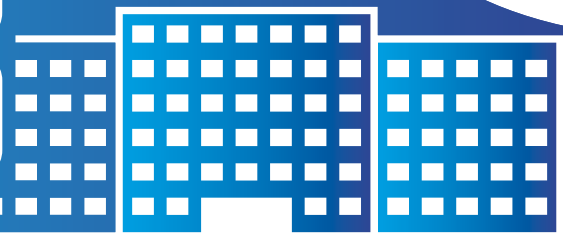




Vsetínská nemocnice informuje



ČÍSLO 6 | 2017 INFORMAČNÍ DVOUMĚSÍČNÍK

2018

Zeptali jsme se

předsedy představenstva MUDr. Radomíra Maráčka

Jak vnímáte zdravotnictví ve Zlínském kraji po sedmi měsících Vašeho působení ve funkci předsedy představenstva všech čtyř krajských nemocnic?



„První měsíce práce pro mě byly hlavně standardním poznáváním, analýzou stavu všech čtyř nemocnic, nastavováním různých procesů a systému řízení. Na podrobné hodnocení je zatím krátká doba. Když jsem začínal ve Fakultní nemocnici Olomouc, trvalo rok, než jsme udělali kompletní analýzu. Možná to někomu přijde zbytečně dlouhé, ale je velmi důležité vše zmapovat tak, aby potom nedocházelo k chybám. A aby rozhodnutí, která přijdou, byla správná a trvalá.“

Jak hodnotíte v rámci krajského zdravotnictví působení Vsetínské nemocnice? Vnímáte nějaká specifika či jedinečnost v rámci kraje? „Vsetínská nemocnice funguje v rámci regionu dobře a je celkem stabilizovaná. Disponuje kvalitními odděleními, výbornou pověstí je známá například porodnice, která má dokonce nadnárodní klientelu. Silnou stránkou jsou vazby zaměstnanců k nemocnici. Řada z nich v regionu žije a chce pracovat v nemocnici.“

A co potenciál jejího dalšího rozvoje? „Každá nemocnice Zlínského kraje má svůj potenciál, důležitý pro daný region. Teď je určitě důležité, aby se dokončila stavba nové interny, to nemocnici hodně pomůže – zlepší se podmínky péče nejen pro pacienty, ale také pro personál. Dalším krokem bude stavba pavilonu pro chirurgické obory.“

Můžete, prosím, naznačit rámcově koncept rozvoje krajského zdravotnictví pro další období? „Naším dlouhodobým cílem je, aby se v jednotlivých nemocnicích dělalo to, co se tam dělat má, a to na nejvyšší možné úrovni, a aby nemocnice měly dostatek kvalitního personálu. I proto se zvažuje cesta centralizace nemocnic. Zdravotní péče by neměla být – v rámci jedné odbornosti – roztržštěná v několika subjektech, které jsou kvůli tomu na hranici personálního vybavení a počtu výkonů. Když se péče sjednotí, přinese to kromě nižších nákladů a dostatku personálu také kvalitnější medicínu.“

Mohu Vás zároveň požádat o novoroční přání našim zaměstnancům? Co byste jim konkrétně vzkázal? „Těm, kteří budou muset být v práci, přeji, aby řešili co nejméně případů a strávili v nemocnici v rámci možností příjemný čas. A ostatním, aby v kruhu svých blízkých prožili krásné svátky vánoční. Do nového roku všem přeji zdraví, štěstí a spokojenost.“

Foto: Jiří Balát, Zlínský kraj

K přání poklidných Vánoc a všeho nejlepšího v roce 2018 se připojuje celé vedení Vsetínské nemocnice.



Vsetínská nemocnice je podle pacientů nejlepší v kraji

Vsetínská nemocnice je nejlépe hodnocenou nemocnicí Zlínského kraje. Vyplývá to z výsledků ankety NEMOCNICE ČR 2017, kde získala krajské prvenství, a to jak v kategorii ambulantních, tak i hospitalizovaných pacientů. „Ráda bych poděkovala všem pacientům, kteří dotazník vyplnili a pozitivně Vsetínskou nemocnici hodnotili. Současně však patří obrovské poděkování našim zdravotníkům, dělají svou práci srdcem, proto jsou nejlepší. Je to jejich ocenění,“ komentovala ředitelka Vsetínské nemocnice Ing. Věra Prousková.

Vsetínská nemocnice prvenství ve Zlínském kraji obhájila opakovaně: v roce 2016 jsme byli na první příčce v hodnocení hospitalizovanými pacienty, v roce 2014 jsme (stejně jako letos) měli nejlepší hodnocení v obou kategoriích.

Do celostátního hodnotícího projektu NEMOCNICE ČR 2017 se zapojilo 155 nemocnic z celé České republiky, dotazníky vyplnilo více než 53 tisíc pacientů, z toho 97 procent pomocí tištěného dotazníku a 3 procenta prostřednictvím webové aplikace. „Cílem je sestavit žebříček nemocnic České republiky dle míry bezpečnosti a také spokojenosti pacientů a zaměstnanců,“ uvedl za pořadatele ankety Daniel Vavřina, zakladatel organizace HealthCare Institute. V dotazníčích pacienti odpovídali například, zda jim byl srozumitelně vysvětlen navržený postup léčby, zda byli seznámeni s možnými riziky případného lékařského zákroku, zda byla respektována intimita a lidská důstojnost. Hodnotila se i kvalita podávané stravy a další služby.

Kvalitě poskytované péče je ve Vsetíně věnována velká pozornost, svědčí o tom i výborné výsledky nedávného recertifikačního auditu ISO 9001:2008, jehož se zúčastnili také externí posuzovatelé ČIA. Aktuálně je Vsetín jedinou nemocnicí Zlínského kraje, která má jak certifikát kvality a bezpečí, tak audit podle ISO normy. *Více na str. 8*

Na oddělení následné péče zasahovali hasiči, probíhal nácvik evakuace

Hasičská zásahová vozidla před pavilonem Triangl, v budově záchranáři s dýchacími přístroji, ale i dobrovolní hasiči ze Vsetína a Hovězí. Na oddělení následné péče ve třetím patře totiž ošetřovatelský personál zjistil požár. Vrchní sestra událost neprodleně nahlásila na kl. 146 (vrátnice), odkud byly informovány záchranné složky. Vedoucí zásahu nařídil evakuovat pacienty. Naštěstí se jednalo jen o cvičení.

„Úkolem cvičení, které se uskutečnilo v pátek 27. října 2017, bylo prověřit taktické postupy při evakuaci budovy, ustavení výškové techniky v areálu, prověření možnosti a rychlosti evakuace pacientů, připoutaných na lůžko,“ specifikoval bezpečnostní technik Ing. Jan Skácal. Hasiči testovali funkčnost evakuačního výtahu, kterým transportovali pacienta i s postelí, výškovou technikou pak jednoho ze zdravotníků.

Součástí cvičení byl i nácvik odvětrávání budovy pomocí přetlakové ventilace, kontrola objektu, zda nejsou ohroženy další osoby, ale čekala je také řada dalších úkolů.

Zdravotnický personál vyzkoušel transport figuranta po schodech s využitím evakuační podložky, která se používá se standardní matrací. Pacient je upevněn k podložce bezpečnostními pásy. Na obou stranách jsou tažné pásy. Kombinace hladkého povrchu evakuační podložky a ohebné matrace umožňuje průchod i úzkými prostory.

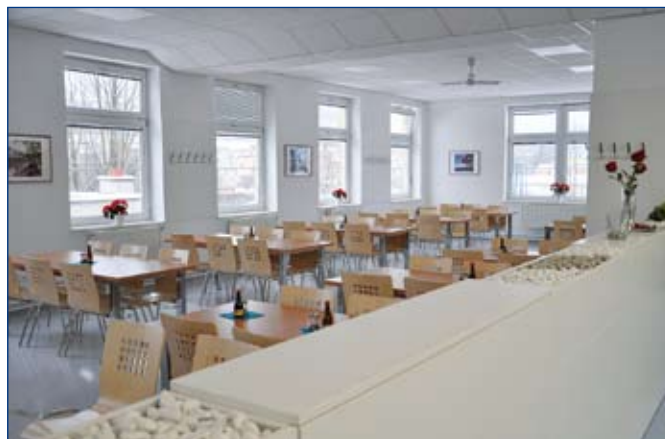
„Jsme rádi, že jsme si mohli vyzkoušet konkrétní postup, spolupráci a komunikaci s hasiči, ale i vlastní nácvik evakuace. Na našem oddělení je významné procento imobilních pacientů a při požáru či jiné havárii by jistě evakuace byla velmi náročná. Vědět, jak postupovat, je v takovém případě nezbytné,“ komentovala vrchní sestra oddělení následné péče Bc. Bohdana Bambuchová.



Jídelna pro zaměstnance se dočkala modernizace i nového vybavení

Podnětem k rozsáhlé rekonstrukci centrální zaměstnanecké jídelny ve stravovacím pavilonu Vsetínské nemocnice, byl havarijní stav podlahy. „Stavební práce trvaly měsíc, během té doby se změnila celková dispozice prostor. Kromě opravy podlahy a instalace nové krytiny, byl přemístěn pult pro volný prodej, došlo k přesunu a úpravě vchodu do jídelny, ale také k celkové rekonstrukci sousedícího sociálního zařízení,“ specifikoval vedoucí provozního odboru Ing. Ladislav Kašpar. Obnova přišla na 2,8 milionu Kč, které budou uhrazeny z prostředků Zlínského kraje, jenž je zakladatelem a jediným akcionářem Vsetínské nemocnice.

Do rekonstruované jídelny přišli zaměstnanci poprvé poobědvat v pondělí 4. prosince 2017. „Je to opravdu velká změna. Prostor se zdá menší, ale útulnější a nové vybavení je velmi hezké,“ komentovali první strážníci. Jídelna získala moderní vzhled, nové stoly a židle. Přibýly věšáky, stropní ventilátory a další vybavení. Stala se také prostorem galerijním. Prvním, kdo zde vystavuje své snímky, je Lenka Malinová z Nového Jičína a téma je exkluzivní. Fotografie, které pořídila na ostrově Bali, zachycují tamní architekturu a především přírodu. Záměrem je fotografie, případně výtvarná díla, sezónně obměňovat.





Třicet studentů průmyslovky darovalo společně krev

Třicet studentů Střední průmyslové školy strojnické Vsetín se svými profesory Mgr. Zdeňkem Drgou a Mgr. Karlem Stančíkem darovalo krev při společném odběru, na který přicházejí každoročně v čase předvánočním. Průmyslovka před lety tradici společného dárcovství zahájila, postupně se přidaly další vsetínské střední školy.

„Jsem tu už potřetí a vždy se spolužáky,“ komentoval maturant Jakub Fojtík. Jeho kolega Daniel Černík byl darovat krev poprvé. „Je to v pohodě, přijdu zase,“ vysvětloval. Josef Mikeš zjistil, že jeho krevní skupina patří k univerzálním. Také on by rád v dárcovství pokračoval.

„Chtěl jsem pomoci, vím, že je to důležité,“ shodovali se všichni. Děkujeme všem studentům a věříme, že si cestu na transfúzku najdou i po maturitě, třeba jako místo k pravidelnému setkání se svými bývalými spolužáky a kamarády. Děkujeme škole za dlouholetou podporu dárcovství, i profesorům, kteří myšlenku šíří mezi studenty.



Rehabilitace zahajuje odpolední cvičení pro dospělé i děti

Kromě cvičení pro těhotné (na snímku) začnou v nové tělocvičně v přízemí pavilonu Triangl od ledna 2018 další programy, tentokrát pod záštitou rehabilitačního oddělení Vsetínské nemocnice. Každé úterní odpoledne budou skupinová cvičení pro dospělé, ve čtvrtek pak pro děti od pěti do osmi let. Zaměřena jsou na prevenci, ale i řešení konkrétních, často i dlouhodobých, pohybových problémů.



„Úterní cvičební program pro dospělé povede fyzioterapeutka Mgr. Michaela Gahurová. Vhodný je pro pacienty s opakovanými bolestmi zad. Zaměříme se na správné držení těla, koordinaci a rovnováhu, a to s využitím jednoduchých rehabilitačních pomůcek,“ vysvětlila vedoucí fyzioterapeutka rehabilitačního oddělení Vsetínské nemocnice Mgr. Pavlína Matějčková s tím, že skupiny budou po maximálně osmi cvičencích.

Čtvrteční skupinový pohybový program pro děti (5 až 8 let) pak povede Mgr. Kateřina Dopitová. „Cvičební lekce je zaměřená na komplexní rozvoj pohybových schopností u dětí. Zařazeny jsou cviky na správné držení těla, podporu nožní klenby, koordinaci a rovnováhu,“ uvedla Mgr. Pavlína Matějčková. Na cvičení je zapotřebí se objednat na telefonním čísle 571 818 621, za jednu lekci zájemce zaplatí 95 korun.



Přemístění zubní a dětské lékařské pohotovostní služby

Z prvního patra polikliniky do přízemí budovy se budou v lednu stěhovat jak zubní lékařská pohotovostní služba (LPS), tak dětská LPS. Vstup bude samostatným vchodem, přímo z hlavního přístupové terasy.

Dětská LPS bude v nových ambulancích fungovat od pondělí 8. ledna 2018, zubní pohotovost pak od soboty 13. ledna 2018. Prostory jsou snáze přístupné a bezbariérové. Provozní doba ambulancí se nemění. **Ordinační doba LPS pro děti** je ve všední dny (pondělí až pátek) od 17.00 do 22.00 hodin, o víkendech a svátcích od 8.00 do 22.00 hodin. **Ordinační doba zubní LPS** pouze o víkendech a svátcích, a to od 8.00 do 12.00 hodin.

Lékařská pohotovostní služba pro dospělé je v hlavním areálu Vsetínské nemocnice, a to v nových ambulantních prostorách v přízemí pavilonu G (Triangl). **Ordinační doba LPS pro dospělé** je obdobně jako u dětské pohotovosti ve všední dny (pondělí až pátek) od 17.00 do 22.00 hodin, o víkendech a svátcích pak od 8.00 do 22.00 hodin.

Přicházeli zdravotníci i lidé pečující o své dlouhodobě nemocné příbuzné

Akce u příležitosti Světového dne STOP dekubitům, kterou pořádala Vsetínská nemocnice vůbec poprvé, se vydařila. Před Lékárnou DUO v poliklinice Vsetínské nemocnice ve čtvrtek 16. listopadu 2017 od 8.00 do 12.00 hodin sestra pro hojení ran Vladimíra Rohlíková i zástupci firem zodpovídali desítky dotazů. „Zastavili se mladí i starší, mnozí se zajímali o novinky, někteří měli konkrétní problém, který potřebovali řešit, přišla i řada zdravotníků. Nabízeli jsme k vyzkoušení různé druhy gelů, roztoků, mastí k péči o pokožku a kožní defekty, rány, dekubity. Různé druhy krytí, pěnové, silikonové, kosmetiku pro ošetřování kůže při inkontinenci, kolem ran. Zájemci se mohli dozvědět více o inkontinčních pomůckách, o tom, jak je správně vybrat. Mohli si vše vyzkoušet,“ vysvětlila sestra pro hojení ran Vladimíra Rohlíková. „Mám doma dlouhodobě ležící maminku, starám se o ni. Jsem za každou radu moc vděčná. Nasměřovali jste mne. Moc děkuji,“ komentovala jedna z příchozích.

Dekubity jsou závažný zdravotní problém, který postihuje miliony lidí po celém světě, zhoršuje jejich zdravotní stav a kvalitu života. V konečném důsledku může vést k invaliditě a smrti. Jedná se o problém, se kterým se potýkají zdravotníci na celém světě, představuje vysoké náklady pro systémy zdravotní péče. „Dekubitus neboli proleženina či prosezenina, je poškození kůže nebo tkáně kůže způsobené přímým tlakem nebo třecími silami. Poškození může být v rozsahu od trvalého erytému (začervenání) až po nekrotický vřed (odumřelá tkáň) postihující svaly, šlachy a kosti. Aby mohlo dojít ke vzniku a rozvoji dekubitu, musí na kůži působit tlak, vlhko zvenčí a k tomu zevnitř tlak kostních výběžků na predilekčních místech. Samozřejmě velkou roli hraje celkový zdravotní stav člověka,“ dodala Vladimíra Rohlíková.

Připomenula, že Evropský poradní panel pro otázky dekubitů (European Pressure Ulcers Advisory Panel – EPUAP), který se zaměřuje na prevenci a léčbu dekubitů v zemích Evropy, organizuje osvětovou kampaň Stop dekubitům. Jejím cílem je edukovat zdravotníky v moderních přístupech k prevenci a léčbě dekubitů a zároveň zvýšit povědomí laické veřejnosti o tomto problému.

„Ve Vsetínské nemocnici aktivně předcházíme vzniku dekubitů používáním nejmodernějších polohovacích a antidekubitních pomůcek. Máme zavedený systém hodnocení rizika



vzniku dekubitů. Každý pacient, který je přijat do našeho zařízení a je rizikový pro vznik dekubitu, má individuální plán preventivní péče. Ten zahrnuje řadu opatření včetně snížení tlaku na rizikové oblasti. K tomu slouží různé typy antidekubitních matrací a nové moderní polohovací pomůcky. Podporujeme dobrý nutriční stav pacienta, pečujeme o kůži vhodnými přípravky pro regeneraci pokožky a používáme speciální pěnová krytí pro prevenci vzniku dekubitu, ale i hojení již vzniklých dekubitů,“ komentovala sestra pro hojení ran Vladimíra Rohlíková.

Bazální stimulace: akci ocenily také studentky z Valašského Medik Klubu



Bohatý program Vzdělávací akademie Vsetínské nemocnice pro rok 2017 uzavřel v úterý 14. listopadu odborný seminář věnovaný konceptu bazální stimulace a jeho využití v intenzivní ošetrovatelské péči na oddělení ARO. Přípraveny byly i praktické ukázky a zájemci se mohli seznámit s používanými pomůckami. Mezi posluchači byly také studentky z Valašského Medik Klubu, které ocenily možnost bezplatné účasti na vzdělávacích akcích Vsetínské nemocnice.





Počet porodů poprvé překonal osmistovku

Hranice osmi set porodů byla pro vsetínské zdravotníky dlouho nedostížitou metou, v posledních třech letech se k ní přibližovali. V roce 2015 poprvé počet narozených dětí překročil osmistovku, porody se pohybovaly těsně pod touto hranicí (796 porodů, 802 narozených dětí). V roce 2016 byla porodnice kvůli modernizaci dvou porodních pokojů více než dva týdny mimo provoz a počet narozených dětí se těsně zastavil pod osmi sty (780 porodů, 790 narozených dětí). V letošním roce porodnost (či spíše zájem o vsetínskou porodnici) překonává všechna dosavadní maxima. Osmi stý porod se uskutečnil ve Vsetíně již koncem listopadu. A radost z něj byla hned dvojnásobná.

Narodila se dvojčata Eliáš a Matyáš Malíkovi. Oba jsou v pořádku, přišli na svět císařským řezem, po porodu vážili 2700 a 2300 g. Maminka Petra si vsetínskou porodnici vybrala záměrně. „Chtěla jsem родit ve Vsetíně, slyšela jsem od kamarádek jen superlativy. A jsem sama také velmi spokojená,“ komentovala Petra Malíková.

Osmistým porodem ještě v závěru listopadu vsetínská porodnice překonala počet narozených dětí za celý loňský rok i rekord posledních let. „Jsem rád, že jsme tohoto pro nás kdysí magického počtu porodů dosáhli, a to ještě není rok u konce. Ale ze všeho nejdůležitější je spokojená maminka a zdravé dítě. Jsme rádi, když se to daří,“ dodal MUDr. Martin Janáč, zástupce primáře gynekologicko-porodnického oddělení Vsetínské nemocnice.

Nemocnice představila intenzivní péči i fyzioterapii

Na řadu otázek týkajících se práce v nemocnici, ale také zdravotnického povolání obecně, odpovídali zdravotníci Vsetínské nemocnice účastníkům Dne otevřených dveří, který se uskutečnil v pátek 3. a v sobotu 4. listopadu 2017 v prostorách střední zdravotnické školy ve Vsetíně. Pro příchod byla připravena tři interaktivní stanoviště, zaměřená na intenzivní péči na oddělení ARO, na fyzioterapii a epidemiologii.

Zájemci se dozvěděli, jak funguje defibrilátor, jak se monitorují životní funkce, přístroje si mohli prohlédnout a některé činnosti také sami vyzkoušet. Vedoucí fyzioterapeutka hovořila o zásadách správného sedu a spánku, o prevenci bolestí rukou. Epidemiologická sestra pak o správné hygieně rukou, kterou si mohli všichni otestovat s pomocí speciální UV lampy.

„Vsetínská nemocnice se představila také na Burze práce a přehlídce středních škol, která se konala 7. a 8. listopadu 2017 v Domě kultury Vsetín. O několik dnů později rovněž v rámci prezentační akce na Fakultě zdravotnických věd Univerzity Palackého v Olomouci. Zájem o obě akce byl mimořádný,“ uvedl náměstek pro personální řízení Ing. Martin Pavlica.



Sanitka v areálu přepravila přes dva a půl tisíce pacientů

Již rok fungují v nemocnici převozy pacientů mezi jednotlivými odděleními sanitkou. Zeptali jsme se vedoucí oddělení dopravy Hany Michalcové, jaké množství pacientů bylo takto přepraveno i na další novinky v dané oblasti. „Převrava v areálu nemocnice sanitním vozidlem je realizována od prosince 2016, jedná se převážně o pacienty dětského oddělení a interního spojeného lůžkového fondu z pavilonu Čtyřlístek k dalším vyšetřením či zákrokům. Převozy se provádí v pracovních dnech od 7.00 do 15.00 hodin. Za dvanáct měsíců, tedy do konce listopadu letošního roku, se jich uskutečnilo 2 690,“ uvedla Hana Michalcová.

Oddělení dopravy však zaznamenalo také další novinku. „Nemocnice pořídila další sanitku, jedná se o Ford Transit s pohonem všech kol. Vozidlo využíváme převážně k přepravě pacientů do míst s hůře dostupným terénem, kterých je – především v zimním období – v našem regionu opravdu hodně. Ať již se jedná o odlehlé části některých obcí, osady nebo rekreační střediska,“ vysvětlila Hana Michalcová.

Zkontrolovat své plíce přišlo pět desítek zájemců

Šestapadesát zájemců využilo v úterý 21. listopadu 2017 možnost nechat si zkontrolovat stav svých plic (spirometrické vyšetření), změřit krevní tlak a množství tuku v těle (BMI). Akci uspořádalo oddělení tuberkulózy a respiračních nemocí Vsetínské nemocnice ve spolupráci s Všeobecnou zdravotní pojišťovnou u příležitosti Světového dne boje proti chronické obstrukční plicní nemoci. Právě na CHOPN umírá v Česku stále více lidí, v současnosti tak onemocnění stojí ročně tři a půl tisíce životů. Když se nemoc objeví, často v důsledku dlouholetého kouření, je velmi důležitý včasný záchyt. Vsetínská nemocnice se prevencí v této oblasti věnuje již řadu let. U většiny příchodících, kteří preventivní akci využili, byly naměřené hodnoty v pořádku.



Pomáháte nám

● **Mikulášská družina** v letošním roce zavítala na mnohá oddělení Vsetínské nemocnice, za dárci krve, na oddělení následné péče, na chirurgii, internu, neurologii (na snímku), ale také do kanceláří v budově ředitelství. Tradičně nejvíce radosti přinesla na dětské oddělení. Malí pacienti si poslechli vánoční písničky a dostali balíčky plné vitaminů. Ještě jednou děkujeme studentkám ze 3. ZA vsetínské zdravotnické školy (MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín), konkrétně Sabině Valové, Noemi Manové, Katce Tvarůžkové, Zuzce Ryzové a Bětce Pechancové.



● **Nadační fond Jonášek**, se kterým spolupracujeme i při dalších aktivitách, věnoval a předal dětskému oddělení Vsetínské nemocnice monitor s TV tunerem, přidal hračky a další dárky. Již dříve věnoval nemocnici herní konzolu a hry, které hospitalizované děti rády využívají.



● **Stavebnice pro kluky i pro holčičky** věnovala dětskému oddělení Vsetínské nemocnice společnost Technology Morava. Jednotlivě balené skládačky těší malé pacienty také v dalších zdravotnických zařízeních.



● **Dárky přicestovaly z Anglie.** Zaměstnanci společnosti Creo, zajišťující promoční a reklamní kampaně nejen ve Velké Británii, poslali dětem ve Vsetínské nemocnici hračky, tužky, zápisníky, batůžky a další dárky, které udělaly mnoho radosti. Velké poděkování směřuje k Luce, která vše zprostředkovala.



● **Baňky bylo zapotřebí dovyrobiť.** Pět let již připravuje Nadační fond pro rozvoj vsetínské porodnice předvánoční akci, v jejímž rámci si mohou zájemci koupit benefiční baňky a podpořit tak další aktivity gynekologicko-porodnického oddělení. Letošních tisíc pět set baněk se prodalo již v porodnici a na Mikulášských trzích před Domem kultury. Pro Veselé vánoční hody (18. a 19. prosince 2017 před DK Vsetín) objednali porodníci dalších několik stovek baněk, které v letošním roce zdobí otisky nožek novorozenců. Budou i na tradičním porodnickém ležáku. **Aktuální informace a fotografie najdete na facebookovém profilu Vsetínské nemocnice. Ještě jednou děkujeme všem, kteří pomáhají.**



Pozvánky

● **Adventní koncert v kapli sv. Růženy** v areálu Vsetínské nemocnice se uskuteční **ve středu 20. prosince 2017 od 17.00 hodin.** Program připravili žáci a učitelé Základní umělecké školy Vsetín. Hudební akcí v čase předvánočním chtějí poděkovat zdravotníkům za jejich náročnou a potřebnou práci, ale také potěšit všechny posluchače, hosty a podporovatele. Vstupné na koncert je dobrovolné, využito bude k podpoře dobrovolnických aktivit.

● **Společné zpívání koled u vánočního stromu** v areálu Vsetínské nemocnice je naplánováno **na čtvrtek 21. prosince 2017 v 11.00 hodin.** Program připravili studenti Střední zdravotnické školy Vsetín (MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín). Chybět nebude ani tradiční vánoční čaj. Těšíme se na setkání s Vámi.

Od lékaře domů přes Lékárny DUO!

LÉKÁRNA
Duo

Akční nabídka

v Lékárnách DUO
do konce
prosince 2017

Lékárna DUO v poliklinice bude otevřena
také o státních svátcích 25. a 26. prosince 2017
v době od 8.00 do 14.00 hodin a 1. ledna 2018 od 8.00 do 14.00 hodin

MULTIVITAMINY

Centrum A-Z vánoční balení
100 + 30 tablet NAVÍC



- kompletní multivitamin s minerály a stopovými prvky
- limitované vánoční balení – měsíc užívání navíc

499,-

Doplňky stravy.

MULTIVITAMINY

Centrum SILVER vánoční balení
100 + 30 tablet NAVÍC



- kompletní multivitamin s minerály a stopovými prvky
- limitované vánoční balení – měsíc užívání navíc

529,-

Doplňky stravy.

KLOUBY

GS Condro® DIAMANT
100 + 50 tablet NAVÍC



- mimořádná síla glukosamin sulfátu v denní dávce

569,-

Doplňky stravy.

MINERÁLY

Magne B6 Forte, 50 tablet



- obsahují citrát hořčiku pro účinné doplnění hořčiku
- hořčík a vitamin B6 přispívají ke snížení míry únavy a vyčerpání a k normální psychické činnosti

165,-

Doplňky stravy.

BOLEST

Ibalgin® 400, 100 tablet



Růžový Ibalgin® je jen jeden.

Účinné analgetikum:

- pomáhá při bolesti hlavy, zubů, zad, svalů, kloubů a menstruační bolesti,
- snižuje horečku, tlumí zánět,
- pro dospělé a dospívající od 12 let.

109,-

Obsahuje ibuprofen. Lék k vnitřnímu užití. Čtěte pečlivě příbalový leták.

RÝMA, NACHLAZENÍ

Muconasal® Plus nosní sprej,
roztok 10 ml



- rychle, účinně a dlouhodobě uvolňuje nos při rýmě a nachlazení
- navíc obsahuje i éterické oleje z máty a eukalyptu, které umocní zážitek z volného dýchání
- vhodný pro dospělé, dospívající a děti od 6 let

89,-

Obsahuje tramazolin hydrochlorid. Lék k podání do nosu. Pečlivě si přečtěte příbalový leták.

Slevy platné do 31. 12. 2017, nebo do vyprodání akčních zásob.

www.duolekarna.cz | www.nemocnice-vs.cz

Vsetínská nemocnice informuje 6 | 2017 7

Vsetínská nemocnice úspěšně zvládla recertifikační audit



Vsetínská nemocnice úspěšně zvládla recertifikační audit ISO 9001:2008, jehož se zúčastnili kromě auditorů MUDr. Michala Krutského a Ing. Zdeňka Vitouše také externí posuzovatelé ČIA, o.p.s. Hana Feixová a Ing. Petr Koška, Ph.D. Auditori posuzovali nejen procesní dokumentaci, ale především její aplikaci v praxi a schopnost organizace naplňovat odborné a legislativní požadavky. Pozitivně byl hodnocen zejména trvalý rozvoj systému řízení ve Vsetínské nemocnici, který průběžně přináší řadu pozitivních změn.



Prostor pro porovnávání je poměrně rozsáhlý, audit se ve Vsetínské nemocnici konal již po dvanácté. Aktuálně je Vsetín jedinou nemocnicí Zlínského kraje, která má jak certifikát kvality a bezpečí, tak audit podle ISO normy. „Zavedený systém ve Vsetíně dlouhodobě funguje, nemáme žádná zjištěná závažnějšího charakteru. Naopak, je tu spousta výborných nápadů, které by se daly doporučit ostatním zařízením. Nemocnice se stále vyvíjí kupředu, ať už vůči pacientům a zaměstnancům, ale i k okolí, a v programech podpory zdraví. I některé fakultní nemocnice by vám v tom mohly závidět, jak jste otevření a jak propagujete prevenci, terapii i dárčovství. To je velmi záslužné. V oblasti řízení kvality má nemocnice zpracovány statistiky, metriky základních procesů, bezpečnostní cíle. Jsou kvalitně připravené a pokrývají oblasti, které by měly. Myslím si, že z hlediska systémového přístupu, angažovanosti managementu a vedení, naplňujete normu na jedničku s hvězdičkou. Do budoucna bude vzhledem k nové normě nutné zapracovat na analýze klinických rizik, hrozeb a příležitostí,“ uvedl MUDr. Krutský s tím,

že se mu velmi líbí otevřený a pozitivní přístup zaměstnanců k řízení kvality na jednotlivých pracovištích, předávání informací formou systému porad, nastavený systém firemní kultury a firemní identity i systém hlášení nežádoucích událostí.

„Samostatnou kapitolou je implementace nemocničního informačního systému, což je prubířský kámen pro jakoukoliv nemocnici, jakýkoliv subjekt. S tím jste se popasovali velmi dobře, je funkční a v plném provozu,“ dodal MUDr. Krutský s tím, že ve zprávě doporučí hodnotiteli udělení certifikátu.

Spokojenost tlumočil i Ing. Zdeněk Vitouš, který realizoval audit v oblasti personalistiky a hospodářsko-technické oblasti. „Snažte se získávat personál, i tam, kde je to velmi obtížné. Líbil se mi personální portál, který nově využíváte, ale také například algoritmus nákupů,“ dodal Ing. Vitouš.

„Já bych chtěla poděkovat všem zaměstnancům nejen za úspěšný audit, ale hlavně za spolupráci, za jejich každodenní aktivní zapojení do systému řízení kvality. I když si to ani přímo neuvědomují, naplňují přirozeně požadavky normy. A to je to pozitivní a neobyčejné. Bylo pro mě velmi příjemné, když se mě při odchodu z nemocnice pan vrátný dotázal, jak jsme dopadli. Vážím si této angažovanosti zaměstnanců, vypovídá o firemní kultuře, kterou mimochodem auditori také velmi pozitivně hodnotili. Bez zaměstnanců by žádný systém řízení kvality nefungoval. A že u nás funguje reálně, nejen v dokumentech a popisech procesů, je obrovský úspěch a velká deviza do budoucna,“ zhodnotila ředitelka nemocnice Ing. Věra Prousková.

Významné ocenění převzaly MUDr. Helena Fukalová a Vladimíra Rohlíková

Deset zdravotníků bylo v pondělí 13. listopadu 2017 oceněno ve 4. ročníku ankety Pracovník roku ve zdravotních službách Zlínského kraje, nad níž převzal záštitu hejtmán Jiří Čunek. Mezi oceněnými byly také dvě pracovnice Vsetínské nemocnice: primářka infekčního oddělení MUDr. Helena Fukalová a sestra pro hojení ran Vladimíra Rohlíková.

„To, že existuje toto oceňování zdravotníků, je nasnadě, protože když je člověk nemocen, ať už fyzicky nebo psychicky, jsou zdravotníci těmi, kdo zprostředkovávají kontakt s určitou nadějí. Dokáží se vcítit do pocitů člověka, kterému je těžko nebo úzko,“ řekl hejtmán Zlínského kraje Jiří Čunek na adresu lidí, kteří pracují v zdravotních službách.

Byly vyhlášeny dvě kategorie: lékař a nelékařský zdravotnický personál. Z každé kategorie pak ocenění tři jedinci, kteří obdrželi finanční dar 10 tisíc korun, a dalším čtyřem zdravotníkům byl udělen diplom za mimořádný přínos v oblasti zdravotních služeb. Celkem bylo podáno 40 návrhů na ocenění. V rámci slavnostního ceremoniálu hejtmán udělil Záslužně vyznamenání 1. stupně za mimořádné a výjimečné zásluhy v oblasti oftalmologie docentu Karlu Kuběnovi, zakladateli zlínské tradice špičkového očního lékařství, a to přesně v den jeho devadesátých narozenin.



MUDr. Helena Fukalová je primářkou infekčního oddělení Vsetínské nemocnice, které pracuje v ambulantním režimu, zároveň je lékařkou interního spojeného lůžkového fondu. Svůj profesní život spojila se Vsetínskou nemocnicí, kde pracuje již bezmála třicet let. Podle svých kolegů je lékařkou s mimořádným pracovním nasazením, vyni-



Zlínský kraj

Foto: Jiří Balát, Zlínský kraj

kající diagnostičkou s přehledem napříč mnoha obory vnitřního lékařství. V oblasti infekčního lékařství a cestovní medicíny přednáší na vzdělávacích akcích v rámci České republiky, podílí se na vzdělávání lékařů, aktivně se zapojovala a zapojuje do dění v České lékařské komoře, je předsedkyní Okresního sdružení lékařů Vsetín ČLK.

Lékařským povoláním pokračuje Helena Fukalová v rodinné tradici, ve Vsetínské nemocnici pracoval dlouhá léta již její otec, vynikající dětský lékař MUDr. Otakar Fukala. Do naší nemocnice nastoupila v roce 1988 (po absolvování lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze), a to na dětské oddělení. Dětskému lékařství se pak věnovala až do roku 1993. Jejím oborem se poté stalo infekční lékařství, pracovala na infekčním lůžkovém oddělení a svým mimořádným pracovním nasazením jej podpořila zejména v době transformace lůžkového oddělení na péči ambulantně poskytovanou. Primářkou je od roku 2011. V ambulanci zajišťuje odbornost infekčního lékařství pro pacienty zdejšího regionu, kteří by jinak museli i k ambulantní léčbě či kontrolám dojet do vzdálenějších zdravotnických zařízení.

„Paní primářka Fukalová je pro mě lékařkou s velkým L a člověkem s velkým Č. Její vztah k nemocnici jasně vyjadřuje skutečnost, že ani po zrušení lůžkového infekčního oddělení nemocnici neopustila a zůstala i v provizorních podmínkách infekčního lékařství v naší nemocnici věrna svému oboru. Je vždy tam, kde je právě potřeba, kromě zmiňované infekční ambulance vypomáhá na oddělení následně péče a aktuálně je i jedním z pilířů interního oddělení. Ne nadarmo ji často vídáme ve společnosti mladých lékařů, kteří od ní získávají cenné a dlouholeté zkušenosti. Ocenění jí právem náleží, vždyť byla nominována pacientem a my jsme se k podpoře jejího ocenění připojili,“ uvedla ředitelka Vsetínské nemocnice Ing. Věra Prousková.



Vladimíra Rohlíková je všeobecná sestra, která se ve Vsetínské nemocnici specializuje na péči o pacienty s chronickými, obtížně se hojícími ranami, využívá a ve spolupráci s lékaři zavádí moderní materiály a technologie, které urychlují a usnadňují péči o pacienty s kožními defekty. Svě zkušenosti předává zdravotníkům nejen

v rámci Vsetínské nemocnice, ale na mnoha školících akcích, konferencích s celostátním rozsahem. Svou práci vykonává

s velkým nasazením, nad rámec pracovních povinností, se zřetelem k nalezení ideální varianty pro konkrétního pacienta, vždy s velkou dávkou tolerance a pochopení.

S léčbou chronických, obtížně se hojících ran má vsetínská chirurgie mnohaleté zkušenosti s řadou úspěchů, kdy se podařilo zhojit i rozměrné defekty, uchránit pacienty od amputací končetin, nutnosti dalších operativních zákroků či mnohaměsíčního pobytu na lůžku. Zdravotníci využívají moderních metod, včetně podtlakové terapie a moderních obvazových a krycích materiálů. Vladimíra Rohlíková se péčí o obtížně se hojící rány věnovala dlouhodobě, ještě jako staniční sestra chirurgické ambulance.

V roce 2015 se systém péče o obtížně se hojící rány ve Vsetínské nemocnici významně proměnil, zmodernizoval. Vladimíra Rohlíková se začala ranám věnovat na plný úvazek a napříč všemi odděleními celé nemocnice. Přichází za pacienty přímo na jednotlivá pracoviště, pomáhá sestřám s realizací převazů, při využívání nejmodernějších materiálů a postupů. Samozřejmostí je také zapojení moderní technologie, konkrétně počítačového tabletu se speciálním grafickým programem, který umožňuje snadnější zhodnocení, propočty velikostí defektů i rychlé srovnání postupu léčby.

„Sestra Vladka Rohlíková je příkladem člověka, který umí příležitost doslova chytit za pačesy. Při své práci staniční sestry se pomalu a víceméně samostatně vzdělávala v ošetřování chronických ran. Když jsme jí nabídli pozici sestry pro hojení ran v celé nemocnici, zaváhala jen malíčkou chvílí. Dnes řídí nejen proces ošetřování ran, ale aktivně se v týmu podílí i na jejich léčbě. Edukuje sestry nejen v naší nemocnici, ale často ji v doprovodu lékařů, se kterými se problematice věnuje, vídáme na různých kongresech a seminářích. Získala si důvěru nejen sester, ale i lékařů, kteří s ní danou problematiku také konzultují. Přináší nové nápady, postřehy, podílí se na spolupráci se zdravotnickou školou, vídáme ji vždy s milým úsměvem. Je to prostě sestra, jakou by asi každý pacient chtěl mít nablízku v době své nemoci,“ uvedla ředitelka Vsetínské nemocnice Ing. Věra Prousková.



Pracovník roku ve zdravotních službách Zlínského kraje

2017



Spolupráce se školou: sběr více i preventivní programy pro žáky

Na pracovištích Vsetínské nemocnice jsme nastřádali dalších šest pytlů vršků od PET lahví a počátkem listopadu předali ZŠ, MŠ a Praktické škole Vsetín – Turkmenská. Výtěžek využijí pro nákup vybavení usnadňujícího komunikaci, což je u školáků s nejrůznějšími zdravotními postiženími a omezeními velmi potřebné. „Jsmo moc rádi, že nám takto pomáháte. Předějte, prosím, poděkování všem, kteří sbírají,“ řekla nám zástupkyně ředitelky Mgr. Vlasta Kovářová. Přestože na sběr vršků je mezi veřejností řada rozporuplných názorů, jsme rádi, že můžeme alespoň malou troškou pomoci, a budeme nadále pokračovat.

Spolupráce se školou, která zajišťuje MŠ a ZŠ při dětském oddělení Vsetínské nemocnice, pokračuje i v dalších oblastech. Pro žáky praktické školy připravujeme druhým rokem preventivní programy, letos na podzim se uskutečnila v nemocniční knihovně přednáška o škodlivosti kouření, nebezpečných důsledcích pro lidské zdraví. K přítomným hovořily Ing. Petra Žídková z Krajské hygienické stanice a MUDr. Jaroslava Lanžhotská, zástupkyně primáře oddělení tuberkulózy a respiračních nemocí Vsetínské nemocnice. Žáky šestých až osmých tříd zaujal model, který v praxi demonstroval množství škodlivin v jedné vykouřené cigaretě. „Závěrem měli školáci možnost absolvovat orientační spirometrické vyšetření přímo na oddělení tuberkulózy a respiračních nemocí,“ uvedl náměstek pro ošetrovatelskou péči Mgr. Pavel Šupka, který se na přípravě akce podílel.



Movember: tři stovky vyšetření prostatického antigenu měsíčně



Spojením anglických názvů pro knír (moustache) a listopad vznikl charitativní Movember, jehož úkolem je zvyšování povědomí o zdraví mužů a prevence typicky mužského onemocnění – rakoviny prostaty. Movember je označován jako měsíc mužské solidarity, na jehož začátku se muži ohlí a nechají si růst knírek, především se však v médiích, mezi odbornou i laickou veřejností hovoří o možnostech diagnostiky a léčby rakoviny prostaty. Diagnostika prostatického specifického antigenu (PSA) se

provádí na oddělení klinické biochemie (OKB). Primářka RNDr. Dagmar Bělovové jsme se zeptali, jak se možnost vyšetření PSA využívá a jak diagnostika probíhá.

„Na našem oddělení provedeme měsíčně zhruba tři stovky vyšetření PSA. Požadavky přicházejí především z urologických ambulancí, v menší míře od praktických lékařů, z lůžkových oddělení a ambulancí naší nemocnice. Pro stanovení prostatického specifického antigenu slouží imunoenzymová analýza, kterou provádíme na automatickém analyzátoru AIA 2000. Vyšetřujeme ze séra nebo z heparinizované plazmy. Získané hodnoty slouží lékařům jako pomůcka ke zjištění karcinomu prostaty, jsou také důležitým nástrojem při hodnocení účinku terapie,“ uvedla RNDr. Bělovová s tím, že vyšetření PSA je častým vyšetřením, ale jsou však vyšetření i podstatně čtenější.

„K nejvíce frekventovaným vyšetřením na našem oddělení klinické biochemie náleží stanovení koncentrace glukózy, kterých je zhruba šest tisíc měsíčně. Pak následuje stanovení urey, kreatinu, iontů (sodíku, draslíku, chloridů), stanovení zánětlivých markerů a taktéž lipidů, jako jsou cholesterol a triglyceridy,“ vysvětlila RNDr. Bělovová.

Fotografie pro kalendář vznikaly i v naší nemocnici

Naše partnerská MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín vydala nástěnný kalendář pro rok 2018 propagující nelékařská zdravotnická povolání. Do přípravy se zapojily studentky absolventského ročníku oboru Diplomovaná všeobecná sestra, které najdete také na jednotlivých fotografiích. Snímky vznikaly v prostorách školy i Vsetínské nemocnice.

Kalendář je ke koupení za 250 Kč, padesátikorunu z každého prodaného výtisku využije SZŠ a VOŠZ na preventivní programy pro děti v základních školách, ale také na další projekty. Kalendář si můžete objednat u Mgr. Aleny Konvičné, alena.konvicna@mgvsetin.cz





Jubilejním 2 500. dárce krve je pan Petr Ševčík



Letošní dvou a půl tisíci odběr krve od dobrovolného dárce krve zaznamenali na hematologicko-transfuzním oddělení Vsetínské nemocnice ve středu 1. listopadu. Jubilejním dárce se stal pan Petr Ševčík, který přišel ke svému 95. odběru. Prozradil nám, že pracuje jako technik v jedné ze vsetínských firem. „Poprvé jsem krev daroval na vojně, potom jsme chodili se spolupracovníky. A důvod? Určitě pocit, že mohu udělat něco pro druhé,“ řekl nám pan Petr s tím, že vsetínské transfúze je věrný. Poděkovat a pogratulovat mu přišla primářka hematologicko-transfuzního oddělení MUDr. Jana Pelková.

Poděkování se uskutečnilo v rámci Upřího odběru s Radem Rock Max, jehož moderátoři představovali v přímých vstupech transfuzní stanici a připravovali rozhovory s dárce. Mezi nimi byl i vsetínský rekordman Jaroslav Krňa, který přišel ke svému 139. odběru plné krve, v šestatřiceti případech daroval krevní plazmu. Celkem se tedy jedná již o 175 odběrů. „Chtěl bych poděkovat transfuznímu oddělení Vsetínské nemocnice, že se o nás perfektně starají, jsou příjemní, že je s nimi radost spolupracovat,“ řekl do přímého vysílání Jaroslav Krňa.



Vsetínská nemocnice vyzvala v listopadu k darování v rámci mimořádně rozšířených odběrů. Dostavilo se v dané dny bezmála sto šedesát dárce a podařilo se tak stabilizovat zásoby krve v regionu. Dárce oslovovaly také další nemocnice Zlínského kraje i Fakultní nemocnice Olomouc, se kterou Vsetínská nemocnice spolupracuje. Nadále však hledáme jak dárce krve, tak krevní plazmy, která se využívá pro léčbu pacientů s poruchami krevní srážlivosti i s dalšími krevními chorobami, po pacienty po transplantaci kostní dřeně, ale také u akutních krvácení, například při gynekologickém či poporodním. „Odběr krevní plazmy se realizuje na takzvaném separátoru, trvá 30 až 50 minut, odebírá se 600 až 800 ml plazmy (dle hmotnosti dárce). Zpět do oběhu se vracejí erytrocyty a fyziologický roztok. Maximální odběr plazmy za rok je 25 litrů,“ dodala primářka.

Odběry krevní plazmy jsou ve Vsetíně od února 2017. Přihlásit se mohou zájemci (stejně jako u dárce krve) na telefonním čísle 571 818 605.



Bowlingový turnaj: bodovalo ekonomické, chirurgie i mikrobiologie

V pořadí již osmém zaměstnaneckém turnaji v bowlingu tentokrát zvítězilo družstvo EKO, složené z ekonomického oddělení a dalších provozů, stříbro patřilo CHIRURGII a bronzová příčka MIKROBIOLOGII (lékařské mikrobiologii).

Gratulujeme a všem účastníkům děkujeme za výbornou atmosféru a skvělé sportovní výsledky.



V nemocnici volily čtyři desítky pacientů

Na oddělení následné péče, ale také v porodnici, chirurgii, ortopedii či interně se v pátek 20. října 2017 volilo do Poslanecké sněmovny Parlamentu České republiky. Celkem se jednalo o čtyři desítky pacientů. „Ještě jsem volby nikdy nevynechala. Tak jsem ráda, že mohu volit i tentokrát,“ řekla nám dvaadevadesátiletá Marta Hřčková.

Další volby (prezidentské) nás čekají ve dnech 12. a 13. ledna 2018 (a v případném druhém kole 26. a 27. ledna 2018). Pacienti v nemocnici opět budou moci volit na základě zápisu do zvláštního seznamu voličů, voličského průkazu nebo trvalého bydliště v příslušném volebním okrsku. „Dojde-li k hospitalizaci voliče v zařízení mimo území volebního okrsku, kde má volič trvalý pobyt, po uzavření stálého seznamu voličů, to je od 10. ledna 2018, v případě druhého kola volby 24. ledna 2018, od 16.00 hodin, a volič nemá voličský průkaz, je tato skutečnost považována za faktickou překážku ve výkonu volebního práva,“ zní ve volebních pokynech.



Napsali jste nám...



Pomohli jste mně i mé vnučce Nelince | Vážená paní ředitelko, srdečně Vás zdravím. Nedá mi to a musím Vám napsat. Před pěti lety jsem byla ve vaší nemocnici na operaci žlučníku a byla jsem velmi spokojená. Dnes mi od vás z nemocnice přijela má pětiletá vnučka Nelinka, byla hospitalizována na dětském oddělení se střevními problémy. Byla jí věnována maximální péče, perfektní celkové vyšetření panem primářem okamžitě po příjezdu a další vyšetření následně. Moc chci tímto poděkovat panu primáři, lékařům a sestřičkám z dětského oddělení. Syn, který tam s ní byl, si nemohl vše vynachválit. Ještě jednou moc děkuji za pomoc mé vnučce Nelince. Srdečně všechny zdraví **Alena Dobíšková**

S úsměvem na tváři, pochopením a laskavostí | Chtěla bych ze srdce poděkovat sestřičkám a ostatnímu personálu z LDN (nyní oddělení následné péče) za perfektní a obětavou péči o moji maminku Ludmilu Plachtovičovou, která zde byla hospitalizována se zlomeninou páneve. Po dobu tří týdnů byla odkázána pouze na pomoc zdravotníků. Byla jsem mile překvapena a spokojena s jakou ochotou, úsměvem na tváři, pochopením a laskavostí sestřičky přistupují ke své nelehké a náročné práci nejen k mé mamince, ale i k ostatním pacientům. Celému týmu děkuji a přeji mnoho úspěchů v péči o nemocné. **Petra Zavadilová, Vsetín**

Patří k těm nejlepším | Vážená paní ředitelko, tento měsíc jsem se ve vaší nemocnici podrobila operaci štítné žlázy. Přestože mi byla učiněna nabídka do jiné nemocnice, zvolila jsem Vsetínskou. Mohu konstatovat, že jsem zvolila dobře. Chtěla bych tímto Vaším prostřednictvím moc poděkovat celému kolektivu oddělení chirurgie B, kde jsem ležela. Byla jsem moc spokojena s veškerou péčí, ať už se jednalo o předoperační konzultaci s anesteziologem, všemi lékaři (v čele s MUDr. Sankotem) i obětavými sestřičkami. Vždy ochotně informují pacienta nejen před operací, ale i po ní. Tímto ještě jednou moc děkuji za veškerou péči. Myslím si, že patří k jedněm z nejlepších. S pozdravem vděčná pacientka **Polášková Anna**

Personál byl vždy příjemný | Vážené vedení Vsetínské nemocnice, dovolte mně, prosím, abych vyslovil poděkování celému kolektivu oddělení LDN (nyní oddělení následné péče) za vzornou péči o mého tatínka, pana Jana Mazáče. Navštěvoval jsem ho téměř denně, takže mohu posoudit, s jakým osobním a profesionálním přístupem byl ošetřován. Personál byl vždy příjemný včetně sociální pracovnice paní Pífkové, která nám pomohla řešit naši tíživou rodinnou situaci. Vyřídíte, prosím, poděkování všem za jejich náročnou a obětavou práci. **Lubomír Mazáč**

Přístup všech byl profesionální, ochotný a hlavně lidský | Dobrý den, touto cestou chci poděkovat celému oddělení chirurgie. Všem lékařům, hlavně primáři MUDr. Radimu Slováčkovi a MUDr. Romanu Černému. Dále všem sestřičkám na JIP a na oddělení B. Přístup všech po dobu mé hospitalizace byl úžasný, ochotný, profesionální a hlavně lidský, pro úsměvné povzbuzení nikdo z Vás nešel daleko. Přeji

Vám spokojené pacienty, hodně zdraví a hodně sil při vaší nelehké práci. Moc a moc děkuji. S úctou k vašemu povolání (poslán) **Jana Šeligová**

Děkuji chirurgickému oddělení za vzornou péči | Vážená paní ředitelko, chci poděkovat personálu chirurgického oddělení vaší nemocnice za vzornou péči při mé hospitalizaci a operaci žlučníku v době od 29. září do 13. října 2017. Zvláště chci poděkovat ošetřujícímu lékaři MUDr. Černému a panu primáři MUDr. Slováčkovi. Také děkuji všem lékařům a sestřičkám chirurgického oddělení, pomocnému personálu, dále lékařům a personálu jednotky intenzivní péče. Také děkuji členům záchranné služby. S pozdravem **Miloslav Bajza, Vsetín**

Soutěžte s námi...

O dárkový poukaz z Lékárny DUO v hodnotě 200 Kč

Stačí vylustit sudoku, číslice ve třech vyznačených políčkách poslat do 20. ledna 2018 na soutěžní e-mail: soutez@nemocnice-vs.cz a mít štěstí při slosování. Nezapomeňte připojit telefonický kontakt a můžete také připsat, jak se Vám náš zpravodaj líbí, případně, co byste v něm rádi viděli.

Správným řešením sudoku z minulého vydání jsou číslice 3, 5, 5. V následném losování správných odpovědí měla největší štěstí a gel Voltaren Forte (150 g) se sportovním měřičem kroků jako dárkem vyhrává **Bc. Jana Macháčová**. K výhře gratulujeme.

5	1			7	3			9
9			2			7		
4	3		9				6	
1	9			2		4	3	
7			5			1		
6	5				3		7	
				1		9		
3								2

Tentokrát hrajeme o dárkový poukaz z Lékárny DUO. Pokud nechcete čekat na výhru, můžete jej samozřejmě pořídit svým blízkým jako vánoční dárek, nebo jistě vítaný dárek k nejrůznějším výročím. Informace Vám podají v Lékárnách DUO u vstupu do hlavního areálu i v poliklinice. Máme je pro Vás připraveny i v hodnotách 500 a 1 000 Kč.

VSETÍNSKÁ NEMOCNICE a.s.

LÉKÁRNA Duo

POLKLINKA • Otevírací doba lékárny:
pondělí až pátek 7.00 – 17.00 hod.
• Nemocniční 948, 755 01 Vsetín
• tel: 571 419 296
• e-mail: duo@nemocnice-vs.cz
• www.duolekarna.cz

NEMOCNICE • Otevírací doba lékárny:
pondělí až pátek 7.00 – 15.30 hod.
• Nemocniční 958, 755 01 Vsetín
• tel: 571 818 690
• e-mail: duolekarna@nemocnice-vs.cz
• www.duolekarna.cz

Dárkový poukaz 200 Kč

je možné uplatnit v Lékárnách DUO při nákupu léčivých přípravků, doplňkové stravy, kosmetiky a zdravotní obuvi dle Vašeho výběru. Veškerá specifika Vám objasní pracovníci lékáren osobně, nebo na uvedených telefonních kontaktech. Těšíme se na vaši návštěvu.

číslo poukazu: _____
platnost do: _____



Nejvíce se dotazovali na dietu při zvýšené hladině cholesterolu

Více než šest desítek lidí využilo v pondělí 16. října 2017 možnost preventivního vyšetření krevního tlaku, množství cukru a tuku v těle, přičemž konzultovali své dietní problémy s nutričními terapeutkami, zajímali se o možnosti rehabilitace a získání kondice pomocí severské chůze (nordic walking). „Přišlo hodně zájemců o vyšetření, v oblasti výživy se lidé nejvíce zajímali o dietní opatření při zvýšené hladině cholesterolu nebo cukru v těle,“ vysvětlila nutriční terapeutka Iveta Škrabánková, která také odpovídala na otázky spojené s využitím a možností zapojení severské chůze, jež pomáhá ke zlepšení fyzické kondice lidem všech věkových kategorií. Zájemci si různé typy holí mohli sami vyzkoušet.

Akce se konala u příležitosti Světového dne výživy, který připadá právě na šestnáctý říjnový den. Uskutečnila se ve vestibulu polikliniky Vsetínské nemocnice u Lékárny DUO, na přípravě se podílely Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR a Vyšší odborná škola zdravotnická Vsetín. Světový den výživy připomíná stálý problém nedostatku potravy v některých rozvojových zemích, ale také opačný problém současného světa – obezitu a přejídání se nezdravou stravou.

Vsetínská nemocnice oblasti stravování a nutriční péče věnuje velkou pozornost, realizovala řadu změn vedoucích ke zvýšení pestrosti, atraktivity a zkvalitnění patientské stravy. Kromě nárůstu energetických hodnot a zavedení nové speciální diety 3P pro budoucí maminky, je také pacientům podáváno více bílkovin, ovoce a zeleniny. Správný směr potvrdily i výstupy šetření, které ve Vsetínské nemocnici realizovali odborníci z Krajské hygienické stanice Zlínského kraje.



Vánoce očima nutriční terapeutky

Často se nás ptají na zaručenou radu, jak o Vánocích nepříbrat. Zázračný doplněk stravy, který pomůže zrychlit metabolismus? Ne, opravdu neexistuje. Těšíme se na vánoční svátky plné klidu, míru, ale také bílé mouky, cukru, másla, ořechů a rumu. Mnohdy se až příliš upneme na pohodu a klid, kterou máme mylně spojenou s televizí a konzumací lineckého.

Proč je člověk schopný za týden vánoční pohody trhnout i trojnásobný rekord v konzumaci jednoduchých cukrů, střídat chutě jako těhotná žena a v neposlední řadě sáhnout po žaludečních kapkách?

Odpověď na otázku, proč jsme schopni toho tolik o Vánocích spořádat, je vlastně velmi snadná. Jíme nadbytek prázdných kalorií. Z kvalitativního hlediska je vánoční cukroví plné energie, ale chudé na kvalitní živiny, vitamíny, minerální látky, vlákninu a spoustu dalších. Nahradíme kvalitu kvantitou neupotřebitelné energie, která se ukládá jako zásoba na zlé časy. Kvalitních potravin k zasyčení stačí jen malé množství. Kvalita a složení je klíčové.

Když ale ta vosí hnízda jsou tak dobrá a jsou jen jednou za rok! Nejen nutno si cokoli odpírat. Nutné je ale přijmout úspornost výdej energie. Zvolit procházku, vytáhnout běžky, lyže nebo zvolit jinou příjemnou aktivitu.

Na druhou stranu existují i takoví jedinci, kteří jsou uvědomělí, jejich životospráva je příkladná a chvályhodná a vánoční přecpávání jim nic neříká. Bohužel mezi takové nepatřím. Přeji krásné, pokojné a výživné Vánoce!

Ing. Bc. Gabriela Janíčková, nutriční terapeutka

Raw sušenky s kokosem

Budeme potřebovat: Těsto (15 ks): 200 g nejmenno mletých vlašských ořechů (kešu, mandlí) | 100 g mletého lněného semínka | 70 g ovesné vločky | 100 g fíků nebo datlí | 2 polévkové lžíce medu | špetka soli. **Náplň:** 100 g kokosu | 2 polévkové lžíce kokosového oleje | 1–2 lžíce medu. Vlašské ořechy, fíky, ovesné vločky, med a mleté lněné semínko rozmixujeme na hrubší těstíčko v robotu. Směs je dosti lepkavá, doporučuji zpracovat ručně a uložit na minimálně 10 minut do lednice. Kokos s olejem a medem rovněž rozmixujeme na hmotu podobnou drobence. Těsto vyválíme na pečicím papíře a tvořítkem vykrajujeme libovolné tvary, které plníme kokosovou náplní přímo ve formičce (kokosová směs je sypká, je lépe ji mírně v tvořítku upéčovat). Na vrstvu kokosu přiložíme vrstvu těsta a necháme v lednici ztuhnout, poté vytlačíme z formičky a konzumujeme.



Makovníčky

Cukroví, které se obejde bez rafinovaného cukru, je plné živin, vitamínů a zdravých tuků. **Budeme potřebovat:** 100 g mletého máku | 175 g celozrnné špaldové mouky (hladké) | 130 g kokosového oleje, popřípadě másla | 2 vejce | 4 polévkové lžíce medu | oříšky, sušené ovoce dle chuti. Z máku, mouky, kokosového oleje, vajec, medu vypracujeme hladké těsto. Necháme 30 minut uležet, a poté tvarujeme stejné velké kuličky, které ukládáme na plech, vyložený pečicím papírem. Přmo na plechu pak vařečkou vytlačíme do kuliček důlek a vložíme oříšek nebo sušené ovoce dle chuti. Pečeme 12 až 14 minut v troubě (předem vyhřáté) na 180 °C.





Naše hobby

Pacienti v sanitce netuší, že je veze jeden z nejlepších českých sprinterů

Jiří Mezihorák je v našem nemocničním týmu teprve rok, nejprve zajišťoval převozy sanitním vozem v areálu Vsetínské nemocnice, nyní již v celém regionu. Málokdo z pacientů tuší, že jejich řidičem je jeden z nejlepších sprinterů české sportovní historie, dlouholetý člen československé běžecké reprezentace. Svým nejlepším výkonem na 100 metrů (čas 10,40 sekundy) vyhrál v roce 1989 Zlatou tretru v Ostravě a rok později vítězství zopakoval. Vybojoval řadu medailí, byl členem obou spartánských štafet (4 x 100 m a 4 x 200 m), které přivezly zlato z československého mistrovství. Po skončení atletické kariéry se začal věnovat čtyřbobu, s nímž se dostal až na zimní olympijské hry v Lillehammeru.

V současné době bydlíte na Valašsku, sportovní úspěchy jsou ale převážně spojeny s Ostravou a Prahou. Jaká byla tedy Vaše cesta k běhání a sportování vůbec? „Narodil jsem se ve Valašském Meziříčí, kde jsem vyrůstal do jednatnácti let. Pak jsem se s rodiči odstěhoval do Ostravy. Ale už na Valašsku jsem začal dělat atletiku, běhání se věnoval i můj, o tři a půl roku starší, bratr. V Ostravě jsem pak sportoval za Vítkovice, začaly pravidelné tréninky a závody. Běhal jsem sprinty, šedesát metrů. Ve třinácti jsem vyhrál okresní i krajský přebor, na československém mistrovství jsem byl pátý, na mistrovství České republiky pak druhý. Ve čtrnácti jsem už vyhrál obě mistrovství, v běhu na šedesát metrů i skoku do dálky. A několik let se to opakovalo.“

V dospělém věku pak medailová žeň pokračovala? „V osmnácti jsem odešel do Rudé hvězdy Praha, tam jsem byl dva roky, poté jsem působil čtyři roky ve Spartě Praha jako sportovní instruktor. V kategorii mužů jsem ve sprintu pět-

krát vyhrál mistrovství České republiky, na československém mistrovství jsme byli se Spartou několikrát mistři ve štafetě.“

Zlákal Vás pak ale ještě další sport, se kterým jste se dostal až na olympiádu... „Kluci, co běhali se mnou, mě v roce 1993 zlanarili, ať to jdu s nimi zkusit na bobu. Ve světovém poháru tehdy jezdily dva české čtyřboby, já jsem byl v tom druhém týmu. Tehdy se trénovalo s bobem na kolečkách na hřišti, na bobovém trenážeru v Liberci. U bobu je velmi důležitý start, a tak jsem měl jako sprinter uplatnění. Prvních dvacet třicet metrů musíte bob pořádně rozjet, potom naskočit. V televizi to vypadá jako sranda, ale v momentě, když tam naskakuje poslední, jede bob už přes čtyřicet kilometrů v hodině. Zapotřebí je souhra, každým krokem bob zrychluje. Na nejrychlejších drahách ve Svatém Mořici nebo v Itálii byla nejvyšší rychlost okolo sto padesáti kilometrů v hodině.“

To musí být pořádná dávka adrenalinu, ne? „Na trati už rychlost nemáte ani čas vnímat, sedíte skrčený ve vymezeném prostoru, počítáte zatáčky a vši silou se držíte. Bob se třepe, drncá, občas to bouchne. Nejhorší je, když ztichne. To letí bob vzduchem a signalizuje blížící se problém.“

A slyšel jste někdy to nebezpečné ticho? „Já naštěstí nejsem pravý bobista. To je ten, který se s bobem převrátil, zažil havárii. A zranění v tomto sportu bývají nepříjemná. To mne naštěstí minulo.“

Trochu jsme ale zamluvili Vaši účast na olympijských hrách, jak to tehdy bylo? „Nejprve jsem se zúčastnil neoficiálního mistrovství světa v bobových startech, které se konalo v Monte Carlu. Trénoval jsem s týmem, byl jsem členem, ale jel jsem jako náhradník. Mohl jsem naskočit v podstatě za kohokoliv, mimo pilota. Obdobně tomu bylo na zimních olympijských hrách v Lillehammeru, kam nás jelo šest připravených bobistů, ale závodili jen čtyři. Jel jsem jen tréninkové jízdy.“

Olympijské hry jsou svátkem všech sportovců, jak jste je vnímal Vy? „Je to zážitek. Vidíte sportovce, které znáte z televize. Setkal jsem se například s Katarínou Wittovou, při nástupu byla kousek ode mě, potkávali jsme se s našimi hokejisty a dalšími reprezentanty. Tehdy tam už byla i Kateřina Neumannová, krasobruslař Radka Kovaříková a René Novotný, skokan na lyžích Jaroslav Sakala. Po olympiádě jsem ještě rok jezdil světový pohár, pak jsem ale s vrcholových sportem přestal.“

Nyní jste řidičem sanitky, jak jste se k této práci dostal? „Pracoval jsem jako řidič sanitního vozu u Záchrané služby Asociace samaritánů v Ostravě, později u sociálních služeb, nejprve ve Vsetíně, pak v Podlesí. Do Vsetínské nemocnice jsem nastoupil v roce 2016 na nově zřízené místo pro převozy sanitkou uvnitř areálu. Nyní jezdím po celém regionu.“

Jak vnímáte současné povolání? Ovlivnil Vás v tomto ohledu sport? „Běhání je individuální sport, nemohl jsem očekávat od někoho nahrávku, musel jsem se spolehnout sám na sebe. Co jsem nenatrénoval, to jsem neměl. Současné zaměstnání je práce s lidmi, baví mě to. Musel jsem se naučit větší toleranci, pochopit, že každý může někdy potřebovat pomoc. Lidé, které v sanitce potkávám, jsou nemocní, vyžadují a očekávají vstřícnost a pomoc. Snažím se jim vyjít vstříc, i když někdy to není zrovna jednoduché. Musím říct, že upřímně obdivuji práci zdravotníků na odděleních. Rád bych jim i všem kolegům a pacientům popřál krásné a pohodové vánoční svátky, v novém roce především hodně zdraví.“





Účastníci mikulášského odpoledne rozsvítili vánoční strom v nemocnici

Tvořivě odpoledne s mikulášskou nadílkou pro děti zaměstnanců se stalo v posledních letech ve Vsetínské nemocnici již tradicí. Tentokrát jsme se potkali v pátek 1. prosince 2017 v příjemném prostředí čekárny pro dárce krve na hematologicko-transfuzním oddělení. Důvodem přesunu do zmíněných prostor byla rekonstrukce jídelny a modernizace sociálního zařízení v budově ředitelství. Ale i na novém místě panovala opět výborná pohoda a tvořivá atmosféra. Vznikaly perníkové svícný, stříbřily se šišky, vytvářeli andílci. Pro dospělé byl připraven kávový bar, pro všechny pak spousta sladkých i slaných dobrot. Na přípravě akce se podílela Profesní a odborová unie zdravotnických pracovníků – Unie sester a tým anesteziologicko-resuscitačního oddělení Vsetínské nemocnice. Poprvé jsme si v rámci této akce zazpívali u vánočního stromu před chirurgickým pavilonem a rozsvítili vánoční výzdobu, která bude zdobit areál až do Tří králů. Se zpěvem koled nám při rozsvícení stromu pomáhali i náměstek pro léčebnou péči MUDr. Martin Metelka a ředitelka Vsetínské nemocnice Ing. Věra Prousková.



Zdravotnický ples: na parketu se potkali zaměstnanci nemocnice i studenti všech oborů

Krásná předtančení, tradičně výborná taneční hudba, cimbállovka i disko a tombola, v níž byl hlavní cenou televizor. Nejdůležitější však byla pohoda a dobrá nálada, setkání se s kolegy mimo pracovní prostředí a milá setkání se studenty, které vidáme při praxi v nemocnici, ale také při mnoha preventivních akcích. Takový byl zdravotnický ples, jenž se uskutečnil v sobotu 25. listopadu 2017 ve všech prostorách

Domu kultury Vsetín, a to ve spolupráci zdravotnické školy (MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín) a Vsetínské nemocnice. Výhry v hlavní tombole, které zajistila Vsetínská nemocnice, losoval náměstek pro personální řízení Ing. Martin Pavlica, asistoval mu bezpečnostní technik Ing. Jan Skácal. „Letos poprvé se ples uskutečnil za slavnostního nastoupení studentů finišujících ve všech oborech, to znamená Ošetřovatel, Zdravotnický asistent a Diplomovaná sestra,“ komentovali zástupci naší partnerské školy.





Zvonky měly v nemocnici svou premiéru

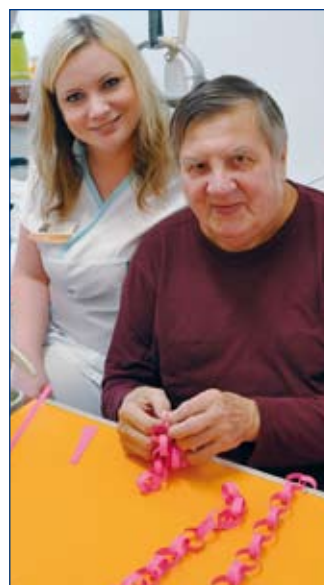
Oddělením následné péče Vsetínské nemocnice zněly ve středu 22. listopadu 2017 zvonky, a to ne ledajaké. Nejmladší část hudebního souboru ZVONKY DOBRÉ ZPRÁVY zde měla svou premiéru. „Scházíme se jedenkrát týdně na hodinu a půl,“ vysvětlila Andrea Adámková, která mladé hudebníky připravuje. Na svém prvním vystoupení v prostorách oddělení následné péče Vsetínské nemocnice zahráli skladby, jejímiž autory jsou Wolfgang Amadeus Mozart, Joseph Haydn nebo Antonín Dvořák. Zazněla ale i moderní hudba a také populární vánoční Rolničky.

Koncert byl připraven ve spolupráci se vsetínským centrem Adorea, které koordinuje dobrovolnickou činnost v nemocnici. „Vystupovalo zde už několik školních souborů, premiéru tu mělo i představení dětské operky,“ připomenula Andrea Šmerdová z dobrovolnického centra. „Všem moc děkujeme a jsme rádi, že naši pacienti mají možnost odreagovat se na chvíli od svých zdravotních obtíží,“ dodala vrchní sestra oddělení následné péče Vsetínské nemocnice Bc. Bohdana Bambuchová s tím, že koncert zvonků pomohl vytvořit sváteční atmosféru nacházejícího adventu.



ZVONKY DOBRÉ ZPRÁVY byly založeny v Kateřiněch v roce 2011, v současné době jsou jediným hudebním souborem v České republice, který se hře na ruční zvonky věnuje. Starší část souboru již koncertovala na řadě míst České republiky, i za jejími hranicemi. Zahráli v Betlémské kapli, i v sídle Evropského parlamentu ve Štrasburku. Mladší část souboru je přípravkou, kde se mohou mladí hudebníci seznámit se specifiky hry na ruční zvonky a připravit na koncertování se svými staršími kolegy.

Pacienti pomáhali s výzdobou oddělení



Pacienti oddělení následné péče se zapojili do výroby drobných vánočních ozdob pro své oddělení. Panu Mojžírovi šlo kutění hezky od ruky, tvořil vánoční řetězy. Na chodbě už byl hotový růžový sněhulák. Růžovou si letos k výzdobě vybrali sami zdravotníci. A proč ne?

Tak šťastné a růžové!



Vsetínská nemocnice

Vsetínská nemocnice a.s. informuje je dvouměsíčník, zapsán do evidence periodického tisku, evidenční č. MK ČR E 21256 • Vydává Vsetínská nemocnice a.s., Nemocniční 955, 755 01 Vsetín, IČ: 26871068, DIČ: CZ26871068 • Zpracovává: Ing. Lenka Plačková, PR manažer. Kontaktní e-mail: plackova@nemocnice-vs.cz, tel. 571 490 106 • Úprava: Grafický ateliér Josef Šamaj • Tisk: Grafia Nova s.r.o. v počtu 1 000 ks, dne 15. prosince 2017 • Výtisk je neprodejný • Uzávěrka dalšího vydání 15. ledna 2018 • Zpravodaj má šestnáct stran.