

JIHOČESKÉ ZDRAVÍ

Noviny plné zdraví

Číslo 1

červen/červenec 2016



Impozantní čísla. Za všemi čísly však stojí konkrétní příběhy lidí. Ty vám přinášíme v aktuálním vydání Jihočeského zdraví.

8

nemocnic



7 000 000 000 Kč
roční obrat



1 500 000
ambulantních
vyšetření za rok



130 000
hospitalizovaných
pacientů za rok



60 000
operací za rok



6 600
narozených dětí



6 200
zaměstnanců

Jihočeské zdravotnictví profituje ze spolupráce

Často se setkávám s dotazy, proč právě jihočeské nemocnice patří k nejlepším v republice. Důvodů je celá řada. Pokusím se je shrnout alespoň trochu čtivě.



První náměstkyně jihočeského hejtmána Ivana Stráská.

Máme optimální síť. To není naše zásluha, vyvinulo se to historicky a možná za to vdčíme našim předkům, kteří vždy uvažovali racionálně. A protože kraj nebyl bohatý, netrumfovali se ani ve zdravotnictví.

V každém okrese je nemocnice, ta má základní spektrum oborů. Po převzetí nemocnic krajem jsme z této skutečnosti vyšli, začali jsme hledat cesty k optimalizaci, při změnách politické reprezentace jsme také postupovali jihočesky uvážlivě a navazovali na to dobré, co už udělali ti před námi. Došlo k dělení oborů mezi okresními nemocnicemi, k centralizaci naopak v oblasti strategických investic a nákupů, kvalitě péče a vyjednávání s pojišťovnami. Drželi jsme se moudrosti předků. Říkali: „*Láska prochází žaludkem.*“

To, že je mi v nemocnici poskytnuta

kvalitní péče, považujeme za samozřejmé. Dobrý dojem si ale odnáším tehdy, je-li dobré i jídlo. Věnovali jsme tedy velkou péči stravování. Nová kuchyně v českobudějovické nemocnici je toho důkazem.

S úsměvem jde vše líp. Věnujeme se tedy kvalitě kontaktu personálu s pacienty a nově zavádíme v našich nemocnicích manažera kvality. Ten si všímá věcí, které mohou pacientům pomoci lépe zvládat pobyt v nemocnici, přitom přímo nesouvisí s léčením.

Ve zdravém těle zdravý duch. A naopak. I proto se pacientům věnují psychologové, kněží, máme místnosti pro rozjímání. S dětskými pacienty si hrají klauni, děti malují a vystavují obrázky. Nemocniční prostředí se proměňuje, je barevné a přívětivé.

Víc hlav víc ví. Proto jihočeské nemocnice spolupracují. Mám pocit, že se konečně vytvořil tým, který je schopen diskutovat o budoucnosti všech jihočeských nemocnic, o dělbě léčby a spolupráci v oblasti nákupů. Ne, že by vždycky byla idylická shoda, ale jsme schopni se domluvit.

Voják se stará, voják má. Uvědomili jsme si, že je potřeba spoléhat se sami na sebe. A starat se o budoucnost. Proto společně pořádáme akce jako Medik roku, Jihočeská sestřička, ucházíme se o certifikáty kvality, prezentujeme úspěchy našich nemocnic. Snažíme se, aby se i zaměstnanci nemocnic ztotožňovali se svým zaměstnavatelem a měli slušné mzdy. Aby byli spokojeni. Neboť spokojený zaměstnanec rovná se spokojený pacient. A jihočeským nemocnicím na vás záleží.

Připojte se
k nám na
Facebooku



facebook.com/jihnem

Jiří Zimola: Je velmi povzbuzující, když se nám dostane veřejného poděkování či ocenění

„Jihočeské nemocnice jsou velmi dobře nastavené.“ To jsou slova hejtmána Jiřího Zimoly, jenž sedí v čele kraje, ve kterém se pacientům dostane výborné zdravotnické péče. Potvrzují to reakce pacientů a zaměstnanců ve všech nemocnicích. Jaký bude jejich vývoj v následujících letech? A navštívil v poslední době hejtmán některou z nemocnic jako pacient?



Hejtmán Jihočeského kraje Jiří Zimola

Jihočeské nemocnice patří k nejlepším v celé zemi. Co za tím stojí? Je to především systematický přístup, kdy bereme naše nemocnice jako celkovou flotilu a snažíme se souběžně řešit jak velké investiční akce, tak i špičkové vybavení, péči o pacienty či mzdy a pracovní prostředí pro zaměstnance.

Všechny nemocnice pravidelně investují do modernizace. Jak se za poslední roky změnilo? Razantně. Investujeme miliardové částky na mnoha úrovních a porovnání kvality jihočeských nemocnic například v posledních deseti letech je opravdu zjevné.

Setkáváte se i vy s pozitivními ohlasy od lidí na jihočeské nemocnice? Máme poměrně důmyslný systém hodnocení nemocnic, především ze strany pacientů. Reč čísel je jeden pohled, ten naprosto striktní. Pro nás

je ale zároveň důležité, jak se subjektivně cítí pacienti v našich zařízeních, a to sledujeme pečlivě a dlouhodobě a okamžitě reagujeme na veškeré připomínky. Víím, že čas od času si lidé postěžují na delší čekací lhůty nebo na plně ordinace u lékařů, ale tomu se nejde vyhnout a ani časové objednávky to bohužel nevyřeší.

Je hodně důležité, že každá nemocnice v jižních Čechách se na něco specializuje a využívají ji tak pacienti i z jiných krajů? Na tuto specializaci jsme přistoupili již dávno a osvědčila se nám. Vše se však vyvíjí, a to i zdravotnictví, proto vývoj vyhodnocujeme pro potřebu další specializace nemocnic. Základem je ale zajištění základních oborů ve všech nemocnicích, dále specializace rozdělená v území dle potřeb pacientů a podílu některých nemocnic a pak vysoce specializovaná péče v českobudějovické nemocnici.

Jaký vývoj podle vás čeká jihočeské nemocnice v následujících letech? Jihočeské nemocnice jsou velmi dobře nastavené, podle mě není potřeba nic zásadního měnit. Ale pokud by k tomu došlo, ať už z důvodu vývoje medicíny, dostupnosti zdravotní péče nebo dalších skutečností, určitě na to budeme ve spolupráci se všemi krajskými nemocnicemi patřičně reagovat. Budeme se muset vyrovnat s odchody lékařů nebo sester za „lepšími“ do Rakouska a Německa, ale současně se snažíme náš personál finančně motivovat k tomu, aby zůstal. Nebezpečí, které visí ve vzduchu stále, je případná privatizace jihočeských nemocnic, respektive jejich lukrativních oborů. Chci jasně říct, že dokud budu hejtmánem, nic takového nepřipustím, protože zdravotnictví není jen pro bohaté a musí být vždycky dostupné těm, kteří ho potřebují!

Je pro Jihočeský kraj oceněním kvalitní práce, když se jihočeské

nemocnice umísťují na předních příčkách anket spokojenosti zaměstnanců a pacientů? Každého potěší, když je jeho práce nejen patřičně ohodnocena. Ale je také velmi povzbuzující, když se nám dostane veřejného poděkování či ocenění. Nota bene když se nemocnice umístí na prvních příčkách v republikovém měřítku. **Navštívil jste v poslední době nějakou z krajských nemocnic jako pacient?** Samozřejmě! Bohužel se ani mně nevyhýbají nemoci nebo drobná zranění a jsem pak moc rád za profesionální přístup lékařů a sester v našich nemocnicích. Je ale pravda, že mnohem častěji chodím do nemocnic, když otevíráme nové prostory či zahajujeme provoz nějakého nového speciálního přístroje. Naposled mě zahýřilo veřejné uznání od hejtmána kraje Vysočina Jiřího Běhounka, který u nás strávil pár dnů na lůžku a nešetřil slovy chvály.



Pavilon C českobudějovické nemocnice

Českobudějovická nemocnice propojí do roku 2020 své pavilony nadzemními chodbami

Nejlepší nemocnice v České republice za uplynulý rok. Takovým oceněním se může chlubit Nemocnice České Budějovice. Podle ředitele Břetislava Shona je to díky perfektní spolupráci uvnitř nemocnice, která se nepřetržitě tvoří od roku 1995. Také proto se může areál neustále modernizovat.

„To, co se podařilo za mého ředitelování, souvisí s tím, co bylo před tímto obdobím. Můj předchůdce vytvořil v roce 1995 spolupracující tým lidí, do kterého jsem patřil i já, a dělal první změny, které výrazně ovlivnily myšlení zaměstnanců a přispěly k ekonomizaci nemocnice. Během deseti let se vytvořily základy a pravidla, jak bude nemocnice řízena a kam směřuje. Byla to cílevědomá činnost,“ popisuje nynější ředitel.

Pod jeho vedením se povedlo zlikvidovat dluhy, stabilizovat nemocnici a uskutečnit spojení s tehdejší vojenskou nemocnicí tak, aby vedle sebe nebyly dva subjekty se stejnými medicínskými odbornostmi. Za deset let řízení nemocnice byly investovány stamiliony korun do staveb a přístrojů. Přibližně v roce 2011 vznikl koncept rekonstrukce a restrukturalizace nemocnice s cílem opustit medicínu v dolním areálu a organizačními a stavebními investicemi vybudovat jednu nemocnici v areálu horním. Přestavba by měla být dokončena do roku 2020.

Organizačně by bylo nejvýhodnější vybudování monobloku. „Toto není možné, neboť by bylo nutno stavět na ‚zelené louce‘. Tento prostor nemáme. Další nevýhodou by byla cena, která by se pohybovala kolem 5 miliard korun, proti námí plánované 1,5 miliardě korun. Proto jsme se rozhodli, že vytvoříme monoblok spojením všech budov akutní péče nadzemními chodbami,“ popisuje Shon.

Zatím je postaveno nové Dětské

oddělení a porodnicko–neonatologický pavilon, je hotova přístavba dvou pater na pavilonu C a nově rekonstruováno pět pater třetiny tohoto pavilonu. Je ukončena restrukturalizace Centrálních laboratoří, díky které se podařilo uvolnit dvě patra, do nichž se přestěhovalo Transfuzní oddělení, které bylo zbouráno. Na jeho místě začne výstavba patrových garáží pro zaměstnance a pacienty a intenzivně se pracuje i na nových komunikacích nemocnice. Začátkem května začala kompletní vnitřní přestavba bývalého Ženského oddělení, která bude trvat asi osm měsíců a nemocnice do ní investuje přibližně 100 milionů korun.

Většinu hotových a plánovaných stavebních investic si nemocnice může dovolit z vlastních zdrojů díky skvělému hospodaření s obrovskou pomocí dotačních titulů Evropské unie do přístrojových investic. Z těch nemocnice získala v minulých letech asi 540 milionů korun. Kombinací těchto skutečností nemocnice investuje ročně přibližně 200 milionů korun do stavebních investic.

Všechny akce probíhají bez poklesu výkonnosti nemocnice s udržením vysoké kvality zdravotní péče. „Jsou tu skvělí zaměstnanci, bez kterých si nelze něco takového představit. Vše začalo již v roce 1995 systematickou převýchovou nás všech, letitým dodržováním stanovených pravidel a vzájemnou důvěrou vedení a zaměstnanců,“ dodává ředitel Břetislav Shon.

Maya Kadyrová: Češtinu jsme se učili poslechem českých rádií

Španělsko, USA, Česká republika... Možností, kam lékařka Maya Kadyrová, která pochází z Tádžikistánu, nasměruje svůj život, bylo hned několik. Nakonec s rodinou zvolila jižní Čechy. Dnes pracuje na Gynekologicko–porodnickém oddělení Nemocnice České Budějovice. A jak sama říká, je nadmíru spokojena.

Od vašeho manžela vím, že vás osobně jižní Čechy uchvátily na první pohled. Prý jste zde pocítila až pohádkovou atmosféru...

Je to pravda. Do České republiky jsme před lety přijeli jako turisté. Zaujal nás hlavně Český Krumlov a také Hluboká nad Vltavou. Moc se nám tady líbilo. Navštívili jsme také Karlovy Vary, ale ty mě tolik neupoutaly. Pěkná je samozřejmě také Praha, ale bydleli jsme dřív ve skutečně velkém městě, tak jsme chtěli spíše něco menšího. Každopádně jsme zkoumali různé možnosti a promysleli si, kam půjdeme.

Žila jste několik let i v Rusku. Máte tam příbuzné? Bylo těžké se od nich odloučit?

Máme tam všechny příbuzné... Věřím, že kdyby si na to troufli, možná by se také odstěhovali. Ale samotné stěhování, učení nového jazyka a tak dále, to není nic lehkého a ne každý to zvládne. Každopádně vědí, že je to tady hezké. Byli už u nás na návštěvě a líbilo se jim tady.

Předpokládáte, že tady už zůstanete?

Nelze říct, že už se nikdy nepřestěhujete... To víte sám. Člověk neví, jaké myšlenky bude v budoucnu mít. Co nastane... Ale zatím jsme v klidu. Jsme tady a líbí se nám tu. V této chvíli nikam nechci, ostatně jak jsem říkala, takové stěhování je skutečně hrozně těžké...

I samotné rozhodnutí pro tak radikální životní krok musí být složité...

Složitě to není, když vás něco tlačí... Po rozpadu Sovětského svazu u nás vypukla občanská válka. Byla delší, než jsme čekali. Žádná vláda nefungovala,

tudíž byly sociální podmínky opravdu hrozné. Z našich platů jsme se nedokázali uživit. Několik let jsme čekali, že to skončí, ale nestalo se tak, proto jsme se rozhodli se odstěhovat. Lidé, kteří chtějí žít normální život, nemohou žít tam, kde je válka.

Řada cizinců říká, že je čeština velmi složitý jazyk... Vy mluvíte česky skutečně dobře...

Člověk se dokáže cizí jazyk naučit, pokud nemá jinou možnost. Přemýšleli jsme, že bychom odjeli do Španělska, tu možnost jsme měli. Už jsme dokonce studovali španělštinu. Náš kamarád nám ale řekl, ať jedeme do Čech. Že je zde krásná příroda, ekologie a tak dále. Připravovali jsme se poslechem českých rádií přes internet. Dívali jsme se na české filmy... Když jsme přijeli, studovali jsme od rána do večera. Člověk skutečně dokáže všechno. Máme velký potenciál, jen to ne každý ví... My jsme dokonce museli udělat znovu školu. Ze všech základních oborů jsme udělali aprobační zkoušky, protože nám tady naše vzdělání neuznali.

Jací jsou Češi po lidské stránce ve srovnání například s Ruskem?

Jste strašně tolerantní. Nejste tak tvrdí jako Rusové. Nepouštíte si člověka k tělu, dokud ho opravdu nepoznáte. Poté je to již o něčem jiném. Myslím si, že je to rozumné. Také jsem přemýšlela o tom, proč tady nikdy nebyla žádná válka. Pochopila jsem, že jste diplomaté. Nedovolili jste, aby vám někdo vaši zemi zničil. Válka je skutečně hrozná. Přináší lidské oběti, smaže památky, které stály celá staletí... Válku jsem viděla a nic dobrého o ni říct nemohu. Je hloupá.



Maya Kadyrová

Zdravotní klauni: Když se pláče smíchy, je to ta nejkrásnější věc

Už několik let si nasazují červené nosy a týden za týdnem rozveselují děti, které tráví dny v nemocnici. Stanislava Kočvarová a Jana Wertigová jsou profesionální zdravotní klauni. Oblíbení zdravotní klauni, musí se dodat... Dětičky, které je už znají, se na ně vždycky nesmírně těší. Ty, co se s nimi setkávají poprvé, mají zážitek, na který už možná nikdy nezapomenou. Že se pacienti mohou smát natolik, že jim tečou slzy? V Nemocnici České Budějovice je to díky zmíněným ženám a jejich kolegům každodenní praxe.



Zdravotní klauni

Jak se člověk dostane k tak zajímavému povolání, jakým zdravotní klaun bezesporu je?

Jana Wertigová: Mně osobně zdravotního klauna přiblížila před lety spolužačka v Praze. Zaujalo mě to, tak jsem si zjistila potřebné informace a vše se dalo do pohybu. Stanislava Kočvarová: Já se k této práci dostala přes kolegyni, která dělá divadlo a zároveň klauna...

Nabízí se otázka, zda zdravotního klauna dělají lidé, kteří mají vztah ke zdravotnictví, nebo spíše k divadlu...

Stanislava Kočvarová: Řekla bych, že u zdravotních klaunů převažuje spíše vztah k divadlu či třeba muzice. Já osobně například provozuji nezávislé divadlo Studio dell' arte.

Jana Wertigová: Zdravotní klaun je ale zajímavý i pro pedagogy, což byl zase můj obor...

Stanislava Kočvarová: Víím, že klauna dokonce dělá i kněz... Jana Wertigová: Procentuálně ale budou převažovat lidé od divadla...

Jaký je to pocit, když se děti díky vám smějí?

Stanislava Kočvarová: Na počátku to pro mě bylo nepředstavitelné. Říkala jsem si, že to nemohu dokázat. Absolvovala jsem plno dílen, školení a tak dále, ale obavy jsem stále měla. Nemohla jsem uvěřit, že bych nemocné děti rozesmála. V průběhu let jsem však získala jistotu a musím říct, že pocit je to skutečně krásný. Smích je jako motor.

Jana Wertigová: Já to měla odlišněji, respektive strach jsem neměla. Říkala jsem si, že něco takového mě muselo potkat. (úsměv) A pocit skvělý!

A daří se vyvolávat smích?

Stanislava Kočvarová: Daří. (úsměv) Když se pláče smíchy, je to ta nejkrásnější věc.

Máte nějaká pravidla, kterými se řídíte, nebo se jedná o čistou improvizaci?

Jana Wertigová: Jsou věci, které se člověk naučí. Existuje určitá rutina, která je základem, ale minimálně z 80 procent se skutečně jedná o improvizaci. Musíme reagovat na jednotlivé pacienty, prostředí... Nikdy nevíme, co přesně nás čeká.

Jaké je srovnání „vystoupení“ zdravotního klauna s divadlem?

Stanislava Kočvarová: Práce zdravotního klauna je těžší. V divadle jsou karty rozdané předem. Člověk ví, jaký bude průběh, jak to skončí... To tady neplatí. Vždycky jsme na úplném začátku.

Jana Wertigová: Během jednoho dne se potkáme třeba se 30 dětmi a některými příbuznými. S každým navazujeme kontakt...

Stanislava Kočvarová... konkrétní vztah. S každým se poznáme osobně, což v divadle neplatí.

Setkáváte se s některými pacienty dlouhodobě?

Stanislava Kočvarová: S některými ano. Sledujeme z dálky vývoj jejich nemocí, uzdravování... Máme radost, když se dotyčný uzdraví. Prožíváme to s nimi.

Jana Wertigová: My vlastně nikdy nevíme přesné diagnózy. Je nám známý základ, dle kterého se řídíme, abychom naopak v dítěti nevyvolali trauma. Prvotní informace, které dostáváme od personálu, jsou pro nás nesmírně důležité.

Když se vás zeptám na okamžik, který ve vás vyvolal nejvíce emocí, na co si jako první vzpomenete?

Jana Wertigová: Jako první mě napadnou nepříjemné emoce, kdy pacient, se kterým jsme se setkávali, zemřel. To je moc smutné.

Stanislava Kočvarová: Mně se v hlavě vrací obličej některých pacientů. Vidím pořád jejich zranění...

Jana Wertigová: Ano, jsou pacienti, jejichž obličej nám nikdy nevyzímá. Není to možné.

Stanislava Kočvarová: Konkrétně tady v českobudějovické nemocnici bych ale zmínila třeba jednoho klučínku, který měl nehodu na lyžích. Ležel tady skutečně dlouho a vždycky nás vítal srdečně. Byl vyloženě šťastný. Úplně se námí bavil, bylo to naprosto úžasné. Jana Wertigová: Také vzpomínám na slečnu, která tady trávila část puberty. Potkali jsme se s ní později, kdy už byla z nemocnice propuštěna. Popisovala nám, jak moc pro ni naše návštěvy znamenaly. Že si to neumíme představit.

Do nového multifunkčního pavilonu se přestěhuje hned několik oddělení. Stát má do dvou let

Českokrumlovská nemocnice chystá pro letošní rok zahájení výstavby nového multifunkčního pavilonu. Přestěhují se do něj Gynekologicko-porodnické oddělení, Dětské oddělení, urologická ambulance, onkologická ambulance nebo třeba ředitelství, ale i řada dalších pracovišť. Základní kámen by měl být, pokud vše půjde podle plánu, položen v září.



Nemocnice Český Krumlov

V letošním roce má Nemocnice Český Krumlov postaven plán investic na třech zdrojích. Jednak půjde o vlastní finanční prostředky tvořené odpisy, dále prostředky vlastníka, tedy Jihočeského kraje, který se bude velmi významně podílet zejména na uvedené výstavbě nového pavilonu a také, bude-li nemocnice úspěšná, o prostředky z Integrovaného regionálního operačního programu, které chce nemocnice využít především na obnovu přístrojového vybavení.

Nový multifunkční pavilon se bude skládat z dvou částí. Jedna bude spojovací krčmem napojena přímo na operační sály, tak aby na ně pacientky a samozřejmě i veškerý personál Gynekologicko-porodnického oddě-

lení měl zajištěn okamžitý přístup v případě porodů císařským řezem. Dále v této části bude umístěno Dětské oddělení, ordinace praktického lékaře pro děti a dorost, urologická ambulance, onkologický stacionář, ředitelství a rovněž zde bude umístěna i řada skladovacích prostor, archiv a zázemí pro zdravotnický personál.

Ve druhé budově, která bude umístěna do proluky mezi chirurgií a internou, bude stěžejní především nová moderní lékárna, která se sem přestěhuje ze starých prostor. Nemocnice Český Krumlov zde také vybuduje malou recepce, pokladnu a bufet. „Přejdeme sem i ambulance praktického lékaře pro dospělá, kožního lékaře a psychiatra,“ doplňuje vedoucí ekonomického úseku Václav Grubmüller.

Předpokládané náklady se pohybují kolem 140 milionů korun bez DPH. Od svého vlastníka, Jihočeského kraje, dostala nemocnice příslib navýšení základního kapitálu 100 milionů korun. „Patnáctého června by měl být hotov prováděcí projekt. Doba trvání výstavby pak bude záležet na výsledku veřejné zakázky na zhotovitele stavby. Očekáváme ale patnáct až šestnáct měsíců,“ říká vedoucí ekonomického oddělení. Na místě starého objektu, který bude po ukončení stavby nového pavilonu zbořán, počítá nemocnice s výstavbou nového parkoviště tak, aby se podařilo vyřešit trvalý nedostatek parkovacích míst v areálu.

Kromě uvedené stavební investice však hodlá nemocnice investovat i do přístrojového a dalšího vybavení. Chys-

tá obnovu rentgenů, nákup nových ultrazvuků a kromě řady dalších přístrojů a například nákup dýchacích a anesteziologických přístrojů pro ARO. Rovněž se počítá s pokračováním obnovy vozového parku nákupem tří kusů sanitních vozidel.

Obecně lze říci, že veškeré investice jdou ruku v ruce s investicemi předchozích let. „Od roku 2010 jsme vyměnili okna, zateplili všechny pavilony s výjimkou Gynekologicko-porodnického oddělení a rovněž i změnili systém vytápění z páry na teplovodní. Průběžně také investujeme a obnovujeme přístrojovou techniku, modernizujeme pokoje a zázemí pro pacienty i personál a další vybavení jednotlivých oddělení. Většina peněz je investována z vlastních zdrojů nemocnice,“ dodává Václav Grubmüller.

Lékárny jihočeských nemocnic

AKČNÍ LETÁK: pro období 1. 5. – 30. 6. 2016 nebo do vyprodání zásob

Lékárna Nemocnice České Budějovice, a. s.
(v terminálu nemocnice)
Boženy Němcové 585/54
370 01 České Budějovice
vele@nempi.cz
Tel.: +420 387 873 126
Provozní doba:
Nepřetržitý provoz
Výdej léků pro veřejnost:
Po – Pá: 7.00 – 18.00
Pohotovostní služba
mimo běžnou pracovní
dobu nepřetržitě
(tel.: 387 873 103)

Lékárna Nemocnice Český Krumlov, a. s.
Nemocniční 429
381 27 Český Krumlov
Tel.: 380 761 253
lekarna@nemck.cz
Otevírací doba:
Po – Pá: 7.30 – 16.30

Lékárna U Lva
382 79 Fyrburk 183
Tel.: 777 468 803
fyrburk@nemck.cz
Otevírací doba:
Po – Pá: 8.30 – 11.00

Lékárna Poliklinika Kaplice
Gen. Fanty 25
382 81 Kaplice
Tel.: +420 778 323 559
kaplice@nemck.cz
Otevírací doba:
Po, Út, Čt: 7.00 – 12.00
St, Pá: 7.00 – 12.00
12.30 – 15.00

Lékárna Nemocnice Písek, a. s.
Kaňka Čapka 589
397 01 Písek
Budějovická Předměstí
lekarna@nempi.cz
Tel.: 382 772 334,
382 213 503
Otevírací doba:
Po – Pá: 7.30 – 20.00
So, Ne, Svátky: 8.00 – 12.00

Lékárna Nemocnice Strakonice, a. s.
Radomyšlská 336
380 75 Strakonice
Tel.: 383 314 390
lekarna@nempi.cz
Provozní doba:
Po – Pá: 7.00 – 17.00

Lékárna Nemocnice Jindřichův Hradec, a. s.
(uvnitř areálu nemocnice)
U nemocnice 380 III, 377 38 Jindřichův Hradec
Tel.: 384 376 445, 384 376 447
lekarna@nemjh.cz
Provozní doba: Po – Pá: 7.30 – 15.30

Lékárna Nemocnice Prachatice, a. s.
Nebahovská 1015
383 01 Prachatice
lekarna@nempt.cz
Tel.: 388 600 445,
724 379 405
Provozní doba:
Po – Pá: 7.00 – 16.00

Lékárna Nemocnice Tábor, a. s.
Kpt. Jaroše 2000
390 03 Tábor
lekarna@nemta.cz
Tel.: 381 607 663
Provozní doba:
Po – Pá: 7.00 – 22.00
So, Ne: 8.00 – 20.00

Lékárna Poliklinika Světlogorská
Světlogorská 2164
390 05 Tábor
Tel.: 381 262 296
Provozní doba:
Po – Pá: 7.30 – 17.00

Lékárna Nemocnice Písek
Aloise Mareše 180
391 43 Mladá Vožice, Tábor
Tel.: 775 897 476
lekarna@nemscm.cz
Provozní doba:
Po – Pá: 7.30 – 12.00
12.30 – 16.00

Lékárna Nemocnice Jindřichův Hradec, a. s.
(uvnitř areálu nemocnice)
U nemocnice 380 III, 377 38 Jindřichův Hradec
Tel.: 384 376 445, 384 376 447
lekarna@nemjh.cz
Provozní doba: Po – Pá: 7.30 – 15.30



Milí Jihočeši,

Jihočeský kraj se zdravotnictví a sociální problematice věnuje dlouhodobě s maximální pozorností. Tu si totiž zaslouží všichni bez ohledu na věk. Snažíme se proto poskytnout co nejlepší péči novorozencům i lidem na sklonku života. To znamená nemalé investice především do zdravotnických služeb. Za posledních osm let směřovalo v investicích do osmi našich krajských nemocnic více než pět miliard korun. Zlepšilo se nejen medicínské vybavení, ale i komfort poskytované péče.

Jen loni šla do nemocničních investic miliarda korun. Máme například novou porodnici a novorozenecké centrum, nové vyšetřovací a léčebné přístroje, plně zmodernizovanou onkologii v českobudějovické nemocnici. Dalšími příklady v okresních nemocnicích by mohly být desítky.

Stejně tak se kraj věnuje lékárenskému pokrytí regionu tak, aby léky a medicínské přípravky byly dostupné 24 hodin denně 7 dní v týdnu. Věřím, že v nadcházejícím letním období budeme stonat co nejméně. A když už se tak stane, sít jihočeských lékáren přispěje k rychlé rekonvalescenci.

Ivana Stráská, 1. náměstkyně jihočeského hejtmána

BOLEST	KŮŽE	ZAŽÍVÁNÍ	PRŮJEM
Panadol Extra 30 tablet Panadol Extra při mírné až středně silné bolesti hlavy včetně migrény, bolesti zubů, proti menstruačním bolestem, bolestem svalů, kloubů a bolesti v krku. Nedráždí žaludek. Lék na vnitřní užití. Pozorně si přečtěte příbalovou informaci. V akci také Panadol Novum 500mg 24 tablet, cena 18 Kč. 85,- 69,-	HemaGel 5 g Gel k urychlení hojení odřenin, popálenin, poranění a chronických ran. Zajišťuje dezinfekci rány a bezbolestný převaz. Zdravotnický prostředek. 179,- 144,-	Hylak Forte 100ml Hylak forte obnovuje přirozené prostředí ve střevě, čímž přispívá k rychlé úpravě narušené mikrobiální rovnováhy. K vnitřnímu užití. 160,- 129,-	Imodium® , tvrdé tablety 20 tvrdých tabletek RYCHLÁ A ÚČINNÁ LÉČBA PRŮJEMU. Úleva často již po 1. dávce. K léčbě akutního a chronického průjmu. Neovlivňuje přirozenou střevní mikroflóru. Reklama na léčivý přípravek. Tvrdé tablety obsahují loperamid-hydrochlorid a jsou k perorálnímu podání. 174,- 159,-
KLOUBY Cemio KAMZÍK 60 kapslí Spíkový kolagen nové generace. Jediný v ČR s nativním kolagenem NCI® a NCI® a vitamínem C. Vitamín C je důležitý pro správnou tvorbu kolagenu v kůžních chorobách. Kúra na 2 měsíce. Nyní s Jami soutěž. Více na www.cemiokamzik.cz/jamisoutez Doplňek stravy 389,- 334,-	BOLEST Oflen gel gel 1x100g Rychle a účinně ulevuje od bolesti zad, svalů a kloubů. Přípravek mohou používat dospělí a mladiství od 14 let. Léčivý přípravek pro zevní použití, obsahuje léčivou látku diklofenak. V akci také Oflen léčivé náplasti 10x140mg 279 Kč, Oflen léčivé náplasti 5x140mg 184 Kč. 160,- 129,-	PLÍSEŇ Exoderil® krém 15 g Při plísňovém postižení nehtů a kůže po celém těle. Aplikace 1x denně, při plísňové infekci nehtů 2x denně. Volně prodejný lék k vnitřnímu užití. S účinnou látkou naftifin hydrochloridem. 119,- 94,-	ZÁCPA Guttalax 30 ml Setrpné a účinné projímadlo, působí přímo v tlustém střevě a nezatěžuje další orgány. Lék k vnitřnímu užití, léčivá látka Natrii Picosulfas. 135,- 124,-
DOPLŇEK STRAVY Biopron® FORTE 30 tabletek Unikátní kombinace probiotických bakterií a probiotických kvasinek doplněná u prebiotika • obsahuje Saccharomyces boulardii • vhodný pro dospělé a děti od 6. měsíce věku Doplňek stravy 246,- 214,-	DOPLŇEK STRAVY GS Betakaroten Forte s měsíčkem 150+40 kapslí Silná dávka beta-karotenu pro krásné ovládnutí. Jedinečná kombinace beta-karotenu, měsíčku lékařského, biotinu a železa. Měsíček lékařský blahoděrně působí na pokožku a napomáhá k jejímu zvlhčení po opalování. 50% ZDARMA 219,- 179,-	DĚTSKÁ KOSMETIKA Bepanthen® Plus 30 g • Má dvojitý účinek – DEZINFIKUJE A HOJÍ. Vhodný i pro děti. • Podporuje hojení drobných povrchových poranění kůže s rizikem infekce – odřeniny, škrábnutí, zářady. Bepanthen Plus je lék k vnějšímu použití. Obsahuje léčivou látku dispanthenol a desinfekční látku chlorhexidin dihydrochlorid. L.CZ.MKT.CC.07.2015.0393 161,- 134,-	KOSMETIKA Driclor 20 ml Čistý kuličkový antiperspirant. Pomáhá snižovat nadměrné pocení. Vhodný na podpaží, ruce i chodidla. Kosmetika 239,- 199,-
			KOSMETIKA EUCERIN SUN Gel OIL CONTROL SPF30 50 ml Ochranný krémový gel na opalování na obličej OIL CONTROL SPF 30. Kosmetika V akci celý sortiment EUCERIN SUN. 369,- 319,-

Vždy si pečlivě prostudujte příbalový leták, účinky a způsob použití konzultujte s lékárníkem nebo lékařem. Změna vyhrazena. Za tiskové chyby neručíme. Cílem tohoto informačního letáku není podpora zvýšeného užívání léků. Doplňky stravy nenahrazují pestrou stravu ani zdravý životní styl. Běžné prodejní ceny se mohou v jednotlivých lékárnách lišit. Běžnou cenou se rozumí Průměrná aktuální cena příslušného přípravku v lékárnách dle zveřejněných údajů Ministerstva zdravotnictví ČR, www.mzcr.cz, zaokrouhlená na celé Kč, případně cena vyplývající z informací a sdělení výrobce/dovozce. Za takovoto sdělení neneseme zodpovědnost.

Jindřich Florián: Medicína vás naučí pokoře

„Zkoušel jsem soukromou praxi, ale nebavilo mě to. Práce v nemocnici je úplně o něčem jiném,“ říká Jindřich Florián, primář interního oddělení Nemocnice Český Krumlov. Usměvavý lékař, který je zároveň místopředsedou představenstva této nemocnice, letos oslaví 60. narozeniny. Stále však má do své práce plno elánu.

Jste známý, řekněme, lidským přístupem k pacientům, ale i kolegům... Jak moc je empatie ve zdravotnictví důležitá?

Lékaři a sestřičky bez lidského přístupu nemají v nemocnici co dělat... Faktem je, že si někteří lékaři dělají z nemocnice jeviště. Všechno vědí a pacienti jim to leckdy věří. Podle mě ale dobrý doktor musí být skromný a pokorný. Nikdo z nás neví všechno. Nevěřím, že existuje lékař, který nikdy neudělal žádnou chybu.

Je pravdou, že si pacienti obecně nejvíce stěžují na špatnou komunikaci? Jednoznačně. Západní kultura je na tom z hlediska komunikace mezi zdravotníky a pacienty vážně dobře. Všichni se tam na vás usmívají, koukají vám do očí. U nás už to umí třeba v hotelích a restauracích, ale ve zdravotnictví to stále kulhá. Je to ale i tím, že máme

skutečně velké množství práce. Hlavně tedy střední personál. Jsou unavení. Každopádně, naše zdravotnictví netrpí nedostatkem personálu, ale chováním...

A je rozdíl mezi generacemi?

Myslím si, že ne. Jsem tady od roku 1981 a mohu říct, že tady vždy byli hodní a vstřícní lékaři, stejně tak jako ti méně empatičtí.

Mluví se také o tom, že dnes mají lékaři a zdravotní sestry mnoho papírování... Není to škoda?

Je to tak. Když jsem byl mladý lékař, v podstatě celý den jsem byl mezi pacienty. Dnes lékař udělá vizitu a pak sedí u počítače a píše. Právníci začali vydělávat na zdravotnictví. Co není napsané, neplatí. Nemáte žádnou jinou obranu proti jakékoliv stížnosti...

Také se změnil systém vzdělávání sester... Jaký je na tuto problematiku váš názor?

Zdravotní škola dnes, ačkoliv je s maturitou, vyprodukuje takřka nesvéprávné sestry. Není tedy zájem na tyto školy chodit. Aby se mohla dívka stát plnohodnotnou sestrou, musí studovat sedm let. Je přítom úplně logické, že po čtyřleté přípravě by měla být schopná svoji práci dělat dobře. Dalšímu vzdělání rozumím například na specializovaných pracovištích, avšak proč by sestra na interně měla studovat sedm let? Sedm let, aby se naučila píchnout injekci do žíly?



Jindřich Florián

Působíte jako velmi veselý člověk. Jistě vás ale někdy v práci přepadnou chmury...

Když jsme se bavili o nevhodném chování personálu, musím zmínit i výrazně nevhodné chování pacientů, respektive jejich rodin. Někdy dokážou být tak agresivní, opravdu oškliví, že mě to dost vykolejí. Je mi to prostě líto. Nejsou agresivní vůči mně, ale vůči sestřičkám. Sestry občas zažívají skutečný oštec. Samozřejmě mě také trápí každý neúspěch. Pacienty si domů nosím v hlavě. Pořád o nich přemýšlím. Dokonce mám pocit, že čím jsem starší, tím víc svou práci prožívám. Mladý lékař je sebevědomější.

Medicína vás ale naučí pokoře.

Najdou se ale určitě pacienti, kteří dokážou poděkovat... Kterí se třeba i vrátí, aby vám stiskli ruku...

Jsou toho schopní a dělají to. Musím zmínit, co se mi stalo před několika dny. Jel jsem autem, když mi začal zvonit telefon. Ozvala se paní, která se ptala, jestli si ji pamatují, respektive jejího manžela. Vzpomněl jsem si, tak jsem se optal, jak se mu daří. Informovala mě, že zemřel, ale že na mě do konce života vzpomínal. Pořád říkal, jak jsme se tady k němu chovali pěkně. Do konce života ji kladl na srdce, že až zemře, ať mi zavolá, a poděkuje.

Marina Chekalina: V České republice je klidnější život, což je dobře pro děti

„Je tady klidný život,“ říká Marina Chekalina, která pracuje jako lékařka v léčebně dlouhodobě nemocných Nemocnice Český Krumlov, o jihu Čech a vůbec České republiky jako takové. Před devíti lety se z Ruska přistěhovala do Prahy, přičemž v Českém Krumlově zakotvila o tři roky později.



Marina Chekalina

Proč jste se rozhodli pro život v jižních Čechách?

Líbilo se nám tady. A to natolik, že jsme se rozhodli se sem přestěhovat. Je tady klidnější život, což je lepší i pro děti. Přistěhovali jsme se v roce 2007, avšak nejdříve jsme bydleli v Praze. Když jsme začali shánět práci, podali jsme si žádost do tří nemocnic. Nejvíce se nám líbilo v Českém Krumlově. Svůj podíl na tom jistě mělo i příjemné vystupování pana primáře interního oddělení – Jindřicha Floriána. Celkově tady byl kolektiv fajn. A je pořád.

Takže jste nejdříve pracovala na Interním oddělení? Jaké je srovnání s prací na LDN?

Ano, je to tak. Práce na LDN je náročná, ale zvládáme ji. Určitě ale není pro každého. Naproti tomu na interně je více akutních případů, ale na LDN se také pořád něco děje. Je tam poměrně dost pacientů.

V Rusku jste pouze studovala, nebo jste už pracovala jako lékařka?

V Rusku jsem už jako lékařka pracovala, ale v České republice mi vzdělání uznali jen částečně. Ostatně nyní se připravuji na další zkoušky.

Jakou formou jste se učila česky?

Po našem příjezdu jsme chodili na kurzy na Karlově univerzitě. Čeština se nám ale hodně zlepšila ve chvíli, kdy jsme začali komunikovat. Bez komunikace to zkrátka není ono...

Jak se vám v České republice líbí?

Líbí se mi tady. Je tady opravdu klidný život. Je to tu fajn. Kdyby se mi tady nelíbilo, tak bych tady nebyla. (úsměv)

Znala jste nějakou českou pohádku?

Měli jsme doma Babičku od Boženy Němcové. Když jsem byla malá, dopisovala jsem si s holčkami z Bulharska a České republiky.

Nemocnice Dačice se specializuje na léčebnou rehabilitaci po endoprotézách. Vyhledávají ji pacienti z celé republiky

Téměř v sousedství s Krajem Vysočina se nachází Nemocnice Dačice. Ta je sice nejmenší jihočeskou nemocnicí, ale co do služeb nabízených pacientům tomu tak není. Do areálu se sem jezdí rehabilitovat lidé po endoprotézách kolenních a kyčelních kloubů, po úrazech, cévních mozkových příhodách a podobně. Mají zde totiž nejmodernější vybavení pro úspěšnou rehabilitaci a rekonvalescenci.



Moderní rehabilitační pracoviště Nemocnice Dačice

Zcela nový pavilon ambulantní rehabilitační péče vybudovala nemocnice v prostorách bývalé kuchyně před čtyřmi lety. Jednalo se o jednu z největších investic od roku 1951, kdy Nemocnice Dačice vznikla. „Vznikla zde nová vodoléčba se čtyřmi celotělovými vanami, přístrojová terapie jako například elektroterapie a magnetoterapie. Společně s ambulantními cvičebnami je to pro nás stěžejní oddělení,“ zmiňuje její ředitelka Miroslava Člupková.

Předchozí prostory rehabilitačního pracoviště byly již nevyhovující. Vlhké sklepní prostředí nebylo příjemné pro pracovní proces jak pacientů, tak rehabilitačních pracovníků. „Je to nebe a dudy. Teď má každý fyzioterapeut svou vlastní moderně vybavenou ambulanci. Pacienti i fyzioterapeutky si to velice chválí, individuální rehabilitace je více efektivní. Výsledky v podobě spokojených zrehabilitovaných pacientů jsou vizitkou našich zaměstnanců,“ vyčvaluje ředitelka.

Rekonstrukce vyšla na dvanáct milionů korun. Pozitivní ohlasy na rehabilitační pracoviště přesahují rovněž hranice kraje, proto Nemocnici Dačice vyhledávají pacienti i z jiných částí republiky. Není tak zvláštností, když sem po endoprotézách kloubů jezdí cvičit lidé třeba z Prahy. Nově by se zde mělo v letních měsících rehabilitovat také v nádherném venkovním parku.

Protože jsou v dačické nemocnici některé instalace od roku 1951, vedení se snaží rekonstruovat areál každý rok. „Od roku 2010, co Nemocnice Dačice poskytuje zdravotní péči, takřka neustále opravujeme části budov. Provedli jsme díky našemu zřizovateli Jihočeskému kraji již řadu zásadních změn. Ať jsou to zateplení a výměny oken a dveří u čtyř budov poliklinik,

budovy garáží a výjezdového střediska zdravotnické záchranné služby, výměny oken na hlavní lůžkové budově, vybudování bezbariérových sociálních zařízení v budovách, koupelen na oddělení a podobně. Vybudovali jsme nové šatny pro zaměstnance, rekonstruujeme rozvody v hlavní budově, jednoduše se staráme o svěšený majetek jako řádný hospodář,“ říká Člupková.

V letošním roce čeká celou Nemocnici Dačice pokračování rekonstrukcí v suterénu hlavní budovy a plánovaná výměna přístrojové techniky. Po pořízení nového ultrazvuku a rentgenu se plánuje výměna gastrokopu z roku 2006. „Je to ale opravdu běh na dlouhou trať. Snažíme se totiž všechno dělat smysluplně,“ dodává ředitelka nemocnice.

Milena Kostková: V Nemocnici Dačice se mi dostalo maxima služeb



Milena Kostková

Implantace kloubní náhrady, tedy totální endoprotéza, patří už k běžným operacím. Jde ale o velmi náročný zákrok. Ještě důležitější je však následná rehabilitace, která ovlivní pohyblivost pacienta. Pečlivě se tomu věnuje rehabilitační středisko v Nemocnici Dačice, kde se lidem po operaci dostane špičkové péče. Ví o tom i Milena Kostková, jež prodělala výměnu kolenního kloubu.

Jak jste se ocitla v Nemocnici Dačice? Víceméně na vlastní přání. Reference byly v Jindřichově Hradci velmi dobré, navíc mi poradila i jedna kolegyně, takže jsem při nástupu do hradecké nemocnice požádala, jestli bych mohla rehabilitovat v Dačicích. Slyšela jsem jen pozitivní ohlasy. Je tady krásné prostředí. Jsem tady velice spokojená, jak s rehabilitací, tak s veškerou zdravotní péčí.

Co se vám přihodilo, že jste musela na operaci? Mám artrózu v koleni již několik let. To začalo přituhovat a můj doktor usoudil, že je nutná výměna. Rozhodla jsem se tedy, že si koleno nechám vyměnit.

Je znát ten pokrok při následné rehabilitaci? Jistě. Každý den chodím na cvičení na motodlahu a pravidelně cvičím s fyzioterapeutkou. Všechny jsou opravdu perfektní. Je skvělé, že všechny mají zájem na tom, abychom cvičili. Není to žádné leháro. (úsměv) Ale dobře vím, že je to potřeba.

Do kolika týdnů od operace máte přislíbeno opustit nemocnici?

Do šesti týdnů. Nejprve jsem začínala na vysokých berlích. Trénovala jsem chůzi po schodech, chůzi přes prahy. Bude záležet na pohyblivosti mé končetiny. Musím si být jistá a soběstačná. To je základ.

Ptala jste se na průběh operace? Je to prý fyzicky náročná operace pro ortopeda, samotný výkon trval dvě hodiny. Pro mě byl náročný přechod z imobility do mobility. Cílem je přijetí pomůcky tělem. Hned se mě snažili postavit, protože jakmile by mě nechali dlouhodobě ležet, tak by začalo ochabovat svalstvo. Za pomoci fyzioterapeutů jsem proto začala okamžitě rehabilitovat.

Jaké byly první pocity po probuzení z anestezie? Mně bylo dobře. (úsměv) Byla jsem na pooperačním pokoji sledovaná prakticky celou noc. Každou chvíli se o mě starali, podávali mi analgetika... Péče byla vzorná. (úsměv) Po týdnů jsem se pak přesunula rehabilitovat do Dačic. Tady si to nemohu vynachválit. Dostalo se mi tady maxima služeb všech zdravotníků na oddělení. I moje sousedka na pokoji je tu spokojená.

Hana Habrová: Starší lidé se rádi baví o svém životě

Zatímco její vrstevníci tráví volný čas u počítačů, na sportovištích či někde ve společnosti, sedmnáctiletá Hana Habrová dochází za pacienty Léčebny dlouhodobě nemocných v Nemocnici Dačice. Baví se s nimi, naslouchá jim a jednoduše jim dělá radost.

Jak jste se k této činnosti dostala? Hlavní sestra s ředitelkou Nemocnice Dačice navštívily před časem naši školu – Gymnázium Dačice. Nabídlý nám, že můžeme pravidelně docházet za pacienty a trávit s nimi čas. Tato dobrovolná činnost mě zaujala. Do nemocnice nyní docházím jednou či dvakrát týdně. S pacienty se buď setkáváme společně, nebo individuálně. Myslím, že se jim tím zlepšuje psychika. Jedna paní mi například řekla, že je ráda, že za ní chodím, že moc návštěv nemá. Leckdy jim čtu

i knížky, nebo jsme třeba s jedním pánem luštili křížovky. Komunikujeme různě. Snažíme se pacienty zabavit alespoň na malou chvíli. Někdo je s námi 30 minut, další třeba jen 10 minut.

Co vám osobně tato činnost přináší? Schopnost komunikovat se staršími lidmi. Každý má jinou diagnózu, každý se chová jinak. Jsem ráda, že ve svém věku mohu někomu pomoci.

Takže cítíte i určitý pocit vnitřního uspokojení? Záleží, jak se den vydaří. Někdy se stane, že na mě nemají náladu. Chtějí být raději sami. Další dny jsou ale úspěšné. V takovém případě cítím pocit uspokojení.

Dochází do nemocnice i vaši spolužáci? Jsme dvě, ale přímo z naší třídy jsem jediná. Někdy se rozdělíme, každá jdeme na jiný pokoj, jindy jsme spolu.

A co vaši činnosti kamarádi říkají? Jedna spolužačka mi ze začátku řekla, že je to hloupost. Že na to nebudu mít čas a že nejsem natolik zkušená, abych mohla s pacienty komunikovat. Teď říká, že mě obdivuje, že by něco takového nedokázala.

Vrací se pacienti do historie, nebo se bavíte i o aktuálních tématech? Starší lidé se baví o svém životě, o tom, co zažili... Jsou rádi, že nám to mohou říct. Na konci diskuze srovnáváme naše života. Třeba i kriminalitu a tak dále. Řeší se tedy minulost, ale i přítomnost.

Probíráte i těžší témata? Třeba politiku? Většinou je rozebírají muži. Například téma uprchlíci...

A jaké jsou jejich názory? Někdo říká, že si za to Evropa může sama. Někteří lidé nadávají, že kdyby zůstaly ploty, Sudety a tak dále, dnes

bychom se atentátů a podobně nemuseli bát. Další říknou, že je aktuální vývoj správný, že se tím politici zlikvidují. Sama nevím, jaký názor na to mám mít.

Máte oblíbeného pacienta? Mám ráda všechny... Každý mi dá něco jiného.

Hrajete spolu třeba i nějaké hry? Kolikrát jsem si říkala, že vezmu například karty, ale zatím jsem se k tomu neodvážila. S jednou paní jsem hrála Člověče, nezlob se... Ostatní říkali, že jsou na to staří, že se nehodlají ponožovat. Prý by si nezahráli ani s vnučátky.

Co byste do dnešní doby přenesla z jejich mládí? Rozhodně jejich rodinné vychování. Když se podívám na dnešní dobu, jak někteří lidé vychovávají své děti, tak se člověk až zhrzoí. Také povídají o tom, jaké byly tenkrát mezilidské vztahy. Dnes už takový kontakt vůbec není. To mě mrzí.

Jsem zodpovědnější k sobě a mám větší strach o druhé, ujišťuje Antonín Vítek

Jeho rodina si užila své. Loňské léto se Antonín Vítek, milovník cyklistiky, vydal na výlet se svou rodinou po krásách jižních Čech. Nevzal si přílbu. Zkušený sportovec však netušil, že mu zrovna nebude přát štěstí. Po hroživé nehodě byl přepraven do brněnské nemocnice, kde podstoupil dvě operace hlavy, při které mu nejdříve byla čelní kost odebrána, a o dva měsíce později zase vrácena. Výbornou pooperační péčí mu ale poskytla jindřichohradecká nemocnice.



Antonín Vítek po operaci

Popište mi, co se osudný den stalo... Jeli jsme se ženou a synem na výlet na kolech. A teď vám to řeknu pouze z vyprávění, protože si nepamatuji, co se stalo. Přelétl jsem řídká a spadl jsem na silnici. Dopadl jsem na zadní stranu hlavy, krvácelo mi z nosu a uší a ztratil jsem vědomí. Jelikož je moje žena zdravotní sestra, tak zjistila, že nemám nic s páteří, proto mě postavila. Po osmi měsících si stále pamatuji jen to, že jsme byli na výletě. Třeba vrtulník ne. Ten mě přepravil do Bohunic. Tam na mě čekal přednosta Neurochirurgické kliniky Martin Smrčka.

Co v brněnské fakultní nemocnici následovalo? Chtěli mi odsát hematoma v blízkosti mozku, ale po dvou dnech zjistili, že to nejde. Proto mi museli odebrat kost z čela. Po čtrnácti dnech od úrazu mě z Brna převezli do Jindřichova Hradce, kde jsem poprvé nablý zpátky vědomí. S tím jsem marodil asi dva měsíce, abych pak šel na další operaci, kdy mi ji vraceli. Naštěstí jsem po celou dobu neměl žádné bolesti.

Probíhala v Jindřichově Hradci nějaká rehabilitace? Protože jsem celou dobu ležel, tak docházelo pouze k dennímu posilování vnitřních svalů, abych si třeba začal sedat. Po šestnácti dnech jsem pak šel domů.

Jaký byl návrat domů? Nic jsem si nepamatoval. Starala se o mě moje dcera a můj syn. Už jsem se hýbal, ale museli mě nutit do jídla. Na záchod jsem si ale došel, vykoupal jsem se, chodili jsme na krátké procházky. A ty se prodlužovaly. První dva týdny jsem ale jenom ležel v posteli.

Po psychické stránce vám bylo jak? Neuměl jsem třeba vyjmenovat dny v týdnu. Neuměl jsem vyjmenovat měsíce. Nevěděl jsem, kde bydlí moje sestra, která bydlí také v Počátkách. Byl jsem zmatený. Nenazval bych to ztrátou paměti, protože když jsme pak šli kolem toho domu, tak jsem si to uvědomil. Také jsem zhubnul, asi deset kilogramů.

Uvědomoval jste si důvody, proč musíte ten nepříznivý zdravotní stav překonat? Moje žena byla ten hlavní důvod. Po těch prvních čtrnácti dnech jsem se začal zlepšovat, ale vím, že jsme třeba ušli pár metrů a já byl stržený jako budík. Dělal mi to velké problémy, přitom jsem předtím byl sportovec. Já jsem uběhl 3,5 kilometru v terénu za šestnáct minut. Doma na rotopedu jsem zase ujel patnáct kilometrů za půl hodiny. Nesměl jsem ale přetěžovat mozek. Lékaře jsem poslouchal, pro mě to jsou kapacity.

Říká se, že všechno zlé je pro něco dobré. Najdete ve svém



Antonín Vítek po druhé operaci

příběhu něco takového? Moje maminka říká, že jsem lepší člověk než jsem byl. (úsměv) Moje žena zase říká, že jsem víc ukecaný. Dřív jsem byl takový odměřený, nepovídal jsem si moc... Dnes už jsem takový víc uvolněný člověk. Ale zase před tou nehodou, když jsme se se ženou dívali na film, tak ona brečela. Teď brečím častěji já. (úsměv) Asi je ten mozek nějak nabouraný, ale to dřív nedělal.

Ta druhá operace pro vás byla jak náročná? Mohu pochválit zdravotní sestry, doktory, veškerý ošetrovatelský personál, protože se ke mně vždycky všichni chovali hezky, slušně a profesionálně. Týden od operace jsem pak šel domů.

Když jste se vrátil, měl jste ještě nějaká omezení? Třeba sport jsem dostal povolený až po té druhé operaci.

Vrací se vám vzpomínky na ten moment, nebo je tam pořád černá díra? Stále si to nepamatuji, ale mám zájem, aby se vrátily. Furt o tom přemýšlím, protože jak jsou lidé zlí, tak mě tehdy celé Počátky pohřbily. Ale měl jsem kolem sebe i spoustu hodných a slušných lidí.

Je něco, čím jejich možný návrat můžete podpořit? Snad návratem na to místo. Protože

když jsme byli na výletě v Popelíně, tak jsem si vzpomněl, že jsme tam ten osudný den byli. Na místě mojí nehody jsem ale už byl a zatím si to nepamatuji. Vydal jsem se tam s rodinou krátce po druhé operaci.

Měl jste při nehodě přílbu? Neměl, byla uklizená doma. Kdybych ji měl, tak by to nebyl tak těžký úraz. Sto procentně. Dokonce mi v Brně řekli, že nehoda na kole bez přílby je srovnatelná s nehodou na motorce. Byla to moje chyba a uvědomuji si to. Svým příběhem jsem však ovlivnil hodně lidí v Počátkách, kteří ji poté začali nosit.

Chybí vám práce? Chybí mi lidé. Nevím, jak to dopadne, až se vrátím. Já jako elektroúdržbář se učím dennodenně. Přibývají lidé, přibývají stroje, furt se musíme učit. Takhle to dělám už přes pětadvacet let. Spousta věcí, které jsem se učil na škole, už neplatí. Takže nevím, jak to bude. Neříkám, že to nedám, ale kdo ví. Sebevědomí mám dobré, jenže vrátit se mi zatím nedovolili. Zase se více věnuji rodině. Té jsem totiž svou nezodpovědností ublížil. Teď ale drží více pohromadě. (úsměv)

Plyne vám z toho příběhu nějaké poučení? Jsem moudřejší, ale jak v čem. Jsem zodpovědnější k sobě a ke druhým. Mám o ně větší strach. To je to hlavní.

Jindřichohradecká nemocnice je díky Urgentnímu příjmu špičkou kraje v neodkladné lékařské péči

Nemocnice Jindřichův Hradec se může pyšnit krajským unikátem. Jako jediná disponuje Urgentním příjmem pro spádovou oblast okresu s 96 tisíci obyvateli. Urgentní příjem poskytuje akutní péči napříč obory. Jedná se o pracoviště, kde po stabilizaci a provedení diagnostiky nemocného ošetří specialista dle typu základního onemocnění.

„Myšlenka vznikla před třemi lety, v této době byla přetížena naše interní ambulance a záchranná služba připravovala víceúrovňový setkávací systém, který dále zvyšuje nároky kladené na příjmové ambulance nemocnice,“ zmiňuje místopředseda představenstva nemocnice a primář ARO Vít Lorenc.

V Nemocnici Jindřichův Hradec proběhla v této době restrukturalizace akutního lůžkového fondu. Ta s sebou nesla nutnost vytvořit ambulantní lůžkovou kapacitu, která by umožnila pacienta stabilizovat, provést základní diagnostiku, vyčkat na uvolnění lůžka nebo ho připravit na transport do jiné krajské či fakultní nemocnice.

Do provozu byl Urgentní příjem uveden v dubnu roku 2014. Náklady na realizaci činily 10 milionů korun a z velké části si je Nemocnice Jindřichův Hradec hradila sama. Jihočeský

kraj však projekt finančně podporoval. „Základním předpokladem vzniku byla výrazná podpora ze strany managementu nemocnice a ochota skupiny lékařů a pracovníků myšlenku realizovat,“ doplňuje Vít Lorenc.

Základní lékařský tým na urgentní péči tvoří dva lékaři, jedenáct středních zdravotnických pracovníků a staniční sestra. Nepřetržitě je přítomen jeden nižší zdravotnický pracovník. Práce probíhá ve dvanáctihodinových směnách a podílejí se na ní i nemocniční specialisté a lékaři záchranné služby. Urgentní příjem začíná také stále více představovat místo, kde dochází ke vzdělávání mladých lékařů nemocnice.

„Výhodou Urgentního příjmu je komfortní ošetření pacientů v ambulantním módu s možností několikahodinového pobytu na lůžku a propuštění. Výrazně se i zlepšuje spolupráce mezi



Urgentní příjem

lékaři jednotlivých specializací nemocnice a zcela se zamezuje přeoslání pacienta mezi odbornými ambulancemi,“ přidává místopředseda představenstva s tím, že Urgentní příjem také umožňuje plynulé převzetí několika pacientů od posádky záchranné služby.

Oddělení Nemocnice Jindřichův

Hradec se prakticky ihned stalo smírně využívaným. Vždyť za dvanáct měsíců loňského roku zde bylo ošetřeno přes jednadvačtisíc pacientů. To znamená, že se úspěšně daří naplňovat jednu z výhod Urgentního příjmu, kdy lékařská péče přichází za pacientem a ne obráceně.

Tomáš Nosek: Nečekal jsem tolik byrokracie

Tomáš Nosek je jedním z nejmladších lékařů Nemocnice Jindřichův Hradec. Je plný energie a odhodlání posouvat se dál. Naleznete ho na chirurgickém oddělení, kde pracuje od loňského října.



Tomáš Nosek

Ačkoliv z Jindřichova Hradce nepocházíte, rozhodli jste se svou lékařskou kariéru odstartovat právě zde. Co bylo důvodem?

Jsem z východních Čech – žil jsem v Hradci Králové. Jindřichův Hradec jsem si vybral, protože jsem potřeboval změnu prostředí, zároveň jsem chtěl zakotvit v menším městě. Do jižních Čech jsme jezdili na vodu či na kola, vždycky se mi tady moc líbilo. Když jsem se rozhodoval, do které nemocnice nastoupit, z hlediska podmínek u mě zvítězil Jindřichův Hradec.

Jak moc se liší praxe od teorie? Setkáváte se s něčím, co jste nečekali?

Zmínil bych určitě papírování. Nečekal jsem, že lékař musí řešit tolik byrokracie.

Do teď mám občas problém, abych dal razítko na správné místo. (úsměv)
První dny v práci, to musel být jistě nemalý adrenalin...

Ano, ale musím říct, že mi velmi pomáhali a stále pomáhají kolegové, kteří chápou, že jsem zobák, jenž kromě teorie nemá za sebou žádnou praxi. Leccos mi vysvětlují, snažím se do všeho proniknout co nejrychleji. Chci podchytit co nejvíce informací, zaběhnout se co nejrychleji...

Pocítujete nervozitu?

Nervozita tam určitě je. Každý den jdu do práce s tím, že nevím, co se bude na oddělení dít. Jaké případy přijdou, co budeme muset řešit... Ale během uplynulého půlroku se už nervozita přece jenom zmenšila.

Říkal jste, že vám jsou kolegové oporou. Je důležité být ve správném kolektivu?

Je to důležité. Když jsem zoufalý a říkám, že nevím, jestli to zvládnou, podrží mě. Ujistí mě, že stejné pocity měl každý a nakonec to všichni zvládli. Pomáhá to.

Vidíte svou budoucnost stále v Jindřichově Hradci?

Naprosto mi to tady vyhovuje. Samozřejmě těžko říct, co bude za deset let,

ale opravdu zatím nemám představu, že bych měl jít někam jinam.

A samotný Jindřichův Hradec splnil vaše očekávání?

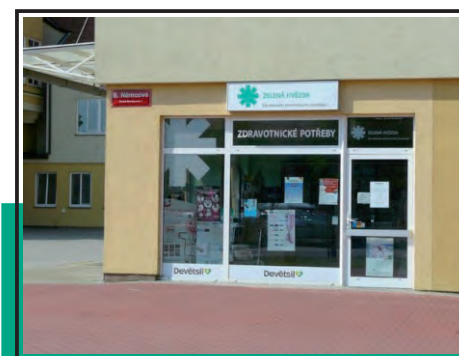
Jindřichův Hradec je skutečně nádherné město... Například včera jsem vyrazil na kolo a užival si tu pastvu pro oči. Krásná krajina, samotné město, zámek... Když jezdím, tak se tady prostě kochám. (úsměv)

Zámek jsem už navštívil?

Bohužel ještě ne. Když jsem na podzim nastoupil, byla už návštěvní sezóna uzavřena. Nyní se na zámek ale chystám.

Vraťte se ještě na závěr k vaší práci... Chtěl jste být vždy lékařem?

Když jsem byl v páté třídě u zubařky, usoudil jsem, že chci být zubařem. Směřoval jsem tedy k naplnění svého snu. Neudělal jsem ale přijímačky na školu, utekla mi o jeden jediný bod. Rekl jsem, že to musí být osud. Že zkusím všeobecný směr, a pokud mě to nebude bavit, jednoduše budu i nadále usilovat o stomatologický obor. Dostal jsem se ale do skvělé party, díky které jsem si roky studia užil. Ačkoliv byl hlavně šesták na psychiku velmi náročný, zvládl jsem ho, a dnes jsem rád, že jsem všeobecný lékař.



Zdravotnické prodejny Zelená hvězda naleznete v areálech nemocnic

- ✿ České Budějovice
- ✿ Tábor
- ✿ Písek

ZELENÁ HVĚZDA
Váš dodavatel zdravotnických prostředků

SACS GLCRZ.16.02.015Z

ZODAC[®]
cetirizini dihydrochloridum

**Určeno k léčbě
alergické rýmy**

**Zodac 7 tablet můžete zakoupit
BEZ RECEPTU ve své lékárně.**

Zodac obsahuje cetirizin. Lék k vnitřnímu užití. Poradte se s lékařem nebo lékárníkem. Čtěte pozorně příbalovou informaci.

Zentiva, k.s., budova Argo, Evropská 846/176a, 160 00 Praha 6, Tel.: +420 233 086 333, fax: +420 233 086 222, www.zentiva.cz

Jsme nemocnice, kterým na vás záleží

www.jihnem.cz

Dominik Hes: Vyhledávám prostředí, kde člověk může pacientovi prospět v době kritického ohrožení života

Na výměnném pobytu byl jako student medicíny Dominik Hes v zemích, do kterých by ani za normálních okolností běžný občan nevyrazil. Jeho práce ho naplňuje a je rád, když pro druhé může něco aktivně udělat. Proto působil v Chartúmu, hlavním městě Súdánu, a následně i ve městě Kibuye ve Rwandě. Tam si dokonce našel svou ženu. Nyní už třetím rokem působí jako lékař na Anesteziologicko-resuscitačním oddělení písecké nemocnice.



Dominik Hes

Jak jste se dostal ke kariéře lékaře?

Lákala mě od gymnázia, přestože má člověk jako dítě různá přání. Člověk tady pracuje s lidmi, má jasné uplatnění poté, co vystuduje, a vidí konkrétní výsledek. Něco může změnit, pomoci lidem, když je něco trápi.

Měl jste nějaký vzor v rodině, který vás na dráhu lékaře posunul?

V rodině není nikdo doktor, jen maminka je zdravotní sestrou. Nedá se říct, že by mi práci doporučovala, protože chodí na denní a noční služby a bývá po nich někdy hodně unavená. Vyroženě mě k medicíně nelákala. (úsměv)

Po vystudování gymnázia jste se vydal jakým směrem?

Pokračoval jsem do Prahy na 3. lékařskou fakultu Univerzity Karlovy. Když jsem ji vystudoval v roce 2011, vydal jsem se pracovat do zahraničí.

Kam jste šel pracovat?

To je trochu složitější. Už během šestého ročníku jsem měl možnost zúčastnit se stáže v Súdánu, která byla sice jenom na měsíc, ale byla mimořádně zajímavá. Jednak pracovní, jednak prostředím. Pro nás je to opravdu velká exotika ve srovnání s jinými státy, kam se člověk běžně může podívat. To mě hodně zaujalo. Po škole jsem měl možnost jít pracovat do Rwandy.

Zmínil jste odlišné podmínky. V čem se lišily?

Súdán je muslimský stát, což už samo o sobě je hodně striktní režim. Politicky je to také náročná kultura. V medicíně jsou tam limitování financí, ale i vzdálenostmi, protože ti lidé dochází do nemocnice z velké

dálky. Takže dlouho vyčkávají a do nemocnic se dostávají až v těch těžkých fázích jejich onemocnění. Jsou limitováni i tím, že třeba nemají pojištění, nemají peníze, aby se o sebe postarali, proto ty případy, se kterými se tam člověk setká, jsou u nás vidět jen v učebnicích. U nás je medicína postavená velmi preventivně, snaží se léčit již v základu.

Dalo se v tamním prostředí takovým případům pomoci?

V Súdánu jsem byl ještě jako student, pracoval jsem v laboratoři a do nemocnice jsem chodil pouze na stáže. Takže nemůžu říct, že bych se tam nějak aktivně podílel na léčení. Do Rwandy jsem odjel nejprve také jako student, poté už jako lékař. Tam jsem pracoval a musím říct, že toho člověk může hodně aktivně udělat. V tom je vysoká míra zadostičinnosti, když tam lékař pracuje a vidí konkrétní případy, pro které se daří něco udělat nebo domluvit nějakou léčbu, jež by nebyla v tom místě běžná.

Ale asi by se daleko lépe léčilo v českých podmínkách...

Určitě. Možnosti zobrazovací techniky, laboratoře a to zázemí, které tady máme, ať už to je třeba jen ultrazvuk nebo možnost konzultovat pacienta na nějakém vyšším pracovišti, to řadí naši péči na tu úroveň, a které momentálně je.

Bál jste se v africkém prostředí o zdraví?

Ne, to ne. Byl to program výměny studentů, takže nebyl jsem první ani poslední, kdo tam jel. Bylo to organizováno docela pěkně, měli jsme studenta, soudánského medika, který s námi zajišťoval, co bylo třeba. Nebylo to tak, že by se člověk bál o život, ale je potřeba dodržovat některé normy, které



Dominik Hes s kolegou z rwandské nemocnice



Dominik Hes při zákroku ve Rwandě

pro nás třeba nejsou běžné. Dlouhé rukávy, dlouhé kalhoty, nesmí se fotit na ulicích... To jsem měl vlastně jeden problém, když jsem fotil budovu na ulici a zrovna to bylo ministerstvo. Takže se za mnou hned zastavili na koleji z tajné soudánské policie a chtěli promazat paměťovou kartu. To by se v Čechách nestalo.

Co se v člověku odehrává, když se rozhodne jít pracovat do takových míst?

Měl jsem naprosto odlišnou představu od toho, jaký tam ten svět je. Vlastně díky globalizaci mají stejné telefony jako my, podobné fotoaparáty... A přece je to v něčem úplně odlišné. Člověk se dostane do míst, která vypadají dost divoce. Kolega, když se do Afriky také vydal, tak si ve vojenském obchodě nakoupil maskáče, plní batoh a tak podobě. Bylo mu však divné, že v letadle s ním letí všichni v oblecích a kravatách. Nakonec přiletěl na naprosto normální letiště. Říkal, že se hned šel převléknout do nejlepšího trička, které s sebou vezl, protože to na místě vypadalo jinak, než si představoval. Cesta do pralesa s krokodýli a hrochy v bažinách se nekonala. (smích)

Přinesl jste si tedy z těch stáží nějaké zajímavé poznatky?

Člověka to obohatí v tom, že se mu rozšíří obzor. Nevidí věci z perspektivy malého města, ale najednou se dívá na věci s globálním pohledem.

Když jste byl ve Rwandě jako lékař, byl už jste zaměstnán v písecké nemocnici?

Ne, po škole jsem znovu odešel do Rwandy, kde jsem pracoval něco přes dva roky. Potom jsem se vracel do Čech, a to konkrétně rovnou do Písku. Měl jsem celkem jasno, že budu chtít pracovat na ARO. Také jsem chtěl pracovat v menší nemocnici na jihu Čech a o Písku jsem dostal dobré reference od několika kolegů a kamarádů ze studií. Když byla možnost se zde hlásit o místo, neváhal jsem.

Proč jste si byl jistý, že chcete pracovat na ARO?

Vyhledávám prostředí, kde člověk může aktivním přístupem pacientovi nějak prospět v době kritického ohrožení života. Ta práce je ale také dost na kolektivitu. To prostředí oddělení bych neměnil. Je to obor, kde je intenzivní medicína. Nechtěl bych pracovat jinde.

Jak se při tak náročném povolání dokážete odreagovat?

Mám milou rodinu, takže když přijdu domů, odreaguji se s manželkou a dětmi. A tím, že ta rodina nežije v nemocničním prostředí, tak se člověk dokáže krásně přepnout na rodinnou atmosféru. Dobijím si tím baterie. Část rodiny mám navíc v Africe, tak bych se tam chtěl vydat na dovolenou.

V Africe?

Moje manželka je ze Rwandy a širokou část rodiny mám právě odtud. Když jsem tam pracoval v nemocnici, tak moje žena pracovala také v nemocnici. A tak jsme se potkali. Proto mohu říct, že se tam i těším. (úsměv)

Písecká nemocnice otevřela novou lékárnu, je více na očích. Teď se chystá na laboratoře

Největší investiční akcí Nemocnice Písek se v minulém roce stalo otevření nové lékárny. Ta slouží veřejnosti od dubna 2015. Předchází nevyhovovala komfortu pacientů, ukryvala se v areálu na méně viditelném místě. Nyní je umístěna hned u vjezdu do nemocnice, a tak je dostupná a viditelná všem. Písecká nemocnice se v současné době připravuje na výstavbu pavilonu Q, kde se sjednotí jednotlivé laboratoře.

Investice do vybudování nové lékárny a její faktické přesunutí ke vstupu do areálu se ukázaly jako správné. Během chvíle byl znát významný nárůst tržeb. „Nevyhovovala svou polohou, naši pacienti ji v podstatě neviděli. Navíc ty prostory byly malé,“ zmiňuje místo-předsedkyně představenstva nemocnice Dana Čagánková. Bývalé prostory se ale nadále zachovaly, slouží k výdeji žadank pro nemocnici a jako sklad materiálu. Náklady na realizaci tohoto kroku se pohybovaly kolem 15 milionů korun.

Teď ale čeká píseckou nemocnici

daleko zásadnější investice. Potřebuje vybudovat pavilon Q – novostavbu, která bude součástí monobloku a uvnitř se budou nacházet všechny laboratoře. „Teď je oddělení klinické biochemie v areálu, hematologicko-transfúzní oddělení mimo areál a mikrobiologie je také mimo areál. Je snaha to ucelit a najít synergický efekt laboratoří,“ doplňuje Čagánková.

Současné budovy laboratoří nejsou zateplené, nemají vyměňná okna a projevuje se na nich i stáří. Především to však přinese komfort pro



Nemocniční lékárna

pracovníky nemocnice. „Sanitář musí v reálu obejít všechny budovy. Takže se dost nachodí. Teď je přinese na jedno místo,“ říká místopředsedkyně představenstva Nemocnice Písek.

Stavět by se mělo začít už v letošním roce, protože ve fázi příprav už je výběrové řízení. Do dvou až tří let by se v novém pavilonu mohlo fungovat. Pro rok 2016 je na výstavbu vyčleněno 46 milionů korun, což jsou více jak dvě třetiny letošních investic. „Zbytek se vezme do zdravotnického vybavení, softwarového vybavení,

ostatních technologií a projektové dokumentace na další projekty, které se chystají,“ uvádí Dana Čagánková. Kraj přislíbil přispět 20 miliony korun.

Nemocnice Písek tak pokračuje v dlouhodobém plánu své modernizace. V minulém roce došlo také na obnovu lůžkového fondu, vystavení rodinných pokojů na porodnici nebo na renovaci porodních sálů. V plánu je rekonstrukce heliportu, pořízení nových lůžek na JIP nebo renovace sociálních zařízení a pokojů ortopedie.

Hlavní sestra písecké nemocnice: Komunikace s pacientem je základ

Jana Somrová je dlouholetou stálíci písecké nemocnice. Ostatně pracuje v ní již 40 let, přičemž 13 let na pozici hlavní sestry. Jaký je její příběh? Mají dnes zdravotní sestry respekt? Jaká je práce s pacientem? O tom všem jsme s Janou Somrovou mluvili.

Jaká cesta vede k tak významnému postu, jaký hlavním sestrou bezesporu je?

Složitá. (smích) Začnu od začátku... Pocházím z Písku a v této nemocnici pracuji již 40 let, respektive letos v srpnu to bude 40 let. Po ukončení střední zdravotnické školy jsem šla rovnou na ARO, kde mě to velmi bavilo. Byly to úžasné roky. Mimochodem v té době začala jezdit rychlá záchranná služba. Po nějaké době jsem šla na mateřskou, a když jsem se vrátila, nastoupila jsem na operační chirurgický sál. Po zhruba 13 letech jsem přešla na septickou chirurgii, z čehož jsem popravdě byla nešťastná, protože práce na sále mě naplňovala. Musela jsem se také učit, protože septická chirurgie pro mě byla něco nového. Před více než 13 lety odcházela do důchodu hlavní sestra a já se přihlásila do konkurzu. Bylo to velmi náročné, ale zvítězila jsem. Musela jsem si však doplnit vzdělání, a to mi bylo skoro 50 let.

Byla to z profesního hlediska razantní změna? Přece jenom jste přešla od pacienta k věčnému papírování...

Nikdy jsem si nepředstavovala, že budu jednou takto papírovat. Když jsem

nastoupila do funkce, začaly se dělat akreditace nemocnic. Tehdy jsme se rozhodli, že do toho půjdeme, že nemocnici zakreditujeme. Byli jsme devátí v republice. Letos budeme počtvrté reakreditovat. Co se týká práce s pacientem, tak ta mi chybí. To je pravda.

Je práce zdravotní sestry o osobnosti jako takové, nebo na ni dokáže škola perfektně připravit?

Všechno je vždy o člověku. Škola vás připraví teoreticky, ale vy to musíte mít

v sobě. Musíte mít srdíčko na správném místě. Se vzděláním to v dnešní době mají děvčata složité. Udělají si zdravotního asistenta, poté jdou na bakaláře a nakonec si dodělávají magistra. Délka studia je velmi dlouhá...

Stále se říká, že je zdravotních sester málo... Co je důvodem? Může za to i zmíněné nastavení vzdělání? Dříve byly střední zdravotnické školy skutečně na úrovni. Nevzaly nikoho, kdo měl na vysvědčení trojky. Zdravotní



Jana Somrová

sestry měly prestiž, čtyři roky stačily... Dnes je to špatně nastavené. Kdyby mi bylo 23 let a byla bych jazykově zdatná, což ony jsou, tak bych se vůbec nerozmýšlela a šla pracovat třeba do Rakouska. Finance vás motivují, není žádným tajemstvím, že například v Rakousku či Německu jsou úplně jiné...

Co se týká pacientů... Změnili se v uplynulých desetiletích?

Celá společnost se změnila... Něco je samozřejmě k dobru. Například díky internetu dnes pacienti přijdou a jsou kolem svého onemocnění velmi vzdělaní. Vzrostla ale agresivita. A to není dobré.

Pro pacienty je jistě velmi důležitá komunikace. Vidíte v této oblasti nějaký posun? Ať už z hlediska zdravotních sester, tak i lékařů...

Komunikace s pacientem je základem. Všem děvčatům jsem vždycky říkala, ať se cítí do rolí svých pacientů. I lékaři jsou dnes empatictí. S pacienty hovoří a tak dále. Prostě musí. Základem všeho je podat ruku a představit se. Nebolí to a je to jenom chvilka.

Gynekolog Ivan Říha: Odrodil jsem babičky, jejich dcery i vnučky

Lékař Ivan Říha je už mezi Prachatickými takřka legendou. V praxi je více než 50 let, během kterých již odrodil celé tři generace. Lidský a profesionální, tak o emeritním primáři mluví ženy, které prachatickou porodnici prošly. Mnohé na něj vzpomínají dodnes.



Ivan Říha

První otázka nemůže být jiná... Povídá se o vás, že jste odrodil půlku Prachatic. Co vy na to?

Nepočítám to, takže to nemohu potvrdit. (úsměv) Ale jsem v praxi od roku 1963, takže jsem na svět přivedl skutečně hodně dětí. Statistiky si však nedělám. Každopádně je dnes nejstaršímu dítěti, u jehož porodu jsem byl, 52 let. Odrodil jsem babičky, jejich dcery i vnučky. Leckdy potkám ženy, které vzpomínají, jak jsem jim před 45 lety vedl porod. (úsměv)

Máte už nárok na odpočinek... Co vás pořád drží v práci?

Moje práce mě stále dost baví. Dalším důvodem je, že je nás tady málo. Když už někdo nový přijde, po krátké době zmizí do větší nemocnice, respektive

města. Asi má pocit, že je v Prachaticích nedostatečný společenský život. Každopádně si nedovedu představit, co budu dělat, až tady skončím. Ještě o tom nepřemýšlím. Uvidíme, jak se to vyvine.

V prachatické nemocnici pracujete celý život?

Ano. Pouze v letech 1985 až 1993 jsem si odskočil do Příbrami. Prachatická nemocnice je součástí mého domova. Jsem tady zvyklý, vnímám všechny změny a tak dále.

Jste odborník, který má ohromné zkušenosti. Jaká je dneska medicína ve srovnání s vašimi profesními začátky?

Za těch 52 let, co jsem v aktivní medicíně, se dá mluvit o obrovských změnách. Jako všude – v celé společnosti, na celém světě.

Za 50 let se muselo něco změnit. A jsou to změny podstatné. Po promoci jsme si nemohli vybrat, kde bychom chtěli působit. Dali nám takzvané umístěnky. V pohraničí byl nedostatek lékařů, tak jsem sem musel jít povinně. Dostat se do nemocnice ve větším městě bylo nemožné. Takové štěstí měli jen někteří lidé. Tehdejší medicína byla úplně jiná. Neměli jsme prakticky žádné přístrojové vybavení, tedy kromě rentgenu, EKG a jednoduchých přístrojových vyšetřovacích metod. Medicína byl dobrodružnější. Člověk musel hodně zapojovat mozek a učit se od starších, často i od sester.

Nemůžu ale říct, že by tenkrát byly výsledky horší než dneska. Ale musím zmínit třeba porod císařským řezem, který je dnes běžný, ale tehdy, když jsme ho dělali, se na něj chodili dívat i kolegové

z ostatních oddělení. Natolik byl neobvyklý. Také byl jiný přístup rodiček, které byly ostatně tělesně a psychicky daleko zdatnější. Dnes si všechno vyhledávají na internetu a mají pocit, že všemu rozumí.

Jaký je pocit přivádět na svět děti?

Když byl člověk mladý, měl samozřejmě radost, když se něco povedlo. Dnes už je to pro mě spíše rutina. Abych řekl pravdu, když mi zavolají ve čtyři v noci, ať přijedu k porodu, radost z toho nemám. (úsměv)

Vzpomenete si na váš první porod?

Pamatuji si ho. Prakticky jsem nevěděl, co mám dělat. Stál jsem a na všechno se ptal sestřičky. Byla zkušenější, tak mi poradila. Teorie je dobrá, ale s praxí se nedá srovnat. Ale časem se to poddalo.

Druhá nejlepší nemocnice v České republice zvládá i krizové situace a chystá další modernizaci

Už třicet let se prachatická nemocnice nachází nad městem, které je bránou Šumavy. Od té doby, ale především v posledních letech, se změnila k nepoznání. Přitom její vlahková loď, oddělení ortopedie, zde vůbec být nemusela. V roce 2012 se uvažovalo nad úplným zrušením. Nyní však patří ke špičkovým pracovištím a na operační zákroky sem jezdí pacienti z různých koutů Jihočeského kraje.

„Ortopedie tady být vůbec nemusela. Teď sem jezdí spousta pacientů i z jiných oblastí a jsou tady spokojeni. Čekací doby jsou tu výrazně kratší a přitom to děláme stejně kvalitně,“ zmiňuje ředitel Nemocnice Prachatice Michal Čarvaš, který je v nejvyšším křesle od října 2010. Za tu dobu mu nemocnice, podle jeho slov, přirostla k srdci. „Jsme rodinná nemocnice. Zní to vznešeně, ale ve skutečnosti to tak opravdu je. Lidé se znají a každý třetí je zde s každým čtvrtým příbuzný,“ říká se smíchem Čarvaš.

Za poslední roky se prachatickou nemocnici podařilo kompletně zateplit a došlo také k výrazné modernizaci nemocnice. Zmínit je potřeba především chirurgický pavilon, který dosáhl zásadních interiérových změn. „Byla

to zajímavá zkušenost. Naši zaměstnanci měli velkou radost, že se tady něco děje pro ně a pro pacienty. Dal jsem jim možnost vyjádřit se, takže třeba chirurgii jsme upravili podle jejich potřeb. Dokázali jsme tu vybudovat tým lidí, který táhne za jeden provaz nemocnici dopředu. To je důležité, protože nikdy nic nezmůže jeden člověk sám,“ skládá pochvalu ředitel.

Týmová práce se projevila v loňském roce. Nejenom, že nemocnice získala druhé místo mezi českými nemocnicemi, hned za tou českobudějovickou, ale její zaměstnanci se s pořádnou vervou vypořádali i s problémem, který ji postihl. Do pitné vody se dostala zdraví škodlivá bakterie. „Jeli jsme deset dní bez pitné vody a zvládlo se to. Lidé se



Nemocnice Prachatice

uskromnili a pracovali tak, aby se především postarali o pacienty. Bylo to skvělé krizové řízení v praxi. Jsem zaměstnancům vděčný za to, jak to zvládli. Ale opakovat už bychom to nechtěli,“ děkuje Čarvaš.

Rozvoj nemocnice ale rovněž něco stojí. Většina velkých investic, ať už to bylo zateplení budov, přestavba pavilonu chirurgie nebo v loňském roce rekonstrukce koteleny a vzduchotechniky, se pohybovala kolem 25 až 30 milionů korun. Přibližně dvě třetiny nákladů

vždy pokryl Jihočeský kraj, třetina šla ze zdrojů Nemocnice Prachatice.

Její modernizace se nezastaví ani v roce 2016. Otevřela se nová firemní mateřská školka ve spolupráci s městem pro 28 dětí, kterou by měly primárně využívat pracovnice nemocnice na mateřské, za hlavní budovou se chystá nové zaměstnanecké parkoviště a dojde i na rekonstrukci centrálních šaten. „Kdo tady několik let nebyl, tak musí vidět, že Nemocnice Prachatice prokoukla. Pracovat na jejím zlepšování mě baví,“ dodává ředitel Michal Čarvaš.

Rustam Kadyrov: V Čechách mají lidé respekt k lékařům

Rustam Kadyrov pochází z Tádžikistánu. Před několika lety vyrazil s rodinou na dovolenou do České republiky, která ho uchvátila natolik, že se rozhodl v ní zůstat. Dodnes je rád, že tak zásadní krok podstoupil... V prachatické nemocnici pracuje jako lékař na Anesteziologicko-resuscitačním oddělení.

Co vás přivedlo do České republiky?

Bydlel jsem deset let v Rusku, ale chtěli jsme jít někam dál... V České republice jsme se ocitli jako turisté. Líbilo se nám tady natolik, že jsme si řekli, že bychom chtěli žít v jižních Čechách. Zkusili jsme to a vyšlo nám to. Je to už sedm let.

Proč jižní Čechy?

Navštívili jsme Český Krumlov a Hlubokou nad Vltavou. Cítili jsme se jako v pohádce. Manželka měla vždycky ráda Tři oříšky pro Popelku. Jako dítě vždycky říkala, že je Česko zemí pohádek.

Manželka je také lékařka?

Ano, pracuje v Českých Budějovicích,



Rustam Kadyrov

kde bydlíme. Je gynekoložka.

A jste tady dnes spokojený? Nevzal vám život v České republice některé iluze?

Co jsme očekávali, jsme dostali. Hledali jsme tady klid... A našli ho. Člověku ale vždycky něco chybí. Každopádně jsme tady spokojeni. I z hlediska bezpečnosti je to tady k nezaplacení.

Jak vás v České republice přijali místní lidé?

Dobře. S tím nikdy problém nebyl, měli jsme štěstí. Dobří lidé jsou všude, obzvlášť na jihu Čech. Přijde mi, že jsou tady lidé otevřenější. Například na severu Čech či v Praze jsou lidé tvrdší. Je tom tam cítit.

Mluvíte výborně česky... Bylo těžké se naučit český jazyk?

Nemluvim. (úsměv) Bylo to těžké... Pro Českou republiku jsme se také rozhodli kvůli tomu, že jsme uměli ruštinu, která je podobná. Ale občas mají některá slova opačný význam. (úsměv) Začátky pro mě byly složité. Vůbec jsem nerozuměl. Slyšel jsem jednotlivá slova

a neznal jejich význam. Také nám tady neuznali naše vzdělání, tudíž jsme museli dělat státnice. Bylo to složité období, ale zvládli jsme ho.

Jak vás vnímají pacienti?

Když jsem neuměl mluvit, bylo to pro ně asi náročné. (smích) Zvlášť tady v Prachaticích nejspíš lidé na cizince příliš zvykli nejsou. Ale jejich přístup je v pořádku. Celkově v Čechách mají lidé respekt k lékařům.

Které místo z jižních Čech byste vzdvihl?

Skutečně nádherná je Červená Lhota.

Vždycky jste pracoval na ARO?

Ne, byl jsem internista. Jak jsem říkal, když jsem přijel, neuznali mi vzdělání. Mohl jsem si tedy vybrat, čemu se budu věnovat... Na ARO jsem spokojený.

Působíte velmi energicky. Jak po práci vybijíte přebytečnou energii?

Máme tady v nemocnici takovou menší tělocvičnu pro zaměstnance, kde je bohoslavický pytel, který rád používám. Dělal jsem dříve taekwondo a kickbox.



Pavilon operačních oborů přinesl většinu služeb na jedno místo

Osmnáct pavilonů na deseti hektarech plochy. Tak rozlehlá byla v minulých letech strakonická nemocnice. Vedení se však tomuto rozhodlo říct před deseti lety stop a přišlo s myšlenkou vybudovat pavilon operačních oborů. Ten se povedlo postavit ve třech etapách mezi lety 2009 až 2013.

„Péče byla roztržštěná. Měli jsme dvě operační centra, jedno menší na gynekologii, druhé větší na chirurgii. Bylo třeba péči v operačních oborech centralizovat a konsolidovat,“ poznamenává ředitel Nemocnice Strakonice Tomáš Fiala. Stavební práce se tak rozjely v roce 2009, kdy se nejprve během první etapy dostavěla lůžková část monobloku - jižní křídlo.

Daleko náročnější však byly následující dvě etapy, které probíhaly paralelně. Například chirurgie byla přestavovaná úplně a lékaři museli operovat na dvou místo čtyřech sálích. „Speciální cenu za statečnost získali od vedení nemocnice zaměstnanci Radiodiagnostického oddělení. Protože CT a rentgen tam musely přežít po celou dobu stavby. Všude byl prach, kolečka, malta a do toho tam byl normální provoz,“ popisuje Fiala.

Sjednotit výstavbu a běžný provoz nemocnice nebylo jednoduché. Některá oddělení se musela stěhovat hned čtyřikrát. Benefit pro pacienty je ale nyní v tom, že je teď většina služeb v jednom místě, technika se může lépe využít a podobně tak i lidské zdroje. „V souvislosti s tím se navíc přestavěly pokoje, naprostá většina teď má vlastní sociální zařízení,“ pochvaluje si ředitel strakonické nemocnice.

První etapa výstavby pavilonu operačních oborů, během které přibývalo nových 65 lůžek a šest ambulancí,

vyšla na 113 milionů korun. Necelá polovina vzešla z dotací, zbytek pokrýly navýšení základního kapitálu, návratná výpomoc kraje a vlastní zdroje nemocnice. Finančně nákladnější byly další dvě etapy, u kterých stavební práce spolky přes 272 milionů korun. I tady hrály významnou roli dotace nebo návratná výpomoc Jihočeského kraje.

„Jsme nemocnicí okresního formátu a máme ambici dělat medicínu této úrovně, nikoliv medicínu špičkovou – od jejího poskytování jsou u nás jiná zdravotnická zařízení. Ale okresní formát medicíny chceme poskytovat ve vysoké kvalitě. Nyní máme skvělé hotelové služby a mnohé fakultní nemocnice nám mohou závidět,“ říká Tomáš Fiala. Další důležitý krok navíc Nemocnice Strakonice udělala letos na jaře, kdy pro nedostačující kapacitu přesunula hemodialýzu do většího pavilonu NORD.

Modernizace nemocnice bude v tomto roce pokračovat i nadále, ačkoliv ne v rozsahu minulých let. „Plánujeme v létě úpravu páteřní komunikace, úpravu vstupního objektu u pěší vjízdny a ve spolupráci s Jihočeským krajem ucházíme o grant na vytvoření meditační aromatické zahrady, která vylepší centrum našeho zdravotnického zařízení,“ zmiňuje ředitel Tomáš Fiala aktivitu, která by v budoucnu mohla pacientům zpříjemnit pobyt v Nemocnici Strakonice ještě více.

Liudmyla Yankovska: Asi jsem měla štěstí. Cítím se tady skvěle

Bydlí přes tisíc kilometrů od domova a stýská se jí po rodině. Přesto by se nechtěla vracet. Mladá doktorka Liudmyla Yankovska z Dětského oddělení Nemocnice Strakonice je ve své práci spokojená a vidí se v ní i třeba za deset let. Rodačka z ukrajinské Vinnyce si totiž Českou republiku doslova zamilovala.

Proč jste se rozhodla pro Českou republiku?

Jak jsem studovala, tak asi ve třetím ročníku u nás byli lidé z České republiky, kteří nabírali doktory a vysvětlovali nám, jaké to tady je. Nabízeli nám docela hezké podmínky. Pak jsem na to ale zapoměla a čas plynul dál. Až jsem tu byla v roce 2013 za svou kamarádkou na návštěvě a tahle země se mi náramně zalíbila. Proto jsem si udělala nostrifikaci (uznání zahraničního vzdělání, pozn. autora) a rozhodla jsem se, že to tady zkusím.

Mluvila jste o odchodu do České republiky se svými blízkými?

Určitě jsem to konzultovala s rodinou. Trochu mě zrazovala. (smích) Je to docela daleko, ale rozhodně s tím souhlasí. Já chápu, že teď bydlím tisíc kilometrů od domova, takže pro rodiče je to asi opravdu těžké. Chybí mi. Občas se mi po nich stýská.

Jak těžké pro vás byly začátky?

Český národ je skvělý. Lidé jsou vstřícní a žádné problémy jsem neměla. Česká republika je nádherná země. Personál Dětského oddělení Nemocnice Strakonice je vynikající. Primář Martin Gregora je velmi vstřícný. Ve stejnou dobu nás nastoupilo pět mladých lékařek, takže kolegyně mám také fajn. Pomáhaly mi a všechno bylo bez problémů.

Zdá se to být jako procházka růžovým sadem...

Snad jedinou komplikací byla aprobační zkouška, která je docela těžká, protože vás nejednou zkouší ze čtyř oborů. Je náročné se na ni připravit. Teď jsme

napsali dopis prezidentovi České lékařské komory a poprosili ho, aby nám to rozdělil. Aspoň abychom měli více času na přípravu. Já už to sice mám za sebou, ale znám spoustu lékařů, kterým se tato země líbí, jsou tady pro ně nádherné a finanční podmínky a chtějí by tady zůstat. Jenže ta zkouška neumožňuje kvalitní zařazení do oboru, pokud ji nemáme.

Občas se stane, že rodiče negativně reagují na lékaře cizince. Stalo se to i vám?

Nesetkala jsem se s takovým případem. Mám asi štěstí, že se mi to nestalo. (úsměv) Naopak tady mám pár dětí, se kterými se zdravím a víme o sobě spoustu věcí.

Jaká byla vlastně cesta do Nemocnice Strakonice?

Přihlásila jsem se na inzerát. Hledala jsem na různých stránkách nemocnic, kde mají volné místo na dětských odděleních, kam jsem vyloženě chtěla. Zavolala jsem zdejšímu primáři a domluvili jsme se. Asi jsem měla opravdu štěstí. Lidé jsou tady skvělí, podmínky jsou vynikající, stejně jako mezioborová spolupráce. Mám s čím srovnávat, vím jak to chodí u nás. Bohužel je ta situace na Ukrajině smutná.

A kdyby se situace ve vaší rodné zemi uklidnila, vrátila byste se?

Nechtěla bych se vracet. Moc se mi tady líbí. Hodně rychle si zvykám na jiné lidi a nechám si je přirůst k srdci. Cítím se tady skvěle. Vidím se ve strakonické nemocnici třeba i za deset let. (úsměv)



Liudmyla Yankovska

SLEVA
-23 %

OTEKLÉ NOHY? NATEKLÉ PRSTY?

Forfemina - přípravek na odvodnění těla

doplňek stravy

- pomáhá odstraňovat přebytečnou vodu z těla
- přispívá k detoxikaci organismu
- brání vzniku otoků dolních končetin
- s extraktem z klikvy velkoplodé a kopřivy
- nehormonální přípravek



Akční sleva platná od 21. 6. 2016 do 21. 7. 2016 pouze v lékárnách Jihočeských nemocnic. (České Budějovice, Tábor, Písek, Jindřichův Hradec, Strakonice, Český Krumlov, Prachatice, Dačice)

seni Široká nabídka výrobků pro osoby trpící inkontinencí



Více informací na www.seni.cz



Bella Bohemia s.r.o., Vlastibořská 2, 193 00 Praha 9 - Horní Počernice, T: 226 212 312, distribuce-seni@bellabohemia.com

S Lékaři bez hranic si většinou nevybíráte projekty nebo země, kam byste se chtěli podívat, říká Markéta Hajná

Lékaři všeobecně pracují ve stresovém prostředí. Když ale sloužíte na zahraničních misích, je to někdy daleko náročnější. To určitě může potvrdit mikrobioložka Markéta Hajná ze strakonické nemocnice, která od roku 2008 spolupracuje s Lékaři bez hranic. Organizace ji od té doby postupně vyslala dvakrát do Kyrgyzstánu, jednou do válečného prostředí Jižního Súdánu a naposledy do Malawi.



Markéta Hajná s kolegy v Jižním Súdánu před dvěma lety

Jak jste se dostala k laboratorní práci? Cesta byla dost krkolomná. Po absolvování Přírodovědecké fakulty Univerzity Karlovy v Praze jsem pracovala pět let jako asistentka na Institutu tropického a subtropického zemědělství při České zemědělské univerzitě v Praze, z čehož jsem na dva roky získala stipendium od indické vlády ve státě Gujarat na severovýchodě Indie. V roce 2003 jsem obhájila doktorát v Praze. Musela jsem dohromady skloubit skutečnost, že nebudu moci z rodinných důvodů žít trvale v zahraničí a věnovat se projektům dlouhodobým a rozvojovým. Rozhodla jsem se od roku 2003 zpočátku věnovat lékařské parazitologii a plynule jsem přešla na lékařskou mikrobiologii se změnou pracovního místa.

Co přesně vaše práce obnáší?

Od roku 2009 pracuji v Centrálních laboratořích Nemocnice Strakonice na Úseku klinické mikrobiologie a ATB střediska. Kromě rutinní laboratorní práce jsem interním auditorem. Na jedné straně je to velmi nevšední práce, ale zase vám dává ucelený přehled o celém laboratorním procesu i s jeho mezioborovými návaznostmi.

Je rozdíl ve vaší práci ve strakonické nemocnici a na misích?

Na misích jste jediným odborníkem na

laboratorní problematiku v týmu mezi lékaři, zdravotními sestrami, logistiky a dalšími profesemi. Všechno tedy leží na vás – jak zajištění odborné laboratorní služby, tak komunikace a rozhodování za laboratoř nebo laboratoře v rámci organizace. Také komunikace a spolupráce s autoritami ministerstva zdravotnictví a dalších partnerů je nezbytnou součástí vaší práce. Ve Strakonici mám paní primářku, takže jsem ušetřena tíhy manažerských rozhodnutí. Dalším rozdílem je, že v týmu ve strakonické nemocnici pracuji s lidmi, kteří jsou pro svou práci vyškolení a neustále se ve svém oboru vzdělávají, kdežto na misích většinou pracujete s lidmi, kteří zdravotnické vzdělání nemají, nebo omezené. Samozřejmě vždy záleží na kontextu dané země. Musíte se učit s respektem pracovat s lidmi, jejichž život se primárně točí kolem zajištění základních životních potřeb pro své rodiny.

Kam a kdy jste vyrazila na svou první misi?

S organizací Lékaři bez hranic spolupracuji od roku 2008 a poprvé to bylo do centrální Asie – Kyrgyzstánu na patnáct měsíců. Tamní projekt byl zaměřen na správnou a včasnou diagnostiku a následně i léčbu tuberkulózy a jejich rezistentních forem ve vězeňském systému.

Mým úkolem, jako laboratorního pracovníka, bylo zajistit a koordinovat správný odběr vzorků od pacientů, jejich včasný transport do laboratoře (ať už místní či supranacionální referenční laboratoře v německém Borstelu), včasnou diagnostiku implementovanými metodami a co nejrychlejší zpětnou vazbu výsledků vyšetření ošetřujícím lékařům. Především jsme se zaměřovali na urychlenou kultivaci mykobaktérií na tekutých médiích v systému BACTEC™MGIT™960 a správnou interpretaci výsledků vyšetření. Spolupracovali jsme s týmy pracovníků v místních laboratořích a s lékařskými autoritami vězeňského systému. Kromě zajištění správné laboratorní praxe v laboratoři jsme se také snažili nastavit epidemiologická opatření, abychom zabránili dalšímu šíření nemoci.

Jaké byly dojmy, když jste poprvé vyrazila pomáhat za hranice?

Pro mě to byla směs radosti, že se mi splnil sen jet pracovat s touto organizací, a zároveň obava, jestli všechny ty úkoly, kterými mě zaspaly v operačním centru v Ženevě před odjezdem, zvládnou. V tomto dlouhodobém projektu se první tři měsíce člověk spíše rozkoukává. Učíte se znát kontext země, jak funguje organizace, způsoby komunikace v rámci projektu a směrem ven

k partnerům – konkrétně vedoucím pracovníkům Národní referenční laboratoře pro TBC v Biškeku, ministerstvu sociálních věcí, vězeňské službě, lékařským autoritám vazební věznice a věznice pro odsouzené, kde byla nemocnice. Byl to velmi komplexní projekt, velmi dobře promyšlený epidemiologicky a dobře zorganizovaný. Po patnácti měsících se mi nechtělo odjíždět – většina kolegů se stala zároveň mými přáteli, se kterými jsem v kontaktu dodnes.

Kde všude jste v rámci zahraničních misí byla?

V Kyrgyzstánu jsem byla dvakrát. Po druhé to bylo v roce 2011 na šest měsíců implementovat metodu molekulární biologické na systému GeneXpert. V roce 2014 jsem pak odjela na tři měsíce do občanskou válkou zmiňovaného Jižního Súdánu, kde jsme zajišťovali transfúzní službu v nemocnici. Ta byla celá provozovaná jen Lékaři bez hranic. Naposledy jsem loni pracovala sedm měsíců v Malawi, kde jsme zaváděli molekulárně biologický automatický systém Abbott pro monitorování virové nálože u HIV pozitivních pacientů na léčbě.

Kam vás práce zavede v nejbližší době?

Tento rok to vím naprosto přesně, a už i zavedla – do Nemocnice Strakonice. Čeká nás totiž obhájení akreditace ČIA na úseku mikrobiologie podle nové normy. A jinak to bude překvapení. S Lékaři bez hranic si většinou nevybíráte projekty nebo země, kam byste se chtěli podívat. Vždy je primární konkrétní potřeba vaší kvalifikace v danou dobu na daném místě. Samozřejmě ale můžete nabídku odmítnout. S Lékaři bez hranic jste vždy dobrovolníkem, a když cítíte, že by vám pozice nesedla, je dobré to říci hned na začátku.

V jakých podmínkách musíte pracovat?

To vždy záleží na kontextu projektu a dané zemi, kde se projekt realizuje. Tak třeba v Jižním Súdánu máte denně 35 až 40 stupňů bez klimatizace, hezky vám odkapává pot z rukavic na všechnu dokumentaci. V Kyrgyzstánu zase třeba mrzlo tak, že nám zamrzala voda v trubkách ve špatně izolovaných domech. V Malawi jsme denně zápolili

s několikahodinovými časově nepředvídatelnými výpadky elektřiny. Jíte jedno jídlo stále dokola třeba půl roku, až vám vlastně začne chutnat, a navíc si uvědomíte vaše privilegium, že ho vždycky máte každý den, na rozdíl od místních lidí.

Dostala jste se někdy do hodně obtížných podmínek, kdy se například bojíte o svůj život?

Naštěstí ne! Jen v Jižním Súdánu jsem celou dobu měla u postele připravenou tašku s pěti povolenými kilogramy nejn nutnějších věcí, které jsme si mohli vzít s sebou v případě evakuace. Zažili jsme ji jen jednou a bez jakéhokoli přímého ohrožení na životě. Bezpečnostní situace je ve všech projektech pravidelně vyhodnocována a každý den jsou všichni členové týmu informováni projektovým koordinátorem. Nikdy není podceňována. V Kyrgyzstánu ve vězení jsme se vždy pohybovali v doprovodu strážců a s vysíláčkou.

Musíte nějak improvizovat v jiném prostředí?

Dost často! Ale nelze dělat kompromisy, když jde o správnost laboratorních analýz – to musíte bojovat o vytvoření

nezbytných podmínek pro vaši práci.

Vzpomenete si na nějaký zajímavý moment, který vás na misích zastihl?

Bylo jich více, ale asi nejvíce převažovalo zjištění, jak předsudky a mýty ztěžují práci lékařských týmů v terénu. V Kyrgyzstánu se nám místní laboratorní pracovníci zpočátku smáli, když jsme nosili masky na ochranu proti případnému vdechnutí Kochova bacila, protože oni je nepoužívali dvacet let předtím. Pro izolaci pacientů ve vězení byl zcela vážně předložen návrh postavit deseticentimetrovou zidku s tím, že pacienti budou uvědoměli v prostředí, kde panuje rigidní kastovní systém. V Jižním Súdánu se lidé báli darovat krev, protože si mysleli, že ji chceme prodat. V Malawi jsme v tričkách s nápisem „Společně proti HIV“ někdy byli považováni za ty, kteří jsou HIV nakaženi! Je hodně důležité pacientům a příbuzným v komunitách stále vysvětlovat, co děláte a proč to děláte – být v co největší možné míře transparentní.

Nejhorší asi byl dosud moment, kdy jsme byli z nemocnice v Jižním Súdánu evakuováni a museli jsme opustit pacienty. Sice jsme za dva dny byli zpátky, ale s bezmocí se těžko smířujete. Také

loni v Malawi, kde nás zastihla zpráva o úplném a opakovaném vybombardování nemocnice v Afghánistánu, jsme si všichni říkali: „Jaká je budoucnost nezávislé a nestranné zdravotnické pomoci uprostřed ozbrojených konfliktů?“

Nezávidí vám náhodou vaši kolegové, když se vždy vrátíte?

Rozhodně si to nemyslím. Vždy se vracím do týmu na mikrobiologii ve Strakonici ráda a kolegyně mi vždycky říkají: „Markétko, nic se neboj, v papírech jsme se ti vůbec nehrabaly, všechno čeká na tebe!“ Takže mám jistotu, že mi práce neutěče. I kdyby snad někdo chtěl závidět, máme naštěstí ještě stále demokracii, takže každý může zkusit vyjet. Nikdy není pozdě. S organizací často jezdí lékaři v důchodovém věku a jsou velmi váženými členy týmu pro své celoživotní odborné zkušenosti. V Malawi jsem třeba pracovala se zdravotní sestřičkou ze Švédska, která vychovala pět dětí, a teď si plní svůj sen a jezdí na mise.

Práce musí být i náročná na psychiku. Jak se odraťujete?

To je různé, hlavně záleží na bezpečnostní situaci v dané zemi. Třeba v Kyrgyzstánu to byl ráj – skoro každý víkend

na horách, sauna, výborné jídlo. Naopak v Jižním Súdánu jsme se mohli jedenkrát za týden pohybovat 500 metrů od nemocnice na jediné silnici v zemi doprava, nebo doleva, často ani to ne. Měli jsme ale pravidelné „filmové“ páteční večery, kdy jsme si pod hvězdami celý tým pouštěli filmy. V Malawi jsme byli s kolegy každý týden stálými hosty indické restaurace, kde výborně vařili, a tam jsme si mohli „odpočinout“ od každodenní kukuřičné kaše a fazolí.

Jak se k vaší práci a k zahraničním misím staví rodina?

Vlastní rodinu zatím nemám. Rodiče už si zvykli. Já jsem jim vděčná za všechnu jejich podporu a toleranci.

Čeho byste chtěla dosáhnout v profesním životě?

Být dobrým mikrobiologem, což je soustavná práce na celý život, vzhledem k rychlosti, s jakou se mění technologie a mikroorganismy samotné. Také neztratit nadhled ve svém oboru a mít radost, když dokážu svou práci někomu motivovat. Na misích pak, že jste někde ve světě svým konáním zažehli světýlko touhy po poznání a vědomí, že i my lidé z bohatého světa umíme dávat, ne jenom brát.

inzerce

VAŠE ZDRAVÍ NÁM LEŽÍ NA SRDCI

Se službou **E.ON Zdraví** získáte **nadstandardní péči** o zdraví vaše i vaší rodiny.

- lékař na telefonu 24/7
- nadstandardní ubytování v nemocnici
- finanční kompenzace za hospitalizaci
- doručení léků / úhrada poplatku za recept
- nízký měsíční poplatek a mnoho dalších benefitů ...

→ Více na www.eon.cz/zdravi



Nová budova Psychiatrického oddělení Nemocnice Tábor bude vycházet ze současných trendů v oboru

V České republice už třetím rokem probíhá proces reformy psychiatrické péče. Na jeho počátku byl záměr zvýšit kvalitu života duševně nemocných a přenést služby a péči ze zastaralých a podfinancovaných psychiatrických léčen blíže k pacientům a jejich rodinám (deinstitucionalizace psychiatrické péče). Nemocnice Tábor se k tomuto záměru hlásí a chce být jeho důležitým představitelem v jižních Čechách.

Procesem reformy psychiatrické péče v České republice se na centrální úrovni zabývá Evropská unie a ministerstvo zdravotnictví spolu s Psychiatrickou společností České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně a na regionální úrovni pracovní skupina složená z úředníků krajského úřadu a odborníků – zástupců jednotlivých poskytovatelů péče. V tomto prostředí vznikla tolik potřebná Koncepce psychiatrie

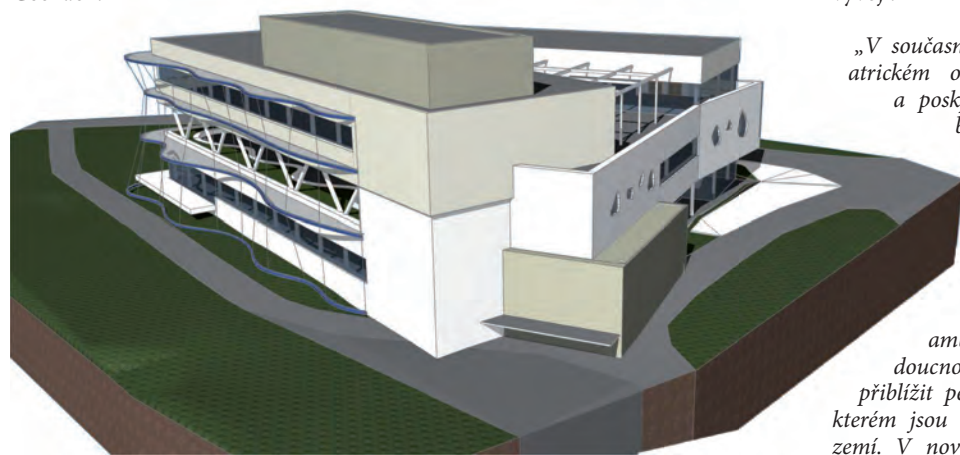
v jižních Čechách. Tábořská nemocnice a její Psychiatrické oddělení jsou nedílnou součástí tohoto procesu. V koncepci se počítá s dalším rozvojem oboru psychiatrie v Táboře a to s sebou nese i potřebu nových prostor. Počítá se s výstavbou zcela nového objektu psychiatrie v areálu Nemocnice Tábor. Psychiatrické oddělení vzniklo v Táboře právě před 25 roky a nová budova bude další důležitou etapou ve vývoji.

„V současné době máme na Psychiatrickém oddělení třiatdacet lůžek a poskytujeme i rozsáhlé ambulantní služby. Nemáme bohužel dostatečné prostory pro terapii, nemáme ani uzavřené oddělení, nedostačují prostory ambulance dětské psychiatrie nebo ambulance pro závislé. Budoucnost by měla pacientům přiblížit péči do jejich regionu, ve kterém jsou zvyklí a mají nějaké zázemí. V nové budově Psychiatrického

oddělení Nemocnice Tábor by mělo být čtyřicet lůžek, z toho pětadvacet v otevřeném režimu a zbytek v uzavřeném. Posílí se i činnost odborných ambulančních a vznikne denní stacionář,“ říká ředitel Nemocnice Tábor Ivo Houška.

Proces reformy psychiatrické péče v České republice je složitý, pomalý a došlo i k posunutí termínu výzvy k předkládání projektů – z května se posune na září tohoto roku. „Není to jednoduchou záležitostí. Je potřeba se dostat do jiného vnímání a chápání. Dalším aspektem je i personální obsazení budoucího oddělení,“ upozorňuje Houška.

Tábořská nemocnice má pro novou budovu psychiatrie připravený plán až do fáze prováděcího projektu včetně stavebního povolení. „Chceme postavit moderní futuristickou budovu, která bude zároveň vzhledná a k pacientům vřidná. Vše závisí na tom, jak se shodneme s ministerstvem, pojišťovnami a krajem na podmínkách pro psychiatrickou péči,“ zmiňuje ředitel a předseda představenstva.



Pracovat na Gynekologicko-porodnickém oddělení byl můj sen, říká Viktória Vanková

Tábořská nemocnice neustále zvyšuje komfort poskytovaných zdravotnických služeb svým pacientům a pacientkám. Zářným příkladem je Gynekologicko-porodnické oddělení, které je pro svou pověst v kraji vyhledávané. V uplynulém roce se zde narodilo 883 dětí. Chválí si ji ho i Viktória Vanková, která je v Táboře šťastná.

Pak se mi ale vyplnil sen a začala jsem na něm pracovat,“ říká.

Proč sen? Nadšená je především z příjemného prostředí pro maminky a moderního vybavení. „Poskytuje dostatečné soukromí a komfort pro rodičky s dětmi. Připadá mi to jako takový obývací pokoj než nemocnice. Máme zde s maminkami osobnější kontakt, můžeme se jim více věnovat. Rády si pochováme jejich miminka, komunikujeme s nimi a vzájemně se poznáváme,“ těší Vankovou.

Patříčně hrdá je nemocnice i na to, že smazala rozdíly mezi normálním a nadstandardním vybavením na pokojích. Na každém pokoji je toaleta, sprcha, lednička, televize, přebalovací pult pro miminka. Všechny pokoje tak mají své vlastní vybavení. Rodičky zde musí být vyložené spokojené. Za vše hovoří zkušenosti. Některé nastávající maminky totiž vyhledávají vyložené tuto porodnici, ačkoliv jsou z jiného kraje.



Viktória Vanková

Zmíněnou domáckost potvrzuje i osobitý přístup ke všem rodičkám. „Když má nastávající maminka svůj porodní plán, tak se ho snažíme alespoň z části respektovat. Samozřejmě, že je zdravý maminky a prosperita miminka vždycky na prvním místě. I před porodním plánem. Přáním rodiček se ale snažíme vyhovět. Vždycky je u příjmu prodiskutujeme, projdeme všechny body a podle toho se domlouváme, co lze zrealizovat,“ zmiňuje slovenská

doktorka. Na otázku, zda si za své tříleté působení na Gynekologicko-porodnickém oddělení Nemocnice Tábor vybavuje nějaký nezapomenutelný příběh, má hned jasno. „Každá rodička je něčím výjimečná. Nedá se úplně konkretizovat, jak to vždy zarezonuje. My zde máme maximálně do deseti porodů denně, někdy jsou dva tři, někdy ani jeden. Pro mě je však každý porod něčím krásným a specifickým,“ dodává Viktória Vanková.

Adéla Holubová: Baví mě neustále pátrat po dalších zlepšeních, která by pacientům pomohla

Adéla Holubová by mohla jít příkladem. Komukoliv. Je to mladá žena, která pro svou profesi vyložené žije. Usměvavou sestřičku naleznete v Ambulanci hojení ran Nemocnice Tábor. Ostatně tuto ambulanci pomáhala zakládat, ale o tom už v rozhovoru.



Adéla Holubová

Můžete představit Ambulanci hojení ran?

Poskytujeme služby pacientům, kteří mají – laicky řečeno – otevřené rány. Mluvíme například o bércových vředech, proleženinách či pacientech se syndromem diabetické nohy, kterých je stále více. Pomáháme ale i pacientům, kteří mají po operaci špatně hojící se jizvu a tak dále.

Co vás k vaší práci přivedlo? Proč zrovna hojení ran?

Když má nastávající maminka svůj porodní plán, tak se ho snažíme alespoň z části respektovat. Samozřejmě, že je zdravý maminky a prosperita miminka vždycky na prvním místě. I před porodním plánem. Přáním rodiček se ale snažíme vyhovět. Vždycky je u příjmu prodiskutujeme, projdeme všechny body a podle toho se domlouváme, co lze zrealizovat,“ zmiňuje slovenská doktorka.

Pamatujete si na vašeho prvního pacienta?

ta? Na první setkání s otevřenou ránou? Zvládla jste to?

Asi mám silný žaludek – neomdlévala jsem... Vím, že někteří kolegové to rádi nemají, říkají, že nás obdivují, ale já musím zdůraznit, že mě to skutečně baví. Zároveň mě baví neustále pátrat po dalších zlepšeních, která by pacientům pomohla. A když na něco přijdu a ono to funguje, je to samozřejmě úplně skvělé!

Takže nestojíte na místě? Snažíte se jít dál?

Nestojím. Na to nemám povahu. Chci, aby i naše ambulance byla progresivní. Nechci se spokojit s vědomostmi, které momentálně mám. Máme zhruba 250 pacientů a jejich počet neustále roste. Každý potřebuje něco jiného, díky čemuž se vyvíjím. Ale celkově... Pokud bych zůstala na tom, co umím teď, nechodila bych z práce s dobrým pocitem.

Jistě tedy máte plno plánů...

Přesně tak. Chtěla bych například rozšířit larvoterapii, která je velmi prospěšná, ale také finančně náročná. Je toho více.

Chceme pacientům skutečně pomáhat.

Jak funguje larvoterapie?

Larvoterapie se využívá v případech, kdy má člověk takzvanou nektrózu, tedy mrtvou kůži. Larvy dají do rány a ony požírají mrtvou tkáň. Zdravou tkáň nikdy nežerou. Po několika dnech larvy vypláchneme a máme krásnou čistou ránu. Larvoterapie je nejrychlejší a nejméně bolestivá metoda.

A vyvíjí se celkově oblast, ve které pracujete?

Pořád. A to mě na tom hrozně baví. Medicína se ale vyvíjí celkově. Vezměte si, jak na tom byla před 50 lety. Pokrok je neskutečný. Je to skvělé.

Svou práci evidentně žijete...

Ano. Mám svou práci zároveň jako koníček. To je prostě úžasná kombinace. Nejsem člověk, který tady zamkne a odejde s čistou hlavou. Sedím doma u televize a přemýšlím, co jsem neudělala, nebo lépe - co všechno bych chtěla udělat. (úsměv) Pacienti na mě mají telefonní číslo a ví, že mi mohou zavolat.

Stane se tedy, že se někdo ozve i v sobotu v deset večer. Jsem za to ale ráda, protože je evidentní, že v nás mají důvěru. A my je máme zároveň pod dozorem.

Každý zdravotník ale není jako vy... Někdo se může cítit vyhořelý.

Je velmi důležité si uvědomit, že zdravotnictví je o práci s lidmi, což je vůbec to nejtěžší. A v nejtěžší práci nejsnadněji vyhoříte. Setkala jsem se s takovými lékaři. Někteří si skutečně uvědomili, že balancují na hraně. V takovém případě pomůže například přechod do jiného oddělení. Každopádně se to stát může, jsme jenom lidé.

Co vás v práci nejvíce potěší a naopak rozesmutní?

Rozesmutní mě, když nám volá rodina, že náš pacient zemřel. Když poté přijdou a děkují nám za péči, pláče s nimi. Je mi to vždy líto. Máme tady celkově pacienty, kteří jsou nám skutečně vděční. A nebojí se to dát najevo. My si z nich bereme pozitivum, které následně rozdáváme dál. Doufám, že to takto bude i nadále.

Zdravě a chutně: Zázvorové kachní prso



Suroviny:

Kachní prsa bez kosti 4ks
 Sojová omáčka 0,03l
 Červené víno 0,03l
 Zázvor čerstvý 0,05kg
 Cuketa 0,1kg
 Mrkev 0,1kg
 Paprika barevná 0,1kg

a přelijeme připravenou marinádou tak, aby prsa byla potopená. Necháme v chladničce marinovat 24hodin.

Před začátkem vaření maso vyndáme z ledničky, aby dostalo pokojovou teplotu před tepelným zpracováním. Rozehřejeme grilovací pánev a prsa začneme opékat nejdříve na kůži a potom otočíme, pečeme cca 3 minuty z každé strany. Na olivovém oleji si orestujeme mrkev, cuketu a papriku nakrájenou na tenké proužky, ochutíme solí, pepřem a kousky čerstvého zázvoru.

Kachní prsa omyjeme, osušíme a nadržíme kůži. Sójovou omáčku svaříme s červeným vínem a strouhaným čerstvým zázvorem, opepříme čerstvým mletým pepřem a necháme vychladnout. Kachní prsa naskládáme do nádoby

Z marinády si připravíme omáčku tak, že po vyjmutí kachen z pánve přepečeme marinádu, než nám zhoustne. Před podáváním prsa nakrájíme na tenké plátky a podáváme na restované zelenině. Vhodná příloha je jasmínová rýže. Kachní prsa přelijeme omáčkou.

tajenka

POMŮCKY: ORR, RATA, TN	DOMÁCKY ERIKA	ÚPADEK VE VÝVOJI	NÁŠE BYVALÁ BANKA	ZNAČKA TELURU	SVAZKY ROŠTÍ	OPRAVA (ŘÍDČ.)	JIHOČESKÉ ZDRAVÍ	STRANA ÚČETNÍ KNIHY	INVESTIČNÍ FOND (ZKRATKA)	LETNÍ MĚSÍC	SLAVNÝ ČESKÝ ZPĚVÁK (RUDOLF)	ODRAZOVÉ SKLÍČKO	JIHOČESKÉ ZDRAVÍ	POHÁD- KOVÁ ZEMĚ	LÉČEBNÁ VÝŽIVA	BEZVÝ- CHODNÁ (SITUACE)	ZHOTOVIT KOPII	SLOVENSKÝ „POMOC“ (HOVOR.)
YDAVATEL							HUDEBNÍ TANEČNÍ STYL 70. LET						NECHUŤ EVROPAN					
JEŠTĚ JEDNOU (HOVOR.)							SEXUÁLNĚ POVZBUZU- JÍCÍ LÁTKY SELANKA											
SOVĚTSKÁ TAJNÁ POLICIE				MUŽSKÉ JMÉNO Z VÝŠE				POVEL VOZKY VELKÝ CHRT						RUS. UKAZ, ZÁJMENO TROUBEL (NÁREČ.)				
INICIÁLY EINSTEINA			PŘED- LŮŽKA POCHVÁLIT					PŘÁVA ODPORU ČESKÝ HOKEJISTA					OTISK CHODIDLA CUMLAT					
JIHOČESKÉ ZDRAVÍ	1. DÍL TAJENKY KOUŘIT KADIDLEM																	OTLOUCI
ŽVÁSTY (HOVOR.)					NÁPOR MPZ TUNISKA					POSTAVENÍ ZUBŮ MRAŽ. PO- CHOUTKA					NEMOCNÍČ. ODDĚLENÍ (SLANG.) ANATOL			
VĚZENÍ (ZASTAR.)						KORÁLOVÝ OSTROV HNĚDÝ PŠTROS					DOMÁCKY ADÉLA FÁZE MĚSICE						SIBIRSKÝ VELETOK BÝV. KAN. HOKEJISTA	
ZNAČKA JOGURTŮ							RÁJ ZASTARALÁ SPOJKA						SOUSTAVA LAN ZN. NANO- AMPÉRU					
DOMÁCKY IZÁK						ARGENTIN- SKÝ FOT- BALISTA (DIEGO)												ČESKÝ HOKEJISTA (MARTIN)
MATČINA SESTRA						VYČERPÁ- VAT												HMYZO- ŽRAVCI (KNIŽNĚ)

Adresa redakce: Jihočeské nemocnice, a.s., Boženy Němcové 585/54, 37001 České Budějovice, IČ: 26093804, DIČ: CZ26093804, MK ČR E 22465

Vydává: Jihočeské nemocnice, a.s., Boženy Němcové 585/54, 37001 České Budějovice, IČ: 26093804, DIČ: CZ26093804 | Inzerce: Vedoucí inzerce: Martina Mikešová, mikesova.martina@nemcb.cz | Redakce: Vedoucí vydání: Iva Nováková, novakova.iva@nemcb.cz | Redaktoři: Kolektiv redaktorů Jihočeských nemocnic | Fotografové: Kolektiv fotografů Jihočeských nemocnic | Grafika: Design: Ondřej Tichý | Sazba: Ondřej Tichý | Infografika: Ondřej Tichý | Tisk: INPRESS a.s., Tiskárna České Budějovice | Distribuce: Česká distribuční, a.s.