



Vážení zaměstnanci, milí kolegové,

dovolím si tento úvodník pojmout jinak, než jsme zvyklí, poněkud osobněji. Letos v lednu to bylo 15 let, co jsem nastoupila do Vsetínské nemocnice a od konce roku 2011 jsem byla součástí jejího představenstva. Za ta léta jsme toho společně hodně prožili. V počátku především snaha stabilizovat ekonomiku, současně s tím zvýšit mzdy a zavést další zaměstnanecké výhody a benefity. Obrovský kus naší společné práce souvisel s prosazením výstavby nového interního pavilonu a následně dialýzy a magnetické rezonance.

Příprava dalšího stavebního rozvoje nemocnice – generelu, který se několikrát musel přepracovat. Získání dotací na zdravotnické technologie v celé nemocnici, na pořízení mnoha informačních systémů, ale i zajištění vlastních prostředků na obměnu základního vybavení pracovišť nábytkem a drobnými pomůckami, na zlepšení pracovního prostředí zaměstnanců a zlepšení prostředí pro pacienty. Prošli jsme společně neskutečně náročným covidovým obdobím, následnou ekonomickou a energetickou krizí. A každý další rok přinášel a bude přinášet nové výzvy.

Proč toto všechno vzpomínám? Po zmíněných patnácti letech jsem se rozhodla své působení v představenstvu Vsetínské nemocnice a. s. ukončit a k 30. 6. 2026 jsem podala hejtmanovi Zlínského kraje rezignaci na funkci člena představenstva. To rozhodnutí pro mě nebylo vůbec jednoduché. Vše, co jsem zmínila v prvním odstavci, se podařilo realizovat jen díky naší společné práci, díky vzájemné důvěře a týmové spolupráci, díky všem, kteří v této nemocnici mají nejen uzavřenou pracovní smlouvu, ale mají tady také kus svého srdce. Právě proto bylo rozhodování tak náročné, protože si důvěry,

kteou jsem vnímala po celá ta společně prožitá léta, nesmírně vážím a chci za ni vám všem, nejen nejbližším spolupracovníkům, ale skutečně všem zaměstnancům, kteří tuto nemocnici dělají takovou, jaká je, poděkovat.

Chtěla bych současně poděkovat i vedení Zlínského kraje za důvěru a podporu, kterou jsem v průběhu těch let dostávala nejen já, ale celá naše nemocnice. Chtěla bych poděkovat všem sponzorům za podporu nemocnice i jednotlivých oddělení, ale i spolupracujícím dodavatelům, že s námi byli na jedné lodi v dobách, kdy jsme své závazky nebyli schopni včas a řádně plnit. Naposledy, ale o to srdečněji, děkuji vám, zaměstnancům. A nejen děkuji, ale přeji především pevné zdraví. Přeji vám všem skvělé kolektivy a spolupracovníky, protože jen ti pomáhají zvládat náročné situace, kterých si každý jednotlivý zaměstnanec užívá nespočet každý svůj pracovní den. A právě dobré pracovní kolektivy, pracovní týmy, důvěra a přátelství, která na pracovištích vznikají a každý, i drobný úspěch v práci, pak jsou motorem do dalších dnů a základem spokojenosti v práci. V práci, která má smysl. Vážím si všeho, co jsem v této nemocnici a ve své pozici zažila, úspěchů i neúspěchů. To vše mi přineslo nové poznatky a zkušenosti.

Ať se vám práce daří i v dalších letech, ať se nemocnice i po svých 115 letech dále rozvíjí a tvoří pevnou součást českého a zlínského zdravotnictví. Budu se vždy těšit na každé další setkání s vámi. S úctou a díkem

Ing. Věra PROUSKOVÁ, MBA | členka představenstva



Nemocnice oslavila 115 let péče o zdraví Valašska

Ocenění dlouholetých zaměstnanců, gratulace hejtmana Zlínského kraje, ředitele nemocnice i příjemný kulturní program. Takový byl slavnostní večer u příležitosti 115. výročí Vsetínské nemocnice, který se uskutečnil symbolicky 11. 5. v kině Vatra. Hudebním dárkem bylo muzikálové vystoupení EVA!, o písních a životních osudech Evy Pilarové, v podání manželů Petry a Radovana Králových, herců Městského divadla Zlín.

„To nejcennější, co každá nemocnice má, jsou její lidé. Přejí nemocnici, aby měla ty správné lidi, nastavené týmově, pro práci, pro naše pacienty, a to na všech pozicích,“ uvedl hejtmán Zlínského kraje Ing. Radim Holíš.

Oceněným i dalším zaměstnancům děkoval i ředitel Vsetínské nemocnice Ing. Martin Pavlica: „Jsem moc rád, že se i v dnešní době setkávám s lidmi, kteří stojí za nemocnicí, pomáhají jí posouvat dále, i přes všechny problémy, jimž zdravotnictví v současné době čelí. Co se týká ekonomiky, moderních technologií, přístrojů, stojí si nemocnice nejlépe za celou dobu existence. Část areálu je zrekonstruována, společně se Zlínským krajem máme velké plány a projekty. Nicméně největším bohatstvím každé nemocnice jsou lidé. Proto bych byl rád, abychom se nadále podporovali, dělali si atmosféru v nemocnici příjemnou a dále vysílali signál, že nemocnice je nejen potřebná, ale i perspektivní.“

Ocenění za celoživotní přínos převzali:

- **RNDr. Dagmar BÉLOVOVÁ**, bývalá dlouholetá primářka oddělení klinické biochemie
- **Bc. Františka MALÍKOVÁ**, bývalá vrchní sestra interního odd., současně pracující v gastroenterologické ambulanci
- **Hana MICHALCOVÁ**, dlouholetá vedoucí odd. dopravy
- **MUDr. Jaroslav SANKOT**, bývalý dlouholetý primář chirurgického oddělení a významný chirurg
- **Mgr. Anna ZGARBOVÁ**, dlouholetá zástupkyně ředitele zdravotnické školy Vsetín, která je významným partnerem nemocnice při vzdělávání mladých zdravotníků
- **Jiřina JURICOVÁ**, staniční sestra chirurgického oddělení
- **Jana KOCURKOVÁ**, kuchařka, která s láskou vaří našim pacientům a zaměstnancům více než 43 let
- **MUDr. Radomír VALA**, bývalý dlouholetý primář oddělení radiodiagnostiky
- **MUDr. Marie DVORÁKOVÁ**, lékařka, která pečuje o dětské pacienty již téměř 52 let.

„Jsem moc rád, že nemocnice je pořád atraktivní pro mladé lékaře i sestry, a pořád v ní vidí pracoviště, kde si mohou naplnit své cíle a kde mohou dobře a příjemně pracovat,“ reagoval MUDr. Jaroslav Sankot.

„Vývoj ve zdravotnictví je neskutečně rychlý, od doby mého nástupu se změnilo téměř všechno. Vše je modernější, práce je také jednodušší a krásná,“ dodala staniční sestra Jiřina Juřicová.

Vsetínská nemocnice byla slavnostně otevřena 23. dubna 1911 a 16. května 1911 přijala první pacienty. Jubileu se nemocnice věnuje celý rok, stalo se inspirací pro vznik Výzvy 115, která obsahuje 115 drobných úkolů, rozprostřených do celého roku, jejich společným cílem je podpora zdravého životního stylu, prevence, psychické pohody a dobré nálady. „Výzva je nejen připomenutím důležitosti prevence, ale také síly drobných každodenních rozhodnutí, která mohou zlepšit zdraví i náladu,“ připomenul ředitel Vsetínské nemocnice Ing. Martin Pavlica.

Slavnostní večer podpořily společnosti **Austin Detonator s.r.o.** a **Nadační fond Svět oken**. Děkujeme.

Medailonky jednotlivých oceněných osobností najdete uvnitř našeho zpravodaje.



Začíná stavba vertikály s výtahy u pavilonu G

Na východní straně pavilonu G směrem k Bečvě vznikne nová přístavba, ve které budou dva výtahy a evakuační schodiště. Náklady na realizaci akce jsou dle uzavřené smlouvy 34 milionů Kč bez DPH. Investorem akce je Zlínský kraj.

Převzetí stanoviště se uskutečnilo 25. května, předpokládaná doba výstavby je čtyřicet týdnů. „Stavba by měla probíhat do března 2027 a prostory následně využívány od května 2027,“ informoval provozní náměstek Ing. Filip Holzmüller s tím, že přístavba bude realizována za běžného provozu pavilonu, stavební část bude oddělena tak, aby neovlivnila provoz ve zdravotnické části pavilonu. „Dojde také k záboru veřejného prostranství, to znamená, že komunikace mezi budovou G a budovou S bude přehrazena. Veškeré zásobování objektu bude probíhat hlavním vchodem,“ nastínil provozní náměstek.

Zlínský kraj
Kraj bez hranic

Nemocnice zahájila provoz modernizovaného objektu

Vsetínská nemocnice slavnostně otevřela 21. dubna zrekonstruovanou budovu S, kde našlo moderní zázemí pracoviště údržby, techničtí pracovníci i centrální shromáždění zdravotnického odpadu se špičkovými technologiemi. V několika etapách zde byly realizovány práce za více než 21 milionů Kč. Finanční prostředky byly hrazeny Zlínským krajem. Dovybavení vnitřních prostor pak zajistila Vsetínská nemocnice.



„Pokračujeme v modernizaci všech našich nemocnic, protože kvalitní zázemí je základem pro poskytování špičkové péče pacientům i pro dobré pracovní podmínky zaměstnanců. Rekonstrukce budovy S ve Vsetínské nemocnici přispěje k jejímu efektivnějšímu provozu, vyšší bezpečnosti i lepší připravenosti na další rozvojové investice v areálu. Děkuji všem, kdo se na ní podíleli,“ uvedl Ing. Radim Holíš, hejtmán Zlínského kraje.

Rekonstrukce objektu S je mimořádně důležitá nejen pro modernizaci jednotlivých pracovišť, ale i pro rozvoj celé nemocnice. „Přestěhování provozů, které dosud fungovaly v při-



stavbě takzvané staré interny, umožní demolici jinak již nevyužívaného objektu C, a otevře cestu k realizaci dalších rozvojových projektů, včetně výstavby nového centrálního objektu nejen pro operační obory,“ připomenul ředitel Vsetínské nemocnice Ing. Martin Pavlica.

V jižní části zmodernizované budovy S, která nově získala zelenou fasádu, byly vybudovány technické prostory pro oddělení údržby: dílna pro zámečníky a instalatéry, místnost pro údržbu a elektro dílna, na kterou navazuje sklad. V prvním poschodí byly realizovány šatny s hygienickým zázemím a denní místnost zaměstnanců. „Rovněž se zde nacházejí kanceláře pro technické pracovníky provozního úseku a archiv. Celkově bude v této části objektu pracovat 18 zaměstnanců,“ informoval provozní náměstek Ing. Filip Holzmüller s tím, že dříve prostory sloužily jako spalovna, později sklad materiálu a techniky údržby. Tomu odpovídal i výchozí stav. „Stará podlaha byla členěna na několik úrovní s pozůstatky dřívějších technologií. To vše bylo nutno nejprve vybourat a srovnat na jednu úroveň. Technickým a dispozičním požadavkům neodpovídalo ani schodiště, které muselo být odstraněno a nahrazeno novým,“ dodal provozní náměstek.





Shromaždiště zdravotnických odpadů, které vzniklo v severní části budovy, zahrnuje chytré řízení, detailní digitální evidenci a efektivní manipulaci s odpady. „Vnitřní dispozice má integrovaný chladič box, určený pro bezpečné a hygienické ukládání nebezpečného a infekčního odpadu ze zdravotnické péče před jeho konečným odvozem. K dispozici máme integrovanou vážní plošinu a také samostatné centrum pro zpracování kartonového odpadu,“ připomenula manažerka ekologie a udržitelnosti Ing. Zuzana Běťáková. Při manipulaci s odpady využívají elektrický přepravní vozík, hydraulickou techniku, ale také automatizované systémy evidence odpadů včetně inteligentního vážení a identifikace.

Pro úplnost zbývá dodat, že v prostřední části objektu S se nachází centrální plynová kotelna a velín, tato část byla výstavbou téměř nedotčena. Kotelna je osazena třemi plynovými kotli o celkovém výkonu 5 000 kW.



Prostory modernizovaného objektu S si prohlédli také zaměstnanci Vsetínské nemocnice. Aktuálně jsou zde již nastěhovány všechny dílny i kanceláře.

Maminkám je k dispozici již druhý porodní gauč

Druhý porodní gauč zdobí vsetínskou porodnici. S prvním je velká spokojenost a zájem roste, proto k modrému přibyl nově i béžový, aby novinku mohlo využít co nejvíce žen.



První, modrý porodní gauč mají v porodnici od března. Je velmi využíván a pochvalují si jej maminky i zdravotníci. „Rodičky nám říkají, že na porodním gauči lehce najdou příjemnou polohu pro porod. Gauč je zároveň dost široký, aby při bondingu mohl být s maminkou a dítětem v úzkém kontaktu i tatínek. Výborný je rovněž i pro nás při manipulaci s rodičkou, v průběhu porodu i po porodu samotném,“ bilancují své zkušenosti porodní asistentky.

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.

Béžový porodní gauč Lindu Medical zakoupil Nadační fond pro rozvoj vsetínské porodnice. Stal se skvělým dárkem k Mezinárodnímu dni rodiny, který jsme si připomenuli 15. května.

Nové vybavení pro lékárnu, dětské, ONP i gynekologii

Pro ruční přípravu léků v kapslích (tobolkách) získala Lékárna DUO v poliklinice nového pomocníka, který celý proces usnadňuje a zpřesňuje. CapsiCards® System umožňuje vkládání jednotlivých kapslí i využití speciálních plat po padesáti kusech, což přípravu urychluje. Speciální anti-statický materiál strojek zajišťuje, že se jemný prášek nelepí na stěny přístroje a všechna léčivá látka skončí přesně tam, kde má – uvnitř kapsle.





Dva monitory vitálních funkcí Philips IntelliVue X3 a centrální stanice IntelliVue iX v celkové hodnotě více než 720 tisíc Kč pořídila nemocnice pro dětské oddělení. Systém je prvkem moderního zdravotnického monitorování, který pomáhá efektivně sledovat pacienty a rychle reagovat na změny zdravotního stavu. Umožňuje flexibilní nastavení monitorování podle aktuálního stavu pacienta a podporuje kontinuální péči napříč nemocnicí.



Váživost až 250 kg má nová profesionální váha FOX II 250 LOV pro oddělení následné péče. Předností je rychlé ustálení hodnoty na displeji a stabilní hodnota výsledku při vážení. Zdravotníci nadstandardní váživost oceňují, protože pacientů s vyšší hmotností stále přibývá.



Gynekologické vyšetřovací a zákrové křeslo MEDI-MATIC NEW za více než půl milionu Kč využívají gynekologické ambulance v 5. patře budovy B. Disponuje šestnácti volitelnými paměťovými polohami a uživatelským rozhraním, které optimalizuje polohování pacientů během vyšetření. Spojuje funkčnost, komfort a design, který oceňují zdravotníci i pacientky.

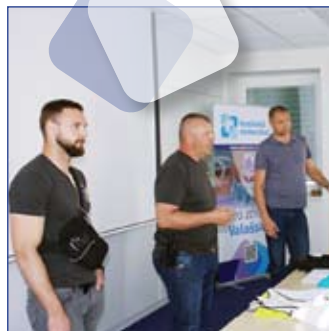
Policisté zasahovali na infekci a dialýze

Čtyři desítky policistů z celého regionu se v úterý 19. května zúčastnily taktického cvičení AMOK 2026, zaměřeného na problematiku aktivního střelce. Cvičení simulovalo nebezpečnou událost, kdy do objektu K (infekční a nefrologická ambulance, ale i další prostory) přichází ozbrojený agresor s úmyslem řešit své záležitosti střelbou.

Zaměstnanci byli úvodem proškoleni, získali potřebné informace, jak v takové mezní situaci postupovat. V poledne byl objekt K uzavřen a uskutečnil se praktický nácvik zásahu, vyhledání agresora, zabezpečení prostoru a evakuace zdravotníků do bezpečí. Sami zdravotníci hodnotili cvičení jako velmi přínosné. „Určitě jsme rády, že jsme se mohly zúčastnit, vyzkoušely jsme si, jak se zachovat v nebezpečné situaci, připomenuly zásady a získaly spousty nových a důležitých informací,“ komentovala za infekční oddělení primářka MUDr. Helena Fukalová.



Cvičení AMOK se ve Vsetínské nemocnici uskutečnilo již podruhé, první se v roce 2024 týkalo pracovníků budovy ředitelství. „Hlavním cílem cvičení bylo i tentokrát prověřit vzájemnou koordinaci, procvičit případný postup. Podobnou nebezpečnou událost, jako je střelec v nemocnici, si jistě nikdo z nás nepřeje zažít, o to důležitější je vědět, jak se správně zachovat a jak postupovat. Naši zaměstnanci prochází pravidelným školením takzvaných měkkých cílů: učí se, jak postupovat při setkání s útočníkem, agresivním pacientem a jinými hrozbami. V oblasti zvyšování bezpečnosti realizujeme i řadu dalších opatření,“ připomenul ředitel Vsetínské nemocnice Ing. Martin Pavlica.





Kulový blesk přesunuje lůžkové stanice i kanceláře

Kulový blesk, tak byl pracovně označen projekt rozsáhlého stěhování, jehož cílem je připravit nemocniční pracoviště na zahájení modernizace budovy B a vytvoření prostor pro nový urgentní příjem, který bude umístěn v přímězí tohoto objektu.

Prvním přemístěným pracovištěm byl na přelomu března a dubna neurologický stacionář, který se stěhoval ze čtvrtého patra budovy H do budovy G. Na jeho původní působiště se přestěhovala jedna ze stanic oddělení následné péče (ONP 2, pavilon H, 4. patro). Druhá stanice oddělení následné péče zůstala v pavilonu G (ONP 1, pavilon G, 2. patro). V souladu se stěhováním provozů proběhla v budově G rovněž výměna a rozšíření svodného kanalizačního potrubí, které se ucpávalo, došlo také k úpravě šachetního dna.

Další přesuny:

- Koděři oddělení zdravotních pojišťoven – z budovy B do přízemí G
- Vrchní sestra ONP, zdravotně-sociální pracovník a dokumentační sestra – v rámci budovy G z přízemí do 1. patra
- Denní místnost pro fyzioterapeuty – z budovy B do budovy G (1. patro)
- Část oddělení centrálního nákupu (Ing. Kolesnáč, Jana Oškerová, Josef Janáč) z B do G (přízemí)
- Pracoviště epidemiologie z budovy B do K

Aktivita prvního pololetí dokončí přesun skladů chirurgie do denních místností na chirurgii A a C. „Ve druhé polovině roku nás čeká příprava a přesun ortopedického oddělení z přízemí do čtvrtého nadzemního podlaží,“ pokračoval provozní náměstek. Připomenul, že práce probíhají dle nastaveného harmonogramu, aby po dopracování dokumentace a vysoutěžení zhotovitele mohly práce spojené s budovou B co nejdříve začít. Využití objektu B1, B2 bude hrazeno z rozpočtu Zlínského kraje, dovybavení z rozpočtu nemocnice.

Heliport s novými světly zapuštěnými do země

Bezmála sto padesát tisíc korun si vyžádala potřebná rekonstrukce heliportu, při které došlo k instalaci moderní světelné techniky. Oprava byla hrazena z prostředků Zlínského kraje.

V rámci nedávné rekonstrukce heliportu došlo ke kompletní demontáži již nefunkčního osvětlení a k instalaci moderní světelné techniky pro zajištění bezpečného provozu. „Bylo instalováno celkem osm svítidel. Konkrétně se jedná o čtyři kusy výkonných LED stožárových svítidel a čtyři kusy speciálních svítidel zabudovaných přímo v komunikaci. Odolné provedení umožňuje bezproblémový přejezd vozidel,“ specifikoval vedoucí oddělení energetiky Ing. Tomáš Ješo.

Na stožáru jsou umístěna speciální svítidla pro nasvětlení plochy a ukazatele směru větru, což je nutné pro piloty při přistávání. Na vrcholu stožáru je také umístěn výstražný ma-



jáček. „Ovládání funguje intuitivně, u paty stožáru je umístěna rozvodnice, na které je osazen hlavní spínač osvětlení. Osvětlení heliportu není spouštěno automaticky, ani nesvítí trvale. Zapnutí provádí personál nemocnice, který zajišťuje příjem či odvoz pacienta. Tím je zajištěno, že plocha je osvětlena pouze po nezbytně nutnou dobu přiletu a odletu, což šetří energii a eliminuje zbytečný světelný smog,“ dodal Ing. Ješo.

Diagnóza

Toxikologická vyšetření se rozšiřují o test HHC

Nově už i HHC. Oddělení klinické biochemie rozšiřuje možnosti drogového screeningu o test na polosyntetický kanabinoid, který je od března letošního roku zařazen mezi návykové látky. Jak vyšetření probíhá, jak dlouho lze HHC v moči odhalit a jaké další látky umí nemocniční laboratoř zachytit? O novince i zkušenostech s testováním mluví primář Mgr. Juraj JÁNOŠÍK.

Z čeho se HHC vyšetřuje a jaká je metoda vyšetření? „HHC lze orientačně vyšetřovat z moči pomocí rychlotestu (kazetového imunochromatografického testu). Do testovací kazety se nakape vzorek moči. U většiny těchto testů platí, že pokud jsou ve vzorku přítomny metabolity cílové látky nad detekčním limitem, testovací linie se nevytvorí a výsledek je hodnocen jako pozitivní.“

Co je vůbec HHC, v čem se vyskytuje a jak dlouho po aplikaci zůstává v moči? „HHC (chemický hexahydro-



kanabinol) je polosyntetický kanabinoid. Kanabinoidy jsou látky přítomné v rostlině konopí. HHC se v ní vyskytuje v extrémně malém množství, látka se vyrábí v laboratoři. HHC má psychoaktivní účinky, užití vyvolává úzkost, paranoiu, zrychlenou srdeční frekvenci, závratě, třes a nevolnost. U příležitostných uživatelů se v moči vyskytuje tři až sedm dní,



u pravidelných uživatelů možno detekovat v moči čtrnáct dní až jeden měsíc. HHC je od 16. března 2026 zařazen na Seznam návykových látek.“

Využívá se stejný princip stanovení jako je tomu u kratomu? „Kratom a HHC jsou založeny na principu imunochromatografie, rozdíl je v protilátce, která je součástí testu.“

Vyšetření na kratom provádíme v nemocnici již bezmála dva roky. Kolik vyšetření jste odhadem provedli a kolik pozitivních výsledků jste zjistili? „V roce 2025 jsme měli celkem 18 požadavků na průkaz kratomu v moči, z toho pět bylo pozitivních.“

Může rodič nechat vyšetřit své dítě na HHC či kratom? „Ano, vyšetření kratomu a HHC děláme i pro samoplátce. Do laboratoře klinické biochemie stačí dodat vzorek moči.“

Možnosti toxikologie jsou určitě širší. Co všechno z této oblasti je u nás v nemocnici možno vyšetřit? „V rámci drogového screeningu kromě HHC a kratomu vyšetřujeme také amfetamin, metamfetamin, kokain, morfin, THC, benzodiazepiny, extázi, barbituráty, metadon, tricyklická antidepresiva a fentanyl. Je ale důležité připomenout, že vyšetření drogového screeningu je pouze orientační a může být použito jen pro klinické účely.“

Hexahydrocannabinol (HHC) se nejčastěji vyskytuje v produktech z konopí a v různých alternativních „cannabis“ výrobcích. Objevuje se například v náplních do elektronických cigaret a vaporizérů, gummies a dalších želatinových bonbonech, olejích a tinkturách, sušině určené ke kouření, kapslích či jiných potravinových doplncích. Jak bylo v rozhovoru uvedeno, HHC má psychoaktivní účinky podobné THC a může vyvolat úzkost, paranoiu, závratě, zrychlenou srdeční frekvenci, třes nebo nevolnost.

Koordinátor onkologické péče může zrychlit léčbu

Při komplexních onkologických centrech v České republice začínají působit koordinátoři onkologické péče. Jejich úkolem je provést pacienta celým procesem diagnostiky a léčby tak, aby se zkrátily čekací doby, snížil stres nemocných a léčba mohla začít nejen včas, ale i efektivněji s vyššími šancemi na úspěšné uzdravení.

Zpočátku se koordinátoři zaměří zejména na tzv. fast track diagnózy, agresivní onkologická onemocnění s rychlým průběhem, jako je karcinom plic nebo slinivky břišní. „Koordinátor by měl ještě před léčbou vytvořit cestu pacienta, pomoci se zajištěním termínů vyšetření, zajistit jejich návaznost, tak, aby se k nám onkologicky nemocný dostal co nejdříve a mohla být zahájena efektivní léčba,“ nastínila za komplexní onkologické centrum primářka onkologického oddělení Krajské nemocnice T. Bati MUDr. Markéta Pospíšková, Ph.D.

Koordinátoři propojují praktické lékaře, specialisty a onkologická centra. „Pacienti často potřebují, aby s nimi sdělené informace ještě někdo probral, vyřešil potřebné nebo doporučil, na koho se obrátit. Mohou pomoci s vyřízením různých žádostí v sociální oblasti, předat kontakty na různé patientské či charitativní organizace, například Nadaci Dobrý anděl, která pomáhá rodinám, jež se vlivem vážné nemoci dostaly do těžké situace,“ uvedla primářka a poděkovala lékařům Vsetínské nemocnice za spolupráci, vyzvedla primáře chirurgie MUDr. Radima Slováčka a radiodiagnostiky MUDr. Blanku Ludvou.

Zavedení koordinátorů je reakcí na rostoucí onkologickou zátěž, které Česká republika čelí v důsledku stárnutí populace. V současnosti v ČR žije více než 600 tisíc lidí se zhoubným nádorem a každoročně je nově diagnostikováno přes 90 tisíc pacientů. Přestože česká onkologie patří v mezinárodním srovnání ke špičce a výsledky léčby se dlouhodobě

zlepšují, pacienti se často potýkají s dlouhými čekacími lhůtami a nepřehlednou cestou mezi jednotlivými pracovišti. Právě čas při léčbě onkologických onemocnění hraje klíčovou roli.

Koordinátorem onkologické péče ve Zlínském kraji je Mgr. Martina Hirtová, tel. 577 552 324, 733 790 735, e-mail: martina.hirtova@bnzlin.cz. Zajišťuje co nejefektivnější a nejrychlejší dostupnost konečné diagnostiky a zahájení léčby nádorových onemocnění u nových pacientů. Lékařská vyšetření plánuje s ohledem na možnosti lékaře a pacienta, po celou dobu řešení zdravotního problému je s klientem v pravidelném kontaktu.



Portál UpToDate pro vzdělávání lékařů

Digitalizace významně ovlivnila také oblast vzdělávání zdravotníků. Stohy knih jsou postupně vytlačovány digitálními databázemi a informačními portály. Jedním z předních je UpToDate: jeho využití je možné jak pro výuku, vzdělávání lékařů, tak i jako zdroj rychlých odpovědí na klinické otázky k léčbě a péči o pacienta. Jeho využití pro zdravotníky podpořila dotace Zlínského kraje.

Elektronická databáze zahrnuje přes 12 500 témat napříč více než 25 lékařskými obory. „Portál UpToDate využívám v každodenní klinické praxi i v rámci vzdělávání. Je pro mě klíčovým nástrojem pro rychlé a garantované ověření nejnovějších medicínských postupů, mezinárodních doporučení a terapeutických algoritmů. Obsahuje strukturované výukové materiály,“ uvedl primář anesteziologicko-resuscitačního oddělení MUDr. Marek Proksa.

Další lékaři využívají portál například v rámci přípravy k atestačním zkouškám. „Portál využívám k dohledávání informací k atestačním otázkám nebo k tématům, která mě v průběhu zaujmou, a v běžně dostupné literatuře jsou zmíněná jen krátce. Portál je poměrně přehledný a informace v něm rychle dostupné, někdy se ale stane, že ke specifickým otázkám nelze najít odpovídající článek nebo podrobnější zpracování,“ zaznívá názor z chirurgie.

Podle dalšího z lékařů chirurgického oddělení, kteří připojili svůj názor, je UpToDate vhodný hlavně pro praktickou stránku medicíny: „Když potřebujete strukturovaně zpracovaný přehledový text k nastudování konkrétní problematiky, ujasnění si léčebných postupů, dávkování léčiv a podobně. Na rozdíl od PubMedu, který je volně přístupný a obsahuje publikované vědecké práce, metaanalýzy a podobně, což je zase ideální zdroj při psaní článků. V našich, dalo by se říct neakademických podmínkách, je tudíž UpToDate ideální právě pro kvalitní provozování praktické medicíny dle aktuálních trendů.“

Informace k možnému využití databáze poskytne personalistka Milena Štichová, tel. 571 818 106, e-mail: stichova@nemocnice-vs.cz



Komplexní péče o pacienty s chronickými ránami

Vsetínská nemocnice obhájila Garanci kvality komplexní péče o klienty s chronickými a komplikovanými ránami, kterou uděluje Česká společnost pro léčbu rány. Platnost certifikátu je dvouletá, do 30. 4. 2028. Při léčbě obtížné se hojících ran využívají zdravotníci Vsetínské nemocnice široké spektrum vlhkého hojení, ale i podtlakovou terapii a další moderní technologie. „Mezi dnes již standardní metody léčby komplikované se hojících ran se u nás řadí například aplikace bionáplastí z amniové membrány – tenké průhledné blanky, která z placenty přechází na plod, obklopuje jej a chrání. Využíváme jej u stagnujících ran, kde byly vyčerpány dostupné metody vlhkého hojení,“ připomenula sestra pro hojení ran Vladimíra Rohlíková.



Cena ředitele nemocnice pro Annu a Karin

Karin Macháčová a Anna Častulíková převzaly z rukou Ing. Martina Pavlice Cenu ředitele Vsetínské nemocnice. Ocenění, které zohledňuje působení studentů střední zdravotnické školy v době nemocniční praxe i další aktivity nad rámec studia, bylo uděleno již pojednácté.

Ředitel Vsetínské nemocnice Ing. Martin Pavlica poblahopřál úspěšným maturantkám studijního oboru Praktická sestra, poděkoval za jejich aktivní působení v době praxe v nemocnici. „Cenu udělujeme za propojení teoretických a praktických dovedností, výborné výsledky v praktické části vzdělávání, příkladný přístup k pacientům i členům zdravotnického týmu, ale také za zapojení do preventivních zdravotnických programů, připravovaných ve spolupráci se Vsetínskou nemocnicí. Rád bych Annu a Karin, ale také jejich další spolužačky a spolužáky, uvítal v našem profesním týmu. Dveře mají otevřené,“ uvedl Ing. Martin Pavlica, který se zajímal o osobní zkušenosti studentek s praxí i jejich další profesní plány.

„Nejvíce se mi líbilo na interně, byla jsem tam i na souvislých praxích. Přišlo mi, že jsem se tam toho nejvíce naučila. Bylo tam příjemné, moderní prostředí a prima kolektiv,“ komentovala Anna Častulíková, která se nyní chystá studovat vyšší odbornou školu zdravotnickou.

Karin Macháčovou zase nejvíce zaujala neurologie: „Kvůli kolektivu, různorodosti diagnóz a jednotlivých případů. Práce byla velmi zajímavá. Ale líbilo se mi také na jednotce intenzivní péče.“ Ráda by pokračovala dále ve studiu, ať již nutriční terapie, porodní asistence či dentální hygieny. O konkrétním oboru rozhodnou výsledky přijímacích zkoušek.

Kampaň oslovila padesát nových dárců krve

Kampaň DARUJ KREV, PLAVEJ ZDARMA pomohla v průběhu května doplnit zásoby krve, tolik potřebné před letními prázdninami. Všichni přichodí obdrželi od Města Vsetín poukaz k bezplatnému vstupu do městských lázní či na koupaliště. Krev v květnu darovalo a dárek obdrželo 366 osob, z toho 50 prvodárců. Plazmu darovalo 100 lidí.

Významnou část prvodárců tvořili studenti vsetínského gymnázia. Krev jich přišlo darovat 25, z toho čtyřadvacet úplně poprvé. „Všichni jsou ze třetího ročníku, mají čerstvě osmnáct. Studenti za mnou během školního roku sami přicházejí, ptají se, jestli by mohli darovat a za jakých podmínek. Takže si je zapisuji a před odběrem udělám ještě nábor. Chodím do tříd, hovořím se studenty o potřebě dárcovství, a snažím se jim pomoci i přímo tady na místě, když chtějí poradit, zeptat se, jak postupovat. Společně dárcovství krve má u nás na škole dlouholetou tradici: vždy na jaře chodí darovat třetáci, v závěru kalendářního roku čtvrtáci,“ komentovala vyučující PhDr. Vlasta Korabová.

Připravujeme



Péče o nemocného v domácím prostředí

v pondělí 22. 6. 2026 od 15.00 hodin
v 1. patře pavilonu G Vsetínské nemocnice



AKCE BEZ POPLATKU

Čeká Vás péče o blízkou osobu v domácím prostředí?
Na setkání poradíme v těchto oblastech:

- Hygiena, polohování, přesun pacienta, inkontinenční pomůcky
- Domácí péče, příspěvky na péči a jejich vyřízení, sociální a hospicové služby
- Možnosti zapůjčení polohovacího lůžka a dalších pomůcek
- Praktické rady, ukázky, možnost vyzkoušení

Na akci se přihlašujte u zdravotně-sociálního pracovníka Bc. Radima BLEŠÍ, tel.: 571 818 269 nebo 737 257 966 | e-mail: blesa@nemocnice-vs.cz



Slavnostní večer si s manželem moc užili

RNDr. Dagmar BĚLOVOVÁ pracuje ve Vsetínské nemocnici již bezmála čtyřicet let, dvě desetiletí oddělení klinické biochemie vedla, letos předala primářskou štafetu Mgr. Juraji Jánošíkovi, ale na oddělení na zkrácený úvazek i nadále pracuje. Byla svědkem obrovského vývoje technologií, přístrojového vybavení i práce v laboratoři jako takové. Představenstvem Vsetínské nemocnice byla oceněna za celoživotní přínos a cenu převzala v rámci slavnostního večera u příležitosti 115. výročí nemocnice.



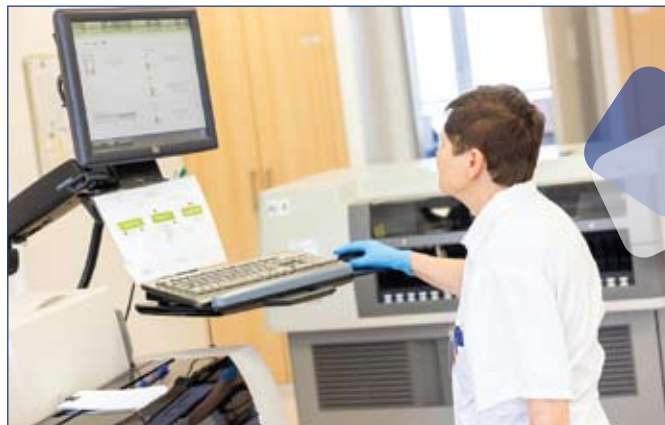
„Společenský večer ve Vatře se líbil nejen mně, ale i mému manželovi, který byl také dlouholetým pracovníkem naší nemocnice. Za ocenění děkuji, líbilo se mi, i dárek, který jsem obdržela. Také jsme si užili velmi vtipně a profesionálně předvedené divadelní představení. K cenné části večera patřil i závěr. Setkali jsme se se spoustou milých kolegů, kteří náš profesionální život provází dodnes,“ uvedla RNDr. Dagmar Bělovová.

Dagmar Bělovová vystudovala analytickou chemii na Univerzitě Palackého v Olomouci. „Po absolvování vysoké školy jsem chtěla pracovat v tehdejší Spotřebním družstvu Jednota Vsetín, kde hledali kvalitáře potravin. Funkci ale nakonec zrušili a já nastoupila na tamní oddělení organizace a techniky řízení. Do nemocnice jsem přišla po druhé mateřské v roce 1987, kdy se uvolnilo místo na oddělení klinické biochemie,“ vzpomíná.

Tehdy bylo oddělení rozděleno, v hlavním areálu byla menší laboratoř ve starém infekčním pavilonu, který již dnes nestojí. „Tam se zpracovávala část metod, hlavně ty náročnější na provedení, například elektroforézy a některé metody z oboru toxikologie. Větší část metod se realizovala na staré interně, v malých prostorách s přistaveným zvláštním vstupem. Měli jsme tam dvě laboratoře, v první se zapisoval materiál, zpracovávaly moče a speciální metody. Druhá byla větší, dělala se tam většina metod, laborantky je měly mezi sebou rozděleny. Ve velkém stojanu byly zkumavky se vzorky krve, séra i moče. Laborantky si postupně stojan předávaly a nabíraly materiál do svých zkumavek, kde dělaly konkrétní

metodu,“ vysvětluje. Oddělení se nejdříve stěhovalo do polikliniky a v roce 2011 pak do moderního pavilonu Patologie a centralizovaných laboratoří s řadou špičkové přístrojové techniky. Velmi kladně vždy hodnotila tým oddělení. Ten by přála nemocnici i do budoucna.

„Nemocnici do dalších let přeji spoustu zdatných a ochotných pracovníků, kterým práce v nemocnici přiroste k srdci. Také možnost dobudovat nové pavilony s dobrým technickým zázemím, kde se bude zaměstnancům dobře pracovat a kde pacienti ocení odborný a laskavý přístup k řešení jejich nemocí,“ dodala RNDr. Dagmar Bělovová.



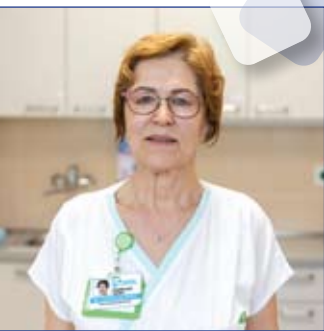
Mgr. Juraj Jánošík o oceněné řekl: „Paní doktorka Bělovová vedla klinickou biochemii bezmála dvacet let. Za tu dobu oddělení prošlo mnoha technologickými změnami od automatizace až po elektronizaci. Zaváděla moderní analytické postupy a nové metody. Ke své práci vždy přistupovala a přistupuje velmi zodpovědně, s velkým elánem a obrovským pracovním nasazením. Paní doktorce Bělovové bych chtěl za celý kolektiv poděkovat, za to, v jakém výborném stavu naše oddělení zanechala. Do dalších let jí přeji hlavně hodně zdraví, radosti ze života a hlavně dobrých lidí kolem sebe.“



Sesterské povolání by si vybrala bez váhání znova

Bc. Františka MALÍKOVÁ pracuje ve Vsetínské nemocnici již čtyřicet osm let, celý svůj profesní život prožila na interně: pracovala u lůžka, byla vrchní sestrou, dnes pracuje v gastroenterologické ambulanci, i když už jen na částečný úvazek. Jak sama říká, kdyby znovu stála před výběrem povolání, volila by stejně.

„Práce mě stále baví. Čtyři roky přesluhuji, nyní už jen na malý úvazek. Ale je to pro mě pořád výzva, jestli to ještě zvládnou, nejen počítače a programy, ale také organizaci práce a tlak pacientů, který je u nás opravdu velký,“ potvrdila Bc. Františka Malíková.



Už jako dítě se starala o starší a nemocné lidi. Byla nejmladší z šesti sourozenců. „Rodiče i mnoho z obyvatel naší vesnice už měli starší věk. Bylo zapotřebí se o ně postarat,“ vzpomíná. Dostat se na zdravotnickou školu nebylo tehdy zrovna jednoduché: „Byla pouze pro žáky s výborným prospěchem. Dnes je mi líto, že mnozí berou zdavku jako poslední možnost.“ Ale Fanyňka, jak Františka Malíkové všichni říkají, to zvládla a po studiu nastoupila

na vsetínskou internu. Nejdříve jako sestra u lůžka, poté staniční sestra a sedm let byla vrchní sestrou. Vyzkoušela si i práci ve funkční laboratoři.

Za více než čtyři desetiletí byla u zavádění jednorázových pomůcek, u výrazné změny materiálů, technologií i techniky. Dnes pracuje ve špičkově vybavené gastroenterologické ambulanci. „Jsmo jednosměnný provoz: sestry při příchodu připraví endoskopické pracoviště, přístroje, veškerý potřebný materiál, dezinfekci – jak endoskopickou, tak povrchovou. Ráno zhruba od půl sedmé do půl osmé odebíráme krve od pacientů, kteří jsou v naší dispenzární péči. Jedná se o kontrolu zdravotního stavu, ke kterému lékař potřebuje specifické odběry krve a také stolice. Zpravidla od půl osmé začíná endoskopický program. Sestra asistuje u přípravy pacienta a vlastních endoskopií, provádí dekontaminaci a dezinfekci,“ připomíná.

Po náročné práci ráda relaxuje na chalupě, s vnoučaty. „Jsem na kytičky. Nikdy jsem moc nebyla na pěstování mrkve nebo brambor, to mě moc nebaví. V dětství jsem si toho užila dost,“ uzavírá.

Vrchní sestra interního spojeného lůžkového fondu Bc. Bohdana Bambuchová o oceněné řekla: „Když se řekne Fanyňka Malíková, tak mi první naskočí veliká odbornost, pracovitost, ochota pomoci druhým, její lidskost a empatie jak vůči spolupracovníkům, tak pacientům. Na interně pracuje dlouhé roky, nyní se věnuje gastroenterologii. Stále si doplňuje vzdělání a zajímá se o novinky, kromě toho pracuje ještě pro pohotovost. Tím, že zná celou internu, chodím si k ní pro znalosti, konzultuji roky minulé, tak i současnost.“

Nemocnici přeje, aby jela v budoucnu na plný plyn

Pozici vedoucí dopravy vykonávala Hana MICHALCOVÁ bezmála pětadvacet let: vždy spolehlivá, pracovitá, usměvavá, optimistická. S každým úkolem se dokázala poprat, i když byl téměř neřešitelný. Před odchodem do penze přeje svému nástupci pevné nervy, rozvahu a schopnost naslouchat. Krásné přání posílá i celé nemocnici.



„Vsetínské nemocnici bych do dalších let chtěla popřát, aby byla místem, kde se moderní a profesionální medicína setkává s úctou, laskavostí a porozuměním člověku. Dále ji přeji, ať jede vždy tím správným směrem a na plný plyn, a aby ji nedošel pohon ani v těch nejprudších a nejnáročnějších kopcích. Jinak svému nástupci bych chtěla do budoucna popřát hlavně pevné nervy, rozvahu a schopnost naslouchat. Vést dopravu není jen o tabulkách, číslech

a technickém stavu vozidel, ale především o porozumění lidem, kteří ta auta řídí, dispečerkám, které musí vyřešit mnohdy i neřešitelné požadavky. A nezapomínat, že středobodem naší práce je pacient, kterému musíme věnovat ne-



jen profesionalitu, ale také velkou dávkou pochopení, trpělivosti a nezapomínat na vlídný úsměv,“ vyznala se Hana Michalcová.

Do Vsetínské nemocnice, respektive tehdejšího Okresního ústavu národního zdraví Vsetín, nastoupila v březnu 1983, krátce po absolvování gymnázia. Nejprve působila dva roky na sekretariátu, po mateřské pak začala pracovat na oddělení dopravy jako referent. Pracoviště se v těch letech staralo o šedesát sanitek a dalších patnáct hospodářských vozidel. Pod tehdejší OÚNZ patřila nejen vsetínská, ale také meziříčská nemocnice, spádová oblast Rožnovska, okresní hygienická stanice, kojenecký ústav, dětská ozdravovna Huslenky-Kychová, další ambulance a pracoviště. Většinu vozového parku tehdy tvořily sanitky Škoda 1203.

Po sametové revoluci se vozový park zmenšil, jednotlivé celky se osamostatnily. Počítače postupně usnadnily sledování ujetých kilometrů, spotřeby pohonných hmot, počty převezených pacientů, efektivitu jízdy a řadu dalších ukazatelů. Moderní technologie zkvalitnily komunikaci s řidiči. Doprava Haně Michalcové přirostla k srdci, zůstala u ní bezmála čtyřicet let, z toho více než dvě desetiletí jako vedoucí oddělení dopravy.

Jak sama říká, radost měla ze splněných úkolů, obzvláště těch náročných: „Když nebyly k dispozici sanitky, řidiči, ale vždy se nakonec podařilo skloubit. Pacienti byli dovezeni, kam bylo zapotřebí.“ 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 s tím, že v roce 2025 ujela sanitní vozidla více než 465 tisíc kilometrů a převezla 18,5 tisíce pacientů.

Provozní náměstek Ing. Filip Holzmüller o oceněné řekl: „Když se řekne Hana Michalcová, tak mě první napadne spolehlivost. Je to osobnost, která v nemocnici pracuje již velmi dlouho, má obrovské množství zkušeností, prošla řadou změn, dokázala se všem přizpůsobit. Je velice flexibilní, řešíme spolu celou řadu mimořádných situací, vždy najdeme společně řešení. Pracuje v kolektivu, který je převážně mužský, v rámci komunikace si vždy dovedla poradit. Přeji ji do dalšího aktivního života spoustu sil, zdraví a věřím, že si najde další záliby, aktivity, které bude moci po svém pracovním uplatnění dále rozvíjet.“

Operační sál je mystérium, ze kterého se stává droga

MUDr. Jaroslav SANKOT je legendou vsetínské chirurgie. Dlouhá léta oddělení vedl, primářskou štafetu předal před deseti lety do rukou MUDr. Radima Slovávka. Stále však, byť ve zkráceném úvazku, pracuje, a rád se podívá i na operační sál. V rozhovoru vypráví také o laparoskopii a metodách, na jejichž zavedení a úspěšném rozšíření měl významný podíl.



Pamatujete si na nástup do Vsetínské nemocnice? „Měl jsem vlastně dva první dny, dva nástupy. Ten první byl v lednu 1984. Byl tady primář Božek, ale já hlavně vzpomínám na kolegy, kteří mě přivítali na inspekčním pokoji. Byli to doktoři Záboj, Maniš, Janečka a později Navrátil. Hned jsem viděl, že prostředí je přátelské. Dříve jsem pracoval v nemocnici české, a toto je moravská, valašská nemocnice. Vnímám jsem rozdíl v srdečnosti a valašské bezprostřednosti.“



Našel jste si tady svůj vzor? „Spíš jsem si od starších kolegů odnášel to, co mě inspirovalo. Na prvním místě primář Božek, který vždy dbal na velkou preciznost a vyžadoval ji, často až velmi přísně. Jeho krédem bylo, že pacient v kteroukoliv denní či noční hodinu musí mít tu nejlepší péči. Byli tady ale i další.“

Chirurgii na Vsetíně jste výrazně posunul, obzvláště v oblasti laparoskopie. Na co jste nejvíce pyšný a co pro Vás znamená operační sál? „Operační sál je mystérium. Člověk se najednou ocitá ve zvláštním prostředí, časem se z toho stává i droga. Postupem času, jak člověk dospívá a stárne, tak se kromě nadšení vkrádají i další emoce. Zodpovědnosti stále přibývá.“

Úvodem jste říkal, že Vaše nástupy byly dva. Jak to tehdy bylo? „Ve Vsetíně jsem pracoval do roku 1990, kdy jsem na základě konkurzu získal místo primáře ve Valašském Meziříčí, kde jsem byl sedm let. Poté jsem se vrátil do Vsetína a nastupoval jsem po primáři Božkovi. Vsetínská chirurgie tehdy potřebovala nasát modernější trendy. V devadesátých letech se začala chirurgie obecně velmi rozvíjet, obzvláště v oblasti laparoskopii. Začalo se laparoskopickými žlučníky, pak byly na radě kýly a přecházelo se na laparoskopickou operativu střeva. Tam bylo zapotřebí se jezdit učit i na jiná pracoviště, jet se podívat i do zahraničí a vytvořit si i tým. A já budu asi nejvíce hrdý na to, že se podařilo vytvořit týmy, nejen na operativu střeva, ale také prsní a štítné žlázy. Poté, kdy jsem začal cítit, že bych už měl primariát předávat, tak bylo komu. A týmy dále fungují a problematiku rozvíjejí a posunují výš, přidávají další metody.“

Podle Vašich slov neměla v počátcích laparoskopie na rúžích ustláno... „K laparoskopii musíte získat důvěru. Zpočátku je těžko představitelné, že to, co dříve měl chirurg na operačním sále otevřené, měl pod rukama a dokázal bezprostředně reagovat, najednou je to všechno pod povrchem, na kameře a operujete jemnými nástroji uvnitř. Není náhodou, že laparoskopie se rozvíjela nejvíce na menších pracovištích, kde byli mladí lidé. Podstatně rychleji než na velkých klinikách, kde tomu šéfovali staří profesori. U laparoskopie bylo také zapotřebí prokázat, že je stejně bezpečná, jako otevřená operace. A to se prokazovalo několik let.“

Stále operujete a dostáváte se k laparoskopii? „Už jen k těm jednodušším, například žlučníku. Ale spíš při laparoskopických pomáhám mladším lékařům. Delší tři, čtyř hodinové výkony, u střeva to může trvat i déle, tam je už tým stanovený. Do toho už nevstupuji.“

Jak dlouho trvala nejdelší operace, které jste byl součástí? „Statistiku jsem si nevedl. Nejdelší operace byly zřejmě v případě slinivky břišní. To je operace, která trvala šest i sedm hodin, pro pacienta byly relativně rizikové, co se týká krvácení. Dělal jsem to několik let a měli jsme i dobré výsledky, ale nebyli jsme tak velké pracoviště, aby operace mohla být zavedená jako standard. Dnes se tyto zákroky soustředí na velká pracoviště a vstupuje do nich i robotická chirurgie.“

Čím Vás Vsetín a Valašsko zaujalo? „Když mi bylo osmnáct, tak jsem byl na brigádě v Praze. Stavěli jsme ve Střemce bytovky. Byla to firma Pozemní stavby Olomouc, ale měli i party z Valaška. Vzpomínám si, že k nám do maringotky přišla parta topenářů a já jsem měl ze začátku dost velké problémy, abych jim rozuměl. Postupně se mi ta jejich řeč ale velmi zalíbila. Když jsem studoval medicínu, tak jsme tady byli párkrát na běžkách. A když jsem se chtěl později profesně přesunout, tak to vyhrálo Valašsko.“



Vsetínská nemocnice slaví 115. výročí. Co jí přejete do dalších let? „Přeji jí, aby jí vyšla dostavba, hlavně chirurgická budova. A také, aby sem pořád chodili mladí lékaři. Rád s nimi mluvím a rád se na ně dívám, jak dělají, protože to je nádherná inspirace. Aby pořád měli zájem o naše oddělení, aby tady zůstala dobrá nemocnice pro Valašsko.“

Současný primář chirurgického oddělení MUDr. Radim Slováček řekl o oceněném: „Nechci, aby toto krátké shrnutí o působení primáře Sankota na chirurgii ve Vsetíně, vyznělo jako nekrolog, protože je stále aktivním členem našeho kolektivu, ale na druhou stranu se mi společně strávené roky na chirurgii hodnotí velmi dobře. S jeho příchodem došlo ve velmi krátké době k razantnímu posunu chirurgie od tradiční a zavedené medicínské praxe po zcela soudobé a v té době až revoluční pojetí chirurgie. Bylo to hlavně zavedení laparoskopie do běžné chirurgické praxe. Výjimečný byl i jeho přístup k mladším kolegům. Vždy samozřejmě předával všechny své znalosti a zkušenosti, vždy dbal na sledování moderních trendů. I nyní se při diskuzi nad nejasným případem obrácíme k primáři Sankotovi pro radu či názor. Jestli mohou někoho nazvat svým chirurgickým učitelem, pak je to právě on. Takže díky za roky společně strávené na chirurgii a přejí nadále elán a chuť objevovat vždy něco nového.“



Bez nemocnice nemůže zdravotnická škola být

Odmítala jít na gymnázium a prosadila si u rodičů zdravotnickou školu. Nakonec s ní spojila i svou profesní dráhu. Mgr. Anna ZGARBOVÁ byla více než dvě desetiletí zástupkyní ředitele Střední zdravotnické školy Vsetín, významně se podílela na výchově budoucích zdravotníků. Partnerství, které je i pro Vsetínskou nemocnici velmi důležité, hodnotí v superlativech.



Co ji osobně přivedlo ke zdravotnictví? Vztah k lidem jí byl vštěpován již od dětství, zdravotnictví bylo inspirací i pro další lidi v rodině. „Rodokmenem jsem dokonce zjistila, že moje prababička byla věhlasná regionální porodní bába. Takže zdravotnictví asi opravdu někde v genech máme,“ vysvětluje Mgr. Anna Zgarbová.

Na zdravotnické škole začala pracovat v roce 1992, když byl vypsan konkurz na vyučující na vyšší zdravotnické škole, úspěšně jej absolvovala. „V roce

2002 nebo 2003 mi bylo nabídnuto panem ředitelem místo zástupce ředitele na střední zdravotnické škole, což jsem přijala,“ vzpomíná s tím, že práce v čele týmu není vždy jednoduchá: „Není to jen o vedení. Říkávám, že každý kapitán se musí jít podívat, jak těžce se těm dole pádluje, aby pochopil, jaká práce je. Nikam nedojedete, pokud nemáte dobré veslaře. A náš kolektiv je opravdu dobrý.“

Významnou je podle ní i spolupráce s nemocnicí, kterou hodnotí v superlativech: „Všude, kudy chodím, říkám, že zdravotnická škola bez nemocnice nemůže být. Vážím si profesní spolupráce s lékaři, kteří u nás dlouhodobě učí. V nemocnici mají náročnou práci, a ještě se věnují škole. Jsou nám nápomocni i v případě konzultací, co potřebujeme jako odborné učitelky zkonzultovat, vždy vysvětlí, vyjasní, komunikují s námi. Musím vyzdvihnout i spolupráci s nelékařským zdravotnickým personálem, který bere studenty pod svá křídla.“

Vysvětluje, že byla velkým zastáncem vzdělávání po maturitě, její názor významně ovlivnily zahraniční zkušenosti: „Jednak jsem byla v osmdesátých letech na studijním pobytu v Západním Německu, pak jsem měla možnost pobýt i za oceánem,“ bilancuje a doplňuje: „Pokud studentky studují po osmnácti letech, jsou zralejší, mají jiný psychologický model práce s pacientem, ale já si říkám, pokud má někdo vztah k lidem v patnácti a je ochoten se vzdělávat v této oblasti, pak je zapotřebí tuto možnost podchytit a rozvíjet.“

Sociální inteligence a vztah k člověku je podle ní velmi důležitý. „Studentkám říkám, že moderní technologie nás mají provázet, máme je umět využít, ale bolest pacienta je sto let stále stejná, a já bych si přála, aby studentky pacienta vnímaly právě v těch souvislostech a jeho potřebách,“ hodnotí.

Ocenění, kterého se jí dostalo za významný přínos při výchově mladých zdravotníků, si velmi váží. „Nemocnici bych přála to nejlepší, co lze vůbec přát. Skvělý personál, skvělé podmínky. Vždy je to o komunikaci, vzájemném vztahu. Hlavně nemocnici a všem jejím zaměstnancům přeji hodně zdraví,“ uzavírá Mgr. Anna Zgarbová.

Ředitel Masarykova gymnázia, Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické Vsetín Mgr. Martin Metelka o oceněné řekl: „Anička Zgarbová působí na vsetínské zdravotnické škole přes třicet let. Více než polovinu této doby v roli zástupkyně ředitele. Jak zdravotnická škola vypadá a že jsou její absolventi úspěšní, nachází uplatnění doma i v zahraničí, je do velké míry právě její zásluha. V letošním roce se Anička s rolí zástupkyně loučí. Neloučíme se ale definitivně, jsme moc rádi, že Anička mezi námi i nadále zůstává jako vyučující.“

Myslím, že je to dobrá příležitost jí poděkovat za to, co pro zdravotnickou školu vykonala, a do dalších let jí popřát hodně spokojenosti a dalších pedagogických úspěchů. A my další budeme doufat, že nás bude i nadále zásobovat svými vynikajícími vánočkami nebo zvěřinovými paštikami. Díky, Aničko.“



Profesní život zasvětila dětským pacientům

Bezmála dvaapadesát let práce pro Vsetínskou nemocnici, téměř celou tu dobu v péči o dětské pacienty. Tak by se dal v krátkosti popsat profesní život MUDr. Marie DVORÁKOVÉ. Dětské lékařky, která (jak sama říká) se celé roky snaží rozumem i citem pochopit, co dětem prospívá a škodí.

Svůj vztah ke zdravotnictví a pacientům formovala již během studia všeobecného lékařství v Olomouci. „Po celou dobu studia jsem si obstarávala nejen finanční prostředky ke studiu, ale hlavně i četné praktické a medicínské zkušenosti prací ve fakultní nemocnici, současně na dvou odděleních: gynekologie a chirurgie. Pracovala jsem jako pomocnice, obíhající sestra na sále a později jako porodní asistentka. Studovala jsem, ještě jsem podporovala své rodiče, a měla jsem prospěchové stipendium,“ vzpomíná MUDr. Dvořáková.



Do Vsetínské nemocnice nastoupila v srpnu 1974, hned po úspěšném absolvování vysoké školy. „Tehdejší ředitel nemocnice MUDr. Jura mě přijal jako sekundární lékařku na chirurgii. Tam mě prý bylo nejvíce potřeba,“ vysvětluje s úsměvem a pokračuje: „Na osobním oddělení mne uvítala paní Zikmundová, maminka sedmi dětí. Dostala jsem hned na starost oddělení C, pooperační pokoje mužů, a ještě jsem pomáhala na ambulanci. Práce bylo opravdu hodně. Byla jsem tehdy ve čtvrtém měsíci těhotenství a dodnes nechápu, jak jsem mohla sloužit i noční směny. Na lékařském pokoji většinou všichni kouřili, já jsem se však tehdy neodvážila protestovat. Toužila jsem ale po jiném, nekuřáckém pracovním prostředí, to bylo například na dětském oddělení.“

Do práce se vrátila, když měla malá dcera teprve pět měsíců. Taková byla tehdy doba. Moc si však přála dostat se právě na dětské oddělení. „Tam bylo vždy plno dětí a také nouze o lékaře. Přednostou byl MUDr. Slavomír Vrzala. Paní doktorka Straňáková mi tehdy hned na uvítanou řekla, že mě na oddělení potřebují jako sůl. To se mi líbilo. Mám ráda pohádky a hlavně děti, kterým jsem zasvětila celý život. Od té doby se snažím svým rozumem i citem pochopit, co dětem prospívá, a co jim naopak škodí,“ komentuje.

Na dětském oddělení se však moc neohřála. „Paní doktorka Straňáková, která jako okresní odbornice na pediatrii měla vše na starost, mě posílala do všech dětských ordinací v okrese v případě akutních i dlouhodobých zástupů. Tak jsem mohla průběžně studovat léčebné postupy starších lékařů a tímto způsobem se od nich učit. Současně jsem sloužila noční pohotovostní služby. Je s podivem, jakou důvěru ve mne vkládala. Později jsem jí byla velmi vděčná i za to, že mne připravila k atestaci z pediatrie,“ dodává MUDr. Dvořáková.

V osmdesátých letech pracovala na plný úvazek na dětském středisku na Trávníkách, spolu s MUDr. Marií Kozlovskou a později MUDr. Janou Karasovou. „Velmi ráda vzpomínám také na bývalé zdejší sestry. Od všech jsem se mnohému naučila, zpočátku byly mnohem starší a měly řadu zkušeností. Později v práci v nové poliklinice, byly zase mnohem mladší – od nich jsem se také mnohému naučila. Jim všem patří dík za to, že mi byly oporou a že jsem se na ně mohla do práce vždy těšit,“ prozrazuje.

Jak sama říká, nejvíce její vděčnosti si zaslouží rodiny, o jejichž děti pečovala a stále pečuje: „Malé nemocné dívenky, které v nemocničním pokoji s láskou poslouchaly písničku na dobrou noc, jsou dnes již babičky, kterým pomáhám starat se o vnoučata. Starší, šediví muži mě potkávají a hlásí se ke mně jako k někomu důvěrně známému z dětských let.“



Člen představenstva, náměstek pro léčeb. péči MUDr. Martin Metelka o ocenění řekl: „Paní doktorka Dvořáková nastoupila do nemocnice v roce 1974. Začínala na chirurgii, poté přešla na dětské oddělení a od té doby pracuje pro děti, nyní v ambulanci pro děti a dorost. Je zkušená lékařka, využívá svých znalostí, zkušeností za dlouholetou praxi a nebojí se také do své ordinace zavádět nové metody. Paní doktorka mě fascinuje tím, jak ji potkávám ve městě v zimě, v létě na svém kole, a velmi ji za to obdivuji. Je velmi obětavá a pro své pacienty dělá, co může. Je o ní známo, že ovládá němčinu, angličtinu a také romštinu, což ji velmi pomáhá při práci s romskými dětmi. Paní doktorko, přeji Vám hodně zdraví a hodně Vašeho neutuchajícího elánu.“



V nemocnici vaří s láskou již čtyřicet čtyři let

Pro chod nemocnice jsou důležití nejen zdravotníci, ale také řada dalších profesí. Kuchařka Jana KOCURKOVÁ potvrzuje, že nejen oblast lékařství či ošetrovatelství, ale také stravování prošlo v uplynulých desetiletích obrovskými změnami.

Jak se vařilo, když jste před 44 lety do nemocnice nastoupila? „Učila jsem se přímo pro Vsetínskou nemocnici. První den v práci si pamatuji naprosto přesně. Přišla jsem do kuchyně, ani jsem nevěděla, kudy mám jít. A tak jsem to vzala přes umývač, kde paní myla nádoby. Jak jsem to všechno viděla, tak jsem byla v šoku. Říkala jsem si, že ty povinné tři roky to určitě nevydržím. To bylo úplně jiné vaření, než jsem do té doby zažila. Ve škole jsme chodili po praxích po hotelech, restauracích. O dietách jsme se skoro vůbec neučili. Ale dostala jsem se do toho a jsem dodnes tady. V prosinci to bude 44 let.“

Jakými změnami prošlo stravování v nemocnici? „Obrovskými. Když jsem nastoupila, tak byla kuchyň v přístavbě staré interny. Tam byla hlavní kuchyň a závodní jídelna byla v suterénních prostorách takzvaného Bunkru. Ta budova je dnes již zbouraná a na jejím místě stojí patologie. V Bunkru se vařilo pro zaměstnance, když byly knedlíky, tak ty se vařily v hlavní kuchyni. Jeden šel vařit knedlíky do hlavní kuchyně, tam se i nakrájely a dovezly se do Bunkru. Tam se daly na páru, v kamnech se tehdy topilo uhlím, sami jsme si museli zatopit. Kuchaři nasekali třísky, uhlí nám přivezli. Pro vydávání jsme měli k dispozici elektrickou stoličku, jak jsme tomu říkali. Do ní jsme nalili vodu, do ní dali nádoby s jídlem, aby zůstalo teplé. Připravovali jsme i čaj pro oddělení, museli jsme jej navařit, načepovat do dvacetilitrových várníc. To si dnešní mladí ani neumí představit. Nová, moderní kuchyň pak byla velkým skokem.“

Co nejraději vaříte? „Nemám nic speciálního. Je výhoda, že se střídáme. Tento týden vařím polévky, minulý týden jsem vařila diety, nemáme stereotypní práci. Mám ráda novinky, které vaříme. Já osobně si nejvíce pochutnám na sladkých jídlech, mám rád knedlíky, buchtičky s krémem.“

Vedoucí stravovací oddělení Eva Maliňáková řekla o ocenění Janě Kocurkové: „Chtěla bych poděkovat naší kuchařce Janě Kocurkové za dlouholetou práci na oddělení stravování. Je zodpovědná, pracovitá a jídlo připravuje s láskou. Ve Vsetínské nemocnici pracuje už přes dvě generace. Chtěla bych Janě popřát hodně štěstí, zdraví, ať ji práce stále baví.“





115 let
nemocnice
na Vsetíně

Je hrdá, že mohla být u předávání zkušeností

Jiřina JUŘICOVÁ je nejen staniční sestrou chirurgického oddělení, ale také zkušenou stomickou sestrou. Nedávno si vyzkoušela také ona roli pacienta a trochu jí štve, že se z péče vytrácí obyčejný lidský přístup.



V létě to bude 43 let, co nastoupila do Vsetínské nemocnice, tehdy ještě Okresního ústavu národního zdraví Vsetín. „Co bylo tehdy jinak? Všechno. To se nedá srovnat, já už to dnešním mladým holkám ani neříkám, to by nepochopily,“ vzpomíná a dodává: „To byl masakr. Když jsem byla sama na noční a bylo tam šedesát lidí, z toho sedmnáct dětí, čtyři miminka v postýlkách. To se nedá vůbec srovnávat. To by dnes stály všem vlasy hrůzou na hlavě.“ Ne-

představitelný je podle Jiřiny Juřicové i posun v technice: „Tehdy jsme měly papír, tužku a telefon. Telefonem jsme musely zařídit všechno. Neexistovaly výsledky v počítači, nebo přišly papírově. Přišla jsem na odpolední, sedla jsem si k telefonu a u každého pacienta zjišťovala výsledky a zapisovala je do teplotky.“ Nové věci nikdy nezavrhovala, nikdy nebyla proti: „Viděla jsem v tom posun vpřed, není nutné se držet za každou cenu starých věcí.“

„Teď jsem si vyzkoušela i roli pacienta. A z toho pohledu bych si možná přála, abychom se trochu odvrátili od techniky a více vnímali pacienta jako člověka. Trochu se vytratil ten obyčejný lidský přístup, vysvětlování, komunikace. Zdravotnictví obecně je přetechnizované, to mě trochu štve. Na druhou stranu máme dnes péči, která tu nikdy nebyla. Máme fantastickou následnou péči, paliativní péči, za kterou jsem moc ráda. I v oblasti hojení ran. Pokrok je neskutčný,“ konstatuje.

A co ji těší? „Jsem hrdá, že jsme byli u výchovy studentek střední zdravotnické školy. Často se mi stane, že mě někdo potká, pozná, vzpomene si. Jsem ráda za studenty, že tu byli, že se tu něco naučili, že jsme pomohli vychovat spoustu zdravotníků,“ připojuje.

Vrchní sestra chirurgického oddělení Elena Vaculíková řekla o ocenění: „Jiřina je jedna z tváří, které budu mít už navždy spojené s chirurgií. I když se to možná někdy nezdá, vím, že je to člověk se srdcem na správném místě. Spoustu let už na chirurgii doslova kouzlí v péči o stomie. Je to oblast, které opravdu velmi rozumí, a my ostatní se od ní můžeme učit. A ještě jedna věc, kterou byste možná měli vědět, dělá výborný segedínský guláš.“



Ultrazvuk byl velkým skokem v diagnostice

Příběh lékaře MUDr. Radomíra VALY je svědectvím obrovských technologických změn, kterými radiodiagnostika v uplynulých pěti desetiletích prošla.

Do nemocnice (tehdejšího Okresního ústavu národního zdraví Vsetín) nastoupil před více než čtyřiceti sedmi lety, konkrétně 1. 8. 1978. Svůj první den na pracovišti, se kterým spojil svůj profesní život, si pamatuje dodnes. „Nastoupil jsem na radiodiagnostiku, ale hned mě převeleli na infekční oddělení. Zrovna byla epidemie hepatitidy a potřebovali tam lékaře. Na infekci jsem byl měsíc a pak jsem šel do armády,“ vzpomíná MUDr. Radomír Vala. Po tehdy povinné vojenské prezenční službě se na radiodiagnostiku opět vrátil.



Tehdejší pracoviště bychom ale ve srovnání s dneškem sotva poznali. Za léta jeho působení prošlo neuvěřitelnými změnami. „Když jsem nastoupil, tak se snímkovalo. Ultrazvuk nebyl, CT nebylo, o rezonanci ani nehovořím. Takže všechno bylo na snímcích. S tehdejším vybavením jsme dělali i angiografie hlavy a končetin, což se dnes samozřejmě dělá úplně jinak. Změny jsou obrovské,“ upozorňuje.

„Ze začátku se snímky vyvolávaly ručně, namáčely v roztočích, pak se musely usušit. Později jsme dostali vyvolávací automaty, pak už byl proces výrazně kratší, to byla otázka dejme tomu pěti minut. A dnes je díky digitalizaci a moderním přístrojům snímek k dispozici hned,“ bilancuje.

Co vnímá za největší posun? „Nejprve to byl ultrazvuk, potom CT, v posledních letech magnetická rezonance,“ hodnotí. První ultrazvuk byl zprovozněn v roce 1987, první počítačový tomograf (CT) v roce 1998, magnetická rezonance v roce 2023.

Nástup ultrazvuku znamenal i konec některých náročných metod. „Skončili jsme například s cholecystografiemi, prostě se udělal ultrazvuk,“ uvádí příklad. Rentgenové kontrastní vyšetření žlučníku bylo pro pacienta velmi nepříjemné. S rozvojem ultrasonografie vyšetření ustoupilo do pozadí. Dnes patří radiodiagnostické pracoviště svým vybavením k nejmodernějším v regionu.

MUDr. Radomír Vala stál v čele radiodiagnostického oddělení od roku 1991, navázal na práci svých předchůdců, kterými byli MUDr. Robert Moravec a MUDr. Bohdan Kvasnica. Na primářském postu jej v roce 2018 vystřídala MUDr. Blanka Ludvová. Co MUDr. Vala přeje nemocnici a jejím zaměstnancům do budoucna? „Aby se všichni drželi. Kdoví, jak bude zdravotnictví za pár let vypadat. Nebude to tak jednoduché.“

Současná primářka MUDr. Blanka Ludvová o oceněném řekla: „Primář Vala a radiodiagnostika patří neodmyslitelně k sobě. Za svou dlouholetou profesní kariéru se významně podílela na rozvoji našeho oddělení. V roce 1998 rozjel první CT přístroj v okrese a tím se diagnostika významně posunula dopředu. Pan doktor věnoval své profesi spoustu volného času a energie, nebál se ani intervenčních výkonů a začal realizovat také obstríky nervových kořenů pod CT kontrolou. Je to výborný lékař a diagnostik, vychoval celou naši mladší generaci radiologů, byl vždy trpělivým, ale přísným učitelem. Ráda bych mu za sebe i celý náš kolektiv poděkovala a popřála do dalších let hlavně pevné zdraví a spoustu elánu.“

Poděkování Napsali jste nám

Citlivý přístup k dítěti a ochota vše vysvětlit

„Ráda bych touto cestou upřímně poděkovala celému týmu lékařů, operatérů i zdravotních sester za péči o naši dceru během akutní operace slepého střeva s následnou hospitalizací od 28. 2. do 4. 3. 2026. Velmi si vážím profesionálního přístupu, rychlého rozhodování i lidského jednání, se kterým jsme se setkali od ranního vyšetření až po příjem a pooperační péči. Zvláštní poděkování patří také za citlivý přístup k dítěti a ochotu vše trpělivě vysvětlit. Pro rodiče je v takové chvíli nesmírně důležité cítit důvěru v tým, který se o jejich dítě stará – a přesně takový pocit jsem měla po celou dobu. Jmenovitě bych ráda poděkovala chirurgům MUDr. Olšákoví a MUDr. Povýšilovi, anestezioložce MUDr. Berežné, lékařkám dětského oddělení MUDr. Maliňákové a MUDr. Vachovcové a radiodiagnostikovi MUDr. Hrbkovi, který prováděl sonografické vyšetření. Vaše práce má obrovský význam a jsem za ni opravdu vděčná. Děkuji za vaši odbornost, nasazení i lidskost. S ohledem na naše minulé zkušenosti ve zdravotnických zařízeních vím, že to bohužel není všude samozřejmost.“

**S pozdravem a přáním všeho dobrého
MgA. Marie S. P. s dcerou Medou**

Vděčnost za mimořádnou péči o našeho tatínka

„Vážení, rádi bychom vám touto cestou vyjádřili upřímně poděkování a hlubokou vděčnost za mimořádnou péči, profesionalitu a lidský přístup personálu vaší nemocnice a dalších zdravotníků. Moc nám pomohl tým zdravotnické záchranné služby, dále personálu oddělení ONP 2, neurologie a interny.“

Náš pradědeček, dědeček a tatínek ve věku 91 let prodělal těžkou mrtvicí. Díky rychlému zásahu záchranného týmu mu byl zachráněn život. Následná odborná péče a velmi dobrá spolupráce zdravotnického personálu s naší rodinou významně pomáhají jeho postupnému zotavování.

Péče o našeho tatínka byla a stále ještě je velmi náročná. Mrtvice způsobila těžké stavy zmatenosti a dezorientace, které péči komplikují. O to více si vážíme trpělivosti, empatie, obětavosti a profesionálního přístupu všech zaměstnanců, kteří se o něj starají. Díky Vaší vynikající péči se jeho stav po třech týdnech postupně zlepšuje a každý den dělá malé, ale důležité pokroky.

Náš tatínek byl celý život velmi aktivní člověk – sportovec, vášnivý turista, dlouholetý skautský vedoucí a později vedoucí turistického oddílu pro děti v Jablůnce. Má velkou vůli překonat své zdravotní obtíže, vrátit se zpět do života a znovu vrazit do hor, a nadále pečovat o jeho celoživotní partnerku – naši prababičku, babičku a maminku. Všichni věříme, že právě díky vaší péči a jeho silné vůli se mu to podaří.

Velmi si vážíme Vaší náročné a odpovědné práce. Děkujeme všem lékařům, sestrám, ošetřovatelům i ostatním zaměstnancům Vsetínské nemocnice za jejich každodenní nasazení, lidskost a mimořádnou péči, kterou věnují pacientům.“

**S úctou a srdečným poděkováním Jaroslav D.
s širší rodinou, Jablůnka**

Všichni na ortopedii dělají svou práci s láskou

„Děkuji celému ortopedickému oddělení za profesionální péči a obětavost. Všem sestřičkám, pomocnému personálu, hlavně MUDr. J. Bláhovi. Je vidět, že všichni dělají svou práci s pochopením a láskou. Přeji hodně sil, zdraví a energie do další práce. Ještě jednou moc děkuji.“ **Ilona P., Kroměříž**

Vždy maximum možného, navíc neodkladně a s úsměvem

„Obrácím se na vedení Vsetínské nemocnice s prosbou o veliké poděkování a dáni za příklad chování a zdravotní péče primářky oddělení nefrologie a dialýzy MUDr. Čechové a sestře paní Březovjákové. Jejich profesionalita, empatický přístup k pacientům a snaha vždy odborně a ochotně pomoci, vyřídit v pohodě a rychle všechny potřebné věci, jsou málokde k vidění a mnohde by se od nich mohli takovému přístupu a lékařské péči učit.“

A není to jen můj názor, vím to i z povídání jiných lidí v čekárně, že sestra i paní primářka udělají vždy maximum možného, a navíc neodkladně a s úsměvem. Takovému personálu pak mohou pacienti bezvýhradně věřit, neboť zažívají na vlastní kůži opravdu odbornou a kvalifikovanou péči o své zdraví. Jako pacient jsem zažil už hodně nemocnic a ambulancí a dokážu posoudit (doufám) i kvalitu zdravotníků, a proto vám píši, ať je můžete dát jako příklad.“

**S vděčností a přáním příjemného dne
Dušan z Valašského Meziříčí**

Byl jsem na interně léčen a vyléčen z mých neduhů

„Ve dnech 9. až 14. dubna jsem byl na interním oddělení léčen a vyléčen z mých neduhů, a tak se postupně zařazuji mezi zdravé lidi mého věku. Chci touto cestou všem poděkovat za obětavost, starostlivost a léčení, které bylo úspěšné. Celému týmu tohoto oddělení děkuji za péči, které se mi dostalo po celou dobu pobytu.“

Obětavost a péle všech těchto lidí zaslouží uznání a pochvalu – a ještě něco navíc. Vzpomněl jsem před jedním mužem z tohoto oddělení, že už se těším na domácí kafe a on mi toho turka přinesl, určitě to neměl ve svých povinnostech, ale mě to moc potěšilo. Za to tedy také děkuji. Do dalších let všem na interně přeji hodně radosti, úspěchů a štěstí ve vaší bohužel práci, a ještě jednou moc a moc děkuji.“

Alois Z. z Lidečka

Uvědomovali jsme si, jakou cenu má vlídné slovo

„Dovolte, abych touto cestou mohla poděkovat chirurgii A, jednotce intenzivní péče a chirurgické ambulanci pod vedením primáře MUDr. Radima Slováčka za poskytnutou léčbu mému manželovi, který byl hospitalizován v létě loňského roku. Bylo to pro nás velmi těžké období, jelikož byla potvrzena onkologická diagnóza. Zdravotní stav mého manžela byl velmi vážný a vzhledem k diagnóze i komplikovaný. Proto jsme po delší dobu opakovaně navštěvovali chirurgickou ambulanci i po propuštění z hospitalizace.“

Po celou dobu jsme se setkávali s velmi příjemným a profesionálním přístupem všech lékařů, sestřiček a dalšího personálu. Zároveň velké poděkování patří MUDr. Janě Kutějové z hematologického a transfuzního oddělení, která zařizovala léčbu a opakovaně navštěvovala manžela po dobu hospitalizace.

Dokončení na str. 16

A abychom toho neměli málo, tak jsem i já byla rovněž hospitalizována na interním oddělení. Velké poděkování patří interní ambulanci při přijetí k hospitalizaci a internímu oddělení, kde je primářem MUDr. H. A. Kassu. Dále patří velké poděkování primářce MUDr. Heleně Fukalové z infekčního oddělení, kde pokračovala moje léčba. S velkou úctou a pokorou děkuji všem. Za celé období jsme se setkávali jenom se vstřícností a milým přístupem, snahou pomoci. Velmi nám to pomáhalo. Tady jsme si uvědomovali, jakou cenu má vlídné slovo, úsměv a trpělivost.

Hana K.

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



Rehabilitaci si jeskyňář Pavel velmi pochvaluje

Jeskyňáře Pavla DOBEŠE postihla před dvěma lety cévní mozková příhoda, která zanechala následky na levé straně těla. Velkou oporou mu je, podle jeho vlastních slov, tým rehabilitačního oddělení Vsetínské nemocnice. Na terapii se pokaždé těší a má radost z pokroků. Děkuje všem, kteří se o něj starají a usnadňují návrat do běžného života.

Mozková příhoda Pavla Dobeše potkala na speleologické akci – výzkumu v maďarské krasu (Národní park Aggtelek) – během spánku ve stanu u jeskyně. Samotné vyprošťování bylo náročné a zdoluhavé. Následoval transport vrtulníkem do maďarské nemocnice, po zhruba týdnů převoz do Česka. Hospitalizován byl rovněž na neurologickém oddělení Vsetínské nemocnice, péči pochvaloval. „Starali se o mě pěkně, byl jsem spokojený. Z neurologie mě pak přeložili na oddělení následné péče, tam za mnou každý den začal docházet tým složený z fyzioterapeutky a ergoterapeutky. Líbilo se mi, že jsou vždy vstřícné a taky veselé. Dobře se mi s nimi spolupracuje, myslím si, že si snad i rozumíme,“ komentuje Pavel Dobeš.

Na oddělení následné péče společně s fyzioterapeutkou docházela za panem Dobešem také ergoterapeutka. Prvotně společně trénovali samotnou mobilitu na lůžku, vertikalizaci do sedu, stabilní a samostatný sed, postupně i vertikalizaci do vysokého chodítka. „Vzhledem k počáteční těžké levostranné hemiparéze bylo skutečně nutné zapojit do rehabilitace dva terapeuty. Na druhou stranu byl pan Dobeš před příhodou aktivním sportovcem. Byl zvyklý na zátěž i pravidelný trénink, toho se dalo při terapii využít. Zdaleka ne každý pacient toleruje ze začátku intenzivní terapii. Jako sportovec si oblíbil i motomed na dolní končetiny do lůžka,“ vysvětlují pracovnice rehabilitačního oddělení Vsetínské nemocnice.

Pavel Dobeš velmi brzy navázal na rehabilitaci v Rehabilitačním ústavu Hrabyně. „Odtud se vrátil samostatně chodící za pomoci čtyřbodové hole, nedávno se odvážil, vzhledem ke zlepšení stability, přesedlat na hůl vycházkovou,“ bilancovala se svolením pacienta ergoterapeutka Mgr. Markéta Bednaříková.

Nyní je již více než půl roku v péči ambulantního rehabilitačního pracoviště. „Vrátil jsem se do těch správných rukou. Díky holkám na vsetínské rehabilitaci jsem se opravdu hodně posunul dopředu, rozchodil,“ vysvětluje.

„Nyní společně pracujeme na kvalitě chůze, odstranění patologických vzorců chůze daných spastickou parézou. Pan Dobeš je zaedukován k provádění prolongovaného strečinku určených svalů s následným tréninkem rychlých opakovaných pohybů dle konceptu Dohoda o reedukačním tréninku při spastické paréze. Toto cvičení má za úkol trénovat každý den doma samostatně. My se pak věnujeme jednotlivým sekcím švihové a stejné fáze chůze. Tam už potřebuje pan Dobeš korekci a také zpětnou vazbu. Nově je vybaven protetickými pomůckami, které jsme se po společné debatě pacient – terapeut – rehabilitační lékař rozhodli zařazovat postupně. Aktuálně si zvyká na peroneální ortézu vkládanou do boty. Vybírána byla společně s protetikem, takže lze opravdu říci, že v naší rehabilitační ambulanci funguje komunikace v rámci multidisciplinárního týmu,“ pokračuje ergoterapeutka.

„To je právě fajn, že je tady taková široká spolupráce, do které se dovede zapojit hodně lidí,“ reaguje Pavel Dobeš.

Zlepšuje se stabilita při chůzi, vydává se na první „výšlapy“. „Dokonce jsem byl na jubilejním setkání jeskyňářů v Moravském krasu, u toho jsem nemohl chybět,“ prozrazuje. Do milovaných jeskyní by se však chtěl jednou vrátit nejen jako host, ale také jako jeskyňář. Zatím zdolává spoustu malých krůčků, malých vítězství.



Při efektivní rehabilitaci pomáhají také vzduchové dlahy PANat. „Využíváme je k polohování končetin v korekční pozici, k uvolnění spastických svalů, stimulaci svalů paretických, senzoryckou stimulaci před vlastní aktivní terapií. Zde je vhodné propojovat nejrůznější terapeutické přístupy, velmi dobře se koncept PANat doplňuje s terapeutickým konceptem Bobath. Mělo by se jednat o úkol, pro který je pacient motivovaný, koncentrovaný a zvládne ho mnohokrát zopakovat, teprve poté dochází k motorickému učení. V ideálním případě s přístupem hands off. Pan Dobeš si při posledním kontrolním vyšetření stanovil obšírnější cíl: více se věnovat terapii horní končetiny, u které progres není tak velký a zřejmý jako u dolní končetiny,“ dodává ergoterapeutka s tím, že pan Dobeš patří k pacientům proaktivním, s vlastní motivací a pozitivním přístupem.

Panu Dobešovi, který se s námi podělil o svůj patientský příběh, přejeme do dalšího úsilí hodně úspěchů a dobré nálady.



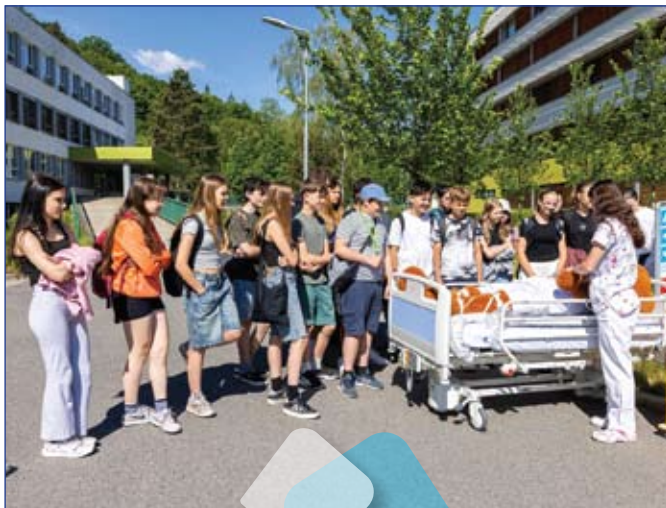
Den s nemocnicí: v areálu vyrostl obří klaunský nos

Bezmála čtyři stovky účastníků zavítaly na v pořadí už jedenáctý Den s nemocnicí, který zaujal nejen školáky, ale také dospělé návštěvníky. Program pro školy zahrnoval patnáct různorodých stanovišť, včetně první pomoci, dětské nemocnice, senzomotorického chodníku či prohlídky sanitek. Přilákal tentokrát školy nejen ze Vsetína, ale také z Karolinky, Francovy Lhoty, Horní Lidče či Liptálu. Dospělí si nechali změřit tlak, glykémii či zásobení těla kyslíkem. Všem se líbil obří klaunský nos, který zdobil nemocniční areál: tuto Oázu radosti, jak ji sami nazývají, přivezli do Vsetína zdravotní klauni.

„Neskutečně moc se nám líbili zdravotní klauni, děti se moc smály, bylo to výborné. Následně jsme viděli stanoviště dětského oddělení, kde jsme ošetřovali medvěda a děti jsou nadšené i ze sanitek. Budeme moc rádi, pokud se budeme moci příští rok znovu zúčastnit,“ řekla Lucie Procházková, učitelka Mateřské školy Kobzáňova s tím, že kdyby děti nyní musely náhodou do nemocnice s nějakým zdravotním problémem, určitě by byly klidnější, seznámeny s prostředím.

Zdravotní klauni přijíždějí do Vsetínské nemocnice pravidelně potěšit pacienty, hospitalizované na dětském oddělení. Tentokrát zavítali s klauniádou, obřím klaunským nosem, který byl zároveň dárkem ke 115. výročí, který Vsetínská nemocnice letos slaví.

Velmi se líbila i další stanoviště: před dětským oddělením vyrostla improvizovaná dětská nemocnice, kde místo skutečných pacientů byli léčeni ti plyšovi. „U nás návštěvníci vidí ukázky práce na dětském oddělení, představujeme jim lůžka, které máme k dispozici, a snažíme se děti zbavit strachu, kdyby k nám musely přijít z důvodu nemoci,“ specifikovala



sestra dětského oddělení Veronika Janáčková. Péče byla názorně představena pomocí hraček. „Medvěd měl otřes mozku, protože spadl, když jel na kole bez přilby, a panenka je dušná,“ přiblížila sestra.

Zajímavostí byl senzomotorický chodník a vlastně celé stanoviště rehabilitačního oddělení Vsetínské nemocnice. „Senzomotorický chodník se líbil naprosto všem, včetně učitelů, které to vnímají jako inspiraci pro své školy a chtěly by jej mít nejen v hodinách tělocviku, ale určitě také na veřejných chodbách ve školách. Také se mi líbí, jak pozitivně vnímají, že je potřebné mluvit o tom, jak zvýšit psychickou odolnost. Jsem velmi překvapená, že je tady spousta tříd z Karolinky, Horní Lidče, Liptálu, a děti jsou velmi spolupracující,“ reagovala vrchní sestra rehabilitačního oddělení Mgr. Pavlína Matějčková.

„Jsme vždy spokojeni a pokaždé máte pro nás nějaké překvapení. Poprvé vidím, že máte stánek se zdravotními klauny, nyní se přesouváme ke stanovišti, kde se hovoří o závislosti na mobilu. Dozvěděli jsme se všichni novinky k dentální hygieně, byli jsme na ARO, patologii, takže myslím, že pro naše osmáky je program velmi přínosný,“ komentovala vyučující Mgr. Taťana Nersesjan ze ZŠ Trávníky, která na akci tradičně přichází s vyššími ročníky základní školy, a má tedy možnost srovnání.

O akci mluvili nadšeně i ti, kteří přišli vůbec poprvé. „Je to tady suprové. Některé části jsou hodně interaktivní, teď si děti vyzkoušely transport, moc se jim líbily ukázky resuscitace a první pomoci v podání anesteziologicko-resuscitačního oddělení. Zajímavá pro ně byla také interna,“ hodnotila učitelka Lenka Žabčíková ze ZŠ Liptál.



Nechyběla Střední zdravotnická škola (MG, SZŠ a VOŠ Vsetín), která je dlouholetým, významným partnerem a pomocníkem při organizaci Dne s nemocnicí. „Nabídli jsme stanoviště péče o chrup, ale letos s kolegyní, která roky bývala dentální hygienistka, takže podala řadu podnětů a spoustu zajímavých informací. Nově jsme zařadili stanoviště věnované spánku, odpočinku, závislosti na mobilních telefonech, to je takové horké téma dnešní doby. Ptali jsme se, kolik času školáci věnují mobilnímu telefonu, jestli mají nějakou rodičovskou kontrolu, jestli telefon zapínají i ve večerních hodinách. Děti by měly být seznámeny se zásadami spánkové hygieny, co je vhodné před spánkem a čeho se vyvarovat,“ informovala o realizovaných novinkách PhDr. Soňa Stiborová, vyučující MG, SZŠ a VOŠ Vsetín.



Laborantka Iveta patří k nejrychlejším ve VKV

Mnoha cyklistům vydrží program Vrchářské koruny Valašska na celou sezónu, někteří jej ani nedokončí. Laborantka Iveta VRANÁKOVÁ jej splnila už 3. května, kdy zdolala Lysou horu, která je (jak sama říká) královnou Beskyd. V celkovém hodnocení v kategorii žen ji předstihly jen tři cyklistky.

„Chtěla jsem být na bedně. O kousek to uteklo, ale nevádí. Výsledek je super. Jsem spokojená. O to jde především, aby si to člověk užil,“ komentuje Iveta Vranáková. Na MTB horském kole ujela v rámci letošního VKV 440 km, 5 906 výškových metrů, což si vyžádalo zhruba 28 hodin čistého času. Na silničním kole to bylo 741 kilometrů a 8 436 výškových metrů a 35 hodin. „Z letošních vrcholů se mi líbila Lysá hora – ta byla úplně úžasná, ale také Hostýn, to je taky srdeční záležitost,“ zmiňuje.

Letos by chtěla na kole najet 10 tisíc kilometrů: „To je taková meta, ale zatím se mi to nepodařilo, najezdila jsem v minulých letech sedm, osm tisíc kilometrů ročně. Doufám, že letos desítka klapne,“ plánuje.

„Když je krásné počasí, udělám si svůj oblíbený okruh i přes týden. Často směřem na Slovensko, odbočím na Lazy, na Kohůtku a potom přes Vranču nazpátek. Když člověk celý den pracuje v laboratoři, sedí u počítače, tak kolo je úplně perfektní vyvětrání hlavy a celého člověka. Vypnu, šlapu a kochám se,“ doporučuje.

Otestovala i cyklistické trasy v cizině. „Před třemi lety jsme jeli s přítelem do Chorvatska na kola. Bylo to tam úžasné. Vyrazíte ráno po snídani, když ještě není tak velké teplo.



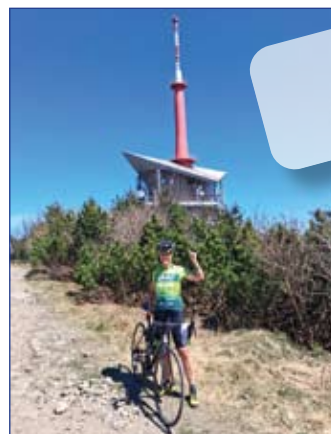
Byli jsme na Krku, tam jsou perfektní cyklotrasy. Když se dostanete někam nahoru, tak jsou kolem jen skály, občas se objeví divoké koně, dole je moře. Prostě nádhera,“ dělí se o zážitky.

VKV jezdí od roku 2019, od stejného roku pracuje i ve Vsetínské nemocnici. „Předtím jsem pracovala na Slovensku v Žilině, také v biochemické laboratoři. Ale do Vsetína jsem to měla blíž. Tak jsem vyměnila práci, později jsem se na Vsetín i přistěhovala, a jsem spokojená. Na oddělení máme fajn tým a na Valašsku se cítím dobře, je tu nádherně,“ reaguje.

Pracovat v laboratoři chtěla už od základní školy. „Mohou za to tehdejší povinně-volitelné předměty, chemicko-biologická praktika. Ta se mi líbila, proto jsem se rozhodla pro práci laboranta,“ poznamenává.

Zapojuje se ráda i do úkolů Výzvy 115, která je inspirována letošním výročí nemocnice. „Kolo, turistika, sto patnáct kilometrů jsme zdolali, pohodička. Ale zaujaly mě i další úkoly: solím málo, mám ráda luštěniny, ovoce, to je u mě pořád. Záměr Výzvy 115 se mi moc líbí, vždy čekám na nový měsíc, co vymyslíte a čím nás inspirujete,“ objasňuje.

Vrchářská koruna Valašska (VKV) je primárně cykloturistický projekt, nikoliv závod. Držitelem VKV se stává každý sportovec, který v daném období zdolá na jízdním kole (hlavní kategorie), elektrokole, s přívěsným vozíkem či pěšky (vedlejší kategorie) všech 20 předepsaných vrcholů. Vlastní kategorii mají junioři a hendikepovaní. Jako důkaz je třeba na každém vrcholu se vyfotit tak, aby bylo patrné, že jde o daný vrchol. Fotodokumentaci si účastníci ukládají do svého účtu (profilu) na webu www.vk-bike.eu (noví účastníci se zde musí předem zaregistrovat). Ve chvíli, kdy si v profilu uloží fotky ze všech vrcholů, pořadatelům bude automaticky doručena výzva ke kontrole. A pokud ta proběhne bez závad, stává se držitelem VKV. Samotná účast je bezplatná.



Hlavní kategorie VKV zavede cyklisty kromě již zmíněné Lysé hory či Hostýna také na Solán či Pulčín, dalšími cíli jsou fotopoint Hošťálková, Hložecká kaple, Kuželův památník nedaleko Rajnochovic, pomník legionářů Josefa Šimčíka a Jana Melichaříka, chata Leopoldka, kaplička na Štrčkově, křížová cesta Velíková, myslivecká chata Pod Kamenářkou, piknikoviště Juřinka, vyhlídka Provažné, rozhledny Vartovna, Vysoké Pole, Súkenická a Nad Zlámanou v katastru obce Vysoké nad Kysou. Z těch Vsetínu nejbližších pak Vlčí vyhlídka nad Jablůnkou či oblíbený Vsacký Cáb.





Vsetínská nemocnice slaví 115. výročí. Co jí, a zdravotnictví na Valašsku obecně, přejete do budoucna?

1 | MUDr. Helena FUKALOVÁ | primářka infekčního oddělení | „Ať dále funguje v takovém rozsahu jako doteď. Ať má dostatek spokojeného personálu, optimistického, plného energie, který projevuje i ve vypjatých situacích dostatek empatie a je schopen pro své spoluobčany udělat maximum, jako doteď – což dokázal i v období covidové pandemie, kdy pracovali kolegové s výrazným nasazením. Aby se v nemocnici dostavil nový krásný centrální pavilon, podle projektů, které jsou výborné. Aby tady trvala kolektivní, rodinná, kmenová soudržnost, že patříme k této nemocnici – sice mezi sebou máme občas drobné žabomyši války, různé věci si musíme vyříkat, ale i tak, abychom navenek vystupovali jako jedna rodina. Abychom byli hlavně všichni zdraví.“

2 | Miroslav ZEŤÁK | sanitář, oddělení následné péče | „Co nejvíce uzdravených pacientů, spokojené zaměstnání, kvalitní vybavení, moderní prostory. Hlavně zdraví a pevné nervy všem zdravotníkům.“

3 | Bc. Miroslava KOŇAŘÍKOVÁ | dětská sestra, dětské oddělení | „Aby byli všichni spokojení, pacienti i rodiče našich pacientů, aby byli spokojení také zaměstnanci. Abychom měli dost lékařů i sester a všem se tady dobře pracovalo.“

4 | Lucie MELICHAŘÍKOVÁ | stážistka, hematologické a transfuzní oddělení | „Hlavně, aby fungovala, aby měla dostatečný přísun, příjem mladých pracovníků, spokojené pacienty a vyléčené pacienty. Laboratořím nové stroje, vylepšené technologie a větší rozpočty.“

Léto plné výzev k pohybu i zdravému stravování

Výzva 115 motivuje i o prázdninách. V červenci se zaměřuje na odpočinek a regeneraci, v srpnu na vnímání svého těla a signálů, které nám dává. Ani tentokrát nechybí podněty ke zdravému pohybu i volnočasovým aktivitám a drobným radostem, jež přináší dobrou náladu.

Fotografie či videa z plnění aktivit můžete posílat na e-mail: soutez@nemocnice-vs.cz, případně do zpráv na sociálních sítích. Děkujeme zároveň Ivě z chirurgie B i Barči a Marii z chirurgie A, které nám poslaly fotografii ze závodu Spartan Race Dolní Morava 2026, jehož se poslední květnový víkend úspěšně zúčastnily.



Červenec #Výzva 115 Odpočinek a regenerace

Dopřej si kvalitní spánek 58	Vyjed' si na kole 59	Protáhni se po probuzení 60	Pozoruj mraky 61
Už jsi zvládl 115 (nejen jarních) kilometrů? 62	Dej si Caesar salát* 63	Pošli někomu pohlednici 64	Užij si relaxační koupel** 65
* Den Caesar salátu připadá na 4. července. Jeho autorství je připisováno italskému restauratérovi Caesaru Cardinimu, který chtěl podávat italské jídlo, jež by chutnalo i Američanům. Salát má řadu variant, ale jeho klasická verze se skládá z čerstvého římského salátu, olivového oleje a parmazánu. Chybět nesmějí ani krutony a charakteristický dresink.		Zavař si džem 66	Nezapomeň na plavání 67

Srpen #Výzva 115 Vědomé tělo

Jez bez spěchu 68	Zkus dech do břicha 69	Protáhni celé tělo 70	Dej si meloun* 71
Pozoruj západ slunce 72	Pij vodu před pocitem žízně 73	Chod' bosky po trávě 74	Zdřimni si v houpací síti 75
* Vodní meloun je ikonou léta, která nás osvěží sladkou chutí a vysokým obsahem vody. Den vodního melounu, který si připomínáme 3. srpna, je skvělou příležitostí, jak objevit nové způsoby jeho podávání i jeho zakomponování do známých receptů. Pošlete nám svůj recept. Více na webu Vsetínské nemocnice www.nemocnice-vs.cz			Zastav se v přítomném okamžiku 76

Personalistka Jana vždy ráda poradí a pomůže

V rubrice POŠLI TO DÁL představujeme Janu CAHLOVOU, která se už sedm let věnuje v naší nemocnici personalistice a mzdové agendě. A jak sama říká, největší radost má z toho, když se podaří najít řešení a pomoci.



Co Vás v poslední době potěšilo v práci? „Zrovna tento týden (v době uzávěrky našeho zpravodaje – pozn. red.), mě velmi potěšilo, že se podařilo zajistit služby lékařů na lékařské pohotovostní službě pro dospělé. Bývá to vždy náročnější, proto mám radost, že je celý měsíc obsazený a podařilo se domluvit další dva lékaře, kteří budou sloužit. Obecně mě těší, když se podaří věci dotáhnout a když můžeme lidem poradit nebo pomoci. Často k nám zaměstnanci přijdou s tím, že si nejsou jistí, jak postupovat. Vždy jim říkám, že je to v pořádku – oni rozumějí své práci na oddělení a my jsme

tady od toho, abychom pomohli zase v této oblasti.“

Co všechno obnáší Vaše práce? „Mám na starosti zpracování mezd a personalistiky – tedy nástupy, změny, výstupy a veškeré smluvní a personální náležitosti. Kromě toho zajišťuji agendu pro několik oddělení, například ARO, gynekologicko-porodnické oddělení, radiodiagnostiku, oddělení klinické biochemie, centrální operační sály, sterilizaci a také pohotovostní službu. Součástí mé práce je také zpracování cestovních příkazů zaměstnanců napříč nemocnicí a evidence pracovních i životních jubileí.“

Jaká byla Vaše profesní cesta a jak dlouho pracujete v naší nemocnici? „Ve Vsetínské nemocnici pracuji sedm let. Personalistika je úzce propojená se mzdovým účetnictvím, jsou to vlastně spojené nádoby. Vystudovala jsem ekonomickou školu a práce s lidmi mě vždy bavila, takže se v této oblasti pohybuji celý profesní život.“

Jak relaxujete ve svém volném čase? „Mám ráda práci na zahrádce. Dělá mi radost pěstování květin. Mám rok a půl starého vnučka, takže si hrajeme, bavíme se a užíváme si společně čas, protože teď ještě bydlí s námi, ale bude se stěhovat. Mám ráda procházky, výlety.“

Nemocnice letos slaví 115 let a vyhláší každý měsíc výzvy. Již Vás nějaká oslovila? „Je to velmi pěkný záměr. Pohyb navíc, relaxace, zdravá výživa. Bydlím v Horní Lidči, máme kolem krásnou přírodu. Mohu doporučit navštívení expozice na Ploštině, je tam nové muzeum, výstava k událostem, které se tam za druhé světové války staly. Doporučuji i výlet na bývalé Vařákovy paseky, je tam krásná příroda, dá se jít pěšky, jet na kole. Můžete si zajet i na Lačnovské rybníky, Lačnovské (u nás se říká Trčkovy) skály, anebo Čertovy skály. Využít novou cyklostezku, kterou máme do Horní Lidče.“

Komu předáváte štafetu v naší anketě? „Štafetu předávám paní Evě Skřípkové, staniční sestře centrální sterilizace.“



Lačnovské skály na trase stezky Vařákovy paseky

Lačnovské (též Trčkovy) skály, kam se na doporučení z předchozího textu vydáváme, je nevelká pískovcová skalní oblast v blízkosti obcí Lačnov a Lidečko. Skály se nacházejí na trase naučné stezky Vařákovy paseky.

Lačnovské skály jsou členěny na horní skály, zvané Vrátnice, a dolní skály, zvané Trčkovy. Horní skály jsou 70 metrů dlouhé a 11 metrů vysoké. Jsou zde četné voštiny, skalní mísy a pseudokrasové jeskynní výklenky. V letech 1923–1928 skály navštěvoval Josef Valčík (spolupachatel atentátu na Heydricha), který v té době sloužil u lačnovského sedláka a chodil do místní školy. Od čtyřicátých let jsou skály spjaty s rozvojem trampingu. Dnes jsou navštěvovanou horolezeckou lokalitou: z horních skal je krásný výhled na panorama Bílých Karpat. Skály jsou dostupné pro pěši: z Lidečka vede modře značená turistická stezka, z Lačnova žlutá.

GPS souřadnice: 49.2110617N, 18.0067958E.



Návštěvu Lačnova můžete spojit s návštěvou Muzea vypálených usedlostí Vařákovy paseky. V muzeu jsou repliky obytných budov vypálené usedlosti. **(GPS souřadnice: 49.1919444N, 18.0091953E)**. Nebo je možné si prohlédnout tři Lačnovské rybníky, které slouží k rekreačním účelům a k rybolovu. Také Lačnovské rybníky jsou na trase naučné stezky Vařákovy paseky. Ta začíná u vlakového nádraží v Horní Lidči, vede kolem Lačnovských rybníků, do vsi Lačnov, odtud kolem Lačnovských skal až na hřeben Vízovických vrchů. Pak pokračuje na Vařákovy paseky a dále k Čertovým skalám a do Lidečka. Stezka měří 16 km a najdete na ní 15 zastavení, věnovaných přírodě i historii těchto míst.