



Pokračujeme ve výměně oken a zateplování



Ještě v letošním roce se i diagnostický komplement dočká výměny oken a zateplení fasády i střechy budovy. Hodnota projektu, realizovaného v rámci 35. výzvy OPŽP vyhlášené Ministerstvem životního prostředí ČR, je 56 milionů korun. „V současnosti připravujeme zadávací podmínky pro veřejnou zakázku na výběr dodavatele,“ říká Ing. Ivo Žolnerčík, náměstek pro techniku a provoz FNO. Díky této investiční akci se podaří významně snížit náklady na vytápění diagnostického komplementu, tím sekundárně dojde také ke snížení zátěže životního prostředí. Změní se i vnější vzhled členité budovy, čímž zanikne pro-

blém s opadáváním obkladů. „Pozitivní zprávy máme i ohledně dlouho připraveného projektu zateplení budovy polikliniky. Projekt byl schválen a pracovníci útvaru náměstka pro techniku a provoz v současné době připravují jeho realizaci,“ doplňuje informace Jindra Strakošová, vedoucí odboru technicko-provozního. „Zateplení polikliniky by mělo být skloubeno se současným vybudováním centrálního chladicího systému budovy pro prostory s nevyhovující tepelnou pohodou. Zároveň řešíme možnost přístavby vnějšího výtahu k budově, který by posílil kapacitu přepravy méně pohyblivých pacientů po budově.“

Veškerá analgetizace v porodnici je zdarma!



Fakultní nemocnice Ostrava zrušila od poloviny června poplatky za analgetizaci u porodu. „Naše porodnice je nyní jedinou porodnicí v Ostravě a možná i v regionu, která má všechny formy analgetizace zdarma. Jde nám o maximální komfort pro naše rodičky,“ objasňuje Ing. Tomáš Oborný, MBA, tiskový mluvčí FNO, a poznamenává, že Perinatologické centrum FN Ostrava dlouhodobě dosahuje vynikajících výsledků. „Jen v loňském roce zde proběhlo 2 160 porodů.“

Už v roce 2012 patřila Fakultní nemocnice Ostrava mezi první nemocnice v ČR, které zrušily placenou účast otce při porodu. Vedení Porodnicko-gynekologické kliniky FNO se tím rozhodlo vyjít vstříc mladým rodinám, které mají o tuto službu zájem.

Je těžké získat dárce, ale ještě těžší je najít člověka, který se stane trvalým dárce

V současnosti má Krevní centrum FNO v registru zhruba 13 500 lidí. Krev, ale i plazmu a krevní destičky všech skupin však potřebuje stále, a tak vítá každého nového prvdodárce ve věku od 18 do 60 let s otevřenou náručí. I proto už osmým rokem pravidelně pořádá marketingové akce, jejichž úkolem je přitáhnout pozornost nových dárců.

Pokračování na straně 6

Výzkum a vývoj – soutěž

Ministerstvo zdravotnictví ČR vyhlásilo 27. června první ročník soutěže ve výzkumu, experimentálním vývoji a inovacích na léta 2015–2022, na který je určeno 450 milionů korun ze státního rozpočtu. Základním a hlavním cílem programu soutěže je zajištění mezinárodní srovnatelné úrovně zdravotnického výzkumu a využití výsledků pro zlepšení zdraví české populace a pro zabezpečení aktuálních potřeb zdravotnictví v České republice. Program soutěže má tři hlavní oblasti: vznik a rozvoj chorob, nové diagnostické a terapeutické choroby, epidemiologie a prevence nejzávažnějších chorob. Soutěžní lhůta končí 1. září 2014. Grantové přihlášky se vyplňují prostřednictvím aplikace GRIS Grantové agentury ČR. Pro bližší informace kontaktujte pracovníky útvaru náměstka pro vědu a výzkum.

Kontaktní osoby:

RNDr. Kateřina Vítková, Ph.D.

MVDr. Jana Jurčíková, Ph.D.

O výstavě Nedoklubko píšeme na straně 6



Ve dnech 11. až 13. června se v Ostravě konal VIII. kongres České společnosti intenzivní medicíny. K tématu více na straně 6.

Standardy JCI na straně 3



Denně uvaří zaměstnanci nemocniční kuchyně Fakultní nemocnice Ostrava zhruba 2 800 teplých jídel, z toho asi 1 000 porcí pro pacienty a 1 800 pro zaměstnance.

Více na vnitřní dvoustraně.

Závěrečné oponentní řízení projektů



V červnu 2014 se v Praze v Technologické agentuře ČR uskutečnila dvě závěrečná oponentní řízení projektů CellSElect – srovnání a testování aplikačního potenciálu kmenových buněk získaných z různých typů lidských tkání (TA01010256) a SulgeliX (TA02011313). Oba projekty byly realizovány díky finanční podpoře TA ČR, program Alfa. Fakultní nemocnice Ostrava byla v obou případech dalším účastníkem projektu, hlavním příjemcem bylo 4Medi - Centrum buněčné terapie a diagnostiky, a. s.

První z uvedených projektů, CellSElect, byl zaměřen na podporu aplikovaného a experimentálního vývoje v oblasti kmenových buněk. V průběhu jeho řešení bylo realizováno klinické hodnocení Randomizovaná studie aktivity autologního koncentrátu

aspirátu kostní dřevě k léčbě kritické končetinové ischemie u pacientů s diabetem mellitem II. typu a dále byl podán užžitný vzor Prostředek pro léčbu ischemie končetin a souprava obsahující tento prostředek na Úřad průmyslového vlastnictví ČR. Druhý projekt, SulgeliX, byl zaměřen na podporu aplikovaného a experimentálního vývoje v oblasti zlepšení užžitných vlastností biomateriálu ze submukózy tenkého střeva prasat. V průběhu jeho řešení byla realizována dvě klinická hodnocení, Randomizovaná studie využití extracelulární matric a autologního koncentrátu k hojení chronických defektů a Pilotní bezpečnostní studie využití SIS (intestinální submukózy tenkého střeva) pro léčbu kritické končetinové ischemie. V rámci řešení projektu bylo navíc podáno osvědčení o zápisu užžitného vzoru Prostředek pro léčení ischemických onemocnění obsahující lidské buňky z tukové tkáně a biomateriál ze submukózy střeva prasete na Úřad průmyslového vlastnictví ČR.

Kongresy a semináře



- **12. září**
– I. moravskoslezský logopedický den
- **8. až 10. října**
– XII. ostravské traumatologické dny
- **23. a 24. října**
– 4. celostátní konference zdravotních sester a radiologických asistentů katetrizačních sálů
- **5. listopadu**
– V. ostravský transfuzní den
- **7. a 8. listopadu**
– Beskydský ORL den

Kurz kognitivní rehabilitace u neurologických typů onemocnění

Ve dnech 26. až 30. května se konal druhý ročník komplexního teoreticko–praktického kurzu Kognitivní rehabilitace u pacientů s neurologickým typem onemocnění. Cílem kurzu, který svou strukturou a rozsahem je v rámci ČR spíše ojedinělý, bylo seznámit posluchače s komplexním přístupem diagnostiky a hlavně rehabilitace kognitivních poruch na podkladě postižení CNS.

Kurz obsahoval teoretickou a praktickou část. V rámci teoretické části byla diskutována problematika kognitivní rehabilitace, psychologická a neurologická problematika onemocnění neurodegenerativního typu, problematika péče u pacientů s akutně vzniklým typem kognitivního deficitu, psychologická a screeningová diagnostika s výstupem do kognitivně rehabilitační praxe a problematika kognitivně rehabilitační péče u pacientů v akutních fázích onemocnění, dětí a dospívajících. V rámci praktické části kurzu účastníci absolvovali praktický nácvik skupinové kognitivní rehabilitace a individuální rehabilitace, diskutována byla i problematika sociálních aspektů a logopedické péče o tyto pacienty.

Akce byla určena všeobecným sestřám, ergoterapeutům a fyzioterapeutům pracujícím na různých pozicích v rámci zdravotnických a sociálních zařízení (JIP, ambulance psychiatrie, rehabilitačního lékařství aj.). Pořadatelem kurzu bylo Centrum pro kognitivní poruchy FNO. Poděkování patří také externím spolupracovníkům z Neurologické kliniky – JIP, dále Mgr. Antonínu Liškovi z Menssana a Mgr.



Lucii Šebkové z Univerzity Palackého v Olomouci. Účastníci kurzu ocenili jak odbornou kvalitu přednášek a přednášejících, tak i praktický a přátelský přístup přednášejících vycházející z realizace programu kognitivně rehabilitační péče.

PhDr. Petr Nilius

Informace o personálních změnách

Na základě výsledku výběrového řízení byly s účinností od 1. července 2014 do funkcí **úsekových fyzioterapeutek Kliniky léčebné rehabilitace FNO** ustanoveny:

- **Mgr. Mariana Zádřapová – pracoviště monoblok, interní obory**
- **Mgr. Kateřina Růčková – pracoviště ambulance, úsek LTV**

S účinností od **1. července 2014** byla jmenována do funkce **vedoucího oddělení vzdělávání** Ing. **Jana Nešťáková**.

Ing. Petra Tomanová, Ph.D.
náměstkyně ředitele pro personální řízení



Sbor dobrovolných hasičů v Opavě předal v květnu oddělení neonatologie finanční částku 10 tisíc korun. Ze strany hasičů nešlo o první vstřícný krok, už loni oddělení věnovali 6 tisíc korun, které byly využity ke zvýšení komfortu nejmenších pacientů. Hlavním iniciátorem zmíněné aktivity hasičů je pan Černohorský, člen tohoto sboru. Tímto milým způsobem vyjadřuje personálu oddělení neonatologie poděkování za vynikající péči o jeho syna Adámka. Ceníme si jeho postoje i velkorysosti opavských hasičů a Adámkovi přejeme mnoho zdraví.

Mgr. Jarmila Svobodová,
vrchní sestra oddělení neonatologie

Počet členů odborových organizací ve FN Ostrava k 30. červnu 2014

Základní organizace Odborového svazu zdravotnictví a sociální péče FNO

- Počet řádných členů ZO 965
- Počet přidružených členů ZO 15
- Celkem počet členů ZO 980
- Počet členů Klubu důchodců 153

Místní lékařský odborový klub FNO :

- Počet členů 73

Profesní a odborová unie zdravotnických pracovníků při FNO:

- Počet členů 35

Standardy Joint Commission International – 5. revize

Všechny akreditační společnosti průběžně aktualizují své požadavky na základě zkušeností, měnicích se podmínek a vývoje v daném oboru a společnosti. Spojená akreditační komise, o.p.s., (SAK) reviduje své standardy zhruba každých 5 let a její aktuální revize standardů pro nemocnice je platná od 1. ledna 2014. International Organization for Standardization (ISO) pak co 6 let – ve Fakultní nemocnici Ostrava jsou podle normy ISO 15189:2007 akreditovány všechny laboratorní provozy. V současné době probíhá přechodné období, kdy se laboratoře postupně připravují na naplňování požadavků revidované normy ČSN EN ISO 15189:2013. Dále pak je Krevní centrum FNO držitelem certifikátu v souladu s normou ISO 9001:2008, jejíž revize se připravuje na rok 2015. I Joint Commission International (JCI) samozřejmě pracuje na průběžné aktualizaci svých standardů, které vydává obvykle každé 3 roky na základě poznatků se zaváděním systému kvality ve více než sto zemích světa.

Pro nabytí účinnosti 5. revize svých standardů zvolila JCI zajímavý den – 1. dubna 2014. Pátá revize přináší především přeorganizování mnoha standardů, což však nemá dopad na nárůst nebo pokles skórování indikátorů kvality – jde spíše o snahu zpřehlednit a jinak uspořádat některé kapitoly. Je s tím však spojena nutnost prověření všech skórování indikátorů kvality v systému kvality FNO z naší strany, abychom nějaký požadavek nepřehlédli. Zastavme se ale krátce u hlavních změn v 5. revizi:

- Vytvoření zcela nové kapitoly standardů Povinnosti akreditované nemocnice – APR (12 standardů).



- V kapitole Mezinárodní bezpečnostní cíle (IPSG) rozšířen standard o telefonických/ústních ordinacích/hlášeních i na hlášení významných diagnostických výsledků a standard věnující se prevenci pádů byl rozšířen o řešení prevence pádů i na ambulantních pracovištích (4 nové standardy).

- Rozšíření požadavků v rámci kapitoly Dostupnosti a kontinuity péče (ACC) o další kritéria podle fyziologických funkcí pro konkrétní stavy pacientů a nový standard řešící nastavení toku pacientů napříč nemocnicí, aby nevznikala úzká místa, např. v případě hromadného neštěstí apod.

- Masivní rozšíření požadavků v rámci kapitoly Terapeutická péče (COP) o oblast transplantací buněk/tkání/orgánů (12 nových standardů) a další 2 nové standardy Zdravotníci pracovníci jsou školeni k rozpoznání a schopnosti reagovat na změny zdravotního stavu pacientů (týká se zdravotníků mimo JIP/ARO, aby zdravotníci včas rozpoznali blížící se mrtvici, infarkt apod.)

a Resuscitační služby jsou dostupné napříč nemocnicí (dostupnost do pěti minut).

- Rozšíření požadavků na výkonovou sedaci (nově rozděleno do 3 standardů) v kapitole Anesteziologická a chirurgická péče (ASC). Nový standard zabývající se implantacemi zdravotnické techniky.

- Zásadní přepracování kapitoly Kvalita péče a bezpečí pacientů (QPS) ve snaze většího provázání a integrace všech informací poskytovaných z jednotlivých programů. Z nových požadavků např. povinnost provést a ukončit šetření u výstražných událostí do 45 dní od nahlášení.

- Kapitola Řízení a vedení (GLD) je zcela přepsána a nyní je koncipována podle příslušných úrovní vedení – ředitel – ředitel – vedení nemocnice – vedoucí na střední úrovni řízení.

- Kapitola Prevence a kontrola nemocničních nákaz (PCI) rovněž přeorganizována pro zjednodušení. Dva stávající standardy byly rozšířeny o nové standardy – Nemocnice sleduje infekční rizika, výskyt infekcí a trendy ve vývoji infekcí, s cílem snížit související rizika a Nemocnice navrhuje a zavede proces zvládnání náhlého přísunu pacientů se vzduchem šířenou infekční nákazou a postup, pokud nejsou k dispozici pokoje s podtlakem.

- Kapitola Kvalifikace a vzdělávání (SQE) je bez zásadních změn, byl pouze přeformulován povinný program vakcinace a imunizace podle epidemiologicky významných infekcí (dříve jen jako jeden skórování indikátor kvality, nyní jako standard).

- Kapitola Řízení informací (MOI) výrazně zredukována, z původních 21 standardů zůstává 12. Nový standard požadující testování NIS před uvedením do provozu.

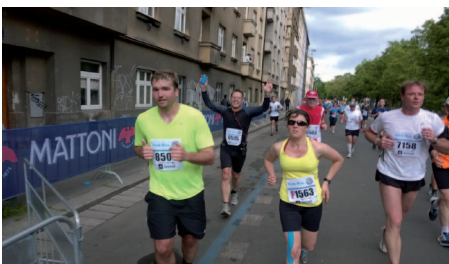
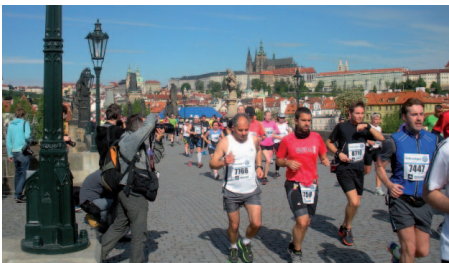
- Kapitola Zajištění bezpečnosti nemocničního prostředí (FMS) obsahuje pouze drobná formulační upřesnění a nový standard Nemocnice nastaví a zavede program, aby zajistila, že všechny provozní systémy fungují efektivně a účinně.

Jsou to opravdu jen ty nejvýznamnější změny, které s sebou přináší téměř 300 stran 5. revize standardů JCI. Fakultní nemocnice Ostrava bude reakreditovat podle této revize standardů JCI v polovině roku 2016 a na zapracování nových nebo změněných požadavků začneme společně pracovat ve 2. pololetí 2014. Překlad a podrobná analýza požadavků nové revize standardů JCI proběhla v 1. pololetí 2014. Věřím, že společně nalezneme optimální způsob řešení v podmínkách Fakultní nemocnice Ostrava.

Ing. Patrik Kapias
vedoucí oddělení řízení kvality

Volkswagen Maraton Praha 2014

Během ke zdraví



velmi náročné, je proto třeba se odreagovat, je třeba posílit svou duši.

Maraton není pro každého, člověk musí mít natrénováno. Pro mnohé je samozřejmě jedním z cílů si něco dokázat. Je bezvadné, že i mezi zaměstnanci naší nemocnice jsou takoví, kteří zvládli dlouhou a náročnou trať 42,195 km, a dokázali, že „na to mají“.

Letošního jubilejního 20. ročníku Volkswagen Maratonu Praha se v květnu zúčastnili a běh zvládli lékaři David Feltl, Ondřej Šimetka, Petr Ostruzka, Marcel Mitták, Jan Varady a Pavel Komínek. Gratulujeme.

Je řada důvodů, proč běhat. Kromě zlepšení fyzické kondice je neméně důležité i zlepšení psychické kondice. Povolání ve zdravotnictví je psychicky

V rámci maratonu byl zorganizován už čtvrtý ročník Zdravotnického běhu, kterého se mohou zúčastnit (i jako štafety) lékaři, sestřičky, fyzioterapeuti, medicí a další zdravotníci. Nerozšíříme v příštím roce účast pracovníků FN Ostrava na Běhu zdravotníků ještě více?

Proč začít běhat?

- Podpora zdraví a síly (zlepšení funkce srdce, plic, krevního oběhu)
- Svoboda (běžec je svobodný člověk)
- Radost (běh je antistresovým prostředkem)
- Štíhlá postava
- Běh je jednoduchý sport (potřebuješ jen dobré boty)
- Přátelé (společný koníček spojuje lidi)
- Dokonalost (běhání mění člověka nejen fyzicky, ale i psychicky, běžec má čistou mysl)
- Mozek na sto procent (staneš se zralejším a nezávislejším, máš radost dítěte)
- Uspokojení

Doc. MUDr. Pavel Komínek, Ph.D., MBA
přednosta ORL kliniky FN Ostrava

Výživa hraje při léčbě pacienta stejnou roli jako medikace



Denně uvaří zaměstnanci nemocniční kuchyně Fakultní nemocnice v Ostravě. Toho se zde připravují snídaně a večeře pro pacienty a různé pokrmy pro všechny novorozence ve FNO.

Ukázka jídelníčku pro racionální dietu a šetřící dietu

Dieta 3 - racionální

	SN	OB	SV	VE
Po	bílá káva, čaj rohlík, graham máslo, med ovoce	pol.bramborová vepř. pečeně po mexicku dušená rýže	mléko rohlík	salám vysocořina máslo chléb
Út	bílá káva, čaj bramburger tvarohový sýr tartare ovoce	pol.hrstková rybí filé se sýrem a pórkem brambory	mléko rohlík	eidam máslo chléb
St	kakao, čaj sladký rohlík máslo ovoce	pol. slepičí s těstovinou hovězí svíčková na smetaně kynuté knedlíky	mléko rohlík	vejce máslo chléb
Čt	bílá káva, čaj graham ovocný jogurt	pol.brokoliceová, krémová sedlácké makarony červená řepa	mléko rohlík	videňské párky hořčice chléb
Pá	bílá káva, čaj rohlík, chléb máslo, šunka ovoce	pol.česneková pikantní fazole s kuřecím masem chléb	mléko rohlík	tvarohovo-sýrová pomazánka chléb
So	bílá káva, čaj graham sýr trojúhelníček	pol.drožděová pečená krkovička dušený špenát bramborový knedlík	mléko rohlík	sardinková pomazánka chléb
Ne	bílá káva, čaj brišky máslo	pol.zeleninová s krupicí pečené kuřecí stehno brambory rajčatový salát	mléko rohlík	sýr žervé chléb

Třicet tisíc dietních porcí měsíčně

Celý odbor léčebné výživy a stravování prošel během posledních let modernizací systému zpracování dat, změnou systemizace práce na některých pracovištích a podstatně se zde zlepšilo i pracovní prostředí. Nemocniční kuchyně je však specifická i v dalších směrech. Pokrmy zde uvažené se nedělí na dva až tři druhy jídel na výběr, jako například ve školních družinách nebo firemních jídelnách, ale zdejší zaměstnanci denně připraví desítky různých jídel podle předem nastavených dietních režimů, a to nejen pro pacienty, ale i zaměstnance.

„Základní dietní systém má čtrnáct diet, které se ale dále rozvíjejí diagnózami podle požadavků lékařů. Například základní diabetická dieta může být ještě specifičtější tím, že přidruženou diagnózou je zapotřebí dodržovat režim neslaný, šetřící, bezlepkový atd. Některé diety jsou navíc třeba doplněny požadavkem na mixování stravy nebo pacient potřebuje dokonce tekutou stravu a podobně. Nejpřísnější je příprava diety pankreatické. Oproti přísně stanoveným dietám v rámci nabídky dietního systému připravujeme pacientům i výběrovou stravu v souladu s jejich diagnózou. Měsíčně však přesto připravíme až třicet tisíc dietních porcí,“ vysvětluje **Ing. Jaroslava Jaššová, vedoucí odboru léčebné výživy a stravování**, pod který spadá úsek nu-



trických terapeutů, úsek závodního stravování, oddělení kuchyně, oddělení mléčné kuchyně, oddělení účetnictví a oddělení distribuce stravy. Celkem má odbor sedmdesát čtyři zaměstnanců, z toho jedenáct nutričních terapeutek. A co je na přípravě nemocničního jídla nejsložitější? „Určitě přísné dodržování technologických postupů u přípravy jednotlivých druhů diet a přísné dodržování hygienického zabezpečení při přípravě veškeré stravy. Zaměstnanci se musejí opravdu velmi soustředit a být pečliví při přípravě každého pokrmu. Musejí být schopni připravit jídla v požadované kvalitě, což s ohledem na jeho obrovské množství vyžaduje opravdu velké zkušenosti. Není to vůbec jednoduché, těžká a náročná práce mnohdy není vidět,“ pokračuje Ing. Jaššová a s povděkem poznamenává, že na všechny zaměstnance se může stoprocentně spolehnout. „Za to jim právem patří obrovské poděkování.“

Neexistuje nezdravé jídlo, jen nezdravý životní styl



Práce nutričních terapeutů byla v minulosti dost podceňována. Naštěstí dnes už mnoho lékařů ví, že nemoc a strava jsou úzce spjaté nádoby. Špatné stravovací návyky mohou podpořit různé nemoci, naopak různé diety jsou při některých nemocech zcela nezbytné, jako například diabetická, bezlepková a další. Dá se říci, že vhodné složení stravy pozitivně ovlivňuje náš život. O tom ví své **Anna Komoňová, nutriční terapeutka**, která se své profesi věnuje téměř 40 let.

„Po ukončení střední zdravotnické školy v Brně, obor dietní sestra, jsem nastoupila v roce 1974 do tehdejšího Krajského ústavu národního zdraví, dnešní FNO,“ vzpomíná paní Komoňová. „Původně jsem chtěla studovat farmacii, ale dietních sester bylo tehdy málo. Vzpomínám si, jak se mě u přijímaček ptali, proč chci studovat dále, když mám obor, který je velmi žádaný. Nevzali mě, a já jsem se rozhodla nastoupit na jedno z nabízených míst. Toužila jsem pracovat ve velké nemocnici, kde bych získala větší praxi. Nabízela se Ostrava, která pro mě byla velkou neznámou, a samot-

né město mě příliš nepřitahovalo, pocházím totiž z vesnice na Šumpersku. Nakonec jsem se pro Ostravu rozhodla. Nikdy nezapomenu na ten hrozný pocit, kdy jsem poprvé jela z nádraží přes Vítkovice kolem vysokých pecí do zábrzežské nemocnice.“ Nové spolupracovnice paní Anny využily jejího nástupu a začaly si postupně vybírat volno, a tak paní Anna po krátkém zapracování byla nucena dělat vše naplno. Práce ji začala bavit a pracovala tak dlouho, jak bylo potřeba. Získávala nové přátele jak v soukromí, tak mezi sestrami, lékaři i dalším nemocničním personálem. V roce 1979 se vdala za muže z Ostravska, což jí utvrdilo v tom, že Ostrava se stane jejím domovem. Kromě dvou let strávených s manželem v Africe, kde byl pracovní, a roční mateřské dovolené s dcerou a následně se synem pracuje paní Anna ve FNO nepřetržitě. V roce 1994 absolvovala specializační studium v oboru výživových poruch a výměny látek, což bylo v té době v tomto oboru nejvyšší vzdělání. Absolvovala však i stáže v jiných velkých nemocnicích, publikovala v lékařském časopise, předná-

Nemocnice Ostrava zhruba 2 800 teplých jídel, z toho asi 1 000 porcí pro pacienty a 1 800 pro zaměstnance. Kromě těchto druhů přídávků pro zaměstnance. Součástí odboru je i mléčná kuchyně, kde se připravuje umělá kojenecká výživa

Nutriční terapeutky

Jídelničky pro pacienty i zaměstnance sestavují nutriční terapeutky. Ty se také podílejí na novelizaci dietního systému, kontrolují biologickou a energetickou hodnotu jednotlivých diet, provádějí kontrolní činnost výrobních úseků a dohlížejí nad správně vydanou stravou pod přísným hygienickým režimem. Každá nutriční terapeutka má přidělena svá oddělení, která pravidelně navštěvuje v rámci nutričního konzilia, edukuje hospitalizované i ambulantní pacienty a zajišťuje i odborné materiály, které jim v rámci edukace poskytuje.

„Diety samozřejmě stanovuje lékař už při příjmu pacienta, kdy se provádí nutriční screening. V mnoha případech však na základě žádanky o edukaci docházejí za pacienty naše nutriční terapeutky osobně, aby dietní režim nastavily konkrétním požadavkům a potřebám konkrétního pacienta. Mimochodem, už několik let jde o tisíce pacientů ročně. Mnoho z nich má totiž i několik různých diagnóz, jejichž dietní omezení je třeba vhodně skloubit. Nutriční terapeutky aktualizují jídelníček denně a vše zaznamenávají do speciálního počítačového programu. Na základě toho nakoupíme suroviny a v pět ráno se udělá konečný stav jídelničky, podle toho se pak začíná vařit. Pacienti u nás mají svou průvodní kartičku s dietou odlišenou barvou a znakem, které jsou uvedeny v dietním systému FNO, a podle níž každý pracovník, který přijde s porcí do styku, ví, o jakou dietu se jedná. Než hotový pokrm opustí stravovací provoz, prochází několikerou kontrolou, ať už ze strany kuchařů či nutričních terapeutek. Vždy se jedná o týmovou práci všech zaměstnanců odboru směřující ke spokojenosti strážníků. Pokrm musí být správně uvařený, důležitá je velikost porce, čistota nádobí, neustále se kontrolují teploty pokrmů a tak dále. Nutriční terapeutky pak osobně kontrolují každou porci, která kuchyň opouští.“



Ve světě už výživa běžně hraje při léčbě pacienta stejnou roli jako medikace. Nutriční stav člověka totiž přímo ovlivňuje průběh, délku a úspěšnost jeho léčby, a to naštěstí začíná respektovat i velká většina pracovníků ve FNO. „Jsem ráda, že práci nutričních terapeutek začalo vedení většiny našich oddělení a klinik brát vážně, a to natolik, že mi dokonce chodí i písemná poděkování za jejich práci pro kliniku. Každý pacient je jiný a ke každému je nutné přistupovat individuálně a s citem. Všichni víme, že někdo svou nemoc zvládá líp a jiný hůř, ať už fyzicky nebo psychicky. My jsme jeden z článků, který pomáhá pacientům překonat nemoc a vrátit se zpět do kvalitního života. Jsme rádi, když vidíme, že se nám to daří, a ohlasy od pacientů z oddělení jsou pozitivní. Možnost vybírat si z celého jídelníčku ostatně mají všichni pacienti bez dietního omezení. A i ti s dietním omezením mají možnost ve spolupráci s nutriční terapeutkou složení svého jídelníčku nepatrně ovlivnit. Navíc jako novinku jsme do jídelničky přidali i energetické hodnoty jednotlivých jídel. Reakce na to jsou převážně pozitivní, mnoho lidí si dokonce podle těchto hodnot jídla vybírá a hlídá si tak svůj denní energetický příjem. Správné edukaci a přístupu k pacientům učíme na našem odboru i studenty na všech úrovních – budoucí nutriční terapeutky bakaláře z lékařské fakulty, specialisty z vyšší odborné školy i nutriční asistenty ze střední zdravotnické školy,“ uzavírá své vyprávění Ing. Jaššová.

Foto: Jana Gojová

Dieta 2 - šetřící

	SN	OB	SV	VE
Po	bílá káva, čaj rohlíky máslo, med ovoce	pol. rajska s těstovinou pečený karbanátek bramborová kaše ledový salát	mléko rohlík	pomazánka sýrová se salámem veka
Út	bílá káva, čaj rohlíky sýr trojúhelníček máslo	pol. krmínová kuřecí přírodní řízek zeleninová rýže	mléko rohlík	šunka máslo veka
St	kakao, čaj sladký rohlík máslo ovoce	pol. slepicí s nočky špagety po italsku	mléko rohlík	vejce máslo veka
Čt	bílá káva, čaj rohlíky ovocný jogurt ovoce	pol. vločková hovězí vařené dušená mrkev s hráškem brambory	mléko rohlík	sýr zamilek veka
Pá	bílá káva, čaj rohlík, chléb máslo, krutý salám ovoce	pol. gulášová ryžový nákyp s tvarohem a jablky	mléko rohlík	eidam máslo veka
So	bílá káva, čaj rohlíky máslo, tavený sýr	pol. francouzská kuřecí stehno na paprice knedlíky	mléko rohlík	jemné párky veka
Ne	bílá káva, čaj briošky máslo	pol. zeleninová s krupicí pečené rybí filé brambory broskvový kompot	mléko rohlík	sýr žervé veka

šla na seminářích, působila jako lektorka kurzu pro dietní stravování na střední škole. „Největší znalosti se však získají praxí. V rámci celoživotního vzdělávání se nutriční terapeuti zúčastňují přednášek odborníků ve výživě i seminářů různých medicínských oborů. Berou na vědomí všechny nové způsoby a poznatky ve výživě. Tato práce totiž donedávna byla většinou ve stínu jiné léčebné péče, spíše nás spojovali s vařečkou, ale za tu se já osobně nestydím, protože pokud chci pacientovi vysvětlit dietu, tak ji musím umět i uvařit. Současný standard léčebných postupů již zahrnuje nutriční péči jako nezbytnou součást léčby, prosazuje se klasická výživa. V tom vidím největší vývoj k lepšímu. Dříve omezený počet dietních sester musel zajistit v prvé řadě chod provozu, což je skladba jídelničky jednotlivých diet, normování a další administrativní práce, dohled nad výdejem stravy a tak dále. Nyní nutriční terapeut spolupra-

cuje s lékaři a sestrami a hlavně se samotným pacientem, dynamicky upravuje nutriční léčbu adekvátně vývoji klinického a laboratorního stavu pacienta. Zjišťuje a zpracovává nutriční anamnézu, zhodnocuje příjem stravy a schvaluje nebo navrhuje úpravu nutriční péče, případně enterální a doplňkovou výživu. V případě potřeby sestavuje individuální dietní režim a mnohdy velmi náročné diety s přesnými propočty, edukuje pacienty nebo jejich příbuzné.“

Paní Anna v současnosti vykonává pouze klinickou práci, denně je v kontaktu s pacienty nebo jejich rodinnými příslušníky. Zaměřuje se také na nutriční péči v pediatrii, zabývá se pacienty s poruchou příjmu stravy. „Diety, které se dříve týkaly většinou jen dospělých, se v současné době čím dál častěji týkají bohužel i dětí. Nejčastěji jde o dietu diabetickou, pankreatickou, žlučnickovou nebo o výživu onkologicky nemocných dětí a další. Výživa je oprav-

du úzce spjata s psychikou člověka. Navíc mnoho lidí dnes podléhá reklamě, často názorům laiků a pouští se bez uvážení do alternativních způsobů stravování. Jako by hledali něco zázračného. Mnozí se poradny rádooby zdravé výživy, kde většinou radí výživový poradce, který nemá s léčebnou výživou nic společného. Mnohdy je velmi těžké vysvětlit principy správné diety pacientům, když se dozvědí, že to, co považují za zcela zdravé, je pro ně naprosto nevhodné. Při edukaci však bereme na vědomí i závažnost onemocnění a další okolnosti, kdy se povoluje i to nevhodné,“ dodává paní Komoňová, kterou od práce spolehlivě odreauguje čas strávený s jejími vnučkami. „Manžel je většinu času pracovně v Praze, bydlí tam i dcera s rodinou, v Ostravě však zůstal syn s rodinou. Každou volnou chvíli tak věnuji třem vnučkám, cestování, zahrádce, malování a jiným zájmům.“

Lenka Hatlapatková
Foto: Jiří Zeržou

Je těžké získat dárce, ale ještě těžší je najít člověka, který se stane trvalým dárce

Pokračování ze strany 1

„Už léta oslovujeme nejrůznější organizace a firmy a samozřejmě i širokou veřejnost. Letos poprvé však oproti předcházejícímu období vnímáme větší nárůst dárců. Jen za první půlrok jich máme o sto padesát více oproti stejnému období loňského roku, což je opravdu úspěch a my jsme za to velmi vděční každému dárci, který k nám zavítá a daruje svou krev nebo plazmu,“ říká Bc. Naděžda Kalužová, marketingová vedoucí Krevního centra FNO. „Jsme také rádi, že se karta pomalu obrací. Na počátku jsme oslovovali jednotlivé firmy a organizace a žádali je o pomoc s náborem nových dárců, volali a psali jsme opakovaně. Dnes už je běžné, že některé společnosti volají samy a zajímají se, jak nám mohou pomoci. Což je úžasné! Jen v průběhu prvního pololetí zorganizovaly nejrůznější firmy a organizace ve svých řadách

náborovou akci a vyslaly sem mnoho desítek zaměstnanců, stejně tak pomohli studenti vysokých a středních škol a další. Každoročně přicházejí i policisté, hasiči a dokonce i sportovci,“ uvádí vedoucí marketingu. To má sice v registru dostatečný počet dárců a nepotýká se s nedostatkem zásoby krve nebo krevní plazmy, ale to jen díky intenzivní práci všech pracovníků centra. „Jakmile klesne zásoba některé krevní skupiny, okamžitě oslovujeme okruh dárců, o nichž víme, že přijdou. Krví se totiž nelze předzásobit, a to ani teď, kdy nás čekají prázdninové měsíce, v rámci nichž vždy stoupá počet úrazů. Krev můžeme uchovávat maximálně 42 dnů, proto je nutné vše pečlivě koordinovat a zvát především ty dárce, jejichž krev v danou chvíli potřebujeme. Je těžké získat nového dárce, ale ještě těžší je získat dárce, který je ochoten chodit pravidelně,“ dodává Bc. Kalužová.

A jak často mohou lidé chodit na odběry krve? Mladí do 21 let mohou chodit dvakrát ročně, po 21 letech mohou chodit muži vždy po třech měsících a ženy po čtyřech měsících. Na odběry plazmy mohou chodit lidé od 18 do 60 let každých čtrnáct dnů, po čase je však nutná pauza. Při první návštěvě musí prvodárce absolvovat odběr takzvané plné krve, teprve po měsíci od tohoto odběru může přijít na plazmu. Odběr krve i plazmy zabere dárce se vším všudy maximálně 90 až 100 minut. „Většina lidí k nám chodí proto, aby pomohla druhému člověku. A víme, že nepotřebují žádnou další motivaci, přesto se je snažíme odměňovat drobnými dárky od nejrůznějších firem a organizací po celý rok. Je to naše malé poděkování za jejich obrovskou pomoc,“ uzavírá Bc. Naděžda Kalužová.

- hal -

Na silnicích ubývá úmrtí. V reálu ale přibývá lidí s těžkým postižením

Už týden po začátku letošní motorkářské sezony byli na Klinice anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny FNO hospitalizováni s vážnými zraněními dva motorkáři, o jejich životy bojoval tým odborníků. A podobných případů každoročně přibývá.

„Podle statistických údajů zemřelo loni na tuzemských silnicích historicky nejméně lidí, vůbec poprvé od roku 1961 se toto číslo dostalo pod 600. To je velice pozitivní údaj, neodhaluje však druhou stranu mince. Rostoucí počet těch, kteří autonehody přežili s těžkým zdravotním postižením,“ říká prof. MUDr. Pavel Ševčík, CSc., přednosta Kliniky anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny Fakultní nemocnice Ostrava. „Vzrůstá kvalita silnic, aut, motocyklů, ochranných oděvů či nejrůznějších forem aktivní i pasivní ochrany. Stejně tak dokáže současná medicína navíc zvládnout případy, které byly ještě před několika lety zapsány v kolonce: beznadějně. Díky tomu všemu ubývá na silnicích úmrtí. Ročně však jen v ČR přibývá zhruba 150 případů těžkého poškození páteře a míchy, z nichž značné procento vzniká právě v souvislosti s dopravními úrazy. A to nehovořím o jiných trvalých postiženích, která celoživotně ovlivní zraněného i jeho rodinu.“

Stačí si jen představit, co se děje s lidským tělem v okamžiku nárazu automobilu do statické překáž-

ky nebo při srážce dvou vozidel jedoucích velmi rychle. „Dochází k takzvanému deceleračnímu traumatu, způsobenému bleskovým zpomalením. Lidově řečeno, na takové brzdění není náš organismus stavěný,“ vysvětlil ostravský profesor a pokračoval: „Při velmi rychlé deceleraci může dojít až k prasknutí aorty. Často bývají zhmožděné, někdy potrhane vnitřní orgány. Bezpečnostní pásy jsou vedeny přes hrudní koš a jaterní oblast, takže bývají dosti často polámaná žebra a poškozena játra. U těch, kteří si pásy nezapnou, je devastace organismu nesrovnatelně horší. Přes všechny možné bezpečnostní opěrky zacvičí takový náraz i s krční páteří, která bývá často poraněna. Nejvíce je však ohrožena ve chvíli, kdy se auto obrací na střechu a lidé nejsou připoutáni.“

Léčebná péče zaměřená na traumata a polytraumata je finančně nákladná a její cena neustále roste. „Je to dáno tím, že jsme úspěšnější v záchraně lidských životů i navazující léčbě, která je ve většině podobných případů dlouhodobá. Poté o pacienty s těžkým poškozením mozku nebo páteře pečují rehabilitační ústavy a zařízení dlouhodobé péče. To je ale obrovskou zátěží pro zdravotní systém. Proto by do zdravotnictví, především do zařízení, která se dopravními úrazy a jejich následky zabývají, mělo přicházet více peněz od firem profitujících z motorismu,“ myslí si přednosta Kliniky

anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny FNO. Tomu vadí, že zatím je pouze slyšet, jak vynikající hospodářské výsledky ta či ona automobilka má. „O traumatech, která byla způsobena používáním produktů automobilové či motocyklové výroby, se však již v této souvislosti nehovoří. Firmy profitující z motorismu by měly podporovat zdravotnictví,“ uzavírá přednosta Kliniky anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny FNO a zároveň vyučující na Lékařské fakultě Ostravské univerzity. Vychází přitom z faktu, že na silnicích sice ubývá mrtvých, zato přibývá osob s těžkým zraněním a s dlouhodobými následky.

- gl -



Výstava upozorňuje na osudy nedonošených dětí



Ve Fakultní nemocnici Ostrava můžete v současnosti spatřit emotivní výstavu fotografií dokumentujících první okamžiky života nedonošených dětí i jejich následující pokroky. Občanské sdružení Nedoklubko, které poskytuje rodičům předčasně narozených dětí odborné i laické poradenství, pořádá tuto výstavu s cílem zvýšit povědomí široké

veřejnosti o předčasných porodech a na konkrétních příbežích předčasně narozených dětí ukázat, že si zaslouží maximální péči.

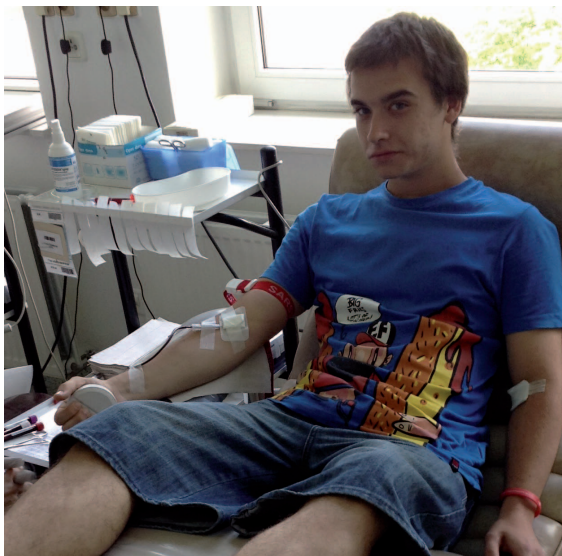
Za předčasně narozené se považují děti, které přijdou na svět před 37. týdnem těhotenství. Dolní hranici životaschopnosti byl stanoven 24. týden těhotenství. O tyto děti se v Česku stará dvanáct specializovaných perinatologických center. Jedním z nich je i neonatologické oddělení Fakultní nemocnice Ostrava, jehož primárka MUDr. Renata Poláčková říká: „Přestože porodnost v České republice v posledních letech klesá, počet nedonošených dětí je trvale na vzestupu. Lze říct, že každé desáté dítě se dnes rodí předčasně. Díky výborné péči českých lékařů a s pomocí špičkových technologií mají v současné době i děti z nejnižších váhových kategorií šanci na pře-

žití a normální vývoj.“ To potvrzují i statistiky ostravského neonatologického oddělení. Ukazují, že nedonošené děti (zejména v nejnižších váhových kategoriích), které se v perinatologickém centru Fakultní nemocnice Ostrava narodí, mají oproti novorozencům porozeným jinde až o 30 procent vyšší šanci na přežití a o 30 až 40 procent vyšší šanci na to, že přežijí bez trvalých, nejčastěji neurologických následků.

V České republice se každoročně narodí přibližně 115 tisíc dětí, zhruba 8,5 procenta se jich však narodí předčasně. Vysoká úroveň perinatologických center i láska rodičů připraví většinu z nich na zcela normální život. Také o tom zmíněná výstava vypráví.

- red -

Když krev daruje profesor se svými studenty



Dalibor Čaň

Je středeční dopoledne 18. června. Místnost, v níž v Krevním centru FNO čekají na odběr krve nebo krevních složek dobrovolní dárči, je plná mladých lidí. Dorazili sem totiž studenti z Mendelovy střední školy v Novém Jičíně společně se svým vyučujícím, Mgr. Čestmírem Glogarem. „Pan profesor patří k těm aktivním pedagogům, kteří jsou sami dlouhou dobu dárči krve, a jsou schopni pro tuto věc nadchnout i své studenty,“ uvádí nás do obrazu Bc. Naděžda Kalužová, vedoucí marketingu Krevního centra FNO, jež se v danou chvíli podílí na hladkém průběhu odbavení celé skupiny. „Když je někdo tak zapálený pro věc, je to dar! Pan Glogar každý rok přivede nové studenty, z nichž se k nám mnozí vrací i po maturitě.“

Chceme být užiteční

Takovým příkladem je Gabriela Sýkorová z Příbora, která se už při první darování krve rozhodla, že chce v této dobrovolné činnosti pokračovat. I proto se tato letošní absolventka vypravila do Krevního centra FNO společně se studenty druhých a třetích ročníků novojičínské obchodní akademie. Dívka, která se ve svých devatenácti letech právě připravuje na třetí odběr krve, v žádném případě nepůsobí nervózně, ví, že jí nic hrozného nečeká. Ale sama přiznává, že prvního odběru se přece jen obávala. „Strach souvisel hlavně s tím, že jsem nevěděla, co se bude dít. Ale v čekárně krevního centra, kde jsem byla se spolužáky, už byla atmosféra dobrá, navzájem jsme se povzbuzovali, napětí z nás opadlo. Pak už jsme se jen trochu klepali před samotným odběrem. Ale i ten proběhl úplně v pořádku, takže jsme si uvědomili, že nebylo čeho se bát,“ vypráví Gabriela, jež si před prvním odběrem dárcovství krve vybrala z několika možných témat školního projektu. „Naším úkolem bylo darovat krev a poté zpracovat prezentaci, v níž představíme dárcovství krve spolužákům a pokusíme se je motivovat k následování. Ano, mohla jsem si vybrat jiné téma, ale zaujala mě možnost představit právě tuto formu pomoci. Dárcovství krve je podle mě jedna z mála věcí, jimiž můžeme my mladí být nějak užiteční.“

Malý bonus

Nezkušeným dárce krve není ani Dalibor Čaň z Valašského Meziříčí, student 3. B. Jednadvacetiletého studenta přivedl letos na jaře k dárcovství kamarád. „Měl jsem ten den zrovna volno, tak jsem se přidal. Říkal jsem si, že pomůžu,“ konstatuje Dalibor a dodává, že pak už pro něj bylo zapojení do školního projektu E3 v podobě dárcovství krve zcela jasnou volbou. A navíc prý to celé přineslo malý bonus: „Díky darování krve jsem zjistil, že mám krevní skupinu B pozitivní, přitom mi odmalička říkali, že mám 0 pozitivní.“

Dárcovství krve jako školní projekt

Původně měl ve středu 18. června krev darovat i Mgr. Čestmír Glogar, ale vzhledem k tomu, že mohl být v předchozích dnech infikován klíštětem, tentokrát nechal iniciativu jen na studentech. On sám však patří k „ostříleným“ dárce krve. Na odběry chodí čtyřikrát ročně, v posledních dvou letech daruje



Nela Tomečková

i plazmu. „Dárcovství krve je tak trochu rodinná tradice. Bratr i sestra studovali v Ostravě vysokou školu a do krevního centra to měli kousek. A pak už netrvalo dlouho a bratr mi navrhl, abych to zkusil taky.“ Krev tedy daruje od svých osmnácti let. A jako pedagog začal šířit osvětu i mezi svými studenty. „Ke konci každého školního roku studenti zpracovávají třídní projekty E1. Před čtyřmi lety jsem do témat zařadil i návštěvu Krevního centra FNO. A mezi studenty se tato myšlenka ujala. Většinou se přihlásí přibližně tak třicet lidí, postupně se jejich počet snižuje. Někteří se zaleknou, jiní onemocní. Například dnes nás bylo nahlášených šestnáct a je tady osm studentů.“ Mgr. Glogar, mimochodem vyučující tělesné výchovy, biologie a informačních technologií, přichází do Krevního centra FNO se studenty dvakrát ročně, vždy v červnu a v prosinci. Pro ty, kteří darovali krev poprvé, vlastnoručně vyrábí pamětní listy. „Stejně jako dnes, i jindy s námi chodí také někteří absolventi. Je to takové příjemné a zároveň užitečné setkání.“

Pamětní list

Schenkova Kateřina

20. června 2013



stala prvodárce krve



Krevní skupina:

0-

Počty nových dárců se zvyšují

To, že myšlenka dobrovolného darování krve našla u mladých lidí odezvu, považuje Bc. Naděžda Kalužová, vedoucí marketingu Krevního centra FNO, za velice příznivý příslib do budoucna. „V lidech stále

přetrvává strach z toho, že odběr krve nezvládnou, že bude bolestivý. Proto je dobře, že máme možnost veřejnost oslovovat, a to ať na různých prezentacích nebo prostřednictvím návštěv ve školách a firmách, případně je zveme k nám na exkurzi. Studentům v žertu říkávám, že se mohou přijít na vlastní oči přesvědčit, že to tady není žádná krvavá stezka. Pokud někdo má přece jen obavy, je dobré, když jej doprovodí známý, který už má s odběrem zkušenosti. Osvědčilo se i to, že se k nám vydávají celé pracovní týmy nebo skupiny spolužáků. Rozhodně si nepamatuji, že by někdo zpanikařil těsně před odběrem a prohlásil, že jde domů.“ Bc. Kalužová dodává, že počet dárců krve i díky dlouholetému nepřetržitému oslovování veřejnosti roste. „Bezmála 70 procent nových dárců tvoří mladí lidé do 19 let, což je skvělá zpráva. Stejně perspektivní je i věková skupina od 25 do 40 let. Často jde o zaměstnance firem, které s námi dlouhodobě spolupracují, a jimž jsme za jejich vstřícnost velmi vděční.“

Lenka Gulašiová
Foto: Ondřej Pokorný



Gabriela Sýkorová

Blahopřejeme

V červenci slaví významné životní jubileum naši kolegové:



Dana Pinkavová
Radoslava Vetchá
Anna Kamencová
Ivan Kielor
JUDr. Sylva Macurová
MUDr. Otakar Kubala
Ing. Dana Nahodilová
Pavel Žlebek

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

Inzerce zdarma

- Koupím byt 1+0, 1+kk, 1+1 nebo i 2+kk v Ostravě-Porubě. Dům po revitalizaci a ne přizemí. Balkon, lodžie vítána. Děkuji za nabídku. Kontakt: 777 666 267, habr-habr@seznam.cz.
- Pronajmu byt 3+1 (cca 110 m²) v Ostravě-Porubě, naproti Domovu sester, ul. 17. listopadu 643/16 (vchod vedle řeznictví), 4. patro. Velká hala spojená s obývacím, kuchyň a spíž. Dětský pokoj a ložnice se šatnou, okna z obou ložnic do dvora a každá ložnice má svůj balkon. Byt preferuji pronajmout zařízený, řada věcí je na míru. Byt je zrekonstruovaný před 8 lety, veškerý nábytek asi před 4 lety. V případě zájmu možnost pronájmu i garáže, která je v garážové kolonii pod Domovem sester. Cena dohodou, byt volný 09/2014. Bližší info na tel.: 602 685 495.
- Nabízím k dlouhodobému pronájmu byt 1+1 v ul. Fr. Čechury v O.-Porubě. Volný od 1. 8. 2014. Kontakt 604 953 036.
- Pronajmu garsonku v Ostravě-Zábřehu, 12. patro, 29 m², částečně zařízený. Nájem 5 400 měsíčně + vámi hrazená elektřina. Žádám měsíční kauci. V případě zájmu kontaktujte na telefonu 777 018 074.

Cestovní agentura Posedlost s.r.o.
www.posedlost.cz
Domov sester – 14. p.
596 633 291, 774 784 094

Galerie Ametyst

Obraz by měl být srozumitelně krásnou dekorací



Od 11. srpna až do 13. září mohou návštěvníci Galerie Ametyst zhlédnout díla malíře Jindřicha Staniie, rodáka z Dolní Lutyně, který zde bude vystavovat zhruba čtyřicet svých obrazů, a to převážně krajiny a kytic. „Stěžejními náměty mých prací jsou krajiny v okolí Opavy, v níž dlouhá léta žiju. Maluji především zákoutí řek, rybníků, přehrad a květinová zátiší,“ popisuje vystavovaná díla samotný autor. „Ve svých obrazech se snažím realisticky zachytit nejen reliéf krajiny, ale i momentální atmosférický stav ročního období. Upřednostňuji realistické zobrazení přírody. Dávám přednost barvě před tvarem, který je druhotný, avšak pro realistické vyjádření důležitý a pro oko diváka jasně srozumitelný. Jsem toho názoru, že i moderní obraz má být srozumitelný pro všechny, protože jen tak si zachová svou výtvarnou příslušnost a hodnotu. Obraz by měl navodit náladu, kterou zobrazuje, působit harmonicky a být srozumitelně krásnou dekorací,“ dodává pan Stania, který sice nemá výtvarné vzdělání, ale malování se věnuje od mládí a společně se stolním tenisem je jeho

velkým koníčkem. „Při své tvorbě jsem vyzkoušel různé techniky. V současné době maluji suchým pastelem, kterému jsem se začal intenzivněji věnovat až v důchodu. Všechny vystavené obrazy v Galerii Ametyst jsou malovány touto technikou a jsou prodejné,“ dodává autor Jindřich Stania. Tento absolvent bohumínského gymnázia (1955) a následně vojenského dělostřeleckého učiliště v Hranicích na Moravě (1958) uspořádal svou první výstavu v Opavě, a to už v roce 1978. Od té doby vystavoval v Opavě a okolí mnohokrát. Jeho díla měli lidé možnost vidět i na výstavách uspořádaných například v Hájí ve Slezsku, Krnově, Hradci nad Moravicí a dalších městech.

- red -



Opel Handy Cyklo Maraton



Druhý ročník čtyřdenního cyklistického nonstop maratonu smíšených týmů napříč Českou a Slovenskou republikou se bude konat od 30. července do 3. srpna. Maraton je zaměřený na společnou

motivační aktivitu osob se zdravotním postižením a osob bez postižení. Jedná se o extrémní 111hodinový cyklistický závod, jehož se účastní dvou- až osmičlenné týmy, které absolvují celou trasu na kole jako nonstop štafetu v délce zhruba 2 222 kilometrů. Cyklisté jednotlivých týmů se střídají v sedle kola, mohou jet sami nebo ve skupině. Realizace maratonu se ujalo občanské sdružení Cesta za snem, které stojí za čtyřmi úspěšnými velkými cestami vozičkáře Heřmana Volfa po Evropě. Cílem akce je integrace osob se zdravotním postižením mezi zdravé v rámci sportovních aktivit. Předpokládaný start je v Praze, „bod obratu“ v Košicích a cíl opět v Praze v neděli 3. srpna v průběhu celého dne.



O prázdninách a dovolených bývá prostor k tomu, aby člověk trochu zapracoval na své fyzické kondici. Duševní rovnováže prospěje změna prostředí a pobyt v přírodě. Všem čtenářům Nemocničních listů přeje ideální prázdniny podle jejich vlastních představ.

Foto: archiv - chata Paprsek v Jeseníkách.

TENTO ZPRAVODAJ TISKNE

CPC⁷

CZECH PRINT
CENTER, a.s.
Na Rovince 876
720 00 Ostrava-Hrabová
Tel.: 596 668 111
www.cpcenter.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