokém riziku se maminkám nasadí kyselina acetylsalicylová (Aspirin) a tím se sníží rozvoj tohoto onemocnění až o 90 %.

Všechna tato vyšetření probíhají během jedné návštěvy našeho centra. Díky tomu, že odběr krve se provádí 1-2 týdny předtím, má těhotná výsledek testů ihned po skončení ultrazvukového vyšetření a lékař s ní může rovnou prodiskutovat další postup.

Podrobné ultrazvukové vyšetření ve 20.-22. týdnu těhotenství je pak završením kontroly všech orgánů o dva měsíce později. V této fázi měříme velikost plodu, lze tak posoudit jeho růst, podrobně kontrolujeme vzhled orgánů a u některých (srdce, ledviny) i jejich funkci. Hodnotíme vzhled a uložení placenty a množství plodové vody.

### Porodnice U Sluneční brány

Největší porodnice ve Středočeském kraji

3. největší perinatologické centrum intermediární péče

1 618 narozených dětí ročně



**Screening plodu v prvním trimestru a důkladný ultrazvuk ve 20.-22. týdnu jsou klíčové pro zdraví matky i dítěte.**



## Zdravotní výhody

**Díky moderním metodám a vyšetřením můžeme zachytit více než 90 % plodů s Downovým syndromem a předejít vzniku závažných onemocnění.**

**Riziko preeklampsie nyní snížíme až o 90 % díky preventivnímu nasazení kyseliny acetylsalicylové.**

Jde o nejdůležitější ultrazvukové vyšetření k vyloučení vrozených orgánových vad plodu.

V případech zvýšeného rizika genetických vad, nálezu odchylky při ultrazvukovém vyšetření či při zvýšeném primárním riziku například z důvodu vyššího věku těhotné či dědičného onemocnění v rodině následuje vždy konzultace s klinickým genetikem. Výsledkem je vzájemná domluva na dalším postupu. Může se jednat o odběr plodové vody, vzorku placenty či vyšetření volné DNA plodu z krve těhotné.

Všechna tato vyšetření od prvního screeningu přes podrobná vyšetření plodu s eventuálním vyšetřením genetikem včetně odběru plodové vody chystáme od příštího roku.

Rok 2024 bude tedy pro všechny těhotné nejen ze středočeského regionu po deseti letech dalším zlomovým datem. Přinese důležité rozšíření péče o budoucí maminky. Porodnice U Sluneční brány se svým Centrem perinatální diagnostiky tak nabídne vše, co těhotné potřebují, na jednom místě – od prvních kontrolních vyšetření plodu až k porodu. 📍

## Získali jsme ocenění v anketě Purpurové srdce

Nemocnice Hořovice se od roku 2014 pyšní statusem perinatologického centra intermediární péče s jednotkou intenzivní péče pro novorozence. Umožňuje postarat se o většinu dětí zde narozených již od 30. týdne těhotenství bez nutnosti přeložení na vyšší pracoviště. Rodiče z celé České republiky ocenili letos na podzim v Ceně Purpurového srdce rodičů 2023, kterou uděluje nezisková organizace Nedoklubko, krásným druhým a třetím místem sestru novorozeneckého oddělení Nemocnice Hořovice **Annu Tuškovou** a jeho primářku **MUDr. Milenu Dokoupilovou**.

Ocenění Purpurové srdce se uděluje osobám, které se významným způsobem podílejí na péči o předčasně narozené děti. „Rodiče na neonatologických odděleních jsou pro mě důležitou a nepostradatelnou součástí. Na nás zdravotníků je, abychom rodičům připravili přívětivé prostředí, pomohli jim zvládnout velmi emocionálně vypjaté chvíle, dobře je informovali a vzdělávali. Jen tak můžeme vytvořit jednotný tým, ze kterého budou nejvíce profitovat děti,“ říká MUDr. Milena Dokoupilová.



Oceněné Anna Tušková a MUDr. Milena Dokoupilová z Nemocnice Hořovice.



### Projekt Perinatal zachytí psychické problémy

Porodnice U Sluneční brány se do projektu, který dokáže odhalit u těhotných a žen po porodu psychické problémy již v samotném zárodku, zapojila letos v létě. Perinatal vytvořil tým Centra perinatálního duševního zdraví z Národního ústavu duševního zdraví (NUDZ) a je do něho zařazeno několik porodnic. Nabízíme jej všem rodičkám, jež mohou na tabletu vyplnit dotazník, který se odesílá do NUDZ. V případě zjištěného rizika je maminka kontaktována proškolenou specialístkou s vlastní zkušeností s poporodními obtížemi, která ji případně přeměruje na další specialisty. Péče o pacientky na oddělení šestinedělí z pohledu jejich psychiky je velice důležitá a my jsme rádi, že projekt vyplní mezeru v péči.



## Získali jsme certifikát Nejlepší porodnice Středočeského kraje 2023



Na maminkami oblíbeném webovém portálu eMimino.cz probíhalo celý červen a červenec letošního roku hlasování o nejlepší porodnici v Česku. Porodnice U Sluneční brány v Nemocnici Hořovice získala v celorepublikovém hodnocení krásné druhé místo, a zůstala tak jen ve velmi těsném závěsu za Ústavem pro péči o matku a dítě v pražském Podolí. V rámci Středočeského kraje se umístila na první pozici, a může se tak pyšnit oceněním Porodnice kraje 2023.

„Naše porodnice patří mezi ty nejvyhledávanější, a to i mezi ženami z Prahy. Nabízíme především alternativu velkých porodnic ve velkých městech. I přes vysoký počet klientek se nám daří udržet komornější atmosféru a vysoké standardy,“ dodává vedoucí lékařka porodnice MUDr. Tereza Valentová.



**Tisíce maminek kladně hodnotily nejen samotnou porodnici, ale především milý a vstříčný personál, který poskytuje kompletní péči o matku a dítě během porodu i následně na oddělení šestinedělí.**



## Nemocnice Hořovice se zbarvila do fialova

Po celém světě se 17. listopadu slaví Mezinárodní den předčasně narozených dětí. Jeho posláním je zvýšit povědomí o předčasných porodech a související problematice. Tradičním symbolem tohoto významného dne je purpurová barva, kterou se právě při této příležitosti rozsvítí důležité budovy, kostely či nemocnice. Lidé si tak připomínají a sdílí příběhy dětí, které se narodily o několik týdnů, nebo dokonce měsíců dříve, než měly. Je to také jistá forma poděkování zdravotníkům za jejich bezmeznou péči o nedonošená miminka. Stejně jako v minulých letech se i letos Nemocnice Hořovice v tento den hrdě zahalila do purpurové barvy.



**Každý rok se ve světě předčasně narodí přibližně 15 milionů dětí, což představuje asi jedno dítě z deseti.**



REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN

## Oddělení následné péče získalo významnou podporu z fondů EU

Naše snaha o poskytování špičkové následné péče v Rehabilitační nemocnici Beroun (RNB) získala rozhodující podporu z Evropské unie prostřednictvím Integrovaného regionálního operačního programu (IROP). Projekt nese název „Rehabilitační nemocnice Beroun – podpora rozvoje a dostupnosti zdravotní následné péče“ a jeho ambicí je zpřístupnit pacientům v regionu nejmodernější technologie a metody léčby.

Modernizace zařízení zahrnuje špičkové technologie, jako jsou antigravitační trenažéry a roboticky asistované přístroje. Ergoterapeutické vybavení a přístroje pro respirační fyzioterapii nyní nabízejí širší spektrum léčebných postupů, díky nimž je péče v RNB nejen efektivní, ale i příjemnější.

Přístroje, jako jsou terapeutické vysokovýkonné lasery a fokusované elektromagnetické přístroje pro léčbu inkontinence, nejenže podporují rychlejší regeneraci, ale také zvyšují komfort pacientů.

Projekt myslí rovněž na specifické potřeby jednotlivých pacientů včetně těch s morbidní obezitou nebo postcovidovým syndromem. Vybavení přizpůsobené těmto pacientům je příkladem naší snahy o inkluzivní a komplexní přístup k léčbě.

V RNB pokračujeme ve snaze o zlepšení kvality života našich pacientů a nyní jsme o krok blíže k tomuto cíli. Děkujeme EU za podporu a důvěru v náš projekt, který zlepšuje zdravotní péči v berounské nemocnici.



### Modernizace vybavení ONP

#### Rehabilitační technologie

- **Lehátka:** elektricky polohovatelná, 2dílná
- **Mechanické motodlahy:** pro kolena, kyčle, kotníky, lokty a hlezna

#### Rehabilitační přístroje (včetně robotických)

- **Systém spinální dekomprese**
- **Izokinetický přístroj** se zpětnou vazbou pacienta
- **Přístroj pro roboticky asistovaný pohyb** řízený pomocí EMG
- **Antigravitační trenažér** chůze se zpětnou vazbou pacienta
- **Robotický přístroj pro rehabilitaci ruky a prstů** – rozšíření stávajícího přístroje o další modul

#### Terapeutická zařízení

- **Funkční terapie horních končetin:** terapeutická plošina pro posturální vyšetření a terapii s motivační zpětnou vazbou a posturografickým systémem
- **Elektroléčebné přístroje:** přístroj pro terapii radiofrekvenčním (vysokofrekvenčním) střídavým proudem
- **Kombinovaná elektroterapie a UZ terapie s vakuovou jednotkou:** přenosný kombinovaný terapeutický přístroj (2kanalová elektroléčba s rozšířeným spektrem proudů, ultrazvuk)

#### Speciální léčebné přístroje

- **Vysokovýkonný terapeutický laser**
- **Magnetoterapie:** přístroje fokusované na inkontinenci s pulzní elektromagnetickou léčbou a vysokou indukci
- **Rázová vlna:** fokusovaná terapie

#### Lymfatické masáže a hydromasáže

- **Lymfatické masáže:** tepelná, chladová a tlaková terapie, aplikátory: loket, zápěstí, rameno, koleno, bedra a kotník
- **Hydroterapie:** rehabilitační vany pro dolní a horní končetiny, celotělová rehabilitace

REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN

## Letošní Berounský rehabilitační den proběhl v novém kabátě

Ve čtvrtek 26. října se uskutečnil již jedenáctý ročník Berounského rehabilitačního dne, odborné konference, na níž se desítka přednášejících věnovala tématu „Onemocnění nohy – multioborový pohled“. Letos se toto prestižní sympozium poprvé konalo ve zbrusu novém sále Centra duševní rehabilitace, jež je součástí Rehabilitační nemocnice Beroun a má větší kapacitu než předchozí lokalita.

Text: **Radek Kaša**

Organizace konference se tradičně ujalo berounské Rehabilitační centrum MUDr. Jana Calty, v jehož čele stojí primářka **MUDr. Milena Kolářová**, která společně s **MUDr. Ondřejem Horáčkem** celou konferenci moderovala. „Dobří přednášející jsou základ. Letos se nám opět povedlo konferenci sestavit velmi kvalitně, a to hlavně díky celorepublikově uznávané odbornosti a obrovské mnohaleté klinické zkušenosti hostů, kteří u nás vystoupili,“ poznamenala primářka Kolářová.

Spokojenost s kvalitou konference vyjádřil například rehabilitační lékař **MUDr. Miroslav Ouzký** z Kadaně. „Jednou z atestací jsem i chirurg, takže všechny přednášky pro mě byly velmi přínosné. Moc se mi líbilo prostředí a také to, jak byl sál poměrně plně obsazený.“

Na letošní Berounský rehabilitační den zavítala i fyzioterapeutka **Mgr. Hana Pálková** z Průhonic. „Za mě určitě velká spokojenost. Poslechla jsem si velmi kvalit-

ní přednášky od všech profesorů, doktorů a dalších odborníků. Osobně jsem uvítala především větší přiblížení činnosti Studia zdravého obouvání, které ze své praxe dobře znám. A pak tu je samozřejmě diabetická noha či neuropatie, s nimiž se v praxi běžně setkávám,“ uvedla fyzioterapeutka a rovněž vyzdvihla moderní prostředí sálu CDR.

Další ročník Berounského rehabilitačního dne, v pořadí již dvanáctý, se do sálu Centra duševní rehabilitace vrátí za rok. Téma je nicméně zatím zahaleno tajemstvím. „Určitě přineseme něco, co z hlediska odbornosti nabídne podobný tematický průřez,“ uzavřela konferenci MUDr. Kolářová. @



**Tento rok se konference zúčastnilo přes dvě stě posluchačů, vesměs ortopedů, fyzioterapeutů a rehabilitačních lékařů.**



**Všechny přednášky byly velmi zajímavé a jejich tematický mix výborně pokrýl diskutovanou oblast napříč celou medicínou – od operativy přes protetiku až po rehabilitaci.**

MUDr. Ondřej Horáček







REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN

## Holding AKESO slavnostně představil Centrum jednodenní péče

Zdravotnický holding AKESO, přední poskytovatel zdravotní péče v České republice, letos 5. října oficiálně představil Centrum jednodenní péče v areálu Rehabilitační nemocnice Beroun. Centrum poskytuje špičkovou léčebnou péči za pomoci nejmodernějších diagnostických a léčebných metod. Jeho představení se zúčastnil ministr zdravotnictví Vlastimil Válek, který se podíval na operační sály přímo v průběhu jedné z arthroscopických operací a následně si berounské Centrum osobně prohlédl.

„Plně podporuji provozování jednodenní medicíny. V západní Evropě je standardem a předpokladem moderního zdravotnictví. Vidím v tom benefity pro celý systém, pro pacienty i poskytovatele zdravotních služeb,“ řekl **ministr zdravotnictví Vlastimil Válek**.

Jednodenní chirurgii lékaři a pacienti v posledních letech využívají stále častěji a Centrum jednodenní péče holdingu AKESO nabízí v této oblasti širokou škálu výhod. „Podstatnou výhodou našeho pracoviště je to, že nabízíme vše pod jednou střechou, od vyšetření lékařem, provedení předoperačních vyšetře-

ní, operace až po následnou rehabilitaci. O to všechno se tu naši špičkoví odborníci postarají během pár dní,“ vysvětluje **majitel holdingu AKESO Sotirios Zavalianis**.

Konzultace k řešení zdravotního problému zajišťuje AKESO POLIKLINIKA v pražských Nových Bu-

tovicích. Veškeré operační zákroky se poté provádějí v Rehabilitační nemocnici Beroun a Nemocnici Hořovice, a to v širokém spektru oborů i výkonů, jako jsou arthroscopie, jednodenní chirurgie, koloproktologie, gynekologie, urologie a plastická chirurgie. Vlajkovou lodí Centra jednodenní péče je Arthroscopické centrum v Berouně, které je jedním z nevyhledávanějších v České republice. Jeho vedoucí lékař **MUDr. Zdeněk Kopečný** a tým zkušených ortopedů tu ročně odoperují přes 5 tisíc pacientů. Před pár dny tu měli důvod k oslavě, protože od roku 2008 provedli už 50 tisíc operací. „Zhruba půl roku už máme čtyři operační sály, díky kterým odoperujeme o čtvrtinu více pacientů,“ pochvaluje si ještě Zdeněk Kopečný. 📍



**Princip jednodenní péče spočívá v tom, že při jednodušších zákrocích preferují lékaři moderní a miniinvazivní výkony, které nevyžadují hospitalizaci přes noc, ale po krátkém odpočinku na lůžku pacienti odcházejí domů. Zjistíte více na [www.1pece-akeso.cz](http://www.1pece-akeso.cz) nebo na telefonu 14 000.**

## PODĚKOVÁNÍ ZDRAVOTNÍKŮM

Zdravotnický personál se často setkává s lidmi, které něco trápí, někdy i opakovaně. Jsme moc rádi, že ti, kterým zdravotníci pomohli a už se do našich zařízení vracet nemusí, si najdou čas a vyjádří zpětnou vazbu, poděkování či pochvalu písemně. Naši kolegové se s ní pak mohou potěšit ve vzácných chvílích oddechu od práce, kdy vezmou do ruky magazin. Děkujeme.



### NEMOCNICE HOŘOVICE

Dobrý den, ráda bych Vám alespoň touto cestou moc poděkovala za skvělou péči, a hlavně za úžasný lidský přístup veškerého personálu, kterého se mi dostalo nejdříve v srpnu, kdy jsem byla z pohotovosti převezena na chirurgii (kde byla spojena s urologií), a také teď na urologickém oddělení. Musím vyzdvihnout už práci **paní doktorky a sestry na příjmu** v srpnu na interní pohotovosti. Byly velmi profesionální, vstřícné a zároveň neztrácely smysl pro humor a paní doktorka velmi rychle odhalila můj problém. Následná hospitalizace se nesla sice v duchu, že jsem se v nemocnici ocitla nečekaně, ale musím říct, že veškerý personál od uklízeček, sanitářky, sester až po lékaře mi tuto situaci velmi usnadnil. A stejnou zkušenost mám i teď po hospitalizaci na urologii, kde jsem podstoupila další zákrok. Za celé ty dva týdny, které jsem v nemocnici celkem strávila, jsem se setkala s naprosto profesionálním a lidským chováním, obzvláště sestry byly velmi vstřícné, vždy ochotné, usměvavé, byla s nimi legrace a nikdy na nich nebyla znát špatná nálada. Také lékaři byli skvělí, vše ochotně vysvětlili, nezažila jsem žádný nadřazený přístup, se kterým jsem se setkala v jiných nemocnicích. Byla bych ráda, kdyby se k nim všem tato zpětná vazba také dostala, protože si zaslouží vědět, že si lidé jejich práce velmi váží. Mám z Vaší nemocnice ten nejlepší dojem a doufám, že i vedení si je vědomo toho, jak skvělé lidi v týmu má, protože právě oni utváří celý obraz nemocnice.

Ještě jednou děkuji a přeji příjemné dny. H. Š.  
(redakčně kráceno)

### REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN

Vážená paní ředitelko, dovoluji mi, abych Vám jménem celé naší rodiny poděkoval za nadstandardní a kvalitní práci, kterou odvádí zaměstnanci Vámi vedené nemocnice. Obzvláště bych chtěl upozornit na oddělení následné péče v čele s panem primářem **MUDr. Milošem Stoilovem, CSc.**, které shledávám velmi profesionálním. Velice děkuji veškerému personálu RNB. Maminka se tu cítila velmi příjemně, komfortně a nebyla jakákoli situace, ke které by měla nějaké připomínky. Personál je ochotný, milý, vstřícný, a hlavně opravdu profesionální, což se bohužel jinde hned tak nevidí. Tuto nemocnici bychom doporučili rodině i známým. Ještě jednou všem velké díky! Pokora a zároveň lidský přístup. O maminku pečují místní zaměstnanci pod vedením **paní MUDr. Daniely Klášterecké**, kteří společně s paní doktorkou odvádí nadstandardní péči a vždy se ke všem pacientům chovají mile a s nejvyšším možným pracovním nasazením. Velmi si vážíme Vaší práce a děkujeme.

S pozdravem rodina paní A. Č.







### MULTISCAN

Když se člověk dozví tu nemoc, honí se hlavou všechno možné. Díky skvělému kolektivu, úžasným **sestřičkám** i **bratrům** na chemoterapii, kterým moc děkuji. Byli úžasní, podrželi, pohladili, uklidnili. Nikdy na nikoho nezvýšili hlas. Byli jako rodina. Jste úžasní! Takové by to mělo být na všech odděleních.

Děkuji za skvělou péči. M. Š.



### REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN

Vážený přátelé. Nedávno jsem se vrátila z vaší rehabilitační nemocnice. Moc si vážím toho, že jsem měla možnost poznat vaše zařízení. Chtěla bych moc **poděkovat všem** – od lékařů až po pomocný personál, který nám všem věnoval svou profesionální péči vždy s úsměvem a porozuměním. Byl to pro mě nevšední zážitek, který obzvláště v dnešní podivné době je pohlazením po duši. Ještě jednou děkuji a přeji vám všem z celého srdce hodně úspěchů ve vašem pracovním i soukromém životě.

S pozdravem a milou vzpomínkou na vás E. S.



### NEMOCNICE HOŘOVICE

Vážený pane řediteli, absolvoval jsem pod vedením pana **Dr. Martina Derčalíka** TEP Coxarthrosis I. dx. Ve svých 51 letech jsem byl před operací (byť v bolestech) aktivní člověk, sportovec, a věřím a cítím, že díky vynikající komplexní péči, kterou jste mi věnovali, nyní bez bolesti opět budu. Děkuji velmi pěkně celému lékařskému týmu **pana primáře Dr. Milana Pastuchy**, především operatéra **panu Dr. Martinu Derčalíkovi** a **jeho kolegyním a kolegům**, ošetřujícím lékařům, vynikajícím zdravotním sestřím a obětavým ošetřovatelkám, fyzioterapeutovi a též posílám **pochvalu do gastroprovozu, do kuchyně**. Přeji Vám všem pevně zdraví, úspěch na všech frontách, sílu a radost ze života.

V úctě D. B.



### REHABILITAČNÍ NEMOCNICE BEROUN

Dobrý den, chtěl bych poděkovat personálu Rehabilitačního centra, lůžkového oddělení E1, za profesionální a přitom lidský přístup k pacientům. Zvláště pak osobně **fyzioterapeutce Dagmar Staňkové**, která nejen že perfektně odvádí svoji práci, ale dokáže i v lidným slovem poradit v dané problematice. Musím také pochválit úžasné prostředí centra, včetně přilehlého parku. Měl jsem to štěstí, že z oddělení E1 lze přímo do parku vyjít bez problémů. Děkuji Vám a přeji mnoho úspěchů ve Vaší další činnosti.

B. G.



ALTOA

## Darujte radost i zdraví s klientskými kartami ALTOA

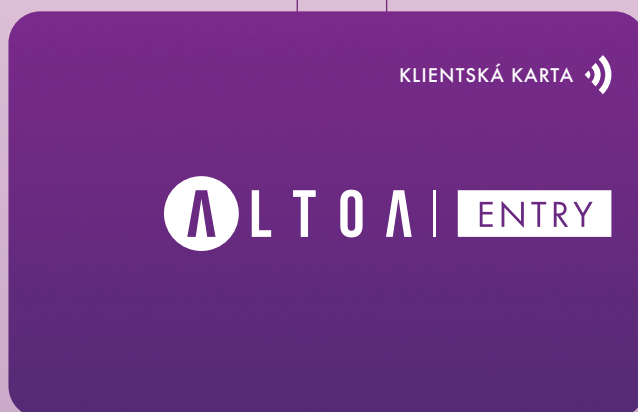
Pokud přemýšlíte nad vánočním dárkem pro své nejbližší, ideální řešení leží před vámi. Všichni si pro ty, které máme nejraději, přejeme hlavně život bez starostí a v co nejlepším zdraví – a klientské karty ALTOA jsou k němu ideální cestou. Vámi obdarovaní si mohou nadstandardní péči a osobní přístup špičkových odborníků v našich zařízeních užívat díky kartám po celý rok.

### PRÉMIOVÁ PÉČE

ALTOA karty všech úrovní přináší flexibilní termíny, vyšetření bez čekání a individuální přístup během celého dne. V plném spektru naší péče působí lékaři s odborností na nejvyšší úrovni.

### OSOBNÍ KOORDINÁTOR

Dbáme na maximální komfort našich klientů, proto v rámci ALTOA karet nabízíme i doprovod na vyšetření až ke dveřím ambulance a služby osobního ALTOA koordinátora, který je připraven zodpovědět všechny dotazy.



### BEZ ČEKÁNÍ

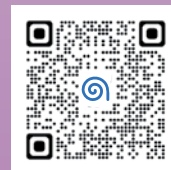
Všem klientům zajišťujeme vedle expresních termínů vyšetření také minimální čekací doby mezi vyšetřeními a organizaci zdravotní péče podle jejich individuálních možností. Šetříme tak jejich starosti i čas.

### INDIVIDUÁLNÍ PŘÍSTUP

Zdravotní péče o naše klienty je provázaná a jednotlivá vyšetření na sebe navazují. Samozřejmostí je zachování naprostého soukromí a většinou také vyčlenění samostatných ambulancí pro prohlídky.

### MODERNÍ ZÁZEMÍ

Veškerá vyšetření probíhají v příjemném a moderním zázemí prémiových nemocnic a klinik, kde si klienti připadají jako doma. Zajišťujeme také bezplatné parkování ve všech objektech po celou dobu pobytu.



### Více informací

Více o tom, jak klientské karty ALTOA zakoupit a kolik stojí jednotlivé programy, se dozvíte na webových stránkách [www.altoa.cz](http://www.altoa.cz).



FILEMA

## Portokalopita: Koláč s vůní slunce

Objevte kulinářské bohatství Řecka s autentickým receptem na dezert portokalopita. Připravili ho pro vás šéfkuchaři naší restaurace FILEMA, kterou najdete v pražských Košířích.

Tradiční řecký koláč, známý osvěžující kombinací pomerančů a jemného listového těsta, vám přinese kousek středomořské pohody přímo na talíř. Sladký sirup dokonale doplňuje kyselost citrusů, což činí z portokalopity ideální pochoutku připomínající léto. Nenechte si ujít tento kulinářský zážitek, jenž v sobě ukrývá vůni řeckých pomerančových sadů a tradici předávanou z generace na generaci.



### Těsto:

- ½ listového těsta nakrájeného na nudličky
- 100 g jogurtu
- 100 g cukru
- 100 ml oleje
- 500 ml pomerančové šťávy
- vanilkový extrakt
- kůra z čerstvého pomeranče
- 2 vejce
- 12 g prášku do pečiva

### Sirup:

- 125 g cukru krupice
- 110 ml vody
- 1 polévková lžíce medu

### Postup:

1. Předehřejte troubu na 170 stupňů Celsia.
2. V míse smíchejte jogurt, cukr, olej, pomerančovou šťávu, vanilkový extrakt, kůru z pomeranče a vejce. Postupně přidávejte prosátý prášek do pečiva a dobře promíchejte.
3. Rozprostřete polovinu tohoto těsta do formy vyložené pečicím papírem nebo vymazané máslem.
4. Na těsto nasypete nudličky z listového těsta.
5. Zalijte zbytkem těsta tak, aby byly nudličky zakryté.
6. Pečte v předehřáté troubě asi 55 minut nebo dokud není koláč zlatavě hnědý a pečený.
7. Mezitím si připravte sirup. Ve vroucí vodě rozpusťte cukr a přidejte med. Vařte 5–7 minut, dokud sirup nezhoustne.
8. Po vyjmutí koláče z trouby ho nechte vychladnout a poté ho polejte připraveným sirupem.
9. Nechte koláč odpočívat, aby se sirup mohl vsáknout do těsta.
10. Nakonec nakrájejte na porce a podávejte.



### Více informací

Více o restauraci FILEMA se dočtete na webových stránkách [www.filema.cz](http://www.filema.cz). Nebo přijďte portokalopitu ochutnat bez práce každý den od 11 do 22 hodin. FILEMA Greek Cuisine, Muslíkova 568/35, 150 00 Praha 5 – Košíře.

# JEZDÍ S LÉKY JAKO O ZÁVOD

Když **Karel Krupička** nastoupil před osmi lety do onkologického a radiologického centra Multiscan v Pardubicích, netušil, že zanedlouho se část jeho pracovních povinností stane i jeho vášní. Zatímco za volantem svého služebního vozu dbá, aby pacienti dostali své léky a zdravotnické zásoby včas, na závodním okruhu by si chtěl jednou dojet pro první místo.

Text: **Jindřich Kodíček**, foto: **Jindřich Kodíček**, **Josef Vyškovský**



První Gumbalkan jel Karel Krupička ve dvojici. Na další ročník vyrazil už sám. Za volantem musel sedět i několik desítek hodin, a tak je jasné, že se občas o slovo přihlásí potíže.

**Multiscan poskytuje zdravotní péči onkologicky nemocným pacientům. Jak jste se stal jeho zaměstnancem?**

Dříve jsem pracoval v divadle jako kulísák a výtvarník, pak jsem měl těžký úraz nohy a práci jsem musel změnit. Do Multiscanu jsem se dostal jako grafik. A protože mě vždycky bavilo řízení, začal

jsem časem také rozvážet plazmu, speciální léky anebo onkologicky nemocné pacienty na ozařování a chemoterapie.

**A kdy vás napadlo, že začnete závodně řídit auto i po pracovní době?**

Začalo to vlastně náhodou. Před třemi lety jsme se s kamarády přihlásili na Gumbalkan, kde jsem se





“

Věřím, že  
s posledním  
vylepšením  
auta dosáhnou  
na vavříňové  
věnce.



setkal s podobně „postiženými“ lidmi. Řekli mi o amatérských závodech v autech, které také pořádají.

### **Tak popořadě, co je to Gumbalkan?**

To je vlastně cesta po Balkánu, kde jedinou podmínkou účasti je podomácku upravené auto do terénu v ceně maximálně do 25 tisíc. Nedá se říct, že by to byl závod. Je to spíše taková orientační rallye. Vyhrává každý, kdo dojede z České republiky do cíle, který je v Rumunsku. My jsme dojeli pokaždé. Jednou jsme se ale už nezvládli vrátit zpátky domů do Česka. Záhy po překonání cílové pásky jsme zadřeli motor a domů jsme se vraceli bez auta.

### **Když se podívám, jak vypadá technický stav vašeho auta, nějak si nedokážu vůbec představit, že jedete po české dálnici. Jak tento problém řešíte?**

To se řeší tak, že zavřete oči a šlápnete na plyn. *(smích)* To je samozřejmě nadsázka. Technický stav vždy odpovídá normám a rozhodně bychom nikoho nechtěli ohrozit.

### **A co policie, jste s ní zadobře?**

Policisté nás už zastavili několikrát, ale pokutu nám nedali. Myslím si, že hraje roli, že auto má sportovní vzhled a není to úplně vrak. Většinou se spíš jen pobavili a pustili nás dál.

### **Co vám účast na cestě po Balkáně dala?**

Určitě mnoho cestovatelských zážitků. Nejvíc mě překvapilo, co všechno takové auto dokáže vydržet. A uvědomil jsem si, že mě nikdo nikdy nedonutí sednout si za volant elektromobilu.

### **Vraťme se tedy z Rumunska zpět do České republiky. Dojeli jste Gumbalkan a otevřela se vám nová dimenze amatérského závodění na okruhu...**

Přesně tak. Hned po návratu jsme se vrhli na předělání auta z terénní verze na závodní speciál. A hned jak to bylo možné, zahřívají jsme gumy na okruhu. Závodů je asi šest do roka, my většinou stiháme tak tři nebo čtyři. I přesto, že je to



Sériově vyráběný Opel Tigua s benzínovým motorem 1.4, který Karel Krupička pořídil za 16 tisíc korun, prošel nesčetnými úpravami. Dnes má žlutou barvu a posilu v podobě nového dvoulitrového motoru s výkonem 85 kW.

zcela amatérská záležitost, musíme mít peníze na benzín, gumy, okruh a další věci s tím spojené.

### **V čem se tyto rychlostní závody liší od zmiňovaného Gumbalkanu?**

V Česku už jde o opravdový rychlostní závod na okruhu, kde startuje kolem třiceti aut. Jezdí se celých šest hodin. My konkrétně jezdíme ve dvou a průběžně se střídáme v řízení. Jinak pravidla jsou obdobná: levné a doma sestavené auto. Čím větší úlet, tím větší frajeřina. Naše auto stálo 16 tisíc.

### **V jakém autě vlastně závodíte? Nechci vás urazit, ale nejde to moc poznat.**

Je to Opel Tigua z roku 1997, lidově přezdívaný kabelka pro sekretářky, s motorem 1.4 66 kW. Já jsem to auto vzal a první, co jsem udělal, bylo, že jsem odstranil zadní sedačky a víko kufru, čímž vznikl takový pick-up. Upravil jsem podvozek, aby se dal přizpůsobit jak na terén, tak na okruh. Katalyzátor nebo tlumič spalin byste na výfukové soustavě také hledali



### **Karel Krupička**

se narodil v roce 1978 v Pardubicích, kde vystudoval Gymnázium Dašická. Poté vystřídal několik různorodých oborů od prodeje IT techniky po výbrusy laků na autech a dělal i kulísáka ve Východočeském divadle Pardubice. Po pauze, kterou způsobil úraz nohy na kole, nastoupil do Multiscanu, kde začal pracovat jako grafik a následně si prošel několika technickými obory. V současné chvíli rozvází speciální léky, přepravuje pacienty a věnuje se instalaci elektronických zařízení. Má dva syny, na které je hrdý.





“

**Miluju motory a jejich mechaniku, takže myslím, že za volant elektromobilu si jen tak nesednu.**

Amatérské závody jsou několikrát do roka, a tak si na gumbalkan.cz můžete vybrat termín a přijet fandit třeba Karlu Krupičkovi.



marně. A v neposlední řadě jsou v zadní části vozu přišroubované snowboardy, které slouží jako aerodynamický prvěk.

**To zní jako hodně nebezpečná kára. Jak si tedy stojíte na výsledkové listině?**

Gumbalkan jsme dokončili dvakrát a na okruzích jsme se zatím nejlépe umístili šestí a sedmí. Proto jsme se teď rozhodli, že to naše auto osadíme silnějším motorem. Bude mít větší krouticí moment, to by nám mělo pomoci hlavně v zatáčkách.

**Čeho byste chtěl dosáhnout na poli amatérského závodění?**

Tak určitě si vyzkoušet, jaké by to bylo, stát na bedně vítězů. Ale jestli bych měl být skromnější, tak by úplně stačilo, kdyby mě to stále bavilo jako dosud. Nejde úplně o ty pohárky, které vám stojí v garáži na polici, ale o tu velkou srandu a uvolnění. ☺



# VŠE, CO POTŘEBUJETE VĚDĚT O OLIVOVÉM OLEJI

Olivový olej je klíčovou složkou středomořské stravy a milují ho všechny národy jižní Evropy. Špičkový olivový olej má plnou chuť, bývá lehce nahořklý a mírně štiplavý. Některé olivové oleje jsou silné a výrazné a některé jemné, až sametové.

Text: **Konstantinos Tsivos**, tajemník Honorárního konzulátu Řecka v Pardubicích

## KAM S NÍM?

### Do salátů

Extra panenský olivový olej je ideální pro použití v syrovém stavu v salátech s čerstvou zeleninou v kombinaci s octem nebo citronem.

### Do hrnce a na pánev

Desítky pokrmů tradiční středomořské kuchyně se vaří v hrnci. Olivový olej je díky vysokému množství mononenasycených mastných kyselin i antioxidantů a přirozenému nedostatku polynenasycených mastných kyselin ve zvláště výhodné pozici, protože bylo prokázáno, že k jeho znehodnocení je zapotřebí dlouhodobě působících velmi vysokých teplot. Nebojte se ho tedy použít i na plotně.

### Na uhlí a na gril

Maso, drůbež, ryby a zeleninu naložte do marinád s aromatickými bylinkami, kořením a olivovým olejem. Výsledek bude jistě velmi chutný, protože maso zůstane měkké a zabrání se nepříjemnému zuhelnatění a zhnědnutí vnějšího povrchu.

### Do trouby

Olivový olej má schopnost udržet maso, ryby a zeleninu při pečení v troubě křehké. Totéž platí pro celou kategorii zeleniny, luštěnin i koláčů, které se pečou v troubě na olivovém oleji. Olivový olej je surovina, kterou lze dle libosti smíchat s máslem nebo margarínem.



## HISTORICKÉ ZAJÍMAVOSTI

Olivovníky a olej doprovází lidstvo po celou jeho historii. Před 8 000 lety se olivovník začal pěstovat ve východním Středomoří. Úplně první šlechtěné rostliny se pravděpodobně objevily v Sýrii nebo na Krétě. Z archeologických vykopávek víme, že pro egyptskou a minojskou civilizaci byl olivový olej životně důležitý, takže často sloužil i jako platidlo. Časem se olivový strom, dar bohyně Athény, stal symbolem míru. Vítězové olympijských her byli původně korunováni věncem uvitým z proutků divokých olivovníků.

## OLIVOVÝ JE NENAHRADITELNÝ

Čistá přírodní šťáva z olivovníku je jednoznačně lepší než jakákoli jiná tuková látka, ať už pochází z říše živočišné (sádlo, máslo), nebo rostlinné (kukuřičný, sójový, palmový nebo slunečnicový olej).

Olivový olej, zejména extra panenský, má jedinečnou chuť, vůni a nutriční a biologické prvky, které z něj činí vynikající a nenahraditelnou potravinu.

Obsahuje důležité aromatické látky a mikrosloužky, díky nimž je nejchutnější ze všech tuků.

Kalorická hodnota olivového oleje nepřevyšuje kalorickou hodnotu jiných tukových látek, nicméně z dietního hlediska je dobré dávat si pozor na jeho přemíru, protože i po něm můžeme ztloustnout.

Olivový olej je vynikajícím zdrojem vitamínu E, rozpustného v tucích, který má silný antioxidační účinek. ☺

# Medtronic

Engineering the extraordinary

Jsme lídrem v oblasti medicínských technologií, protože přinášíme mimořádná řešení schopná měnit životy k lepšímu a směle řešíme nejnáročnější výzvy, kterým dnes lidstvo čelí.



- Zkušenosti, které kladou lidi na první místo
- Lepší výsledky pro náš svět
- Technologie měnící životy k lepšímu
- Péče založená na porozumění

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



# MAGAZÍN ZDRAVOTNICKÉHO HOLDINGU AKESO



NEMOCNICE  
HOŘOVICE



AKESO  
POLIKLINIKA



REHABILITAČNÍ  
NEMOCNICE BEROUN



ONKOLOGICKÉ  
A RADIOLOGICKÉ  
CENTRUM MULTISCAN



MULTISCAN PHARMA



SENIMED



MEDISERVIS



CONSTRUCTION  
TEAM



ALTOA



DIGITÁLNÍ TERAPEUTICKÉ  
PROGRAMY MINDWELL

## Tiráž

Magazín NĚA, ročník 5, číslo 17/2023. Uzávěrka tohoto čísla: 30. 11. 2023. Evidenční číslo MK ČR E 23655. Vydává: AKESO holding a.s., Okružová 1135/44, 155 00 Praha 5, IČO: 26752051, DIČ: 699004146. Časopis vychází čtvrtletně, toto číslo v nákladu 4 880 ks. Neprodejné.

Redakční rada a kontakty: Lucie Michajlov, marketingová specialista Nemocnice Hořovice, tel.: 311 512 012, e-mail: michajlov@nemocnice-horovice.cz; Lucie Lišková, PR & Community Manager Rehabilitační nemocnice Beroun, tel.: 311 745 319, e-mail: liskova@nember.cz; Naďa Hloušová, tisková mluvčí Multiscan Pardubice, tel.: 466 686 516, e-mail: hlousova@multiscan.cz; Hana Plačková, marketingová manažerka AKESO holding, tel.: 251 627 500, e-mail: marketing@akesoholding.cz. Redakční příprava: 52pages.cz, texty: Michaela Raková, Eva Kupcová, Markéta Olšáková, Mariana Novotná, Luděk Vokáč, Jindřich Kodíček, Markéta Hronová, Radek Kaša, art director: Petra Tynklová, korektura: Edita Bláhová, foto: Jan Vlček, Barbora Mráčková, Tomáš Bederka, Jozef Demčák. Ne-li uvedeno jinak, jsou fotografie pořízeny zaměstnanci Nemocnice Hořovice, AKESO POLIKLINIKY, Rehabilitační nemocnice Beroun, onkologického a radiologického centra Multiscan nebo pocházejí z archivu těchto subjektů. Uzávěrka příštího vydání: 30. 1. 2024.