



115 let
nemocnice
na Vsetíně

Vážení čtenáři,

do rukou se Vám dostává první vydání našeho Zpravodaje v roce 2026. Ačkoli kalendář již ukazuje blížící se jaro, při psaní těchto řádků je krajina stále zahalena sněhem a mráz připomíná vrcholící zimu. Začátek nového roku je však vždy příležitostí k ohlédnutí i k výhledu do budoucna.

Hlavním posláním Vsetínské nemocnice je poskytovat kvalitní zdravotní péči obyvatelům regionu – jak na lůžkových odděleních, tak v odborných ambulancích. V uplynulém roce 2025 bylo hospitalizováno více než 10 600 pacientů a provedeno 3 128 operačních výkonů. V porodnici se narodilo 603 dětí. Nemocnice zároveň hospodařila stabilně – celkové náklady se blížily 1,1 miliardy korun, výnosy je překročily a rok byl zakončen pozitivní ekonomickou bilancí.

Za těmito výsledky stojí každodenní práce stovek zaměstnanců – lékařů, sester, ošetrovatelského personálu i všech dalších pracovníků, kteří zajišťují plynulý chod nemocnice. Jím všem patří poděkování.

Nemocnice pokračuje v postupné modernizaci. Obnovujeme přístrojové vybavení, zdravotnickou techniku i prostředí pro pacienty a personál. Ve spolupráci se zakladatelem nemocnice, Zlínským krajem, připravujeme projekt výstavby nového centrálního pavilonu především pro operační obory. Realizace tohoto ambiciózního plánu bude znamenat významné zkvalitnění nabídky poskytovaných zdravotních služeb obyvatelstvu Valašska.

Velkým tématem dnešní doby je digitalizace zdravotnictví. Zavedení moderního nemocničního informačního systému do provozu nemocnice umožňuje elektronické vedení dokumentace, bezpečné sdílení dat mezi okolními nemocnicemi a automatické zasílání statistických informací státním institucím. Moderní technologie, včetně prvků umělé inteligence, se tak stávají běžnou součástí každodenní práce.

Rok 2026 je navíc výjimečný – připomínáme si 115 let od založení nemocnice. Více než století péče o zdraví obyvatel Vsetínska je závazkem i inspirací do dalších let. K tomuto výročí jsme připravili také preventivní projekt „Výzva 115“, který podporuje zdravý životní styl. Každý měsíc přináší konkrétní výzvy – například omezit sůl ve stravě či dát přednost schodům před výtahem. Každý, kdo se zapojí, může během roku symbolicky „nasbírat“ 115 kroků ke zdravějšímu životu.

Vážení čtenáři, 115 let existence představuje významnou kapitolu v historii našeho regionu. Nelze ji shrnout do několika odstavců, ale v průběhu roku si toto výročí připomeneme řadou akcí.

Přeji naší nemocnici i všem jejím zaměstnancům, aby rok 2026 byl rokem dalšího rozvoje, modernizace, a především kvalitní péče o zdraví obyvatel Valašska.

MUDr. Martin METELKA, MBA
člen představenstva



Nová sanitka: pokročilé asistenční technologie

Nejnovější sanitku Vsetínská nemocnice poznáte na první pohled. Tentokrát se nejedná o vůz značky Volkswagen, ale o Ford Transit Custom Kombi Trend. Pořízení nového vozidla přišlo nemocnici na 1,7 milionu korun včetně DPH. Sanitka je vybavena pokročilými asistenčními technologiemi, které zvyšují bezpečnost a komfort.

Ovládají se prostřednictvím dotykové obrazovky systému Ford SYNC 4. „Jedná se například o hlídání jízdních pruhů, zadní couvací kameru, teplovzdušné nezávislé topení ambulantního prostoru a řadu dalších inteligentních nastavení. Cloudová navigace navíc poskytuje spolehlivé informace o trase v reálném čase,“ vysvětluje vedoucí dopravy Hana Michalcová.

Nový vůz má také silnější motor, kameru v ambulantním prostoru a inovované nájezdové rampy s protiskluzovou úpravou. Jako předchozí sanitky je vybaven stejnými, moderními polohovatelnými nosítky a transportní technikou. Samozřejmostí je klimatizace.



V současnosti má nemocnice v provozu čtrnáct moderních sanitních vozidel, z nichž nejstarší je z roku 2012. „Obnova vozového parku probíhá průběžně a za poslední tři roky se nám podařilo pořídit celkem deset sanitních vozidel,“ připomíná Hana Michalcová. V roce 2025 ujela sanitní vozidla více než 465 tisíc kilometrů a převezla 18,5 tisíce pacientů.

Zvažuje nemocnice při dalším nákupu alternativní pohon? „Sanitní vozidla s elektrickým pohonem jsou v České republice zatím spíše výjimkou. Jejich dojezd je vhodný především pro městský provoz, při delších převozech nebo v náročném terénu však může být omezený. Současně je nutné vybudovat dostatečnou síť nabíjecích stanic na výjezdových základnách. Nevýhodou zůstává také vyšší pořizovací cena oproti běžným sanitním vozidlům,“ uvedl provozní náměstek Ing. Filip Holzmüller.

Revoluční možnost léčby hyperaktivního měchýře

Vsetínská nemocnice rozšířila své léčebné možnosti o moderní neurostimulační přístroj URIS®, vyvinutý českou společností Stimvia. Zařízení je určeno k léčbě symptomů dolních močových cest, zejména hyperaktivního (dráždivého) močového měchýře (OAB).



„Projevuje se silným nucením na močení, častým močením, nočními návštěvami toalety a často i urgentní inkontinencí – neboli nechtěným únikem moči při náhlém a intenzivním nucením na močení,“ vysvětluje gynekolog MUDr. Radek Laža. Odhaduje se, že příznaky OAB má zhruba 20 procent dospělé populace, přičemž ženy jsou postiženy častěji než muži.

Přístroj URIS® nabízí neinvazivní stimulaci nervových drah pomocí elektrod umístěných v podkolenní jamce (bez porušení integrity kůže) nebo invazivní perkutánní nervovou stimulaci holenního (tibiálního) nervu.

„Tyto stimulační ovlivňují nervovou kontrolu dolních močových cest na úrovni periferního nervového systému, míchy i mozku, a pomáhají tak obnovit rovnováhu v centrech, která řídí močení. Díky tomu dochází ke snížení počtu epizod nucení na močení a úniků moči, a ke zlepšení kontroly nad močovým měchýřem,“ uvádí gynekolog.

Terapie probíhá zpravidla po dobu 6–12 týdnů s 30minutovou ambulantní stimulací 1x denně až 1x týdně dle závažnosti potíží. Následuje udržovací fáze s postupně snižovanou frekvencí návštěv. Účinnost terapie se udává v rozmezí 80 až 85 %. Přístroj představuje šetrnou alternativu k invazivním metodám jako aplikace botulotoxinu nebo užívání léků. Má nízké riziko vedlejších účinků, je vhodný pro pacienty, u kterých farmakoterapie selhala nebo je špatně snášena.

„Nový přístroj URIS® přináší další možnost léčby potíží, které velmi ovlivňují kvalitu života pacientek. Už jen po prvním nastínění průběhu léčby a popisu přístroje pacientky kvitují tuto možnost, vzhledem k jeho minimální invazivitě bez nutnosti hospitalizace a jeho vysoké účinnosti,“ dodává závěrem MUDr. Radek Laža.

Nemocnice přidává další odběrový den plazmy

Vsetínská nemocnice reaguje na rostoucí zájem o darování krevní plazmy zavedením dalšího odběrového dne. Kromě úterý a pátku budou od 1. dubna 2026 odběry probíhat i ve čtvrtek. Zájemci se mohou, stejně jako u odběrů plné krve, objednávat elektronicky, prostřednictvím Portálu pacienta.

V roce 2025 darovalo ve Vsetínské nemocnici krevní plazmu celkem 1 556 dárců. „Oproti předcházejícímu roku jde o nárůst o bezmála dvě stovky odběrů,“ informuje bioanalytička hematologického a transfuzního oddělení Mgr. Vendula Ml-



čáková. Ve Vsetínské nemocnici se plazma odebírá od roku 2017 a počet odběrů stále stoupá. Také proto se Vsetínská nemocnice rozhodla pro zavedení třetího odběrového dne – čtvrtku, právě pro dárce plazmy.

Dárcovství krevní plazmy je obdobně jako u takzvané plné krve, jen vlastní pobyt na odběrovém křesle je delší. Zatímco u plné krve dárce na odběrovém křesle stráví zhruba pět minut, u plazmy trvá odběr přibližně 35 minut. „Dárce je napojený na krevní separátor, ve kterém dochází k oddělení tekuté krevní plazmy od červených a bílých krvinek a krevních destiček. Ty se poté opět vrací zpět do těla dárce. Odběr probíhá s pomocí jednorázového odběrového setu, který se připevňuje do separátoru,“ připomínají zdravotníci.

Krevní plazma je důležitá při poruchách srážlivosti krve. „Zlepšuje stavy po operacích, po úrazech, stavech, kdy dochází ke krvácení,“ zhodnotila primářka hematologického a transfuzního oddělení MUDr. Jana Pelková. Zájemcům zdravotníci doporučují, aby si před plazmou vyzkoušeli alespoň jednou darování plné krve. Pokud vše snáší v pořádku, pak je velký předpoklad, že dobře zvládnou i odběr na separátoru. Dárce krevní plazmy se může stát zdravý člověk ve věku od 18 do 65 let, který netrpí kolapsovými stavy, závažnými onemocněními a má dobrý žilní přístup v loketní jamce. S výhodou je pro dárcovství plazmy krevní skupina AB, její plazma je univerzální.

Výhodami pro dárce plazmy je (obdobně jako u dárcovství krve) pravidelná kontrola zdravotního stavu, pracovní volno po odběru, odpočet ze základu daně, výhody zdravotních pojišťoven a oceňování dobrovolných dárců Českým červeným křížem. A v neposlední řadě dobrý pocit z pomoci při záchraně lidských životů a zdraví.

Přebalovací boxy doladily vybavení nových pokojů

Maminky po porodu si velmi chválí a rády využívají dvojici modernizovaných pokojů s vlastním sociálním zařízením, které od loňského podzimu slouží ženám na stanici šestí-



neděli gynekologicko-porodnického oddělení. Přáním zdravotníků i maminek byla také obnova přebalovacích pultů, což se nyní podařilo splnit. Nové „přebalovák“ barevně ladí s ostatním vybavením pokojů – na výběru se podílely porodní asistentky i další členové personálu. Vše bylo zvoleno tak, aby se maminkám na pokojích líbilo a zdravotníkům příjemně pracovalo. Přebalovací boxy v hodnotě bezmála padesát tisíc korun pořídil Nadační fond pro rozvoj vsetínské porodnice.



Suchá jehla se osvědčila u bolestí hlavy či ramen

Nejen akupunkturu, ale také terapii suchou jehlou nabízí rehabilitační oddělení Vsetínské nemocnice. Jedná se o moderní terapeutickou techniku, která využívá tenké akupunkturní jehly k léčbě svalových dysfunkcí.

Suchá jehla využívá takzvaných spouštěvých bodů (trigger pointů), které způsobují bolest a napětí. „Terapeut aplikuje jehlu přímo do spouštěvého bodu, což reflexně uvolní svalová vlákna a zmírní bolest. Terapie může zlepšit pohyblivost, pomáhá při úrazech a chronických stavech a ovlivňuje nervový systém,“ vysvětluje primářka rehabilitačního oddělení MUDr. Danuše Trnovcová.

Jehla se zavádí do svalu, přes kůži a podkoží. „Ideálně na začátku před samotným ošetřením pacienta. U funkčních poruch se prakticky hned po zavedení vytáhne, u chronických problémů, například u postižení ramenního kloubu, je možno ponechat i pár minut,“ dodává s tím, že aplikace je jen minimálně bolestivá či zcela bezbolestná. Po vpichu jehly může dojít k jemnému záškubku svalu, po němž následuje jeho uvolnění a úleva od bolesti.

„Terapie působí na neurofyzilogické úrovni, zmírňuje přehnané nervové dráždění a pomáhá zlepšit metabolismus kyseliny mléčné,“ informuje primářka. Suchá jehla se používá pro léčbu chronických i akutních stavů. Následně je vhodné doplnit o další terapeutické postupy měkké či mobilizační techniky.

„Může pomoci při bolestech hlavy, které se šíří ze spouštěvých bodů v krku, nebo při bolestech nohou či za krkem imitujících problémy s ploténkou. Dobré zkušenosti jsou také u léčby bolesti ramen,“ hodnotí dosavadní zkušenosti primářka. Terapie je nevhodná pro onkologické pacienty, těhotné a kojící ženy, psychicky nemocné. Využít ji naopak mohou i starší děti (od deseti let) či přetížení sportovci.





Diabetologická ambulance: diagnostika neuropatie

Diabetologická ambulance má k dispozici diagnostický nástroj TIP THERM, který je důležitý pro vyšetření teplotní citlivosti dolních končetin pacienta. „Porucha vnímání teploty je jedním z časných symptomů senzomotorické polyneuropatie. Včasná diagnostika je rozhodující pro riziko rozvoje diabetické nohy,“ informoval internista a diabetolog MUDr. Jiří Kourek. Ke kontrole nervových vláken končetiny se používá také monofilamentum, které samo hodnotí vnímání bolesti. „Tento nástroj máme rovněž k dispozici. Využíváme také kalibrovanou ladičku (na snímku), která přenosem vibrací přes kostěný aparát dolní končetiny hodnotí stav hlubokého cití. Při tomto vyšetření pacient hlásí, kdy přestává vibrace vnímat,“ dodává MUDr. Kourek.

Diabetická neuropatie je postižení nervů celého organismu. Při postižení periferního nervového systému jde nejčastěji o poruchy vnímání bolesti, teploty, citlivosti dolních končetin. Postižení nervů není vázáno jen na dolní končetiny. Vzácněji je postižen i nervový systém kardiovaskulárního či zažívacího ústrojí. Toto postižení se následně projevuje poruchou hybnosti zažívacího traktu, případně poruchou srdečního rytmu. „Výskyt samotné neuropatie je přímo úměrný trvání a kompenzaci cukrovky. Po deseti letech onemocnění je touto formou chronické komplikace postiženo až šedesát procent pacientů obou forem diabetu,“ vysvětluje MUDr. Jiří Kourek.

Návštěvní službu zajišťuje šest porodních asistentek

Od prvního ledna letošního roku mají ženy po porodu nárok na tři návštěvy porodní asistentky v domácnosti, plně hrazené z veřejného zdravotního pojištění. Návštěvní službu zajišťují i porodní asistentky Vsetínské nemocnice. Aktuálně je jich zapojeno šest, během prvních dvou měsíců absolvovaly celkem 28 návštěv.

Spolu s propouštěcí zprávou obdrží každá žena žádanku na tři hrazené návštěvy porodní asistentky, záleží pouze na ní, zda a kolik jich využije. „Návštěvní službu porodní asistentky v domácnosti mohou maminky



využít do šesti týdnů po porodu,“ vysvětluje vrchní sestra gynekologicko-porodnického oddělení Bc. Petra Kašparová s tím, že maminka může volit soukromou komunitní porodní asistentku i porodní asistentku zaměstnanou ve Vsetínské nemocnici. „Pokud mají maminky zájem o provedení poporodní návštěvní služby porodními asistentkami naší nemocnice, mohou se obrátit na nás prostřednictvím e-mailu: navstevypa@nemocnice-vs.cz,“ dodává vrchní sestra. Porodní asistentka s ženou probere všechny její dotazy, ať již se týkají kojení, péče o případné porodní poranění, výživy, péče o miminko, ale i psychické kondice.

První dny po porodu jsou podle odborníků naprosto klíčové pro zdraví matky i dítěte, a právě v domácím prostředí může porodní asistentka nabídnout individuální podporu, edukaci a včasné rozpoznání případných komplikací. Změna systému zahrnuje i péči o duševní zdraví žen po porodu. Podle studií se až u třinácti procent žen vyskytují duševní poruchy, přičemž odbornou pomoc vyhledá pouze čtvrtina z nich.



Porodní gauč podporuje přirozený průběh porodu

Největší, nově zrekonstruovaný pokoj na porodních sálech, kam byla nedávno instalována moderní porodní vana, se pyšní dalšími novinkami. Nejen novou velkplošnou tapetou s květinovým motivem, ale především porodním gaučem, který Vsetínská nemocnice získala díky Nadačnickému fondu Propolis.

Porodní gauč podporuje přirozený průběh porodu, je variabilní, umožňuje snadnou a rychlou změnu tvaru, vede k volbě různých poloh: předklon, záklon, bok, houpaní. Má intuitivní použití pro ženy i personál a podporuje přirozené zapojení partnera či doprovodu. „Stále pracujeme na tom, aby se u nás klientky cítily co nejpříjemněji. Naším cílem je nabídnout prostředí, kde se budete (v jednom z nejdůležitějších okamžiků vašeho života) cítit bezpečně a komfortně,“ doplňují porodní asistentky.



Intenzivně se věnuje kolorektální chirurgii

V nemocnici pracuje čtrnáct let, od atestace v roce 2019 se intenzivně věnuje onkochirurgii tlustého střeva a konečníku. Nicméně skromně říká, že se stále učí. Lékař chirurgického oddělení MUDr. Rostislav ČUREČEK hovoří o cestě k medicíně, o svých vzorech, programu ERAS, ale také o tom, jak dobíjí energii.



Pamatujete si, kdy se poprvé zrodila myšlenka, že budete lékařem? „Jako dítě jsem byl velmi neposedný a zvědavý a vždy jsem se zajímal o vše živé kolem sebe. Nejvíce mě fascinovala rozmanitá flóra kolem nás a obecně ochrana přírody. Měl tedy jsem představu, že se můj profesní život bude ubírat tímto směrem. Při studiu na gymnáziu mě začala bavit chemie a biologie, přes které jsem se od pomáhání přírodě dostal k jiné pomáhající profesi – k medicíně. Lékařskou fakultu jsem absolvoval v Brně a myslím, že mi škola dala dobrý teoretický základ do prvních let.“

Proč právě Vsetínská nemocnice? A byla chirurgie první volbou? „Myslím, že to bylo ve čtvrtém ročníku, kdy jsem se dostal jako asistent na chirurgický sál. Sledoval jsem soustředěnou práci chirurgů a hned jsem věděl, že je to přesně to, co bych chtěl po studiu dělat a umět. Nechtěl jsem ale nastoupit do fakultní nemocnice a zcela náhodou jsem se dozvěděl o stipendijním programu Vsetínské nemocnice pro studenty šestého ročníku. Oslovil jsem pana primáře Sankota, byl jsem přijat, a v naší nemocnici pracuji od 1. června 2012.“

Pamatujete si na svou první samostatnou operaci? „První operaci si nevybavuji. Vzpomínám si ale na můj druhý pracovní den, kdy jsem byl vypsán na ambulanci. Záchranka tam dovezla pacienta, který se pořezal na bérce motorovou pilou. Pána jsem vyšetřil, ale dále jsem jej samozřejmě ošetřit neuměl. Najednou stál vedle mě primář Sankot, který pronesl: ‚tak to zašij!‘. No tak jsem šel. Po došití primář ránu zkontroloval a beze slova odešel. Každý den jsem se z chirurgie naučil něco nového. Například svoji první appendektomii jsem provedl po pěti měsících od nástupu.“

Jak dělíte svou pracovní dobu mezi operační sály, oddělení, případně ambulanci? „Pevným bodem pracovního týdne je u mě středa, kdy mám digestivní ambulanci. Zbylé dny záleží, co máme naplánováno v operačním programu. Obecně lze říct, že na operační sál bývám vypsán na dva až tři dny v týdnu.“

Věnujete se onkologické chirurgii tlustého střeva a konečníku. Proč právě tato oblast? Byli Vám inspirací MUDr. Jaroslav Sankot či stávající primář MUDr. Radim Slováček, kteří se v operativě kolorektálního karcinomu dlouhá léta proflovali a vytvořili ve Vsetíně špičkové pracoviště, které se této oblasti věnuje? „Na našem pracovišti má tato problematika dlouhou tradici a vždy se, takřka jak bylo od koho učit. Dodnes vzhlížím k primáři Sankotovi – jako k excellentnímu chirurgovi, kdy každý jeho chirurgický tah vypadá velmi elegantně. Primář Slováček mi zase ukázal cestu komplexního pohledu na pacienta a moderního pojetí miniinvasivní chirurgie. Je to ale běh na dlouhou trať, od atestace v roce 2019 se kolorektální chirurgii věnuji intenzivně a stále se učím.“

Co je podle Vás při operacích onkologických pacientů nejdůležitější? „Nelze říct, že je jedna zásadní věc. Je to jako

mozaika (nebo puzzle): aby vše bezproblémově proběhlo, musí se společně sejít a poskládat mnoho dílčích faktorů. Máme vypracovaný program předoperační, perioperační a pooperační péče na základě ERAS protokolu.

Před operací pacient přijde do již zmiňované digestivní ambulance, kde jej seznámím, jak vše bude probíhat. Takový pohovor může zabrat klidně hodinu. Pacient dostane návod na předoperační přípravu, ve které dbáme na zlepšení fyzické kondice a zlepšení stavu výživy. Poté samotný operační výkon – ten se snažíme provést co nejvíce miniinvasivně – většinou laparoskopickou technikou a pooperační péče je zaměřena na rychlou a účinnou rekonvalescenci po operaci.“

Jak se Vám pracuje s robotickým asistentem kamery pro laparoskopii – robotickou rukou? Nebo máte dalšího „favorita“ mezi moderní technikou na operačních sálech či mimo něj? „Onkochirurgická laparoskopická operativa je časově náročná. V průměru naše operace trvají dvě až čtyři hodiny, někdy ale i více. Co se týče techniky, máme v současné době pro laparoskopické operování optimální podmínky. Máme velmi kvalitní laparoskopickou sestavu včetně 3D zobrazení obrazu, a také robotická ruka se stala pomocníkem, který šetří chirurgova záda a ruce, zpřesňuje a urychluje samotný operační výkon.“

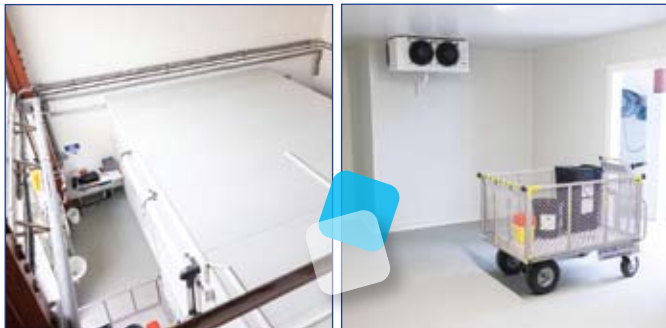
Chirurgie je týmová záležitost, jak se Vám spolupracuje s týmem lékařů a sester? „V průběhu chirurgického vzdělávání jsem poznal pracovní realie a vztahy v mnoha chirurgických odděleních jak ve větších, tak i v menších nemocnicích jako je naše pracoviště. Vždy jsem se rád vrátil „domů“. Našemu kolektivu není co vytýkat.“

Pokud jej neskrýváte pod operační rouškou, zdobí Vaši tvář všudypřítomný úsměv. Jaký je Váš recept na zachování úsměvu a pohody i v tak náročném zaměstnání, které je jistě plné adrenalinu? A jak po náročném povolání relaxujete? „Snažím se k životu přistupovat pozitivně. A jako pro rodilého Valacha je mým největším relaxem pobyt v naší valašské přírodě – jak v létě pěšky nebo na kole, tak i v zimě na lyžích...“



Digitální evidence odpadů a efektivní manipulace

Shromazdiště zdravotnických odpadů v části objektu S je hotovo. Zahrnuje chytré řízení, detailní digitální evidenci a efektivní manipulaci s odpady. Novým pracovištěm nás prostřednictvím fotografií provází Ing. Zuzana Běťáková, manažerka ekologie a udržitelnosti.



Centrální shromazdiště odpadů – technologický celek. Vnitřní dispozice nově vybudovaného shromazdiště s integrovaným chladičím boxem. Je určen pro bezpečné a hygienické ukládání nebezpečného a infekčního odpadu ze zdravotnické péče – před jeho konečným odvozem.



Implementace protipovodňových opatření. Fotografie dokumentuje uložení prvků protipovodňové ochrany. V rámci modernizace nemocnice a splnění bezpečnostních norem pro úroveň Q100 (stoletá voda) jsou všechny nové i zrekonstruované objekty vybaveny systémem mobilního hrazení.

Logistika a evidence odpadů – elektrický vozík ELVUZ. Elektrický přepravní vozík ELVUZ v momentě nájezdu na integrovanou vážní plošinu, která je umístěna bezprostředně před vstupem do chladičích boxů. Tento set-up představuje klíčový prvek modernizace nemocniční logistiky odpadů. Bezobslužné vážení, optimalizace manipulace, ergonomie a snížení zátěže jsou klíčovými přínosy.



Provozní shromazdiště pro nakládání s obalovým materiálem. Nový prostor pro shromazďování provozních odpadů, který je koncipován jako samostatné centrum pro zpracování

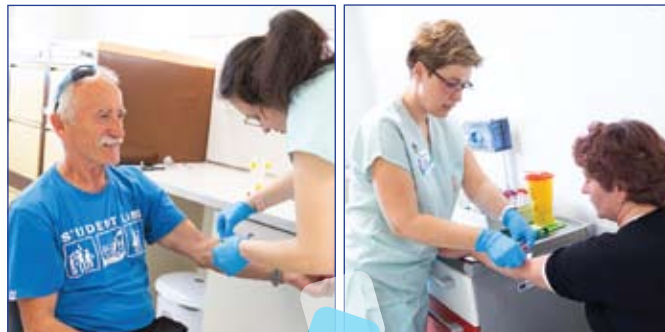
vání kartonového odpadu. Toto pracoviště umožňuje efektivní transformaci neskladného obalového materiálu na surovinu, expedovatelnou pomocí hydrauliky.



Digitalizace a automatizovaná evidence odpadů – systém inteligentního vážení a identifikace. Přechod na plně digitální formu evidence odpadového hospodářství. Tento systém, využívající Data Matrixových kódů, představuje naprostý unikát v přesnosti a rychlosti sběru dat, čímž zcela nahrazuje zastaralé manuální zapisování a kalkulace. Systém automaticky páruje typ odpadu s konkrétním oddělením anebo v rámci celých budov a zajišťuje vysokou míru adresnosti i transparentnosti celého procesu shromazďování odpadu.

Den ledvin byl rekordní: téměř dvě stovky zájemců

Zájem o březnovou prevenci u příležitosti SVĚTOVÉHO DNE LEDVIN byl zcela mimořádný. Zdraví svých ledvin si přišlo prověřit rekordních 185 lidí. Funkce ledvin byla u většiny v pořádku, případně mírně snižena. Větší záchyt byl u vysokého krevního tlaku. Týmu oddělení patří velké poděkování za zvládnutí veřejností velmi žádané akce.



Pacienty nejčastěji trápí dušnost a bolest na hrudi

Nemocnice napříč Českem upozorňují na rostoucí počet pacientů s interními a kardiologickými obtížemi, včetně infarktů a kolapsových stavů. Jaká je realita interní příjmové ambulance a s jakými potížemi lidé nejčastěji přicházejí? V rozhovoru s internistou MUDr. Václavem SVOBODOU přibližujeme, kolik pacientů ročně ošetří, jaká vyšetření je čekají i které příznaky by rozhodně neměli podceňovat.



Nemocnice v České republice ukazují na nárůst pacientů s interními a kardiologickými obtížemi, infarktů a kolapsů. Sledujete také tento trend? „Co se týče interní příjmové ambulance/urgentního příjmu, tak za rok ošetříme zhruba 5 tisíc pacientů. Přiváží je zdravotnická záchranná služba, přicházejí se žádankou nejčastěji od praktického lékaře, v případě akutně vzniklých potíží také bez žádanky. Pacientů je opravdu hodně, nicméně počet ošetřených pacientů za loňský rok se oproti roku 2024 výrazněji nezměnil.“

S jakými obtížemi přicházejí nejčastěji pacienti do interní ambulance? „Jedná se o bolesti na hrudi, dušnost, kolapsové stavy, zvýšený krevní tlak, ale také horečku nebo zažívací potíže.“

Jaká vyšetření je čekají? „Základem je klinické vyšetření včetně změření vitálních funkcí. Ve většině případů natočíme EKG a provedeme krevní odběry. Často u pacientů indikujeme zobrazovací vyšetření (nejčastěji rentgen, ultrazvuk či CT). U pacientů s kardiálními příznaky můžeme využít služeb našich kardiologů v podobě ECHO vyšetření.“

Zjednodušeně řečeno je naším úkolem odpovědět na otázku, zda zdravotní stav pacienta vyžaduje přijetí k hospitalizaci či odeslání na vyšší pracoviště, anebo lze postupovat ambulantně (tedy pacienta předáváme do péče praktického lékaře či ambulantního specialisty).“

Jaké vybavení (techniku) máte k dispozici? „Kromě výše uvedeného využíváme u vybraných akutních pacientů telemetrii – pacienta observujeme za stálého sledování EKG křivky, krevního tlaku a saturace krve kyslíkem. Souvisejícími vyšetřovacími metodami, které pacientům můžeme na našem pracovišti objednat, jsou tlakový a EKG Holter.“

Jaké příznaky by pacienti neměli ignorovat a zamířit k lékaři? Prvním krokem by jistě měl být praktický lékař, který je zná nejlépe... „Stranou bych dal případy, kdy by měl člověk

volat 155 – učebnicovým příkladem je náhle vzniklá neustupující klidová bolest na hrudi tlakového či pálivého charakteru vyzařující do krku či horní končetiny budící podezření na akutní infarkt myokardu.“

Obecně bych řekl, že jakékoliv zhoršení zdravotního stavu, které trvá déle než několik dní a progreduje, si zaslouží pozornost praktického lékaře. Příkladem je námahová dušnost a bolesti na hrudi, nepravdělný nebo velmi rychlý tep, otoky nohou, nevysvětlitelná únava, výrazná bledost, krvácivé projevy, hubnutí bez zjevné příčiny... Praktický lékař pacienta vyšetří a rozhodne o dalším postupu – třeba odešle k vyšetření do naší příjmové interní ambulance.“

Slavnostní setkání u příležitosti 115. výročí



115 let
nemocnice
na Vsetíně



• **11. května 2026 | SLAVNOSTNÍ SETKÁNÍ U PŘÍLEŽITOSTI 115. VÝROČÍ NEMOCNICE | kino Vatra, zahájení v 18.00 hodin.**

Součástí slavnostního večera bude ocenění dlouholetých zaměstnanců, kteří spojili svůj profesní život se Vsetínskou nemocnicí. Následovat bude úspěšné muzikálové představení EVA! o životních osudech Evy Pilarové, které získalo nominaci na Cenu Thálie 2025. Vystupují Petra Králová a Radvan Král, herci Městského divadla Zlín. Vstupenky si můžete rezervovat na pracovišti komunikace a marketingu, kl. 106, e-mail: plackova@nemocnice-vs.cz.

Z dalších akcí:

DUBEN 2026

• **7. dubna | DEN ZDRAVÍ – ZACHRAŇ ŽIVOT.** Návlek první pomoci na modelu, informace k použití automatického defibrilátoru, měření krevního tlaku a zásobení krve kyslíkem. V Galerii Smetanova, od 10.00 hodin. Předpokládané ukončení 14.30 hodin.

KVĚTEN 2026

• **5. května | RUKU NA TO.** Preventivní akce u příležitosti Světového dne hygieny rukou. S kontrolou správných postupů a s pomocí UV lampy. U Lékárny DUO v poliklinice, 8.00–12.00 hodin.

• **29. května | DEN S VAŠÍ NEMOCNICÍ.** Oblíbená akce, která přibližuje prostory Vsetínské nemocnice a zdravotnickou profesi zájemcům z řad školáků i veřejnosti. Tentokrát ve znamení Výzvy 115 – plnění úkolů se zaměřením na prevenci zdraví a dobrou duševní pohodu.



Zdravotnické prostředky jen s pomocí ePoukazu

Elektronický poukaz na zdravotnické prostředky (ePoukaz) přešel od 1. ledna roku 2026 do povinného režimu. Kterých prostředků se konkrétně týká? A platí například i pro inkontinenční pomůcky, které mnozí zajišťují pro své rodiče či prarodiče?

Každý ePoukaz je evidován v Centrálním úložišti elektronických poukazů a opatřen jedinečným devítimístným identifikátorem. Elektronická forma zamezuje jeho padělání a má za cíl umožnit pacientům nahlédnutí do historie předepsaných a vydaných zdravotnických prostředků. „Týká se všech zdravotních prostředků. Ať již se jedná o prostředky k chůzi: berle, hole, chodítka dvoukolová, čtyřkolová, s vysokou oporou, dále invalidní vozíky, polohovací lůžka, ortézy, inkontinenční pomůcky, kompresní punčochy, rehabilitační pomůcky (míče, tejpky a podobně), antidekubitní a polohovací prostředky, sedačky do sprchy a vany, madla, nástavce na WC, klozetová křesla, toaletní nádoby, pomůcky pro sebeobsahu, tlakoměry, inhalátory, glukometry, ortopedické vložky a obuv, a mnohé další,“ vysvětluje farmaceutka Mgr. Olga Bartošková s tím, že pacienti získávají výhodu: lékař vystavuje poukaz elektronicky. Senioři, chronicky nemocní, pacienti s omezenou hybností již nemusí osobně vždy navštívit ordinaci pouze kvůli vyzvednutí listinného poukazu, možno je vystavení poukazu na základě SMS zprávy nebo občanského průkazu. Ostatně, jak to znáte u eReceptů.

Týká se to také **inkontinenčních pomůcek**, které mnozí zajišťují pro své rodiče, prarodiče a podobně? „U inkontinence se může jednat o velkoobjemové zboží. Možno zaslat lékárně požadavek, lékárna předchystá požadované množství předem,“ informuje Bartošková a pokračuje: „Co se týká **materiálů pro hojení ran**, naše lékárna úzce spolupracuje s ambulancí hojení ran Vsetínské nemocnice. Často se jedná o materiál podléhající schválení revizním lékařem. Lékárna pomáhá zpracovat a vybavit pacienta potřebným materiálem.“

Které pomůcky **musí schválit pojišťovna či revizní lékař?** „Jedná o zdravotnické prostředky, podléhající dle platného číselníku (Číselník PZT-prostředků zdravotnické techniky) nutnosti schválení revizním lékařem zdravotní pojišťovny.



Jsou to například invalidní vozíky, polohovací lůžka, zvedáky, prostředky na vlhké hojení ran, speciální zdravotní kompresivní pomůcky, speciální antidekubitní matrace, podložky a prostředky k polohování,“ specifikuje. Pracovníci Lékárny DUO v poliklinice i v hlavním areálu s problematikou rádi poradí.

Dotazník spokojenosti pouze elektronicky

Na názoru pacientů nám záleží, a proto budeme rádi, pokud se i letos v co největším počtu zapojí do průzkumu bezpečnosti a spokojenosti HCl Nejlepší nemocnice roku 2026. Organizátoři ankety letos zavedli dvě významné novinky: termín ukončení je o měsíc dříve než vloni (31. července 2026) a dotazníky je možné vyplnit pouze elektronicky.

Přístup k dotazníku usnadní níže uvedené QR kódy. Po jejich načtení mobilním telefonem či tabletem budete přesměrováni přímo ke konkrétnímu formuláři. „Pokud někteří pacienti nemají možnost vyplnit elektronický dotazník, mohou se obrátit na zdravotníky v ambulancích nebo na lůžkových odděleních, kteří jim s vyplněním pomohou,“ informuje manažer kvality Ing. Libor Czeffer.

Dotazník pro ambulantní pacienty se zaměřuje na spokojenost s orientačním značením, délku čekání před vstupem do ambulance, komunikaci a přístup lékaře, reakci na případnou bolest i pocit soukromí během vyšetření či při poskytování informací. Hospitalizovaní pacienti odpovídají také na otázky týkající se kvality podávané stravy či možnosti propojení s patientskou organizací. V obou kategoriích se hodnotí rovněž možnost parkování a doplňkové služby (internet, televize, duchovní péče, nápojové automaty, prodejna zdravotnických potřeb, lékárna a další).

„Poznatky z ankety jsou pro nás cennou zpětnou vazbou, kterou doplňujeme o vlastní šetření metodou focus group,“ doplňuje Ing. Libor Czeffer.





ARO má dnes daleko širší a bezpečnější možnosti

Jubileum si letos připomíná nejen celá nemocnice, ale samostatně také některá z jeho pracovišť. Dvanáctého ledna uplynulo padesát let od zprovoznění lůžkového oddělení anesteziologie a resuscitace. S jeho dnešním primářem MUDr. Markem PROKSOU hovoříme o vývoji oboru, ale především o moderní současnosti a trendech.

Jak vnímáte padesáté výročí oddělení? „Padesát let je dlouhá doba. Když si člověk představí, v jakých podmínkách tehdy začínali a co všechno měli a neměli k dispozici, nezbývá než smeknout klobouk. Dneska jsme už úplně jinde.“

Pracujete na vsetínském ARO od roku 1999, můžete porovnat, jak se za tu dobu změnily technologie, metody anestezie, vybavení? „Změnilo se vše k nepoznání, a to myslím doslova. Obor prodělal obrovskou evoluci. Hlavně přístrojové vybavení se neuvěřitelně posunulo dopředu. Rozšířilo a změnilo se spektrum péče. Dnes máme daleko širší a bezpečnější možnosti jak v anestezii, tak v intenzivní medicíně. Zavedli jsme do běžné praxe moderní eliminační metody pro selhávající orgány a posunuli jsme i takové věci, jako je klinická výživa a metabolická péče, což pacienta drží nad vodou v těch nejkritičtějších chvílích. Další obrovský skok představuje regionální anestezie, kterou se dnes snažíme tlačit na maximum, ať se lidé po operaci cítí co nejlépe. A do toho ultrazvuk – ten teď běžně používáme nejen u postele pacienta, ale i pro přesné blokády.“

Bez ultrazvuku si moderní anesteziologii a intenzivní péči nejde snad už ani představit. Navíc máme spoustu laboratorních metod rovnou na oddělení, takže výsledky vidíme prakticky hned a nemusíme na nic zdlouhavě čekat. Obor se posouvá směrem k takzvané perioperační medicíně, věnujeme se přípravě pacienta k operačnímu výkonu, staráme se o něj v bezprostředním pooperačním období. Máme ambulanci pro cévní vstupy, zajišťujeme je pacientům, kteří je dlouhodobě potřebují. Dále máme nutriční ambulanci, kde pečujeme o pacienty, kteří z důvodu svého onemocnění trpí podvýživou. Věnujeme se paliativní medicíně, kterou vnímám jako nesmírně důležitou, a taky vnímám, jaké rezervy i v rámci ČR tady jsou. Prostě ten obor je obrovsky rozsáhlý.“

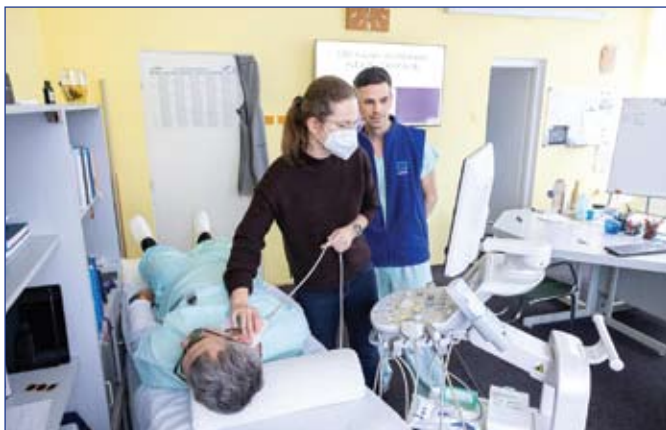


Čeho si ze současného vybavení nejvíce vážíte? Diagnostiky přímo u postele pacienta, možnosti digitálních záznamů? „Diagnostika u lůžka je sice super a ohromně pomáhá, ale jestli mám vypíchnout jednu hlavní věc, tak jednoznačně elektronizace dokumentace. Jedeme u nás úplně bezpapírově. A to platí pro anesteziologické sály i pro všechna lůžka intenzivní péče. Zpočátku to sice představovalo trochu porod, než si všechno sedlo, ale teď znamená obrovský skok dopředu. Pořád se to vyvíjí, ale snad definitivně jsme se zbavili těch nekonečných stohů papírů. Všechny záznamy, křivky i dávkování máme ihned po ruce v počítači. Ušetří nám to strašnou hromadu času a zásadně omezí byrokracii, takže energii a pozornost můžeme věnovat tam, kde je fakt potřeba – přímo našim pacientům.“

Velmi kladně je hodnocen instagram, kde se snažíte přiblížit oblast anesteziologie a resuscitace. Komu je určen? „Řeknu to na rovinu – bez sociálních sítí se dnes propagace oddělení dělat prostě nedá. Doba se rychle měnila. Facebook už je podle mě docela mrtvý a spousta lidí tam dávno nechodí, proto vedu primárně Instagram. A komu je ten profil určen? Cílovka je docela široká. Profil sledují doktoři z jiných nemocnic, medicí a studenti zdravotnických oborů, pro které znamená fajn praxi, ale i spousta lidí z laické veřejnosti. Chci jim ukázat naši práci bez příkras. Dávám tam různé reálné střípky z oddělení, ať všichni vidí, co přesně anesteziologie, intenzivní péče a perioperační medicína reálně obnáší. Není to jen o tom, uspávání, jak si občas někdo pořád naivně myslí.“

Co přejete vašemu oddělení, případně celé nemocnici, která letos slaví 115. výročí, do dalších let? „Oddělení i celé nemocnici ke 115. narozeninám přeju prostě všechno dobré. Hlavně ale kvalitní personál, protože bez dobrých lidí můžete nakoupit i ty nejdražší přístroje a technologie na světě a stejně vám to bude k ničemu. A to nejzásadnější: ať si udržíme náš nastavený vysoký standard a poskytujeme tu nejlepší možnou péči, se kterou budou naši pacienti maximálně spokojeni a budou se u nás cítit bezpečně. O to nám jde na konci každé směny především.“





Cyklus workshopů v regionální anestezii

Anesteziologicko-resuscitační oddělení Vsetínské nemocnice realizuje nový vzdělávací program Regionální anestezie a analgezie v klinické praxi. Praktický kurz, rozdělený do čtyř navazujících modulů, nabízí lékařům z dalších nemocnic unikátní příležitost zdokonalit se v ultrazvukem navigovaných technikách pod vedením špičkových odborníků. První cyklus již mají za sebou a další připravují, letos jej chtějí ještě dvakrát zopakovat.

Individuální přístup a maximální praxe

„Hlavním benefitem kurzu je jeho komorní formát. Každý pracovní workshop je určen pro maximálně čtyři účastníky. Tento nízký počet zaručuje, že každý lékař stráví dost času přímou prací s ultrazvukovou sondou a nácvikem na figurantovi. Program je navržen tak, aby teorie tvořila pouze základ pro praktický trénink,“ informuje primář ARO Vsetínské nemocnice MUDr. Marek Proksa.



Regionální anestezie, která se zaměřuje na znecitlivění jen určité části těla, má pro pacienta řadu benefitů, není ale samozřejmou součástí všech nemocnic: vyžaduje zkušený tým, kvalitní přístrojové vybavení a znalost moderních technik. „U nás ve Vsetínské nemocnici již patří regionální a kombinovaná anestezie ke každodenní praxi. Naši lékaři dokáží díky ultrazvukové navigaci znecitlivět konkrétní nervy přesně, bezpečně a šetrně. Používáme široké spektrum blokad – od krátkodobých až po ty s kontinuálním katétretem, které ulevují od bolesti i několik dní po operaci. Naše filozofie je jasná – regionální blokady u nás umí provést každý anesteziolog. Tuto odbornost si tým udržuje pravidelným vzděláváním a také sdílením zkušeností, mezi které patří i náš kurz,“ vysvětluje MUDr. Proksa s tím, že prvního modulu kurzu se zúčastnili dva lékaři ze Zlína a dva z Uherského Hradiště a byli velmi spokojeni.

Vysoce erudovaní lektori

Kurz vedou vsetínští anesteziologové: odborným garantem a hlavním lektorem kurzu MUDr. Jakub Balážík, který je držitelem prestižní evropské certifikace ESRA-DRA. Spolu s ním vede kurzy MUDr. Ivana Berežná, vysoce erudovaná v problematice regionální anestezie. Tato dvojice předává účastníkům nejmodernější postupy vycházející z mezinárodních standardů bezpečnosti a efektivity.

Přehled vzdělávacích modulů

Kurz nabízí čtyři moduly. Úvodní byl věnován blokádám horní končetiny, další se zaměří na blokady dolních končetin: oblasti pánve, stehna, kolene a kotníku. Následovat budou moderní postupy v anestezii hrudní a břišní stěny. Závěrečný modul je zaměřen na specifické postupy podle typu operace, řešení krizových stavů či komplikací. „Kurz je určen jak pro lékaře ve specializační přípravě, tak pro atestované anesteziology, kteří si chtějí rozšířit své kompetence v regionální anestezii. Pro maximální přínos je doporučeno absolvovat moduly postupně,“ doporučuje primář MUDr. Marek Proksa. Celý vzdělávací cyklus je akreditován Českou lékařskou komorou dle Stavovského předpisu č. 16 a každý z modulů je ohodnocen 4 kredity do systému celoživotního vzdělávání. Projekt je financován Interní grantovou agenturou Krajské nemocnice T. Bati, a. s. a Zlínským krajem.



Z padesátileté historie ARO

Operace se v naší nemocnici provádějí již od jejího otevření. Anestezii zpočátku podávaly řádové sestry, ke změnám došlo až po přestěhování do nového chirurgického pavilonu. V roce 1955 se začal na anestezii specializovat MUDr. Jaroslav Doupovec, v roce 1961 začal pracovat jako anesteziolog MUDr. Miroslav Šrámek (na snímku), který se stal prvním přednostou nejprve ambulantního, a od roku 1976 i lůžkového oddělení. Jeho zástupkyní se stává MUDr. Květoslava Hrabalová.



115 let
nemocnice
na Vsetíně



Počátkem ledna 1976 byl rovněž zahájen provoz rychlé zdravotnické pomoci. V prvních pěti letech, jak se dozvídáme z kronik, bylo realizováno 5 703 výjezdů. Od roku 1984 zajišťovali chod RZP v pracovní době výhradně lékaři ARO, lékaři jiných oddělení se podíleli na zajištění mimo pracovní dobu. Není divu, když pamětníci vzpomínali, že se jednalo o organizačně značně náročnou činnost.



V roce 1990 MUDr. Šrámek umírá ve věku pouhých 58 let. Na primářském postu jej pak postupně vystřídal MUDr. Martin Metelka (do roku 2005), MUDr. Jitka Táborská a MUDr. Milan Doležel (od roku 2011). Od roku 2018 je primářem MUDr. Marek Proksa.

Jako vrchní sestry působily Věra Vystavělová (1974 až 1986), Ludmila Holíková (1986 až 1991), Nad'a Urbanová (1991 až 2001), Miroslava Václavíková (2001 až 2008), Bc. Petra Proksová a posledních sedm let je vrchní sestrou Zdeňka Gajdošová.



Výročí inspirovalo nemocnici k Výzvě 115

Vsetínská nemocnice si letos připomíná 115 let péče o zdraví obyvatel valašského regionu. Právě toto výročí se stalo inspirací pro vznik Výzvy 115 – celoroční iniciativy, do které se mohou zapojit zaměstnanci nemocnice, pacienti, spolupracující organizace i široká veřejnost.

Výzva obsahuje a postupně nabídne 115 drobných úkolů rozprostřených do celého roku, jejichž společným cílem je podpora zdravého životního stylu, prevence, psychické pohody a dobré nálady. Nejde o to splnit všechny výzvy, ale věnovat pozornost sobě, zastavit se a udělat malé změny, které mohou mít dlouhodobě velký význam. Jednotlivé výzvy budou zveřejňovány postupně – zájemci si je mohou sdílet elektronicky nebo vytisknout, připnout na nástěnku či ledničku a s radostí si odškrtnávat splněné kroky.

„Výzva je nejen připomenutím důležitosti prevence, ale také síly drobných každodenních rozhodnutí, která mohou zlepšit zdraví i náladu. Účastníci se navíc v průběhu roku dozvědí zajímavosti z historie i současnosti nemocnice a získají řadu inspirací pro smysluplné trávení volného času. Budeme rádi, pokud se zapojí nejen jednotlivci, ale i celé kolektivy a společně vytvoříme otevřenou platformu pro zdraví a dobrou pohodu,“ uvedl ředitel Vsetínské nemocnice Ing. Martin Pavlica. Už lednová výzva ukázala, že plnění drobných úkolů baví.

Lednová část výzvy vybízela nejen k definování jednoho zdravého cíle na rok 2026, ale také k zamyšlení nad dárcovstvím krve, omezením slazených nápojů, obhacením jídelníčku o zeleninu nebo třeba k **naplánování společného výletu**. „Tento úkol jsme už splnily,“ odškrtnly si s úsměvem sestry z chirurgické stanice A Vsetínské nemocnice, které se o víkend vydaly na zimní výšlap po naučných stezkách v okolí Vsetína. Podpořily nejen svou fyzickou kondici, ale také týmové vztahy a dobrou pracovní pohodu.

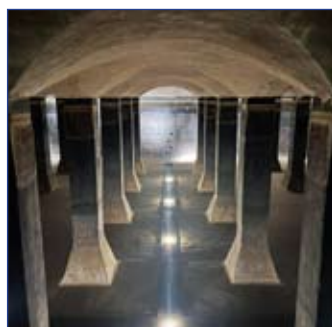




Další lednový úkol (**Začni den krátkým protažením**) se stal inspirací pro dětské oddělení, a jak nám zdravotnice napsaly, protáhly si nejen záda, ale také bráni.



Fotografie **z naplánovaného výletu**, tentokrát za poznáním, přišla z Pardubic, kde se konal celostátní kongres s mezinárodní účastí Léčba rány 2026. Delegation z naší nemocnice byla početná (celkem patnáctičlenná) a přivezla si řadu zajímavých informací, inspirací a podnětů.



Petra Tlašková z chirurgické ambulance „infikovala“ výzvu i své spolužačky z certifikovaného kurzu v Brně, kam se jezdí vzdělávat. A tak se po výuce vydaly k zimnímu „výšlapu“ směrem Špilberk a následně až do mysteriózní podzemní katedrály na Žlutém kopci. Tamní vodojemy jsou unikátní podívanou, kterou doporučuje, a my se rádi k této inspiraci přidáváme.

Všiměj si, kolik času ve svém volnu trávíš online. Tento úkol inspiroval další část zdravotníků dětského oddělení a pokusili se čas na sociálních sítích i ve svém volném čase sledovat a omezit. Byla to prý dost náročná výzva, která ale mimo jiné na jejich dveře dostala i krásný citát: „Trávit mnoho času na sociálních sítích je jako obletět svět se zavřenýma očima.“



Fotografie z výletu do krásně zasněžených Velkých Karlovic nám poslala Iveta Vranáková.

Dalším z podnětů byla také únorová připomínka svátku zamilovaných: **Oslav Valentýna** (nejlépe na transfuzce). Valentýnskou náladou žilo hematologické a transfúzní oddělení téměř celý týden. Zkušenému týmu pomáhal i nemocniční maskot Měďa. Pro dárce plazmy byly připraveny zdravé dobroty z Mlékárny Valašské Meziříčí, dárčí krve soutěžili o poukaz na wellness do Horalu ve Velkých Karlovicích. A poděkování se dočkaly i odběrové sestry, kterým přinesli květiny a sladkosti zástupci Nadačního fondu Svět oken. Výzva 115 ale samozřejmě kromě pohybu a dalších aktivit **cílí na prevenci**. Tě onkologické jsme se věnovali v průběhu celého minulého roku a sestavili jsme z příspěvků speciální webovou sekci, kde jsou všechny poznatky shromážděny. Rychlý přístup usnadní přiložený QR kód.



Březnová výzva je v době vydání zpravodaje v plném proudu. Ta nabádá (nabádala) k luštění křížovky či sudoku. A protože jsme zde sudoku už dlouho neměli, můžete si s námi jedno vyluštit. Připomínáme pravidla: Sudoku se hraje na mřížce 9x9, rozdělené na devět menších čtverců 3x3. Cílem je doplnit prázdná pole čísly 1 až 9 tak, aby se každá číslice vyskytovala pouze jednou v každém řádku, sloupci a čtverci 3x3. Hra vyžaduje logické myšlení, nikoliv matematické výpočty, a předvyplněná čísla slouží jako nápověda.

Vyluštění sudoku, ale také fotografie, videa nebo krátké zprávy o plnění výzev můžete zasílat nebo na e-mail soutez@nemocnice-vs.cz a inspirovat tak ostatní k zapojení. Pro úspěšné luštitelé a inspirátory jsou připraveny drobné dárky.



		3	4			5	8
					1		9
2	1			6	9	4	7
		7	1		2		
			7			5	1
	5			2		7	4
	2			8	4	3	1
			6		3		2

Vsetínská nemocnice
Pro zdraví Valašska

Březen Polub a energie # Výzva 115



Luštěniny patří na talíř dvakrát až třikrát týdně

Zapojení většího množství luštěnin do jídelníčku bylo také jedním z dílčích únorových úkolů Výzvy 115. Menu chutnalo, ale na konzumaci těchto potravin bychom měli myslet mnohem častěji. Ideální je zařadit luštěniny na talíř dvakrát až třikrát týdně.



U příležitosti Světového dne luštěnin, který připadl na 10. února, připravila nemocnice pro zaměstnance i pacienty bez dietních omezení speciální LUŠTĚNINOVÉ MENU. Cílem bylo připomenout, že luštěniny jsou zdravé, chutné a rozhodně nemusí být nudné. Navíc přispívají k prevenci řady onemocnění. „Luštěniny patří mezi potraviny s vysokou výživovou hodnotou, přesto je lidé často opomíjejí. Jsou výborným zdrojem rostlinných bílkovin, vlákniny, vitaminů a minerálních látek,“ říká nutriční terapeutka Vsetínské nemocnice Alžběta Larmerová, DiS. Mezi nejznámější luštěniny patří čočka, hrách, fazole, cizrna nebo sója, stále častěji se ale objevují i méně tradiční druhy, jako je čočka beluga, mungo, adzuki nebo lupina.

Cizrna, červená čočka i řecká musaka

„Strávníci si vychutnali například smažené kuřecí krokety s uzeným sýrem a červenou čočkou, nebo vegetariánské thajské cizrnové kari s květákem a kokosovým mlékem,“ připomenula vedoucí oddělení stravování Eva Maliňáková. V nabídce nechyběla ani gratinovaná řecká musaka s vepřovým masem a červenými fazolemi.

Malý krok ke zdravějšímu jídelníčku

Luštěniny mají nízký glykemický index, zasýtí na delší dobu a při pravidelné konzumaci mohou přispět k prevenci civilizačních onemocnění, jako jsou kardiovaskulární choroby, diabetes nebo obezita. „Ideální je zařadit luštěniny na talíř dvakrát až třikrát týdně,“ doplňuje nutriční terapeutka.

Častým „strašákem“ odrazujícím od konzumace luštěnin může být jejich obtížnější trávení a nadýmání. Tyto obtíže je ale možné zmírnit správnou přípravou. „Pomáhá luštěniny namočit, vařit je v čisté vodě a dochutit například kmínem, fenyklem nebo majoránkou. Možností, jak je v kuchyni využít, je přitom celá řada – od polévek a pomazánek až po přílohy nebo luštěninové těstoviny,“ radí nutriční terapeutka. Světový den luštěnin je ideální příležitostí připomenout, že zdravé jídlo může být nejen prospěšné, ale i chutné a pestré.



Křížek dětem: vyšívání pro radost malých pacientů

Lednová část Výzvy 115 zahrnovala také inspiraci k zapojení do projektu Křížek dětem, který letos přinese radost právě malým pacientům našeho dětského oddělení. Už nyní tvoří s jehlou v ruce své skvosty mnohé šikovné ruce z Čech i ze Slovenska. A připojit se můžete také: času je ještě dost. Uzávěrka je až v polovině září.

Jedná se o vyšívání dětských motivů pro polštářky, záložky a magnetky, a jak název avizuje, vyšívá se křížkovým stehem. Organizátorem je Charitativní česko-slovenský klub křížkového vyšívání, vloni se vyšívalo pro Dětský domov Jablonné, letos byla vybrána Vsetínská nemocnice, která slaví 115. výročí a také 80 let dětského oddělení.

„Obrázky na polštářky mohou mít maximální velikost výšivky 20 x 20 cm, minimální 15 x 15 cm, pokud bude obrázek větší, nic se neděje, umíme si s tím poradit, menší ale prosím nedělejte. Obrázek nemusí být čtvercový, ale zachovat zmiňené velikosti aspoň na výšku či šířku, konečná velikost polštářků bude od 35 x 35 cm. Obrázky, prosím, volte barevné, veselé, dávejte hlavně pozor na bavlňky, aby nepouštěly a aby látka nebyla moc řídká,“ upozorňuje koordinátorka projektu Markéta Koláčková, kterou v případě dotazů můžete kontaktovat na bluemar@seznam.cz, informace jsou také na facebookovém profilu Křížek dětem, nebo webu kruzekdetem.klubvysivani.cz.



Napsali jste nám

Jejich přístup k pacientkám byl vstřícný a optimistický

„Ve dnech 6.– 8. 2. 2026 jsem byla hospitalizována na gynekologickém oddělení vaší nemocnice. Dovolte mi, abych touto cestou poděkovala jak lékařům, zejména MUDr. Lažovi a MUDr. Andrysovi, tak ostatnímu personálu gynekologie. Ačkoliv se mi sestřičky i sanitárky představily, omlouvám se, jména jsem si nezapamatovala. Jejich přístup k pacientkám byl profesionální, vstřícný, laskavý a optimistický, a toho všeho si velice cením.“
S pozdravem Marcela Z.

Děkujeme všem, kteří se podíleli na náročné léčbě

„Vážený pane řediteli, můj manžel byl od konce září až do poloviny prosince (s výjimkou třítydenní hospitalizace na kardiologii v Třinci) hospitalizován na lůžkové části interního oddělení vaší nemocnice. Rádi bychom touto cestou poděkovali všem, kteří se podíleli na velmi náročné léčbě, a to lékařům, sestřám a pomocnému personálu na lůžkové části interního oddělení, na příjmové ambulanci, kde byl v jejich péči od 19. 12. do 31. 12. 2025, lékařům a vrchním sestřám na oddělení ARO a pracovníkům dispečinku a řidičům sanitních vozů.“

Chtěli bychom především vyzdvihnout lidský přístup pana primáře MUDr. Hailelou Assefa Kassu, poděkovat za krásná slova podpory MUDr. Magdaleny Noskové, a to v době, kdy manžel chtěl už léčbu vzdát. Taktéž za lidský přístup MUDr. Natálie Plešové, která byla první ošetřující lékařkou. Zároveň nesmíme zapomenout na vrchní sestru Bc. Bohdanu Bambuchovou, za projevený zájem v době, kdy manžel docházel na příjmovou ambulanci.“

Ještě jednou děkuje za celou rodinu Iva Č.



Stát se to může nečekaně každému z nás

„Vážený pane řediteli, nemocnice se připravuje na oslavu 115. výročí svého vzniku. Za tu dobu se posunula neuvěřitelně dopředu svým špičkovým vybavením, digitální technikou a pohodlným prostředím pro své zaměstnance... Jsem jednou z mnoha pacientů, a stát se to nečekaně může každému z nás, že se ze dne na den stanete zcela nemohoucími, kdy bolest zad a páteře vás zachvátí tak, že přestanete chodit. Nemůžete si sednout, nemůžete chodit a zůstává pouze poloha vleže. Odveze vás záchranka na oddělení neurologie, kde se stanete součástí nesukutečného koloběhu práce zdravotních sester a lékařů. Následují vyšetření, odběry krve, podávání infuzí, obstrůvků, a nevěříte, že taková souhra vůbec možná. Z důvodu neutěšitelné bolesti a nemožnosti si sednout ani chodit, poslušně ležíte a užíváte léky a kapačky, které vám lékař naordinuje. Měla jsem možnost po dobu hospitalizace na neurologii, tak i po dobu 14 dnů ambulantních infuzí, do-

cházce na obstrůvky či injekce od bolesti do ambulancí posoudit práci zaměstnanců nemocnice. Chci touto cestou poděkovat za nesmírnou pečlivost, lidský přístup a celkovou péči na oddělení neurologie. Konkrétně pak MUDr. Růžičkové chci poděkovat za vysoce profesionální postoj při péči o pacienta, spolehlivost a lidskost s maximálně fungující týmovou prací, která funguje ukázkově na pracovišti. Nemohu opomenout poděkování a pochvalu neurologickému stacionáři. Zde jsou sestřičky laskavé ke všem pacientům, sestra Jarmila Zubíčková je příjemná, velice empatická a vzorně odvádí svou práci.“
S přáním pěkného dne Pavlína D.



Třetáci z naší partnerské zdravotky (MG, SZŠ a VOŠZ Vsetín) se loučili po souvislé praxi se zdravotníky, kteří jim předávali zkušenosti. Kromě poděkování studenti věnovali chirurgické stanici A milé dárečky a stanici C dokonce krásný dortík.



Je člověkem na svém místě

„Vážené vedení nemocnice, dovolte mi, prosím, touto cestou vyjádřit upřímné poděkování a pochvalu staniční sestře panu Ladislavu Holíkovi a celému kolektivu interních ambulancí, které jsme v poslední době opakovaně navštěvovali – v souvislosti se zhoršeným zdravotním stavem naší babičky paní Mgr. Aleny S. Nejprve absolvovala vyšetření na neuro-

Michaelu nasměrovala do zdravotnictví babička

Novou staniční sestrou chirurgické stanice B se stala Michaela BAROŇOVÁ, DiS. Má dlouholeté zkušenosti v oblasti zdravotnictví: do Vsetínské nemocnice nastoupila po ukončení studia na Vyšší odborné škole zdravotnické ve Vsetíně v roce 2009.



„Začala jsem pracovat na chirurgii A, po první rodičovské dovolené jsem odešla do soukromé zubní ambulance, ale po druhé rodičovské mě to opět zaválo do Vsetínské nemocnice, tentokrát do interního pavilonu na neurologickou ambulanci. V roce 2022 jsem se vrátila, kde to mám nejraději, a to na chirurgii B. Už jako studentka jsem zde chtěla pracovat,“ uvedla Michaela Baroňová s tím, že chirurgii má ráda pro její rychlost a různorodost. „Nejčastěji k nám přicházejí pacienti k operaci kýly, štítné žlázy, prsu, slepého střeva, žlučníku, křečových žil, hemoroidů, ale také s různými zlomeninami po pádech, s otřesem mozku, s bolestmi břicha nebo taky před plánovanými výkony v jiných nemocnicích,“ vysvětluje.

K myšlence pracovat ve zdravotnictví ji před mnoha lety přivedla babička. „Říkala mi, že pokud se vydám touto cestou, určitě se mi to bude v životě hodit. A měla pravdu jsem ráda, že mě nasměrovala, protože rozhodovat se v patnácti letech, co chci dělat celý život, je hodně těžké,“ dodává s úsměvem Michaela. Prozradila, že dnes po náročné práci ráda relaxuje s dobrou kávou, občas si dopřeje masáž nebo nějaké wellness. Bává ji pečení, v létě pracuje na zahrádce a jezdí na kole. A my jí přejeme na nové pozici hodně pracovních úspěchů a milou spolupráci se všemi kolegy a kolegyněmi.

Mám radost, když vidím pokroky v uzdravování

Do Vsetínské nemocnice Lucie RÝZOVÁ nastoupila před dvaceti lety. Jejím prvním působištěm byla tehdejší léčebna dlouhodobě nemocných. Nyní se na oddělení následné péče vrátila jako nová staniční sestra.



„Zdravotnické povolání máme v rodině, takže mě lákalo už od dětství. Po základní škole byla volba jasná. Studovala jsem zde ve Vsetíně na Střední zdravotnické škole obor Všeobecná sestra,“ zavzpomínala Lucie Rýzová.

Po maturitě v roce 2006 nastoupila na tehdejší oddělení LDN, nynější oddělení následné péče. „Byla jsem tu několik let, než jsem se rozhodla pro změnu a přestoupila jsem na oddělení dialýzy pro získání větších zkušeností. Po roce jsem odešla na rodičovskou dovolenou a po ní jsem začala pracovat na ISLF. Naskytla se mi možnost práce na pozici staniční sestry na ONP, kde jsem se ráda vrátila,“ vysvětluje a dodává: „Vždycky jsem k této práci měla kladný vztah již od dob školní praxe. Je smysluplná, člověk se cítí potřebný pro pacienty, a především mám radost, když vidím pokroky při jejich uzdravení.“ Po náročné práci jí dodávají energii její děti, má ráda zvířata a také prozrazuje, že ráda spí. „Když mám volnou chvíli, chodím do přírody,“ dodává.

logii i diabetologii a následně začala docházet do stacionáře na infuzní léčbu. V této – pro naši rodinu náročné – době byl pan Holík skutečně člověkem na svém místě. Je mimořádně empatický, vstřícný a vysoce profesionální. Vždy ochotně pomohl, vše srozumitelně vysvětlil, poskytl podporu nejen naší babičce, ale i celé rodině. Babičce byl velmi nápomocný zejména s ohledem na její potíže s chůzí a zhoršeným sluchem. Jeho trpělivý, klidný a lidský přístup pro nás znamenal velkou oporu a pocit bezpečí.

Rádi bychom zároveň vyzdvihli celý kolektiv interní ambulance. Zdravotní sestřičky jsou milé, ochotné a profesionální, atmosféra na oddělení je velmi příjemná a vstřícná. Ještě jednou bychom chtěli vyjádřit upřímné poděkování za skvělou péči, lidský přístup a vysokou úroveň poskytovaných zdravotních služeb.“

S úctou a poděkováním Lucie P.

Poděkování hematologii, ARO a interně

„Velmi touto cestou děkuji za péči, kterou mému manželovi věnovali a věnují pracovníci hematologického a transfuzního oddělení, anesteziologicko-resuscitačního oddělení a také lůžkového interního oddělení, kde byl v poslední době hospitalizován. Z hematologie bych chtěla jmenovitě poděkovat paní doktorce MUDr. Janě Kutějové a také sestřím Monice Adamcové, Markětě Děckuláčkové, Jitce Březovjákové a Ladě Poláchové, a to za jejich podporu, vstřícnost a profesionalitu. Z ARO pak především vrchní sestře Zdeňce Gajdošové a Tomáši Čokavcovi za neuvěřitelně lidský přístup. Všichni jste báječní.“

Za celou rodinu děkuje Věra Sachrová (plné jméno s vědomím pisatelky)

Operace dopadla velmi úspěšně

„Chtěla bych velmi poděkovat MUDr. Tadeáši Malcovi a celému operačnímu týmu, včetně anesteziologa, za velmi úspěšnou operaci palce a prstu na pravé noze. Děkuji také nemocničnímu personálu za velmi milé chování a pomoc. Měla jsem trochu obavy, neboť jsem již měla 75 let, a mám několik zdravotních problémů s kostmi, srdcem, astmatem. Anesteziolog mi doporučil regionální anestezii. Operace dopadla velmi úspěšně, a jsem moc ráda, že mohu bez bolesti opět chodit na dlouhé procházky s pejskem. MUDr. Malec je skvělý odborník. Už v roce 2020 mi operoval rameno pravé ruky, když mi elektrokolo rozbilo celé rameno. Po této operaci a zodpovědném každodenním cvičení mám ruku zcela v pořádku, bez jakéhokoliv omezení. Velmi si vážím, že vaše nemocnice má takového odborníka a skvělý operační tým. Mnohokrát všem děkuji a přeji hodně dalších spokojených pacientů.“

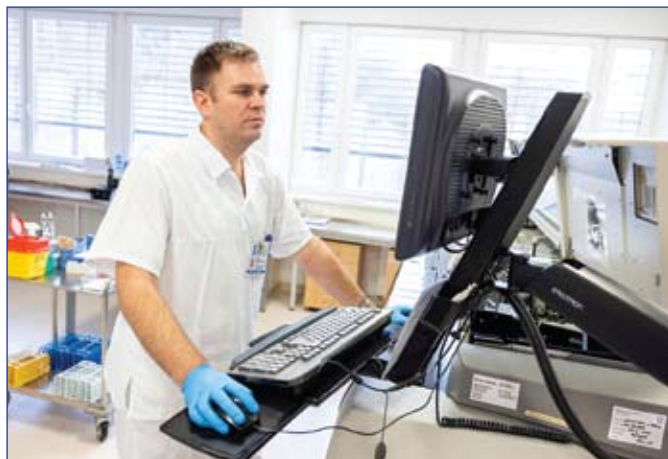
Alena P.

Pro každého měli vždy dobré slovo

„Obrácím se vás s prosbou tlumočit mé obrovské poděkování kolektivu, který pracuje na oddělení následné péče pod vedením MUDr. Pavlíny Veverkové. V letošním roce jsem na tomto oddělení strávila nemálo dní, a zdůrazňuji, že takovou péči, jaké se mi dostalo na tomto oddělení, jsem, bohužel, již nikde nedostala. Setkala jsem se vysoce profesionálním kolektivem, který byl velmi ochotný, vstřícný a příjemný. Uvědomuji si, že práce, převážně se staršími lidmi, je hodně náročná a vyčerpávající. Na tomto oddělení ale pracuje kolektiv, který měl vždy pro každého dobré slovo, úsměv a pochopení, a to v dnešní době, kdy se vytrácí lidskost, ochota a slušnost, je velmi potěšující. Chtěla bych popřát celému kolektivu hodně sil a trpělivosti. Mnohokrát děkuji za péči, díky které jsem se vždy rychle zotavovala.“

Drahomíra V.

Originály korespondence, včetně plných jmen pisatelé, jsou uloženy u manažera kvality Ing. Libora Czeffera



Oddělení klinické biochemie vede Mgr. Juraj Jánošík

Na pozici primáře oddělení klinické biochemie vystřídal Mgr. Juraj JÁNOŠÍK dlouholetou primářku RNDr. Dagmar BĚLOVOVOU, která stála v čele oddělení více než dvacet let a byla svědkem obrovského vývoje technologií, přístrojového vybavení i práce v laboratoři jako takové.

„Primáři Mgr. Juraji Jánošíkovi přeji hodně pracovních úspěchů na nové pozici a zároveň velmi děkuji paní primářce RNDr. Dagmar Bělovové za dlouhá léta práce pro nemocnici,“ komentoval ředitel nemocnice Ing. Martin Pavlica.

Mgr. Juraj Jánošík nastoupil do Vsetínské nemocnice v roce 2018, po předchozím působení v laboratořích ve Valašském Meziříčí a v Žilině. Vystudoval střední zdravotnickou školu v Trenčíně, obor zdravotní laborant, následovalo vysokoškolské studium vyšetřovacích laboratorních metod. Zaměřil se na klinickou biochemii, která mu přirostla k srdci, a spojil s ní svou profesní dráhu. Absolvoval první i druhou atestaci. Od prvního února 2026 oddělení klinické biochemie vede, primářem byl jmenován na základě úspěšného výběrového řízení.

Kolik má nyní vaše pracoviště zaměstnanců? „Naše pracoviště má nyní 18 zaměstnanců, z toho 4 odborné pracovníky v laboratorních metodách, 2 lékaře na částečný úvazek, 9 zdravotních laborantek, 2 odběrové sestry a 1 sanitářku.“

Kolik vzorků ročně zpracujete? „Naše pracoviště ročně zpracuje kolem 140 000 vzorků. Tyto vzorky zahrnují různé typy materiálu, nejčastěji krev – sérum nebo plazmu, moče, stolice, likvor, punktáty, močové konkrementy.“

Které metody jsou nejčastější? „Mezi rutinní metody s největší frekvencí patří urea a kreatinin, které jsou součástí ledvinového souboru, dále vyšetření glykemie, iontů a jaterních testů. Ze speciálních metod nejvíc vyšetřujeme hormony štítné žlázy a onkomarkery.“

Máme na oddělení celou řadu přístrojů, analyzátorů. Patří některý k vašim oblíbeným? „Mezi analyzátory svého favorita nemám. Když přístroj provádí analýzu tak jak má, vychází správně interní a externí kontroly kvality, to je značka správné laboratorní praxe. To vše by nešlo bez zkušeného a zaškoleného personálu.“

Celoživotním koníčkem Mgr. Juraje Jánošíka je folklor. Tomu slovenskému se aktivně věnoval od

patnácti do třiceti let. Nejprve působil ve folklorním souboru Věna při studiu na střední zdravotnické škole v Trenčíně, posléze tancoval v souboru Mladost v Dubnici nad Váhom. Terchovský kroj si ale rád obleče na různé folklorní plesy. Jako tomu bylo například na Valašském bále v Novém Hrozenkově. Tam zavítal i s dalšími příznivci folkloru z oddělení klinické biochemie. „Na ples nás dovedla láska k folkloru. Zúčastnili jsme se v kroji, každý z nás hrdě reprezentoval svou dědinu či folklorní oblast,“ dodal Mgr. Juraj Jánošík.

Individuální Stáž Premium si medicí pochvalují

Medici mají velký zájem nejen o exkluzivní projekt Ve stopách primáře, ale také o individuální Stáž Premium. Určena je studentům 4. až 6. ročníku všeobecného lékařství, kteří hledají praktické zkušenosti nad rámec běžných praxí.

Během stáže se aktivně zapojují do chodu vybraného oddělení, poznají primáře daného pracoviště a mají možnost vyzkoušet si práci přímo po jeho boku – ať už v ambulancích, na lůžkových odděleních, nebo dokonce na operačních sálech. Na chirurgickém a dětském oddělení na přelomu ledna a února získávala zkušenosti Sára Schafferová, studentka čtvrtého ročníku Všeobecného lékařství na Masarykově univerzitě v Brně. „Stáž se nesla ve velmi přátelském duchu. Dva dny jsem byla na chirurgii a dva na pediatrii. Byla jsem na operačních sálech i na oddělení, na dětském jsem se mohla podívat na základy psaní lékařské dokumentace, bylo to velmi přínosné,“ hodnotila Sára.



Stáž Premium využil také medik Tomáš Šipoš. Ten už Vsetínskou nemocnici poznal díky našemu exkluzivnímu projektu Ve stopách primáře. „Velkým přínosem je, že nám nemocnice zajistila ubytování a stravování. Opět maximální spokojenost, velmi přátelský kolektiv na odděleních. Měl jsem radost z opětovného setkání s lékaři, se kterými jsem se už dříve potkal,“ hodnotil s tím, že všichni byli ochotni a připraveni pomoci a předávat zkušenosti. Aktuálně nabízíme Stáž Premium na oddělení anesteziologicko-resuscitačním, dětském a oddělení patologické anatomie, popř. dle dohody i na dalších odděleních Vsetínské nemocnice.

Kontakt: personalistka Milena Štichová, tel.: 571 818 108, e-mail: stichova@nemocnice-vs.cz.

Pokračuje podpora školitelů i stipendií

Také v letošním roce pokračujeme v čerpání dotace z Fondu Zlínského kraje na realizaci projektu Stipendijní program Vsetínské nemocnice a.s. 2025, evidovaného pod registračním číslem RP 16-25/02. Využít můžeme až 580 tisíc Kč, maximálně do výše 50 % celkových výdajů.

Významná je také podpora dalšího projektu, kde je dotace poskytována na spolufinancování odměn školitelům absolventa, proškoleného studenta a školitelům podílejícím se na náborových aktivitách. Pro projekt Podpora školitelů ve Vsetínské nemocnici a.s. 2026 (registrační číslo IND/2026/008) je možné čerpat z Fondu Zlínského kraje dotaci až do výše 1 048 992 Kč, současně však maximálně 70 % celkových výdajů projektu.

Zlínský kraj
Kraj bez hranic





Otisk placenty: důležitého spojení matky s dítětem

Jedinečnou památku na příchod dítěte na svět si mohou rodiče nyní odnést také ze vsetínské porodnice. „Otisk placenty je možný nejen po spontánním porodu ale i po císařském řezu,“ informuje vrchní sestra gynekologicko-porodnického oddělení Bc. Petra Kašparová. Zachycuje přirozenou strukturu placenty, která po dobu těhotenství představovala důležité spojení mezi maminkou a dítětem, svým tvarem připomíná strom života. Otisk je možné doplnit o jméno dítěte, datum narození či další osobní údaje dle přání rodičů. Jeho vytvoření je dobrovolné a zdarma.



Projekt optimalizace podávání inzulínu

Vsetínská nemocnice se zapojila do projektu zaměřeného na optimalizaci procesu podávání inzulínu. Realizované změny přispěly ke zvýšení komfortu pacientů, snížení rizika komplikací a ke zkvalitnění celého procesu. Jedním z konkrétních výstupů byla také úprava a zkrácení používaných aplikačních jehel, která reagovala na zjištění potřeby z klinické praxe.

Úvodní část projektu se zaměřila především na snížení rizika aplikačních chyb a sjednocení ošetrovatelské praxe napříč odděleními. „Od října 2024 do ledna 2025 probíhalo zejména na ISLF, chirurgii a ortopedii průzkumné šetření,



kteř vedla PhDr. Pavla Kudlová, PhD., MBA. Cílem bylo ověřit především správnost aplikace: zda podáváme ve správný čas, správnou technikou a do správného místa. Zaměřila se také ale na správné skladování látek a dodržování medikace,“ uvedl náměstek pro ošetrovatelskou péči Mgr. Pavel Šupka s tím, že do prvotního šetření se zapojily jak praktické, tak všeobecné sestry, následovaly rozhovory vedoucí k optimalizaci celého procesu. „V jarních měsících pak proběhla realizace změn. Jedním z výstupů byla mimo jiné také změna v délce využívaných jehel,“ dodal Mgr. Pavel Šupka.

V závěru kalendářního roku 2025 se ve Vsetínské nemocnici uskutečnil workshop s praktickým nácvikem pro sestry. „Závěrečný workshop byl výjimečný. Dozvěděli jsme se spoustu nových informací, měli jsme možnost si novinky vyzkoušet. Těšíme se na další témata,“ hodnotila vrchní sestra interního oddělení Bc. Bohdana Bambuchová. V přípravě je workshop zaměřený na bezpečnou aplikaci dalších subkutánně (podkožně) podávaných látek, jako jsou například nízkomolekulární hepariny. Odborným garantem je i v tomto případě PhDr. Pavla Kudlová, PhD., MBA, prezidentka Spolku vysokoškolsky vzdělaných sester (nyní Spolek všeobecně vzdělaných sester), vysokoškolská pedagožka s dlouholetou odbornou praxí v oblasti edukace, diabetologie a chronických ran.



Proměny valašské přírody v nemocniční jídelně

Nová fotografická kolekce zdobí prostory zaměstnanecké jídelny. Autory snímků, které zachycují valašskou přírodu v jejich ročních proměnách a tónech, jsou naši kolegové Petr Tkadlec a Jan Rohlík.

Petr Tkadlec je nemocniční vrátný a telefonista, ve volných chvílích fotograf a také úspěšný iReportér České televize. Jeho snímky či videa již mnohokrát bodovala v televizní soutěži a vidáme je také v relaci věnované počasí. Jan Rohlík svým fotoaparátem zaznamenává dění v nemocnici, s jeho snímky se setkáváte na našich sociálních sítích, webových stránkách i v našem zpravodaji.





Výzvy všeho druhu mám rád, posouvají člověka dál

Ponořit se do ledové Bečvy je pro většinu lidí jen těžko představitelné. Bezpečnostní manažer Bc. Jan MAŠTALÍŘ se otužování věnuje již několik let. Když pomine zimní období je čas myslet nejen na další sporty, ale také na zahrádku. Jmenovali ho předsedou zahrádkářského spolku, což mu přináší další povinnosti. Vše ale bere s nadhledem. Má zkratka rád výzvy, i tu naši k 115. výročí nemocnice.

Jak s úsměvem říká, za otužování může covid. „Zavřená všechna sportoviště, nudný život na pražské ubytovně, kde jsem tehdy bydlel. Venku zima, pochmurno. Nikam jsme nemohli – a uvažovali jsme s kolegy, co budeme dělat. Ale Vltava tekla pořád, tam nebyla žádná omezení, žádné zákazy, a tak jsme si řekli, že se půjdeme otužovat do Vltavy,“ vzpomíná s úsměvem. Odhodlat se k prvnímu ponoru nebylo podle jeho slov vůbec jednoduché. „Můj spolubydlič, o polovinu mladší, mi řekl, že to nedám. Tak jsem se zařekl, že když zvládne studenou Vltavu on, tak já dvakrát. A taky že jo. Mám rád výzvy všeho druhu. Je to šest let, já se otužuju pořád, a on už to dávno vzdal,“ dodává.



Ve Vltavě na ně občas záutočil i rozrušený labuťák, přesto mělo otužování uprostřed Prahy svou romantiku. Po čase si ji přenesl i na Valašsko, Vltavu zkrátka vyměnil za Bečvu. „Měl jsem na Vsetíně kamarády, kteří se otužovali, řekli mi, že každou neděli u splavu je ponor. Tak jsem tam začal chodit a zdomácněl jsem,“ vzpomíná.

Jak takový ponor probíhá? „Přijedeme k vodě, vyslečeme se do plavek a zanoříme se. Vydržíme čtyři až pět minut a vynoříme se. Někdy před ponorem je zapotřebí i vysekat díru v ledu. Voda v Bečvě mívá v zimě zhruba od jednoho do pěti šesti stupňů,“ komentuje. S odpovědí, co mu otužování dává, ale váhá. „Cítím se dobře, ale co mi to dává, to nevím. Když jsem tuto otázku konzultoval při obědě s primářem patologie MUDr. Petrem Mičulkou, tak mi říkal, že čas ukáže. Imunita je určitě silnější, ale já nebýval nemocný ani předtím. Jak zareaguji časem klouby, to nevím,“ přemýšlí. Vyzkoušel i kryokomoru, kde se tělo po dobu tří minut vystaví teplotě až -120 stupňů Celsia. „Proti Bečvě je to naprostá brnkačka. Je tam větší mráz, ale Bečva je daleko intenzivnější a náročnější, chladivější,“ vysvětluje.

Při svém prvním ponoru žádnou speciální přípravu ani odborný dohled neměli. Zájemcům o otužování však tento

postup nedoporučuje. Příprava je důležitá: „Kromě otužování si každé ráno dám studenou sprchu. To člověka otbere a připraví na den. Kdyby chtěl někdo začít s otužováním, tak bych nasadil přes léto právě tuto studenou sprchu, osvěží, ochladí. A se studenou sprchou pokračujte, i když už takové horko není. Od září, října je možné začít chodit do vody a postupně si zvykat na nižší a nižší teplotu. My s ponory začínáme v říjnu, listopadu.“

Když pomine otužování, přichází čas myslet na zahrádku. „Byl jsem dítě z paneláku, ale zahrádku jsme měli odmala. Musel jsem tam pracovat i v dětském věku, a v pubertě často proti své vůli. Teď mám zahrádku na Rybníčkách U spínačky. Uvrtali mě do role jednatele, předsedy spolku. Tak s tím mám další starosti, je to nevděčná funkce,“ prozrazuje. Co zahrádka přináší? „Tak samozřejmě nějaké suroviny a fyzickou práci. Dá se říct, že je to relax. Ale jiných koníčků je tolik, že na zahrádku nezbyvá čas,“ informuje. Pěstuje rajčata, papriky, jahody, cibuli, hrášek, cibulky, na zahradě mají jabloně, broskve. „Je to zábava, únik z baráku,“ hodnotí.



Volnočasových aktivit, kterým se věnuje, je spousta. „Basket, volejbal, na vodu jezdím, na lyžích, na běžkách, fotbal hraju, je toho hodně, není na všechno čas,“ vypočítává. Občas vezme na výlet i kolegy z nemocnice, vloni se podívali na Malou Fatru.

Dobrá fyzická připravenost se hodí i v rámci jeho nemocničních aktivit – práce bezpečnostního manažera. „Zatím jsem se nemusel s nikým tady boxovat, ale když přijdu do nějaké konfliktní situace, tak mám přirozenou autoritu a doposud vždycky se jednání s problémovými osobami vyřešila ústně. A když není tato cesta, přivolá se policie. Využit fyzické síly, to je až krajní prostředek, v jakékoliv situaci,“ říká s tím, že nejčastějším problémem, který řeší, ať již sám či ostražka, jsou pacienti pod vlivem.

V nemocnici jsou nastaveny systémy školení, kde sděluje zdravotníkům a dalším zaměstnancům, jak se zachovat v krizových situacích. Jedná se o vstupní a pravidelná roční školení. „Měli jsme i praktický nácvik ve spolupráci s policisty, doufám, že nebyl poslední. Při modelových situacích si člověk nejvíce vyzkouší. I když ví, že se jedná o nácvik, tak na něj většinou silně zapůsobí, a lépe si pamatuje, jak postupovat,“ plánuje.

Výzvy má zkrátka rád, vnímá i ty nemocniční, ke kterým inspirovalo 115. výročí nemocnice: „Viděl jsem je, všechno více měně plním. Výzvy člověka posouvají dál. Je to motivace něco dělat, snažit se o něco, nějak fungovat.“



Sledujete Výzvu 115? Věnujete se plnění jednotlivých úkolů?

1 | Bc. Stanislava ZEMÁNKOVÁ | všeobecná sestra, chirurgické oddělení, stanice B | „O Výzvě 115 jsem se poprvé dozvěděla na facebookovém profilu nemocnice, zhlédla jsem video a moc mě to zaujalo. V lednu tam bylo naplánováno výletu, to jsme si udělali s chirurgií B novoroční výšlap. Vyjeli autobusem na Troják a přes Končiny pěšky v zimě, ve sněhu a mrazu až k nám domů, kde na nás čekal výborný guláš, který uvařil manžel, nabídnul nám svařák. Bylo to úžasné. Líbí se mi ale i další úkoly: třeba zařadit do jídelníčku více luštěnin. S tím nemám problém, protože zrovna čočka je u mých dětí oblíbená. Horší je dopřát si den bez sladkostí, to je pro mě opravdová výzva, je obtížné tomu pokušení odolat. Musím se přiznat, že pro film do kina jsem nehlasovala, ale chystám se s dětmi na novou pohádku. Mám ráda kino a miluju divadlo. Jezdíme s manželem do Prahy, do Studia DVA, všem doporučuji. Naposledy jsme byli na představení Lovci bobrů.“

2 | Bc. Markéta TŘETINOVÁ | porodní asistentka, gynekologicko-porodnické oddělení | „Viděla jsem výzvu na facebooku. V únoru bylo třeba zavolat někomu, koho jsem dlouho neslyšela. Vždycky někdo takový je, ale já se snažím pokaždé, když delší dobu neslyším o některé své kamarádce, tak jí alespoň zavolat, zeptat se jak se má, co dělá. A také bývalým kolegyním volám, ať se za námi zastaví. Jednou z výzev byla i chůze do schodů, to já chodím pravidelně, a dokonce nutím i tady své kolegyně, občas úspěšně, 😊 ať jdou se mnou. A v únoru bylo i luštěninové menu, to bylo moc výborné, dala jsem si čočkové krokety, byly super. Líbily se mi ale také další tematické dny v jídelně, naše kuchyně vaří moc dobře. Většinou si vždy pochutnám.“

3 | Jana TYDLÁČKOVÁ | praktická sestra, oddělení následné péče | „Výzvy jsem četla, vím o nich. Téměř každý měsíc je něco k prevenci, na tu chodím pravidelně. V únoru byl apel na chůzi po schodech, to mám splněno. Také méně solím. Den bez sladkostí, to se někdy těžko dodržuje, ale teď jsem držela takový zdravější jídelníček, bylo tam hodně sýrů, omezení uzenin, z masa jen kuřecí nebo králíci.“

4 | Šárka KOPEČKÁ | dokumentační sestra, interní spojený lůžkový fond | „Sleduji a plním! Na výlety jezdíme pravidelně, letos jsme byli na zasněženém výletu ve Velkých Karlovicích, v Uherském Hradišti – chodíme ne Velehrad. Jíme zdravě, ale spíš ovoce než zeleninu. Luštěniny mám často,

slazené nápoje nepiju. Po schodech chodím pravidelně. S rodinou se věnujeme turistice, hodně chodíme, už opravujeme kola. Hrajeme badminton, máme rádi i deskové hry. Koncept výzev je fajn, každý určitě něco vybere a motivuje k dalším aktivitám. Už se těším na další.“



Nemocnice šla do kina na film Když se zhasne

Mezinárodní den žen jsme si v posledních letech zvykli oslavovat společně v kině, a to na filmu, který si zaměstnanci sami vybírají v anketě. Tentokrát vyhrála nová česká komedie KDYŽ SE ZHASNE a kino Vatra zaplnila téměř do posledního místa. Účast více než 260 lidí byla v každém případě rekordní, účastníci se bavili a odcházeli spokojeni. Ještě před filmem přítomným ženám popřál k nedávnému svátku ředitel nemocnice Ing. Martin Pavlica. Ani tentokrát nechyběl nemocniční předfilm, který byl věnován našim letošním výzvám, inspirovaným 115. výročí nemocnice. Tradice kin k MDŽ trvá od roku 2022. Společně jsme viděli komedie Srdce na dlani, Přání k narozeninám, Matku v trapu, V dobrém i zlém.



Na stanici šestinedělí je práce nabíjející

Rubrika POŠLI TO DÁL zamířila z pracoviště donáškové služby za usměvavou sanitářkou Janou PEREDARJUKOVOU na gynekologicko-porodnické oddělení. Prozradila nám, že se v mládí vyučila pro přerovské Kazeto jako brašnář-sedlár se specializací na výrobu kufrů. A na Valašsko se přivdala před čtyřiceti lety.



Jaká cesta Vás přivedla na gynekologicko-porodnické oddělení? „Pracovala jsem řadu let v domově důchodců, kde jsem skončila, ale chtěla jsem dělat podobnou práci. Našla jsem si sanitářský kurz, tak jsem se přihlásila s tím, že nechci na jiné oddělení než následné péče, aby to bylo podobné tomu, co jsem již znala z předchozího působení. Na ONP jsem pracovala čtyři, pět let. To byly zrovna náročné covidové roky, a já pak už potřebovala změnu. V té době mi zrovna zavolala moje současná vrchní

z gynekologicko-porodnického oddělení, že se jim tam uvolnilo místo, jestli bych za nimi nechtěla.“

Co všechno je náplní Vaší práce na gynekologicko-porodnickém oddělení? „Chystáme jídlo, nosíme čaje, děláme úpravu lůžka, odvážíme pacientky na vyšetření, pacientky po císařském řezu z porodního sálu, doprovázíme pacientky do sprchy či na WC, a uklízíme, když je zapotřebí.“

Je to náročné na fyzickou kondici? „Asi méně než na ONP, pokud to mohu osobně posoudit, ale zátěž je to také. Máme i ležící pacientky, steleme postele, fyzická je zapotřebí i tady.“

Péče o maminky po porodu je motivující, ne? „Je to hlavně nabíjející. Střídáme se po týdnech na stanicích gynekologie a šestinedělí. Když jsem zrovna na stanici šestinedělí, tak ta miminka, která jsou na pokoji, vyloženě nabíjí. My se staráme jen o maminky, o miminka novorozenecká stanice. Je to příjemná práce, člověka to nabudí. Na gynekologii jsou zase pacientky vděčné, že s nimi prohodíme slovo, povzbudíme je. Pro mě je to příjemná práce.“

Jste neustále usměvavá, čím dobíjíte energii? „Já? Prací! Dělán ještě brigádně v supermarketu, navíc sportuji, mám čtyři vnoučata. Když mají chuť být s babičkou, tak spolu řádíme. Tím dobíjím baterky.“

Sport? Čemu se věnujete? „Já chodím do fitka, nebo na procházky. S vnoučaty do bazénu. Jak to časově vyjde.“

Cestování Vás minulo? „To bylo dřívě, když jsem byla mladší. Procestovali jsme Evropu, když jsme jezdili na kole, ale to už je minulost.“

Nemocnice letos slaví 115 let. Máme i různé výzvy... „Ano, sleduji to. Tentokrát jsem si dala výzvu chození po schodech a konzumace více luštěnin, to mě baví, luštěniny mám ráda. A po schodech chodím týden a jsem spokojená, doufám, že to vydržím.“

Co si myslíte o takových drobných výzvěch? „Za mě je to fajn. Většinou to není nic náročného, a jak je člověk splní, je spokojený.“

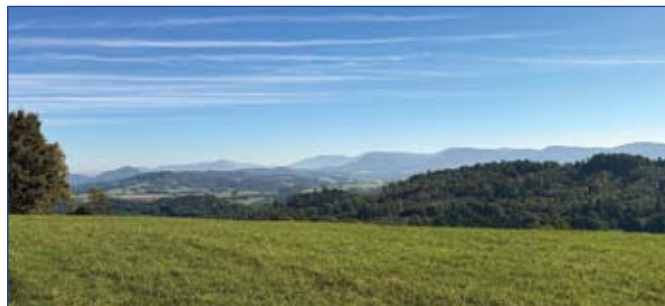
A co přejete nemocnici k 115. narozeninám? „Především hodně spokojených pacientů, ale také aby se dále rozvíjela. Ať je tady ještě dál.“



Svinec s krásnými výhledy a také Oční studánkou

Minule jsme v naší rubrice Tip na výlet hovořili o hradu Starý Jičín. Když budete na Novojičínsku, určitě navštívte také nedaleký kopec Svinec (nadmořská výška 547 m) s krásnými výhledy do širokého okolí a opředeny legendami, nejen o zázračné vodě.

Oblast byla roku 1995 vyhlášena za přírodní rezervaci, kde roste několik druhů vzácných orchidejí či hořců. Jestliže se na Svinec vydáte na kole, doporučuje se trasa z obce Straník. Po tříkilometrovém stoupání se dostanete na horizont, kde odbočíte na červenou turistickou značku, která vede terénem až na vrchol. Pro pěší výšlap je možná trasa z parkoviště u restaurace Na Skalkách, u cesty z Nového Jičina do obce Kojetín. Případně pokračovat až na parkoviště pro turisty (omezená kapacita), to je zhruba kilometr od chaty (Penzion na kopci Svinec), která nabízí občerstvení, a na vrchol je to již jen kousek.



Z vrcholu (**GPS: 49.5668492N, 17.9838347E**) jsou krásné výhledy na Starý Jičín, Oderské vrchy, Hostýnské vrchy a také velkou část Beskyd, včetně Lysé Hory. Na vrcholu je kamenný kříž z roku 1882, byl postaven na památku zbožného mecenáše, který jako poutník navštívil Řím, Egypt i Svatou zemi.

A proč se kopec jmenuje Svinec? Prý tam pásal ovce nevhodný sirotek Jakub. Když mu sestra přinesla oběd, odvětil, že to jíst nebude, ať jej třeba svině sežerou. Tak se i stalo, z lesa vyběhli dva divočáci a chlapce sežrali, chléb se proměnil v kámen.

Zhruba kilometr od vrcholu (žlutá turistická značka) se nachází Oční studánka, které se přisuzovaly zázračné schopnosti. U pramene je poutní místo s kaplí a sochou Sanny Marie Lurdské. Chladná voda obsahuje abnormální množství vápníku, jestli je voda léčivá, vyzkoušejte sami.