



## Navštivte Stan proti melanomu v Avionu



Vypravíte-li se v úterý 13. května v čase od 10 do 17 hodin do Avion Shopping Parku Ostrava, můžete si ve speciální mobilní vyšetřovací ambulanci kožního oddělení Fakultní nemocnice Ostrava nechat vyšetřit svá nestandardně se chovající znaménka. Nemocnice se tak v rámci osmého

ročníku ostravské fáze akce Stan proti melanomu, která má jako součást celoevropské kampaně dermatologů upozornit na nebezpečí výskytu rakoviny kůže a apelovat na důslednou prevenci, objeví v tomto obchodním centru už počtvrté.

Více informací o akci přinášíme na straně 6

## VIII. kongres České společnosti intenzivní medicíny

Česká společnost intenzivní medicíny ČLS JEP ve spolupráci s Výchovným pracovištěm intenzivní medicíny IPVZ, Českou asociací sester, Lékařskou fakultou Ostravské univerzity a Fakultní nemocnicí Ostrava připravuje VIII. kongres České společnosti intenzivní medicíny. Ten se bude konat ve dnech 11. až 13. června v Clarion Congress Hotelu Ostrava.

Více na straně 6



## Nebolí vás ledviny?

### To ale neznamená, že jsou zdravé!

Hemodialyzační stanice a nefrologická ambulance FNO se 13. března připojily ke Světovému dni ledvin. Možností prohlídky hemodialyzačního střediska a zároveň odborného vyšetření v rámci nefrologické ambulance využilo 59 klientů. Těm těm specializovaných sester změnil krevní tlak, odebrala se moč na vyšetření a klienti byli edukováni o symptomech onemocnění ledvin a poučeni také o významu pitného režimu. U čtyřiceti z nich, což je zhruba 70 procent, byl zaznamenán vysoký krevní tlak, bílkovina v moči a krev v moči. „Těmto klientům jsme doporučili návštěvu u praktického lékaře, který jim provede kontrol-



ní vyšetření krevního tlaku, moče a krve. Zároveň jsme jim předali laboratorní nálezy, aby jejich lékař měl možnost porovnání s dalšími odběry,“ vysvětluje Bc. Emílie Chrenšťová, staniční sestra hemodialyzačního střediska. A o co se návštěvníci zajímali nejvíce? „Prohlídky zajišťovaly naše vysoce erudované sestry, které nejčastěji odpovídaly na otázky týkající se léčby v rámci hemodialyzačního střediska, spousta dotazů směřovala i k našemu přístrojovému vybavení. Klienti se zajímali rovněž o to, jakou funkci ledviny v organismu plní, jaké jsou rizikové faktory, které zvyšují onemocnění ledvin a další.“

Pokračování na straně 3

## Distribuce vstřícnosti a porozumění

Nestává se příliš často, že někdo jen tak sám od sebe přijde a nabídne pomocnou ruku. Oddělení dětské neurologie mělo před osmi lety to štěstí, že se na ně obrátili zástupci ostravské společnosti Česká distribuční s dotazem, jak a čím mohou pomoci. Z prvního kontaktu se v průběhu let rozvinula velmi hezká spolupráce, jež se časem rozšířila do více rovin.

Více na straně 7



**Upozorňujeme na fakt,  
že pohotovostní lékárna FNO je  
k dispozici 24 hodin denně.**

## Bílá sobota

Otorinolaryngologická klinika FNO pořádala 22. března ve spolupráci s nadačním fondem Dar sluchu akci Bílá sobota. Ta je zaměřena hlavně na vyhledávání těžce sluchově postižených, jejichž kvalitu života by mohly podstatně zlepšit kochleární implantáty, a dále pak na zájemce o sluchadlo či BAHA systém. „Vzhledem k tomu, že dětské pacienti jsou díky plošnému screeningu sluchu novorozenců, který jsme v Moravskoslezském kraji začali provádět od roku 2010 jako první v republice, velmi dobře podchyceni, snažíme se na této akci věnovat pozornost hlavně dospělým,“ uvedla MUDr. Eva Havlíková a dodala, že ambulance navštívilo přes třicet zájemců o vyšetření a informace. „Mezi návštěvníky byly i dvě ženy v produktivním věku s progresivní sluchovou vadou, které od dětského věku používají sluchadla silného typu. Ta však nyní přestávají stačit, obě ženy jsou tedy vhodnými kandidátkami na kochleární implantát,“ pokračuje MUDr. Havlíková s tím, že zájemcům během Bílé soboty bezplatně provedli vyšetření sluchu a informovali je o nejvhodnějších možnostech, zda je možné jejich problém řešit sluchadlem či kochleární implantací. „Všichni vhodní adepti na sluchadlo dostali kontakty na příslušné foniatrické ambulance a kandidáti kochleární implantace jsou pozváni k dalšímu vyšetření na foniatrii FNO. Hodně dotazů se týkalo finanční otázky a příspěvků zdravotních pojišťoven.“

## Dolnohorská desítka pomáhala



Dobročinná sbírka mezi účastníky běžeckého závodu Dolnohorská desítka, který se každoročně koná v Dolní Lhotě nedaleko Ostravy, vynesla dvacet jedna tisíc korun. „Závodu se v minulém roce zúčastnilo přes tři sta běžců z celé střední Evropy a Keni. Ti měli možnost podpořit sbírku za-

koupením běžeckých samolepek vyrobených speciálně pro tuto charitativní příležitost. Znamé rčení sportem a běháním ke zdraví tak získalo ještě širší rozměr,“ konstatuje JUDr. Aleš Miko, právník a marketingový manažer společnosti Liftcomp.

Výtěžek z prodeje samolepek ve výši necelých sedmi tisíc korun znásobila pořadající společnost Liftcomp, takže MUDr. Tomáši Pískovskému, Ph.D., primáři oddělení lůžkové a ambulantní péče Kliniky dětského lékařství FNO, byla předána už zmíněná částka ve výši dvacet jedna tisíc korun. Finanční prostředky budou použity ke zpříjemnění pobytu nejmenších pacientů ve fakultní nemocnici.

Amatérští i profesionální běžci se mohou již nyní registrovat na [www.dolnohorskadesitka.cz](http://www.dolnohorskadesitka.cz) do jubilejního desátého ročníku závodu, který se uskuteční v Dolní Lhotě u Ostravy v sobotu 26. dub-

na. Závod se bude opět konat za účasti kvalitních zahraničních běžců, kteří se společně s domácí elitou pokusí na desetikilometrové trati pokořit hranici třiceti minut. Závodu se mohou zúčastnit také rekreační běžci. Pro ty je Dolnohorská desítka každoročně příležitostí, jak se postavit na start vedle profesionálů a poměřit s nimi své síly.



## Týden uvědomění si mozku



Centrum pro kognitivní poruchy Neurologické kliniky FNO se 12. března už potřetí připojilo k celosvětové akci Týden uvědomění si mozku (Brain Awareness Week). Tato akce je od roku 1996 pořádána organizací Dana Alliance for the Brain.

V České republice ji koordinuje Česká společnost pro trénování paměti a mozkový jogging. Více než sedm desítek posluchačů z řad laické i odborné veřejnosti si mohlo poslechnout odborné přednášky. V úvodu byli posluchači seznámeni vedoucím Centra pro kognitivní poruchy MUDr. Pavlem Ressnerem, Ph.D., s problematikou mozku a jeho funkcí. Posluchače zaujala také přednáška psychologa PhDr. Petra Niliuse, který poutavou formou přiblížil problematiku zapomínání. Dopoledne zakončila Mgr. Petra Krulová, jež provedla posluchače praktickým blokem plným různých cvičení a rad, které mohou přispět k posílení paměti. Vysoká účast a pozitivní ohlasy posluchačů nás opět utvrdily v důležitosti a významnosti této akce.

Sidonie Matulová  
vrchní sestra Neurologické kliniky FNO

## Kongresy a semináře.

- 22. dubna – seminář pro praktické lékaře: Neurologie.
- 24. dubna – XXXIV. moravský den dětské neurologie.
- 28. až 30. května – 19. výroční konference palemnicové medicíny.



## Poděkování

Vážený pane docente, od 18. prosince 2013 byla na oddělení pediatrické, resuscitační a intenzivní péče hospitalizována Kristýnka Zichová. I když se její stav zpočátku jevil jako beznadějný, viděl jsem při svých téměř každodenních návštěvách, jak profesionálně a zodpovědně je o ni pečováno ošetřujícím personálem (stejně pečlivě bylo pečováno o všechny pacienty). Velmi se mi líbil osobní

přístup – sestřičky oslovovaly při ošetřování děti křestními jmény a mluvily s nimi. Velmi pozitivně na mne působila i stále dobrá nálada sester, které také nešetřily úsměvy (když píšete o „sestrách“ mám na mysli i pana Lukáše).

Přes původně nepříznivou diagnózu to Kristýnka s přispěním celého již zmíněného kolektivu nevzdala a nakonec se mohla 11. března 2014 vrátit domů.

Žádám Vás, pane docente, abyste mým jménem i jménem Kristýnčiny maminky a sestry kolektivu zmíněného oddělení za jeho nelehkou a obětavou práci poděkoval.

S pozdravem  
Ing. Jiří Hlouzek, děda Kristýnky

P. S. Poděkování jsem byl připraven poslat i v případě, že by to takto úspěšně nedopadlo.

## Lékařská fakulta OU informuje

### Světový den zdraví

Obchodní centrum Forum Nová Karolina ožilo 7. dubna Světovým dnem zdraví. Akci pořádala studentská nezisková organizace IFMSA CZ (International Federation of Medical Students' Associations), která sdružuje studenty medicíny po celém světě. Konkrétně v Ostravě tuto akci organizovala ostravská pobočka IFMSA při Lékařské fakultě Ostravské univerzity v Ostravě. Šlo o jedinečnou možnost nechat si zdarma poradit ohledně svého zdraví.

Celá akce byla otevřena velkému počtu návštěvníků všech věkových kategorií. V průběhu dne byl měřen krevní tlak, tělesný tuk a hodnota BMI. Zájemci mohli získat základy první pomoci, zaujali

i ukázky toho, jak zlepšit svůj životní styl, případně ukázky rizik, která způsobuje kouření, včetně rad, jak s kouřením přestat. Nachystán byl i program pro děti – Nemocnice pro medvídky, kde děti zjistily, že není třeba mít strach z doktorů. Na místě byly také členky sdružení Onko-Amazonky, které informovaly o rakovině prsu.

Doprovodnou akcí byla účast vybraných fotbalistů FC Baník Ostrava a jejich autogramiáda. Po celém světě je 7. duben znám jako datum vzniku Světové zdravotnické organizace (WHO) a slaví se při této příležitosti jako Světový den zdraví. K tomuto dni se konají různé události na konkrétní téma, které mají za cíl upozornit na důležitost globálního

zdraví. Akce typu Světový den zdraví není jedinou, které organizace IFMSA CZ dělá.

Mimo jiné organizuje Světový den diabetu, Světový den AIDS, projekty ve spolupráci s UNICEF, AMNESTY INTERNATIONAL a Lékaři bez hranic a také pořádá vzdělávací akce pro širokou veřejnost i odborné přednášky pro studenty medicíny. Více informací o projektu Světový den zdraví nebo o organizaci IFMSA CZ najdete na [www.ifmsa.cz](http://www.ifmsa.cz).

Barbora Kozubková,  
studentka 3. ročníku  
všeobecného lékařství LF OU

## Nebolí vás ledviny? To ale neznamená, že jsou zdravé!



Pokračování ze strany 1

„Cílem tohoto světového dne je zvýšit informovanost o onemocnění ledvin, o výskytu a příznacích těchto nemocí, příčinách a léčbě,“ vysvětluje **MUDr. Ivo Valkovský, Ph.D., primář hemodialyzačně-transplantačního oddělení**. A dodává, že jedním z příznaků onemocnění ledvin bývá zvýšený krevní tlak, abnormální zbarvení moči nebo neobvyklé množství moči. Onemocnění ledvin mohou provázet také otoky dolních končetin, případně otoky v obličeji. „Vzhledem k tomu, že onemocnění ledvin mnohdy neprovázejí výraznější potíže, pacienti první projevy nemoci často přehlížejí. Většina chronických onemocnění ledvin je nebolestivá, bolesti se objevují jen u některých onemocnění, jako jsou prudké záněty ledvin nebo ledvinové kameny. U chronického onemocnění ledvin se výraznější problémy objevují často až ve stadiu selhávání ledvin. Proto je tak důležité pátrat

po tomto onemocnění aktivně, například vyšetřením moči a krevního tlaku. Právě tato základní vyšetření nabízíme i v rámci Světového dne led-

Do hemodialyzačního střediska ve FNO dochází v průběhu roku zhruba 50 hemodialyzovaných pacientů a provádí se přes 6 tisíc hemodialyzačních výkonů. V nefrologické ambulanci je sledováno přes 900 pacientů s onemocněním ledvin. Průměrný věk hemodialyzovaných pacientů se pohybuje kolem 66 let, nejmladšímu je 24, nejstaršímu 86 let. Nejčastěji se onemocnění ledvin objevuje u lidí s cukrovkou nebo aterosklerózou, tedy kornatěním tepen. Tyto choroby jsou diagnostikovány přibližně u dvou třetin pacientů se závažným onemocněním nebo selháním ledvin.

vin. Pacienty s prokázaným onemocněním ledvin je následně vhodné trvale sledovat, tak abychom minimalizovali možnost přechodu do terminálního selhání ledvin.“

Pokud přece jen k selhání ledvin dojde, mají pacienti tři možnosti léčby. A to buď prostřednictvím

hemodialýzy, tedy očišťování krve na dialyzačním přístroji v mimotělním oběhu, nebo použitím břišní (peritoneální) dialýzy. Třetí a pro pacienta nejlepší možností je transplantace ledviny.

„Hemodialýzou jsou pacienti léčeni dvakrát až třikrát týdně,“ pokračuje MUDr. Ivo Valkovský. „Jedna dialýza přitom trvá tři až pět hodin. Když k tomu přičteme i čas strávený přesunem na hemodialyzační středisko, je na první pohled patrné, že jde o časově náročnou záležitost. Z tohoto pohledu je pro pacienty poněkud příznivější břišní dialýza, kterou mohou provádět sami doma a na kontrolu k nám přicházejí obvykle jednou za šest týdnů. Jde o dialýzu přes peritoneální membránu – tenkou blánu vystylající břišní dutinu. Nemocný si třikrát až čtyřikrát denně vypouští a napouští do peritoneální dutiny dialyzační roztok připravený ve vracích.“ Ne všichni pacienti však mohou být dialyzováni peritoneálně. „Jde například o nemocné po rozsáhlých břišních operacích nebo s nádorovými onemocněními v dutině břišní, problém mohou mít také lidé, kteří špatně vidí nebo se jim třesou ruce. Mnoho pacientů však může být léčeno oběma metodami, tedy hemodialýzou i peritoneální dialýzou, záleží na tom, kterou z nich si zvolí.“

Pacient, který se rozhodne pro břišní dialýzu, musí samozřejmě striktně dodržovat hygienu a mít doma klidný prostor, v němž ji bude provádět. Roztoky jsou mu přiváženy jednou za dva týdny, takže musí počítat s určitým skladovacím prostorem. A jaké jsou výhody peritoneální dialýzy? „Patří k nim větší flexibilita pacientů. Plusem je například to, že výměnu roztoku mohou v případě nutnosti zahájit o něco později či dříve oproti původnímu časovému plánu. Mohou také cestovat, prostě si jen vaky s roztokem vezmou s sebou. Lze se dohodnout také na dodání dialyzačního roztoku i na místo, kde budou na dovolené. Nedávno jednomu z našich pacientů, který byl v Chorvatsku, vydávali vaky v místní nemocnici,“ uzavírá MUDr. Ivo Valkovský, Ph.D., primář hemodialyzačně-transplantačního oddělení.

## Intervenční služba ve Fakultní nemocnici Ostrava



Fakultní nemocnice v Ostravě poskytuje v rámci zdravotních služeb možnost využití intervenční služby pro osoby zasažené životní krizí. Tato služba je zcela zdarma a slouží rodinným přísluš-

adaptační možnosti každého člověka a vyvolávají u něj stav nerovnováhy, ohrožení a stresu. Ve fakultní nemocnici nemusíte být v této těžké životní situaci sami a můžete požádat o psychickou

podporu nemocničního intervenanta, který vás bude provázet a pomáhat vám ve vaší krizové životní situaci. Poskytují jí speciálně vyškolení pracovníci jednotek intenzivní péče, urgentního příjmu i standardních oddělení nemocnice. Sdělení o závažné diagnóze či dokonce úmrtí blízkého člověka, případně nečekaná situace spojená s těžkým stavem rodinného příslušníka po havárii či sebevražedným krokem, to vše jsou okamžiky, které přesahují aktuální

podporu nemocničního intervenanta, který vás bude provázet a pomáhat vám ve vaší krizové životní situaci.

Intervent vám vysvětlí, co se s vaším blízkým děje, jde o informace o vyšetření, zákrocích či případné resuscitaci, poskytne vám psychickou podporu. Může být přítomen i v situacích, kdy je rodina informována o úmrtí svého blízkého. Informuje také o možnosti využití následné péče, pomoci např. duchovní služby fakultní nemocnice, nebo kontaktuje Krizové centrum Ostrava či jiná podpůrná pracoviště. Edukuje o možném průběhu akutní stresové reakce, napomáhá zasaženým orientovat se v jejím průběhu a přispívá k tomu, aby se co nejlépe adaptovali na náhle vzniklou obtížnou situaci. Může být také nápomocen při vyplňování zdravotní dokumentace.

Služba nemocničních interventů je dostupná 24 hodin denně, požádat o tuto pomoc můžete lékaře nebo všeobecné sestry.

Mgr. Radim Němec  
koordinátor intervenční služby FN Ostrava

## Káva s vůní naděje

Dát si šálek dobré kávy, posedět v příjemném prostředí a popovídat si s někým, díky jehož empatii a vstřícnosti se z vás poznenáhlu vypraví i ty nejnaternější myšlenky. Takové okamžiky umí ulevit duši rozbolavělé obavami a otázkami, na které se jen těžko hledá odpověď, existuje-li vůbec nějaká. Dokážou rozjasnit den a vlít do žil novou dávkou tolik potřebné naděje. Právě tou voní káva, kterou pacientům lůžkového oddělení Kliniky hematologie FNO připravují dvě dobrovolnice, **Eva Navrátilová** a **Zlatka Lazarová**. To ona stála u rozjezdu zdejšího „kávéového programu“ iniciovaného přednostou kliniky prof. MUDr. Romanem Hájkem, CSc.

Ještě před dvěma lety paní Lazarová pečovala o tchána s onkologickým onemocněním. Poté, co se jeho životní příběh uzavřel, si uvědomila, že jí péče o něj naplňovala a že chce téžce nemocným lidem pomáhat i nadále. „A tak jsem v Hospici sv. Lukáše absolvovala potřebný kurz a jako dobrovolnice začala docházet nejdříve tam. Ale v hospici už



Dobrovolnice Zlatka Lazarová.

jsou lidé opravdu na své poslední cestě, scházela mi určitá akčnost. A tak jsem díky impulzu koordinátorky dobrovolníků v hospici začala spolupracovat s ostravskou fakultní nemocnicí,“ vypráví žena, která do FNO dojíždí třikrát týdně, v pondělí, ve středu a čtvrtek, až z Dolní Lutyně. „Začínala jsem jako dobrovolnice na onkologii a pak se dostala sem, na lůžkové oddělení hematologie. Jsem přesvědčena, že tak, jak spolupráce s dobrovolníky funguje tady, by měla probíhat všude. Nejsem odkázána na to, že mě někdo posadí s tím, že se zeptají, jestli si vůbec někdo z pacientů chce s dobrovolnicí povídat, a pak možná někoho přivedou. Staniční sestra hematologického lůžkového oddělení, Mgr. Františka Vyhnánková, mě hned od začátku zapojila do dění na tomto oddělení, stala jsem se jeho součástí. Ještě když začátkem října 2013 nebyl kávovar k dispozici, dostala jsem se k pacientům přes čaj. Ráno jsem přišla, vzala konvici a přecházela z pokoje do pokoje, od jednoho pacienta k druhému. Představila jsem se, řekla, proč jsem tady, že chystáme kávový program a že jsem tady i proto, abych si s nimi popovídala, kdyby chtěli. Seznámili jsme

**Prof. MUDr. Roman Hájek, CSc., přednosta Kliniky hematologie FNO:** „Personál kliniky je maximálně vytížen a zaměřuje se především na léčebnou péči o pacienty. Dobrovolníci jsou vždy vítáni, protože přinášejí hodně pozitivního. Obtížné se jednoduše vysvětluje, proč. Mé dlouholeté zkušenosti s dobrovolníky se vztahují především k ambulantnímu programu. Rozvinout je na podobné úrovni zde, bude možné až v novém ambulantním prostoru, proto jsme s dobrovolníky začali spolupracovat nejprve na oddělení. Upřímně, nemyslel jsem, že to bude tak mimořádně pozitivní. Shodou okolností jsme získali nezištnou podporu majitelů pražírny kávy La Boheme, kterým velmi děkuji. Káva hraje v našich denních činnostech poměrně velkou roli. Posedět si nad šálkem dobrého kafe je

se tak naprosto přirozeně, stejně volně se rozvinul i hovor.“

Od druhé poloviny října už kávový program díky sponzorovi, firmě La Boheme, která poskytla kávu i přístroj DeLonghi, funguje stoprocentně, vznikla tu i příjemně upravená místnůstka, která plní funkci kavárničky. „Připravujeme espresso, cappuccino a macchiato. Pokud pacienti chtějí, mohou si tady u kávy posedět. Těm, kteří z jakýchkoliv důvodů nemohou do kavárničky dojít, ji nosím na pokoj. A když o to stojí, přisednu, popovídáme si,“ pokračuje paní Zlatka, které se daří překonávat komunikační bariéry i proto, že ona sama je onkologický pacient. „Asi vím, jak se ti lidé cítí, prošla jsem si něčím podobným. Když jim řeknu, že tato diagnóza mě životem provází už devátý rok, povzbudí je to. „Tak to já se taky uzdravím,“ reagují s úsměvem. A to je důležité. Mít naději.“ Paní Zlatka se o své diagnóze dozvěděla v době, kdy byla v domácnosti a pečovala o svou mladší, dnes patnáctiletou dceru. „Myslím, že lidé by se něco tak závažného neměli dozvídat po telefonu, jak se to stalo mně,“ krčí v rozpacích rameny. Nemocnici,

prostě příjemné. A upřímně – nejen nemocní to vítají. Přesto, nejdůležitější je vždy lidský faktor. Musím říct, že máme opravdu mimořádnou radost, jaké dobrovolníky v čele s paní Zlatkou Lazarovou na našem pracovišti máme. Atmosféra je tu neuvěřitelně pozitivní. A když se k tomu přidá i nadstandardní aktivita staniční sestry a dalších sester na pracovišti, tak to je vážně fajn. Všem děkuji. Káva je jednou z možností, jak pobyt hospitalizovaných pacientů zpestřit, dát mu novou dimenzi, jiskru, povzbudit jejich psychiku. Ale nezapomeňme, že i personál potřebuje povzbudit a myslet pozitivně. Kdykoliv zajdu za našimi dobrovolnicemi, je mi lépe a myslím o něco pozitivněji. A věřím, že nejen já. My všichni děkujeme.

kde prošla vyšetřeními, nespécifikuje, jen dodává, že ve finále měla štěstí. „Léčit mě začal onkolog, skvělý člověk. Docházela jsem k němu každý týden, pokaždé přišel s nějakou novinkou, zkusíme to, zkusíme ono, snažil se mě co nejvíce motivovat. Spolupráce s ním byla úžasná, ještě teď k němu dvakrát ročně dojíždím. Stejně jako naděje je strašně důležitá i důvěra v lékaře, pocit, že se máte o koho opřít, že ho zajímáte. Na to by lékaři ani ostatní zdravotníci neměli zapomínat. I proto obdivuju personál této kliniky. Kde při tom, kolik mají práce, berou všechnu tu sílu? Kdykoliv se na ně pacienti obrátí, nikdy neřeknou, že nemají čas, věnují se jim. Sešel se tu bezvadný tým, skvělí lidé!“ zdůrazňuje Zlatka Lazarová, která zpočátku na kliniku dojížděla každý pracovní den. Od března ji v úterky a pátky střídá kamarádka a bývalá kolegyně z hospicu Eva Navrátilová, o víkendu vaří kávu ošetřovatelky. „Moc nás všechny těší, že pacienti reagují na kávový program tak pozitivně. Ti, kteří sem přicházejí opakovaně, už ve dveřích hlásí, že by si dali kávičku. No a návštěvy se dívají, jaké je tady domácí prostředí. A to je dobře. Čím více pozitivních podnětů pacienti mají, tím lépe se cítí po psychické stránce a lépe reagují na léčbu,“ uzavírá své povídání žena, která připravuje kávu s vůní naděje. Lenka Gulašiová



Místnost, která začala plnit i funkci kavárny, má domácí atmosféru.

Jeden ze zápisů z knihy pochval a připomínek, která je pacientům k dispozici: „Přečetla jsem si veškeré zde popsané pocity a slova díky pacientů, kteří prošli tímto oddělením, a musím konstatovat, že vše, co je zde tak krásnými a srdečnými slovy popsáno v souvislosti se všemi zaměstnanci, je pravdivé. Sestřičky jsou milé, ochotné a ohleduplné a vytížené na 150 procent. A ošetřovatelky i pomocný personál pro své pacienty doslova dýchají...“

## Naprostojedinečná spolupráce



leárního implantátu nejen u dětských pacientů, ale i dospělých," vysvětluje **MUDr. Eva Havlíková z Otorinolaryngologické kliniky FNO**. „BAHA systém, jenž je určen klientům, kteří například kvůli opakovaným zánětům v uchu či vrozené vývojové vadě zvukovodu a středouší nemohou mít běžná sluchadla, má v současnosti deset pacientů.“

Převaha dětských pacientů s kochleárním implantátem má jeden hlavní důvod – plošný screening novorozenců, který je díky aktivitě FNO prováděn ve všech porodnicích Moravskoslezského kraje.

V současné době je v péči Otorinolaryngologické kliniky FNO asi dvacet dětských a pět dospělých pacientů s těžkou sluchovou vadou, jimž byl kochleární implantát implantován v Praze, a přibýly i tři děti, které byly odoperovány a získaly kochleární implantát už zde, ve Fakultní nemocnici Ostrava. „V současné době plánujeme další operace koch-

V rámci neonatologického oddělení FNO se navíc od roku 2012 provádí speciální podrobnější screening, jehož prostřednictvím jsou zachycovány i sluchové retrokochleární vady u novorozenců, které se při běžném screeningu nemusejí projevit. „Díky screeningu se podstatně snižuje věková hranice, kdy k nám rodiče se sluchově postižený-

mi dětmi poprvé přicházejí, většinou jde o malé děti do jednoho roku. Tyto děti jsou pak v naší péči prakticky doživotně. Zároveň je naším cílem, aby pokud možno všechny tyto děti byly zároveň v péči Speciálního pedagogického centra (SPC) pro sluchově postižené při Základní škole a Mateřské škole pro sluchově postižené v Ostravě-Porubě. Tím se zvyšuje šance na správný komplexní vývoj dítěte. Jsme schopni pacientům pomoci po lékařské stránce, ale SPC funguje jako poradna pro sluchově postižené děti a jejich rodiče. Tvoří ji tým zkušených odborníků, kteří jsou schopni zajistit i pomůcky pro výuku těchto dětí. Mohou s dětmi a jejich rodinou pracovat mnohem intenzivněji a pomoci v jazykovém, ale i sociálním rozvoji, děti pak mají větší šanci na integraci. Škola nám pomáhá i v přípravě dětí na operaci kochleárního implantátu, což je velmi důležité. Díky tomu jsou i velmi malé děti schopny po operaci velmi dobře spolupracovat,“ dodává MUDr. Havlíková.

- hal -

## Děti se zařazují do normálního života



V úplné tmě a tichu, které mě oddělují od světa, mi ze všeho nejvíc chybí přátelský zvuk lidského hlasu. Slepota odděluje člověka od věcí – hluchota od lidí.

Helena Kellerová

S tímto citátem se setkáte v Základní škole pro sluchově postižené a Mateřské škole pro sluchově postižené v Ostravě-Porubě, která vznikla v roce 1982 jako nejmladší škola tohoto typu v celkem dvaceti v tehdejší Československu. Dnes je v ČR třináct těchto škol, na území Moravy je jich šest. „V současné době máme 121 žáků a 29 dětí v mateřince, z toho asi polovina dětí je s vadami sluchu a polovina s těžkými vadami řeči – vývojovými dysfáziemi. Naší spádovou oblastí je celý Moravskoslezský kraj. Kromě základní a mateřské školy máme i speciální pedagogické centrum, které zabezpečuje péči mimo jiné také o děti, které nemohou z jakéhokoli důvodu navštěvovat naši školku nebo školu. Většinou jde o děti ze vzdálenějších koutů kraje,“ vysvětluje ředitel školy PaedDr. Pavel Němec. Škola již léta spolupracuje také s Otorinolaryngologickou klinikou FNO, od roku 2008 se však tato spolupráce velmi zintenzivnila, což logicky prospívá oběma stranám. „Odkáživa se snažíme spolupracovat s foniatry z celého kraje, pořádáme i různé semináře a zveme foniatry k nám do školy. Pro nás je totiž velmi důležité, aby se dítě s vadou sluchu dostalo k nám co nejdříve. V roce 2008 však za-

čala být aktivní samotná ORL klinika, její pracovníci se začali zajímat o naši práci a o to, jakým způsobem se mohou naše cesty propojit, abychom společně mohli dětem maximálně pomoci. Od té doby se setkáváme s vedením kliniky dvakrát až třikrát ročně a projednáváme důležité body, informujeme se navzájem o novinkách v léčbě nebo ve výuce dětí a tak dále, což oběma stranám samozřejmě pomáhá v práci. V České republice je tato spolupráce naprostojedinečnou záležitostí a vedení ostatních škol pro sluchově postižené nám tyto vztahy doslova závidí. Většinou totiž mezi pedagogy a zdravotníky dochází spíše k rivalitě, spojení sil v takovém měřítku jako u nás je opravdu výjimečné. A za to vděčíme především přístupu vedení kliniky ORL,“ pokračuje PaedDr. Němec. I díky této spolupráci se dnes daří škole a nemocnici pomáhat čím dál menším dětem. Plošný screening,

kteří FNO pomohla zavést před několika lety ve všech porodnicích v kraji, zachytí ročně pět až sedm dětí s těžkou sluchovou vadou. Díky tomu rodiče přicházejí s těmito dětmi k lékařům už ve věku několika měsíců. „Děti se dostávají do péče odborníků ORL, kteří přesně diagnostikují vadu a navrhnou kompenzační pomůcku. To je dobrý začátek, aby se dítě mohlo vyvíjet co možná nejlépe. Důležitá je však i práce rodiny, logopedů a učitelů ve školce nebo ve škole. Přidělit jen sluchadlo nebo kochleární implantát bez předchozí a následné práce s dítětem není snad ani možné. Nemocnice má erudované odborníky, foniatry i logopedy, ale zdaleka se nemůže dětem věnovat tak intenzivně a doslova denně jako naši speciální pedagogové, psychologové a logopedi. Pokud se tedy rodiče rozhodnou už s takto malým dítětem docházet do nemocnice i k nám, většinou máme skvělé výsledky. Dítě už v předškolním věku získá díky nejrůznějším pomůckám a intenzivnímu cvičení dostatečnou slovní zásobu a s ní jde samozřejmě ruku v ruce i rozvoj myšlení. Dříve, když rodiče zjistili sluchovou vadu u dítěte třeba až ve třech letech nebo dokonce později, bylo vše složitější. Dítě se de facto tři roky příliš nevyvíjelo,

nemohlo. Žilo v tichu a moc nechápal, co po něm okolní svět požaduje. Nyní, kdy už i velmi malé děti dostávají sluchadla nebo kochleární implantáty, je situace zcela odlišná. Děti se normálně zařazují do života, vnímají většinou alespoň nějaké zvuky, učí se mluvit a mají spoustu podnětů k přemýšlení,“ pokračuje ředitel, který zavedení plošného screeningu u všech novorozenců v Moravskoslezském kraji a zároveň zavedení operací kochleárního implantátu ve FNO považuje za největší úspěchy posledních let.

Základní škola pro sluchově postižené má několik specifik. Tím hlavním je, že učivo první třídy je zde rozděleno do dvou let, záci tím pádem chodí do školy deset let. „Děti s vadou sluchu mají menší slovní zásobu a v předškolním roku se pomaleji rozvíjejí, proto je důležité, aby základy psaní, čtení a počítání dostaly co nejvíce pod kůži. Nespěcháme na ně, pomalejší tempo v první třídě opravdu potřebují,“ doplňuje Mgr. Jana Barvíková, vedoucí speciálního centra pro sluchově postižené. Škola používá pro zkvalitnění sluchu dětí a žáků moderní kolektivní nebo individuální kompenzační pomůcky. „U všech těchto přístrojů došlo během posledních let k výrazné modernizaci a minimalizaci. Žáci dnes prostřednictvím bezdrátové naslouchací aparatury dostávají zvuk přímo do sluchadel. Je tedy jedno, jak daleko se od nich učitelka zrovna nachází. Máme také speciální učebnice pro sluchově postižené žáky a při práci nám pomáhají i speciální počítačové programy,“ pokračuje Mgr. Barvíková. Ta se mimo jiné věnuje i výuce znakové řeči. „Počátky znakové řeči učíme všechny malé děti už ve fázi diagnostiky sluchového postižení. Je to jediný způsob, jak se v této fázi s dítětem správně dorozumět. Pokud je dítě vhodným kandidátem na kochleární implantát a rodiče s touto cestou souhlasí, pokračujeme ve výuce znakové řeči do doby, než dítě získá dostatečnou slovní zásobu, aby bylo schopno se domluvit mluvenou řečí. Pokud je však zcela neslyšící, přestože má sluchadlo, mluvenou řeč neslyší. I v případě, že je vhodným kandidátem na kochleární implantát, rodiče se mohou rozhodnout, že budou u dítěte rozvíjet komunikaci prostřednictvím znakového jazyka.“

Lenka Hatlapatková

## Angiografické pracoviště získá nové komfortnější prostory



V polovině března byla zahájena rekonstrukce pracoviště vaskulárních intervencí oddělení kardiovaskulárního, která potrvá zhruba půl roku. „Hlavním důvodem této rekonstrukce je vybudování nového a moderního pracoviště pro léčbu pacientů se srdečním onemocněním pomocí angiografického přístroje,“ vysvětluje **Ing. Ivo Žolnerčík, náměstek ředitele pro techniku a provoz.** „Rekonstrukce probíhá v bývalých prostorách tiskového a informačního centra, které bylo pře-

místěno do prvního poschodí budovy internátu a prvního poschodí diagnostického komplementu (viz. snímek). V uvolněných prostorách bude nyní vybudován zákrový sál s angiografickým přístrojem včetně potřebného zázemí, jako je sklad, dekontaminace, filtr a další. Nebude chybět ani nové zázemí pro personál, přípravná a dokončovna pro pacienty,“ doplňuje **Ing. Jindra Strakošová, vedoucí odboru technicko-provozního.** Rekonstrukce probíhá komplexně a postupně se tu vystřídají všichni

potřební řemeslníci a bude zde vybudována i nutná radiační ochrana pracoviště proti záření. Zakázku získala ve výběrovém řízení firma Bohumínská stavební a náklady na realizaci dosáhnou zhruba 12,7 mil. korun včetně DPH. „Toto zcela nové a moderní pracoviště podstatně zkvalitní péči o naše pacienty, bude mít více bezpečnostních prvků k ochraně zdraví našich zaměstnanců i pacientů a především nabídne komfortnější zázemí pro zákroky prováděné na srdci,“ dodává Ing. Žolnerčík. - hal-

## VIII. kongres České společnosti intenzivní medicíny

Pokračování ze strany 1

„Celostátní kongres intenzivní medicíny hostí Ostrava poprvé, nicméně v tomto směru není žádným nováčkem,“ podotýká **prof. MUDr. Pavel Ševčík, CSc., přednosta Kliniky anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny FNO a zároveň předseda organizačního výboru kongresu.** „Máme za sebou už šestnáct úspěšných postgraduálních kurzů sepsy a MODS, které před mnoha lety přerostly do formátu kongresu. Zatím poslední se konal letos v lednu.“

Hlavními tématy VIII. kongresu České společnosti intenzivní medicíny budou novinky v poresuscitační péči; sepsy a multiorgánová dysfunkce; oběhové selhání, hemodynamické monitorování; přístrojové podpory orgánových funkcí; metabolismus

a výživa kriticky nemocných; akutní stavy v neurologii, chirurgii, pneumologii, kardiologii i pediatrii; intenzivní péče za mimořádných podmínek; život ohrožující a nozokomiální infekce a také etická a právní problematika v intenzivní péči.

„Například právnícká sekce bude řešit otázky týkající se nové právní normy, která nám, i v oblasti intenzivní péče, dost významně vstupuje do života. Ostatně program kongresu je komponován tak, aby odrážel nejrůznější aspekty rozsáhlé problematiky intenzivní medicíny i z pohledu multidisciplinární spolupráce,“ pokračuje profesor Ševčík a zmiňuje se také o jedné z programových novinek. „Významnou část programu zaujmají odborné aktivity nelékařských zdravotnických pracovníků a pracovníků, a to jak v přednáškové části, tak ve

workshopech. Tato aktivita přichází v době, kdy sílí diskuse na téma rozsahu kompetencí sester v intenzivní péči.“ Více na <http://www.csimkongres.cz>. - gl -



## Navštivte Stan proti melanomu v Avionu



Pokračování ze strany 1

Evropský den melanomu vznikl v roce 1999 v Belgii, aby upozornil veřejnost na rizika maligního melanomu, jednoho z nejčastějších zhoubných nádorů, jehož incidence se stále zvyšuje zejména u mladých lidí. V roce 2000 už tento počin měl evropské rozměry, o rok později se k němu připojila i Česká republika, kde za 30 let stoupl počet melanomů čtyřnásobně. Zatímco v roce 1970 bylo hlášeno 316 melanomů, v roce 2000 to bylo již 1 413 případů (zvýšení na 447 procent). Po zahájení osvětové kampaně počty případů dále stou-

pají. Incidence melanomu v ČR byla v roce 2000 u mužů 14,6 případu na 100 tisíc obyvatel a u žen 13,7 případu na 100 tisíc. V roce 2009 bylo u mužů 21,68 případu a u žen 18,13 případu maligního melanomu na 100 tisíc obyvatel. Nejvyšší nárůst je přitom pozorován u žen ve věku mezi 10 až 29 let. Přestože jde o nejsnáze detekovatelný nádor, v ČR na maligní melanom ročně zemře kolem 300 osob. Stránky České akademie dermatovenerologie informují o tom, že v České republice bylo během uplynulých ročníků Evropského dne melanomu vyšetřeno více než 54 tisíc osob. Cílem dermatologů je odhalit maligní melanom včas. Včasná diagnostika totiž znamená lepší prognózu. Loni bylo během Evropského dne melanomu v ČR vyšetřeno 3031 osob, podezření



na melanom bylo vysloveno u 50 osob a u dvou z nich se melanom histopatologickým vyšetřením potvrdil. Bazocelulární karcinom byl nalezen u pěti osob, spinocelulární rovněž u pěti osob. - red -

## Distribuce vstřícnosti a porozumění



I Ioni Mikuláš rozdával dárky pořízené společností Česká distribuční.

„Předseda představenstva České distribuční Zdeněk Bědroň nás před osmi lety kontaktoval s tím, že by rád dětem zpříjemnil pobyt v nemocnici. Jeho návrh jsme samozřejmě uvítali a firma hned nakoupila hračky i různé vybavení pro oddělení. Od té doby jsme v pravidelném kontaktu, Česká distribuční naše malé pacienty obdarovává na Mikuláše, o Vánocích a u příležitosti Dne dětí,“ hovoří o velkorysosti sponzora **Mgr. Angelika Remová, vrchní sestra oddělení dětské neurologie**, jediného lůžkového zařízení v daném oboru na území Moravskoslezského kraje a blízkého okolí.

Akciová společnost Česká distribuční, která patří k největším firmám zabývajícím se adresnou a neadresnou distribucí, se už třicet let specializuje na distribuci reklamních tiskovin různých formátů, od novin, časopisů, letáků až po reklamní vzorky. To, že se rozhodla distribuovat také vstřícnost a porozumění a že se do centra její pozor-

nosti dostali malí pacienti Fakultní nemocnice Ostrava, se stalo přínosem nejen pro oddělení dětské neurologie, ale časem také pro celou kliniku dětského lékařství, v jejímž pavilonu oddělení sídlí. „Vždy se nejprve ptají, co potřebujeme, co by nám mohlo pomoci. A tak kromě dárek pro děti firma nakoupila oddělení i klinice baby senzory, lineární dávkovač, pulzní oxymetr, křesílka i televize a nábytkem a televizory vybavila i kojenecké oddělení,“ pokračuje Mgr. Remová a vzpomíná na poslední vydařenou mikulášskou nadílku, při níž byly v prosinci 2013 obdarovány všechny hospitalizované děti. „Ty, jimž to zdravotní stav dovolil, se sešly v tělocvičně, kde program zajistily studentky Ústavu ošetřovatelství a porodní asistence Lékařské fakulty Ostravské univerzity. Nachystaly nejruznější polotovary - napekly perníčky, které děti zdobily, připravily vánoční svícný a malí pacienti je pak dotvořili do konečné podoby, nachystaly i podklady pro tvorbu vánočních přání. Děti i rodiče byli programem, který vyvrcholil rozdáváním dárek od České distribuční, nadšeni. Mikuláš se pak samozřejmě vydal i za dětmi, které musely zůstat v postýlkách.“ Vrchní sestra oddělení dětské neurologie upozorňuje i na fakt, že se firma nesoustřeďuje jen na podobné akce, ale že svou pozornost zaměřuje i na jedince či rodiny, které se ocitly ve svízelné životní situaci. „Před časem se na nás paní Karin Bědroňová obrátila s tím, že by společnost chtěla podpořit také chronicky nemocného malého pacienta ze sociálně slabé rodiny. Zprostředkovali jsme tedy kontakt s maminkou, jejíž těžce postižené dítě patří k našim pacientům. Paní ovdověla, stará se o dvě děti a její situace je velmi složitá. Pokud vím, zaplatila jim Česká distribuční pobyt v lázních, pomohla s nákupem potřebných pomůcek. Všichni si takového přístupu obrovsky vážíme, naše poděkování patří jak České distribuční, tak především manželům Bědroňovým. V tomto regionu takových lidí mnoho není!“

**Karin Bědroňová, specialista provozu České distribuční**, k tomu říká: „V době, kdy se naše spo-



Program zajistily studentky Ústavu ošetřovatelství a porodní asistence LF OU.

lečnost dostala do ekonomicky dobré kondice, jsme si řekli, proč se nepodělit a neudělat radost někomu dalšímu. V tom, že to budou děti, jsme měli jasno hned. A to, že to bude oddělení dětské neurologie ve fakultní nemocnici, byla zpočátku náhoda. Po prvním setkání s MUDr. Marií Kunčíkovou, primářkou tohoto oddělení, jsme však měli jasno. A pokud jde o definování konkrétních potřeb oddělení, je nám nápomocna Mgr. Angelika Remová, se kterou si osobně velmi rozumím a spolupráce s ní mi maximálně vyhovuje.“ Karin Bědroňová potvrzuje, že firma má sponzorských aktivit několik. Všechny se týkají dětí a všechny jsou realizovány přímo, tedy formou cíleně zaměřené pomoci. „Tím, že sponzorujeme zmíněné oddělení, jsme seznámeni s různými osudy dětí a jejich rodičů. Takže jsme se rozhodli naši pomoc rozšířit o konkrétní rodinu. Po konzultaci s vrchní sestrou oddělení jsme si vybrali ovdovělou maminku, která sama vychovává dvě dcery, z nichž jedna trpí tuberózní sklerózou provázenou epilepsií a její léčba je jak časově, tak finančně velmi náročná. Oběma holčičkám a mamince se snažíme ulehčit tíživou situaci.“

Lenka Gulašiová

## Piktogramy pomáhají překonat komunikační bariéru

### KNIHA PIKTOGRAMŮ

pro usnadnění komunikace s handikepovanými a při komunikační bariéře

pacient

příznaky

bolest

vyšetření

diagnóza

Nejen neslyšící a hluchoněmí lidé, ale i cizinci přicházející do nemocnice často nedokážou specifikovat své zdravotní problémy. Beze slov lze jen velmi těžce vyjádřit, co přesně člověka bolí, a jak intenzivně. V případě vážnější nemoci nebo úrazu však může nedostatečná komunikace klienta se zdravotnickým pracovníkem ohrozit i život pacienta. A přesně to bylo důvodem ke vzniku nové

informace o pocitech, příznacích a problémech pacienta. Sestra podle těchto informací může zajistit další postup vyšetření, než bude přítomen lékař.“

Zhruba tříměsíční usilovná práce se vyplatila a piktogramy již několik týdnů pomáhají zdravotnickému personálu oddělení centrálního příjmu FNO. „Šlo o pilotní projekt, v jehož rámci byly vytištěny

dvě knihy o velikosti zhruba A5. Obrázky jsou na pevných listech v kroužkové vazbě. První reakce ze strany zdravotnického personálu jsou velmi pozitivní a o podobný materiál projeví zájem vrchní sestry z dalších oddělení. Věříme, že piktogramy pomohou nejednomu pacientovi,“ doplňuje Bc. Mária Dobešová.

A s jakými problémy se autorky musely při vzniku knihy poprat? „Nejtěžší asi bylo vyhledat některé typické příznaky určitých chorob, které nakreslit opravdu nelze. Ale lehký nebyl ani výběr správné postavičky znázorňující klienta,“ navazuje Mgr. Kovaříková. „Nakonec zvítězila postavička s obličejem, která nám připadala bližší a lidsjší než anonymní postavy bez tváře, které nevyjadřují žádné pocity.“ Pět kapitol zahrnuje to nejdůležitější pro zdravotníky i pro pacienta – identifikaci klienta, jeho příznaky, lokalitu bolesti, následné vyšetření/základní a obecné informace. „Podobnou knihu má klinika neurochirurgická především pro hospitalizované pacienty s ohledem na onemocnění specifická pro tuto medicínskou oblast. Nová kniha piktogramů je určena všem přichozím pacientům s komunikační bariérou a měla by se stát praktickou pomůckou při prvním kontaktu těchto klientů se zdravotníkem,“ dodává Mgr. Kovaříková. - hal -

## Blahopřejeme

V dubnu slaví významné životní jubileum naši kolegové:

**RNDr. Vojtěch Ullmann**  
**Bohumil Suchý**  
**Alena Agelová**  
**Jarmila Vidínovská**  
**Milada Štorkánová**

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

## Galerie Ametyst

### Zpomalte a nechejte se pohladit po duši



Od 28. dubna až do 1. června si návštěvníci Galerie Ametyst mohou ve Fakultní nemocnici Ostrava prohlédnout společnou výstavu opavských výtvarníků Vladimíra a Ondřeje Kočárových. V průběhu třiceti let uspořádali již osm desítek společných výstav, namátkou připomeňme výstavu v prostorách Parlamentu ČR v Praze, dále pak v galeriích v Brně, Opavě, Liberci, Ostravě, Jihlavě, Přerově, Kladně, Olomouci nebo Frýdku-Místku. Ondřej Kočár, který se v roce 1964 narodil v Opavě, se po absolvování Ostravské univerzity v počátcích své tvorby nej-

víc zaměřil na grafiku, později se jeho zájem přesunul k olejomalbě. Dominantní část jeho tvorby zaujímají poetická zákoutí, uličky, které vypadají jako poselství minulosti v dnešní moderní době. V jeho tvorbě však naleznete i portréty dívek. V posledních letech Ondřej Kočár svá díla více ladí do poetické zkratky, která má vyvolávat pocit mystického klidu a odpočinku. V barevnosti jsou si díla obou autorů blízká, laděná do teplých tónů, ale naleznete i odstíny modré nebo jasně zelené. Vladimír Kočár, sedmaosmdesátiletý rodák z Brna, který většinu svého života prožil v Opavě, studoval po absolvování gymnázia na Masarykově univerzitě pod vedením profesorů Vincence Makovského, Eduarda Milény, B. S. Urbana, Františka Doubravy či Antonína Kuriala. Jeho tvorbě vévodí především zátiší a kytice. Na jeho plátnech naleznete nejčastěji prosté kytice, mnohdy i suché květy ve vázách, které zase představují podzimní melancholii příchodu zimy. V dnešní době, která se vyznačuje spěchem a mnohdy i řešením existenčních dilemat, je právě tvorba těchto autorů ostrůvkem klidu a pohody, odpoutáním od reality. Jejich díla umí diváka pohladit po duši... - red -

**CYKLOMACH**

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

PRODEJ / MONTÁŽ / SERVIS

776 322 244  
info@cyklomach.cz

PROSTĚ DOBRÁ KOLA!

### Cestovní agentura Posedlost s.r.o.

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

Domov sester - 14. p.

596 633 291, 774 784 094

## Inzerce zdarma

- Pronajmu slunečný byt 2,5+1 s balkonem ve Výškovicích, v 1. poschodí 3patrového domu u Bělského lesa (dům je zateplený, plastová okna, vestavěné skříně). Klidná lokalita, škola, školka, obchody a MHD v bezprostřední blízkosti. Cena nájmu včetně služeb 6500 Kč (nezahrnuje plyn a elektřinu). Volný ihned. Kontakt: abarjaoui@hotmail.com.
- Dlouhodobý pronájem garsoniéry v Ostravě-Porubě. Rekonstrukce sociálního zařízení – WC odděleno, koupelna se sprchovým koutem, nový kuchyňský kout. Částečně zařízený. Dobrá lokalita u Intersparu, nedaleko veškeré služby, zastávka MHD. Byt situován do vnitřní části bloku, velmi tiché okolí. Dům po revitalizaci – zateplení, okna, výtah. Volný ihned. Tel.: 602 272 364.
- Prodej rodinného domu v Krásném Poli se dvěma samostatnými bytovými jednotkami 3+1 a 2+1. Byt 3+1 po celkové rekonstrukci, vhodný ihned k bydlení. Byty mají samostatné vchody, umístěné v přízemí s možností rozšíření do podkroví. Objekt podsklepen. Na dům navazuje stodola a velká zahrada, celková výměra pozemků 3511 m<sup>2</sup>. Možno koupit dalších zhruba 8000 m<sup>2</sup> navazujících pozemků. Dům v klidné části obce mimo hlavní komunikace. Tel.: 737 213 026.
- Pronajmu kompletně zrekonstruovaný byt 2+1 s balkonem (nová kuchyň, koupelna, WC, podlahy, plastová okna se žaluziemi), 60 m<sup>2</sup>, v ul. Jana Ziky v Ostravě-Porubě. Byt je světlý, prostorný, má neprůchozí pokoje a je umístěn v 1. podlaží čtyřpatrového domu. V jeho bezprostřední blízkosti se nachází škola, školka, obchody a MHD. Nájem 6000 Kč/měsíc + záloha na energie, vratná kauce 12 000 Kč. Kontakt: 724 179 602.
- Jesličky U slunečnice nabízejí hlídání dětí od 0 do 7 let, dále pak večerní, noční a víkendové hlídání a také hlídání v létě formou příměstských táborů. Info: 777 196 723.
- Prodam rodinný dům v obci Palačov u Starého Jičína, přibližně 35 min. autem od OV. K domu náleží hospodářská budova a stodola. Dispozice 2p. domu, 2x 3+1. Celková plocha pozemku 4059 m<sup>2</sup>. Nová okna a střecha. Dům se nachází v krásné a klidné lokalitě. V případě zájmu volejte tel. č. 732 928 110.
- Pronajmu byt 4+1, 80 m<sup>2</sup>, 1. patro, v Porubě - IV. obvod, v krásném prostředí se zelení, s dostupností obchodů, banky, pošty, školky, školy a MHD 3 až 5 minut chůze. Byt je plně zařízený. Cena 10 tisíc Kč/měsíc. Kontakty: e-mail: info@dadomedical.cz; tel.: 737 208 104.
- Prodám vůz Renault Megane Grandtour (kombi), rok výroby 2011 (uveden do provozu 03/2012), nyní 2 roky v provozu (2letá servisní prohlídka 02/2014), 6stupňová převodovka, obsah 1598 cm<sup>3</sup>, 81 kW, najeto 34 tisíc km. Barva červená, stav výborný. Sada zimních kol v ceně, zamýkání převodovky. Cena 230 tisíc Kč. Kontakt: 731 552 887.
- Pronajmu byt 3+1 v Ostravě-Hrabůvce, 5. patro, 76 m<sup>2</sup>, částečně zařízený. Nájem 8000 měsíčně + vámi hrazená elektřina a plyn. Žádám 2měsíční kauci. V případě zájmu kontaktujte: 777 018 074.
- Prodám byt 3+1 s lodžii, v 6. patře, v osobním vlastnictví, O.-Poruba, 7. obvod, pěkné prostředí. Škola, školka, zdravotnické středisko v blízkosti. Cena dohodou, tel.: 725 592 084.
- Prodám družstevní byt 1+1, 2. patro s výtahem, ul. Jičínská, Ostrava-Výškovice. Byt je slunný, okna do lesa, zděná koupelna, nízké náklady na bydlení. Dům je po celkové revitalizaci. Cena 415 tisíc Kč. Kontakt: 737 162 350.
- Pronajmu byt 3+1 v ul. Sládkovské v centru Ostravy (vedle pivovaru Ostravar) včetně vybavení, cena 8000 Kč/měs. (včetně služeb a internetu). Kauce dohodou. Dotazy na tel. 605 740 100.

TENTO ZPRAVODAJ TISKNE

ringier  
axel springer



Ringier Axel Springer  
Print CZ a.s.  
Na Rovince 876  
720 00 Ostrava-Hrabová  
Tel.: 596 668 111  
[www.ringierprint.cz](http://www.ringierprint.cz)

**Vydavatel:** FN Ostrava • Tel. č.: 597 372 578 •  
E-mail: 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