



NÁŠ AGEL

MAGAZÍN SKUPINY AGEL

ROČNÍK 17

ČÍSLO 1

ÚNOR 2023



Nemocnica Košice-Šaca opäť najlepšia na Slovensku

Zdravotnícke zariadenie po štvrtý raz zvíťazilo
v kategórii všeobecných nemocníc

STRANA 5

18

Únor ve znamení abstinence

Nejkratší měsíc v roce
je příležitostí nepít alkohol

32

Komárňanská nemocnica modernizovala

Nemocnica má nové pracovisko
magnetickej rezonancie

46

Rozhovor s Ondřejem Pavelcem

Legendární hokejový brankář má zlatou
a bronzovou medaili z mistrovství světa



2 000 Kč

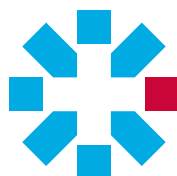
PŘIPOJTE SE DO

31. BŘEZNA

na zdravý životní styl



www.cpzp.cz
kód pojišťovny 205



**Česká průmyslová
zdravotní pojišťovna**



MUDr. Pavol Rusnák, MBA

Vážené kolegyne, vážení kolegovia,

myslím, že sa všetci zhodneme na tom, že za sebou máme ďalší náročný rok, a to nielen z pohľadu zdravotníctva. Avšak, i keď bol ťažký, s jeho koncom vnímam toto náročné obdobie pozitívne, pretože napriek všetkým skúškam, ktorým sme museli čeliť, sme v našej nemocnici do nového roka vstúpili s rovnakým tímom ľudí. To, že so mnou moji kolegovia lekári zostali napriek ťažkým časom, považujem za svoj osobný úspech aj výsledok kolektívneho úsilia vedenia nemocnice.

V uplynulom roku sa Nemocnica AGEL Košice-Šaca už po štvrtýkrát stala nemocnicou roka v kategórii všeobecných nemocníc. Som presvedčený, že za týmto výsledkom je vytrvalá a neoblomná práca celého kolektívu. Úspech veľkej inštitúcie závisí od každodenných drobných činností jednotlivcov, ich zodpovednosti a precíznosti, s ktorou k svojej práci pristupujú a že vo svojom úsilí nepolavujú ani v krízových situáciách. Pre úspech celku zohráva dôležitú úlohu každý, aj ten najmenší dielik skladačky, bez ktorého by nebolo možné čokoľvek vytvoriť. Moja obrovská vďaka a uznanie za to, že sme titul Nemocnica roka v kategórii všeobecných nemocníc obhájili už tretíkrát za sebou, preto patrí každému jednému lekárovi, sestre, sanitárovi, pomocnému personálu a rovnako tak všetkým nezdravotníckym zamestnancom, ktorí sa o tento veľký úspech spoločne pričínili.

Odhladiadnuc od získania ocenenia za svoj najväčší pracovný i osobný úspech pokladám to, že aj napriek vrcholovej manažérskej práci je moja profesia anesteziológa stále vyhľadávaná a ja som aj popri všetkých svojich povinnostiach naďalej v kontakte s pacientmi, ktorí potrebujú moju pomoc. Napriek všetkým nástrahám a náročným úlohám, ktoré uplynulý rok priniesol, som okrem špičkových kolegov po svojom boku mal aj nevyhnutné rodinné zázemie, za čo som veľmi vďačný.

Najväčším úskalím fungovania nášho zdravotníctva je nedostatok kvalifikovaného personálu. Určite mi dá každý za pravdu, že absolútnym deficitom je aktuálne povolanie a profesia sestry. Mojou osobnou snahou a želaním pre všetky zdravotnícke zariadenia na Slovensku preto je motivácia mladých ľudí k tomu, aby mali chuť a ochotu pridať sa do rodiny nás zdravotníkov, lebo jedinou a nespochybniteľnou istotou je to, že chorý človek potrebuje našu pomoc. S prvými krokmi v priestoroch nášho nového urgentného príjmu som si uvedomil, ako málo stačí zdravotníkovi, aby mal to, čo potrebuje na vykonávanie svojho každodenného poslania a zároveň, ako málo stačí, aby pacient, ktorý potrebuje našu pomoc ju mal kde nájsť.

Pevne verím, že rok 2023 bude iný ako tie posledné. Iný hlavne pre zdravotníkov, nad ktorých hlavami konečne začína vychádzať slnko. Pevne verím, že to slnko tak skoro nezapadne a že k tomu, aby svietilo, bude tiež smerovaná správna podpora z inštitúcií, ktoré k tomu potrebujeme.

MUDr. Pavol Rusnák, MBA
Generálny riaditeľ Nemocnice AGEL Košice-Šaca

Nemocnica AGEL Košice-Šaca štvrtýkrát získala titul Nemocnica roka

ŠTYRI ĎALŠIE NEMOCNICE SI VÝRAZNE POLEPŠILI. NEMOCNICA AGEL ZVOLEN JE SKOKANOM ROKA.



Anketa Inštitútu pre ekonomické a sociálne reformy (INEKO) priniesla pre nemocnice Skupiny AGEL na Slovensku obrovský úspech.

Nemocnica AGEL Košice-Šaca sa štvrtýkrát za sebou stala najlepšou nemocnicou roka v kategórii všeobecných nemocníc. Nemocnica AGEL Komárno skončila na skvelom piatom mieste a štyri ďalšie nemocnice – v Levoči, Zvolene, Leviciach a v Skalici sa v rebríčku výrazne posunuli vpred.

NEMOCNICA AGEL KOŠICE-ŠACA

Najväčšia nemocnica zdravotníckej siete AGEL sa opakovane umiestnila na prvom mieste v rebríčku nemocníc, ktoré boli zaradené do hodnotenia vybraných ukazovateľov kvality poskytovanej zdravotnej starostlivosti, operačných skúseností lekárov, náročnosti diagnóz, spokojnosti pacientov, hospodárenia a transparentnosti. Hodnotenie Nemocnica roka 2022 vychádzalo predovšetkým z dát rokov 2018 až 2021. „Zaujímavosťou je, že ani dva

„Som nesmierne hrdý na našich zamestnancov, ktorí sa aj v náročných časoch zastali svojho povolania a pre pacientov tu boli bez výhrad.“

ťažké roky pandémie nezhoršili v dotazníkoch poisťovní reportovanú spokojnosť pacientov. Ba práve naopak, spokojnosť pacientov kontinuálne rastie. Hospodárenie nemocníc sa medziročne zlepšilo. Jedným z vysvetlení môže byť tiež skutočnosť, že objem zdrojov nemocníc od zdravotných poisťovní rástol aj napriek v dôsledku koronavírusu zníženým počtom výkonnov, a teda aj nákladov na materiál, lieky, energie a pod. Nemocnica Skupiny AGEL v Košiciach-Šaci dominuje pri porovnaní

s ostatnými všeobecnými nemocnicami v ukazovateli operačných skúseností zdravotníckeho personálu a spokojnosti pacientov. Nadpriemerné úrovne dosahuje aj pri kvalite, náročnosti diagnóz a hospodárení,“ uviedol v stanovisku organizátor súťaže.

„To, že sa nám podarilo získať prvenstvo po štvrtýkrát, aj v roku 2022, je zásluhou všetkých. Som nesmierne hrdý na našich zamestnancov, ktorí sa aj v náročných časoch zastali svojho povolania a pre pacientov tu boli bez výhrad. A tí sa nám za to odvdali pozitívnu spätnú väzbou. Obrovské poďakovanie a moje osobné uznanie patrí každému jednému členovi tímu nemocnice, bez ohľadu na to, či ide o zdravotnícky alebo nezdravotnícky personál. Len vďaka jednotlivcom totiž môže fungovať celok. Ďakujem za ich snahu, pracovné nasadenie a ľudský prínos,“ vyjadril sa generálny riaditeľ Nemocnice AGEL Košice-Šaca MUDr. Pavol Rusnák, MBA.

♦ MARTINA PAVLIKOVÁ



Mgr. Miroslav Jaška, MPH

však nemocnica významne rastie v kvalite poskytovanej starostlivosti. „Nemocnica AGEL Komárno je v regióne jedným z najväčších zamestnávateľov, podarilo sa nám zvládnuť aj dva mimoriadne ťažké roky, bojujeme s nedostatkom personálu v celom segmente zdravotníctva. Pre nás je piate miesto obrovským ocenením, všetci, aj pacienti aj zamestnanci sa tešíme z nového urgentného príjmu, nových ambulancií, chemostacionáru a za pár týždňov a aj z úplne nového pracoviska magnetickej rezonancie. Najviac sa ale tešíme, že pacienti k nám chodia s dôverou zo širokého okolia a dokonca spoza hraníc“, neskrýval úprimnú radosť riaditeľ Nemocnice AGEL Komárno Miroslav Jaška po piatich rokoch svojho pôsobenia v nemocnici.

NEMOCNICA AGEL KOMÁRNO

Nemocnica AGEL Komárno v ankete INEKO o najlepšiu nemocnicu za rok 2022 v kategórii všeobecných nemocníc skončila na 5. mieste. Jej postup bol za posledné štyri roky vynikajúci. Zo 14. miesta v roku 2019 na 7. miesto za rok 2020 a za rok 2021 to

bol posun až na bronzovú priečku.

Piate miesto vedenie nemocnice hodnotí pozitívne, pretože počas posledných dvoch rokov sa v nemocnici významne investovalo, predovšetkým stavalo a rekonštruovalo, čo, samozrejme, prináša aj dočasný menší diskomfort pre pacienta. Celkovo



Ing. František Lešundák

NEMOCNICA AGEL LEVOČA

Levočská nemocnica podľa hodnotenia inštitútu INEKO postúpila v roku 2022 o dve priečky v porovnaní s predchádzajúcim ročníkom. Zo všetkých všeobecných nemocníc hodnotených v ankete Nemocnica roka 2022 sa umiestnila na 8. mieste, pričom ešte v roku 2019 bola nemocnica v hodnotení na 20. mieste. V priebehu náročného obdobia pre zdravotníctvo tak celkovo postúpila až o dvanásť priečok. „Nesmierna vďaka patrí najmä našim kolegom, ktorí odvádzajú nepretržitú a náročnú prácu. Nemocnica je organiz-



mus, v ktorom má každý článok dôležitú funkciu, bez ktorej by to nefungovalo. Ďakujem všetkým lekárom, sestram a ďalším zdravotníckym a nezdravotníckym pracovníkom za ich prácu, obetavosť a odhodlanie. Je to pre nás záväzok aj do

budúca, kedy sa budeme snažiť o ďalšie vylepšovanie poskytovania zdravotnej starostlivosti, ktorá bude viesť k spokojnosti našich pacientov,“ hovorí riaditeľ levočskej nemocnice Ing. František Lešundák.



FAKULTNÁ NEMOCNICA AGEL SKALICA

V roku 2021 19. miesto, vlani 13 pozícia. Taká je medziročná bilancia hodnotenia a postupu pre skalickú nemocnicu AGEL.

„Našou snahou je priniesť rozvojové projekty, vyjsť v ústrety tak pacientom z regiónu ako aj našim zamestnancom. Hodnotenie je veľkou motiváciou pre nás všetkých pokračovať v tejto neľahkej práci



Ing. Marián Juruš

ďalej,“ uviedol riaditeľ skalickej nemocnice Ing. Marián Juruš. Skalická nemocnica je najmladším členom „rodiny“ AGEL na Slovensku, a to len od roku 2020.



Ing. Ľudmila Veselá, MBA

NEMOCNICA AGEL ZVOLEN

Aj Nemocnica AGEL Zvolen výrazne postúpila v kvalite poskytovanej zdravotnej starostlivosti. Oproti vlaňajšku si výrazne polepšila a v kategórii všeobecné nemocnice sa dostala z 29. na 22. miesto.

Skokanom roka je aj v počte pripísaných bodov, ktorých je plus 4,4. Veľký rozvojový potenciál nemocnice, konkrétne kroky na zvýšenie kvality svojich služieb, ale aj obrovské investície tak stavebné, technologické a medicínske sa najviac podpísali pod veľmi dobré hodnotenie nemocnice. „Som veľmi rada, že naše rozvojové projekty, snaha vyjsť v ústrety tak pacientom z regiónu, ako aj zamestnancom sa pretavili do konkrétnej podoby. Výsledok je odrazom práce každého jedného zamestnanca, za čo im patrí obrovské poďakovanie. Rovnako vďačíme za to, kam sme sa posunuli, aj našim pacientom. Už dnes prebiehajú prípravné práce na ďalšiu rekonštrukciu, na vybudovanie nového moderného pôrodného traktu a plánujeme aj rozšírenie lôžok a operačných sál pre chirurgické odbory,“ uviedla riaditeľka Nemocnice AGEL Zvolen Ing. Ľudmila Veselá, MBA.



MUDr. Ján Belanský, MPH

NEMOCNICA AGEL LEVICE

Levická nemocnica bola v roku 2021 z celkového počtu 33 nemocníc hodnotená vo svojej kategórii na 25. priečke. V tomto roku sa posunula o 7 priečok a poskočila až na 18 mieste.

„Veľmi nás teší, že naša nemocnica v hodnotení postúpila na vyššiu priečku. K postupu určite prispela renovácia oddelení, ambulancií, otvorenie nových pracovísk, zlepšenie orientačnej grafiky, informovanosti pacientov a k zlepšeniu prispieva aj zvyšovanie odbornej erudície zdravotníckeho personálu. Dúfame, že tento pozitívny trend a zlepšovanie postavenia nemocnice v rebríčku INEKO si zachováme aj v budúcnosti,“ vyjadril sa riaditeľ Nemocnice AGEL Levice MUDr. Ján Belanský, MPH.





Od decembra je súčasťou „rodiny“ AGEL aj špecializované pracovisko AGEL Chronicare

AGEL rozšíril svoje portfólio v Bratislave o AGEL Chronicare

ZARIADENIE JE ZAMERANÉ NA DLHODOBÚ STAROSTLIVOSŤ CHRONICKY CHORÝCH PACIENTOV.

V decembri 2022 prevzala spoločnosť AGEL do vlastníctva zdravotnícke zariadenie Chronicare, ktoré je zamerané na dlhodobú ventilačnú a intenzívnu starostlivosť u chronicky chorých pacientov a zmenil sa na AGEL Chronicare. Novú akvizíciu získal AGEL od skupiny Grafobal Group. O podobné zariadenia je na Slovensku enormný dopyt, keďže vzhľadom na pokrok medicíny je stále viac pacientov, ktorých sa podarilo zachrániť, a ktorí v minulosti v podobných situáciách nemali šancu na prežitie.

AGEL Chronicare sídli v priestoroch Ružinovskej polikliniky v Bratislave a disponuje 21 špičkovými lôžkami, ktoré sú vybavené pľúcny ventilátormi od spoločnosti Chirana a poskytujú kontinuálny monitoring vitálnych funkcií, pulznú oxymetriu, kapnometriu, EKG, monitoringu ventilačných parametrov a flexibilnej

bronchoskop. K dispozícii je aj prenosné RTG pre diagnostiku pacienta na lôžku. O hospitalizovaných pacientov sa stará 25-členný, vysoko profesionálny a empatický zdravotnícky personál.

„Popri vysoko profesionálnej zdravotnej starostlivosti je na poprednom mieste dôstojnosť pacientov.“

„Keďže ide o pacientov v kritickom stave s rôznym stupňom poruchy vedomia, alebo o pacientov pri plnom vedomí, ktorí sú doživotne odkázaní na umelú pľúcnu ventiláciu, je pracovisko prispôbené ich špecifickým potrebám. Okrem komplexnej

liečebnej starostlivosti je tu aj fyzioterapia, nutričná terapia, ergoterapia a celý rad nadväzujúcich terapií so zameraním na dosiahnutie samoobslužnosti pacienta a jeho prípadného návratu do života v súlade s princípmi bazálnej stimulácie,“ hovorí MUDr. Jakub Rybár, riaditeľ bratislavskej AGEL Clinic.

Popri vysoko profesionálnej zdravotnej starostlivosti je na poprednom mieste dôstojnosť pacientov. Sú hospitalizovaní v siedmich jednolôžkových a siedmich dvojľôžkových izbách. K základným hodnotám pracoviska patrí vysoko ľudský prístup a integrácia rodiny do starostlivosti o pacientky a pacientov. V prípade záujmu sú návštevy zaškolené do princípu bazálnej stimulácie, aby trpezlivosťou a citlivou komunikáciou prispievali k správnej stimulácii nervového systému svojich blízkych. ♣ TATIANA KUBÍŠOVÁ

Skupina AGEL má nově svou farmaceutickou společnost AGmed

ODBORNÍCI Z REPHARMU VYBUDOVALI NOVOU SPOLEČNOST OD PÍKY ZA JEDINÝ ROK.

Blížší informace nejen o tom, jak náročné bylo novou společnost vybudovat, jsme zjišťovali u Ing. Kateřiny Řehulkové, členky představenstva společnosti Repharm a jednatelky společnosti AGmed.

Paní inženýrko, z názvu společnosti nelze vyčíst, čím se společnost zabývá. Můžete nám přiblížit zaměření společnosti AGmed?

Skupina AGEL v posledním období na trhu výrazně expanduje a stala se jedničkou – největším soukromým poskytovatelem zdravotní péče v Čechách a na Slovensku. A ruku v ruce s tímto trendem vznikla i společnost AGmed – s cílem být silní a být hrdí. Na začátku tedy trochu bláznivý nápad založit v rámci Skupiny AGEL vlastní farmaceutickou společnost s produkty pod vlastní značkou. Nápad, který ale získal podporu vedení a v průběhu roku se stal skutečností.

Můžete okolnosti vzniku ještě blíže rozvést?

Společnost Repharm jako provozovatel Lékáren AGEL a dodavatel léčiv do zdravotnických zařízení Skupiny AGEL prošla v roce 2021 kompletní změnou vedení. Do čela vedení společnosti byla povolána MUDr. Jana Žingorová, která působila v různých společnostech skupiny již několik let a tu já považuji za otce, respektive za matku myšlenky o léčivech vlastní značky. Společně pak s Ing. Jiřím Gelnarem, místopředsedou představenstva, jsme se všichni pustili do nelehkého úkolu.

Záměr byl jasný – využít sílu Skupiny AGEL a budovat značku. Začali jsme oprav-



Ing. Kateřina Řehulková

du od píky. Jen výběr názvu společnosti a jejího loga byl neuvěřitelně náročný proces, provedly se mraky právních rešerší, vyhodnotilo množství firemních log i názvů. V průběhu se již formovalo vybrané portfolio léčivých přípravků, probíhala jednání s celosvětovými výrobci léčiv, revidovaly smlouvy a připravovalo zahájení registračních procesů v rámci Státního ústavu pro kontrolu léčiv v ČR (SÚKL) a Štátného ústavu pre kontrolu liečiv v SK (ŠÚKL). Umíte si představit, jakou hrdost jsme pocítovali, když nám dorazilo potvrzení Evropské agentury pro léčivé přípravky (EMA), že jsme byli zařazení do jejich evidence...? Následovaly procesy technologického zabezpečení související například s FMD – protipadělkovou směrnici a mnoho dalších složitých operací. A pak jsme konečně jednoho dne,

se zatajeným dechem, sledovali použití léčiva v NAŠÍ první krabičce u NAŠEHO prvního pacienta. Celý proces byl opravdový teambuilding a neopakovatelný zážitek.

Tady ale naše cesta teprve začíná a bude dlouhá, složitá a rozhodně nebude bez rizika.

Jaká jsou rizika pro začínající farmaceutickou společnost?

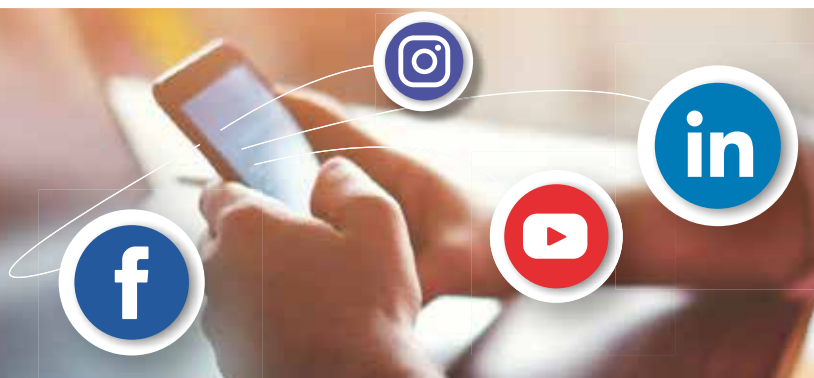
Jednoznačně konkurenční prostředí. Tady ale AGmed čerpá ze spotřebitelské síly uvnitř Skupiny AGEL. Při vzájemné spolupráci lékařů i lékárníků není potřeba stavět početné týmy reprezentantů v terénu, jak je běžné u farmaceutických firem. Ovšem při snaze proniknout na externí trhy, tedy mimo Skupinu AGEL, se bez takového týmu neobejdeme. Dále jsou to legislativní zásahy, které ani AGmed, ani AGEL neovlivní. V neposlední řadě pak tržní chování samotných výrobců účinných látek i hotových přípravků.

Jaké tedy už má AGmed produkty?

V tuto chvíli je již v distribuci injekční roztok, který se využívá při hemodialýze. Probíhá souběžně několik registračních procesů dalších léčivých přípravků na SÚKL a ŠÚKL na přípravky, které budou postupně uváděny na trh v České i Slovenské republice. Pokračuje také proces selekce vybraných molekul a zajišťování výroby po celém světě. Musím ale podotknout, že s obrovskými nároky na kvalitu. I to je důvodem vyhledávání těchto příležitostí hlavně v rámci Evropy. AGEL poskytuje velmi kvalitní zdravotní péči a pro nás to znamená závazek v podobě podpory skupiny kvalitními léčivy. ♦ IVA SOKOLOVSKÁ

**ŽÁDNÁ
Z NAŠICH NOVINEK
VÁM NEUNIKNE**

@spolecnostAGEL
@AGELSK.sk



V porodnicích AGELu se v loňském roce narodilo téměř 13 tisíc miminek

PRVNÍ AGELOVSKÉ MIMINKO ROKU 2023, KTERÉ JE TAKÉ PRVNÍM ČESKÝM MIMINKEM, SE NARODILO 1. LEDNA OSM MINUT PO PŮLNOCI V NEMOCNICI AGEL ŠTERNBERK.



ANIČKA

Rodičům prvního miminka roku 2023 v České republice gratuluje hejtman Olomouckého kraje Ing. Josef Suchánek



SOŇA

První slovenské AGELOVSKÉ dítě roku 2023 holčička Soňa

Celkem 12 664 miminkům pomohli v roce 2022 na svět zdravotníci ve Skupině AGEL. Mezi novorozenci ve čtrnácti česko-slovenských porodnicích naší skupiny bylo loni 6 167 děvčat a 6 947 chlapců. V sedmi českých porodnicích se narodilo celkem 5 370 miminek, v sedmi slovenských porodnicích pak 7 294 miminek. Úplně nejvíce dětí z našich porodnic přišlo na svět v Nemocnici AGEL Košice-Šaca, a to 1 819. Z českých AGELOVSKÝCH porodnic pak vévodí Nemocnice AGEL Ostrava-Vítkovice s 1 350 narozenými miminky.

Rodiče volí pro své ratolesti nejčastěji z tradičních jmen. Nejoblíbenějšími jmény pro čerstvě narozená miminka byla v Česku u dívek zejména Eliška, Viktorie, Natálie, Sofie, u chlapců Dominik, Jakub, Tobáš, Matyáš. Na Slovensku u holčiček

Hana, Nina, Mia, Ema a u chlapců Samuel, Adam, Ján, Matyáš. Mnohdy ale v našich porodnicích dávali rodiče svým dětem i netradiční jména jako například v Česku Freya, Lota, Aurora, Rayan, Narottam, Saloua nebo Sisi. Na Slovensku například Veles, Izmael, Eysan, Eliot, Shanaia či Marybela.

První AGELOVSKÉ miminko roku 2023 je Anička, která se narodila první lednový den osm minut po půlnoci v Nemocnici AGEL Šternberk. Anička je také 1. miminkem roku 2023 v České republice. Po narození holčička vážila 2 700 gramů a měřila 45 centimetrů. „Kdyby měly takový porod všechny ženy, tak by chtěly rodit pořád. Šlo to jako po másle. Hlavně, že jsme obě zdravé a v pořádku,“ prozradila maminka Jana Šlísková. Doma v Jívové na Olomoucku na Aničku čekal dvouletý bráška.

Podle primáře gynekologicko-porodnického oddělení nemocnice MUDr. Tomáše Látníka proběhl porod bez komplikací a zcela přirozeným způsobem. Následující den přišli mamince pogratulovat představitelé nemocnice, NADACE AGEL, Olomouckého kraje a města Šternberk. „Moc rád jsem pogratuloval rodičům Aničky a předal jim dárečky. Doufám, že se děvčátko stane spokojenou obyvatelekou Olomouckého kraje. Do života přeji jí i celé její rodině především zdraví,“ řekl hejtman Ing. Josef Suchánek.

První slovenské AGELOVSKÉ dítě roku 2023 je holčička Soňa, která se narodila 1. ledna v 00:15 v Nemocnici AGEL Zvolen s mírami 2 960 gramů a 51 centimetrů.

👉 TOMÁŠ ŽELAZKO 📺 MARKETINGOVÍ PRACOVNÍCI NEMOCNIC

POČET NAROZENÝCH MIMINEK V ROCE 2022

Česko	Počet miminek	Děvčata	Chlapci	Slovensko	Počet miminek	Děvčata	Chlapci
Nemocnice AGEL Jeseník	239	121	118	Fakultná nemocnica AGEL Skalica	716	342	374
Nemocnice AGEL Nový Jičín	608	311	297	Nemocnica AGEL Komárno	816	380	436
Nemocnice AGEL Ostrava-Vítkovice	1350	656	694	Nemocnica AGEL Košice-Šaca	1819	886	933
Nemocnice AGEL Prostějov	697	339	358	Nemocnica AGEL Krompachy	827	410	417
Nemocnice AGEL Přerov	718	342	376	Nemocnica AGEL Levice	1100	547	553
Nemocnice AGEL Šternberk	1118	532	586	Nemocnice AGEL Zvolen	1126	575	551
Nemocnice AGEL Valašské Meziříčí	640	317	323	Nemocnica Dr. Vojtecha Alexandra v Kežmarku	890	409	481
Celkem	5370	2618	2752	Celkem	7294	3549	3745

PRVNÍ MIMINKA ROKU 2023 V NAŠICH NEMOCNICÍCH

NEMOCNICE AGEL
NOVÝ JIČÍN

MÁRIE-ELENA



STELA

NEMOCNICE AGEL
OSTRAVA-VÍTKOVICENEMOCNICE AGEL
PROSTĚJOV

VIKTORIE

NEMOCNICE AGEL
PŘEROV

MELANIE

NEMOCNICE
AGEL JESENÍK

ELIÁŠ

FAKULTNÁ NEMOCNICA
AGEL SKALICA

MIŠKO

NEMOCNICE AGEL
VALAŠSKÉ MEZIRŘÍČÍ

MATYLDÁ

NEMOCNICA
AGEL KOMÁRNO

LUCIA

NEMOCNICA AGEL
KROPACHY

MELISSA

NEMOCNICA
AGEL LEVICE

PAVOL

NEMOCNICA AGEL
KOŠICE-ŠACA

ELIŠKA

NEMOCNICA DR. VOJTECHA
ALEXANDRA KEŽMAROK

KVETKA



NADACE AGEL vdechla život doktorce AGI

SAMOTNÁ VÝROBA OBOU MASKOTŮ TRVALA PŘES 130 HODIN. NA PROJEKTU SPOLUPRACOVALA KREJČOVSKÁ A MODISTICKÁ DÍLNA A CELKOVĚ PĚT ZAMĚŠTNANCŮ.



Kostýmní servis Fundusu společnosti Barrandov Studio Ráchel Fojtů. Poté přišel na řadu výběr vhodného materiálu, tvorba střihu, zpracování modelu hlavy, zkušební tvarování detailů obličeje a tlapek.

„Materiály jsme pečlivě vybírali tak, aby co nejlépe odpovídaly grafickému zadání NADACE AGEL a zároveň byly lehké, nositelné, dobře prátelné a vhodné do interiéru i exteriéru. Protože je maskot určen dětem, velkou roli hrálo také to, aby byl příjemný a měkký na dotek,“ poodhalila další detaily Ráchel Fojtů s tím, že nejdéle tým sháněl látku určenou pro tělo doktorky AGI. Vybrán byl bílý plyš, který nejvíce evokoval medvědí srst a zároveň dodal potřebný objem. Šaty jsou vyrobené z bavlny, která připomíná lékařský plášť. Obličej bylo potřeba dodat plasticitu, aby nepůsobil ploše. „Proto, je zde použito více různých materiálů. Čumáček je vycpaný vatelínem, pusa je tvořena tylovou sítkou, aby bylo možné skrz průzor dobře vidět,“ uvedla Fojtů. Samotná výroba obou maskotů trvala přes 130 hodin. Na projektu spolupracovala krejčovská a modistická dílna a celkově pět zaměstnanců.

„Vyrábíme také zakázkové oděvy a klobouky, dokonce také vlásenky, které jsou nedílnou součástí všech filmů. Nejčastěji se na nás obrací zákazníci kvůli historickým kostýmům, které jsou na výrobu náročné a my zde máme dlouholeté zkušenosti s jejich výrobou,“ uzavřela Ráchel Fojtů. ➡ RADKA MILOŠEVSKÁ 📷 ARCHIV NADACE

Pohladí i pobaví. Řeč je o medvědí lékařce AGI, která je oficiální maskotem NADACE AGEL. Díky společnosti Barrandov Studio, která pro nadaci bezplatně vyrobila dva kostýmy maskota, se bude oblíbená medvědice moci účastnit nadačních akcí také osobně, a to jak v Česku, tak na Slovensku.

„Společnosti Barrandov Studio patří náš velký dík a zároveň také obdiv za to, jak kvalitně a do jakých detailů dokázaly jejich dílny kostýmy zpracovat,“ řekla členka správní rady NADACE AGEL Bc. Veronika Dostálová a doplnila: „Naše zadání znělo, že se mají kostýmy co nejvíce podobat předloze, a to se povedlo na výbornou. Byla

jsem však velmi překvapená, jak je celý proces výroby náročný.“

Samotná příprava na tvorbu kostýmu se skládala z mnoha dílčích činností. „Vždy je potřeba se držet požadavků zadavatele a zároveň provést potřebné úpravy. Musíme myslet na to, aby byl kostým co nejvíce pohodlný, umožňoval dostatečný pohyb a nebyl příliš těžký. Zároveň je potřeba vzhled maskota proporčně upravit na lidské tělo. U lékařky AGI to obnášelo zmenšení hlavy oproti grafickému návrhu, kde hlava a tělo jsou v poměru 1:1 a ve velikosti kostýmu by nebylo možné projít dveřmi a orientovat se v prostoru,“ prozradila detaily z příprav vedoucí oddělení



BARRANDOV STUDIO

V dílnách společnosti Barrandov Studio vyrobí ročně až 300 kostýmů. Kostýmy a rekvizity si zde půjčují filmové produkce ale i soukromí zákazníci, například na večírek, focení či ples. Bližší informace najdou zájemci na webových stránkách www.fundus.barrandov.cz.

Malému bojovníkovi pomôžu cvičenia v špeciálnom obleku

SVALOVÝ TONUS, TEDA SVALOVÉ NAPÄTIE, JE DÔLEŽITÉ PRE POHYB DETÍ AJ DOSPELÝCH. PRI ZNÍŽENOM SVALOVOM NAPÄTÍ, ZNÁMOM TIEŽ POD POJMOM HYPOTÓNIA, DIEŤA ZAOSTÁVA VO VÝVOJI A KĹÚČOVÉ JE VČASNÉ ZAHÁJENIE ADEKVÁTNEJ TERAPIE.



NADÁCIA AGEL pomohla s financovaním takejto terapie sumou 1000 Eur takmer dvojročnému Adamkovi z Bánoviec nad Bebravou, ktorého štart do života nebol celkom ideálny.

Problémy sa začali už v tehotenstve, keďže som epileptička a trpela som tehotenskou cukrovkou. Synček mal po narodení zlý krvný obraz a veľmi hustú krv,“ začína svoje rozprávanie Lucia Janíková z Bánoviec nad Bebravou, mamička takmer dvojročného Adamka. Prvé mesiace po jeho narodení sa zdalo, že je všetko v najlepšom poriadku. Neskôr si však Lucia všimla, že chlapec vo vývoji zaostáva.

„Už v ôsmich mesiacoch sa mi zdalo, že sa málo pohybuje. Nepretáčal sa, nesadal si, slabo zdvíhal hlavičku. Ani v roku sa neplazil, neštvornožkoval, nestaval sa na nožičky, dokonca nevedel žuť a prehĺtať kúsky jedla. Pediatrička nás v 15. mesiacoch odoslala na detskú neurológiu do Trenčína, kde Adamkovi zistili hypotonický syndróm,“ spomína na začiatky náročnej cesty za synčekom zdravím.

Hoci Adamko dvakrát týždenne cvičí Vojtovu metódu v rámci oddelenia fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie

v Nemocnici AGEL Bánovce, jeho stav vyžaduje aj terapie nad rámec zdravotného poistenia. „V Trenčíne som našla rehabilitačné centrum, kde sa venujú práve deťom s takýmito postihnutiami. Keďže jeho hypotónia je dosť ťažká, okrem klasickej liečby potrebuje aj cvičenia v špeciálnom obleku, ktorý mu spevňuje svalstvo, dostáva kyslíkovú terapiu, masáže, nosí ortopedické topánky. Dá sa mu napredovať, dokonca sa už sám posadí, problém však je, že si túto terapiu musím v plnej výške hradiť sama,“ vysvetľuje s tým, že cena jedného cvičenia je 35 eur, orofácia hrdla stojí 25 eur.

Príbeh malého bojovníka nenechal ľahostajnou ani predsedníčku správnej rady nadácie Mgr. Ivetu Chrenekovú. „Do NADÁCIE AGEL dostávame množstvo žiadostí o pomoc, niektoré v nás zostávajú na dlhú dobu a niekedy navždy. To bol aj príbeh od mamičky malého Adamka, zaostávanie vo vývoji, ťažkosti s prijímaním potravy, hľadanie vhodnej pomoci v rámci diagnózy a lekárov, to všetko môže veľmi negatívne ovplyvňovať celú rodinu. Je tu ale nádej na zlepšenie zdravotného stavu, a preto sme sa rozhodli pomôcť. Verím,

že cvičenia sú cestou k zlepšeniu zdravotného stavu a Adamkovi zo srdca prajeme úspešnú cestu za zdravím,“ uzatvorila Mgr. Chreneková.

✎ VERONIKA SOBOLEČIKOVÁ 📷 LUCIA JANÍKOVÁ



PLESOVÍ HOSTÉ TANČILI I POMÁHALI

Plesová show pro zaměstnance skupiny Moravia Steel – Třinecké železárny letos získala charitativní rozměr. Díky plesovým hostům, kteří neváhali podpořit dobročinné projekty v regionu, se podařilo rozdělit 393 500 korun. Jedním ze tří obdarovaných byla NADACE AGEL, které hosté darovali 250 500 korun. Šek v této hodnotě převzala předsedkyně správní rady Ing. Iveta Ostrusková, MBA.

Peníze půjdou na rehabilitační léčbu Nikol Stebelové z Třince, které se v říjnu 2021 během okamžiku doslova obrátil svět naruby, když se vracela z akce s kamarády v autě a na železničním přejezdu došlo k tragickému střetu auta s vlakem. Nikol byla tři týdny v bezvědomí, nicméně i přes prvotní nepříznivou prognózu se zdravotnickému personálu povedlo probrat ji zpátky k životu. Různá cvičení a rehabilitace přinesly své ovoce – Nikol již není odkázaná pouze na invalidní vozík, dokáže se už postavit a opatrně chodit. Intervaly chůze se daří prodlužovat. Nikol ale potřebuje další finanční náklady na rehabilitaci a léčbu v Lázních Klimkovice, aby se invalidního vozíku dokázala zbavit nadobro.

ČAROVNÉ VIANOCE NADÁCIE AGEL • ČAROVNÉ VIANOCE NADÁCIE AGEL



Vďaka projektu Čarovné Vianoce s NADÁCIU AGEL mali už po štvrtýkrát skutočne čarovné vianoce tí, ktorí to síce nečakali, ale o to viac si nezištnú pomoc vážia. Tentokrát si krásne zabalené darčeky pre deti a mamičky od zamestnancov AGELu našlo pod vianočným stromčekom 44 obyvateľov Azylového domu Emauz v Holíči a takmer 70 prekvapení smerovalo do Centra pre deti a rodiny v Skalici. „Úprimne by som chcela poďakovať každému jednému zamestnancovi AGEL za prejavenu empatiu a solidaritu k tým najzraniteľnejším, deťom a matkám v núdzi. Tieto darčeky pomáhajú plniť sny a ani jedno želanie nezostalo nesplnené,“ uviedla Mgr. Iveta Chreneková, predsedníčka správnej rady NADÁCIE AGEL.



KOUZELNÉ VÁNOCE NADACE AGEL • KOUZELNÉ VÁNOCE NADACE AGEL



„Jméнем dozorčí a správní rady NADACE AGEL ze srdce děkují všem kolegům, kteří se nákupem dárku nebo finanční darem zapojili do projektu KOUZELNÉ VÁNOCE. Díky Vaší solidaritě a otevřeným srdcím jsme dokázali potěšit děti z dětských domovů a azylových domů. Pro mnohé děti to byl jediný dárek, který od Ježíška dostaly. Věřte, že radost dětí z dárků a vděčnost maminek byla obrovská,“ sdělila členka správní rady Bc. Veronika Dostálová a doplnila, že zaměstnanci Skupiny AGEL společně s nadací obdarovali děti z Dětského domova ve Vrbně pod Pradědem, Dětského domova Černá Voda a Dětského domova v Novém Jičíně. Dárčky putovaly také do Azylového domu Gloria v Praze a Azylového domu Kojetín. „Celkem jsme nadělili 145 dárků dětem a věnovali 21 poukázek maminkám. Finanční dary v celkové výši 38 800 korun získané v rámci tohoto projektu budou použity na nákup dárků pro děti do dětských domovů a azylových domů v průběhu roku 2023,“ doplnila Bc. Dostálová.



BALÍČKY POHODY NADACE AGEL • BALÍČKY POHODY NADACE AGEL



Pacientům hospitalizovaným na odděleních následné péče, LDN či sociálních lůžkách ve zdravotnických zařízeních naší skupiny rozdala NADACE AGEL v období vánočních svátků více než 500 balíčků pohody. Balíčky, každý v hodnotě 670 korun, obsahovaly drobnosti k potěšení, ale i praktické věci, například krabičku na léky, ručník, tašku či diabetické ponožky se zdravotním lemem. V balíčku nechyběly ani vitamíny pro podporu imunity.

BALÍČKY POHODY NADÁCIE AGEL • BALÍČKY POHODY NADÁCIE AGEL



Prekvapenie, dojatie, radosť a obrovskú vďačnosť bolo cítiť na tvárach 725 seniorov, ktorým NADÁCIA AGEL aj na sklonku vlaňajška pripravila Balíčky pohody. Hoci boli plné užitočných drobností a vitamínov, najpodstatnejšie bolo láskavé slovo a pohladenie. Balíčky pohody putovali seniorom v Senior centre sv. Kataríny Handlová, na všetky oddelenia dlhodobo chorých v zdravotníckych zariadeniach Skupiny AGEL na Slovensku a do dvoch seniorských centier v Komárne a v Leviciach.

Profesor Češka: Pokud budeme na své srdce včas a více myslet, můžeme předejít vážným onemocněním

PŘEDSTAVUJEME ČLENY VĚDECKÉ RADY AGELU: PROF. MUDR. RICHARD ČEŠKA, CSC., FACP, FEFIM.

Prof. MUDr. Richard Češka, CSC., FACP, FEFIM vystudoval Fakultu všeobecného lékařství Univerzity Karlovy, v roce 1985 získal atestaci I. stupně, o čtyři roky později atestaci II. stupně, obojí z vnitřního lékařství. V roce 1992 obhájil kandidátskou práci na téma Farmakoterapie hyperlipoproteinémií, v roce 2001 habilitoval v oboru vnitřní lékařství, o pět let později byl jmenován profesorem vnitřního lékařství. Od roku 1982 působí na III. interní klinice, zabývá se vnitřním lékařstvím, hyperlipoproteinémií a preventivní kardiologií. Je autorem a spoluautorem řady monografií a více než stovky vědeckých publikací.

Od roku 1997 je vedoucím Centra preventivní kardiologie, od roku 2006 předsedou České internistické společnosti České lékařské společnosti J. E. Purkyně a je čestným členem České společnosti pro aterosklerózu, jejímž předsedou byl v letech 2006 až 2012. Je rovněž členem řady mezinárodních společností, například International Atherosclerosis Society, Administrative Council EFIM ad. Od roku 2010 je předsedou přípravného výboru a zvolený prezident Evropského kongresu interní medicíny (v roce 2013 v Praze).

Profesor Richard Češka je ženatý, má dceru Zuzanu.

Pane profesore, jak jste se dostal k medicíně?

Pocházím z právnické rodiny, a maminka mi v podstatě zakázala jít studovat práva. Když je někdo jako já netechnického a nematematického zaměření, což bych asi neměl říkat, koneckonců za matematiku dnes dostávají i naši studenti nějaké plusové body, nemá moc na výběr. Medicína mě oslovila hlavně kvůli psychiatrii. A i když jsem se nakonec dostal k interně a preventivní kardiologii, stále si myslím, že naše duše, a to platí nejen u onemocnění, ale například i ve sportu, hraje obrovskou roli.

Jste evropsky uznávaným odborníkem na preventivní kardiologii. Můžete laikům vysvětlit, o čem přesně jde?

Preventivní kardiologie je ve stínu



„Musím podotknout, že infarkty léčíme nejlépe na světě.“

intervenční kardiologie, která se zabývá velkými výkony jako katetrizací srdce, zaváděním stentů či transplantací srdce. O preventivní kardiologii tudíž nevíme, jak je úspěšná. Od roku 1985 máme trvale pozitivní čísla z hlediska poklesu kardiovaskulárních onemocnění, přestože kardiovaskulární onemocnění zůstávají na prvním místě z hlediska úmrtnosti ve statistikách. Za více než polovinou případů poklesu stojí právě úspěšná preventivní opatření, jakými jsou léčba cholesterolu, hypertenze, opatření proti kouření a částečně i změna životního stylu. Vynikající intervenční kardiologie na světové úrovni potom stojí za tou menší částí poklesu, byť možná je mediálně vděčnější. Na druhou stranu musím podotknout, že infarkty léčíme nejlépe na světě. Systém koronárních jednotek a kardiovaskulárních center zajišťuje naprosto ojedinělou dostupnost péče.

Preventivní kardiologie se dále dělí na dvě skupiny. Hovoříme o primární prevenci u nemocných, kteří mají nějaké riziko kardiovaskulárního onemocnění v důsledku nějakých faktorů, ale nemají

ještě rozvinuté onemocnění srdce a cév. Stejně tak je důležitá sekundární prevence, tzn. prevence další příhody poté, co jedna již proběhla. Člověk, který prodělal infarkt myokardu, už by neměl dostat další, protože ten by mohl být osudný. Tato prevence je někdy komplikovanější z pohledu léčby, protože se vlastně kombinuje léčba po infarktu s léčbou preventivní.

Co má člověk dělat, aby se nestal vaším pacientem?

Člověk pro své zdraví může udělat několik věcí. V prvé řadě se narodit v „dobré rodině“, tedy genetická výbava, se kterou přicházíme na svět, hraje opravdu významnou roli. Winston Churchill nesnášel jakoukoliv pohybovou aktivitu, kouřil, pil, byl monstrózně obézní a dožil se 90 let. On byl ovšem výjimkou. Takže zpět do reality. Jde o to, být rozumný. Vliv dnes oblíbené Středozezemní diety nepřeceňuji, ale ani nepodceňuji, neboť všichni asi tušíme, že omega mastné kyseliny jsou důležité. Bylo by iluzí si namalovat, že řada pacientů bez příslušného vzdělání s určitými životními zvyklostmi bude následovat právě doporučení týkající se této diety. Stručně řečeno všechno tučné, především živočišné tuky, škodí. Uzeniny ve velkém množství rovněž. I vejce by se měla konzumovat s rozumem. Naše doporučení zní dva žloutky týdně. Rád uvádím zdravý příklad pro českého člověka: vepřo-knedlo-zelo, pokud je maso libové, neprorostlé, dva až tři knedlíky a hora nezahuštěného zelí. Tomuto pacient porozumí lépe, než doporučením jíst mořské plody či ryby s cizokrajnými názvy. Za mne tedy je důležité jíst všechno s rozumem.

Co je dle vás důležitější – výživa, nebo pohyb?

Přimlouvám se za maximum možného a kombinaci obojího, ale pokud bych si měl vybrat, tak se přimlouvám za pohyb. Ukazuje se, že jedinci, kteří mají nadváhu, nebo jsou lehce obézní, mají z hlediska srdečních onemocnění lepší prognózu než ti, kteří jsou štíhlí, asteničtí lidé, kteří se sportu vyhýbají. Ve středním a mladším vyšším věku nejlepší prognózu dlouho-

věkého života mají ti, co mají mírnou nadváhu. Z hlediska kardiovaskulární prevence pro sebe můžeme zejména pohybem a vhodným složením stravy udělat hodně a není potřeba se snažit být jako Twiggy.

Tvrdí se, že zabijákem dnešní doby je stres.

Stres je dvojí. Pozitivní stres, kdy máme hodně práce, nevíme, kde nám hlava stojí, ale pořád nám stres pomáhá, protože nás jednotlivé činnosti baví a dávají nám smysl. Negativní stres, méně viditelný, ale více škodlivý, pramení z pocitu obav, že nám život nepřináší nic nového, často se skloňuje společně se syndromem vyhoření. Víte, že top manažeři trpí kardiovaskulárními onemocněními méně, než lidé se základním vzděláním? Proto bych ani stres jako takový nedémonizoval. Pojďme se spíše podívat na běžné kompenzace stresu, které již rizikové jsou. Většinou na stres reagujeme zvýšenou spotřebou alkoholu, cigaret nebo zajídáním sladkostmi. Řada lidí ve stresu přibývá na váze.

Vy jste garantem projektu „Srdce v hlavě“, ve kterém společně s kolegy radíte, aby lidé na své srdce nezapomínali, věnovali pozornost prevenci rizikových faktorů a dodržovali správnou léčbu. Můžete projekt blíže přiblížit?

Preventivní kardiologie žije tak trochu ve stínu „velké“ kardiologie, zejména té intervenční a akutní. Většina z nás si při slově kardiologie představí hlavně to, jak rychle jede houkající sanitka a v ní záchranáři resuscitují pacienta, kterého potom zachraňují lékaři na sále. Preventivní kardiologie tak dramatická není, je ale stejně důležitá.

Preventivní kardiolog se vlastně stará o to, aby ti praví kardiologové a kardiochirurgové neměli práci. Prevence kardiovaskulárních nebo srdečně cévních onemocnění představuje soubor opatření, kdy se snažíme bojovat proti celé řadě rizikových faktorů, které nás mohou dovést k infarktu, cévní mozkové příhodě nebo ucpávání tepen dolních končetin. Staráme se například o hladinu cholesterolu v krvi nebo zvýšený krevní tlak. Snažíme se tedy onemocnění diagnostikovat dříve, než se rozvine v plné podobě.

Jsem přesvědčený, že pokud budeme na své srdce včas a více myslet, můžeme předjet vážným onemocněním. Projekt tak odkrývá tajemství preventivní kardiologie a rizikových faktorů, zejména cholesterolu a vysokého tlaku. Pacient je totiž v největší míře zodpovědný sám za sebe i za své zdraví a měl by to v první řadě vědět. Ten, kdo neví, že má vysoký tlak, nebo vyšší

hladinu cholesterolu, tak s tím asi nebude nic dělat. Je opravdu dobré své hodnoty znát. A také je důležité dodržovat již předepsanou léčbu. Zdůrazňuji hlavně, aby se pacienti nenechávali ovlivňovat neodbornými články z internetu, které psal třeba kvantový fyzik. Často to vede například k tomu, že lidé přestanou brát předepsané léky. Zkrátka, musíte na své srdce myslet.

Pojďme nyní k vašemu osobnímu životu. Ve vašem životě hraje důležitou roli sport, který děláte od dětství. Které sporty jste dělal?

Sport v mém životě hraje roli velkou, zásadní. Ke sportu jsem měl pozitivní vztah od dětství a trvá dodnes. Už v předškolním věku jsem začal gymnastikou, která mě ale nebavila a na kterou jsem chodil spíše z donucení maminky a babičky. Na základní škole jsem brzy začal hrát tenis. Ne že bych hrál na vrcholové úrovni, ale trénoval jsem několikrát týdně. Z dalších sportů, které jsme hrávali s kamarády, to byl fotbal, hokej. Na druhém stupni základní školy pak přibyl basketbal a volejbal. Ve všech těchto sportech jsem se nedostával svým výkonem na vrcholovou úroveň, ale s pravidelností do školních výběrů. Nějaké úspěchy přišly v tenise, když jsem vyhrál pár lokálních turnajů jako jednotlivec, pár turnajů ve čtyřhře. Má vítězství byste ale spočítal na prstech rukou, nebyl jsem žádná hvězda.

Později vám učarovala cyklistika. Dnes se udržujete v kondici díky pravidelnému běhání, procházkám a tenisu. Kolik dní v týdnu a jakému sportu se věnujete dnes?

Cyklistiku jsem opravdu míval hodně rád. Pak ale přišel hodně ošklivý pád a od té doby se na kole bojím. Občas ježu na citybiku, ale jezdím podstatně méně.



Ještě před pár lety jsem byl ambasadorem projektu do práce na kole, letos už bych jím být nemohl, nebylo by to upřímné. Do prava v Praze je navíc dnes tak nepříjemná, že po silnici se jet téměř nedá. V této souvislosti vzpomínám na povodně, kdy bylo nábřeží zavřené pro auta a já jezdil do práce, silnice prázdné. To bylo fantastické. Jinak to mám s běháním. Běhat se snažím pravidelně jednou nebo dvakrát do týdne. Trochu zmatku mi do toho vnesla fenka ridgebacka, kterou jsme si nedávno pořídili. Většinou je to totiž ona, kdo určuje, jestli půjdeme, nebo poběžíme (smích). Na klinice nedávno dávali dohromady běžeckou štafetu a přišli za mnou s tím, že potřebuji do týmu seniora. Štafetu jsme nakonec neběželi, ale když má člověk před sebou nějakou metu, má i daleko větší motivaci trénovat. Ve stejné době byl u nás, kam jezdíme na chatu, železný muž. Takový malý železný muž – 3 kilometry běhu, 9 kilometrů na kole a 800 metrů plavání. Nesoutěžil jsem, ale vyzkoušel si závod sám pro sebe. Nedá mi nezmínit, že tu soutěž pravidelně vyhrává padesátiletý chatař, a to i přes účast mladých sportovců, kteří se sportu věnují na výkonnostní úrovni. Obecně považuji účast na charitativních nebo rekreačních závodech za velkou motivaci, a mohu ji jen doporučit. Kromě běhu také pravidelně hraji tenis, ale jen na rekreační úrovni. Což je občas trochu otrava. S pár lidmi jsme se shodli, že pro bývalé tenisty je složité sehnat partnera na podobné úrovni. My si s těmi vyloženými rekreanty nezhrajeme, a s námi si zase nezahrají současní dobří tenisté.

A poslední otázka. Pomohl vám sport ve vaší profesní kariéře?

Ano i ne. Ne v tom smyslu, že jsem nepotkal žádného nadřízeného, se kterým bych chodil na tenis a byl za to protežován. Z pohledu běžného života naopak zcela zásadně. Jsem přesvědčený, že si člověk ze sportu nese spoustu věcí, které využije v rámci kariérního rozvoje, ať už jde o medicínu nebo jakýkoli jiný obor. Kromě odolnosti to je určitě fyzická kondice, která se mi v medicíně hodila. Dříve jsme sloužili, to dnešní lékaři neznají, na JIP, začínali jsme v pátek ráno a končili v pondělí odpoledne. Dnes, a je to správně, služba trvá nanejvýš čtyřicet hodin. Ne že bychom tehdy byli vzhůru celých osmdesát hodin, na hodinku dvě jsme se natáhli na lékařském pokoji a zase běželi na další příjem. Fyzicky to bylo docela náročné, člověk byl rád za volný víkend, kdy mohl načerpat síly, zregenerovat. Mimo to mě sport naučil vyrovnat se s porážkou, kterou v medicíně bohužel také občas zažíváme.

♣ TOMÁŠ ŽELAZKO 📷 ARCHIV RICHARDA ČEŠKÝ

Únor ve znamení abstinence

NEJKRATŠÍ MĚSÍC V ROCE JE PŘÍLEŽITOSTÍ NEPÍT ALKOHOL. PŘICHÁZÍ DALŠÍ ROČNÍK ABSTINENČNÍ VÝZVY SUCHEJ ÚNOR.

REDAKCE ARCHIV MICHAELY HROUZKOVÉ, SHUTTERSTOCK



Osvětových kampaní se každoročně pořádá nespočet. Málokdy se ale stane, že je kampaň natolik úspěšná, že zlidoví. Kampaň Suchej únor, která přivádí vždy v únoru mnoho lidí k abstinenci a inspiruje je k následné střídmější konzumaci alkoholu, se do povědomí Čechů vryla neobyčejně rychle. Další ročník této abstenenční výzvy letos přichází, ve srovnání s rokem předchozím, který byl poznamenán koronavirovou pandemií, také v nejisté době. Každý den slyšíme ze sdělovacích prostředků o vysoké inflaci, zdrazňují se energie i potraviny. Nedaleko našich hranic zuří válka. Toto všechno v lidech vzbuzuje značnou nejistotu a strach z budoucnosti. Není proto divu, že mnozí hledají únik z reality právě v alkoholu či jiných návykových látkách.

ČEŠI PIJÍ MÉNĚ

Podle dat Českého statistického úřadu činila v roce 2021 průměrná spotřeba alkoholických nápojů na hlavu 163,3 litru, což činí v hodnotě čistého lihu 9,7 litru. Pozitivní zprávou je, že je to méně než ve dvou předchozích letech. I další výzkumy naznačují, že Češi holdují alkoholu méně a mírně se snižuje i frekvence pití. Z Národního výzkumu užívání tabáku a alkoholu v ČR, který byl realizován Státním zdravotním

ústavem v roce 2021 vyplývá, že denně nebo obden popijí méně než pětina dotázaných (15,4 %), což je dokonce o 4,4 % méně než v roce 2020. Téměř polovina mužů a každá čtvrtá žena pak dle tohoto výzkumu konzumuje alkoholické nápoje alespoň jednou týdně. Celoživotních abstinentů byla v dotázaném vzorku pouhá

VĚDĚLI JSTE, ŽE...

Podle expertních odhadů WHO bylo pití alkoholu v roce 2020 celosvětově zodpovědné za zhruba 741 300 případů rakoviny (u 568 700 mužů a 172 600 žen), přispívá zejména k nádorům jícnu, kolorekta, jater, prsu, rtu a dutiny ústní, kde se riziko výskytu dále zvyšuje s případným současným kouřením.

Zpráva evropské gastroenterologické organizace UEG z roku 2017 udává, že nadměrná konzumace alkoholu byla příčinou až poloviny všech zhoubných nádorů jater v Evropě. Konzumace více než 4 drinků za den zvýšila riziko kolorektálního karcinomu o 52 % a konzumace jediného drinku denně zvýší riziko o 21 %.

„Téměř polovina mužů a každá čtvrtá žena konzumuje alkoholické nápoje alespoň jednou týdně.“

4 %, přičemž výskyt celoživotní abstinence se prakticky neliší podle pohlaví. Česká republika tak patří mezi země s nejvyšší průměrnou spotřebou alkoholu na obyvatele a také země s nejvyšším výskytem nárazového pití alkoholu na světě.

„V době koronavirové pandemie a tvrdých lockdownů se konzumace alkoholu přesunula do domácího prostředí a u mnohých se prohloubil kladný vztah k alkoholu. Příčin bylo jistě více: protipandemická opatření, stres, úzkosti, osamělost, existenční problémy, nejistota, ale i nuda nebo stereotyp,“ říká psychiatr a odborník na závislosti MUDr. Stanislav Ostatník z Polikliniky AGEL Ostrava a doplňuje: „I když čísla z výzkumu z roku 2021 vypadají ve srovnání s rokem 2020 nadějně, je těžké odhadnout, jak se bude situace dále vyvíjet. Ze své praxe mohu potvrdit, že u mnohých pacientů se zvýraznily obavy z budoucna, nejistota, pocity frustrace, a to zejména když globální situaci nemohou ovlivnit. To u někoho může vést ke ztrátě motivace abstinovat, eventuálně omezit pití. Říkají si: stejně to nemá význam, bude hůř a já to nezměním, tak proč bych měl přestat pít?“

PROČ SE TAKÉ ZAPOJIT

Existuje mnoho objektivních důvodů, proč je vhodné se do abstenenční výzvy Suchej únor zapojit. „Pokud se budeme bavit pouze o měsíční abstinenci, tak většina lidí bude po jejím zvládnutí cítit hrdost na svůj výkon. Navíc si mohou všimnout, že se jim výrazně zlepšil spánek, zhubli nějaké to kilo a cítí se plní energie. Co se týče dlouhodobého efektu života bez alkoholu, tak tam jsou výše zmíněné pozitivní efekty neoddiskutovatelné a pozorují je i na svých pacientech,“ míní psychiatr.

Kdo zvládne nepít celý únor, ten se možná následně začátkem března zamyslí nad tím, proč se má vůbec k pití vracet.

Když nejde o speciální příležitost, tak proč v mezičase pít? Abstinence má totiž neoddiskutovatelný vliv na zdraví. Bylo dokázáno, že alkohol přispívá ke vzniku více než 200 onemocnění, přičemž největší podíl zdravotní zátěže alkoholu představují kardiovaskulární nemoci, novotvary, gastrointestinální nemoci.

Nejdůležitější proměnnou při léčbě závislosti je však motivace. Tak jako pití alkoholu, rovněž i správná motivace k léčbě je u pacienta proces. „V zásadě je tento proces proměnlivý. Pokud někdo není rozhodnutý ukončit své pití, tak to automaticky neznamená, že se nerozhodne abstinovat v budoucnu,“ podotýká MUDr. Ostatník.

PREVENCE PRIMÁRNĚ V RODINĚ

Prevence a osvěta v oblasti alkoholismu a jiných závislostí je velmi důležitá, obzvláště v situaci, kdy česká společnost je tzv. „proalkoholová“ a úplný abstinents je považován za „podivína“ a velmi často musí čelit mnoha otázkám na téma, proč

nepije. „Primárně bych začal s prevencí už v rodině, a hlavně u dětí. Je důležité jim vysvětlovat, že normální je nepít. V naší společnosti je to ale spíše opačně, a proto si tento zvyk děti přenášejí do dospělosti,“ doplňuje MUDr. Ostatník s tím, že každá akce zaměřená na omezení pití alkoholu má smysl. „Pokud člověk ještě není závislý, tak ho dovedou rozumné argumenty přesvědčit, což se v případě akce „Suchej únor“ velmi často děje. Pokud ovšem člověk chce opravdu přestat nebo omezit pití alkoholu, tak potřebuje svou vlastní motivaci. Existuje nekonečné množství důvodů, proč si dát skleničku alkoholu, ale stejně tak může být nekonečné množství důvodů, proč nepít. Pokud se člověku podaří výzvu úspěšně absolvovat, tak je důležité sledovat svou další konzumaci alkoholu. Existuje procento lidí, kteří mají tendence obdobní abstinence „dohnat“ nebo „dopít“, co zameškali. I tento jev nám může dát vodítko k tomu, že máme problém s pitím alkoholu,“ uzavírá MUDr. Ostatník.

Suchý únor podle výsledků laboratorních vyšetření funguje

RIZIKOVÁ NENÍ JEN VYSOKÁ SPOTŘEBA ALKOOLU. I NEPRAVIDELNÉ PITÍ ALKOOLU SNIŽUJE KVALITU ZDRAVÍ NAŠICH JATER.

Ačkoliv statistiky hovoří jasně, a je dávno prokázáno, že vysoká spotřeba alkoholu má neblahý vliv na zdraví, mnohé přesvědčí právě až vlastní reálná zkušenost. Pozitivní vliv abstinence alkoholu během měsíc dlouhé osvětové kampaně drtivá většina lidí viditelně pocítí, potvrdit (nebo rovnou změřit) si jej ale mohou i pomocí laboratorních testů.

Česká republika je podle dat Českého statistického úřadu čtvrtou zemí s nejvyšší mírou spotřeby alkoholických nápojů na osobu za rok, v roce 2018 zemřelo v České republice 1 519 osob na alkoholové onemocnění jater. „Játra jsou přitom orgánem schopným relativně rychlé regenerace, laboratorní výsledky jaterních testů dokládají, že alkoholová abstinence dokáže

zlepšit hodnoty jaterních enzymů,“ tvrdí Mgr. Ivana Kubalová, vedoucí laboratoře biochemie společnosti Laboratoře AGEL s tím, že riziková není jen vysoká spotřeba alkoholu. I nepravidelné pití alkoholu totiž snižuje kvalitu zdraví našich jater, vliv má také na růst cholesterolu v krvi a rozvoj psychických onemocnění.

Pozitivní vliv alkoholové abstinence na zdraví jater stanovují laboratorní odborníci v běžné praxi pomocí měření plazmatických koncentrací jaterních enzymů, tedy pomocí tzv. jaterních testů: alanin aminotranferázy (ALT), aspartát aminotranferázy (AST), alkalické fosfatázy (ALP) a -glutamyl transferázy (GGT). Tyto testy jsou často doplněny stanovením celkového bilirubinu.

„Pokud laboratorní vyšetření odhalí zvýšené hodnoty u některého z výše uvedených parametrů, znamená to podezření, že jaterní buňky fungují nesprávně a funkce jater může být poškozena. I měsíční abstinence v kombinaci se zdravým životním stylem dokáže hodnoty jaterních enzymů zlepšit. Nejvíce se detoxikační kúra odráží v hodnotách GGT a kyseliny močové. Ideální je však abstinence dlouhodobá,“ doplňuje Mgr. Ivana Kubalová.



JAK TO VIDÍ ONKOLOG

MUDr. Michaela Hrouzková, Ph.D.
lékařka Komplexního onkologického centra Nemocnice AGEL Nový Jičín

Jaký vliv má konzumace alkoholu na onkologická onemocnění?

Bohužel v onkologii platí, že jediná bezpečná konzumace alkoholu je žádná. Ethanol patří mezi jednu z nejvýznamnějších karcinogenů (tedy látek, které přispívají ke vzniku rakoviny, nebo ji přímo způsobují), a je tzv. karcinogen první třídy. Působí více mechanismy – poškozuje DNA, buněčné membrány a mezibuněčné spoje, jeho metabolity jsou přímo toxické, negativně ovlivňuje hormonální regulaci (zvyšuje hladinu estrogenu) a další. Díky tomu dokáže i při relativně nízké konzumaci značně zvýšit riziko řady nádorů. Bez ohledu na obecná přesvědčení přitom není podstatné, o jaký druh nápoje se jedná, nebo jaká je jeho koncentrace, i když samozřejmě platí, čím vyšší a častější konzumace, tím vyšší riziko. Je důležité také připomenout, že pití alkoholu po vyléčení z nádorového onemocnění zvyšuje riziko recidivy. Je tedy škoda si po vyléčení přilívat oleje do ohně a ideální je prostě nepít. Vůbec. A suchý únor může být skvělý start za zdravějším životním stylem! Každý má k nám dveře na preventivní onkologická vyšetření otevřené, neboť včasný záchyt zdravotních problémů výrazně zvyšuje šance na plné uzdravení.

TIP!

V případě, že se rozhodnete zúčastnit akce a chcete si zároveň ověřit, jak abstinence alkoholu přispěla ke zdraví vašich jater, můžete vyzkoušet balíček vyšetření „Zdravá játra“, který je možné objednat online na adrese: <https://vysetreni.agel.cz/zdrava-jatra/>.

JAK ÚSPĚŠNĚ ZVLÁDNOUT SUCHÝ ÚNOR A VE CHVÍLÍCH, KDY RUKA SAHÁ PO SKLENIČCE, NAHRADIT ALKOHOLOM, JSME ZJIŠŤOVALI U VEDOUcí LÉKÁRNY AGEL V BOHUMÍNĚ PHARMDR. DANY GALÁSKOVÉ.

Jestliže pobolívá žaludek, mnozí sáhnou po štamprli s něčím ostřejším. Jaká je jiná varianta samoléčby?

„Na žaludeční potíže si uvařte bylinkový čaj z máty nebo z čerstvého zázvoru. Když podle chuti dosladíte medem, dokonce si i pochutnáte. Průjem může zastavit živočišné uhlí nebo vám v lékárně poradí jiné vhodné přípravky dle specifických potíží.“

Důvodem pití alkoholu bývá také stres a nervozita. Co jiného nám pomůže ke klidu?

„Dejte si raději čokoládu! Jestli nechcete mlsat, proti stresu jsou vhodné bylinné preparáty ve formě sirupu, kapek nebo tablet, které obsahují třezalku, meduňku, kozlík či levanduli. Bylinkami si můžete také provonět byt pomocí éterických olejů a tak navodit klidnou atmosféru celé domácnosti.“

Noc pokročila a stále nemůžeme usnout. Je sklenička s alkoholem jediným řešením?

„Doporučuji před usnutím pořádně vyvětrat a ztlumit topení, nepoužívejte elektronická zařízení jako mobilní telefon, tablet či počítač. Raději si přečtete oblíbenou knihu nebo poslouchejte relaxační hudbu. Vynechte stresující zpravodajství v televizi. Máte-li chuť se něčeho napít, uvařte si čaj z bylinek, které radíme proti stresu.“

Říká se, že pivo zažene nejlépe žízeň. Co vy na to?

„Pozor, každý alkohol tělo dehydratuje! Jestliže máte žízeň a dokonce vás už bolí hlava, pak nedodržíte pitný režim. Doplněte tekutiny ideálně ve formě vlažné neperlivé vody, vylepšete ji grepem nebo citronem, sirupem nebo třeba tinkturou z pampelišky. Vhodné jsou i bylinné čaje,

mentolová chuť mátového čaje může přijít vhod, odbourává pocit suchosti v ústech i nepříjemný odér z úst. Trápí-li vás z dehydratace bolest hlavy, zmírníte ji tabletami s hořčíkem, paracetamolem nebo ibuprofenem.“

Co když si chci užít zábavu s přáteli? Alkohol k večírkům patří.

„Chcete-li to předsevzetí dodržet, neměli by vás přátelé do ničeho nutit. Jestliže mají stejný cíl a alkohol chtějí vynechat, uspořádejte smoothie večírek nebo zvolte nealkoholické verze oblíbených míchaných drinků, zkuste experimentovat. Bojíte-li se večerní únavy, zařaďte zelený čaj nebo guaranové preparáty, které vám dodají energii, sníží duševní únavu a podpoří dobrou náladu.“



31,4 %

Češi pijí nejčastěji pivo, alespoň jednou týdně si jej dá téměř třetina lidí, především mužů.

135,4 l

Tolik litrů piva se v roce 2021 v České republice spotřebovalo v přepočtu na 1 obyvatele.



18,4 %

Víno je preferováno ženami. Alespoň jednou týdně jej konzumuje téměř pětina populace.

20,8 l

Přes 20 litrů vína zkonsumoval v průměru v roce 2021 každý Čech.



11,2 %

Lihoviny konzumuje alespoň jednou týdně více než desetina populace, především mužů.

163,3 l

Tolik alkoholických nápojů se v roce 2021 spotřebovalo v Česku v přepočtu na jednoho obyvatele. V hodnotě čistého lihu se jedná o 9,7 litrů.



10 %

Míra užívání alkoholu v dospělé populaci ČR je vysoká. Výsledky jsou konzistentní napříč studiemi. Alkohol pije denně zhruba 10 % dospělých osob.



Uživatelé alkoholu vstupující do léčby závislosti na alkoholu tvoří z jedné třetiny ženy a ze dvou třetin muži, průměrný věk se pohybuje kolem 45 let u obou pohlaví.

Zdroje: Český statistický úřad.
Národní výzkum užívání tabáku a alkoholu
v České republice 2021
Zpráva o alkoholu v České republice 2021



Kamil Vašák v roli basketbalového trenéra mládeže získal titul mistra Česka

UČITEL NA AGEL STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÉ ŠKOLE A VYŠŠÍ ODBORNÉ ŠKOLE ZDRAVOTNICKÉ V OSTRAVĚ KROMĚ VÝUKY BUDOUCÍCH ZDRAVOTNÍKŮ STÍHÁ TRÉNOVAT MLÁDEŽ, POŘÁDAT TURNAJE A DOKONCE SÁM DÁL STUDUJE.

Po vystudování Sportovního gymnázia Dany a Emila Zátokových v Ostravě vystudoval Mgr. Kamil Vašák Ostravskou univerzitu, obor biologie a tělesná výchova. Od roku 2020 vyučuje na AGEL Střední zdravotnické škole a Vyšší odborné škole zdravotnické v Ostravě. Koníčkem Kamila Vašáka je basketbal, kterému se věnuje od dětství. Nejprve jako hráč, nyní jako trenér mládeže. Se svými mladými svěřenci se stal jako hlavní trenér dvakrát mistrem České republiky a dvakrát skončili druzí.

Proč jste se po studiu pedagogické fakulty rozhodl právě pro zdravotnickou školu AGEL v Ostravě?

V roce 2020 jsem zdárně ukončil studium na Ostravské univerzitě v oboru Učitelství biologie a tělesné výchovy pro vyšší stupeň základních škol a střední školy. Myslel jsem si, že v tomto oboru naleznu

hodně nabídek, avšak našel jsem pouze tři. Nejvíce se mi zalíbila právě zdravotnická škola AGEL, jelikož to byla nová, mladá, začínající, perspektivní škola a jsem rád, že jsem získal zaměstnání právě zde.

Co na škole učíte?

Věnuji se především přírodovědným předmětům, kdy učím biologii a chemii na střední škole, na vyšší odborné potom biochemii a genetiku a od letošního roku vyučuji ještě hematologii, která je jedním z odvětví biologie. Samozřejmě učím také tělesnou výchovu, ale tu máme rozdělenou s mým druhým kolegou, který těchto hodin vede více.

Pojďme k vašemu koníčku. V kolika letech jste začal hrát basketbal a kdo vás k tomuto sportu přivedl?

Rád bych začal tím, že to byla vlastně

úplná náhoda. Pamatuji si, že mě mí rodiče přihlásili do kroužku sportovních her na Dům dětí a mládeže na ulici Gurtěvo-va v Ostravě, kdy jsem byl v první třídě základní školy. Tam si mě vyhlídl pan trenér Mgr. Josef Trnka a vzal si mě k sobě do basketbalu. Tam jsem začal trénovat od svých šesti let s kluky, kterým v té době bylo už 10 až 11 roků.

Jak vzpomínáte na svou aktivní kariéru a co byste z ní vypíchl?

Na svou aktivní kariéru „sportovce“ vzpomínám velmi dobře. Vlastně díky této části mého života jsem se dostal tam, kde jsem teď. A co bych z ní vypíchl? Já si myslím, že těch zážitků je několik a nedá se to shrnout na pár vybraných, ale asi bych vypíchl to, že jsem poznal a potkal velkou spoustu lidí, podívali jsme se s týmem po celé Evropě a hlavně jsem získal kamarády na celý život.



Mgr. Kamil Vašček jako třídní učitel studentů oboru Zdravotnické lyceum po slavnostním vyřazení na radnici Slezské Ostravy

Kdy jste a proč začal novou etapu svého basketbalového života – trénování?

Začal jsem kolem svých 18 let a to z důvodu zranění, které jsem prodělal. Byl jsem ten rok zrovna na operaci a vrátit se zpět k týmu již bylo hodně složité. Začal jsem tedy dělat asistenta trenéra extraligy U-19 a zároveň jsem začal trénovat svůj úplně první mládežnický tým.

Hrajete ještě závodně, nebo jen pro radost a všechny síly věnujete rozvoji mládežnického basketu?

Basketbal hraju již jen s kamarády pro radost, ale pořád se to jmenuje Severomoravská liga mužů, takže si můžu říct, že hraji ligu. Zbývajíc čas věnuji rozvoji mládežnického basketbalu.

Jakých největších úspěchů dosáhla vaše družstva?

S mým prvním týmem (kluci ročník 2004 a mladší) jsme společně s mým otcem získali několik úspěchů. Dvě sezóny po sobě jsme získali titul mistrů ČR, a to v kategorii U-12, U-13 a v další sezóně jsme se v kategorii U-14 umístili na druhém místě v rámci ČR a také jsme se dostali do Superfinále evropské ligy mládeže, kde jsme skončili na 8. místě. S druhým týmem jsme získali také stříbrné medaile na MČR U-12. Toto jsou asi největší úspěchy, kterých dosáhla moje mužstva.

Jak se daří hráčům, kteří prošli „vašima“ rukama? Jaké mají úspěchy?

Kluků, kteří prošli mými rukama, je několik. Někteří z nich nahlédli do mládežnických reprezentačních výběrů a jeden z nich si zahrál i nejvyšší českou soutěž. Mí první svěřenci jsou aktuálně v maturitním

ročníku a čeká je zkouška z dospělosti. Co se týká mých dalších svěřenců, tak ti jsou aktuálně v prvním ročníku středních škol, nebo v 9. třídě ZŠ, a věřím, že právě na tyto kluky ještě úspěchy čekají.

Situace ohledně pandemie značně zkomplikovala také sportování. Jak probíhala příprava hráčů během této nucené pauzy?

Pandemie určitě zkomplikovala nejen sportovní život všem příznivcům jakéhokoliv sportu. V tuto chvíli jsme se museli spoléhat jen na hráče samotné a jejich rodiče. Kluci dostali individuální plány, které měli plnit. S kluky jsme si poté volali prostřednictvím platform, abychom je viděli, někdy jsme si i zacvičili společně a dělali jsme také různé soutěže. Dost nám na začátku pandemie pomohla také Česká basketbalová federace, díky které kluci

plnili různé úkoly a mohli hrát o hodnotné ceny, což pro ně bylo určitou motivací.

Jaká je současná situace českého mládežnického basketbalu? Máme šikovné hráče, kteří by následovali hvězdy typu Satoranský nebo Veselý?

Já si myslím, že tohle je hodně těžká otázka. Samozřejmě máme kluky v různých evropských soutěžích a také v NBA (Vít Krejčí), ale podle mě bude teď delší dobu trvat, než se zformuje nový národní tým Česka, který bude dosahovat výsledků jako tato generace (Veselý, Satoranský).

Co je podle vás největší problém v mládežnickém basketbale?

Těch problémů je za mě několik. Jedním z největších problémů, které sám vnímám, je rozmanitost dnešní doby. Děti a především jejich rodiče si mohou vybírat z desítek sportů, kde umístí své dítě. Já neříkám, že je to špatně, ale tady potom vzniká ten problém, že nemáme ty typy hráčů, které bychom v jednotlivých týmech chtěli mít. Takže za mě toto vnímám jako ten největší problém.

Co patří mezi vaše nejdůležitější činnosti při zápase? A co mimo zápas?

Aktuálně trénuji malé kluky, které basketbalem nejdříve musím nadchnout, jsou teprve na začátku své kariéry. Takže během utkání především sdělit jednoduše a rychle základní pokyny a následně samozřejmě kluky střídát. Mimo zápas jde především o komunikaci s rodiči, zavazování tkaniček klukům a sbírání zapomenutých věcí v šatně (smích). Když jsem trénoval starší kluky, tak tam už musíte znát nějakou taktiku, hrát herní systém, po zápase i před zápasy mluvit s hráči. Záleží, u jaké kategorie se zrovna nacházíte.



„Někteří z kluků, kteří prošli mýma rukama, nahlédli do mládežnických reprezentačních výběrů.“

Jak vycházíte s mladými hráči? Je výhodou, že jste sám hrál a můžete jim vše předvést přímo na hřišti?

S žádnými hráči, které jsem kdy trénoval, jsem neměl žádný problém, ba naopak. Řekl bych, že kluci ke mně vždy vzhlíželi a měli určitý přirozený respekt. Skutečnost, že jsem sám hrál, je velkým benefitem. Můžu klukům vše názorně ukázat a hlavně v nich vzbuzuji důvěru. Znáám některé trenéry, kteří v mládežnických kategoriích nehráli basketbal, ale dělali jiné kolektivní sporty a jako trenéři získali se svými týmy několik úspěchů, ale je to spíš výjimka.

Jste klidný, nebo impulzivní trenér? Používáte na své svěřence raději cukr, nebo bič?

Řekl bych, že časy se hodně změnily. Byl jsem velice impulzivní trenér, který používal 80 procent biče a 20 procent cukru. Když jsem se teď dostal k mému nově vznikajícímu týmu, tak jsem hodně klidný, používám více cukru než biče, ale ať už se budu bavit o mých předešlých týmech nebo o tom aktuálním, tak jsem si vždy zakládal a budu zakládat na disciplíně.

Jak je těžké v dnešní době přesvědčit kluky k trénování a hraní?

Myslím si, že když jste se mne ptal na začátku na otázku pandemie, tak právě ta nám možná aktuálně pomáhá. Ten částečný strach a nejistota, jestli se něco nezavře, nebude lockdown, tlačí ty kluky do kolektivu, do tělocvičny, a s mým aktuálním týmem si tréninky nemohu vynachválit. Chtějí trénovat, a když se jedná o hru, tak by nejradši byli všichni najednou na hřišti, což samozřejmě nejde.

Jaké hráče máte nejraději?

Asi bych to rozdělil na dvě skupiny. V tréninku mám rád hráče, kteří opravdu makají a nevynechají ani vteřinu tréninku. Naopak v zápasech mám rád „vychytralejší“, tedy „vyčurané“ hráče (smích). Co ale oba tyto typy spojuje, je sebevědomí. Kluci, kteří mají určité sebevědomí, jsou asi nejlepší pro trénování.

Co ambiciózní rodiče? Nemáte s nimi problémy?

Když jsem se jako mladý nezkušený trenér

s tímto problémem setkal. Musím říct, že v těchto chvílích mi nesmírně pomohl můj otec, který mě vlastně naučil jak a jakým způsobem s lidmi komunikovat a od určité chvíle jsem s tímto již problém neměl. Důležitá je totiž komunikace s rodiči a to nejen před sezónou, před zápasy, ale i obecně.

Jaký by podle vás měl být trenér mládeže?

Vytrvalý, empatický, komunikativní, odborný. Tyto 4 vlastnosti bych dal jako ty nejdůležitější a vysvětlím proč. Vytrvalý

práce učitele mě zatím baví a naplňuje. Přece jen jsem před chvílí začal. Možná kdyby přišla nějaká zajímavá nabídka, tak nad tím budu uvažovat, ale jak jsem již řekl, aktuálně mě práce učitele baví a naplňuje.

Proč je ve světě – na rozdíl od Česka – basketbal tak populární?

Řekl bych, že každá země má své oblíbené sporty a některé mají i místo v jejich kultuře. V Česku je velká rozmanitost sportu a Češi fandí zrovna tam, kde se nejvíce daří a získávají se medaile.



– proces učení trvá velmi dlouhou dobu a je potřeba stovek nezdařených pokusů, než se daná dovednost zvládne správně. Empatický – vy byste se měli dokázat vcítit do těch dětí, s jakou náladou přišly, jestli neodcházejí s jinou náladou a pokud je netrápí ještě něco dalšího, může to být škola, sourozenci, rodina a další věci. Komunikativní – zde si myslím, že to rozvádět asi úplně nemusím, pokud nám bude váznout komunikace na úrovni trenér-hráč, trenér-rodič, tak máme zaděláno na nějaký problém. Odborný – myšleno spíš jako odbornost samotná. Trenér by měl vědět co, proč a za jakým účelem to přesně dělá.

Vystudoval jste trenérské kurzy 3. a 2. kategorie. V současné době studujete profesionální licenci? Jak dlouho trvá studium a zvažuje později odchod k basketbalu?

Ano, je tomu tak, že aktuálně studuji profesionální licenci basketbalu. Studium trvá 2 roky a je to dálkové studium na Univerzitě Karlově v Praze, která spolupracuje i s naší federací. Jestli zvažuji odchod k basketbalu, vám asi aktuálně neřeknu. Ne, že bych vám to nechtěl prozradit, ale

Kromě trénování organizujete turnaje. Oč přesně jde a co máte na starosti?

Turnajů jsme s mým otcem a dalšími lidmi organizovali mnoho. A ano, je to v čase minulém. Organizovali jsme turnaj X-MAS Snakes Cup, který jsme si vypíplali úplně sami od píky, a dlouhou dobu to byl jeden z nejlepších turnajů v Česku. Následně jsme ještě organizovali i turnaj evropské ligy mládeže. Měl jsem na starosti různé věci, ale především část překladatelskou a komunikační, což obnášelo korespondenci a telefonáty s cizojazyčnými týmy a pak následné ubytování a pomoc s organizací samotnou.

Jaké máte další koníčky?

Když jsem ještě bydlel s rodiči, tak jsme s tatkou stavěli plastikové modely vojenské techniky, ale teď už jsem žádný model hodně dlouho nepostavil. Jinak jsem člověk velmi společenský, takže se snažím svůj čas trávit s přítelkyní a s kamarády. Když vyjde čas, tak si zajdeme i na nějaký výlet, nebo něco společně podnikneme.

📞 TOMÁŠ ŽELAZKO 📧 ARCHIV KAMILA VAŠŤÁKA, MICHAELA ČÍŽKOVÁ

Anka Doskočová: Pacienti boli v minulosti pokornejší, málokto dnes poďakuje

SESTRA ODDELENIA DLHODOBO CHORÝCH PRACUJE V NEMOCNICI AGEL ZLATÉ MORAVCE VIAC AKO 40 ROKOV.



Rukami zdravotnej sestry Anky Doskočovej prešli za 40 rokov tisíce pacientov

škola dala. Vychovávali z nás pokorné ale zároveň dobré sestry.

Spomínate si na nejaké rady učiteľov, ktoré sa vám vryli do pamäti a potom sa prípadne potvrdili v praxi?

Áno, pri spomienke na učiteľov sa vždy myslou rada vraciam na pani profesorku Boledovičovou, ktorá bola prísna pri úprave lôžka. Vždy hovorievala, že „upravené lôžko je našou vizitkou a nie vizitkou pacienta“.

„Práca sestry mi dáva dobrý pocit, keď môžem povzbudiť a podporiť pacienta v bolestiach a v slabostiach.“

V roku 1979 ste nastúpili na chirurgické oddelenie. Kto vám v začiatkoch najviac pomohol?

Začiatky v každej práci sú vždy ťažké. Ale ja som mala šťastie na veľmi ochotné kolegyné a pána primára MUDr. Galoviča, ktorí mi veľmi pomohli.

Keď si spomínate na svoje začiatky a porovnáte to s vašou dnešnou prácou, v čom je podľa vás najväčší rozdiel?

Asi najväčší rozdiel doby minulej a terajšej je, že sme nemali také materiálo-technické vybavenie. Pamätám sa, keď sa ihly ešte sterilizovali. Bola oveľa menej písomnej dokumentácie a viacej času na pacienta.

Za viac ako 40 rokov vášho pôsobenia v jednej nemocnici vnímate, ako sa zmenila?

Je mi veľmi ľúto, že nemocnica sa v dávnej minulosti transformovala. Ňou zanikli oddelenia, ktoré robili veľmi dobré meno a spokojnosť pacientom.

Skúste porovnať pacientov vtedy a dnes v tých základných veciach?

Pacienti boli pokornejší, ako keby viac vďačnejší. Málokto dnes poďakuje, veľa vecí berú ako samozrejmosť.

Zdravotná sestra Anka Doskočová má ukončenú Strednú zdravotnícku školu v Nitre. V júli 1979 ako vyštudovaná detská sestra začala pracovať v zlatomoravskej nemocnici na chirurgickom oddelení. Od roku 2019 pracuje na oddelení dlhodobo chorých. Celý pracovný život bola verná len jednému zamestnávateľovi – zlatomoravskej nemocnici.

Je vydatá, má 3 dospelé deti – dcéru Janku, synov Martina a Jozefa. Je babkou deviatym vnúčatám.

Prečo ste si vybrali práve povolanie zdravotná sestra?

Pôvodne som chcela byť vojačka, ale od

ôsmich rokov som vyrastala ako polosirota a moja matka o tomto povolání nechcela ani počuť. Tak som si povedala, že keď nesmiem byť vojačkou, budem sestrička.

Na čo si spomeniete, keď sa povie štúdium na strednej zdravotníckej škole?

Je to veľmi dávno, takmer pol storočia. Pamätám si, že žiak v tom období bol predovšetkým vedený k úcte. Učili nás vnímať chorého pacienta srdcom.

Čo vám škola dala, na čo alebo koho si z tých čias rada zaspomínate?

Najviac som vďačná za vedomosti, ktoré mi

Spomínate si na nejakého pacienta, ktorý vám výrazne utkvel v pamäti?

Mávali sme časté prijímy pacientov po haváriách a úrazoch. Na chirurgickom oddelení boli častokrát hospitalizované aj deti a batolátá. Najviac si spomínam na 8 mesačné popálené dieťa, ktoré malo rozsiahle popáleniny na celom tele. Žiaľ, osud tohto dieťatka mal tragický koniec. Vtedy sa vo mne miešali silné emócie zdravotnej sestry a matky v jednej osobe.

Robíte na na oddelení dlhodobo chorých. O akých pacientov sa staráte?

Počas doby covidovej až po súčasnosť ošetrojeme okrem pacientov ODCH aj covid pozitívnych pacientov. V tomto roku sme zdravotnú starostlivosť rozšírili aj o lôžka fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie, čiže máme aj pacientov, ktorí potrebujú intenzívnu rehabilitačnú starostlivosť.

Starat' sa o pacientov na ODCH je niekedy veľmi náročné. Zažili ste nejakú kritickú situáciu?

Kritickú ani tak nie, ale veľmi ťažké je poskytovať ošetrovateľskú starostlivosť chodiacim pacientom s Alzheimerovou chorobou a byť za nich zodpovedný.

Naopak, zažili ste za ten čas nejaký dojemný príbeh?

Bolo ich veľmi veľa. Veľmi ťažký je pohľad, a to nielen očami zdravotníka, na neplnoleté deti lúčiace sa so svojou mamičkou v posledných minútach jej života. Vtedy veľmi zvierá srdce.

Bol vo vašom živote lekár či sestra, ktorého ste obdivovali a považovali za vzor?

Áno veľmi som si vážila sestričku Julku



Veľkou oporou je pre Anku Doskočovú rodina

Eliášovú a zosnulých lekárov, už spomenutého primára MUDr. Galoviča a MUDr. Řeháčka, ktorý okrem medicíny pôsobil aj ako riaditeľ nemocnice.

Akým spôsobom v nemocnici odovzdávate skúsenosti mladým sestram? Majú vôbec záujem učiť sa?

Mladých sestier je aktuálne ako šafranu. Ale tie, s ktorými som doteraz spolupracovala, boli vždy ochotné a milé. Radi prijímajú skúsenosti a rady od starších sestier.

Čo vám práca sestry berie a čo naopak dáva?

Mám pocit, že práca sestry mi vôbec nič neberie, práve naopak, dáva dobrý pocit, keď môžem povzbudiť a podporiť pacienta v bolestiach a v slabostiach.

Keď odchádzate z práce, dokážete sa preladiť na osobný život tým, že už na prácu nemyslite?

Ako kedy, niekedy, keď je ťažký deň alebo máme ťažko chorého pacienta, tak príde chvíľa, keď sa doma neviem dobre uvoľniť a myšlienky mám v práci. A naopak, ak sa v práci nič vážneho neudeje, doma už na ňu nemám dôvod myslieť.

Ako najčastejšie, najradšej trávite čas po práci?

Najradšej som doma s rodinou, s manželom, deťmi a milovanými vnúčatami.

Aké sú vaše záľuby, záujmy, koničky? Máte čas sa im venovať?

Spolu s vnúčatami rada spoznávam historické a kultúrne pamiatky Slovenska.

✉ ANDREA HOMOLOVÁ 📺 ARCHIV ANKY DOSKOČOVÉ



STUDIJ U NÁS

AGEL Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická s.r.o.

Ostrava, Český Těšín, Přerov

- » Nadstandardní praxe na pracovištích Skupiny AGEL
- » Žádné školné a navíc možnost získat některé ze stipendií
- » Jistota zaměstnání po dokončení i v průběhu studia
- » Možnost plynule navázat a pokračovat na AGEL Vyšší odborné škole zdravotnické



@zdravkaAGEL



@zdravka_agel



szs.agel.cz

Doktor Jakub Králík si splnil cíl – je ambulantním lékařem

LÉKAŘ NEUROLOGICKÉ AMBULANCE NEMOCNICE AGEL TŘINEC-PODLEŠÍ SVÉ PACIENTY VNÍMÁ JAKO RODINU, KE KTERÉ MÁ ZODPOVĚDNOST A POVINNOST JE LÉČIT A POMÁHAT JIM.



V našem mapování života lékařů, zdravotních sester a dalších mladých zdravotníků Skupiny AGEL na začátku jejich profesní kariéry jsme tentokrát hovořili s lékařem Jakubem Králíkem, který od března 2020 pracuje v neurologické ambulanci Nemocnice AGEL Třinec-Podlesí. V rozhovoru nám rodák z Jasenice při Považské Bystrici například sdělil, proč se po studiích medicíny v Bratislavě rozhodl odejít pracovat do Česka, jak se mu líbí v renomované Nemocnici AGEL Třinec-Podlesí, nebo jaké má záliby.

Pracoval někdo z vaší rodiny ve zdravotnictví?

Mamka pracuje ve strojírenském podniku a otec dříve pracoval jako elektrikář, nyní je již v důchodu. Ve zdravotnictví pracuje moje starší sestra – jako záchranář v RZP

(Rychlá zdravotnická pomoc). Já a sestra jsme to zřejmě zdědili po naší mamce, která se chtěla stát zdravotní sestrou. Pochází ale z křesťanské rodiny a v té době nebylo možné, aby šla studovat na střední zdravotní školu. Takže nakonec si vybrala strojírenství.

Jak jste se dostal ke zdravotnictví? Čím vás přilákalo toto náročné povolání?

Pamatuji si, že jako malý kluk jsem si doma hrál na lékaře. Dal jsem si na sebe velký župan od rodičů jako lékařský plášť, chodil po domě a představoval si, že chodím po chodbách nemocnice. Inspirovala mě moje dětská lékařka, ke které jsme chodívali na pravidelné prohlídky (smích).

Časem mě to opustilo a začal jsem mít úplně jiné zájmy – propadl jsem letadlům,

takže jsem se chtěl stát pilotem velkého dopravního letadla. Této myšlenky jsem se držel ještě na střední škole. Bohužel angličtina mi dělala problémy už od základní školy. Přestože jsem se angličtinu doučil a byl jsem zpočátku odhodlaný absolvovat konkurz na stávku, nakonec jsem si netroufl a tento sen se mi rozplynul.

Pro studium medicíny jsem se tedy rozhodl ke konci střední školy. Být „panem doktorem“ byla pro mne velká výzva. V té době jsem vůbec netušil, jak je tato práce náročná. Vždyť ve filmech a seriálech to vypadá jednoduše a téměř vždy lékař přijde na příčinu (smích).

Po absolvování Střední zdravotní školy v Trenčíně, obor farmaceutický laborant, jste se rozhodl pro studium medicíny v Bratislavě. Proč jste se

jako laborant vydal na tuto vysokou školu?

Na konci základní školy jsem věděl, že gymnázium by nebylo pro mne. Chtěl jsem vystudovat střední školu, po které bych mohl jít hned pracovat. Obor farmaceutický laborant se mi líbil – lékárna, laboratoř, příprava léků, čisté prostředí. A protože na základní škole mě bavila chemie, proto jsem si vybral tento obor.

Pro studium medicíny jsem se rozhodl ve 3. ročníku, kde jsme měli praxi v lékárnách. Inspirovaly mne recepty, se kterými chodili pacienti od lékaře k našemu okénku, a poté jim magistra vydávala léky. A to byl ten zlom, kdy jsem se rozhodl: „I já chci psát léky na recept, chci být lékařem a léčit lidi“ (smích). Na druhé straně jsem se obával, protože dostat se z takové střední školy na medicínu není vůbec jednoduché.

„Svoji práci miluji a dělám ji s velkým respektem.“

Jak jste zvládl studium bratislavské Univerzity Komenského?

Po úspěšném absolvování přijímacích zkoušek jsem začal studovat na podzim 2010. Studium všeobecného lékařství bylo těžké. Po šesti letech studií v Bratislavě jsem hned odešel pracovat do České republiky, kde jsem se začal věnovat oboru neurologie. Již během studií jsem měl jeden velký cíl – jak dokončím medicínu, chci pracovat jako ambulantní lékař.

Jak vzpomínáte na studium medicíny?

Na studium medicíny mám jen samé krásné vzpomínky. Měl jsem okolo sebe množství dobrých lidí, super spolubydlíci na internátu. Vystudovat medicínu není pouze o učení a čtení velkého množství tlustých knih, ale ke studiu patří i zábava s kamarády, večírky, plesy, probdělé noci (smích). Během praxí ve vyšších ročnících poprvé nahlédnete do reálného života pacientů. Už to není jen kvantum naučených informací, ale přenesení vědomostí do praxe.

Po skončení vysoké školy v roce 2016 jste začal pracovat v trinecké nemocnici Sosna, kde jste strávil s krátkou tříměsíční přestávkou 3 a půl roku.

Nastoupil jsem na neurologické oddělení. Po třech měsících mě to lákalo vrátit se domů na Slovensko, tak jsem začal pracovat ve Fakultní nemocnici s poliklinikou

v Žilině. Bohužel to nenaplnilo moje představy a po několika měsících jsem se vrátil do Trince, kde jsem pracoval do roku 2020.

Od března 2020 pracujete v neurologické ambulanci Nemocnice AGEL Trinec-Podlesí. Proč jste se rozhodl pro renomovanou nemocnici Podlesí?

Mým cílem bylo pracovat jako ambulantní lékař. A když jsem dostal nabídku pracovat na prestižním pracovišti, přestože od mých kolegů v ambulanci nemám tolik zkušeností, tak taková nabídka se neodmítá. Pracovat v neurologické ambulanci je velmi zodpovědné a náročné.

Co vše máte na starosti?

Věnuji se hlavně ambulantní praxi, kde mám v péči tisíce pacientů trpících na různé neurologické nemoci. Práce s takovými pacienty vyžaduje velkou trpělivost, oddanost, respekt, protože mnozí trpí chronickými bolestmi hlavy a pohybového aparátu, poruchami centrálního nervového systému, které jsou často doprovázené psychogenními těžkostmi. Spolupracujeme i s lékaři v oboru psychiatrie a klinickými psychology. Také spolupracujeme s lékaři chirurgických oborů, jako je cévní chirurgie nebo neurochirurgie.

Osobně se ještě věnuji ultrazvukovému vyšetření karotických tepen, což je speciální neurologická metoda k vyšetření průchodnosti krkavic, tedy hlavní tepny v oblasti krku, která přivádí krev do mozku. Tato metoda se využívá hlavně u pacientů, kteří překonali mrtvici.

Vašimi pacienty jsou lidé po cévních mozkových příhodách, s různými typy epilepsií, s mozkovými nádory a poškozením mozku. Do péče neurologa patří i pacienti s roztroušenou sklerózou, s různými typy bolestí hlavy. Kolik máte pacientů na starosti a kterých je nejvíce?

Na neurologické ambulanci nepracuji pouze já, ale i další kolegové. Osobně mám na starosti zhruba 5 tisíc pacientů trpících na různé neurologické nemoci. Nejvíce pacientů máme s problémy páteře, kteří tvoří přibližně 60 procent.

Vy jste začal na Podlesí pracovat v době pandemie. Co bylo pro vás v té době nejtěžší – na co jste si musel zvyknout?

Do neurologické ambulance jsem nastoupil v době, kdy začínala pandemie. V té době jsem neznal své nové kolegy – bál jsem se, že mě kolektiv nepřijme mezi sebe. Navíc nikdo z nás nevěděl, co bude pandemie obnášet. Ale netrvalo dlouho a moje práce se mi stala druhým domovem. Zdravotní sestry a lékaři, kteří pracují v neurologické ambulanci delší dobu, mne zahrnuli příjemnou atmosférou a přijali mne mezi sebe. I když je v ambulanci hodně práce a ne každý den je posvácení, tak díky úžasnému kolektivu mě tato práce posouvá dopředu.

Máte již pacienta, na kterého nikdy nezapomenete?

Je jich mnoho, ale jednu pacientku mám neustále na mysli a rád na příhodu s ní vzpomínám. Jedna starší paní chodí ke



mně pravidelně jednou či dvakrát za rok, když nemá problémy, tak méně. Jednou paní přišla na obstřík páteře a spokojená odešla domů. Druhý týden přišla znovu, tak jí říkám, aby se – jako vždy – připravila na obstřík. Ona odpověděla: „Pane doktore, já žádné bolesti nemám, já jsem vás chtěla vidět. Já jsem musela za vámi přijít a vidět vás znova naživo, já se na vás vždy tak ráda dívám.“ (smích).

Přináší vám práce lékaře radost, uspokojení, nebo je to něco jiného, než jste si myslel?

Svoji práci miluji a dělám ji s velkým respektem. Mým cílem bylo vždy pracovat jako ambulantní lékař, takže se můj sen stal skutečností. Práce lékaře je těžká, ale v životě bych neměnil. Léčit nemocné lidi je privilegium a zároveň velká zodpovědnost.

Co byste ve zdravotnictví chtěl dokázat?

Mým cílem je nyní úspěšně absolvovat specializaci, na kterou se připravuji. Po úspěšném absolvování bych se chtěl nadále věnovat ambulantnímu sektoru, který mě nesmírně obohacuje. Mé pacienty vnímám jako rodinu, ke které mám zodpovědnost a povinnost je léčit a pomáhat jim.

Když vám skončí služba, přepnete na osobní život a na práci už nemyslete?

Když skončím v práci, tak se snažím

myslet na vlastní osobní život, i když je to někdy těžké. Některé problémy pacientů vás trápí, takže na to myslíte, zda jste pacientovi pomohl. Někdy to ale není jen o diagnóze pacienta. Někdy mne „pronásledují“ osobní příběhy pacientů, které mi řeknou. Pacienti vás často vnímají jako někoho, kdo si je poslechnou, poradí, usměrní, utěší. Pacienti nás zdravotníky vnímají jakou autoritu, které jim poradí nejen odborně, ale i v osobním životě.

Vy jste v dětství hrál na klavír a absolvoval jste základní uměleckou školu. Proč jste nedal přednost hudbě, ale medicíně?

Hudbu miluji, ale nemám vyhrazený styl hudby. Pocházím z křesťanské rodiny a jako mladý kluk jsem chodil s rodiči do kostela, kde v době obřadu zaznívaly mohutné tóny varhan. Už jako kluk jsem toužil naučit se hrát na tento královský nástroj. U nás však připadala v úvahu jen hra na klavír. Od druhé třídy jsem začal navštěvovat hudební školu, což mne nesmírně bavilo. Rodiče mi domů koupili klavír, což nebyla levná záležitost. Vystudoval jsem základní uměleckou školu, ale stále to nebylo ono. Můj hudební sen bylo hrát na varhany. Během studií medicíny jsem měl možnost si párkrát zahrát na varhany v některých bratislavských chrámech pod vedením zkušeného hudebníka, ale největším zážitkem byla pro mě příležitost

zahrát si na varhany v Domě sv. Martina v Bratislavě. Poté jsem ještě 4 roky hrával pravidelně na obřadech v jednom kostele v malé slovenské vesnici.

Jak často hrajete dnes? Máte nějaké koncerty?

Bohužel hraju velmi málo. Doma sice mám digitální piano, ale spíše slouží jako interiérový doplněk, na který sedá prach (smích).

Jak trávíte své osobní volno – jaké máte koníčky?

Chtěl jsem být pilotem nebo stevardem, což se mi nesplnilo. A protože velmi rád cestuji a miluji oddych u moře, tak neopovrhnu kvalitní dovolenou. Preferuji destinace mimo Evropu. Dvakrát jsem navštívil Austrálii, kde jsem poznal velmi příjemné lidi, se kterými jsem stále v kontaktu. Před pandemií jsem měl možnost navštívit Panamu, kde jsem viděl slavný Panamský průplav, který se táhne dešťovými pralesy. Zde jsem v zátokách pozoroval krokodýly, opice zvané kapucíni a různé typy leguánů. Před několika měsíci jsem navštívil ostrov Mauricius a dvakrát Dubaj.

Kromě cestování si rád zajdu do posilovny, čímž se udržuji v kondici. Pokud mám trochu více volna, navštěvuji rodný kraj na Slovensku, kde trávím čas s rodiči, starší sestrou a čtyřletou neteří. ♦♦ TOMÁŠ ŽELAZKO

📷 TOMÁŠ ŽELAZKO, ARCHIV JAKUBA KRÁLIKA

PŘIVEĎ SI
SVÉHO
KOLEGU

A

VYCHUTNEJ SI
ODMĚNU!



Máš kamaráda
lékaře nebo
sestru, který
by se skvěle
hodil
do naší firmy?

Přiveď ho do
Skupiny AGEL

Podrobnější informace
a potřebný formulář získáš
na personálním oddělení.

Napsali o nás

NADACE AGEL

JAKO DÍTĚ PORAZIL OLIVER RAKOVINU, ALE ZŮSTAL OCHRNUTÝ. S NOVÝM VOZÍKEM ŽIJE NAPLNO A SPORTUJE

Plzeň.cz



S tříadvacetiletým Oliverem Moučkou z Plzně se život nemazlil. Již několik měsíců po narození se Oliverův zdravotní stav začal zhoršovat, trápil ho nádor, který mu tlačil na plíce. Doktorům se nádor podařilo odstranit, ale během operace mu byla přerušena mícha a od té doby je odkázán na invalidní vozík. Oliver se postavil všem výzvám, které mu život přichystal a výsledkem je mladý sportující muž, který umí žít naplno a pro všechny je velkou inspirací.

Přestože je Oliver od pasu dolů ochrnutý, jeho největší vášní je sport a adrenalin. Od 13 let se věnuje florbalu na mechanickém vozíku za tým SKH METEOR Plzeň. Rád boxuje, přičemž se baví a posiluje zároveň. Během studia na střední škole si oblíbil lukostřelbu. Závodně střílí za SC Jedličkův ústav Praha. Každý rok jezdí se sportovním klubem na hory do Itálie lyžovat na monoski.

„Ve volném čase rád jezdím na vozíku delší projížďky a poznávám okolí. I já si myslím, že je možnost si život užít hodně podobně jako ostatní zdraví lidé,“ říká Oliver Moučka, který nyní díky NADACI AGEL může uhradit doplatek na nový mechanický vozík, tedy část, kterou nehradí zdravotní pojišťovna. „Na rozdíl od mého současného vozíku je lehce ovladatelný a bude méně problémový s překážkami ve městě a přírodě. Vozík mám vyrobený na míru, díky čemuž budu předcházet dalším zdravotním problémům,“ dodává Oliver.

„Máme radost, že jsme se podíleli na koupi nového mechanického vozíku, který je vyroben na míru a díky němuž si Oliver může užívat života nejen jako jeho vrsťáček,“ říká Veronika Dostálová, členka správní rady NADACE AGEL.

NEMOCNICE AGEL

TŘINEC-PODLEŠÍ

CHŘIPKA? NE, ZÁNĚT SRDEČNÍHO SVALU

Třinecký hutník

Pětadvacetiletá žena v létě začala pociťovat zdravotní obtíže typu bolesti kloubů a svalů, horečky, únavy a zimnice. Zprvu jim nepřikládala velkou váhu. Předpokládala, že má chřipku, a snažila se léčit doma. Nakonec si ale v nemocnici vyslechla život ohrožující diagnózu – zánět srdečního svalu.

„Začalo to jako příznaky chřipky. Po třech dnech domácího léčení jsem začala cítit zlepšení, proto jsem ani nenavštívila svého praktického lékaře. Za další tři dny se ale situace znovu zhoršila a jela jsem nakonec ráno k lékaři,“ popsala Andrea Adámková, kterou nakonec zdravotníci šokovali velmi vážnou diagnózou, která vyžadovala okamžitou hospitalizaci v Nemocnici AGEL Třinec-Podlesí. „Absolutně jsem takovou diagnózu nečekala,“ přiznala.



„Když vyšly výsledky krve a paní lékařka mi sdělila, že musím jít na monitorované lůžko, jelikož mám buď plicní embolii, nebo myokarditidu, tak jsem byla zaskočená. Upřímně jsem ani nevěděla, co myokarditida je. Další šok byl, když mi lékaři sdělili, že mi selhává srdce a že funguje jen na nějakých 50 procent,“ pokračovala mladá maminka, která nakonec v třinecké nemocnici strávila dva týdny.

„Stav paní Adámkové byl v úvodu hospitalizace velice vážný. Levá komora srdeční byla významně oslabena probíhajícím zánětem, výsledkem toho pak byl fakt, že srdce nedokázalo přečerpávat dostatečné množství krve k zabezpečení adekvátní dodávky kyslíku a živin do tkání,“ popsal stav pacientky vedoucí lékař akutní kardiologické péče Radim Špaček s tím, že chybělo jen málo a mladá maminka by musela být připojena na mechanickou oběhovou podporu, tzv. ECMO. Naštěstí se její stav po zahájení léčby

rychle zlepšoval a za méně než dva týdny se zdravotníkům podařilo vrátit srdeční stažlivost dokonce do normy.

Takovéto zdravotní obtíže, a navíc v takto mladém věku, jsou raritou. „Zánět srdečního svalu je vzácné onemocnění. Celosvětově se odhaduje, že každý rok postihne asi jednoho z 10 tisíc obyvatel. Ovšem takto rozsáhlá myokarditida, jakou trpěla paní Adámková, je velmi vzácná a i v našem zařízení se s ní setkáváme sporadicky. Během roku 2022 byla paní Adámková jediná,“ prozradil lékař a dodal, že prognóza pro mladou maminku je naštěstí aktuálně s půlročním odstupem velmi dobrá.

„Chtěla bych říct, že péče byla v nemocnici v Podlesí neskutečná. Za celý pobyt nebyla jediná věc, na kterou bych si musela stěžovat. V první řadě musím vyzdvihnout lékaře a sestřičky na JIPce, ti se o mě starali vážně skvěle. Pobyt v nemocnici mi také dost usnadňovalo to, že jsem měla blízko svou rodinu a kamarády, takže za mnou každý den někdo chodil. Hlavně když už jsem byla na klasickém pokoji, tak za mnou mohla už má šestiměsíční dcera,“ chválila Andrea Adámková s tím, že v době hospitalizace i následné rekonvalescence měla ohromnou podporu své rodiny.

NEMOCNICE AGEL JESENÍK

NOVOROZENÉ DĚTI HLÍDÁ 5 NOVÝCH MONITORŮ DECHU

Naše město – Jeseník

Pět nových monitorů dechu získalo od Nadace Křižovatka novorozenecké a dětské oddělení Nemocnice AGEL Jeseník. Přístroje chrání novorozence před syndromem náhlého úmrtí (SIDS), který je jednou z nejčastějších příčin úmrtí kojenců do jednoho roku života.

Monitor je umístěn v postýlce pod matrací a identifikuje i minimální pohyby dítěte při dýchání, které se přenášejí do mikroprocesoru. Blikající zelené světýlko na ovladači pak značí, že je vše v pořádku. „V případě, že dítě nedýchá déle než dvacet vteřin, spustí přístroj alarm a ohlásí, že je miminko v nebezpečí. Rodiče tak mohou včas zareagovat,“ vysvětluje Pavlína Vašínová, staniční sestra novorozeneckého oddělení Nemocnice AGEL Jeseník. „Syndrom náhlého úmrtí, na který ročně v České republice umře okolo dvaceti dětí, v naší nemocnici rozhodně nepodceňujeme. Monitor mají k dispozici miminka v každé postýlce. V rámci pravidelné přístrojové

obmeny v letošním roce vyřazujeme sedm monitorů a pět jsme od Nadace Křižovatka dostali," dodává Pavlína Vašinová, staniční sestra novorozeneckého oddělení.

Celkově je na novorozeneckém oddělení 13 monitorů, další 2 jsou na dětském oddělení.



„Ráda bych touto cestou poděkovala nejen Nadaci Křižovatka, ale i společností KOSTKA – kolobka a TopTeramo za finanční podporu, díky které bylo možné přístroje pro děti do nemocnice zakoupit,“ doplnila primářka dětského oddělení Lenka Rašková.

Nadace Křižovatka se jako jediná nadace v České republice aktivně věnuje podpoře povědomí veřejnosti o SIDS a o možnostech ochrany ohrožených dětí do jednoho roku věku. Díky dárcům a sponzorům pomáhá nadace vybavit české nemocnice a porodnice monitory dechu Babysense, které jsou registrovány u Ministerstva zdravotnictví ČR jako zdravotnická pomůcka a prošly několikaletými klinickými testy.

Novorozenecké oddělení Nemocnice AGEL Jeseník získalo statut Baby Friendly Hospital Initiative, který je celosvětově udělován nemocnicím, jejichž novorozenecká oddělení splní náročná kritéria stanovená Světovou zdravotnickou organizací na podporu kojení, jako jednu z hlavních podmínek zdravého vývoje dítěte.

NEMOCNICE AGEL KOŠICE-ŠACA MAMÍČKA S CYSTICKOU FIBRÓZOU PORODILA V NEMOCNICI AGEL KOŠICE-ŠACA VYTÚŽENÉ BÁBÄTKO: „O RASTÍKA SME SA SNAŽILI 6 ROKOV“

Superbabky

Na Gynekologicko-pôrodníckej klinike Nemocnice AGEL Košice-Šaca rodila v priebehu troch rokov už druhá pacientka s cystickou fibrózou. Toto ochorenie patrí k dedičným a jej výsledkom je produkcia chybných bielkovín. Cystická fibróza sa prejavuje prevažne pľúcny postihnutím, niekedy však ovplyvní aj viacero orgánov naraz. Mladá mamička Marcela (31) sa tak počas tehotenstva musela popasovať nielen s cystickou fibrózou, ale aj s diabetom a ďalšími komplikáciami.

„V prípade žien, ktoré trpia cystickou fibrózou, je ojedinelé, ak otehotnejú prirodzene, skôr sa im to podarí vďaka umelému oplodneniu, pretože hustý hlien je všade v tele, aj na krčku maternice aj vajcovodoch. Proces umelého oplodnenia sme kvôli mojim zdravotným výkyvom museli prerušiť dvakrát. Napokon to, našťastie, vyšlo. Čo sa týka cystickej fibrózy, od 4. mesiaca tehotenstva mi začalo stúpať CRP, čo signalizovalo, že mám v tele zápal. Lekárka mi vysvetlila, že pre moje telo je „záťaž“ starať sa už len samé o seba a teraz fungovalo za dvoch, dostala som preto antibiotiká. Bez nich som kašľala, nevedela som dýchať, ani spať, doslova som chrapčala, po nasadení liečby sa môj stav upravil,“ priblížila šťastná mamička Marcela, ktorá okrem iného bojuje aj so špecifickým diabetom, a preto si pichá inzulín. „O bábätko sme sa snažili 6 rokov a aj po otehotnení mi cukrovka robila stále problémy. Diabetologička mi povedala, že počas prvého trimestra mi môže klesať cukor, no nízke hodnoty, okolo 2 až 3, som mala až päť mesiacov. Neustále som si musela merať cukor a mať po ruke džús. Naopak, pred pôrodom mi začal cukor stúpať, nemohla som jesť pečivo, na raňajky som mala stále to isté: orechy a vložky,“ povedala mladá mamička, ktorá napriek viacerým komplikáciám so zápalom, cukrovkou a hematómom na placentu považuje priebeh svojho tehotenstva za zvládnutelný.

Marcela bola na rizikovitom tehotenstve od 30. týždňa a na poslednej kontrole, v 35. týždni, jej odtiekla hlienová zátk. Vtedy ju ovládol stres. „Manžel ani nestihol prísť. Veľmi som sa bála podania spinálu, nakoniec sme to zvládli. Personál bol úžasný, bolelo ma to len o niečo viac, ako bežná injekcia. Ťažkosti mi ale spôsobovalo mravčenie v nohách, až po hrudník. Nevedela som kašľať, mala som pocit, že sa mi nehýbu pľúca a potrebovala som sa predýchať, aby som sa upokojila. Samotný pôrod bol rýchly. Moja prvá reakcia bola – prečo bábätko neplače a je tichúčko? Bola som nešťastná, Rastíka odviezli na JIS s podozrením na hypoglykémiu, ktorá sa aj potvrdila,“ zaspomínala si čerstvá mamička. Napokon všetko dobre dopadlo a synov zdravotný stav sa polepšil. „Bábätko je v poriadku, len je menšie. Rastík sa narodil 23. 1. 2022 o 11:30 hod., čiže o 4 a pol týždňa skôr, s mierami 2680 gramov a 45 centimetrov,“ uviedla hrdo maminka. Marcela, hoci celé tehotenstvo zvládala statočne, sa otvorene priznáva, že v živote sa necítila horšie, ako krátko po samotnom pôrode. Keď totiž začala kašľať, mala pocit, že jej ide všetko roztrhnúť. „Pôrod som mala pokrytý antibiotikami,

aby som zvládla rekonvalescenciu. Všetci mi vyšli v ústrety, aj keď ma bolela hlava a zvonilo mi v ušiach, pekne sa o nás starali. S manželom sme radi, že sme si vybrali práve Nemocnicu AGEL Košice-Šaca. Je to tu krásne zariadené, s veľmi dobrým personálom. Človek ani nemá pocit, že je v nemocnici. Docent MUDr. Erik Dosedla, Ph.D., MBA tu bol stále pre nás, aj pred pôrodom, z odborného hľadiska nás mal celý čas pod kontrolou,“ pochvaľuje si vďačne Marcela, ktorá raz až dvakrát do roka absolvuje 14-dňové preliečenie na pľúcnom. V súčasnosti jej dáva nádej terapia CF modulátorov, a preto verí, že sa jej stav zlepší.

„U pacientky sme vykonali, ako u prvej pacientky na Slovensku, najmodernejšie prenatálne genetické testy, ktoré boli zamerané na vylúčenie cystickej fibrózy plodu. Toto vyšetrenie je jedinečné tým, že nie je nevyhnutné pichať do bruška a odoberať plodovú vodu, ale stačí odoberať krv tehotnej a z tejto krvi vykonať analýzu DNA plodu,“ uviedol primár Gynekologicko-pôrodníckej kliniky Nemocnice AGEL Košice-Šaca Doc. MUDr. Erik Dosedla, Ph.D., MBA, ktorý zároveň dodal, že vo svete porodí ročne len veľmi málo pacientiek s ťažkou formou cystickej fibrózy.

NEMOCNICA AGEL ZLATÉ MORAVCE

PLÁNY NEMOCNICE V ZLATÝCH MORAVCIACH: CHCE MODERNIZOVAŤ ODDELENIE AJ OPERAČNÉ SÁLY

Dnes24.sk

Vedenie nemocnice v Zlatých Moravciach zhodnotilo uplynulý rok. V tom aktuálnom netajú smelé plány. Nemocnica AGEL Zlaté Moravce zvýšila v minulom roku celkovú hodnotu svojho hmotného i nehmotného majetku o vyše 150-tisíc eur.

Nemocnica podľa slov riaditeľky Niny Horniakovej zmodernizovala materiálne-technické vybavenie, postupne revitalizovala odborné miesto pre darcov krvi, priestory pre novovytvorenú jednodňovú zdravotnú starostlivosť v odbore gynekológia a zriadila nové priestory na uloženie ľudských pozostatkov. Nemocnica v rámci investičnej obnovy zakúpila zdravotnú techniku pre všetky oddelenia.

Úspechom nemocnice bolo v minulom roku podľa hodnotenia Horniakovej rozšírenie pracoviska jednodňovej zdravotnej starostlivosti a jeho zazmluvnenie zo strany zdravotných poisťovní. „S týmto krokom súvisel nárast spektra poskytovanej zdravotnej starostlivosti a operačných výkonov v odboroch gynekológia a pôrodnictvo, traumatológia aj ortopédia,“ povedala riaditeľka.

Zásadným mílnikom pre zlatomoravskú nemocnicu je aktuálna optimalizácia siete nemocníc a plán obnovy Ministerstva zdravotníctva SR.

„Veríme, že týmito projektami budú mať zdravotnícke zariadenia v rámci Slovenska správne vytýčený smer vývoja, z poskytovania zdravotnej starostlivosti sa vylúčia prežitky a vykryštalizujú sa postupy, ktorými je potrebné sa ďalej uberať,“ domnieva sa Horniaková.

Plánom vedenia nemocnice na rok 2023 je predovšetkým modernizácia priestorov chirurgického oddelenia, jeho lôžkovej a dennej časti, ako aj centrálnych operačných sál. Nemocnica by chcela rozšíriť špecializovanú ambulantnú starostlivosť, jednodňovú zdravotnú starostlivosť, prípadne rozšíriť počet lôžok fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie.

Nemocnica zároveň poskytne maximálnu súčinnosť Senior centru sv. Kataríny Handlová v pokračovaní vybudovania pracoviska domova sociálnych služieb na komunitnej úrovni v areáli nemocnice, potvrdila Horniaková.

NEMOCNICA AGEL ZVOLEN

KLINICKÁ PSYCHOLOGIČKA: NIKTO BY NEMAL ZOSTÁVAŤ SO SVOJIMI ŤAŽKOSŤAMI SÁM

Zvolensko-Podpolianske noviny

Strach, úzkosti, smútok, problémy s dieťaťom či ťažkosti v partnerskom živote. Nie každý vie náročné životné obdobia spracovať sám. Vyhľadať odbornú pomoc nie je hanba a v niektorých prípadoch je to doslova nevyhnutné.

V čase rastúcich psychických problémov u detí, mládeže aj dospelých otvára Nemocnica Zvolen, ktorá patrí do siete Agelu, od januára novú ambulanciu psychológa s klinickou psychologičkou Silviou Mamoňovou Lorencovičovou.

Čo vás priviedlo k štúdiu psychológie?

K psychológii ma priviedla túžba porozumieť ľudskej psychike, správaniu ľudí, ich vzťahom a možnosť niekomu pomôcť. Od mlada som rada čítala knihy, ktoré sledovali vývoj rodinných vzťahov naprieč generáciami, sledovala som životopisy a zaujímala sa o to, čo ľudí ovplyvňovalo. To už bol krôčik k tomu, že som si vybrala pre svoje štúdium psychológiu s tým, že som sa jej chcela aj profesijne venovať. Študovala som na Univerzite Konštantína Filozofa v Nitre.

Za akých okolností sa môže psychológ stať klinickým psychológom?

Psychológ, ktorý pracuje v zdravotníctve, potrebuje okrem univerzitného štúdia

absolvovať aj špecializačné štúdium v klinickej psychológii, ktoré trvá minimálne tri roky. Okrem neho potrebuje mnohé iné školenia v psychodiagnostike a pre terapeutické vedenie ľudí je vhodný psychoterapeutický výcvik. Vzdelávanie psychológa je naozaj celoživotné, ale keď sa spojí láska k práci a k pomoci iným, tak to ide.

Akým pacientom sa v ordinácii budete venovať?

Mám ukončenú rodinnú terapiu, venujem sa deťom aj dospelým. Mám skúsenosti s diagnostikou a s terapeutickým vedením u detí, u adolescentov, u dospelých, v párovej terapii a aj v smútkovom poradenstve. Posledné roky som pracovala v oblasti onkológie, teda s ľuďmi, ktorých ohrozuje vážne ochorenie, s ich príbuznými.

S akými ťažkosťami k vám pacienti budú môcť prísť?

Nikto by nemal zostávať so svojimi ťažkosťami sám, takže ktokoľvek, kto má problémy so svojím prežívaním, s úzkosťami, so strachmi, kto prechádza náročným obdobím, môže navštíviť ambulanciu psychológa. Tiež rodičia s deťmi, ktorí riešia výchovné a vývinové otázky. Víťané sú aj páry, partnerské, manželské či prežívajúce krízové obdobie. Tiež ľudia, ktorí potrebujú psychodiagnostické vyšetrenie pre účely sociálnej poisťovne, pri výbere štúdia, povolania, pre potreby odborného lekára.

Stretávate sa v práci aj s ťažkými prípadmi?

Je náročné určiť, kto prichádza s „ťažkým problémom“ a kto s ľahším. Kto prechádza smútkom, strachom, úzkosťou a borí sa s týmito pocitmi, môže byť jeho stav neznesiteľný. Kto zažíva alebo zažil stratu blízkeho, tiež zažíva neznesiteľné a ťaživé pocity. Rodičia, ktorí sa strachujú o dieťa, dieťa, ktoré sa strachuje o seba, o blízkych, každý z nich môže prežívať práve ťažké obdobie svojho života. Ľahšie sa iste pracuje s človekom, ktorý si sám zvolí stretnutie so psychológom, je zväčša tiež motivovaný ku zmene, k práci na sebe. Naopak, s tými, ktorí neprídu celkom dobrovoľne, môže byť spolupráca obťažnejšia.

Ako posúдите, či by zdravotný stav vášho pacienta nemal posúdiť psychiater?

Spolupráca psychológa a psychiatra je v tomto smere viac než žiaduca. Ide o odbory, ktoré sú vzájomne prepojené a sú ľudia, ktorí sú v starostlivosti psychiatra a psychológa súčasne. Tiež mnohí prichádzajú práve po odporúčení psychiatra a, naopak, stáva sa, že ľuďom práve psychológ odporučí vyšetrenie u psychiatra.

Niektorí ľudia majú rôzne obavy pred psychiatrickým vyšetrením, psychofarmakami, vtedy sa snažíme vysvetliť dôvody, prečo je to potrebné, v čom im môžu napomôcť psychofarmaká zlepšiť kvalitu života.

Platí, že viac sa dá prísť porozprávať ku psychológovi ako ku psychiatrovi?

V rámci psychologického poradenstva a psychoterapie je priestor, kde človek môže slobodne a otvorene vyjadriť, kde je to očakávané a dokonca žiaduce. Aj niektorí psychiatri poskytujú psychoterapiu, nie je to oblasť vyhradená výlučne pre psychológov.

V dnešnej rýchlej dobe, aj čo sa týka celospoločenských tém, sú ľudia viac vystavení stresu. Poradíte im, ako ho najlepšie odbúrať?

Ako odbúrať stres je oblasť, o ktorej by sme mohli hovoriť hodiny. Všeobecne je dobré, keď ľudia dodržiať základy psychohygieny a starajú sa o seba – majú dostatočný spánok, pohyb, pravidelnú a vyváženú stravu, majú okolo seba ľudí, o ktorých sa dá oprieť, doprajú si oddych. Stres je niekedy aj dobrý a motivujúci, vie nás vyburcovať, ale ten škodlivý vie v našom prežívaní a v tele narobiť veľa škody. Pozitívne však je, že lepšie zvládanie stresu je možné sa naučiť – aj v spolupráci so psychológom.

Čo je podľa vás najťažšie na práci psychológa?

Ustáť si hranice a nenechať sa pohltiť ťažkosťami ľudí je výzva pre každého psychológa. Našou hlavnou črtou je empatia, ktorá však môže byť aj našim nepriateľom, ak prestaneme empatizovať sami so sebou.

Koľkokrát v roku musí prísť klient kvôli tomu, aby svoj problém odbúral?

To je náročná otázka a ťažko zodpovedateľná. Isto z nás každý zažil stretnutie alebo vetu, ktorá ním pohla a naštartovala zmenu vo vnímaní a prežívaní. Niektoré, najmä zložitejšie ťažkosti vyžadujú čas, možno častejšie stretnutia a niektorí ľudia chcú a potrebujú dlhodobú intervenciu, teda nielen rok, ale aj roky.

Ako relaxuje samotný psychológ? Poradíte nám?

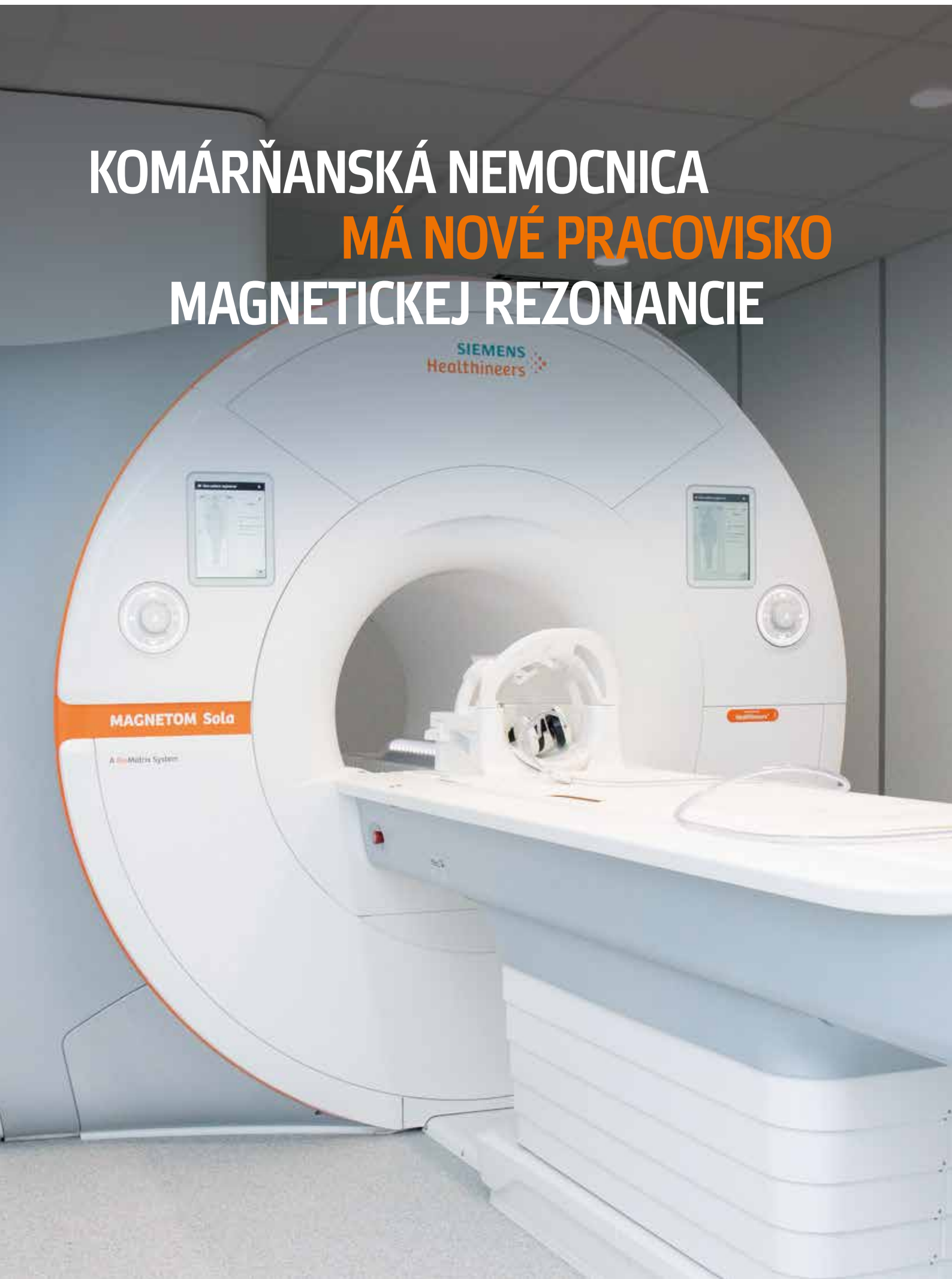
Psychohygiena sa týka aj mňa a pre mňa je relax spojený práve s rodinou, ale aj so samou sebou. Najlepšie zrelaxujem aktívnym pohybom, športom, špeciálne beh je pre mňa aktivita, ktorá dobíja. Rada behám v prírode, kde sa kochám a načerpávam silu. Tiež dobrá kniha je pre mňa na nezapltenie, preto ma láska ku knihám sprevádza po celý môj život.

KOMÁRŇANSKÁ NEMOCNICA MÁ NOVÉ PRACOVISKO MAGNETICKEJ REZONANCIE

SIEMENS
Healthineers

MAGNETOM Sola

A Matrix System





Vedenie AGELu, mesta Komárno, Nitrianskeho kraja a Nemocnice AGEL Komárno pri slávnostnom otvorení pracoviska magnetickej rezonancie



Nové pracovisko sa podarilo realizovať za štyri mesiace

Novinka, na ktorú netrpezlivo čakali pacienti v širokom okolí sa stala realitou. Nemocnica AGEL Komárno vďaka zásadnej investícii z vlastných zdrojov v polovici januára slávnostne otvorila úplne nové pracovisko magnetickej rezonancie. Najmodernejší spôsob diagnostiky v regióne roky chýbal, dnes už je minulosťou dochádzanie do Nových Zámkov či Dunajskej Stredy. Na slávnostnom otvorení sa zúčastnila štátna tajomníčka ministerstva zdravotníctva Mgr. Lenka Dunajová Družkovská, predse- da Nitrianskeho samosprávneho kraja Ing. Branislav Becík, PhD, podpredsedníčka predstavenstva AGEL MUDr. Marie Marso- vá MBA, LL.M. a primátor Komárna Mgr. Béla Keszegh.

Jeden z najmodernejších prístrojov typu 1,5 T od firmy Siemens Healthineers bol do nemocnice dopravený v závere uplynulého roka. Predchádzali mu stavebné úpravy

priestorov, ktoré bolo potrebné kompletne zrekonštruovať a novému diagnostickému zariadeniu prispôbiť.

„Najmodernejší spôsob diagnostiky v regióne so 110 000 obyvateľmi chýbal.“

„Vybudovanie MRI pracoviska sme mali ako jeden zo základných pilierov nášho plánu doplnenia diagnostiky nemocnice. Je to nevyhnutné pre odbory neurológia, chirurgia, vnútorné lekárstvo, traumatológia, rehabilitácia a, samozrejme, pre onkológiu, keďže MRI diagnostika musí byť samozrejmosťou pre onkologické centrá. Okres Komárno má 110 tisíc obyvateľov a doteraz nemal magnetickej rezonanciu. Plánovaný

spád onkologických pacientov sa blíži až k číslu 600 tisíc. Som nesmierne rád najmä za našich pacientov, že sa nám to podarilo zrealizovať, nové MRI je obrovský kvalita- tívny posun aj pre našich zdravotníkov,“ uviedol riaditeľ Nemocnice AGEL Komárno Mgr. Miroslav Jaška MPH.

Celá investícia vrátane stavebných úprav predstavuje 1,5 milióna eur a nemocni- ca ju hradila z vlastných zdrojov. Nové pracovisko je umiestnené v novej budove urgentného príjmu s recepciou. Budú sa tu realizovať nielen vyšetrenia hospitalizova- ných pacientov, pacientov z neurologickej, chirurgickej a gastroscopie ambulancie, ale aj pacientov z externých ambulancií v okolí. Celé pracovisko bolo navrhnuté tak, aby prevádzka bola čo najefektívnej- šia aj vo vzťahu k personálu nemocnice. Perspektívne by sa tu mali realizovať aj vyšetrenia detských pacientov.

📞 MARTINA PAVLIKOVÁ 📺 MICHAL KOVARSKÝ



Levočskí chirurgovia prvýkrát použili novú operačnú metódu

NA VYPLNENIE KOSTNÉHO DEFEKTU POSLÚŽILO CHIRURGOM BIOAKTÍVNE SKLO.



Novinka – biosklo, ktoré použili levočskí chirurgovia je alternatívou náhrady odobratej pacientovi z inej časti kosti

Chirurgovia Nemocnice AGEL Levoča prvýkrát použili počas traumatologickej operácie bioaktívne sklo na vyplnenie kostného defektu. Je to alternatívou spongioplastiky – náhrady odobratej z inej časti kosti. Pre operatéra je operácia technicky aj časovo náročnejšia, no pre pacienta znamená možnosť skoršej rehabilitácie a elimináciu bolestivosti. Operácia si vyžiadala prítomnosť dvoch lekárov, primára MUDr. Ľubomíra Strelku, PhD., MPH a traumatológa MUDr. Michala Sedláka, ktorého sme v súvislosti s touto novinkou vypovedali.

Pán doktor, za akých okolností bolo pacientovi indikované použitie bioaktívneho skla pri operácii?

Išlo o pacienta s pseudoartrózou (teda pakľbom) jednej zo zápästných kostí, ktorý vznikol nezhojením zlomeniny. Na začiatku išlo o jednoduchú, nedislokovanú zlomeninu, a preto sme ju primárne neindikovali k operačnej liečbe. Neskôr sa však ukázalo, že pri úraze došlo aj k poškodeniu nutričnej (vyživovacej) cievy, a teda aj napriek správne zvolenému postupu fixácie zlomeniny pomocou sadry a neskôr aj ortézy, nedošlo k jej zahojeniu. Naopak, došlo k vytvoreniu tzv. pakľbu – pokrytiu povrchu lomnej línie chrupavkou. Pacient bol limitovaný bolestivosťou spôsobe-

nou pohybom jednotlivých fragmentov zlomeniny voči sebe. Rovnako následkom pohybu týchto fragmentov došlo v mieste zlomeniny k vytvoreniu defektu kosti, ktorý bolo potrebné nejakým spôsobom vyplniť. Preto sme indikovali osteosyntézu s použitím kompresnej skrutky a plastiku defektu.

„U pacienta je možná skoršia mobilizácia, menšia bolestivosť, rýchlejšia rehabilitácia.“

V čom spočíva výnimočnosť metodiky operácie?

Výnimočnosť metodiky operácie spočíva v tom, že za bežných okolností by sme ako spongiózny štep (hubovité kostné tkanivo), použili kúsok spongiózneho kosti, ktorú by sme odobrali samotnému pacientovi z iného miesta na tele (napríklad z vretennej kosti – kosti predlaktia) a vyplnili by sme ňou defekt v mieste zlomeniny zápästnej kosti. Tento postup prináša určité riziká (infekcia odberového miesta či oslabenie štruktúry kosti, z ktorej sa kostné tkanivo odoberá), a teda jej väčšiu

predispozíciu k neskoršiemu zlomeniu. V neposlednom rade odberové miesto bolí rovnako ako samotná zlomenina, čo pacientovi v dôsledku bolesti bráni vo včasnejšej rehabilitácii. To bolo dôvodom, prečo sme sa rozhodli ako „kostný štep“ použiť bioaktívne sklo vo forme pasty. Ide o preparát používaný prevažne v kostnej onkochirurgii a septickej kostnej chirurgii, avšak v tomto prípade sa pre daný typ operácie a pre daného pacienta javil ako najlepšia voľba.

Je tento typ traumatologickej operácie pre operatéra náročný?

Tento typ materiálu by sa nemal dostať do kontaktu s chrupavkou, preto je pre operatéra dôležité najprv znížiť chrupavku z povrchu lomnej línie (vyčistiť pakľb), následne je potrebná precízna osteosyntéza – tak, aby kortikálne časti jednotlivých fragmentov na seba pevne dosadli a až potom sa centrálny defekt kosti vyplní bioaktívnym sklom vo forme pasty. To je samo o sebe časovo aj technicky náročnejšie než pri použití spongiózneho štepu odobraného od pacienta, kde tento problém odpadá.

Akú výhodu to prinesie pacientovi?

Výhoda pre pacienta spočíva v tom, že nemáme odberové miesto spongiózneho kosti, je teda nižšie riziko pooperačných komplikácií. U pacienta je možná skoršia mobilizácia, menšia bolestivosť, rýchlejšia rehabilitácia a nižšie riziko rozvoja neuroalgodystrofického syndrómu (obdobie hojenia zlomenín, kedy sa u pacienta objavuje stav neprimeranej bolesti). Výhoda pre nemocnicu, ako aj pre samotný zdravotný systém spočíva aj v tom, že sa v konečnom dôsledku znížia liečebné náklady danej zlomeniny (ak zarátavame aj všetky štatisticky možné komplikácie hojenia, čo je podložené aj štúdiami).

Pre akého pacienta je operácia s použitou náhradnou vhodná?

Ovplyvňuje to napríklad vek alebo iné diagnózy?

Daný typ náhrady je indikovaný v podstate pre všetkých pacientov. Profitovať z neho budú skôr pacienti vo vyššom veku so sklonom k osteoporóze (odber spongiózneho kosti u pacienta s osteoporózou/osteopéniou je komplikovanejší, pretože

kostné tkanivo je horšej kvality). Osobne by som tento typ operácie indikoval aj u mladšieho dospelého pacienta, ktorý je fyzicky aktívny a po danej operácii u neho predpokladáme skorší návrat k plnej fyzickej aktivite. Dôležitá je aj compliance pacienta, čo znamená, že je potrebné vytipovať si pacienta, ktorý bude chodiť na pooperačné kontroly v stanovených intervaloch a bude dodržiavať odporúčany liečebný režim.

Plánujete aj ďalšie operácie s týmto postupom?

Áno, plánujeme. Momentálne máme v dispenzarizácii (pravidelnom sledovaní pacienta) našej traumatologickej ambulancie ešte dvoch ďalších pacientov, ktorí by z daného typu operácie profitovali. Jeden má rovnako „pakľb“ následkom nesprávneho zhojenia zlomeniny. Druhý je onkologický pacient s kostnou osteolytickou metastázou v oblasti strednej časti dlhej kosti.

Na aké typy zlomenín sa dá tento operačný postup aplikovať?

Tento typ materiálu je vhodný na vyplňanie kostných defektov – pakľby, osteolytické metastázy, kostné sekvestry vzniknuté následkom osteomyelitidy (zápal kostnej drene). Teda súhrnne povedané u rôznych typov komplikácií hojenia kostných defektov. ➡ LEA KÚTNIKOVÁ

Pacienty se srdeční arytmii začali jako první v kraji léčit katetrovou ablací pomocí pulsního pole

OPROTI JINÝM METODÁM UMÍ TATO LÉČBA ZÁKROK VÝRAZNĚ URYCHLIT, A TO ASI NA POLOVINU SOUČASNÉ DÉLKY.



Lékaři Otakar Jiravský (v popředí) a Jan Chovančík při zákroku novou metodou

Jako první pracoviště v Moravskoslezském kraji zařadila v loňském roce Nemocnice AGEL Třinec-Podlesí do portfolia nabízených výkonů také ablací pomocí pulsního pole. Jedná se o revoluční léčbu poruch srdečního rytmu, a to především fibrilace síní, která pracuje na zcela jiném principu, než dosud používané termické metody. Používány jsou velmi krátké, mikro až nanosekundové pulsy s vysokým napětím, které způsobují smrt srdečních buněk zodpovědných za vznik arytmií. Nemocnice investovala do kompletního pulsního systému téměř dva milióny korun.

„Při výkonu používáme jak speciální katetr s firemním názvem „Farawave“, tak zdroj pulsní energie „Farastar“. Celý kompletní pulsní systém se jmenuje „Farapuls“ a jeho pořizovací cena jsou necelé dva milióny korun. Oproti jiným metodám umí tato léčba zákrok výrazně urychlit, a to asi na polovinu současné délky. Působení na srdeční buňky je cílenější a rovnoměrnější, účinnost je tedy vyšší a je menší pravděpodobnost opakovaných zákroků. Pulsní léčba nepůsobí na jiné tkáně v okolí, jako jsou například bráněcí nerv a jícen, nehrozí tak jejich poškození a zvyšuje se bezpečnost zákroku. Všechny

tyto vlastnosti jsou pro pacienta jednoznačně obrovským benefitem,“ přibližuje MUDr. Jan Chovančík, Ph.D., vedoucí lékaře elektrofyzologie Nemocnice AGEL Třinec-Podlesí.

První pacienti byli v Nemocnici AGEL Třinec-Podlesí léčeni touto metodou na konci listopadu loňského roku a postupně bude nabízena všem vhodným pacientům. „Ročně by mohlo ablací pulsním polem na našem pracovišti podstoupit okolo 150 až 200 pacientů,“ odhaduje MUDr. Chovančík s tím, že by se tento výkon mohl postupně zařadit mezi ostatní ambulantně prováděné metody. ➡ LUCIE DRAHOŠOVÁ ➡ ADAM KNEŠL

Nemocnice AGEL Jeseník loni proinvestovala téměř 45 miliónů korun

JESENICKÁ NEMOCNICE NAVÁZALA NA KONTINUÁLNÍ ROZVOJ Z POSLEDNÍCH LET.



Pavilon B, kde má zázemí dětské, chirurgické a rehabilitační oddělení, prošel modernizací

Jednou z nejvýznamnějších investičních akcí byla v loňském roce rozsáhlá modernizace pavilonu B za bezmála 15 miliónů korun. V tomto pavilonu má v Nemocnici AGEL Jeseník své zázemí dětské, chirurgické a rehabilitační oddělení i několik ambulancí. „V období od února do konce dubna zde došlo ke kompletní rekonstrukci rozvodů vody a odpadů v lůžkovém pavilonu. Díky tomu byla osazena nová umyvadla, baterie a LED osvětlení na pokojích včetně nových obkladů. Dále byly kompletně zrekonstruovány společné toalety na každém patře a také byly vybudovány na každém patře dva nové nadstandardní pokoje,“ potvrzuje vedoucí technického úseku Nemocnice AGEL Jeseník Ing. Petr Skipala.

„V rámci investic jsme také mysleli na energeticky úsporná opatření, díky kterým byla v lůžkovém pavilonu vyměněna všechna okna, dveře a sestavy na schodištích. Současně byla také provedena rekonstrukce ventilů a termostatických hlav s centrálním řízením teploty,“ doplňuje Ing. Petr Skipala s tím, že náklady na tato opatření činily bezmála 6 miliónů korun.

MODERNIZACE PŘÍSTROJŮ

Řada investic v roce 2022 směřovala také do nákupu moderních přístrojů, díky kterým se v jesenické nemocnici zkvalitnily například diagnostické možnosti. Od poloviny října 2022 slouží pacientům špičková multidetektorová výpočetní tomografie (CT) v hodnotě více než 20 miliónů korun. Nový přístroj má oproti předchozímu

rychlejší vyšetření i nižší radiační zátěž.

„Jedná se o technicky vyspělé CT, kterých je v současné době instalováno na území České republiky pouze tři kusy,“ říká představenstva Nemocnice AGEL Jeseník a primářka gynekologicko-porodnického oddělení MUDr. Jana Chrastinová a zároveň dodává, že vzhledem k tomu, že nejbližší možná diagnostika je 60 kilo-



metrů vzdálená od Jeseníku, tak se jedná o naprosto nezbytné přístrojové vybavení pro záchranu života. Od října do konce roku na novém CT zdravotnici jesenické nemocnice vyšetřili již 700 pacientů.

Nemocnice také pořídila za bezmála 600 tisíc korun speciální přístroj, díky kterému mohou pacienti podstoupit unikátní

nanoskopii neboli nanoartroskopii. Tato metoda se využívá u pacientů k šetrné a rychlé diagnostice i k drobným zákrokům nejen kolenních kloubů.

„Těší nás vzrůstající zájem a důvěra pacientů v jesenickou nemocnici a naše specialisty, i proto považují rozvoj nemocnice jako prioritní, a to i přes veškerá úskalí,

která jsou s tímto spojená. Díky podpoře jediného akcionáře došlo k investicím v řádech set milionů. Oceňuji zejména úsilí a nadšení všech zaměstnanců naší nemocnice, které vede ke zkvalitnění péče o pacienty,“ dodala závěrem primářka MUDr. Jana Chrastinová.

➡ ANETA CABADAJOVÁ

Nanoskopie pomohla v jesenické nemocnici již desítkám pacientů

PO VELICE ŠETRNÉM ZÁKROKU MÁ OPEROVANÝ POUZE DVA MALÉ VPICHY, KTERÉ SE NEMUSÍ ANI ZAŠÍVAT.



MUDr. Jozef Janošec

V loňském roce začala provádět Nemocnice AGEL Jeseník miniinvasivní šetrný zákrok, tzv. nanoskopii, která je v rámci České republiky unikátní. Ortopedické oddělení dokonce pořídilo před nedávnem vlastní speciální přístroj pro nanoskopii, a díky tomu mohou zákrok podstoupit pacienti nejen z Jesenicka téměř kdykoliv.

Nanoartroskopii neboli nanoskopii, která se využívá u pacientů k šetrné a rychlé diagnostice i k drobným zákrokům kolenních kloubů, podstupují pacienti v jesenické nemocnici od loňského léta. „Od té doby máme už více než půl roku zkušeností a nanoskopii u nás podstoupilo přes 30 pacientů,“ řekl na úvod MUDr. Jozef Janošec, primář ortopedie a jednodenní ortopedie Nemocnice AGEL Jeseník. Hlavním přínosem nanoskopie, kterou v České republice provádí pouze kolem deseti pracovišť, je miniinvasivita. Po velice šetrném zákroku

„Po operaci odchází pacient ihned do domácího ošetření, sám a většinou bez berlí.“

má operovaný pouze dva malé vpichy, které se nemusí ani zašít.

„Přístroj potřebný pro nanoskopii jsme před nedávnem, na základě pozitivních ohlasů, zakoupili a je nám k dispozici prakticky kdykoliv. Nanoskopie je vhodná pro každého pacienta v režimu diagnostickém, kdy se potřebujeme rozhodnout nebo zjistit, co se děje v kloubu. Na kolenní kloub je nanoskopie úplně ideální,“ konstatuje primář Janošec a dále upřesňuje: „Snadno dokážeme rychle zjistit, co konkrétně pacienta trápí, a v některých případech

i rovnou místo ošetřit, například nerovnosti chrupavky, provést snesení menších tkání, či začištění menisků, a to vše v lokální anestezii.“

Dobrou zprávou je, že zákrok je plně hrazen ze zdravotního pojištění. V rámci regionu Jesenicka, i vzhledem k nedostupnosti nebo velmi špatné časové dostupnosti magnetické rezonance v okolních městech, ji dokáže tato metoda částečně nahradit a velice tak urychlit diagnostiku. Tím se ulehčí informované rozhodnutí pro pacienta při plánování další léčby či nutnosti operace.

„Samotný zákrok trvá přibližně 15 až 20 minut, plus nutná administrativa. Po operaci odchází pacient prakticky ihned do domácího ošetření, kde doporučujeme klidový režim 3 až 4 dny. Odchází sám, většinou bez berlí, a je schopen ihned řídit auto. Odpadá tedy nutnost pooperační hospitalizace na oddělení a omezení po celkové anestezii, včetně zdlouhavého předoperačního vyšetření,“ ubezpečil na závěr MUDr. Jozef Janošec.

Zájemci o léčebnou novinku v Nemocnici AGEL Jeseník mohou kontaktovat přímo ortopedickou ambulanci (584 458 351, 731 180 474) a domluvit si návštěvu a konzultace s primářem ortopedie MUDr. Jozefem Janošcem. ➡ ADAM KNESL

Digitalizace pomáhá lékařům v Nemocnici AGEL Nový Jičín v boji proti rakovině

NOVOJIČÍNSKÁ NEMOCNICE ZMODERNIZOVALA PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ INVESTICÍ V HODNOTĚ PŘESAHUJÍCÍ 65 MILIÓNU KORUN. PLNĚ DIGITALIZOVANÝ PŘÍSTROJ NOVÉ GENERACE PRO NUKLEÁRNÍ MEDICÍNU POMÁHÁ ZEJMÉNA PACIENTŮM KOMPLEXNÍHO ONKOLOGICKÉHO CENTRA.



Slavnostního převzetí přístroje se zúčastnili zástupci vedení nemocnice, oddělení nukleární medicíny a dodavatelské firmy

Špičkový přístroj poskytuje digitální obrazová data, která jsou ihned k dispozici odborníkům pro diagnostiku i na vzdálených pracovištích. Novinka, sloužící k tzv. hybridnímu vyšetření, je nyní výkonnější, přesnější a šetrnější. Zařízení v sobě spojuje metody PET (pozitronová emisní tomografie) a CT (computed tomography – počítačová tomografie).

„Přístroj využíváme zejména pro onkologické pacienty. Slouží nejen ke zjišťování přítomnosti nádorů, ale i k jejich přesné lokalizaci, k určení rozsahu onemocnění a také nám dokáže identifikovat účinnost léčby,“ uvádí MUDr. Marek Velkoborský, primář oddělení radiologie a zobrazovacích metod Nemocnice AGEL Nový Jičín, které zařízení využívá dále pro kardiologii, k detekci zánětů či degenerativních změn.

„Novinka slouží k hybridnímu vyšetření. Je výkonnější, přesnější a šetrnější.“

Přístroj PET/CT Biograph Vision (od společnosti Siemens) dokáže také rozlišovat mezi zhoubnými a nezhoubnými procesy v těle pacienta. „Nový přístroj, oproti předchozí verzi, je šetrnější a komfortnější pro pacienty i personál. Umožňuje zlepšit kvalitu, přesnost a efektivitu vyšetření a také snížit radiační zátěž,“ dodává primář MUDr. Velkoborský s tím, že financování přístroje bylo zajištěno z vlastních zdrojů nemocnice a také z dotační výzvy IROP REACT-EU 99 „Rozvoj a zvýšení odol-

nosti poskytovatelů péče o zvláště ohrožené pacienty“.

Nemocnice AGEL Nový Jičín je jedním ze třinácti specializovaných pracovišť v České republice pro onkologickou léčbu dospělých a současně jediným soukromě provozovaným Komplexním onkologickým centrem v ČR. Patří také mezi lídry v oblasti digitalizace zdravotnictví, přičemž pacienti i zdravotníci v Novém Jičíně těží z přístupu k pokročilým metodám diagnostiky a léčby. Na podporu onkologické prevence a povědomí o onkologických onemocněních aktuálně rovněž Nemocnice AGEL Nový Jičín nabízí balíčky preventivních vyšetření, na které přispívají pojišťovny až 3 000 korun. Nemocnice za tímto účelem rovněž spustila kampaň na sociálních sítích, kde pomocí hashtagu #onkoprevence akcentuje tuto tematiku napříč populací. ➡ 📷 MARTIN JANÍK



Studentům přibližuje výuku virtuální realita

VIRTUÁLNÍ REALITA NACHÁZÍ SVÉ UPLATNĚNÍ PŘEDEVŠÍM V HODINÁCH OŠETŘOVATELSTVÍ.

Zhavou novinkou AGEL Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické v Ostravě i v Českém Těšíně je pořízení nových brýlí pro virtuální realitu od společnosti VR Medical. Virtuální realita nabízí jedinečnou šanci využít během studia výhody moderní technologie a umožňuje jednoduše a zábavně lépe pochopit výuku zejména v hodinách ošetřovatelství.

VR Medical představuje brýle pro virtuální realitu opatřené speciálně vyvinutým softwarem. Jejich použití je velmi jednoduché a intuitivní. Stačí doslova jedno kliknutí a následně ve virtuálním prostředí student vše ovládá svými rukama. Software, se kterým žáci pracují, je primárně vyvinut pro potřeby rehabilitačních služeb. Ve škole pak virtuální realita nachází své uplatnění nejvíce v hodinách ošetřovatelství, a to konkrétně během výuky rehabilitačního ošetřovatelství nebo ošetřovatelské péče o seniory, v nácviku cílených pohybů například po cévní mozkové příhodě.

„Získání brýlí bylo pro nás velkým snem, který se nám podařilo splnit. Po zaškolení a testování na učitelském sboru jsme tuto novinku představili i studentům a žákům naší školy. Postupně si

všichni vyzkoušeli různé rehabilitační programy, které software VR Medical nabízí. Žáci byli nadšeni jak ze svých výkonů, tak především z nové technologie a metody výuky,“ popisuje Mgr. Alžběta Panáková, zástupkyně ředitele AGEL Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické, a dodává, že práce s virtuální realitou se poměrně rychle stala součástí výuky.

„Hlavní přidanou hodnotou virtuální reality je přirozená motivace a stimulace k posouvání osobních hranic.“

Software nabízí více než 30 aplikací, které je možné alternovat podle individuálních potřeb studentů (pacientů), a je navíc naprogramovaný tak, aby uživatel okamžitě věděl, co má dělat. Žáci během práce s virtuální realitou cvičí nejen své znalosti a dovednosti v rehabilitační praxi, ale rovnou protahují celé své tělo, protože se nachází v cvičné roli pacienta. VR Me-

dical je certifikovaný nástroj pro fyzioterapii a ergoterapii vyvinutý ve spolupráci s terapeuty, lékaři, pacienty a ošetřovateli. Jeho uživateli pomáhá při široké škále diagnóz a projevů konkrétních diagnóz, jako jsou například ortopedické problémy po úrazech a operacích horních končetin, atrofující svaly, funkční poruchy hybnosti, Alzheimerova choroba a další.

„Brýle pro virtuální realitu byly pořízeny z programu IROP a určitě máme v plánu počet brýlí navyšovat. Vnímáme, že tato technologie je velmi přínosná a do budoucna plánujeme maximální využití například i ve výuce první pomoci. Využití brýlí pro klienty v nemocničním prostředí v rámci praxí nebo dobrovolnictví je zatím vizí, ale konkrétní představy už máme a plánujeme zapojit žáky všech oborů, tedy i zdravotnického lycea,“ uvádí Mgr. Alžběta Panáková.

Hlavní přidanou hodnotou virtuální reality je přirozená motivace a stimulace k posouvání osobních hranic. Vtažení do virtuálního světa je zážitek pro všechny uživatele všech věkových kategorií. Umožňuje jim oprostit se od svých omezení a překonat překážky, které mohou vnímat v reálném světě jako nepřekonatelné.

📞 📧 MICHAELA ČÍŽKOVÁ



Po těžké autonehodě se mladý fotbalista vrací zpět do života

NAVZDORY PRVOTNÍM NEJČERNĚJŠÍM PROGNOZÁM SE LUKÁŠOVI Z PŘEROVA DAŘÍ ČÍM DÁL LÉPE. JEHO SNEM JE OPĚT ZAČÍT HRÁT ZÁVODNĚ FOTBAL.

Sedmý červenec předloňského roku si bude Lukáš Goldemund z Přerova už navždy pamatovat jako den, který změnil jeho život. Cestou domů z brigády se stal účastníkem autonehody, při které málem přišel o život. Prognózy dlouho nevypadaly dobře a Lukáš dokonce několik dnů nereagoval na žádné podněty. Nakonec ale zafungovala bazální terapie v Nemocnici AGEL Přerov, do které se zapojila celá rodina včetně psa.

NEJČERNĚJŠÍ PROGNOZY

„Prognózy na začátku byly dokonce i ty nejhorší, nikdo neuměl přesně předvídat, jak se Lukášův stav bude vyvíjet,“ popisuje prvotní pocity Hana Goldemundová, maminka Lukáše. I v dramatické situaci a ve vážném stavu pacienta ale zdravotníci ani na chvíli nic nevzdávali a mimo jiné zahájili u Lukáše ošetrovatelskou péči v koncep-

tu bazální stimulace, která je založena na vyvolání vzpomínek před hospitalizací.

„Tato terapie vyžaduje velkou součinnost rodiny. Ptáme se například, jaké měl hygienické návyky, zvyky, zda byl kuřák,

„Prognózy na začátku byly dokonce i ty nejhorší.“

s kým se stýkal, na jaké oslovení je zvyklý, co měl rád, na jídlo, pití, ale i na to, co mu bylo nepříjemné nebo jaký byl jeho režim dne,“ popsala Mgr. Lenka Nevřelová, která má v Nemocnici AGEL Přerov bazální terapii na starost. Právě tyto individuálně známé prvky se pak zdravotníci snaží pacientovi nabízet a jejich pomocí pacienta

aktivizovat. Ve chvíli, kdy tato terapie zafunguje, je pomocí známých podnětů nastartována aktivita ve zdravé části mozku, která na sebe následně přebírá funkci těch částí, které byly nemocí či úrazem poškozeny.

ZAPOJENÍ RODINY

O konceptu bazální stimulace maminka Lukáše dříve neslyšela, bez váhání se ale do této terapie zapojila s celou rodinou včetně psa Meisey, a dnes o ní s nadšením vypráví dál. U Lukáše totiž tato terapie začala přinášet první výsledky už po 14 dnech a měsíc po nehodě rodina znovu mohla slyšet jeho hlas. „Od té doby šlo pak všechno nahoru, po dvouměsíčních rehabilitacích dokonce sám vyšel po schodech do třetího patra. Daří se mu čím dál lépe, snaží se zapojovat do fotbalových tréninků, plave, bruslí. Oproti původním

prognózám je to neuvěřitelné," uzavírá maminka.

„Po nehodě si nic nepamatuji, ani z období dvou měsíců před ní, ani dvou měsíců po ní.“

Takto významný pokrok není pravidlem, ale zároveň ani úplným zázrakem. „Lukáš není náš první pacient s takovým úspěchem, ale je ten, o kterém víme, jak jeho stav pokračuje. Výjimečný je v tom, že víme, že dělá pokroky a zařazuje se do normálního života," dodává Lenka Nevřelová.

Sám dvaadvacetiletý Lukáš má přitom

cíle ještě vyšší. „Po nehodě si nic nepamatuji, ani z období dvou měsíců před ní, ani dvou měsíců po ní, ale rodina mi natočila spousty videí, podle kterých můžu srovnat pokrok, kterého jsem díky zdravotníkům dosáhl. I pro ně to bylo překvapení, když jsem je byl na oddělení DIP po rehabilitacích navštívit. Mým cílem je ale zlepšovat se ještě dál a snažit se vrátit do života jako před 7. červencem. Můj sen je znovu začít hrát závodně fotbal a najít si práci," uzavírá Lukáš.

📞 LUCIE DRAHOŠOVÁ 📷 ADAM KNESL, ARCHIV RODINY

CO JE TO BAZÁLNÍ STIMULACE

Na první pohled prostá, zato vysoce efektivní metoda Konceptu bazální stimulace využívá, na základě autobiografické anamnézy nemocného, oblíbené předměty, známé zvuky, chutě, vůně, barvy nebo zážitky. Tento koncept napomáhá pacientům k aktivizaci jejich zachovalých komunikačních a pohybových schopností a u pacientů s nevratnými změnami výrazně podporuje kvalitu života.

Šternberští ortopedové implantují umělou chrupavku do kolenního kloubu

PO REKONVALESCENCI MŮŽE BÝT PŘEHOJENÍ K NEPOZNÁNÍ OD ZDRAVÉ CHRUPAVKY.

Lékaři ortopedického oddělení Nemocnice AGEL Šternberk úspěšně využívají metodu na implantaci syntetické náhrady chrupavky do kolenního kloubu. Tato metoda je využívána hlavně u mladších pacientů a po zahojení nezanechává žádné omezení.

Umělá chrupavka je přirozený polymer, který se vkládá do připraveného lůžka v kolenu, které je předem jemně navrtáno. Poté dochází k sekreci zárodečných buněk, které se zachytí v nosiči umělé chrupavky, po čase dochází k prohojení a vytvoření nové vrstvy chrupavky. „Výkon je možno provést pouze pokud je defekt v chrupavce ohraničený zdravou chrupavkou, pro realizaci výkonu existují velmi přísná kritéria. Umělá chrupavka se používá zejména u mladších pacientů. Po rekonvalescenci může být přehojení k nepoznání od zdravé chrupavky. Tato operační metoda je velmi přínosná pro pacienta, v budoucnu je schopen prakticky naprosto běžné zátěže bez omezení," uvádí MUDr. Martin Kubica MBA, primář ortopedického oddělení Nemocnice AGEL Šternberk a dodává, že opakem této metody je endoprotéza, která je však definitivní řešení artrózou poškozeného kolena, a to zejména u starších pacientů.

S touto metodou mají lékaři mnohaleté zkušenosti. MUDr. Ondřej Hons, zástupce primáře ortopedického oddělení šternberské nemocnice, dokonce prezentoval tuto metodu na kongresu v Londýně. Existují dvě možnosti jak usadit umělou chrupavku do kolenního kloubu. „Vkládat



implantát můžeme jak artroskopicky, tak z malého otevřeného přístupu. Vše záleží na velikosti poškození chrupavky. Pacient má po operaci přechodně ortézu, poté se postupně rozvíjuje a po několika týdnech je schopen běžné zátěže," popisuje MUDr. Martin Kubica MBA.

Velmi vítanou výhodou tohoto zákroku je fakt, že po úplném zahojení, které trvá v řádu měsíců, má pacient možnost absolvovat plnou zátěž bez jakéhokoliv

omezení. Tento zákrok je plně hrazen zdravotní pojišťovnou, takže pacient není nijak finančně zatěžován. V případě splnění všech podmínek a kritérií nemusí pacient dlouho čekat na termín zákroku. Vše se cíleně plánuje na základě předchozích vyšetření. Výkony jsou ale nepřímě frekventované vzhledem k velice přísným indikačním kritériím pro použití umělé chrupavky.

📞 MICHAELA ČÍŽKOVÁ 📷 MAGDALENA HLOBILOVÁ

Laboratoř Nemocnice AGEL Říčany získala prestižní certifikát WHO

CERTIFIKÁT BYL UDĚLEN ZA ÚSPĚŠNÉ STATIMOVÉ TESTOVÁNÍ NA COVID-19 METODOU LAMP.



Prestížním certifikátem Světové zdravotnické organizace (WHO) se nově může pyšnit biochemická laboratoř Nemocnice AGEL Říčany. Certifikát získalo pracoviště za úspěšné statimové testování covid-19 metodou LAMP, která je mimořádně rychlá a jednodušší než PCR metoda. „Metoda LAMP se liší od PCR testů tím, že je rychlejší, a není k němu nutné

vybavení na izolaci RNA. Díky metodě LAMP odpadá i izolace samotné RNA, takže pracujeme ihned s patientským odběrem,“ vysvětluje odlišnost od běžně používaných testů Ing. Anna Zubová, odborný pracovník laboratoře Nemocnice AGEL Říčany.

LAMP testování se zároveň liší i v principu samotné analýzy, kdy se analýza provádí za konstantní teploty, kdežto PCR



je založené na cyklech různých teplot. Pro LAMP testování je přitom stěžejní opravdu kvalitní výtěr z nosu. „Vzorek laboranti vyhodnotí do jedné hodiny od odběru. Na našem pracovišti můžeme naráz analyzovat až 48 vzorků, ale většinou analyzujeme vzorky po jednom podle vytíženosti interní ambulance,“ dodává Anna Zubová s tím, že tuto metodu využívala biochemická laboratoř Nemocnice AGEL Říčany od začátku roku 2022, kdy pro tento typ testování dostala povolení.

Na základě stovek úspěšně provedených testů pak laboratoř na začátku letošního roku obdržela i prestižní certifikát WHO, který je důkazem kvality i odbornosti prováděného testování. „Certifikátu si nesmíme vážit a je pro nás skvělou zpětnou vazbou a důkazem toho, že svou práci děláme dobře,“ uzavírá RNDr. Jan Krajčů, Ph.D., vedoucí laboratoře Nemocnice AGEL Říčany.

✎ LUCIE DRAHOŠOVÁ 📷 VERONIKA MASARYKOVÁ

Laboratoře dokončily modernizaci všech svých provozů

INSTALACE NOVÉ TECHNIKY ZAPOČALA V ZÁŘÍ 2020 VE SLOVENSKÉ REPUBLICE.

Laboratorní provozy Skupiny AGEL sdružené pod značkou AGELLAB ukončily v loňském roce dvouletý proces modernizace všech svých 26 laboratorních provozů, které postupně získaly špičkové analyzátoři značky ROCHE. Došlo tak k výraznému posunu v kvalitě, efektivitě a spolehlivosti laboratorních vyšetření.

Síť laboratoří AGELLAB provádí vyšetření ve všech odvětvích laboratorní diagnostiky – klinická biochemie, klinická hematologie, klinická imunologie a alergologie, lékařská mikrobiologie, lékařská genetika a laboratoř patologie. Zájem vedení Skupiny AGEL o zvyšování kvality péče vedla v roce 2019 k rozhodnutí modernizovat přístrojovou techniku ve všech provezech

laboratoří Skupiny AGEL v Česku i na Slovensku. Následoval více než roční pečlivý výběrový proces. „V rozhodování o dodavateli nového laboratorního vybavení byla celá řada klíčových parametrů. Patří zde plná automatizace velkých laboratorních provozů, dodávka poloautomatů do středních laboratoří, kvalitní diagnostické soupravy, spolehlivý autorizovaný servis,

široká nabídka diagnostických setů, reference v obou republikách, podpora vzdělávání laboratorních pracovníků a v neposlední řadě také další možnosti spolupráce s dodavatelem v oblastech mimo indikativní nabídku," vysvětlila RNDr. Lenka Kulíšková, MBA, odborný garant provozu klinických laboratoří společnosti Laboratoře AGEL.

Náročné parametry výběru splnila nejlépe společnost ROCHE. Instalace nové techniky započala v září 2020 ve Slovenské

republike. V České republice byla instalace realizována v období od února 2021 do poloviny roku 2022. Instalováno bylo postupně 79 nových plně automatizovaných analytických modulů, řada těchto instalací je na území Česka unikátních, jako například on-line zapojení močového analyzátoru Cobas6500 Roche do CCM linky na Oddělení laboratorní medicíny Nemocnice AGEL Prostějov. „Diagnostické medicínské laboratoře provádějí denně statisíce biochemických, imunochemických

a sérologických vyšetření v běžném nebo statimovém provozu, v nemocnicích navíc v nepřetržitém provozu, přesto se nám podařilo výměnu přístrojové techniky provést bez přerušení provozu, a navíc v těžké covidové době plně omezení," uzavřela RNDr. Lenka Kulíšková, MBA.

Laboratoře Skupiny AGEL nyní mohou díky modernizaci všech svých provozů nabídnout špičkový standard laboratorních služeb ve všech oborech laboratorní medicíny. ♦♦ JANA VELÍČKOVÁ

VEDOUcí LÉKÁRNY AGEL RADÍ

Co dělat s prošlými léky, radí farmaceutka z Lékárny AGEL



9. prosinec 2022: Našli jste doma léky, které jste si schovávali „pro strýčka příhodu“, ale už jsou prošlé? Vytrďte svou lékárničku, ale krabičky s datem, které již dávno minulo, neházejte do koše na odpadky. Jak správně zlikvidovat prošlé léky, radí vedoucí farmaceutka Lékárny AGEL v Českém Těšíně Mgr. Martina Máčeková.

Proč se nesmí prošlé léky nadále užívat? Třeba se mohou ještě někdy hodit.

U léků s prošlou dobou použitelnosti již není výrobcem zaručena jejich bezpečnost, kvalita ani účinnost. Ke ztrátě účinnosti nedojde ihned po datu expirace, ale léky

rozhodně nedoporučujeme používat. Ať už je znehodnocení patrné na první pohled (skvrny na tabletách, zakalení roztoku) nebo léky vypadají nezávadně, všechny je potřeba bezpečně zlikvidovat.

Jak léky bezpečně zlikvidovat? Co se stane, když je vyhodím do koše?

Léky bezplatně odnese do jakékoliv lékárny, která je povinna léky převzít a shromáždit do plastových uzamčených kontejnerů. Odvoz nebezpečného odpadu je prováděn příslušnou certifikovanou firmou a v lékárně je evidován. Prošlé léky jsou odváženy do spalovny, kde se likvidují i s kontejnery za vysokých teplot a s kontrolou emisí. Léky přineste ideálně v původním balení. Prázdné lahvičky, krabičky ani

blistry nosit nemusíte, můžete je vyhodit běžným způsobem.

Prošlé léky nepatří do koše. Odtud se mohou dostat na skládku a ohrozit životní prostředí. Navíc se mohou při nesprávné likvidaci dostat do nepovolaných rukou a ohrozit zdraví nejen dětí.

A jak léky správně skladovat?

Léky uchovávejte v originálním balení, které lék chrání před světlem, podle instrukcí v příbalovém letáku. Domácí lékárničku uložte mimo dosah a dohled dětí, na suché a čisté místo. Některé léky vyžadují uchovávání v chladu, některé je nutné naopak před chladem a mrazem chránit. Jiné léky lze užívat po otevření jen omezenou dobu. Všechny tyto informace dostanete při výdeji konkrétního přípravku v každé dobré lékárně, ale jsou uvedeny i na obalu.

Pravidelně kontrolujte datum expirace i vzhled léků, a to minimálně jednou ročně. Léky nesmí změnit barvu, konzistenci ani vůni.

Pokud v lékárně najdete ještě nedobrané léky na předpis, nenechávejte si je na další léčbu, ale odnese je spolu s prošlými léky do lékárny k likvidaci. Zamezíte tak riziku poškození zdraví při chybném vyhodnocení příznaků nemoci, navíc si uděláte v rámci generálního úklidu hezký pořádek.



LÉKÁRNA AGEL
Sledujte nás na
Facebooku

Letem světem s AGELeM

INVESTICE



Gynekologové Nemocnice AGEL Valašské Meziříčí vyšetřují zcela novým ultrazvukem

Gynekologicko-porodnické oddělení Nemocnice AGEL Valašské Meziříčí má ve svém portfoliu nový ultrasonograf (ultrazvuk) Voluson S 8T. Jde o jeden z nejmodernějších diagnostických ultrazvukových softwarových systémů. „Díky speciálnímu počítačovému programu dokáže nový 3D/4D ultrazvuk vytvořit prostorový obrázek plodu, zachytit jeho pohyb nebo brzy diagnostikovat závažné vývojové vady. Špičková ultrazvuková technologie umožní kvalitně vyšetřit i velmi obézní pacientku,“ říká primář gynekologicko-porodního oddělení MUDr. Leopold Hošek, MPA, a dodává, že pooperačně pak přístroj usnadňuje velmi rychlou a šetrnou kontrolu s možností porovnání nálezu před operací a po operaci.

Nové vybavení ocení také těhotné ženy, u nichž se dnešní diagnostika posouvá opětovně do nižších týdnů, a je tak možno na samém počátku těhotenství ozřejmit eventuelní mimoděložní těhotenství. V dalším stádiu pak lékaři mohou stanovit čím dál větší množství vrozených vývojových vad. Následně mohou sledovat růst a vývoj orgánů a odhalit převážně pak případné vrozené vady srdce. Novinka poskytuje vyšší kvalitu snímku při vyšetřování, zahrnuje diagnostiku ultrazvukového zobrazování lidského těla a analýzu tělesných tekutin. „Ukazuje například průtoky krve v cévách pupečníku nebo mozkových cévách plodu,“ dodává lékař gynekologicko-porodního oddělení MUDr. Petr Kratochvíl (na snímku).

INVESTICE

Komárňanská nemocnica má nový chodník pre pacientov

Ukázali, že nemocnica je ich srdcová záležitosť a priložili ruku k dielu. Členovia vedenia nemocnice a mesta Komárno sa rozhodli pomôcť a vybudovali chodník, ktorý pomáha presunu pacientov medzi onkológiou a urgentným príjmom. Za necelé dva dni tak vyrástla v nemocnici nová, plne funkčná trasa na rýchly, efektívny a pohodlný presun pacientov. „Príprava trvala jeden deň, nakúpili sme materiál a dali sme sa do práce. Vybudovali sme šalovanie, chcelo to aj drobné búracie práce a na koniec prišlo na rad betónovanie. Počkali sme, kým betón vytvrdne a dnes už chodník slúži pacientom. Bola to trochu iná práca, ako sme každodenne zvyknutí, ale skvelo sme spolupracovali a výsledok nás teší,“ uviedol riaditeľ Nemocnice AGEL Komárno Mgr. Miroslav Jaška.

INVESTICE

Zvolenská nemocnica sprístupnila vnovený vchod do Polikliniky

Nemocnica AGEL Zvolen pripravila ku koncu roka pekný darček pre svojich pacientov. Presne na Mikuláša bol opätovne sprístupnený hlavný vstup do budovy Polikliniky, ktorého rekonštrukcia sa realizovala od júla vlaňajšieho roku. Práce prebiehali za plnej prevádzky. V priebehu posledných týždňov uplynulého roka práce na novom vchode ešte finišovali súvisiacimi prácami. Bolo vybudované nové kanalizačné potrubie v profile pôvodného chodníka a jeho následná obnova s použitím zámkovkej dlažby, pokračovali hydroizolačné práce na objekte a došlo k navezeniu materiálu potrebného k terénnym úpravám na nespevnených častiach. Celá rekonštrukcia, ktorú nemocnica realizovala vlastnými investíciami, zohľadňuje, aby Poliklinika bola bezbariérová prístupná.

INVESTICE

Přístrojovou lymfoterapii v Nemocnici AGEL Prostějov zajišťuje nový moderní přístroj

Otoky při onkologickém onemocnění, ale i celulitidu, nadváhu, bolesti nohou při otocích nebo pocit unavených nohou mohou nově pacienti v Nemocnici AGEL Prostějov eliminovat pomocí moderního přístroje. Nemocnice zmodernizovala vybavení kožního oddělení a pro přístrojovou terapii získala moderní přístroj BTL-6000 Lymphastim Topline, který nabízí pokročilejší funkce a lepší cílení terapie přímo dle obtíží. „Hlavním fyzikálním pilířem terapie lymfedému a zároveň nejúčinnější volbou je manuální lymfodrenáž. Přístrojová lymfodrenáž je ale skvělá doplňková terapie léčby, spolu s trvalou kompresivní terapií pomocí bandáže končetin obvazy nebo aplikací kompresivních nápleků,“ vysvětluje Iveta Krsková, vrchní sestra a lymfoterapeutka kožního oddělení Nemocnice AGEL Prostějov, s tím, že přístrojovou lymfodrenáž lze ale využít i z kosmetických důvodů, při celulitidě, hubnutí, nadváze, bolestech nohou s otoky, nebo pocitu unavených nohou.

INVESTICE



Neurologická ambulancia krompašskej nemocnice má vyhovené priestory

Neurologická ambulancia Nemocnice AGEL Krompachy je v prevádzke už viac ako rok. Za toto obdobie v nej bolo viac ako 1000 návštev pacientov. V súčasnosti sa ambulancia nachádza v zrekonštruovaných priestoroch s moderným vybavením. Z dvoch pôvodných miestností vznikli tri. Za plastovou zástenou sú umiestnené dve kardiologické kreslá s infúznymi stojanmi a vymaľovaná ambulancia s novými svetidlami je vybavená aj novým mobiliárom s písacími stolmi, skrinkami, patientskym lôžkom a liekovou skriňou. „Neurologické ochorenia trápia širokú skupinu pacientov. Niektorí pacienti nás navštevujú na základe odporúčania od všeobecného lekára, iných navštevujeme na podnet od kolegov z lôžkových oddelení,“ vysvetľuje MUDr. Zdena Olekšáková-Kovalčíková, lekárka neurologickej ambulancie. Neurologická ambulancia sa u pacientov najčastejšie stretáva s vertebrogénnymi ochoreniami, neureodegeneratívnymi ochoreniami a rozličnými bolesťami hlavy.

NOVÁ SLUŽBA

Zvolenská nemocnica otvorila psychiatrickú ambulanciu

Nemocnica AGEL Zvolen prišla v roku 2022 s viacerými novinami, ktoré výrazným spôsobom zvýšili kvalitu poskytovanej zdravotnej starostlivosti a rozšírili škálu služieb pre pacientov. V novembri k nim pribudla ďalšia – psychiatrická ambulancia MUDr. Kataríny Ďurčovej Typčukovej.

Služby psychiatrickej ambulancie sa zameriavajú tak na už diagnostikovaných pacientov s najrôznejším spektrom ochorení, ktorí potrebujú pravidelné kontroly kvôli sledovaniu svojho stavu vrátane medikamentózneho liečby, ako aj na pacientov, ktorí majú príznaky ochorenia a sami si už nevedia pomôcť, resp. nestačí konzultácia s psychológom. Do pôsobnosti psychiatra patria najrôznejšie závislosti, ale aj poruchy príjmu potravy, diagnózy ako demencie, Alzheimerova choroba, schizofrénia, bipolárne poruchy, dlhoročné ťažké depresie a ďalšie.

Po službách psychiatrov je veľký dopyt, je ich málo a čakacie doby sú extrémne dlhé. „Aktuálna doba priniesla nový fenomén, nárast psychiatrických diagnóz najmä u mladých ľudí. Naš region je pomerne veľký, túto službu sme vnímali ako veľmi žiadanú zo strany pacientov. Som veľmi rada, že sa nám podarilo získať kvalifikovanú lekárku. Verím, že takto prispějeme aj k edukácii občanov a k prevencii psychiatrických diagnóz,“ uviedla riaditeľka Nemocnice AGEL Zvolen Ing. Ľudmila Veselá.

POZITIVNÁ ZPRÁVA

Úspešný rok v AGEL Transfúzní službě

Úspešný rok má za sebou AGEL Transfúzní služba, jejímž zdravotníkům se podařilo v loňském roce odebrat od bezpříspěvkových dárců více než 2 250 litrů krve. To je zhruba stejně jako v předchozích letech, což umožnilo pokrýt poptávku pro výrobu transfúzních přípravků pro nemocnice v Olomouckém a Moravskoslezském kraji i přes nepříznivý celospolečenský trend, kdy dobrovolných dárců ubývá. Těchto výsledků by AGEL Transfúzní služba nedosáhla bez usilovné práce na náboru nových prvodárců. Letošní rok bude opět další výzvou pro transfúzní oddělení po celém Česku, protože trend v úbytku pravidelných dárců krve je stále aktuální.

NOVÁ SLUŽBA



Porodní asistentky poradí prvorodičkám v domácím prostředí

Zdravotníci gynekologicko-porodnického oddělení Nemocnice AGEL Ostrava-Vítkovice dobře vnímají, že v současné době chybí návaznost na nemocniční péči. Proto se rozhodli zavést novinku ve formě návštěvní služby. Prvorodičky mají možnost požádat o návštěvu porodní asistentky, která maminky navštíví u nich doma a pomůže s péčí o miminko. „Maminky jsou brzy po porodu ponechány v domácím prostředí bez odborné pomoci a psychické podpory nás, porodních asistentek. Velmi nám záleží na tom, aby maminky, které u nás porodí, proživaly první dny se svým dítětkem v co největším klidu a pohodě. Proto jim nabízíme možnost návštěvy porodní asistentky v jejich domácím prostředí,“ uvádí Mgr. Petra Chromková, staniční sestra porodního sálu Nemocnice AGEL Ostrava-Vítkovice.

Ondřej Pavelec se po skončení kariéry věnuje golfu a začal trénovat mládež

LEGENDÁRNÍ HOKEJOVÝ BRANKÁŘ CELOU SVOU KARIÉRU STRÁVIL V NHL. S ČESKOU REPREZENTACÍ VYBOJOVAL NA SVĚTOVÝCH ŠAMPIONÁTECH ZLATO V NĚMECKU A BRONZ NA SLOVENSKU.



Bývalý český hokejový brankář Ondřej Pavelec se narodil 31. srpna 1987 v Kladně, kde hrál do svých sedmnácti let. V roce 2005 odešel do zámoří, kde hrál juniorské soutěže. Od 17 let pravidelně oblékal dres mládežnických výběrů. V roce 2005 byl vyhodnocen jako nejlepší brankář na MS do 18 let a byl členem All Stars Teamu. Svůj první zápas v NHL odchytil v týmu Atlanta Thrashers proti Tampa Bay 20. října 2007. Celkem v NHL nastoupil v téměř 400 zápasech, kromě Atlanta Thrashers (2007-2011), chytal také za Winnipeg Jets (2011-2017) a New York Rangers (2017-2018).

Premiéru v seniorském týmu české reprezentace zaznamenal 29. dubna 2010 proti Švédsku. Za českou reprezentaci nastou-

pil k 64 zápasům a má zlato z Mistrovství světa v Německu v roce 2010 a o rok později bronz z Mistrovství světa na Slovensku. Zachytil si také na Mistrovství světa 2013, které se konalo ve Finsku a Švédsku, a o dva roky později v Česku. Zúčastnil se dvou olympijských her – v kanadském Vancouve-ru v roce 2010 a o čtyři roky později v Soči.

V kolika letech jste začal hrát hokej?

V pěti letech. K hokeji mě přivedla moje sestra, která hrála hokej a na kladenský zímák mne dovedla. A už jsem u toho zůstal. Hokejovým brankářem byl i můj děda.

Vybavíte si svoje první hokejové kroky?

To jsem se ještě nenaučil ani bruslit, a už

mě strčili do brány. Tehdy hodili do šatny výstroj a zeptali se: „Tak kdo si tam stoupne?“ Vyšlo to tak nějak na mě, ale okamžitě mě to chytlo. Tak jsem u toho zůstal.

Kromě hokeje jste dělal i jiné sporty?

V dětství jsem hrál také fotbal. Přes zimu jsme byli na zimním stadionu, v letních měsících na fotbalovém hřišti. Výběr sportu byl jasný i díky úrazu ve fotbale – otřesu mozku. Tím pádem jsem s fotbalem skončil ve 13 letech.

Jaké jste měl hokejové vzory?

V dětství jsem sledoval národní tým, a kdo tam byl, ten se mi líbil. Před Naganem (olympijské hry, kde Česko získalo zlato) Roman Turek, pak Dominik Hašek, po něm

Roman Čechmánek, Milan Hnilička, Tomáš Vokoun. Když jsem odešel do zámoří, tak Martin Brodeur (3× vítěz Stanley Cupu a 2× olympijský vítěz) a Patrick Roy (4× vítěz Stanley Cupu).

Vybavíte si Nagano – asi nejslavnější turnaj století, a české zlato?

Bylo to něco neuvěřitelného. Mně bylo v té době deset, jako všude ve školách jsme se vůbec neučili. Pamatuji si, jak jsme hned po finále šli s klukama hrát hokej ven s tenisákem. Hráli jsme si na Hašky a Jágr.

Kdy vám začalo docházet, že můžete v hokeji hodně dokázat?

Já hokej opravdu hrál hlavně pro zábavu. Měl jsem z něj radost, bavil mě. NHL byla mým snem, ale v dětství by mě nenařadilo, že bych ji mohl někdy hrát. Až do doby, kdy jsem se přehoupl z dorostu do juniorky. Tam přišly první reprezentační výběry.

Poměrně brzy jste odešel do zámoří – v 17 letech? Žil jste tam sám, nestýskalo se vám po příbuzných?

Bylo to moje rozhodnutí, já jsem se tam těšil, i když jsem nevěděl, do čeho jdu. Pro NHL jsem byl ochoten udělat všechno. Rodiče byli v té době zcela „vyřízení“ a snažili to těžce. Měl jsem obrovské štěstí na rodinu, u které jsem tehdy bydlel, a to mi v začátcích v zámoří dost pomohlo.

Pamatujete si na svůj první zápas v NHL? V roce 2007 proti Tampě?

Moc dobře. My jsme tehdy během týdne s Tampou odehráli dva zápasy. První u nich, poté jsme letěli do Otavy na zápas a pak opět do Tampy. První zápas v Tampě jsem nastoupil do třetí třetiny a Venca Prospal mi dával gól. Poté v Otavě jsem chytl také třetinu a další zápas v Tampě jsem začal chytat od první minuty. Pamatuji si na tento zápas detailně. Vůbec to pro nás nevypadalo dobře. My jsme ve druhé třetině prohrávali 4:1 a Tampa měla dvě minuty dvojnásobnou přesilovku 5 na 3. A kdybych tehdy dostal gól, tak by mne trenéři střídali a má kariéra by možná vypadala úplně jinak. Nakonec Ilja Kovalčuk dal tři góly a my to otočili a vyhráli 6:4.

Jak těžké bylo prosadit se v nejlepší lize světa?

Určitě nějaké předpoklady k tomu musíte mít. Tvrdím, že kdo to má hrát v NHL, tak dříve nebo později to bude hrát. Musíte mít i štěstí, a to jsem měl. Poté, co jsem byl poslán na farmu, tak se v prvním týmu zranil gólman a já se vrátil k týmu. Samozřejmě je „makat“ nejen na tréninku, ale přidávat si i mimo trénink.



Celá řada perfektních hráčů se v NHL neprosadila. Musíte mít to štěstí, záleží na trenérovi, na systému hry. Těch faktorů je hodně.

Narodil jste se 31. srpna, celou kariéru jste měl na drese číslo 31 a v 31 letech jste ukončil kariéru, čímž jste překvapil celý hokejový svět. Nelitujete aspoň občas, že někdy nehrajete? Proč jste nevolil po NHL českou extraligu nebo KHL?

Věděl jsem od začátku, že nechci hrát do 40 let. Moje rozhodnutí skončit s hokejem bylo správné, v té době jsem ztratil radost i motivaci hrát hokej. A ani minutu toho rozhodnutí nelituji. Dělán věci, které jsem dřív dělat nemohl. Jezdím na hokeje, na fotbal, hraju golf.

„Pokud malým kouskem přispěju k zlepšení českého hokeje, tak to rád udělám.“

Co považujete za svůj TOP úspěch v kariéře?

Když jsem se úspěšně popral s konkurencí, která v NHL byla a je. Pamatuji si, že na kempu klubu před sezónou bylo osm brankářů, kteří chytali NHL. Cením si, že se mi podařilo v NHL vydržet 11 let. Je těžké se do NHL dostat a ještě těžší se v ní udržet.

A co je vám líto, že se nepovedlo?

Jakoukoliv soutěž hrajete, abyste ji vyhrál. Mrzí mě, že jsem nezískal Stanley Cup. Nedosáhli na něj ale i lepší hráči, než jsem byl já. Sní o něm každý hokejista, ale podaří se to málokomu.

Můžete sestavit svoji nejlepší pětku, se kterou jste v životě hrál? K sobě přiřaďte dva obránce a tři útočníky.

To je těžké, nerad bych někoho urazil, těch skvělých hráčů bylo hodně. Ale rozdělím to na NHL a Česko. Z české zůstanu v Kladně. Mezi obránci Marek Židlický a Tomáš Kaberle, a útočníci Jarda Jágr, Michal Frolík a Jakub Voráček. Z NHL obránci Chris Chelios (3× vítěz Stanley Cupu, stříbro olympiáda), Tobias Enström (bronz z mistrovství světa), útočníci Marián Hossa (3× vítěz Stanley Cupu), Ilja Kovalčuk (zlato a bronz z olympiády, 2× zlato, 2× stříbro, 3× bronz z mistrovství světa), Vjačeslav Kozlov (2× vítěz Stanley Cupu, bronz z mistrovství světa).

Na kterého útočníka nerad vzpomínáte?

Na dva – Sidney Crosby (2× vítěz Stanley Cupu, 2× zlato olympiáda) a Jevgenij Malkin (3× vítěz Stanley Cupu, 2× zlato, 2× stříbro, 3× bronz z mistrovství světa) z Pittsburghu Penguins, proti nim se nám nikdy nedařilo. Oba měli velkou úspěšnost střelby. Pittsburgh vystřelil za zápas 20 střel, ale soupeřům dali šest branek. Vždy čekali na šanci, kterou dokázali využít.

Který trenér vám nejvíce dal?

Rád vzpomínám na všechny trenéry. V Atlantě na Boba Hartleye, pak Paul Maurice ve Winnipegu. Zažil jsem mnoho brankářských trenérů, nejvíce mi pomohli Wade Flaherty (Winnipeg), Clint Malarchuk (Atlanta) a Scott Gouthro (juniorka Cape Breton). Na ty já nejvíce vzpomínám. S nimi jste v každodenním kontaktu a snaží se vás výkonnostně posunout pořád dopředu.

V minulosti jsme získávali tituly mistrů světa, nyní je obrovský úspěch jakákoliv medaile. Kde vy vidíte příčinu, proč Česko opustilo přední příčky?

Je možné, že po zlatu na olympiádě v Naganu v roce 1998 a zlatém hattricku (3× zlato na mistrovství světa v letech 1999, 2000 a 2001) zřejmě došlo k uspokojení v českém hokeji. Ale něco nastat muselo, možná nastal pocit, že vše půjde samo. V té době jsem ale hrál a nedíval se, kdo způsobil ten pokles výkonnosti. Nejsem kompetentní tu dobu hodnotit.

Začal jste – jako celá řada úspěšných bývalých hokejových legend – pomáhat českému hokeji. V současné době děláte trenéra brankářů české juniorské reprezentace do 20 let. Vráťte se – i díky vám – český hokej na dřívější pozice?

Kvůli mně určitě ne. Je zapotřebí poskládat celou řadu puzzlí, aby to dostalo dobrý finální obraz. Já si dal od hokeje delší pauzu, v té době jsem byl vyhořelý. Po téměř třech letech mne zlákali v Ústí nad Labem, kde vypomáhám s tréninkem brankářů. Takže jsem se v hokeji začal rozkoukávat, přišla nabídka od reprezentace do 20 let a taková nabídka se neodmítá. Pokud ale malým kouskem přispěju k zlepšení českého hokeje, tak to rád udělám.

Co jste dělal ty tři roky?

Hlavně golf! Já jsem se do něj zbláznil a tento sport zabere hrozně moc času. Rozhodně nemám žádné velké ambice, ale chci ho prostě umět. Je to náročný sport, ale hlavně je to obrovský relax.

Hodně hokejistů hraje golf. Radíte se mezi ty lepší?

Já si nemyslím, jsem spíš průměr. Jsem dřevěný na ruce (smích) protože jsem byl gólman a hokejku jsem moc nepoužíval. V tom mám nevýhodu vůči ostatním. Nejlepší golfisté mezi hokejisty jsou praváci (co drželi hokejku napravo) – výborně hrají Zbyněk Irgl, Radek Dvořák, Jakub Voráček nebo bratři Frolíkové. To jsou typy lidí, kteří mohou dělat každý sport. Na co šáhnou, to jim jde. Těm závidím. A jsou lidé jako já, kteří si musí vše vydřít (smích).

Hodně našich úspěšných sportovců zůstalo po své kariéře v cizině. Proč jste se vrátil?

U mě se střídala období. Když mi bylo kolem 20 let, tak jsem si nedovedl představit později žít v Americe. Později jsem tam naopak chtěl zůstat. Mám v Čechách rodiče, babičku, ségru, spoustu kamarádů. Dovedu si představit, že budu zimu trávit v Americe, a zbytek roku v Čechách.

Co vás život v Americe naučil?

Žil jste tam od 17 do 31 let a vlastně pořád sám.

Když pominu jazyk, tak určitě samostatnosti. Jste tam sám, bez rodiny, kamarádů, jen vy a nikdo jiný. Ale mně to nevadilo, já tam jít chtěl, těšil jsem se na to. Pak je naprosto bez debat, jak vás zámoří připraví po hokejové stránce. To je obrovský skok.

Objevil jste se ve třech filmech – Babovřesky a Vyšehrad: Fylm.

Jaké bylo pro vás natáčení?

My jsme se na natáčení Babovřesk hodně těšili, nevěděli jsme, co od toho čekat (ve filmu hraje postavy hokejistů pět skutečných hráčů – kromě Ondřeje ještě Jakub Voráček, Radek Smoleňák, Jiří Tlustý a Jakub Kovář). Z pana režiséra Zdeňka Trošky jsme měli velký respekt. Pomáhal

nám štáb a všichni včetně herců k nám byli benevolentní. Navíc jsme neměli velké role, byla to pro nás spíše zábava. V prvním díle jsme natáčeli jeden den, ve druhém šest dnů od 6 do 18 hodin, takže to bylo náročné.

Dočetl jsem se, že máte rád Plzeň. Proč jste se s kladenskými spoluhráči Jakubem Voráčkem, Jiřím Tlustým a Michaelem Frolíkem rozhodli koupit vinný sklípek, a ne třeba pivovárku?

Dostali jsme se k tomu úplně náhodou. My jsme na jižní Moravu jezdili často a byla možnost sklípek ve Vrbicích u Hustopečí odkoupit, tak jsme to brali jako super nápad. Každopádně se to rozeběhlo dobře a nyní budeme ke sklípku přistavovat menší penzion. Sklípek není na zbohatnutí, spíše pro zábavu.

Snad budeme první vinný sklípek, kde se bude také točit plzeňské pivo (smích).

A poslední otázka. Před lety jste vyhrál anketu o nejkrásnějšího českého hokejistu. Údajně jste dostal i několik nabídek k šatku. Jak se tyto nabídky dávají?

(Smích). To bylo v období, kdy jsme získali medaile na mistrovství světa. Nic velkého to ale nebylo. Nabídky jsem dostával přes sociální sítě (smích). ♦♦♦ TOMÁŠ ŽELAZKO

INZERCE



INCEPTION CRM PRO FARMACII

Unikátní softwarové řešení pro
týmový prodej a propagaci
Vašich produktů a služeb

- Správný targeting & frekvence návštěv
- Hlídkání a optimalizace KPI
- Zvýšení prodejů a profitability
- Věrnostní program pro klíčové zákazníky
- Integrace s externími systémy
- Skladové zásoby
- Prodej na dálku – videohovory



Kontakt:

D3S a.s., Antal Business Centre, Antala Staška 511/40, Praha 4
marketing@inceptioncrm.com +420 241 771 214

www.inceptioncrm.com

Mimo ordinální dobu



MATURITNÍ A STUŽKOVACÍ PLESY

Parádní a nezapomenutelné večírky mají za sebou všichni maturanti AGEL Střední zdravotnické školy v Ostravě a v Českém Těšíně. Maturitní a stužkovací plesy proběhly během prosince a ledna za účasti rodičů, kamarádů, ale i spolužáků. Všichni si užili hromadu zábavy a vytvořili si krásné vzpomínky. Role maturantů jsou oficiálně sečteny a teď už jim nezbyvá nic jiného než učit se, učit se a učit se.



LEVOČSKÍ ZDRAVOTNÍCI VYBOJOVALI NA BENEFIČNOM TURNAJI PRVÉ MÍSTO

Obdobie vianočných sviatkov sa nieslo v duchu pomoci a spolupatričnosti. Zdravotníci Nemocnice AGEL Levoča sa v závere roka zúčastnili vianočného benefičného florbalového turnaja s posolstvom „Naša pomoc vyhráva“. Tím levočskej nemocnice v turnaji vybojoval prvé miesto a spolu s finančným výťažkom zo zbierky tak pomohol deťom. Táto finančná pomoc bola venovaná deťom so zdravotným znevýhodnením, aby mohli absolvovať rehabilitačný pobyt v regeneračno-terapeuticko-vzdelávacom centre v Prešove.

MIKULÁŠSKÉ BRUSLENÍ DĚTÍ S RODIČI ZAMĚSTNANCŮ NEMOCNICE OPĚT NA VÝBORNOU

Již je tradicí, že v období, kdy městy chodí mikulášská družina, se sejdou děti z Nemocnice AGEL Valašské Meziříčí a Nemocnice AGEL Nový Jičín, aby se v mrazivém, zimním odpoledni společně pobavily nejen na ledě v rámci bruslení a plnění dovednostních disciplín, ale hlavně, aby za nimi přišel Mikuláš a rozdál jim se svou družinou dárečky. Letos tomu nebylo jinak. Na zimním stadionu v Novém Jičíně se sešlo spousta dětí se svými rodiči, kteří



doprovázeli své ratolesti ať již na ledové ploše, nebo jim následně dodávali kuráž a odvahu jít za Mikulášem. Dvouhodinová zábava pro děti tak opět vyšla na výbornou, mnoho spokojených dětských tváří vypovídalo o tom, že se jim sportovně-zábavné odpoledne líbilo a těší se opět na příští rok.

ODDÍL TRUHLÍCI ZPŘÍJEMNIL POBYT NEMOCNÝM DĚTEM

Již po 22. navštívili členové 7. oddílu Truhlíci sv. Anežky České dětské oddělení Nemocnice AGEL Ostrava-Vítkovice. Vystoupili s písněmi a oddělení naplnili příjemnou atmosférou. Přichystali si dva plné koše hraček, kterými dětem na oddělení a v ambulancích zpřijemnilo nemocniční pobyt.





NEMOCNICE AGEL TŘINEC-PODLESÍ V „ŘÍŠI ZVÍŘAT“

Jeden z posledních slunečných dnů loňského roku byl ve znamení tradiční oblíbené sportovně-zábavné akce pro zaměstnance nemocnice, na které se šly více než dvě stovky aktivních účastníků, aby utužily přátelství a ještě více stmelily kolektivy napříč naším zdravotnickým zařízením. Tentokrát se stala námětem „ŘÍŠE ZVÍŘAT“, fantazii se nekladla žádná omezení.

Prostředí areálu Czytelnia Vendryně se zaplnilo postavami v maskách, které se nadšeně zúčastnily různých sportovních i vědomostních disciplín s příznačnými názvy, jako například „Na lovu, Vypátrej svou smečku, Napoj si svého bizona, Ochutnávká u dvou lišek a další“. Na své si přišli milovníci procházek přírodou, soutěžní trasa vedla lesními stezkami a vyústila úkolem u historických vápenných pecí. Neméně oblíbeným místem soutěžení byla také disciplína „STOLNÍ LOVEC SVĚTLA“, kde si svou rychlost a postřeh prověřilo několik desítek jednotlivců.

Počasí nám velice přálo, dobrá nálada vládla všude kolem a to bylo to hlavní. Po vyhodnocení úkolů a ocenění nejlepších masek a kostýmů bylo další odměnou občerstvení a hudební doprovod, který rozproudil tu správnou atmosféru. Tento den byl pro všechny zúčastněné skvělým zážitkem, na který budou dlouho vzpomínat.



OCENILI JSME TĚMĚŘ 280 DÁRCŮ KRVE A PLAZMY

AGEL Transfúzní služba každoročně oceňuje společně s Českým červeným křížem dárce krve a plazmy za jubilejní odběry. Po dvouleté pauze kvůli epidemii koronaviru jsme měli tu čest opět obnovit toto předávání ve slavnostním duchu a předat plakety Prof. MUDr. Jana Janského a spoustu dárců, jak od AGEL Transfúzní služby, tak i od pojišťoven a Českého červeného kříže, který podporuje bezpříspěvkové dárcovství krve a plazmy. Předání proběhlo na dvou slavnostních akcích, zvláště pro dárce ze Šumberska a Bruntálska, kde jsou naše odběrová pracoviště. Celkem jsme touto formou poděkovali téměř 280 dárům, kteří loni a předloni dosáhli 20., 40. a 80. jubilejního odběru krve nebo plazmy. Slavnostní oceňování připravujeme opět na podzim tohoto roku.

VÁNOČNÍ VOLEJBALOVÝ TURNAJ AGEL SZŠ A VOŠZ OSTRAVA

Na konci loňského roku se v AGEL Střední zdravotnické škole v Ostravě uskutečnil již tradiční volejbalový turnaj o pohár tělocvikářů. Turnaje se zúčastnilo celkem 10 týmů z řad žáků. K vidění byly krásné akce a vypjatá utkání plná emocí. Bronzovou medaili si z turnaje odnesl tým 4. LA. O metu nejvyšší se utkaly týmy 2. LA a 2. PS, kdy z konečného vítězství se radoval tým laborantů. Následovalo Super-



finále, kde se „mistři“ 2022 postavili proti výběru učitelů. Laboranti vzdorovali jen chvíli a učitelský tým si obhájil vítězství z minulého roku.

VÁNOČNÍM TVOŘENÍM PROVÁZELY DĚTI ZAMĚSTNANCŮ TŘI ČERTICE

Nemocnice AGEL Podhorská uspořádala Vánoční tvoření pro děti zaměstnanců. Tři čertice připravily hromadu výtvarných úkolů pro malé i větší návštěvníky akce. Vánoční přání se sněhulákem, zdobené perníčky, andílky na stromček, či vlastní originální baňku a další krásné výrobky si společně s čertovským balíčkem plným dobrot odnesli malí návštěvníci domů, jako památku na vyvedené tvořivé odpoledne.



VÁNOČNÍ KAPŘI A SVÁTEČNÍ OBĚD PRO ZAMĚSTNANCE NEMOCNICE AGEL NOVÝ JIČÍN



Téměř až na štědrovečerní tabuli připruli již tradičně kapři ze Sedlnic pro zaměstnance Nemocnice AGEL Nový Jičín a všech detašovaných pracovišť. Aby byly ryby čerstvé, probíhal výdej 22. a 23. 12. Ještě před tím si mohli zaměstnanci vychutnat sváteční obědové menu zdarma, které se skládalo z vývaru, řízku s bramborovým salátem a sladkého dezertu.

KAPR JAKO VÁNOČNÍ BENEFIT PRO ZAMĚSTNANCE SMN

Již tradičně jako poděkování zaměstnancům vedení nemocnice zajistilo formou benefitu vánočního kapra pro každého jednoho zaměstnance AGEL Středomoravské nemocniční. Za zvuků vánočních koled a dobré nálady si zaměstnanci chodili pro své kapříky po tři dny a bylo rozdáno 2 300 kusů kaprů.

ZAMĚSTNANCI NEMOCNICE AGEL ZLATÉ MORAVCE SI UŽILI ČARO VÁNOČNÍHO VEČÍERKA



Po letech pandemie se zaměstnanci zlatomoravské nemocnice zabávali na vánočním večírku. Nemocnice ho uspořádala v slavnostně vyzdobené sále v Hotelu Eminent. Úprimné slova vdaky, které smerovali všem zaměstnancům, úvodem odzneli z úst štatutářů a vedení. Zájem ze strany zaměstnanců byl velký, večírka se zúčastnilo více než polovina z celkového počtu zaměstnanců, takmer osem desiatok zdravotníckych aj nezdravotníckych zamestnancov. Tí sa do sýtosti

napapali, vytancovali, zabavili a vzájomne si vymenili zážitky. Večer bol spestrený bohatou tombolou aj vystúpením folklórneho súboru Vrštek. Nôžky účastníkom teser do skorého rána vytancovala Hudobná produkcia TYROS.

ZAMĚSTNANCI SI PŘED VIANOČNÍM STRETLI NA VÁNOČNÍM PUNČ



Vianočná atmosféra zavítala aj do krompašskej (na hornej fotografii) a levočskej nemocnice. Vedenie si pre svojich kolegov pripravilo vianočný punč so sladkými aj slanými dobrotami. Všetkým kolegom patrí obrovské poďakovanie za ich nenahraditeľnú prácu.

OSOBNOST ROKA 2022 V ŠACI



V decembri sa veľká nemocničná rodina Nemocnice AGEL Košice-Šaca zišla netradične. Ambulancie, operačné sály a kancelárie vymenili za sviatočnú atmosféru a tanečný parket. Úvod vianočného stretnutia zamestnancov patrilo vyhodnoteniu ankety OSOBNOSŤ ROKA 2022. Kto si odniesol ocenenie? Lekárom roka 2022 sa stal prednosta Gynekologicko-pôrod-

níckej kliniky Nemocnice AGEL Košice-Šaca doc. MUDr. Erik Dosedla, PhD., MBA, ocenenie Osobnosť roka 2022 v kategórii Zdravotnícky pracovník získala na základe zamestnaneckého hlasovania sestra špecialistka z Internej kliniky Iveta Potočná, anketu v kategórii Nezdravotnícky pracovník vyhral pomocný pracovník v zdravotníctve Arpád Mižák, ktorý pôsobí na Chirurgickej klinike a ocenenie za Mimoriadny čin roka 2022 si na slávnostnom podujatí prevzal šéfkuchár oddelenia liečebnej výživy a stravovania Peter Bacsó za krásny a humánny čin, akým je bezplatné dobrovoľné darčovníctvo krvi v počte 97 odberov. Oceneným srdečne gratulujeme.

ASOCIÁCIA NA OCHRANU PRÁV PACIENTOV OCENILA SESTRU KEŽMARSKÉJ NEMOCNICE AJ LEKÁRKU NEMOCNICE V LEVOČI

Asociácia na ochranu práv pacientov oceniла lekárov a sestry nemocníc AGEL. Medzi nimi bola aj sestra kežmarskej nemocnice, PhDr. Júlia Pitoňáková (na hornej fotografii), ktorá pracuje na internom oddelení a jednotke intenzívnej starostlivosti. Ocenenie v kategórii „Moja sestra“



ma pre ňu morálnu hodnotu a motiváciu v pôsobení v zdravotníckom zariadení. Napriek tomu, že je to individuálne ocenenie, poskytovanie ošetrovateľskej starostlivosti je založené na tímovej spolupráci.

Ocenenie získala aj primárka oddelenia fyziatrie, balneológie a liečebnej rehabilitácie levočskej nemocnice MUDr. Ingrid Dzurňáková, MBA (na fotografii dole). Ocenenie bolo získané najmä vďaka neustálej starostlivosti o pacientov a pomoci pri zlepšovaní zdravotnej starostlivosti.



Děkovné dopisy



NEMOCNICE AGEL JESENÍK

Chtěla bych mnohokrát poděkovat panu primáři Janu Rýznarovi a jeho týmu chirurgického oddělení za jeho milé a vstřícné jednání po dobu mého pobytu na chirurgickém oddělení, kde jsem se minulý měsíc podrobila operaci.

Po dobu pobytu byl veškerý personál milý, příjemný, usměvavý, ochotný. Z mého pohledu jsem se cítila, jako bych byla v rodinné nemocnici. Mnohokrát děkuji za veškerou péči.

Milúše R.

NEMOCNICE AGEL NOVÝ JIČÍN

Koncem roku 2022 jsem dokončil chemoterapii v Komplexním onkologickém centru. Dovoluji si Vás požádat o tlumočení maximálních díky těmto Vaším zaměstnancům z KOC NNJ: primáři lůžkového onkologického oddělení panu MUDr. Maňáskovi, vedoucímu radiologie panu Doc. MUDr. Vránovi, sestřičce na radiologickém stacionáři paní Janě Bielešové, sestřičce na radiologickém stacionáři slečně Zuzaně Bajgarové. Ti všichni se o mě odborně půl roku starali a byli vždy pečliví, vstřícní, milí a snažili se mi pomoci.

Děkuji Vám a přeji Vám úspěšný rok 2023 a mnoho podobných zpráv o vašem zdravotnickém personálu. S upřímným pozdravem.

Ing. Mgr. P. H.

Milý pane primáři (MUDr. Jakub Syrovátka)! Moc Vám chci poděkovat za péči a ošetření jakého se mi na Vašem oddělení dostalo. Myslím jsem, že Vám napíšu až po střední kontrole plastické chirurgii na Vinohradech, ale před chvílí jsem dostal mail od kamaráda, se kterým jsem v roce 1970 pracoval na klinice ve Würzburgu a který Vám přeposílám: „Lieber Jan, ich hoffe dass die Histologie gut ist. Wie man an der Naht sehen kann warst Du bei einem guten Chirurgen. Mein Chef In der Klinik sagte immer: den Chirurgen erkennt man an der Naht! Viele Grüße Ann Euch alle DiWi Gesendet mit der mobilen Mail App“.

Zdraví J. H.

NEMOCNICE AGEL OSTRAVA-VÍTKOVICE

Velice rád a upřímně bych vám chtěl touto cestou poděkovat za služby, které nám byly poskytnuty při porodu v Nemocnici AGEL v Ostravě-Vítkovicích. Vaši nemocnici jsme si k porodu vybrali na základě kladných recenzí a doporučení, a tohoto rozhodnutí v žádném případě nelitujeme. Naopak, jste mě velice překvapili kvalitou služeb, ochotou personálu, čistotou a hlavně profesionálním přístupem.

Dne 10. 12. 2022 v 0:25 nám přišel na svět syn Kristián a společně s manželkou bych chtěl upřímně poděkovat vaší porodní asistenci paní Vladce (příjmení jsem si bohužel nezjistil). Tato velice milá, sympatická a energická dáma nám po celý večer asistovala a pomáhala u porodu. Musím vyzdvihnout její profesionální přístup, a to proto, že když jsme rodili první dceru v ostravské Městské nemocnici, musela manželka neustále zvonit na sestry a personál zde nebyl zcela přívětivý. Naopak paní Vladka u nás

po celý večer byla přítomna, povzbuzovala nás a svou energií a elánem nám dopomohla k narození syna.

Jelikož jsme bohužel neměli tu možnost ihned po porodu mít syna u sebe z důvodu komplikací, které nastaly, byla manželce oporou v noci tím, že si aktivně vzala její mobil a šla nám alespoň natočit našeho syna na památku na video. Tímto ji patří obrovské díky za její přístup.

Chtěl bych rovněž poděkovat i paní doktorce Oleně Anastasii, která byla při porodu nedílnou součástí. Dále bych chtěl poděkovat celému asistujícímu personálu při samotném komplikovaném porodu, paní doktorce z novorozeneckého oddělení, která bohužel musela „krásit“ našeho syna, za tuto nepopsatelnou péči!

Touto cestou jste mě přesvědčili, že kvalita poskytovaných zdravotnických služeb ve vaší nemocnici je na znatelně vyšší úrovni než jinde, a v nejbližší době s celou rodinou přejdeme s veškerými možnými zdravotnickými službami k Vaší společnosti. Za tuto úroveň vám patří velké poděkování.

Ještě jednou mockrát děkujeme a přejeme mnoho štěstí a zdraví všem výše zmíněným. S pozdravem.

Helmut W.

NEMOCNICE AGEL PODHORSKÁ

Chtěla bych moc poděkovat panu doktorovi Strnadovi a jeho sestřičkám z gastroenterologické ambulance za skvělý a milý přístup. Moc děkuji.

T.D.

NEMOCNICE AGEL PROSTĚJOV

Tímto bych chtěl strašně moc poděkovat nemocnici v Prostějově, gastroenterologické ambulanci, kde jsem byl na kolonoskopii na vyšetření. Konkrétně bych chtěl moc poděkovat sloužícímu personálu, zástupci primáře MUDr. Bedřichu Staňkovi, vrchní sestře Majerové a sestřím Palatkové

NEMOCNICE AGEL OSTRAVA-VÍTKOVICE

BYL JSEM ZDE HOSPITALIZOVÁN NA INTENZIVNÍ ODD. OD 12.12.2022 DO 22.12.2022. HNED PO PŘIJETÍ TO PRO MĚ NABÝLO VŮDEČ VEDROUČNÁ, JAK FIZICKY TAK PSYCHICKY. V NEMOCNICI JSEM LÉŽEL POPRVÉ A NAVRŽEL CO CHCET. ALE HNED DRUHÝ DEN JSEM BYL NILE PŘEKVAPEN. A TO SKVĚLÝM PŘÍSTUPEM A STAROSTLIVOSTÍ VŠECH ZDE PŘÍTOMNÝCH. A TO OD PÍ. UKUZEČEK, OŠETŘOVATELEK, SESTŘÍ A DOKTORŮ. BYL JSEM MAX. SPOKOJEN S VŠÍM ZDE NA GASTROENTEROLOGICKÉM.

a Stučkové za profesionální přístup. Byl jsem stoprocentně spokojený, jak se ke mně chovali a jak mě vyšetřili.

Takových lidí si moc važte, dělají Vaši společnosti velké jméno. Doufám, že se jim dostane poděkování a jejich nadřízení je náležitě ohodnotí. S pozdravem pacient

Petr K.

Chtěla bych alespoň touto cestou strašně moc poděkovat panu MUDr. Petru Prasčákovi a jeho andělskému týmu sestřiček v čele s vrchní sestřičkou Martičkou z oddělení onkologie. Za jejich neskutečně obětavý, lidský a laskavý přístup, kdy i při tak náročné práci a při narvané čekárně lidí – a to většinou velmi těžce nemocných lidí – nešetří úsměvem, vřelým slovem, dokonce i obětím, což je při jejich náročné práci prostě neuvěřitelné, a pro tak těžce nemocného člověka doslova balzám na duši. Děkuji vám všem z celého srdce za to, že i když moc dobře víte, že kamarádka neřešila prevenci, a že nese obrovskou část viny za svoje velmi vážné onemocnění, jste se k ní krásně zachovali. Že jste i přes to všechno zachovali svůj nejen profesionální, ale i lidský přístup, a že ji netrestáte za její největší chybu, kterou vůbec mohla pro své zdraví a následně i život udělat, protože všichni víme, že ten největší trest si musí už nést sama. Děkuji, že ji – nás v tom nenecháte a děkuji, že jste.

Chtěla bych všem popřát hlavně pevné zdraví, protože to je v životě nejdůležitější, a kdyby náhodou vás někdo potkalo to, že budete potřebovat pomoc lékaře a zdravotních sestřiček, ať jsou přesně taci andělé jako na onkologickém oddělení prostějovské nemocnice. Děkuje z celého srdce.

L. M. (kamarádka) a rodina

V listopadu jsem byla deset dnů hospitalizovaná na lůžkovém oddělení ORL Nemocnice AGEL Prostějov. Ráda bych poděkovala za příkladnou péči týmu okolo MUDr. Martina Navrátila a MUDr. Lucie Slavíkové, kteří jsou odborníky na svém místě. Nejenže mi zdravotně velmi pomohli při úporném zánětu dutin, ale velmi oceňuji jejich lidský a laskavý přístup. Musím říct, že za těch 10 dní, co jsem na ORL strávila, jsem se nikdy nesečkala s neochotou nebo náznakem únavy či zmaru. Práci celého oddělení vnímám jako příkladnou a hodnotím ji na vysoké úrovni.

Všem bych pěti lékařů z prostějovského ORL doporučila a touto cestou jim i sestřičkám velmi děkuji.

Přeji příjemné dny a hodně spokojených pacientů, jako jsem byla já.

Pavla D.

NEMOCNICE AGEL PŘEROV

Vážená paní primářko (MUDr. Monika Daňková), dovoluji mi zaslat Vám své poděkování za Vaši péči a um při operaci očí mého manžela. Vaše zlaté ruce udělaly v naší rodině zázrak v podobě úspory času, který už nevěnujeme zdlouhavému hledání a čištění brýlí. Jeho nově nabytý „ostrožrak“ je pro nás cennou devizou a on sám si zvedl sebevědomí o mnoho stupňů. Patří Vám můj hluboký dík a vděk. S úctou a přáním všeho dobrého nejen v tomto adventní čas.

Dagmar S.

NEMOCNICE AGEL ŘÍČANY

Byla jsem k vám do nemocnice dovezena 2.1. v noci záchrankou se žlučníkovým záchvatem a ležela jsem u vás několik dní. Měla jsem šílené bolesti, že jsem myslela, že umřu.

Chtěla bych touto cestou poděkovat třem mužům ze záchranky, bohužel jsem ani jednoho neviděla, protože jsem měla takové bolesti, že jsem nemohla otevřít oči. Dorazili snad do 5 minut a byli ke mně i synovi (ač to bylo v noci) hodní a jednali rychle.

Chtěla bych poděkovat MUDr. Doležalovi, který se o mě staral. Za jeho péči, přístup a ochotu mi pomoci, vysvětlit, co se mi stalo, jak funguje žlučník, léčbu, i za to, že mi zajistil nutriční poradkyni. Bylo cítit jeho empatii. Opravdu moc mu chci touto cestou poděkovat.

Zároveň bych se ráda zmínila o panu sanitáři Němcovi – úžasný člověk, který pacienta umí pobavit, milý, ochotný. Děkuji. Byla jsem na krásném, čistém pokoji s televizí, tak i za to děkuji. S pozdravem a díky.

Petra Š.

Ráda bych touto cestou poděkovala všem lékařům, sestřím i personálu na oddělení rehabilitace a internímu lůžkovému oddělení za péči a starost o mého strýce P. G.

J. s rodinou

Chtěla bych poděkovat za otevření kardio ordinace. Paní doktorka Schejbalová i její sestřička jsou velice lidské a milé. Děkuje se manželem za jejich profesionální přístup.

Manželé J.

NEMOCNICE AGEL TŘINEC-PODLEŠÍ

Vážený pane primáři (MUDr. Piotr Branny), chci jen krátce poděkovat všemu personálu za profesionalitu a velmi příjemný a lidský přístup k pacientům. Byl jsem na vašem oddělení několikrát a mám potřebu poděkovat za příkladnou ochotu a příjemné prostředí, které váš personál pacientům vytváří. Ještě jednou všem děkuji.

K. J., Karviná

NEMOCNICE AGEL ŠTERNBERK

Měl jsem možnost být u pěti porodů. Dva proběhly ve Fakultní nemocnici Olomouc a poslední tři ve šternberské porodnici. Fakultní nemocnice by se měla od vaší porodnice učit. Chci vyjádřit obdiv a poděkování všem, kdo se podílí na chodu a vzhledu porodnice. Krásné prostředí, kde je radost přivést na svět další život. A zároveň se důstojně rozloučit. Od druhého porodu tady u vás jsme se s manželkou vrátili sami bez miminka. Důstojně se rozloučit v takové chvíli je nesmírně důležité.

Poslední porod byl nádherný a my máme našeho malého. Moc děkuji úžasným sestřičkám, milým lékařům, dámám starajícím se o úklid – prostě všem, kteří vytváří tuhle bezva porodnici.

NEMOCNICE AGEL TŘINEC-PODLEŠÍ



Dne 16. listopadu 2022 jsem v Nemocnici Agel v Třinci na Podleší podstoupil náročnou operaci srdce. Děkuji personálu oddělení kardiochirurgie a následné péče za lidský přístup. Jsem rád, že máme v našem městě takové špičkové lékařské zařízení a vysoce profesionální personál. Konkrétně pak děkuji

**MUDr. MICHALOVI JANÍKOVI
A MUDr. EVĚ ŠUŠKOVÉ.**

Děkuji také svým synům, kteří mě před a po operaci vozili a doprovázeli na vyšetření a starali se o mě. A tak by to mělo být, že děti svým rodičům pomáhají, když potřebují.

Hlavně chci poděkovat své ženě, která se rozhodla přistoupit vědomě k pátému porodu. Název kurzu mě trochu odrazoval, ale to nejmenší, co můžu udělat, je podpora. Teď zpětně jsem za to nevýslovně rád. Umět poznat fáze porodu. Vědět, jak se v nich chovat, co dělat a nedělat. Vytvořit si s lektorem osobní vztah na základě jeho přístupu a zkušeností. Nepopsatelné je mít tohoto člověka jako porodní asistentku, která moji ženu provedla porodem tak, jak si moje paní přála, a jak bylo v danou chvíli možné. Moje žena dostala možnost se připravit a prožít úžasný porod a já vidět největší sílu a energii.

Vy všichni, kteří milujete svoji práci, věřte v to, co děláte, máte moji hlubokou úctu. Díky tomu totiž máte sílu dělat věci jinak, lépe. To je pro nás rodiče důležité.

Mockrát děkuji za nejsilnější a nejkrásnější zážitky v mém životě.

V úctě váš „hrdý otec“

NEMOCNICE AGEL VALAŠSKÉ MEZIŘÍČÍ

Moc děkujeme za Vaši péči o našeho tatínka, který strávil předvánoční čas na interním oddělení. Dle slov otce bylo vše na nejlepší úrovni. Celý lékařský i ošetrovatelský personál zaslouží velkou pochvalu a uznání. Moc děkujeme za léčbu, nyní již je tatínek v péči u nás doma a vzpomíná na dny strávené na nemocničním lůžku s pokorou, ale i s dobrými pocity. Děkujeme a přejeme všem do nového roku hlavně zdraví.

POLIKLINIKA AGEL OLOMOUC

Chodím do Infuzního stacionáře dlouhodobě na kapačky a chtěl bych moc poděkovat oběma sestřičkám, které tam pracují a rád bych, aby byly obě vyznamenány nějakým oceněním za kvalitní práci a senační přístup k lidem. S pozdravem pacient.

René J.

NEMOCNICA AGEL KOŠICE-ŠACA

Chcela by som sa touto cestou poďakovať gynekologickému oddeleniu v Šaci. V prvom rade patrí veľká vďaka primárovi MUDr. Ottovi Tomášu za jeho profesionálny prístup a odvedenú prácu. Dňa 7. 11. sme sa stali rodičmi Belly. V druhom rade by som sa chcela poďakovať MUDr. Ivane Mackovej za neustálu starostlivosť. Dlhú som sa nestretla s takým ľudským prístupom k pacientovi. Prajem všetkým členom tímu, ktorí sa 7. 11. podieľali na operačnom zákroku, veľa zdravia a vynikajúce pracovné výsledky. Ďakujem ešte raz.

Eliana.

Chcela by som sa poďakovať a veľmi pozitívne ohodnotiť prácu a celkovú skúsenosť Gynekologicko-pôrodnicej kliniky Nemocnice AGEL Košice-Šaca a špeciálne doc. Erikovi Dosedlovi. Veľmi pozitívne hodnotím doc. Erika Dosedlu, ktorý mal na starosti môj operačný zákrok (mým maternice) v decembri 2022. Od začiatku som mala pocit, že nikoho lepšieho som si vybrať nemohla. Oceňujem jeho veľmi profesionálny a ľudský prístup. Fakty a možné komplikácie mi jasne vysvetlil a pomenoval. Venoval sa mi, bol príjemný a nemala som ani jednu pochybnosť, že som na správnom mieste.

Taktiež hodnotím pozitívne Nemocnicu AGEL Košice-Šaca celkovo a personál ich Gynekologicko-pôrodnicej kliniky za ich ústretový a ľudský prístup, vrátane oddelenia JIS.. Počas môjho predvianočného pobytu som sa cítila u vás príjemne a takmer ako doma. Dokonca aj jedlo mi chutilo výnimočne. Každý jeden člen tímu, ktorý sa akoukoľvek formou zapojil do tohto procesu, je úžasný. Týka sa to v prvom rade pána doc. Dosedlu, v neposlednom rade však aj zdravotných sestier lôžkovej časti, JIS, ako aj pani sanitárov, ktoré servírovali jedlo s radosťou, úsmevom a ja som im s úsmevom naopak nechávala prázdny tanier.

Veľmi pekne ďakujem za to, že som si túto ťažšiu časť môjho roka mohla zažiť a prežiť práve u vás. Prajem veľkým veľa úspechov, spokojných pacientov a úspešný rok 2023. S pozdravom.

Lucia

NEMOCNICA AGEL KROMPACHY

Dovoľte mi z celého srdca vyjadriť svoje úprimné poďakovanie celému personálu oddelenia anestéziológie a intenzívnej medicíny JIS v Krompachoch. Majú našu obrovskú úctu a obdiv. Po celú dobu hospitalizácie našej sestry Ivety T. (covid pacientka), ktorá bola v kritickom stave v umelom spánku a napojená na umelú pľúcnu ventiláciu.

Hospitalizovaná vo vašej nemocnici bola od 21. 10. 2022 do 23. 11. 2022. V tomto našom rodinnom nešťastí sme mali veľké šťastie, že sa naša sestra dostala do vašich dobrých a zodpovedných rúk. Liečba pomocou pľúcnej ventilácie bola náročná, ale vzhľadom na okolnosti veľmi užitočná. To hovoríme sprostredkovane za našu sestru, ktorá dnes znovu samostatne dýcha, rehabilituje a nabírá stratené kilogramy.

Musíme povedať, že sme sa vždy stretali s maximálne ústretovým, ľudským a vysoko profesionálnym prístupom všetkých zamestnancov tohto oddelenia. Zvlášť oceňujem ich náročnú a obetavú prácu, príkladnú lekársku starostlivosť a ľudský prístup k pacientom. Pán riaditeľ, môžete byť oprávnené hrdý a pyšný na svojich kolegov – lekárov, sestry a všetkých zamestnancov toho oddelenia. Každodenne, a to aj v neľahkých situáciách, dokazujú svoju vysokú profesionalitu, maximálne podporenú úprimnou láskou k blížnemu a zdravým optimizmom. Chcem Vám všetkým do budúcnosti zaželať veľa zdravia, mnoho pracovných úspechov, spokojných pacientov. S pozdravom.

sestra Svetlana T.

NADÁCIA AGEL



Srdečne pozdravujeme
Nadáciu AGEL
Spolu s Andrejom vám
želáme šťastie a veselie
Vianoce. Nech sú plné
radosť a rodinnej pohody.
Ďakujeme za pomoc a rýchly
myslenie
Posielame objatie a prajeme
veľa zdravia a poľehovania.
Vďaka rodina

NEMOCNICA AGEL ZLATÉ MORAVCE

Obraz venovaný primárke MUDr. Márii Končálovej namaľoval pacient z ambulancie hematológie a transfúziológie



Chceli by sme sa poďakovať Nemocnici AGEL Krompachy, konkrétne celému personálu oddelenia anestéziológie a intenzívnej medicíny a chirurgického oddelenia za príkladnú starostlivosť a láskavý prístup o nášho príbuzného Františka Z.

Ďakujeme.

NEMOCNICA AGEL LEVOČA

Dobrý deň, pri prepustení z psychiatrického oddelenia som sa zabudla poďakovať sestričkám a ošetrovateľom za ich prístup a ochotu napriek ťažkej a namáhavej práci. Ďakujem aj môjmu osobnému lekárovi, MUDr. Antonovi Lubockému za prístup pri prijatí, za ťažký, ale účinný rozhovor, a jednu vec, ktorou mi veľmi pomohol. Ďakujem aj pani doktorke ukrajinského pôvodu, ktorá mi pomohla s jednou technickou vecou a bola veľmi milá a ľudská.

Vaša práca má v dnešnej dobe obrovský zmysel. Zabudla som na terapeutky pri skupinových terapiách, z ktorých ide toľko dobra a pozitívnej energie, súcitu a láskavosti. Krásny nový rok všetkým aj v pracovnom a osobnom živote, čo najmenej pacientov a čo najviac vyliečených pacientov všetkým želá.

K.P.

Týmto sa chcem poďakovať personálu onkologickej ambulancie pod vedením MUDr. Valera Kováča PhD., za jeho profesionálny, odborný prístup. Z jeho konania naozaj cítiť záujem o pacienta a záujem mu pomôcť. Komunikácia s ním je fakt príjemná, nevyhýba sa ani odpovediam na otázky, ktoré sa snaží vysvetliť tak, aby to pacient pochopil. Naozaj ide o veľmi ľudský prístup, dokáže pacienta upokojiť a namotivovať na liečbu. Kiežby všetci lekári mali

takýto prístup. Taktiež sa chcem poďakovať sestričkám, ktoré sa sústavne starajú o každého pacienta, sú trpezlivé a vďaka nim je na ambulancii príjemná pohodová atmosféra. Som rád, že som si vybral práve túto ambulanciu. Ďakujem.

Marek

NEMOCNICA AGEL ZLATÉ MORAVCE

Ďakujem celému tímu vašej nemocnice za ľudskosť a profesionalitu. Nech svetlo vianočnej sviečky vám prinesie zdravie, lásku, pohodu a splnenie tých najkrajších priání.

Alžbeta Č.

NEMOCNICA DR. VOJTECHA ALEXANDRA V KEŽMARKU

Chcem sa aj touto cestou poďakovať MUDr. Novotnému, sestrám a ostatnému personálu oddelenia jednodňovej chirurgie nemocnice v Kežmarku. Zároveň aj ostatným lekárom, sestrám a personálu, prítomných pri mojej operácii hernie laparoskopickou metódou dňa 20. 12. 2022 – za profesionálnu, odbornú, vzornú starostlivosť a ľudský prístup pred, počas operácie (tam som mal trochu okno...) a následne aj za pooperačnú starostlivosť. Ďakujem. S pozdravom.

Ján V.

Po troch týždňoch liečenia prepustili z tunajšieho oddelenia dlhodobo chorých v Kežmarku našu mamku, pani Máriu K. z Mlynčekov. Touto cestou by sme sa chceli poďakovať všetkým jeho zamestnancom pod vedením primára MUDr. Bártu za vzornú starostlivosť, trpezlivosť, ústretovosť, no najmä za humánny a ľudský prístup.

Rodinní príslušníci pacientky Márie

NADÁCIA AGEL

Ďakujeme Nadácii AGEL.
Prajeme vám ľudské a poctivé vianočné
snádky, nech je každý domov plný pokoja a srdcia
nech sa naplní láskou a porozumením.
S príchodom vianočného obdobia prichádza aj
čas vďačnosti voči tým, vďaka ktorým mohol
byť náš vplyvný rok krásnejší.



Křížovka



TŘI VYLOSOVANÍ ÚSPĚŠNÍ LUŠTITELÉ OBRŽÍ
BALÍČEK V HODNOTĚ 350 KORUN.



ANAMU, KETA, RUTIL, STAPL, TOR	ČÁST VĚTY	TLOUCI	SPOJKA	CITOSLOVCE TISENÍ	JMÉNO ZPĚVÁKA MAREŠE		TOPIVA	VYDÁVAT HORKO	ŘÍMSKY 4	HMYZ	OTOČNÝ NOSNÍK		POLYNĚSKÝ OPOJNÝ NÁPOJ	PEPŘ	RUDNÉ DOLY (zkratka)	PÓL	PŮVODCE
DĚLKA TEXTILNÍHO VLAKNA						SETBA PÁCHNOUCÍ ŠELMA						LIST KARETNÍ HRY ČTVERECNÝ MINERÁL					
3. DÍL TAJENKY																	
PRIMÁT			DRAVEC FÁZE ÚTOKU						PTÁK						ČESKÁ TELEVIZE KORÁLOVÝ OSTROV		
DRUH JILMU				RÁNA (expresivně) NĚMECKÝ AUTOMOBIL					LOSOS					SOUHLAS SOUTOK			
ČESKÝ KNIHKUPEČ A NAKLADATEL					THE NEW YORK TIMES OPĚTOVACÍ SLOVĚSO				SPOJKA			HVĚZDA OZDOBA					
	ALPAKA	BÁSNÍK 2. DÍL TAJENKY									STOLNÍ HRA S ČÍSLY					POBIDKA	ÚTOK
KVANTUM						ČERTI						DŘEVNÍK AUSTRALSKÝ VAČNATEC					
INICIÁLY FOTBALISTY PAŘENKY			STROMOVÝ POROST OBYVATEL LAŠKA								ČÁST TĚLA SPOJUJÍCÍ HLAVU S TRUPEM				ZN. ASTATU 1. DÍL TAJENKY		
USAZENINA				ZNAČKA RADIO OBUVNIČKÉ LEPIDLO							POPĚVEK			STOVKY DOMÁCKÝ ELIŠKA			
V KAPKÁCH STĚCI											TŘETÍ DÍL JIRÁSKOVY KRONIKY U NÁS						
	ÚSLUŽNOST PRVNÍ MUŽ						KANADSKÝ ZPĚVÁK	ÁČKO		USAZENÉ NEČISTOTY NA URČITÉ PLOŠE	ÚBYTEK KAPALIN U PŘEPRAVY PAPOUŠEK					KOBKA	UHLOVODÍK
AKADEMIE VĚD (zkratka)			PLACHETNÍ PLAVIDLO NÁŠEP						JAMAJSKÝ STYL HUDBY				POSTUP KÓD LETIŠTĚ TORRINGTON				
VELKÝ ZÁSTUP LIDÍ				ZÁVIT ŠROUBU POŠTOVNÍ KÓD MAINE					OKENNÍ ZÁVĚS NUŽE					ČÁST ÚST CELNÍ KÓD RUMUNSKA			
BRAZILSKÁ ŘEKA						OBYVATEL TICHOMOŘÍ						ÚSTNÍ HLÁSKA					
SKORO						KLADNÁ ELEKTRODA						PALMA					

Tajenku křížovky zasílejte nejpozději do 1. března 2023 na e-mail: casopis@agel.cz. Do předmětu e-mailu uveďte heslo „křížovka – únor“.

Nezapomeňte uvést také své telefonní číslo a zdravotnické zařízení AGELu, ať Vás můžeme v případě výhry kontaktovat. Na tři vylosované čekají opět dárkové balíčky v hodnotě 350 korun, které věnovaly společnosti Perfect Distribution a Lékárna AGEL.

Správné znění tajenky z minulého čísla: **Nejlepším lékařem je klid.**

Z celkového počtu 98 správných došlých odpovědí byli vylosovaní tito šťastní luštitelé: **Mgr. Karel Lux (POLIKLINIKA AGEL Praha Italská), Bc. Jarmila Zbožínková (Nemocnice AGEL Prostějov), Jarmila Vykoukalová (Nemocnice AGEL Valašské Meziříčí).**

Dárkové balíčky budou připraveny k vyzvednutí na marketingovém oddělení jednotlivých nemocnic.

Krížovka



TRAJA VYŽREBOVANÍ ÚSPEŠNÍ LÚŠTITELIA DOSTANÚ
BALÍČEK V HODNOTE 13 EUR.



POMÔCKY: EDAM, OVE, PAOLA, KELE, KOA	PERIFRÁZA	ČIRA TEKUTINA	POZRI SA, HLA	LETECKÉ OPRAVOV- NE (SKR.)	NEPO- CHYBNÁ PRAVDA	KOZÁČKY NÁČELNÍK		MÚČKA Z KURKUMY	EČ ÁUT OKRESU TRNAVA	PATRIACA OCOVI		KRÁTKY KABÁT	TRAFFIC JAM ASSIST	OKULTNÉ KRVÁCANIE (SKR.)	DAJ DO OPATERY	PREJAV UZNANIA	AFRICKÉ ZDOCHLI- NOŽRAVCE
PRUDKO UDRÚ (EXPR.)							PÁDOVÁ OTÁZKA TALIAN, PO ČESKY				STO NOH, PO ČESKY VEĽKOOB. S NÁBYTKOM						
1																	
MENO RAPAIČO- VEJ				OTEČ (HYPOK.) DEUTSCHE UNION				MALÁ OS JE, PO ANGLICKY						TU, PO ČESKY SÍDLO V HOLANDSK			
ZVRATNÉ ZÁMENO			VO VLAST- NOM BYTE OZDOBNÝ POHÁR				IVAN (DOMÁC.)					PATRIACI EVE NÁLADA OTA					
	POOLE- PUJE	KUTRAL (EXPR.)	2				DRUH MOTÝLA					SATY ROVINA PORASTEN A TRÁVOU					
BODAVÝ HMYZ				ANTONOV (ZN.) ALUMINI- UM (ZN.)			 				FILMOVÁ HVIEZDA					DAL (NIEKOMU) MENO	JÚLIA (DOMÁC.)
FIALKAVÝ (HOVOR. ZASTAR.)					OBLOK	GRAMA- TICKÁ KATEGÓRIA					FILMOVÝ SPOLOČNÍ K JERRYHO					EČ ÁUT PÚCHOVA ALEXAND- RA (DOM.)	
PATRIACI EMILOVI											ELEKTRÓN- VOLT (ZN.)			POCHUTI- NA DO JEDÁL			
ZÁPACH (EXPR.)				KÓD KIRIBATI PÍSMENO X (FONET.)							TKANINA NA VÝŠÍ- VANIE			TU MAŠ			
MASTNÁ ZEMINA				OBYVATEĽ PREDNEJ INDIE OPOJI							KAMEŇ	NÁM PATRIACE NÁUKA					POTOMOK
	NEOBUTO	SÍDLO ZRAKU DAJ VIDIET				PREŽÍ	POKO- LENIE	ALEJA (ZASTAR.)	DRAVÝ VTÁK	SVOJA, PO ČESKY				ANGLICKÁ SPOJKA PATRIACI EMOVI			
CITOSLOVCE ÚDERU (AJ BUM)					JEDEN ZO ZMYSLOV POLNÁ BURINA					SLOVENSKÝ CESTOVA- TEL A HO- ROLEZEC					OKREM INÉHO KÓD LETISKA		
NÁSTRAHY PYTLIAKA OKÁRA				MENO HEREČKY KRUM TAM						PATRIACE ADAMOVI HOSPOD. NOVINY							
3																	
ŽIAROU ZASIAHNE							MENO HEREČKY KOVAL- ČIKOVEJ					PENA DO KÚPEĽA					

Tajničku krížovky posielajte najneskôr do 1. marca 2023 na e-mail: casopis@agel.cz. Do predmetu e-mailu uveďte heslo „krížovka – február“.

Nezabudnite uviesť tiež svoje telefónne číslo a zdravotnícke zariadenie AGELu, aby sme Vás mohli v prípade výhry kontaktovať. Na troch vyžrebovaných čakajú opäť darčkové balíčky v hodnote 13 eur, ktoré venovali spoločnosti Perfect Distribution a Lékárna AGEL.

Správne znenie tajničky z minulého čísla: **Človek sa musí popáliť aby sa naučil, že má nechať oheň na pokoji.**

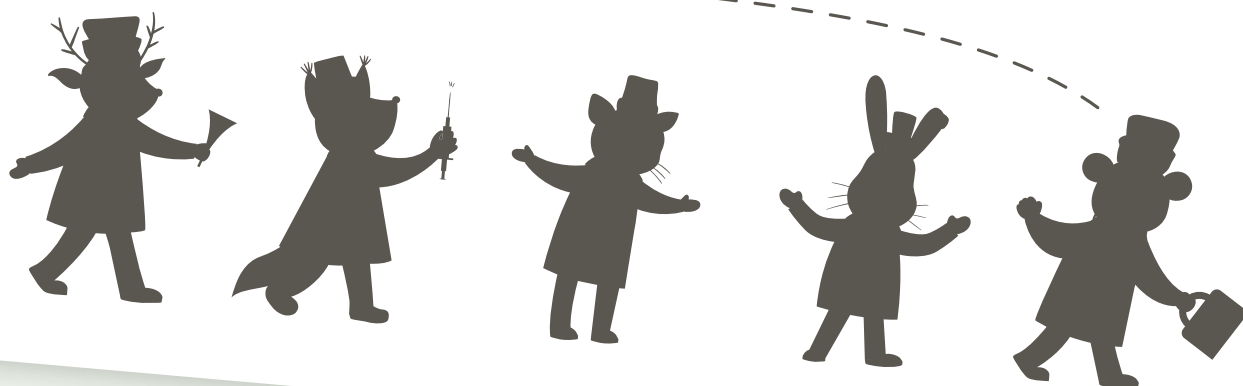
Z celkového počtu 56 správnych došlých odpovedí boli vyžrebovaní títo šťastní lúštitelia: **Bc. Renáta Füssiová (Nemocnica AGEL Komárno), Mgr. Monika Sitárová (Nemocnica AGEL Košice-Šaca), Ing. Mária Szóke Vaculková (Fakultná nemocnica AGEL Skalica).**

Darčkové balíčky budú pripravené na marketingovom oddelení jednotlivých nemocníc.

Hádanky a hlavolamy pro nejmenší



PŘIŘAĎ SPRÁVNÝ STÍN KE KAŽDÉMU ZVÍŘECÍMU ZDRAVOTNÍKOVI



shutterstock

NAJDI PĚT ROZDÍLŮ



ŘEŠENÍ: 1. fonendoskop na krku lékaře 2. barva lahvičky na políček 3. náplast na tváři pacienta 4. tkaníčky na botě lékaře 5. tvářičky lékařev



CAFETERIE

Vážení spolupracovníci,
Cafeterie nabízí široké spektrum možností, jak naložit s nabitou kartou od společnosti Sodexo.

Cestujete?

Čekají na Vás hory i moře

Chcete si odpočinout a relaxovat?

Užijte si víkend v termálním či saunovém světě nebo v nádherných wellness hotelích u nás i ve světě.

Potřebujete pohyb?

Zacvičte si v týmu nebo se soukromým trenérem ve fitness centrech.

Hledáte inspiraci na dárek pro Vaše blízké?

Koukněte na Slevomat. I na tomto slevovém portále je možné benefity uplatnit.

0 Kč doplatek na vybrané inzuliny s klientskou kartou



Slevu lze uplatnit pouze s klientskou kartou Lékáren AGEL. Léčivé přípravky vázané při výdeji výhradně na lékařský předpis používejte vždy pouze po doporučení lékaře a lékárníka. Pečlivě čtěte příbalový leták. Cílem této nabídky není podpora zvýšeného užívání léčivých přípravků. Ceny jsou platné k 4. 2. 2022 do odvolání. Lékárny AGEL si vyhrazují právo ceny a doplatky kdykoliv upravit, zejména v návaznosti na změnu cen výrobce. Více informací na www.lekarna.agel.cz