

## Předností nového mamografu je přesnější diagnostika



Rychlejší vyšetření, ale především podstatné zvýšení efektivity a jistoty při stanovování diagnostiky, což vede ke včasnému odhalení rakoviny prsu, to vše umožňuje nový mamografický přístroj **Mammomat Inspiration** společnosti Siemens, který má k dispozici mamodiagnostické pracoviště Ústavu radiodiagnostiky Fakultní nemocnice Ostrava. Jde o všestranné a plně digitální mamografické zařízení, které je určeno ke screeningu a diagnostice stojících, sedících nebo ležících pacientů. Jeho hlavní předností je především **3D tomosyntéza prsu**, tedy technologie, jež je na území republiky unikátní. Díky ní mohou být zobrazeny například i tumory, které byly dříve při tradiční mamografii skryty kvůli tkáním nacházejícím se nad nimi. Přínos nového mamografu je pro pacientky zásadní: větší komfort, větší rychlost, větší bezpečí a větší jistota, že se mohou spolehnout na diagnostiku. Ústav radiodiagnostiky FNO se problematice onemocnění prsu žen i mužů věnuje bezmála 30 let. Mamografický screening je zde prováděn od roku 2008, od té doby zde bylo vyšetřeno zhruba 40 tisíc pacientek. Diagnostikováno bylo přes 200 karcinomů prsu, což odpovídá incidenci v populaci. Tři čtvrtiny karcinomů přitom byly diagnostikovány v raném stadiu, kdy jsou naděje na vyléčení vysoké a pětileté přežití pacientek je téměř 100procentní.

Pokračování na straně 3

**Mamografické pracoviště je k dispozici od pondělí do pátku v čase od 7 do 15.30 hodin, v pondělí až do 19 hodin. V případě prodloužení objednací doby z důvodu velkého počtu pacientek bývají aktuálně zařazovány další odpolední směny.**

## Ostravské traumatologické dny

Ostravské traumatologické dny se konaly ve dnech 8. až 10. října v Rožnově pod Radhoštěm. Více informací o náplni dvanáctého ročníku tohoto kongresu naleznete na straně 4.

## Zateplení diagnostického komplementu



Začátkem září byly zahájeny práce na zateplení objektu diagnostického komplementu Fakultní ne-

mocnice Ostrava. Tato členitá budova, v níž se nachází řada odborných pracovišť, projde v několika následujících měsících náročnou rekonstrukcí jak po technické, tak po organizační stránce. V rámci zateplení budovy budou totiž zároveň vyměněna stará okna za nová plastová. Ta samozřejmě musejí odpovídat požadavkům energetického auditu, který je podmínkou a součástí celého projektu. Z vlastních zdrojů FNO bude financováno současné přemístění valné většiny nevzhledných venkovních klimatizačních jednotek z fasády na střechu nebo terén, což ještě vylepší výsledný nový vzhled budovy.

Pokračování na straně 2



Malí pacienti Kliniky dětského lékařství FNO nudu neznají. Více na straně 5

## Dejte lajk Krevnímu centru FNO



Krev darovali také pracovníci porubského městského úřadu.

Od konce září má Krevní centrum FNO vlastní facebookové stránky. Jen během prvních 14 dnů stránek dalo lajk přes 140 lidí. „Zvěřejňujeme tu

rovněž informace z různých náborů a akcí, už nyní na našich FB stránkách naleznete fotky z návštěvy pracovníků městského úřadu v Porubě, zaměstnanců RWE, ale dozvíte se i to, že k nám přišla parta dvaceti hráčů geocacheru, nebo že jsme byli na akci pro seniory v obchodním domě Globus, kde jsme jim mimo jiné měřili i tlak. Samozřejmě Facebook využíváme k upoutávkám na naše krevní centrum a zveme lidi, aby přišli darovat krev a plazmu,“ popisuje nový informační kanál Bc. Naděžda Kalužová, vedoucí marketingu krevního centra.



Dejte Krevnímu centru FNO lajk i vy!

**Připojte se na**  
<http://www.facebook.com/KrevFNO>

## FNO v mobilu aneb Stáhněte si aplikaci

Kompletní přehled pracovišť s podrobnou mapou areálu, poznámkový blok i seznam kontaktů na jednotlivá pracoviště, to vše nabízí aplikace FNO, kterou mohou používat majitelé chytrých telefonů pracujících na systému iOS nebo Android. Novinkou je navigace v areálu nemocnice, jež je specifikována pro chodce i auta.



## Zateplení diagnostického komplementu



Pokračování ze strany 1

„Kromě výměny oken bude kompletně zateplena fasáda tohoto objektu a část nových oken bude také vybavena venkovními žaluziemi. Všechny tyto kroky zajistí podstatnou úsporu energie,“ vysvětluje Ing. Jindra Strakošová, vedoucí odboru technicko-provozního, a zároveň děkuje všem pracovištím, která budou při své náročné zdravotnické činnosti omezena touto akcí, za pochopení a vstřícnou spolupráci. Akce je realizována v rámci Operačního programu Životní prostředí s evidenčním číslem SMVS 135V32Q001002 a její hodnota činí 38,7 milionu korun včetně DPH. Zakázku, která by v případě příznivých klimatických podmínek mohla být ukončena již počátkem příštího roku, realizuje firma Bystroň Group. - hal -

## Vědecko-technický park 4MEDI



Nové translační centrum regenerativní medicíny, biotechnologický park 4Medical Innovations, bylo v areálu Fakultní nemocnice Ostrava slavnostně otevřeno 21. září. Vědecko-technický park 4MEDI o ploše 6 500 m<sup>2</sup> představuje celosvětově nejmodernější biomedicínské centrum pro výzkum a vývoj nových postupů a produktů oboru moderní terapie.

## Benefiční tour pro dětskou hematologii

Už čtyři benefiční koncerty ve prospěch dětské hematologie Fakultní nemocnice Ostrava uspořádal hudebník Václav Fajfr. Další koncert se bude konat 16. října, následující je naplánován na 20. října ve Frýdku-Místku a celá benefiční tour vyvrcholí velkým benefičním koncertem 27. listopadu v 18 hodin v ostravském klubu Parník.

„Pan Fajfr nás podporuje už třetí rok,“ upřesňuje Michaela Češková z dětské hematologie a hema-

toonologie Kliniky dětského lékařství FNO. „Dříve měla jeho pomoc podobu vánočního koncertu, ale – jak pan Fajfr říká – ne všichni, kdo by se benefičního koncertu rádi zúčastnili, měli v daném termínu čas. A tak vymyslel benefiční tour, za kterou jsme mu moc vděční. Rádi bychom za peníze, které se podaří vybrat, pořídili našim malým pacientům nové hračky do všech heren v dětské klinice.“ - gl -

## Poděkování

Letos v březnu jsem ve Fakultní nemocnici Ostrava prodělal operaci výdutě aorty, kterou provedl MUDr. Matuš Peteja. Chtěl bych mu poděkovat za kvalitní operaci i za jeho lidský přístup. Po dobu vyšetření i po operaci mi dodával odvalu a sílu. Za to patří MUDr. Petejovi moje vřelé poděkování. Přeji mu, aby se mu v dalších letech dařilo. Také děkuji celému oddělení Chirurgické kliniky FNO za péči po dobu hospitalizace.

Ladislav Krahulec

## Kongresy a semináře



- 22. října – Pětrošův den 2014
- 23. října – Role porodních asistentek v porodnictví a gynekologii
- 23. a 24. října
  - 4. celostátní konference zdravotních sester a radiologických asistentů katetrizačních sálů
- 30. a 31. října
  - III. kardiologické dny v Ostravě
  - VIII. kongres kardiologických sester
- 4. listopadu – XIV. ostravský nefrologický den
- 5. listopadu – V. ostravský transfúzní den
- 7. a 8. listopadu – Beskydský ORL den
- 12. listopadu
  - První pracovní konference nelékařských pracovníků ve zdravotnictví
- 20. listopadu – Konference konzultantek hojení ran

## Lékařská fakulta OU informuje

### Zahájení akademického roku

Akademický rok 2014/2015 byl zahájen výukou 8. září 2014 a již pátým rokem pod hlavičkou Lékařské fakulty OU. Tímto dnem definitivně uzavíráme dveře některým ještě doufajícím uchazečům o studium na naší fakultě, neboť je to den uzavření poslední části přijímacího řízení. Limity pro přijetí jsou každoročně Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy ČR regulovány a finance na studenty snižovány, proto jsou počty přijatých studentů do prvního ročníku studijních oborů Lékařské fakulty OU pro akademický rok 2014/2015 opět nižší než v předchozím období. Na základě přijímacích testů, jež proběhly v květnu a červnu, bylo z celkového počtu 3 044 platných přihlášek přijato méně než 18 procent uchazečů.

Do prvního ročníku bakalářských studijních oborů nastoupilo 301 studentů ze zhruba 1 400 uchazečů, z toho téměř jednu třetinu tvoří studenti

kombinovaných forem studia. První ročník navazujících magisterských oborů pojímá 121 studentů (437 uchazečů) a magisterský obor Všeobecné lékařství 102 studentů (1 037 uchazečů). Během července a srpna bylo vyhlášeno druhé kolo přijímacího řízení pro doktorské studijní programy s předpokladem, že studium zahájí přibližně 20 studentů.

Hned na počátku nás čekají změny, jež zajisté ovlivní chod a život fakulty. K 1. září 2014 byly vyhlášeny volby nového děkana Lékařské fakulty OU v Ostravě a rovněž dochází k opožděnému přesunu pracovišť LF OU z některých stávajících budov do nově zrekonstruované budovy. Ta vznikla za podpory projektu Operačního programu Věda a výzkum pro inovace Infrastruktura pro realizaci lékařských a souvisejících sociálních a přírodovědných oborů a výzkumu Ostravské univerzity

(INLEK). Slavnostní otevření budovy je plánováno na druhou polovinu října tohoto roku, nicméně část výuky se už do těchto prostor přesunula dřív. Na podzim nás také čekají první státní závěrečné zkoušky studentů studujících fyzioterapii v italské ve Švýcarsku.

S počátkem akademického roku se i letos některá klinická pracoviště Fakultní nemocnice Ostrava poprvé setkají se studenty medicíny. Jde například o kliniku anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny, otorinolaryngologickou nebo porodnicko-gynekologickou kliniku. Je důležité si popřát hodně energie a síly, ať i tento akademický rok zvládneme bez problémů

Mgr. Ivona Závacká, Ph.D.  
proděkan pro studium a celoživotní vzdělávání  
Lékařská fakulta Ostravské univerzity v Ostravě



## Předností nového mamografu je přesnější diagnostika



Pokračování ze strany 1

Mamografické pracoviště Ústavu radiodiagnostického FNO patří ke screeningovým pracovištím, s nejkratšími objednávacími lhůtami v republice. Nový přístroj umožní další posun k lepšímu. „Doposud jsme vyšetřovali přibližně 50 pacientek denně, rychleji pracující mamograf nám umožní zvýšit produktivitu zhruba o 50 procent, tedy na 70 až

80 pacientek denně. Obrovsky se urychlil i proces zpracování snímků. Snímky máme k dispozici do dvou tří sekund. A zatímco dříve od snímkování pacientky do okamžiku, kdy se snímek dostal na popisovnu k lékaři, uplynulo přibližně čtvrt hodiny, dnes je to minuta,“ pokračuje MUDr. Pernicová a vrací se k tématu 3D tomosyntézy. „Fakt, že umožňuje detailnější hodnocení struktur žlázy, má význam zejména u žen, které mají takzvanou denzní neboli hutnou žlázu. Díky 3D tomosyntéze jsme schopni mnohem dříve odhalit drobný karcinom, který je obklopen touto hutnou tkání, a který by při klasické dvojrozměrné mamografii zůstal skrytý, nepoznaný. Další výhodou 3D tomosyntézy je, že naopak snižuje počet falešně pozitivních nálezů a dává nám větší jistotu v diagnóze. Zatímco dvojrozměrná mamografie ukázala podezřelý stín, 3D tomosyntéza odhalí, že jde jen o prostou sumaci struktur. Díky tomu nemusíme ženy zvat k dalším vyšetřením, nemusíme provádět intervenční vý-

kony, což jsou velmi stresující záležitosti.“ Incidence karcinomu prsu má stále mírně stoupající tendenci. „Dobrou zprávou však je, že i přesto úmrtnost na karcinom prsu nestoupá, naopak dochází k jejímu mírnému poklesu,“ konstatuje MUDr. Pernicová. „Je to dáno vzrůstající kvalitou diagnostiky, díky níž jsou nádory častěji diagnostikovány v počátečních stádiích i ve stádiích, kdy karcinom ještě nemá potenciál zakládat vzdálené metastázy. To dříve nebylo vzhledem k úrovni přístrojů možné. Svůj podíl má samozřejmě také osvětla i program mamografického screeningu, který diagnostiku posunul na úplně jinou úroveň, protože ženy začaly na vyšetření chodit pravidelně. Dnes je při screeningu 75 procent karcinomů prsu diagnostikováno v časném stadiu, a to oproti 40 procentům v kontrolní skupině žen před zavedením screeningu. Tento výsledek jednoznačně dokazuje přínos mamografického screeningu i to, že má smysl se ho účastnit.“ -gl-

## IT v naší nemocnici

### Modernizace NIS Clinicom / CareCenter Strategie školení a přechodu do provozu

V minulém vydání jsme se seznámili s cíli projektu a jejich dopady. Projekt modernizace je nyní řešen relativně malým projektovým týmem, ale s postupující realizací se nakonec dotkne všech uživatelů NIS, přičemž největšími a nejdůležitějšími skupinami jsou sestry a lékaři. Aby při nasazení nové verze CareCenter nedošlo ke zbytečným komplikacím a nechtěným překvapením, věnovali jsme při plánování detailní pozornost problematice přípravy na samotný přechod. Jakmile bude nová verze CareCenter včetně zpracované konsolidované lékařské dokumentace připravena a odsouhlasena projektovým týmem, nastane fáze projektu zaměřená právě na aktivní přípravu náběhu. Hlavním cílem přípravy je vytvořit co nejhodnější podmínky pro samotný přechod a zajistit, aby maximum koncových uživatelů bylo vyškoleny a bylo o detailech přechodu informováno. Pokud jste pozorně četli poslední článek v minulém vydání, nebude překvapením, že v rámci projektu modernizace NIS řešíme ve skutečnosti přechody dva:

- Přechod ze stávající lékařské dokumentace na novou verzi konsolidované lékařské dokumentace.
- Přechod z Clinicom/CareCenter 2. generace na CareCenter 3. generace (CC3).

V rámci strategie přechodu jsme detailně rozmyšleli a zohledňovali jak technické, tak i organizační aspekty. Výslednou strategii shrnuje dále uvedené schéma.

Z povahy nové konsolidované lékařské dokumentace je nutné (z důvodů zajištění návaznosti překladů mezi klinikami s jedinou propouštěcí zprávou na konci), aby přechod proběhl najednou v celé nemocnici. Ode dne přechodu, který bude dostatečně dopředu oznámen, bude pro nové pacienty používána nová lékařská dokumentace, stávajícím pacientům zůstane původní lékařská dokumentace. Toto pravidlo bude

hlídáno NIS automaticky, tzn. systém nedovolí použít starou verzi dokumentace pro pacienty přijaté po dni přechodu na novou dokumentaci. Rovněž bude systém hlídat, ať pacienti přijatí před dnem přechodu jsou dokumentováni s použitím „starých“ lékařských zpráv. Tato změna se týká téměř výhradně lékařů.

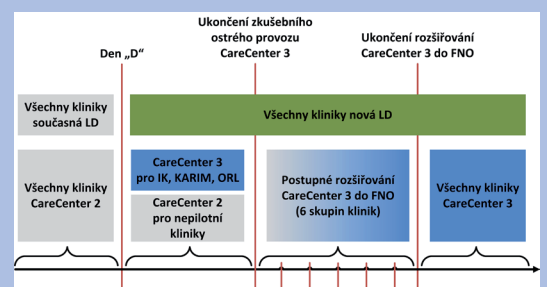
Naopak přechod na CC3 ze současné 2. generace CareCenter, v případě některých sester dokonce z Clinicom, je možno (a z pohledu organizačního dokonce žádoucí) provádět postupně. Pro uživatele používající CareCenter by měl být přechod relativně nenáročný a uživatelsky intuitivní. Naopak pro sestry, které stále používají (oficiálně již dodavatelem nepodporovaný) Clinicom, se bude jednat o významnou změnu a nutnost podrobného proškolení. Zde je nutno zdůraznit, že po přechodu bude Clinicom uživatelsky zcela nedostupný, jedinou možností, jak vstupovat do NIS, bude pouze a jen CareCenter.

Nemáme přesné informace, na kterých pracovištích se Clinicom stále používá a v jakém rozsahu. Plošné školení CareCenter pro sestry již několik let neproběhlo. Po diskusi se zástupci sester je plošné proškolení žádoucí a vítané. S přihlédnutím k tomuto všemu jsme rozhodli v rámci projektu proškolení detailně všechny sestry pracující s NIS aktivně u počítače. Podle odhadu IT se jedná zhruba o 1 500 uživatelů. Školení by mělo samozřejmě proběhnout v době nepřilíživě vzdálené od samotného náběhu nové generace CareCenter na daném pracovišti.

Náběh CC3 v rámci celé FNO je rozdělen na zkušební provoz, který začne na třech pilotních pracovištích (Interní klinika, KARIM, ORL), a postupné rozšíření do celé nemocnice. Nepilotní pracoviště, kde se NIS používá, jsou rozdělena do šesti skupin, které budou na nové CareCenter postupně vyškoleny a poté na ně přejdou v ostrém provozu.

Po konzultaci s lékaři pilotních pracovišť nejsou plošná školení lékařů vyžadována, školení budou zástupci jednotlivých klinik, kteří poté seznámí se změnami své ostatní kolegy. Zároveň bude samozřejmostí přehledná příručka pro uživatele shrnující podstatné změny. Pokud budou některé kliniky požadovat plošné proškolení lékařů, samozřejmě jim vyjdeme vstříc a školení zorganizujeme.

Když obě plánované změny dáme dohromady na jednu časovou osu (viz obrázek), vyjdou nám postupně jednotlivá časová období z pohledu přechodu, kde významné milníky jsou vyznačeny červenou čarou.



Z pohledu pilotního pracoviště (Interní klinika, KARIM, ORL) je náběh konsolidované lékařské dokumentace i přechod na CC3 spojen do jednoho časového okamžiku.

Z pohledu všech ostatních (nepilotních) pracovišť nejdříve proběhne přechod na konsolidovanou lékařskou dokumentaci s prací ve stávajícím CareCenter a o několik měsíců později (dle toho, v jaké skupině je zařazeno dané pracoviště) proběhne přechod do nové generace CareCenter.

S dalšími praktickými detaily vás budeme průběžně seznamovat. V případě dotazů jsem samozřejmě osobně k dispozici.

Ing. Miroslav Krupa

## Ostravské traumatologické dny

Ve dnech 8. až 10. října se v Rožnově pod Radhoštěm konal dvanáctý ročník kongresu Ostravské traumatologické dny, který pořádala Česká společnost pro úrazovou chirurgii ČLS JEP společně s Traumatologickým centrem FN Ostrava, Ústavem medicíny katastrof LF OU a Profesní a odbornou unií zdravotnických pracovníků.

„V letošním roce je tento kongres s mezinárodní účastí zaměřen především na dutinová poranění, tedy na poranění orgánů dutiny břišní a dutiny hrudní,“ upřesňuje doc. MUDr. Leopold Pleva, CSc., primář Traumatologického centra FNO a zároveň prezident kongresu. „Většinou jde o vysokoenergetické úrazy, to znamená úrazy bezprostředně ohrožující život pacientů, takže si s kolegy budeme vyměňovat zkušenosti ze záchrany života těchto polytraumatizovaných pacientů.“

V současné době je také velice aktuální medicína katastrof, jejíž součástí byla například přednáška soudních lékařů o následcích výbuchu plynu ve Frenštátu pod Radhoštěm. „V rámci našeho tra-

matologického centra vznikl na Lékařské fakultě Ostravské univerzity ústav medicíny katastrof. Mediky pátého ročníku zde učíme, jak takové situace zvládat, jaké jsou priority, nezbytnosti. Základem všeho je organizace, bez níž by řešení hromadného neštěstí a účinná pomoc nebyly možné. V našem případě tento úkol spočívá na bedrech Integrovaného záchranného systému Moravskoslezského kraje, který se na řešení takových momentů specializuje. Nicméně jde především o organizování přednemocniční péče, samotná nemocniční péče je v rukou nás, lékařů, a je na nás, abychom ji zvládli. A právě tomu se věnuje medicína katastrof,“ zdůrazňuje docent Pleva a otevírá další téma kongresu: „Zabývali jsme se i mezioborovou týmovou spoluprací, jež je při ošetřování polytraumatizovaných pacientů a také při řešení hromadných neštěstí a souvisejících mnohočetných úrazů nezbytná. V první fázi kritického polytraumatu se musí pacientovi věnovat traumatologický tým odborníků, úrazových chirurgů, kteří

pracují v úzké návaznosti na přednemocniční péči a v těsném spojení s anestezií a resuscitací.“

O tom, že traumatologie využívá nových vyšetřovacích i ošetřovacích postupů, svědčí náplň sekce orientované na využití radiointervenční metody. „Jde o nejnovější metodu, jež je nyní v traumatologii používána a při úrazech je schopna zastavit krvácení z poraněných cév, které bychom dříve museli řešit rozsáhlou operací. Uspadňuje tedy práci zdravotnickým týmům a především méně traumatizuje zraněné, které není třeba podrobovat rozsáhlým chirurgickým výkonům,“ pokračuje prezident kongresu, jehož součástí byla také sesterská sekce. „Tentokrát byla pozornost soustředěna na multioborové ošetřování polytraumat. To začíná přednemocniční péčí, pokračuje nemocniční péčí a následnou rehabilitací, jež směřuje k zapojení vyléčeného do plnohodnotného života,“ uzavírá docent Pleva.

- gl -

## Obrazy pro psychiatrické oddělení

Lůžková část psychiatrického oddělení Fakultní nemocnice Ostrava, konkrétně psychoterapeutická a denní místnost tohoto oddělení, jsou od úterý 7. října vyzdobeny obrazy, jejichž autory jsou žáci střední školy Ave Art Ostrava. „Díla jsou výsledkem setkání mladých výtvarníků, které se v rámci volnočasových aktivit uskutečnilo na počátku čer-

vence,“ specifikuje ředitel školy Ing. Jaroslav Prokop a dodává, že tímto počinem škola navazuje na dobročinnou aukci z listopadu loňského roku, kdy psychiatrickému oddělení Fakultní nemocnice Ostrava věnovala výtěžek aukce

v podobě 302 tisíc korun. Tentokrát jde o malby s tématem přírody, které vznikly díky projektu Umíme i pomáhat finančně podpořenému statutárním městem Ostravou.

„Spolupráce s touto ostravskou školou je přínosem jak pro nás, tak pro naše pacienty,“ konstatuje MUDr. Petr Šilhán, primář psychiatrického oddělení FNO.

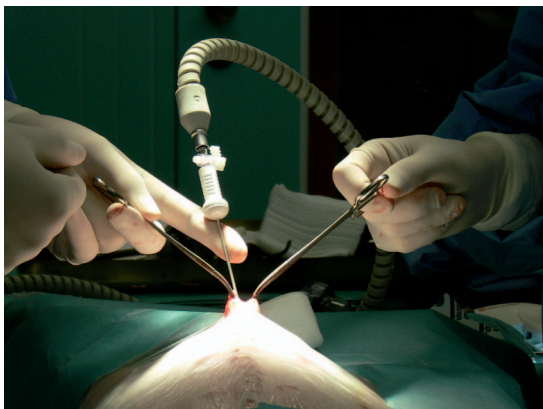
Ave Art nespolupracuje s fakultní



nemocnici poprvé. Studenti školy se podíleli například na zkrášlení koridoru spojujícího dětský pavilon s hlavní budovou nemocnice, výtěžek z aukcí byl věnován dětem nemocným cystickou fibrózou apod.

- gl -

## Preklinické testy ve výzkumných projektech FNO



Testování nového chirurgického nástroje pro ablaci jater na prasatech.

V souvislosti s rozvojem vědecko-výzkumné činnosti ve FN Ostrava a s požadavky Státního ústavu pro kontrolu léčiv při procesu schvalování no-

vých zdravotnických prostředků a léčiv (včetně prostředků moderní terapie) bylo v posledních třech letech uskutečněno

několik preklinických testů na zvířatech, financovaných z grantových prostředků FN Ostrava. Vlastní realizace projektů pokusů proběhly na Veterinární a farmaceutické univerzitě Brno a v Centre for Cardiovascular Research and Development v Polsku. Veškeré projekty pokusů byly řádně schváleny etickou komisí a obě instituce mají potřebná povolení k provádění pokusů na zvířatech. Výsledky jsou publikovány v impaktovaných vědeckých časopisech, jsou patentově chráněny a budou sloužit jako nezbytný podklad

pro umožnění zavedení zkoumaného zdravotnického prostředku, léčebné metody nebo léčiva do klinické praxe.



Výzkum aplikace prostředků moderní terapie pro léčbu mrtvice.



## Neznáme nudu



Nadace Kapka naděje zprostředkovala malým pacientům oddělení dětské hematologie a hematatoonkologie Kliniky dětského lékařství FNO volné vstupenky na představení Jen počkej, zajíci, které se uskuteční 15. listopadu v ostravské ČEZ Aréně. Rozpustilá pohádka na ledě se tak stane další z aktivit, jimiž se občanské sdružení Haima Ostrava, které při zdejší dětské hematatoonkologickém oddělení působí od roku 1996 jako sdružení rodičů a přátel dětí s poruchou krvetvorby, snaží zpestřit život zmíněným malým pacientům. Jedním z cílů sdružení je totiž získávat finanční prostředky pro zkvalitnění a zpříjemnění pobytu pacientů v nemocnici i pro zajištění pravidelných letních a zimních táborů a dalších aktivit pro nemocné děti.

„Díky výborné spolupráci s ostatními hematatoonkologickými centry a jejich nadacemi zprostředkováváme a nabízíme dětem i jiné akce,“ konstatuje Michaela Česková, místopředsedkyně sdružení a koordinátorka projektů, a zmiňuje se alespoň o části letošního programu. „V červnu se naše děti vydaly na sedmé mezinárodní onkologické sportovní hry dětí a mládeže ve Wroclawi. Šlo o třetí ročník, jehož se malí pacienti z Moravskoslezského kraje zúčastnili na základě pozvání transplantční jednotkou FN Motol, a opět přivezli zlaté medaile. Pod záštitou projektu Můj nový život

jsme navštívili také Český pivní festival v Praze a nevšedním zážitkem byla i druhá akce této nadace. Den s Porsche onkologickým dětem umožnil projíždky v luxusních vozech.“

A to není všechno. V červnu se vedení moravské etapy cyklistického pelotonu, pořádaného nadačním fondem Josefa Zimovčáka Na kole dětem, ujala devítiletá Amálka, která po onkologické léčbě zůstala ještě dva roky upoutána na invalidní vozík. Nyní už v plné síle udržela tempo i s několikanásobným mistrem

světa. „Díky cyklotour a panu Zimovčákovi jsme dostali sponzorský dar v podobě 100 tisíc korun, který 32 dětem po hematatoonkologické léčbě umožnil absolvovat na Horní Bečvě ozdravný tábor s názvem Adrenalin cup 2014,“ pokračuje Michaela Česková ve výčtu aktivit. „Tam nás navštívil tým Horské služby a ředitel ÚSZS Moravskoslezského kraje, MUDr. Roman Gřegoř, s nímž děti slaňovaly v lomu. A dorazili i hasiči, kteří dětem zprostředkovali další adrenalinové zážitky. Do všech činností se zapojovaly děti, jež za sebou mají opravdu náročnou léčbu. A to je náš cíl – umožnit malým pacientům návrat do normálního života plného pestrých činností.“

Červen přinesl také ozdravný pobyt s názvem Učíme se bruslit u moře, který děti absolvovaly v Chorvatsku s hokejisty HC RT Torax, poslední zářijový víkend pak patřil Babímu létu na ranči. „Šlo o první akci, které se zúčastnily celé rodiny, to znamená naši malí pacienti s rodiči i sourozenci. Nakonec se v jakartovickém Penzionu nad stájí sešlo 11

rodin, jejichž pobyt byl umožněn díky Romanu Fučíkovi na základě výtěžku z ostravských školních her v atletice. Ten představoval 42 tisíc korun,“ nešetří Michaela Česková chválou, jež směřuje ke všem sponzorům a lidem ochotným pomáhat.

„Dorazily i děti po transplantaci a na udržovací léčbě, pobyt si užily, jezdily na koních, pouštěly draky, opékaly špekáčky. Babí léto se opravdu povedlo a motivovalo nás k tomu, abychom se více soustředili právě na rodinné víkendy. Myslím, že budou prospěšné jak rodičům, kteří jsou na své potomky opatrní, pečují o ně, udržují kolem nich doslova sterilní atmosféru a bojí se pustit je do kolektivu, tak i maminkám a tatínkům, jejichž nemocné ratolesti tak trochu těžší z dané situace, z toho, že jsou nemocné, a někdy ochoty rodičů zneužívají. A právě takové společné víkendy mohou prospět oběma zmíněným skupinám, mohou pomoci do procesu léčby začlenit jak rodiče, tak sourozence. A to je moc důležité.“

Občanské sdružení Haima Ostrava nyní připravuje listopadový koncert Pískomila, který se – stejně jako loni – odehraje přímo v prostorách kliniky, chystá se i velká charitativní akce v podobě bruslení dětí po léčbě se známými osobnostmi. K tomuto setkání dojde 1. listopadu.

<http://www.haima-ostava.cz>



## Pohádky překračují bariéry

Jsou dvě hodiny středečního odpoledne a v tělocvičně Kliniky dětského lékařství FNO se začínají shromažďovat malí pacienti. Některé doprovázejí zdravotní sestry, jiní přišli spolu s rodiči, další sem byli přineseni v náruči nebo přivezeni na vozíku či pojízdném lehátku. Všichni dorazili s vědomím, že tento den strávený v nemocnici jim prosvětlí pohádka O koblížkovi, její osobitá interpretace je dílem Věry Lišťvanové, studentky Ateliéru výchov-

né dramatiky Neslyšících Divadelní fakulty JAMU v Brně.

V jednom čase a v jednom prostoru se tak 1. října setkávají diváci, do jejichž života vstoupila bariéra v podobě onemocnění, a interpret, který se musel ke splnění svého životního snu přenést přes zásadní zdravotní bariéru danou sluchovým postižením. Teď jsou tu spolu a společně tvoří dávný příběh o chytrosti, s nímž lze lépe čelit nejrůznějším nástrahám světa.

„Toto představení je součástí osmého bienále festivalu divadelní tvorby, který má letos nový název Divadlo bez bariér,“ informuje Ivana Kytlicová, produkční Divadla loutek Ostrava, zatímco dětským divákům rozdává malé pozornosti v podobě knižních záložek, pestrobarevných připínacích placek a dalších upomínek na akci, jejímž cílem je překonávat hranice v lidech i mezi



nimi. „Ostravská fakultní nemocnice projevila zájem o spolupráci hned v prvních ročnících festivalu, který se koná vždy v sudém roce, letos od 29. září do 2. října. Pokaždé se z programu snažíme vybrat něco, co by mohlo hospitalizované děti oslovit,“ přibližuje zmíněnou akci Ivana Kytlicová. Na pódiu mezitím začíná vyprávění beze slov, plné pohybu, fantazie a vstřícných gest, která překonávají bariéry v nás.

Lenka Gulašiová





## Střípky z Krevního centra FNO

### Hojně navštěvované akce



Již čtvrtým rokem se pracovnice Krevního centra FNO účastní veletrhů na Černé louce na téma Život na zahradě a Zdraví a duše. Obě souběžně

probíhající akce jsou hojně navštěvovány. „Vedení areálu nám umožnilo umístit tu poměrně velký stánek, což je skvělé. Návštěvníkům díky tomu předáváme informace o dárcovství krve a plazmy a diskutujeme s nimi i na téma zdraví. Letos jsme dokonce prováděli měření krevního tlaku, o které veřejnost projevila velký zájem,“ říká Bc. Naděžda Kalužová, vedoucí marketingu Krevního centra FNO. „Na akci to dýchalo pozitivní energií a to je pak radost pracovat, být jde doslova o třídní maratón. Ale jsme za takové příležitosti i za každého nového dárce vděční,“ dodává.

### RWE přivedlo nové dárce

První nábor dárců krve ve společnosti RWE proběhl před třemi lety, dnes už sem zaměstnanci této společnosti chodí téměř pravidelně. „Když jsme poprvé ve spolupráci s vedením RWE pozvali jejich pracovníky na odběry, byli jsme rádi, že naše pozvání přijali. O to více nás těší, že se z těchto náborů stala ve firmě tradice a RWE nám každý rok posílá nové a nové dárce. Letos přišlo hned 13 prvodárců a přihlásilo se i 7 pravidelných dárců, a to je obrovský úspěch. Dárcům jsme jako poděkování nabídli malou exkurzi do zákulisí krevního centra a podle ohlasů se jim moc líbila,“ popisuje jednu z náborových akcí Bc. Kalužová a dodává: „RWE je našim dobrým partnerem i v rámci projektu, který pořádáme každý rok v červnu u příležitosti Světového dne dárců. Snažíme se odměnit naše dárce,



a tak jsme již potřetí vylosovali několik šťastlivců, kteří od nás dostali školu smyku. Mohli si ji vyzkoušet ve dvou dvouhodinových blocích na polygonu firmy Libros, tuto akci již druhým rokem financovala právě RWE.“

– hal –

## Relaxační techniky proti únavě a stresu

Syndrom vyhoření pociťuje čas od času mnoho zdravotníků, nejvíce ohroženi jsou však zaměstnanci exponovaných pracovišť, například KARIM a JIP. I proto jsme společně s primářem psychiatrického oddělení MUDr. Petrem Šilhánem a vrchní sestrou Mgr. Radimem Němcem dospěli začátkem prosince 2013 k názoru, že by pracovníci nemocnice mohli absolvovat relaxační techniky. Těmi se velice úspěšně zabývá pracovník psychiatrického oddělení Jiří Petřík, který je v tomto oboru mimo jiné certifikován. Jedná se o seriózní, jednoduchou a vysoce účinnou metodu přispívající k celkové harmonizaci osobnosti v dnešním hektickém světě. Vychází z ověřených lékařských i vědeckých poznatků a její výhoda spočívá i v tom, že jí bez jakýchkoli negativních či vedlejších účinků

může projít v podstatě každý člověk. Na základě zmíněného rozhodnutí se uskutečnil projekt relaxačních technik pro zaměstnance fakultní nemocnice. Jedna skupina čítá šest zaměstnanců v časovém rozmezí pěti týdnů, přičemž jedno sezení trvá 45 minut. Doposud prošlo těmito technikami pět pracovních skupin v celkovém počtu 30 zaměstnanců, do konce roku bude absolvovat relaxační techniku ještě 24 pracovníků.

Vilma Holzeplová, staniční sestra oční kliniky: „Super, po delší době systémového relaxačního procesu maximální uvolnění, odpočinula jsem si a byla nabitá energií.“

Bc. Marta Vajdová, staniční sestra koronární JIP, OKV: „Pan Jirka má sugestivní příjemný hlas, který – doplněn nádhernou hudbou – přispívá k dobré atmosféře. Vše je pohodové, ukončené mátovým

### O transfuzní konferenci je zájem

Ve středu 5. listopadu proběhne v sále Domu sester již pátý ročník Ostravského transfuzního dne, který pořádá Krevní centrum FNO. „V tuto chvíli je kapacita sálu plná, přes 140 lidí se přihlásilo během prvních čtrnácti dnů od vyvěšení informace o pořádání akce. Těší nás, že je o naši konferenci takový zájem a slibujeme, že i letos si všichni přítomní přijdou na své. Po celé odpoledne budou probíhat velmi zajímavé přednášky a účastníci si odnesou spoustu nových informací ze světa transfuzí,“ slibuje Bc. Kalužová.

### Vánoční koncert

Vůně Vánoc doslova pohltí celé Krevní centrum FNO ve středu 11. prosince. Již počtvrté se dárčí, kteří v tento den přijdou darovat tekutinu nejceněnější, mohou těšit z naprosto neobvyklé, ale velmi pohodové atmosféry. Konat se bude tradiční Vánoční koncert. „Přijede gospelová hudba Keep Smiling z Orlové, s níž máme velmi dobré zkušenosti. Hrají výborně a umí vytvořit kouzelnou předvánoční pohodu. Tu chceme dokreslit také voňavými svíčkami, purpurou a vánočními dekoracemi. Chybět nebude ani nealkoholický vánoční punč,“ dodává Bc. Kalužová.

### Vyznamenaní dárce

Dárcovství je věc dobrovolná, ale ne samozřejmá. Proto jsou již léta neaktivnější dárce pravidelně oceňováni Českým červeným křížem. V září proběhly hned dva slavnostní ceremoniály. Prvního září byla 80 dárcům předána Zlatá medaile prof. MUDr. Jana Janského za 40 bezpříspěvkových odběrů a 22. září pak bylo oceněno hned 174 dárců Zlatými kříži Českého červeného kříže 3. třídy za 80 bezpříspěvkových odběrů. V polovině října bude desítkám dárců na celostátním ceremoniálu předáno druhé nejvyšší ocenění – Zlaté kříže ČČK 1. třídy za 160 bezpříspěvkových odběrů. Zcela nejvyšším oceněním dárce je Plaketa ČČK Dar krve dar života za 250 odběrů.

– hal –

čajem. Člověk se cítí hezky, ale chtělo by to více sezení, protože jedno sezení představuje okamžik, který člověk v tak krátkém čase nestačí vstřebat.“

Mgr. Mária Šamajová, úseková sestra intervenčního sálku radiologického ústavu: „Líbilo se mi to, čerpám z terapie ještě teď i díky tomu, že jsem si koupila CD a použít si je.“

Bc. Šárka Kumorová, vrchní sestra KIL: „Atmosféra byla skvělá, příjemná, relaxační techniky dovedou po celodenním pracovním shonu příjemně uvolnit. Úžasné jsem relaxovala.“

Každý, kdo má zájem absolvovat tyto relaxační techniky nebo si chce koupit jednotlivá CD nebo CD box, se může ozvat.

Bc. Mária Dobešová  
náměstkyně ředitele pro ošetrovatelskou péči



## Den srdce upozornil na potřebu prevence



Během pouhých dvou hodin provozu zdravotnického stanu, jenž byl 29. září od 9 hodin v souslovosti se Dnem srdce otevřen v areálu fakultní nemocnice, dorazilo na vyšetření zhruba 70 osob. Ve chvíli, kdy akce v 17 hodin končila, záznamy uváděly 210 klientů, kteří díky tomuto projektu prošli základním preventivním vyšetřením.

„Velká část zájemců, přibližně 60 procent, měla problémy s nadváhou, asi 20 procent se potýká s obezitou. Řada klientů byla upozorněna na zjištěnou zvýšenou hodnotu krevního tlaku s doporučením kontroly u praktického lékaře,“ hodnotí akci MUDr. Eliška Kufová z kardiologického oddělení FNO a dodává, že ostravská nemocnice patří mezi šest fakultních nemocnic v republice, v nichž akce v tento den proběhla.

„Cílem tohoto počínu je zaměřit pozornost klientů na jejich životosprávu a hodnoty krevního tlaku,

upozornit je na kardiovaskulární potíže spojené s obezitou, či u nich včas odhalit vysokou hladinu cukru v krvi,“ pokračuje. „Kardiovaskulární onemocnění na podkladě aterosklerózy jsou celosvětově hlavní příčinou předčasného úmrtí. Prevence je velmi důležitá, protože preventivní opatření jsou schopna snížit úmrtnost přibližně o 50 procent, zatímco léčba už nemocného člověka snižuje úmrtnost pouze ve 40 případech ze sta. A tak v rámci preventivních opatření měříme návštěvníkům krevní tlak i tělesnou hmotnost a výšku, abychom z těchto parametrů mohli vypočítat body mass index, který nás informuje, zda je tělesná váha v normě. Pak návštěvníky odesíláme do odběrového centra, kde jsou po odběru krve vyšetřeny hodnoty krevního cukru, cholesterolu a triglyceridů. S těmito hodnotami se návštěvníci vrátí zpět a my s nimi výsledky probereme a poradíme jim, jak dál postupovat.“

Mezitím ve stanu na vyšetření čeká osmašedesátiletý Karel Petřík. „Přivlekla mě sem manželka,“ směje se. „To víte, má o mě strach.“ S tím souhlasí i paní Smítková, která – opatřená holemi na nordic walking – už směřuje do odběrového centra. „Celý život jsem pracovala jako fyzioterapeutka, takže si zdraví vážím.“

Preventivní akci s názvem Den srdce organizovala Všeobecná fakultní nemocnice v Praze, cílem bylo upozornit veřejnost na problematiku kardiovaskulárních nemocí a důležitost prevence. Záštitu nad akcí převzal ministr zdravotnictví MUDr. Svatopluk



Němeček, MBA, který apeloval na to, aby lidé své srdce co nejvíce chránili.

Vysoký krevní tlak je nejčastější kardiovaskulární onemocnění. Spolu s kouřením, diabetem, dyslipidemií a obezitou je jedním z nejdůležitějších rizikových faktorů kardiovaskulárních onemocnění na podkladě aterosklerózy. Americká kardiologická společnost a Evropská kardiologická společnost vydaly doporučení prevence kardiovaskulárních onemocnění. Chcete prožít delší a zdravější život? Pak nekuřte, dopřejte si kompletní a vyváženou stravu i dostatek spánku, kontrolujte svou tělesnou hmotnost, omezte alkohol. Kromě toho sportujte, nerozčilujte se a snažte se zvládat stresové situace. Pravidelně užívejte předepsané léky a případně sledujte nežádoucí interakce s léky na erekci, hlídejte si krevní tlak, hodnotu tuků i cukru v krvi.

- gl -

## Moravskoslezský logopedický den



Pod záštitou ORL kliniky FNO se 12. září letošního roku konal Moravskoslezský logopedický den, jehož hlavním tématem byly poruchy polykání – dysfagie. Cílem setkání bylo poskytnout kolegům a kolegyním z regionu co nejvíce teoretických poznatků i praktických ukázek ve formě konkrétních kazuistik.

Téměř padesát klinických logopedek z Moravskoslezského kraje vyslechlo několik vysoce odborných a zajímavých prezentací. MUDr. Staníková z ORL kliniky objasnila problematiku anatomie a fyziologie polykání, MUDr. Nachmilnerová z Neurologické kliniky FNO přispěla přednáškou zaměřenou na poruchy polykání z pohledu neuro-

loga. MUDr. Schwarz z ORL kliniky FNO hovořil o možnostech přístrojové diagnostiky. Stejně zajímavé byly i další přednášky, které pokračovaly i v odpoledním bloku. Přínosná byla i diskuse o provozu dysfagiologické poradny v naší nemocnici, o tom, kdy a kam objednat pacienta na vyšetření polykacího aktu pomocí videoendoskopie, nebo na koho se obrátit v zařízení následné péče a kdo konkrétní s pacienty s poruchami polykání v terénu pracuje. Program byl zakončen sadou kazuistik vhodně doplňujících a ilustrujících konferované téma.

Mgr. Marie Kaniová, Ph.D.,  
klinická logopedka ORL kliniky FNO

## Galerie Ametyst

### Pohyb je zviditelněná mluva



Až do 22. listopadu si návštěvníci Galerie Ametyst mohou prohlédnout nádherné malby rodačky z Olomouce, která v současné době žije v chorvatském Zagrebu, Milady Plavčíc Lipčičkové. Ta se celý svůj život věnuje malbě z prostředí baletu.

„Toto téma jsem si zvolila už při své diplomové práci, kdy jsem namalovala prvních deset obrazů z baletního prostředí. Ty nejen reprezentovaly mé ukončení studia, ale byly dokonce ohodnoceny ateliérovou cenou AVU. Na stejné téma jsem pracovala následujících deset let přes Art Centrum Praha pro firmu Radetzky-Mörtel v Německu. A baletnímu prostředí se věnuji nepřetržitě celá léta. Kreslit a nasávat atmosféru chodím do baletních sálů, kde čerpám inspiraci. Diplomová práce vznikla například v prostředí baletního sálu Smetanova divadla v Praze v roce 1977, kdy jsem

končila studia v Akademii výtvarných umění v pražském ateliéru profesora Františka Jiroudka. V osmdesátých letech jsem pak často navštěvovala sál Laterny Magiky v Praze a později baletní sál Moravského divadla v Olomouci. V současné době chodím často do baletního sálu Chorvatského národního divadla v Zagrebu, kde nyní žiji,“ uvedla paní Milada, jejíž životním krédem jsou slova, která vyřkl J. W. Goethe: Pohyb je zviditelněná mluva, která promlouvá skrz celou lidskou bytost.



## Blahopřejeme

V říjnu slaví významné životní jubileum naši kolegové:

Milena Navarová  
Jarmila Javorská  
Alena Hajčková  
Irena Rosová  
Iveta Skýpalová  
Martina Michaldová  
Bc. Oldřiška Lakotová  
Mgr. Eva Michalová



Děkujeme za práci, kterou jste pro naši nemocnici vykonali, a do dalších let vám přeje radost a spokojenost v osobním životě.

Cestovní agentura Posedlost s.r.o.

[www.posedlost.cz](http://www.posedlost.cz)

Domov sester - 14. p.

596 633 291, 774 784 094

## Terasové byty Krásnopolská Ostrava-Poruba

[www.krasnopolska.cz](http://www.krasnopolska.cz)

+420 603 254 324

[info@krasnopolska.cz](mailto:info@krasnopolska.cz)

- Klidná poloha v Ostravě-Porubě v sousedství VŠB, VTP, deset minut chůze od fakultní nemocnice
- Bezpečné bydlení na vlastním oploceném pozemku
- Dispozice bytu od 2 + kk až po prostorné 5 + kk
- Byty s terasami o výměře od 84 m<sup>2</sup> do 148 m<sup>2</sup>
- Možnost převodu do osobního vlastnictví
- Veškerá občanská vybavenost v blízkosti
- Podzemní garážová stání
- Nadstandardní bydlení
- Celkem 16 bytů



Nepotřebujete hypotéku, stačí Vám 35 % ceny bytu a můžete bydlet

## Inzerce zdarma

- Pronajmu samostatný RD 4+1 s garáží + jedno parkovací místo v Brušperku. Dům i zahrada po komplexní rekonstrukci. Dům je bez vybavení. Nejlépe k dlouhodobému pronájmu. Kontakt: 608 852 006.
- Jsem vysokoškolák, nabízím doučování anglického jazyka a matematiky pro ZŠ, SŠ. Doučování možné každý den i o víkendech. Dojíždění Ostrava-Poruba a okolí podle domluvy. Cena 150 Kč/60 min. Tel.: 702 079 090.
- Přenechám byt RPG o velikosti 2+1, 58 m<sup>2</sup> s balkonem. Částečně zařízený včetně vlastní kuchyňské linky, rohové lavice v kuchyni. Byt má

plovoucí podlahy v kuchyni, chodbě, obývací, ložnici. V obývací necháme TV stolek. Ložnice by zůstala celá, je starší, ale zchovalá. Zůstane i velká skříň. V koupelně rok staré zrcadlo s osvětlením a poličky. Záchod nový – WC kombi. Odstupné 10 tisíc Kč. Možné nastěhování v listopadu. Byt se nachází v ulici Opletalově, Ostrava-Poruba, kousek od fakultní nemocnice. Kontakt: 725 475 442.

- Dlouhodobě pronajmu zařízený byt 3+1 s balkonem v Ostravě -Zábřehu, U studia 3. Ihned k nastěhování. Cena 8 tisíc Kč měsíčně. Kontakt p. Bajgarová, tel.: 732 741 306.

- Pronajmu zařízený slunný byt 3+1, OV-Mariánské Hory, Gen. Janka. Volný od 1/2015. Byt se nachází v 6. p/10. p, v klidné části. Součástí bytu je balkon a prostorná komora. Zastávka MHD, škola, školka, zdravotnické středisko a obchodní centrum v blízkosti. Měsíční nájemné 9 tisíc Kč (včetně záloh na služby) + internet, 18 tisíc Kč vratná kauce. Nejlépe zaměstnanci FNO. Kontakt: 605 969 117.
- Nabízím pronájem bytu 1+1, OV-Poruba, ul. Marty Krásové, v blízkosti FN, volný ihned, nezařízený, levně, 2. patro, výtah, nejlépe zaměstnanci FN. Telefon: 724 322 101.

**DVA MAKLÉŘI = JEDEN OBCHOD**  
**Bezplatná realitní poradna!**



**cena na dotaz**

**STARÉ PURKARTICE**



**570 000 Kč**

**OPAVA, Na Pastvístku 1KK**



**1.590 000 Kč**

**KOBEROVICE, RD 4+2**



**3.300 000 Kč**

**BĚLÁ, hostinec**



**JARMILA ŠPIRUTOVÁ**  
**604 237 555**



**JAN HOMOLA**



TENTO ZPRAVODAJ TISKNE

**Czech Print Center**

CZECH PRINT CENTER a.s.  
Provozovna Ostrava  
Na Rovince 876  
720 00 Ostrava-Hrabová  
Tel.: 596 668 111  
[www.cpcenter.cz](http://www.cpcenter.cz)

**Vydavatel:** FN Ostrava • Tel. č.: 597 372 578 •  
E-mail: [redakce@fno.cz](mailto:redakce@fno.cz) • Grafika a zlom: ASEITA spol. s r. o. • Foto: Jiří Zerzoň, Jana Gojová, archiv FNO • Redakce si vyhrazuje právo krátit a upravovat dodané texty • Uzávěrka: Každý poslední pátek v měsíci • Určeno pro vnitřní potřebu FN Ostrava