

Stan proti melanomu



V úterý 10. května mohli návštěvníci ostravského Avion Shopping Parku zavítat do Stanu proti melanomu – speciální mobilní vyšetřovací ambulance kožního oddělení Fakultní nemocnice Ostrava. Jubilejní desátý ročník vyšetřovací a preventivní akce se tentokrát zaměřil na osoby se světlou

pleť, tedy s fototypem I-II. Takoví jedinci tvoří 15 procent české populace. Jejich kůže je náchylnější ke spálení a později pigmentuje. Tyto osoby jsou kožními nádory ohroženy statisticky více.

Pokračování na straně 3

Čeká nás reakreditace

Na přelomu května a června projde Fakultní nemocnice Ostrava reakreditací podle mezinárodních standardů JCI (Joint Commission International). Systém kvality je zde budován už mnoho let. V roce 2002 začala nemocnice pracovat se systémem ISO 9001, o pět let později se stala první českou fakultní nemocnicí, která splnila požadavky standardů SAK. V roce 2010 jako první fakultní nemocnice v republice získala certifikát mezinárodní akreditace JCI, která je nejvyšším standardem ve světovém zdravotnictví. O čtyři roky později se stala třináctou nemocnicí na světě s rozšířenou akreditací JCI pro univerzitní nemocnice.



Pátý ročník grantové soutěže

Fakultní nemocnice Ostrava vyhlásila 12. února již pátý ročník grantové soutěže z Institucionální podpory Ministerstva zdravotnictví ČR na dlouhodobý koncepční rozvoj výzkumné organizace na základě výsledků, jichž se nemocnici podařilo dosáhnout.

Do soutěže bylo podáno celkem 29 projektových žádostí, z toho bylo 7 žádostí na investiční projekty, 17 žádostí na neinvestiční projekty a 5 žádostí na pokračující projekty.

Dne 7. dubna se uskutečnila obhajoba žádostí do grantové soutěže před oponentní komisí. Členy odborné komise byli MUDr. Václav Procházka, Ph.D., MSc., náměstek ředitele pro

vědu a výzkum, MUDr. Josef Srovnal, náměstek ředitele pro léčebnou péči, Ing. Petra Lampartová, náměstkyně pro ekonomiku a finance, Ing. Petra Tomanová, Ph.D., náměstkyně pro personální řízení, Ing. Ivo Žolnerčík, náměstek ředitele pro techniku a provoz, a doc. MUDr. Luděk Rožnovský, CSc., předseda Etické komise FN Ostrava.

Na základě rozhodnutí bylo podpořeno financování celkem 22 projektů, z toho 12 neinvestičních, 5 investičních a 5 pokračujících. Další ročník soutěže se uskuteční na jaře roku 2017.

RNDr. Kateřina Vítková, Ph.D.
Útvar náměstka pro vědu a výzkum

Poliklinika má nový výtah

Po ukončení zateplení budovy polikliniky jsme přikročili k plánované přístavbě venkovního výtahu.

Pokračování na straně 7



Dotace pro lékařskou knihovnu



Lékařská knihovna Fakultní nemocnice Ostrava je podle knihovního zákona č. 257/2001 Sb. evidována v síti veřejných knihoven a informačních středisek České republiky, která je spravována Ministerstvem kultury ČR.

Pokračování na straně 3

Dar pro neonatologii

Díky charitativnímu projektu 5.000.000 Kč pro dětský úsměv, který každoročně pořádá síť drogerií a parfumerií Rossmann ve spolupráci s Nadací Naše dítě, přibýly na oddělení neonatologie Fakultní nemocnice Ostrava dva nové přístroje v celkové hodnotě 1,17 milionu korun. Slavnostní předání daru se uskutečnilo 22. dubna přímo na zmíněném pracovišti.



Potrubní pošta



Ve FN Ostrava se – podobně jako u jiných nemocnic, které využívají potrubní poštu – spuštění systému neobešlo bez počátečních problémů. Ale po čase chyb ubylo a vše se ustálilo. Až na drobné výjimky zvládneme systém obsluhovat tak, aby nám sloužil, a aby to nebylo naopak. Po dvouměsíčním provozu zpracovali technici potrubní pošty dokument s názvem Zkušenosti z provozu potrubní pošty – nejčastější chyby,

Od oficiálního spuštění potrubní pošty ve Fakultní nemocnici Ostrava už uběhly více než dva měsíce. Za tu dobu bylo přepraveno takřka 45 tisíc pouzder. Ve všedních dnech se počet přepravených pouzder pohybuje v rozmezí od 900 do 950 denně, ojediněle je překročena tisícová hranice. Stanice s automatickou vykládkou, která je umístěna v Ústavu laboratorní diagnostiky FNO, odbavila v daném období bezmála 30 tisíc pouzder.

Systém z 85 procent zvládá přepravovat pouzdra v horizontu do 5 minut, na delších trasách z 13 procent v časovém horizontu do 10 minut. Jen výjimečně putuje přepravovaný vzorek potrubní poštou delší dobu, což bývá vždy spojeno s nějakou chybou.

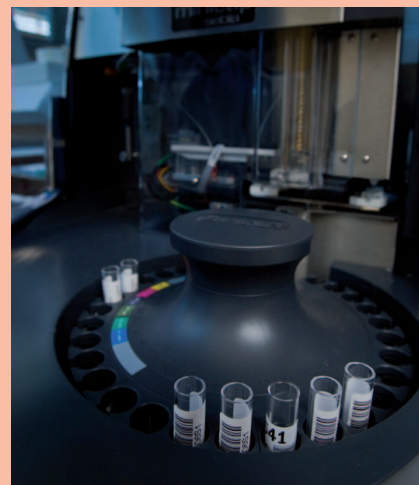
kteří je umístěn na intranetu (v pozici dokumenty, potrubní pošta). Tento materiál v krátkosti seznamuje uživatele s nejčastějšími chybami a zároveň upozorňuje na některé činnosti, které musí správa potrubní pošty v důsledku odstraňování takových chyb provádět. To vše je třeba chápat jako vysvětlení příčin krátkodobých odstávek systému v průběhu dne a zároveň jako ponaučení a snahu podobných chyb se vyvarovat.

Provoz potrubní pošty splnil očekávání. Tato přeprava zásilek by se měla rozšířit i na jiná oddělení, potrubní poštou by měly být přepravovány i transfuzní přípravky.

Ing. Břetislav Hodan

Kongresy a semináře

- 8. června odpoledne s oddělením lékařské genetiky FN Ostrava



Stipendia

Fakultní nemocnice Ostrava poskytuje stipendia studentům – medikům lékařských fakult. Stipendium představuje tři tisíce korun měsíčně od zahájení studia v 5. ročníku. Od počátku studia v 6. ročníku představuje stipendium 6 tisíc korun měsíčně. Bližší informace: Mgr. Nikola Janková (tel. 597 374 063, e-mail: nikola.jankova@fno.cz, nebo Ing. Jana Neštáková (tel. 597 373 450, e-mail: jana.nestakova@fno.cz) z oddělení vzdělávání.

Lékařská fakulta OU informuje

Stěhování ústavu patologie



Říká se, že změna je život a každá změna by měla vést k lepšímu. Tímto říčením se řídila i přednostka Ústavu patologie (ÚPA) doc. MUDr. Jana Dvořáčková, Ph.D. Na základě dohody s vedením LF a FNO rozhodla o přemístění ÚPA ze Zábřehu do nově zrekonstruované budovy Ústavu patologie (ÚPA) FNO v Porubě. Do stěhování, které probíhalo od listopadu 2015 do února 2016, byli zapojeni pracovníci obou ústavů. Díky pomoci pana Otakara Pilicha a jeho spolupracovníků bylo možné 15. února 2016 zahájit teoretickou a praktickou výuku patologie a laboratorních praktik pro bakalářské studijní obory a výuku patologie pro obor všeobecné lékařství v nových prostorách.

Věřte, že se nám podařil husarský kousek, protože ÚPA LF zajišťuje v letním semestru 2015/2016

výuku patologie pro obory ochrana veřejného zdraví, všeobecné sestry a porodní asistentky, zdravotnický záchranář – kombinované studium, všeobecné sestry – kombinované studium a radiologické asistenty – kombinované studium, a to celkem pro 242 studentů LF OU. Pro tyto studenty bylo nutno zajistit vybavení výukových místností. Díky iniciativě proděkanky Mgr. Závacké, Ph.D., se pod citlivým vedením tajemnice LF OU JUDr. Ing. Moravcové našel způsob a prostředky, jak tyto prostory dovybavit. Poděkování také patří prof. Ph.Dr. Jarošové, Ph.D., která souhlasila s přesunem nábytku z prostor bývalého Ústavu ošetrovatelství a porodní asistence, a prof. MUDr. Adamkovovi, CSc., a doc. MUDr. Dorkovi, CSc., za trpělivost a vstřícnost při realizaci tohoto přesunu z jejich ústavů, které až doposud sdíleli s ÚPA.

Byla zřízena nová seminární místnost pro výuku studentů Lékařské fakulty Ostravské univerzity a mikroskopický sál pro výuku oboru všeobecného lékařství (viz obr. vlevo). Další nově vzniklá konferenční místnost ÚP FNO bude sloužit nejen pro interní potřeby pracoviště, ale i pro seminární aktivity ve FNO a částečně také i studentům LF. Zrekonstruovány byly dvě laboratoře pro výuku studentů oboru zdravotní laborant (viz obr. vpra-

vo), které současně slouží pro praktickou výuku studentů Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické Ostrava, příspěvkové organizace. Pro demonstrační pitvy bude využíván pitevní trakt, který na rekonstrukci teprve čeká.



vo), které současně slouží pro praktickou výuku studentů Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické Ostrava, příspěvkové organizace. Pro demonstrační pitvy bude využíván pitevní trakt, který na rekonstrukci teprve čeká.



Ve čtvrtek 5. května zavítal za dětskými pacienty člen basketbalového týmu Harlem Globetrotters.

Stan proti melanomu

Pokračování ze strany 1
Akce Stan proti melanomu je součástí celoevropské kampaně dermatologů, která má upozornit na nebezpečí výskytu rakoviny kůže a apelovat na důslednou prevenci. Průměrný věk pacienta s melanomem je 54 let. Těchto nádorů nejvíce přibývá ve skupině mužů nad 50 let, kteří podle statistik podceňují riziko kožní rakoviny, a u žen ve věku od 10 do 29 let, které často podléhají trendu snědé, atraktivní kůže.



Bc. Ludmila Stuchlá
vedoucí lékařské knihovny

Dotace pro lékařskou knihovnu

Pokračování ze strany 1

Na základě zmíněné evidence evidence můžeme využívat služby všech knihoven této sítě, ale jsme také povinni služby poskytovat a spolupodílet se na zajištění jejího bezproblémového fungování. Jedním z předpokladů funkčnosti je používání jednotných katalogizačních pravidel informačních zdrojů.

Od května 2015 začala v České republice platit nová katalogizační pravidla RDA (Resource Description and Access). Tato nová pravidla vyžadují také nový formát automatizovaného knihovnického systému (AKS), kde se katalogizace provádí. Přejít z původního formátu UNIMARC na formát MARC21 se neobejde bez finančních nákladů, které musí knihovny zaplatit firmám poskytujícím AKS.

Ministerstvo kultury vypsalo pro roky 2015 a 2016 v rámci výběrového dotačního řízení VISK3 jako jednu z priorit Podporu upgrade automatizovaného knihovnického systému z formátu UNIMARC na MARC21. V rámci tohoto dotačního programu si o příspěvek požádala také Lékařská knihovna FNO a byla úspěšná. Ministerstvo kultury uhradí 50 procent nákladů za tento převod (upgrade). Realizace zmíněného projektu přispěje k lepší kompatibilitě a spolupráci v síti veřejných knihoven a informačních středisek ČR.

V. bilaterální sympozium

V Rožnově pod Radhoštěm se ve dnech 4. až 6. května uskutečnilo V. bilaterální sympozium s mezinárodní účastí. Akci pořádala Česká společnost pro úrazovou chirurgii ČLS JEP, Česká radiologická společnost ČLS JEP, Společnost radiologických asistentů ČR, Lékařská fakulta Ostravské univerzity, Traumatologické centrum FN Ostrava a Radiodiagnostický ústav FN Ostrava. K hlavním tématům sympozia patřila polytrauma a nové zobrazovací metody a další. Více přístě.

Mezinárodní workshop věnovaný mikrochirurgii hrtanu

Klinika otorinolaryngologie a chirurgie hlavy a krku Fakultní nemocnice Ostrava a Lékařská fakulta Ostravské univerzity uspořádaly ve dnech 11. a 12. dubna mezinárodní workshop International workshop on laryngeal surgery, který byl zaměřen na mikrochirurgii hrtanu. Workshopu se zúčastnilo 50 lékařů z České republiky, Slovenska, Polska, Maďarska a SRN.

Hlavními hosty byli prof. Norbert Kleinsasser, Dr. med. Fabian Kraus z ORL kliniky ve Würzburgu a prof. Viktor Chrobok, CSc., Ph.D., z ORL kliniky v Hradci Králové. Kurz navázal na předešlé kurzy mikrochirurgie hrtanu pořádané v letech 2011 a 2013 a opět přinesl řadu zajímavých diskusí, názorných operací a některá nová témata.

Podstatnou část programu tvořily živé přenosy operací z operačního sálu, při kterých byly účastníkům workshopu prezentovány chirurgické postupy u různých hrtanových patologií. V průběhu dvou dnů bylo operováno 13 pacientů, operace prováděli prof. Kleinsasser, prof. Komínek a MUDr. Zeleník. Kromě několika „jednoduchých“ diagnóz organizátoři připravili k operacím a diskusi i pacienty s problematickými diagnózami, například

pacientku s glotickou insuficiencí po transmurální chordektomii pro T2 karcinom hlasivky, u které prováděl prof. Kleinsasser endoskopickou medializaci pomocí autologní chrupavky z nosního septa. Dále byla prezentována operace recidivující papilomatózy hlasivek u dětského pacienta pomocí CO₂ laseru a augmentace hlasivky autologním tukem. Jako zajímavá byla hodnocena i epiglottopexie s parciální resekci kořene jazyka u pacienta s OSA, u kterého byla při léky navozené spánkové endoskopii zjištěna zapadávací epiglottis. Přímou v přednáškové místnosti byla MUDr. Zeleníkem prezentována augmentace hlasivky materiálem Radiesse Voice v lokální anestezii. Operace byly přenášeny kvalitním zařízením s pohledem zevně na operátora a pacienta, z mikroskopu a endoskopu a v průběhu komentovaných operací probíhala interaktivní debata mezi operátorem a účastníky workshopu. Kromě operací byla prezentována na kadaveru anatomie hrtanu a přetočení slizničního laloku do oblasti zadní komisury, který lze využít k vykrytí defektu zadní komisury po odstranění patologie z této oblasti, nebo při léčbě zadní glotické stenózy.

Odpolední teoretické bloky se věnovaly léčbě granulomů hlasivek, včetně léčby pomocí botulotoxinu, presbyfonii, léky indukované dysfonii a hrtanovým příčinám obstrukční spánkové apnoe, léčbě časných stadií karcinomu hrtanu, endoskopické laserové chirurgii a konceptům dispenzarizace pacientů po operacích. Kromě toho byly diskutovány možnosti a limity výkonů na hlasivkách prováděných ambulantně (office-based).

Možností sledovat přenosy moderních operačních postupů na hrtanu přímo z operačního sálu se workshop stal jedinečnou akcí svého druhu pořádanou v ČR. Svou úroveň byl kurz naprosto srovnatelný s nejlepšími kurzy v zahraničí. Účastníci z České republiky měli možnost porovnat operační techniky a léčbu hlasových poruch s metodami zahraničních kolegů. Shodli se, že by pro českou otorinolaryngologii bylo velmi přínosné podobné workshopy zopakovat a i nadále udržovat krok s úrovní mikrochirurgie hrtanu prováděnou v zahraničí.

Prof. MUDr. Pavel Komínek, Ph.D., MBA
MUDr. Karol Zeleník, Ph.D.
Klinika ORL a chirurgie hlavy a krku FN Ostrava

Vyrovnat se s nemocí, náročnou léčbou nebo dokonce smrtí někoho

Život každého z nás je plný nečekaných okamžiků, ať již pozitivních, nebo negativních. S příjemnými pocity si obvykle poradíme. Ale není to pravda. Jsou situace, s nimiž si naše mysl ani tělo prostě bez pomoci druhých lidí neumějí poradit. Ale může jít i na první pohled o banálnější situace, jako jsou dlouhodobé neřešitelné problémy v zaměstnání, s partnerem... Ve fakultní nemocnici proto existuje tým proškolených interventů a peerů, kteří jsou 24 hodin denně připraveni pomoci a dokonce smrtí někoho z blízkých...

Snažím se o lidi pečovat tak, jako bych byl na jejich místě já nebo někdo z rodiny...

„Intervenční péče, takzvaná péče ven, je určena rodinným příslušníkům pacientů naší nemocnice, peer péče je jen pro zdravotnické pracovníky, kteří si prošli akutní stresovou reakcí v průběhu práce nebo mají dlouhodobý pracovní, případně i soukromý problém,“ vysvětluje rozdíl mezi interventem a peerem koordinátor tohoto týmu Mgr. Radim Němec, který je zároveň vrchní sestrou oddělení psychiatrického. „Zakladatelem tohoto systému psychosociální péče je PhDr. Lukáš Humpl, klinický psycholog ze záchranné služby, k nám do FNO se intervenční a peer systém dostal v roce 2008 díky Martině



Vzorkové, DiS., která jako první absolvovala peer kurz společně se záchranáři. Několik let působila v nemocnici v pozici peera i interventa jen ona s tím, že byla schopna lidem doporučit interventy a peery z jiných nemocnic nebo záchranné služby. Postupně se podařilo vyškolit i několik dalších zdravotníků FNO, kteří se dobrovolně stali interventy nebo peery nebo obojím. V roce 2014 se díky náměstkyni pro ošetřovatelství Bc. Márii Dobešové a našemu primáři MUDr. Petru Šilhánovi dostala tato služba pod křídla oddělení psychiatrického a já se stal jejím koordinátorem,“ pokračuje Mgr. Němec.

V současnosti má nemocnice třináct interventů, kteří mají rozdělené služby tak, aby byli 24 hodin k dispozici kterékoli klinice nebo oddělení, dalších sedmáct interventů právě prochází potřebným školením. „Snažíme se, aby intervenci byli k dispozici opravdu nepřetržitě, jelikož nehody a stresové situace přicházejí v jakoukoli dobu, proto školíme další a další dobrovolníky. A je rovněž velmi důležité, aby zaměstnanci klinik správně vyhodnotili situaci a v případě nutnosti nabídli rodinným příslušníkům tuto pomoc. Interventi mohou být přítomni například i u toho, kdy lékař musí rodině oznámit špatnou diagnózu nebo fakt, že jejich blízký umírá. Lidé, kterých se tato tragédie bytostně dotýká, reagují různě a je dobré, když s nimi někdo je. Často stačí, když s nimi jejich emoční vypětí jen někdo sdílí, prožívá a poskytuje jim základní věci, jako jsou pití, teplá deka, případně energetická strava. Důležité je, aby na ně někdo měl čas, aby jim vysvětlil, třeba i opakovaně, co se vlastně děje. Zdravotníci v tu chvíli musejí myslet hlavně na pacienty a jejich záchranu, nemají čas nazbyt a sami prožívají velké vypětí. A věnovat se v takovém okamžiku ještě rodinným příslušníkům je časově i psychicky vyčerpávající, v tuto chvíli může zkušený intervent velmi pomoci. Dokonce i s vy-

plněním potřebných formulářů s rodinou a dalšími nutnými kroky. I tím ulehčí zdravotnickému týmu a pomůže rodině,“ vysvětluje koordinátor tohoto týmu. „V posledních dvou letech máme zhruba dvacet intervenčních zásahů ročně, nejčastěji nás oslovují pracovníci urgentního příjmu a akutních oborů, ale obracejí se na nás i jiné kliniky. Jsme tady opravdu pro všechna oddělení a kliniky. Letos jsme intervenovali již čtyřikrát.“

Peerů je v nemocnici sedm, což je dostačující počet. S peery si totiž zaměstnanci mohou domlouvat schůzky individuálně, mohou si sami vybrat peera, kterému důvěřují a s nímž chtějí hovořit. Kontakty na interventy i peery jsou na nemocničním intranetu nebo na stránkách www.spiscr.info. „V rámci peer péče je velmi důležité, aby zaměstnanci věděli, že jde o zcela anonymní kolegiální službu. Peer nikde písemně nezaznamenává jméno, čas, místo nebo dokonce problém, nikomu nepodává hlášení, že proběhlo sezení. Pouze do celorepublikového systému udává počet anonymních sezení nebo zásahů za určité období. Pro lepší pochopení by se dala peer péče přirovnat ke z odpovědnému tajemství. Peer, který zná zdejší pracovní prostředí a může tak lépe pochopit celou situaci, vyslechne zaměstnance a pomůže mu najít řešení jeho problému, je-li to možné. Poradí mu, jak postupovat, aby se ze stresové situace dostal. Nikoho dalšího o jeho problému neinformuje, nikdo se nedozví, že dotyčný služby peera využil. I zdravotníci jsou jen lidé a jejich psychika je často vystavována velkému tlaku nejen z řad pacientů, ale i nadřízených a spolupracovníků, mohou trpět i syndromem vyhoření. Takto vyčerpaný člověk pak není schopen dělat svou práci kvalitně, může být v depresi. Peer nevyřeší vše, ale může pomoci najít cestu z těchto problémů. Někdy stačí jen to, že člověk může anonymně vyventilovat své pocity, dostat problém ze sebe a nějak ho uzavřít. Služeb peera využívají čas

od času i interventi, kteří se v rámci intervence s rodinnými příslušníky dostanou do situace, kterou nejsou pak schopni v sobě sami uzavřít. Někakým způsobem se jich daný problém emocionálně dotkne a pak ho nedokážou takzvaně dostat z hlavy,“ pokračuje Mgr. Němec a dodává, že peer péče je pro všechny zaměstnance této nemocnice, kdokoli si může vybrat na stránkách svého peera, a to i z jiné nemocnice, a svůj problém s ním probrat.

Mgr. Radim Němec, který působí jako intervent i peer, absolvoval certifikovaný kurz v roce 2014 a dva roky je koordinátorem tohoto speciálního

týmu ve FNO. Rozděluje služby interventů, dohlíží na pravidelné vzdělávání interventů i peerů a na jejich sebezpečí. „Člověk, který pečuje o druhé, musí být v dobré fyzické i psychické kondici, aby byl pro lidi, jimž pomáhá, bezpečný. Proto jednou za rok musíme všichni absolvovat takzvaný refresh kurz, kde si znovu připomínáme nejdůležitější situace, nacvičujeme různé modelové případy, nacvičujeme i práci s mlčením a učíme se, jak očistit svou mysl i tělo od problémů, abychom měli dostatek energie zvládat problémy ostatních. Samozřejmě, že se může stát, že kdokoli z nás toto přestane zvládat, pak je bohužel ze systému vyřazen, ale není to žádná ostuda. Jde o skutečně velmi psychicky i fyzicky náročnou činnost, která není pro každého. Na druhé straně, sám za sebe musím říct, že pokud se člověku podaří vysoce stresovou situaci zvládnout dobře a následuje vděk, ať už ho vycítíte nebo je vše řečeno, přichází neopakovatelný pocit, který vás nabije energií jako nic jiného. Vždy mi bylo kladeno na srdce, abych pečoval o lidi tak, jako bych byl na jejich místě já nebo někdo z rodiny, a o to se pokaždé snažím. Možná i proto mě v těchto situacích zalije vlna lítosti a bolesti a samozřejmě i strachu, abych něco neudělal špatně, abych těm lidem nevědomě neublížil. Stačí něco špatně říct, už to nevezmete zpět. Na druhé straně lítost a soucit mi naopak pomáhají lépe se do celé situace vcítit a pochopit, co tito lidé v akutním psychickém stavu prožívají. Je to velmi vyčerpávající. I proto bych rád touto cestou poděkoval náměstkyni Bc. Márii Dobešové i náměstkyni Ing. Petře Tomanové, Ph.D., MBA, za to, že intervenci jsou již nyní za svou péči i finančně odměňováni, což dříve nebyli. Dělal jsem tuto práci dobrovolně mimo své pracovní povinnosti. A poděkování si zaslouží také primář MUDr. Petr Šilhán, který je mi kdykoli k dispozici se svou radou a pomocí,“ uzavírá Mgr. Němec.

ho z blízkých. I v tom může pomoci člen proškoleného týmu

kle poradíme a často zvládneme i spoustu stresových situací. Někdy si dokonce říkáme, že nás nic jen tak nerozhodí. Většinou jde o chvíle, kdy se dozvídáme informace o tom, že někdo blízký je vážně nemocen nebo dokonce umírá. Partnerem, dětmi a další. V tu chvíli si mnozí z nás neumí poradit, neví, jak s problémem naložit, jak ho přijmout... Poskytovat konzultace a podporu zaměstnancům i lidem, kteří se musejí vyrovnat s nemocí, náročnou léčbou nebo

Interventi i peeři si musejí uvědomit svůj postoj k umírání a ke smrti a musejí umět s těmito tématy pracovat

Zdravotní sestra z Hematoonkologické kliniky Martina Vzorková, DiS., stojí za vznikem týmu interventů a peerů v naší nemocnici. Právě ona dala první impuls k tomu, že tato služba, do té doby využívaná jen u záchranářů, funguje i v nemocnici. Sama se o tuto problematiku zajímá od roku 2008, kurz peera absolvovala v roce 2011, o rok později absolvovala i kurz intervenenta.

„Ta myšlenka se zrodila na jednom kongresu, kde jsem slyšela přednášet PhDr. Lukáše Humpla, který je garantem systému SPIS (Systém psychosociální a intervenční služby). V té době se SPIS teprve rozjížděl na záchranné službě a já jsem si řekla, že když tento systém funguje tam, proč by nemohl fungovat i v nemocnici? Zdravotníci v nemocnici jsou rovněž vystavováni stresovým situacím a stejně tak i rodinní příslušníci se zde musejí vyrovnávat s mnoha smutnými informacemi. Peer kurz jsem absolvovala na NCONZO v Brně. Byl to pro mě docela zásadní životní zlom. Donutilo mě to přehodnotit některé věci ve svém životě. Peer totiž musí být jednoznačně v psychické a fyzické pohodě. Musí umět pracovat sám se sebou, myslet na osobní duševní hygienu. Stejně důležité v roli intervenenta je uvědomit si svůj postoj k umírání, ke smrti a k tématům spojeným se smrtí, jako jsou sebevraždy, umírání dětí a další. I já jsem proto musela najednou uvnitř sebe najít odpovědi na mnoho otázek a sama sebe se zeptat, zda budu umět pracovat s těmito tématy. Když jsem si byla jistá, pokračovala jsem dál a absolvovala i kurz intervenenta. Společně s PhDr. Humplem jsme pak SPIS a práci interventů představili náměstkyni Bc. Márii Dobešové a následně i MUDr. Šilhánovi. Díky těmto lidem jsou služby interventů a peerů ve FNO čím dál více využívány. Začátky však nebyly jednoduché,“ vzpomíná Martina Vzorková, DiS., která začínala jako peer a intervent v době, kdy pracovala na Popáleninovém centru FNO.

„Především ve využívání služeb peerů, které jsou určeny jen zdravotníkům, převažovala zpočátku velká nedůvěra, a ještě stále přetrvává. Zaměstnanci nemocnice se obávají oslovit peera a svěřit se mu se svým problémem. Nevěří, že jde o zcela anonymní službu, která je opravdu bezpečná. Například když mají na pracovišti potíže s nadřazeným, bude zachována jejich anonymita. Stále se proto snažíme zdůrazňovat, že je to opravdu zcela anonymní kolegiální podpora, například



při reakcích na stresovou, nadlimitně zátěžovou situaci nebo jako prevence syndromu vyhoření. Jsem také jen zdravotní sestra, nejsem žádný psycholog nebo psychiatr, ale znám toto prostředí, dokážu se vcítit do problematiky a jsem proškolená, takže v mnoha případech mohu být podporou při řešení problému.“

Stejně tak si zdravotníci pomalu zvykali i na intervenční službu, zpočátku trvalo, než si uvědomili, že mohou interventy volat nejen ve chvíli, kdy musejí sdělit rodině smutnou zprávu o úmrtí blízkého člověka, ale třeba i ve chvílích, kdy sdělují komplikované nebo onkologické diagnózy nebo špatné prognózy. I v těchto situacích se rodinní příslušníci často neumí vyrovnat s danou skutečností, neví, jak reagovat a pod vlivem stresu si nepamatují mnohé vyřčené informace, potřebují někoho, kdo

by s nimi tyto emoce sdílel, vyslechl je, informace znovu zopakoval, kdo by na ně měl čas. A ten interventi mají. „Často s těmito lidmi jen tak sedíme a mlčíme do chvíle, než sami začnou komunikovat. Ale jsme tam s nimi v jejich těžkých životních chvílích.“

Tak jako se pracovníci například akutních oborů musejí vyrovnávat s nadlimitně zátěžovými situacemi, tak i interventi. Zůstanou emoce spojené s intervencí... „Loni jsem poprvé intervenovala rodinu, které umíralo sedmileté dítě, a na to nezapomenete, emoce se vám dostanou takzvaně pod kůži,“

pokračuje Martina Vzorková, DiS., která sama služeb kolegů peerů využila, a to nejednou. „Stejně tak i intervence v rámci hromadných havárií, kde je najednou více bolestí a emocí v jednom okamžiku, jsou vypjatější než jiné a vyžadují následnou pomoc peera. Peer podporu jsem využila i při řešení obtíží v osobním životě. Považuji za velmi důležité tyto problémy a emoce se sebe dostat, vypovídat se někomu, kdo problému porozumí a bezpečně provede danou situaci. Stejně důležitá je i sebepečie, proto se snažím v rámci možností sportovat, chodím do přírody, na masáže a věnuji se synovi, rodině a činnostem, u nichž si pročistím hlavu.“

V rámci peer péče nyní Martina Vzorková uspořádala na svém pracovišti hematoonkologie, kde se zaměstnanci musejí vypořádávat s mnohdy smutnými událostmi, setkání s peery a psychologem.

„Je náročné zorganizovat to tak, aby většina zaměstnanců byla přítomna, ale má to smysl. Samozřejmě jde o dobrovolné setkání, nikoho k tomu nemůžeme a nechceme nutit. Zatím se nám podařilo se sejít jen jednou. Povídali jsme si na téma umírání, probírali komunikaci s umírajícím a s pozůstalými a samozřejmě jsme se zaměřili na sebepečie. Reakce zúčastněných byly vesměs pozitivní. Snažíme se takto pečovat o naše zaměstnance, aby nedocházelo k syndromu vyhoření, nenosili si starosti domů a aby věděli, jak s problémy pracovat. V těchto aktivitách se budeme nadále snažit pokračovat. Pokud by i jiná oddělení nebo kliniky měly zájem o podobná setkání, kontaktujte našeho koordinátora,“ dodává Martina Vzorková a uzavírá povídání poděkováním koordinátorovi Mgr. Radimu Němcovi: „Jsme vděční za to, že se o intervenční tým stará a zařizuje vše potřebné, byť to s námi interventy nemá vždy lehké.“

Pokračování příště.

Lenka Hatlapatková

FNO FAKULTNÍ NEMOCNICE OSTRAVA

Zasáhla vám do života tragická událost?

Fakultní nemocnice Ostrava

www.fno.cz

FNO FAKULTNÍ NEMOCNICE OSTRAVA

Pomoc obětem trestných činů v Ostravě

Fakultní nemocnice Ostrava

www.fno.cz

Ústav medicíny katastrof

Ústav medicíny katastrof LF OU (ÚMK) je výukovým a vědeckým pracovištěm Lékařské fakulty Ostravské univerzity. Je společným pracovištěm Traumatologického centra Fakultní nemocnice Ostrava a LF OU a slouží k zajištění teoretické a praktické výuky studentů LF a ke komplexnímu řešení následků hromadných neštěstí a katastrof jak přírodních, tak antropogenních.

LF OU akreditovala, jako první lékařská fakulta v republice, medicínu katastrof do základní výuky studentů medicíny. Podnětem pro výuku byl narůstající počet dopravních a hromadných úrazů a zvyšující se nebezpečí biologických a chemických havárií a pandemií s potřebou zaměřením se na inovativní léčebné postupy v ošetřování pacientů postižených katastrofou, včetně krizového řešení teroristických útoků a trvalých následků jak tělesných, tak duševních. Cílem výuky je i výcvik studentů v praktických dovednostech k zajištění péče o zraněné při hromadných neštěstích a pandemiích a nácvik zajištění bezpečnosti ošetřujícího personálu.

Součástí výuky medicíny katastrof jsou i přednášky externích vyučujících z válečných konfliktů v Afghánistánu a nácviky život zachraňujících výkonů válečné chirurgie.

Základní výuka předmětu medicína katastrof probíhá na Traumatologickém centru FNO a v prostorách Edukačního centra FNO a Institutu medicíny katastrof FN Ostrava.

Traumatologické centrum FN Ostrava (TC FNO) je akreditováno MZ ČR jako superspecializované pracoviště ČR zajišťující úrazovou péči v ošetřování a léčení polytraumat a těžkých úrazů pro dospělé v Moravskoslezském kraji (zhruba 1,2 milionu obyvatel) a pro ošetřování polytraumat a těžkých úrazů dětí i z Olomouckého kraje (vyhláška MZ ČR č. 3/2016 z 8. února 2016).

Součástí komplexní superspecializované úrazové péče o polytraumata je i řešení hromadných úrazů a jejich následků, s nimiž má TC FNO dlouhodobě bohaté zkušenosti, které byly opakovaně oceněny nejen vedením Moravskoslezského kraje, ale i vládou ČR (výbuch mostu Pionýrů v Ostravě v roce 1972, tramvajové neštěstí v roce 2008 ve Vřesině, vlaková neštěstí v letech 2008 a 2015 ve Studénce, důlní katastrofy). Na řešení těchto závažných katastrof TC FNO velmi úzce spolupracovalo se všemi záchrannými složkami Integrovaného záchranného systému MSK. Všechny tyto praktické zkušenosti jsou předávány v rámci výuky medicíny katastrof studentům LF OU, a to i v praktických cvičeních, kde si studenti mohou na modelech vyzkoušet nové operační a ošetřovatelské techniky (damage control surgery).



Výuka medicíny katastrof je na LF OU soustředěna nejen do týdenního cyklu v pátém ročníku studia, ale prolíná se i s výukou úrazové chirurgie již od prvního až třetího ročníku v rámci klinické a topografické anatomie a čtvrtého a pátého ročníku v rámci výuky všeobecné a úrazové chirurgie.

ÚMK ve spolupráci s lékaři TC FNO zajišťuje teoretickou i praktickou výuku i nelékařských oborů (zdravotnických záchranářů, radiologických asistentů, fyzioterapeutů, ergoterapeutů, intenzivních sester), kde jsou studenti seznámeni s problematikou současné organizace úrazové péče v ČR a s cílem praktické i teoretické přípravy studentů i k řešení následků hromadných neštěstí a katastrof.

Ke zkvalitnění výuky studentů LF bylo v roce 2016 ve FNO na TC z projektu, který byl spolufinancován Evropskou unií, reg. č. CZ.1.10/3.1.00/04.01502, vybudováno moderní výukové centrum, které kromě praktické výuky studentů LF umožňuje v přímém přenosu sledování ošetřování polytraumat



rodni účastí, a to v rámci mezioborové spolupráce medicíny katastrof již 5. trilaterální sympozium s policií a orgány činnými v trestním řízení a soudními lékaři a soudci, dále 5. bilaterální sympozium a TC FNO je pořadatelem Národního kongresu České společnosti úrazové chirurgie, kdy v roce 2016 proběhne již 13. ročník. Na všech těchto kongresech a sympozích si lékaři a zdravotníci pracovníci vyměňují své zkušenosti z diagnosticko-léčebných postupů se zahraničními kolegy



a dalších operací na operačním sále, včetně diskusí s operátory s možností zajištění televideo přenosů i mimo areál.

ÚMK zajišťuje i postgraduální vzdělávání lékařů a sester a dalších zdravotnických pracovníků v zavádění nových léčebných a operačních metod a ošetřovatelských postupů v úrazové chirurgii, pořádáním workshopů s praktickým nácvikem nových operací na modelech. Praktická cvičení jsou pravidelně opakována dvakrát až třikrát ročně pro lékaře a zdravotní sestry z celé ČR. Vzdělávací kurzy jsou akreditovány ČLK a POUZN, a to nejen pro zavádění nových operačních metod v léčení úrazů u dětí a dospělých, ale součástí výuky jsou i modelové situace s nácviky pooperační péče o poraněného, včetně pokynů pro ošetřovatelskou domácí péči, pro které TC vydává informační brožury.

ÚMK LF OU společně s TC FNO v rámci dalšího vzdělávání zdravotnických pracovníků také pořádá každoročně celostátní vědecká sympozia s meziná-

a seznamují se s novými operačními a diagnostickými metodami, a to nejen v medicíně, ale i v kriminalistice a právu a dalších společenských vědách.

Nezanedbatelnou částí medicíny katastrof je i výzkum nových operačních metod a osteosyntetických materiálů ke zkvalitnění léčebné péče a ke snížení úmrtnosti zraněných při hromadných neštěstích, a to s využitím nových zdravotnických technologií k zajištění bezpečnosti nejen postižených, ale i zdravotnického personálu (chemické a biologické látky, infekce, pandemie atd.).

ÚMK ve vědě a výzkumu nových medicínských technologií úzce spolupracuje nejen s výzkumnými organizacemi MSK, z nichž nejdůležitějším partnerem je Vysoká škola báňská – Technická univerzita v Ostravě, a to jak v oblasti biomedicínského inženýrství, tak v oblasti biomechanické, s výzkumem nových materiálů, včetně využití metod nanotechnologie a monitorace zraněných při hromadných úrazech, tak s firmami k výrobě nových přístrojů a monitorovacích metod, včetně inovací současných ošetřovacích postupů s robotizací. Pokračování příště.

- red -

Široký a stabilní registr

„Naším cílem je vytvořit co nejširší a nejstabilnější registr,“ zdůrazňuje primárka Krevního centra FNO doc. MUDr. Zuzana Čermáková, Ph.D., s tím, že jedním z kroků, jak toho docílit, je dostat myšlenku dárčování krve co nejvíc do povědomí veřejnosti. „Proto jsme například začali dárce a naše příznivce oslovovat i prostřednictvím facebooku, který je osvědčeným a neustále se rozšiřujícím komunikačním prostředím. A proto jsme v loňském roce zvolili k vytvoření nového odběrového místa tak frekventované místo, jakým je ostravský Avion Shopping Park. Přítomnost detašovaného pracoviště Krevního centra FNO ve vyhledávaném obchodním centru je jasným signálem, že chceme být stávajícím i potenciálním dárčům co nejbližší. A že jim nabízíme maximální komfort v podobě moderního odběrového místa v atraktivní lokalitě, jež jim umožní spojit čas strávený odběrem s příjemným vyřízením osobních záležitostí a nákupy.“ Detašované odběrové místo Krevního centra FNO, jež se nachází ve druhém podlaží nákupního centra – nedaleko výstupu z podzemních garáží a v bezprostřední blízkosti pánského koutku –, je zaměřeno na odběr plazmy. Z důvodu zachování vysoké úrovně odběru a zajištění naprosté

bezpečnosti dárců i kvality vyráběných transfuzních přípravků je určeno kvalifikovaným dárčům, kteří už odběrem krve nebo dárčevským odběrem plazmy prošli. Pracoviště je v provozu od pondělí do pátku od 9 do 19 hodin a nastaveny jsou zde čtyři odběrové cykly dopoledne a čtyři odpoledne s polední pauzou. Samotný odběr trvá přibližně 50 minut, během té doby je dárce odebráno zhruba 650 až 800 ml plazmy. Dárce se mohou objednat v krevním centru na půdě fakultní nemocnice, k odběru plazmy se pak dostaví do ostravského Avion Shopping Parku.



- Připojte se na <http://www.facebook.com/KrevFNO>
 - Bezplatná telefonní linka pro dárce krve i plazmy 800 260 004.
 - Krevní plazma je tekutá, jantarově nažloutlá složka krve, její neobjemnější část. V těle zdravého člověka je zhruba 3 až 3,5 litru krevní plazmy. Ta je z 90 procent tvořena vodou, zbytek tvoří organické látky – plazmatické bílkoviny, hormony, enzymy, vitaminy, glukóza, anorganické soli atd. Plazma slouží jako médium pro přenos cukrů, lipidů, hormonů, metabolických produktů, v omezené míře i kyslíku a oxidu uhličitého. Krevní plazma je významným regulátorem acidobazické a osmotické rovnováhy, navíc obsahuje a přenáší látky podporující srážení krve a její obsah proteinů je důležitý pro zachování osmotického tlaku. Při poklesu obsahu bílkovin v plazmě se z krevního řečiště do tkání dostává příliš mnoho tekutiny a důsledkem jsou otoky. Odběr krevní plazmy se nazývá plazmaferéza.
- Zdroj: Wikipedie

Poliklinika má nový výtah

Pokračování ze strany 1

Jde o výtah typové řady Eiltab dodaný firmou Výtahy Ostrava, která byla zároveň generálním dodavatelem stavby. Subdodavatelskou činnost v podobě přístavby prosklené ocelové konstrukce k objektu polikliniky a zároveň vytvoření chráněné únikové cesty pro případ požáru prováděla firma Bohumínská stavební. Výtah je evakuační a splňuje podmínky pro transport osob včetně pacientů na lůžku. Výstavba probíhala za plného provozu

polikliniky. Celkový objem stavebních prací byl 7,8 milionu korun bez DPH. Termín ukončení prací a zahájení provozu nového výtahu je plánován na květen 2016 po provedení všech zkoušek funkčnosti chráněné únikové cesty. Jedním z důležitých aspektů této přístavby je fakt, že nyní mohou být v budově polikliniky vyměněny všechny vnitřní, už značně archaické výtahy, jejichž provoz nemohl být doposud z důvodu jejich obrovské vytiženosti zastaven. V tomto roce by

mělo dojít k výměně alespoň dvou ze čtyř dosluhujících výtahů.

V plánu je zateplit tzv. spojovací krčky mezi poliklinikou a diagnostickým centrem a rovněž zrekonstruovat staré schodiště do polikliniky (chodba k operačním sálům oční kliniky). Vedení FNO opět požádalo o finanční pomoc v rámci dotací na zateplování budov ze SFŽP.

Ing. Jindra Strakošová,
Foto na straně 1: Jana Gojová

Poděkování

Můžete být pyšní!

Dne 12. února jsem ve večerních hodinách navštívil úrazovou ambulanci vašeho centrálního příjmu. Následně jsem strávil noc na jednotce intenzivní péče traumatologie a dále jsem byl do 19. února hospitalizován na standardním oddělení traumatologie, stanici A.

Jsem také zdravotnický pracovník, pracuji ovšem v jiném zdravotnickém zařízení. Ale to, co jsem během hospitalizace zažil a viděl ve vaší nemocnici, mi nedovolí neposlat alespoň několik řádků. Považuji za svou povinnost vám sdělit, že na tato svá oddělení můžete být pyšní! Reakcí na zkušenost s vaší nemocnicí mohu shrnout do jediného slova – DĚKUJI! Všechen zdravotnický personál, lékaři i nelékařští zdravotničtí pracovníci, jsou skuteční profesionálové. A svou práci odvádějí vždy s úsměvem.

Jsem přesvědčen, že všichni zdravotníci, se kterými jsem během hospitalizace přišel do kontaktu, plně naplňují krédo vaší nemocnice "Špičkové léčení, spokojený pacient". Já za sebe mohu říci, že toto bylo naplněno bezesbýtky.

Poděkování se samozřejmě týká také pracovníků oddělení centrálního příjmu i radiodiagnostiky. Profesionálem může být mnoho lidí, ale já měl to štěstí, že všechen váš personál k profesionalitě přidává empatii, lidský a přátelský přístup, ochotou

tu a v nemálo případech i úsměv. Tolik potřebné atributy v péči o nemocné. A to vše jsem ve vaší nemocnici našel.

Proto si dovoluji před zmíněnými kolektivy smeknout a vyjádřit své DĚKUJI!

Domínik Novotný

Vlídny přístup

Chtěla bych poděkovat za vyšetření MUDr. Marciánem a následný pobyt na neurologické klinice ve dnech 4. až 8. března. Byla jsem přijata pro chronický třes horních končetin trvajících od listopadu 2014. Na základě vyšetření mi byla upravena medikace a třes značně ustoupil. Děkuji všem sestřím za vlídny přístup a zejména pak ošetřujícím lékařům MUDr. Marciánovi, MUDr. Čábalovi a MUDr. Ressnerovi, Ph.D. Věřím, že i poslední záchvěvy třesu vymizí.

Ing. Pavla Čermáková

Laskavost a ochota

Chtěla bych MUDr. Vronskému a také sestřičkám, paní Evě Kováčové, Lukáčovi a všem ostatním na centrálním příjmu poděkovat za laskavý, ochotný a profesionální přístup k pacientům. Velice si vážím všech, kteří pomáhají s úsměvem a ochotou v těžkých chvílích.

Ludmila Vachová

Ulevili jste tělu i duši

Vyjadřuji svůj vděk za profesionální a především lidský přístup, kterého se mi ze strany MUDr. Martina Čábalu, sestřičky Miroslavy Macurové a dalšího personálu dostalo 5. dubna na neurologické pohotovosti. Ulevili nejen mému tělu. Potěšili mou duši. Jejich laskavého chování a projeveného zájmu si velice považujuji.

Anna Křivá

Poděkování za trpělivost

Vážená redakce, chtěl bych poděkovat za nevšední lékařskou péči hned dvěma odděleními Fakultní nemocnice Ostrava, a to příjmovému oddělení a kardiovaskulárnímu oddělení, část A. Děkuji všem lékařům za velkou trpělivost a všem milým a obětavým sestřičkám za nevšední péči o své mnohdy problémové pacienty. Přeji vám všem mnoho pevných nervů, pevného zdraví a v neposlední řadě také to, abyste se po dlouhých a náročných směnách vždy vraceli do svých domovů plných pohody.

František Minx

Blahopřejeme

V květnu slaví významné životní jubileum naši kolegové:

Karla Grocholová
Věra Homolová
Alena Trojková
Hana Dvřivá
Věra Hawliczková
Naděžda Hrzůvová
Miloslava Martínková
Jaroslava Kachyňová



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

Inzerce zdarma

- Prodám či krátkodobě pronajmu byt 3+1 po rekonstrukci v blízkosti FNO. Byt je možno propojit s vedlejším bytem 2+1. Cena 1 299 000 Kč. Tel. č. 724 096 724.
- Pronajmu rodinný dům 3 a 1/2 + 1 se zahradou a garáží v Ostravě-Mariánských Horách, květen 2016, informace na tel. č. 606 736 020.
- Tenisová škola v Porubě, nedaleko FNO, nabízí tenisové základy pro děti i dospělé, tenisovou školičku i tréninkové hodiny pro začínající i pokročilé. Od března na venkovních dvorcích, Sokol Poruba, Vřesinská 93. Kontakt: Ing. Petr Vlk, tel. č. 604 133 228, e-mail: vlk_petr@post.cz.

Cestovní agentura Posedlost s.r.o.

www.posedlost.cz

Domov sester – 14. p.

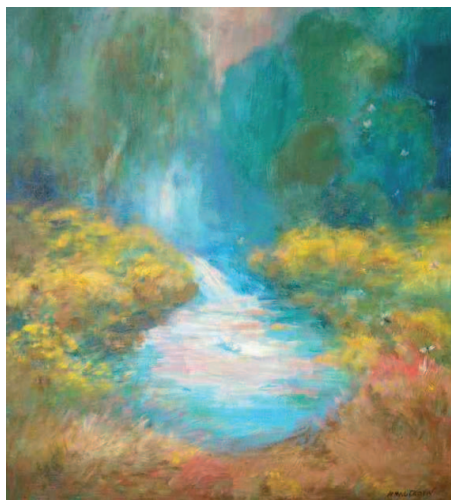
596 633 291, 774 784 094

Galerie Ametyst

Svět klidu a pohody

V Galerii Ametyst pokračuje výstava prací akademické malířky Heleny Hruškové-Štefkové, jejíž díla vyzařují klid, pohodu a příjemnou atmosféru prosluněného nedělního odpoledne.

- red -



Ke štěstí a spokojenosti stačí jen chvílička



Jedna hodina týdně s dobrovolníkem je pro opuštěné seniory často jedním z nejhezčích zážitků. Dobrovolníkem může být každý, kdo chce potěšit potřebné ve svém blízkém okolí. Zahrát si karty, jít na procházku do parku, předčítat knihu, povídat si o rodině a dění ve městě, dát si společně čaj nebo kávu... Tak nějak může vypadat i vaše dobrovolnictví. Svůj čas můžete věnovat seniorům, kteří žijí sami ve svých domácnostech nebo v domovech pro seniory, pomoc potřebují také lidé s postižením v chráněném bydlení i hospitalizovaní pacienti v nemocnicích. Každý dobrovolník si může vybrat, kam bude docházet a jak často. Hledáme lidi, kteří chtějí dělat dobro s námi pro druhé. Více informací na tel. č.: 605 784 584, zájemci se mohou hlásit také v sídle Dobrovolnického centra ADRA Ostrava na Jiráskově náměstí 4, a to každou první středu v měsíci od 13 do 17 hodin nebo podle domluvy.

Zapojte se do maratské štafety

RunFest

Týmy zaměstnanců Fakultní nemocnice Ostrava se pravidelně účastní různých běžeckých akcí. Tentokrát se nemocnice chce zapojit do prvního ročníku běžeckého festivalu Craft Runfest Ostrava, který se uskuteční 25. září (více informací o závodě najdete na www.runfest.cz). Pokud se rozhodnete naši nemocnici v maratské štafetě Craft Runfest Ostrava reprezentovat, musíte sestavit šestičlennou štafetu a zaslat její název ve tvaru FNO – název pracoviště, kontaktní osoba (kapitán) a jména členů štafety na e-mail: nikola.jankova@fno.cz nejpozději do 20. června 2016. Všechny štafety pak budou za Fakultní nemocnici Ostrava hromadně zaregistrovány a bude za ně zapláceno startovné. Bližší informace a přihlášky: Mgr. Nikola Janková, oddělení vzdělávání, kl. 4063.

Nový běžecký projekt Craft Runfest Ostrava organizuje Maraton klub Seitl Ostrava a SSK Vítkovice. Hlavním tahákem pro běžce je možnost zajistit si účast na slavném maratonu v New Yorku, veřejnost může zažít skvělou festivalovou atmosféru přímo v centru města. „Záříjový termín jsme zvolili kvůli příjemnému počasí pro dlouhé běhy, končí také atletická sezona a na start tak dokážeme přilákat kvalitní domácí maratonce i jména ze zahraničí. Jsem zvědav, kteří dva vytrvalci budou mít to štěstí a získají hlavní cenu tomboly – účast na



City Marathon New York. Ten se koná v listopadu, proto půjde až o účast v roce 2017,“ říká prezident závodu a guru ostravského běhu Otto Seitl. První ročník odstartuje na Masarykově náměstí, zázemí sportovci najdou v Trojhalí. Velká část trati povede podél řeky Ostravice a pak Komenského sady, tedy největším parkem v centru města. „Připravili jsme atraktivní a co nejméně komplikovanou trať, abychom běžcům kromě zážitku z Ostravy umožnili zaběhnout i dobrý čas,“ doplňuje ředitel festivalu Oldřich Zvolánek z SSK Vítkovice. - red -

TENTO ZPRAVODAJ TISKNE

Czech Print Center



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

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