

MAGAZÍN

č. 32 | jaro 2025

 **NEMOCNICE
SUMPERK**





NAŠÍ PRIORITOU JE VAŠE ZDRAVÍ



LÉKÁRNA NEMOCNICE ŠUMPERK

Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk

✉ lekarna@nemocnicesumperk.cz



+420 **583 334 542**

OBSAH

Chtěli jsme vybudovat nemocnici, do které budou lidé přicházet s maximální důvěrou 4

Vývoj hospodaření Nemocnice Šumperk 8

V loňském roce se narodilo nejvíce Honzíků a Elišek 10

První miminko v Šumperku: na malého Kryštofa čeká doma devět sourozenců 10

Tváře naší porodnice 11

Studenti nahlédli do zákulisí nemocnice 12

Láska nás spojuje 13



Odpoledne s porodní asistentkou 13

Neslyším v naší nemocnici nově pomáhají on-line tlumočníci 15

Excimerové světlo 17

Z Nebrasky až do Šumperka 17

Golf můžete hrát od tří do sta let, už dávno to není sport pro snoby 18

Zjistit příčinu kožního onemocnění je někdy tak trochu „detektivní“ práce 21

Den podle jiných pravidel 23

Přežila jsem oboustrannou plicní embolii 25

Rodinná nemocnice 27

Zasedání kolegia MAPO academy 31

10 nejvýznamnějších investic do zdravotnické techniky za 10 let Nemocnice Šumperk 33

Pacientská cesta není jen ortopedie, je to princip péče o pacienta v naší nemocnici 38



**NEMOCNICE
ŠUMPERK**



Nekuřácká
nemocnice

Vydává Nemocnice Šumperk a.s.
Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk
IČO: 47682795
Vychází 4 × ročně.
Toto číslo bylo vydáno 20. dubna 2025.
Evidenční číslo: MK ČR E 23591
E-mail: magazin@nemocnicesumperk.cz
Web: www.nemocnicesumperk.cz
Foto: archiv Nemocnice Šumperk



Chtěli jsme vybudovat nemocnici, do které budou lidé přicházet s maximální důvěrou

Čas letí pozoruhodně rychle. Věřili byste, že letos na jaře to bylo přesně deset let, kdy za chod a budoucnost šumperské nemocnice převzal absolutní odpovědnost MUDr. Martin Polach, MBA? Do pozice jediného vlastníka vstupoval s plným vědomím, že to nebude úloha lehká. Navíc v té době nemohl nikdo tušit, jak tvrdým zkouškám bude nemocnice vystavena, zejména kvůli pandemii COVID-19 a skokovému nárůstu cen energií v důsledku války na Ukrajině. Nejenže obě obtížné výzvy zvládla, ale zároveň prošla obdivuhodnou proměnou, díky které se postupně stala vyhledávaným zdravotnickým zařízením. O zhodnocení uplynulých deseti let i výhled do budoucnosti jsme požádali právě MUDr. Martina Polacha, MBA.



MUDr. Martin Polach, MBA

■ *Zcela nová epocha nemocnice začala 1. dubna 2015. Vzpomínáte si ještě na první momenty po převzetí plné a nedělitelné odpovědnosti za šumperskou nemocnici?*

Pamatuji si to úplně přesně. Slíbil jsem, že se nemocnice bude po všech stránkách rozvíjet, že bude poskytovat péči na co

nejvyšší úrovni, kterou dovoluje její umístění. Deklaroval jsem rozvoj stávajících a zavedení nových zdravotnických oborů. Také jsem přislíbil co nejlepší možné přístrojové vybavení. Ale tím nejdůležitějším úkolem pro mne vždy bylo vybudování kvalitního a odborného týmu lékařského

i nelékařského personálu. Bez toho by veškerá další snaha neměla žádný efekt. Všechno naše úsilí směřovalo k tomu, abychom vybudovali kvalitní a bezpečné zdravotnické zázemí pro všechny obyvatele širokého regionu. V našem případě jde o spádovou oblast čítající přes dvě stě tisíc obyvatel. To není malé číslo. Chtěli jsme pro ně vybudovat nemocnici, do které budou lidé přicházet s maximální důvěrou.

■ Jak se Vám podařilo z celkového pohledu Vaše předsevzetí naplnit?

Myslím si, že se za uplynulými deseti lety mohu, společně se svými spolupracovníky, ohlédnout s uspokojením. Určitě je možné udělat některé věci lépe, to platí vždy. Ale když vezmu v úvahu dva roky boje s pandemií, které naše plány výrazně zbrzdily, nebo energetickou krizi, v jejímž důsledku třeba jen v roce 2022 vyrostly náklady na energie o více než 40 milionů korun, tak si myslím, že jsme udělali maximum možného. Chtěl bych také říci, že nikdy nebylo naším cílem vytvářet konkurenční prostředí Fakultní nemocnici Olomouc, kterou zcela respektujeme jako vyšší odborné pracoviště. Naopak jsme rádi, že se nám podařilo navázat skvělou spoluprací. Musíme si být všichni vědomi toho, že za některými vysoce odbornými zákroky budeme muset vždy cestovat na specializovaná pracoviště, která budou vybavena špičkovými diagnostickými i léčebnými přístroji a budou mít nejlepší lékaře v daném oboru. Je nereálné, aby veškerými kapacitami disponovala každá nemocnice. My jsme se rozhodli pro významný rozvoj péče o centrální pohybový aparát, především kloubní náhrady s následnou rychlou rehabilitací. Velké úsilí věnujeme trvale rozvoji gynekologicko-porodnického oddělení a s ohledem na demografický vývoj a stárnoucí populaci jsme v posledních letech také významně navýšili kapacitu ošetrovatelských lůžek. Kromě toho jsme se stali centrem biologické léčby, kterou pacientům poskytujeme na gastroenterologickém, kožním, očním i neurologickém oddělení.

■ Nejviditelnější jsou na první pohled vždy stavební investice. Které z nich v uplynulém desetiletí považujete za nejdůležitější?

Naším prvním záměrem bylo vybudovat v Šumperku magnetickou rezonanci, a tím ušetřit pacientům cesty za vyšetřením do vzdálených nemocnic. To se nám skutečně podařilo a zbrusu nový pavilon jsme pojmenovali podle rezonance počátečním písmenem R. Od města jsme odkoupili chátrající budovu „staré chirurgie“ a proměnili ji na moderní pavilon P, špičkové pracoviště dlouhodobé následné péče o pacienty, kteří již opustili akutní lůžka. Opravili jsme také oba lůžkové pavilony, ve spolupráci s městem i budovu ředitelství a v posledních dvou letech pavilon E, známý jako „stará interna“, v němž bylo zřízeno špičkové oddělení akutní lůžkové rehabilitace. Většinu těchto budov jsme již dříve odkoupili od města a zařadili do našeho majetku. Pozorný návštěvník si také všimne venkovních úprav zeleně v celém areálu. Byli bychom rádi, aby se u nás všichni, kdo projdou areálem Nemocnice Šumperk, cítili dobře.

■ Jakou proměnou prošlo vnitřní vybavení na operačních sálech a odděleních?

Co nejrychleji bylo potřeba vybudovat bezpečný superseptický operační sál, což se dělo opět v zájmu posílení bezpečnosti pacientů a předcházení infekcím. To se nám podařilo velmi rychle v pavilonu C, kde jsou operační sály umístěny. Průběžně nakupujeme špičkové lékařské vybavení na všechna oddělení. Kromě magnetické rezonance jsme zakoupili i počítačový tomograf nebo novou skiagraficko-skioskopickou sklopnou stěnu. Že šlo o velmi smysluplnou investici se ukázalo právě v době covidu, kdy byl hlavní nemocniční rentgen vyblokován pro snímkování pouze covidových pacientů, a tak personál v jeden čas prováděl všechna ostatní rentgenová vyšetření na tomto přístroji. Nakoupili jsme nové operační stoly a investovali jsme také například do rozvoje oddělení anestezie a resuscitace. A nesmím zapomenout na investice, které zvýšily pohodlí našich pacientů. Například kompletní obměnu lůžek nebo nákup nových sanitních vozů. Také jsme otevřeli nové oddělení akutní lůžkové rehabilitace, a jak jsem již zmínil, stále se snažíme zlepšovat prostředí na porodních sálech i celém gynekologicko-porodnickém oddělení. Naším cílem je, aby se maminky cítily co nejvíce jako v domácím prostředí, a k tomu napomáhají například i nové, naprosto unikátní umělecké atmosférické prvky, které nám na míru vytvořil výtvarník Josef Zlamal. Těmi se můžeme pochlubit jako jediná nemocnice v Česku.

■ Také jste jako první nemocnice v Česku spustili několik zajímavých projektů...

Přesně tak. Velkým mezníkem pro nemocnici se stal projekt Pacientské cesty při totálních náhradách kloubů dolní končetiny za podpory firmy B. Braun. Jsem hrdý na to, že jsme se stali první nemocnicí ve střední Evropě, která projekt Pacientské cesty zavedla. Navíc jsme se stali mezinárodním referenčním pracovištěm, takže se k nám jezdí školit lékaři a zdravotníci z České republiky i ze zahraničí, které jsme Pacientskou cestou inspirovali, a kteří chtějí jít v našich stopách. Dalším velkým krokem směřujícím k bezpečnosti pacientů při operacích je bezesporu leasing špičkových operačních nástrojů. Nejde jen o fakt, že jsme si nástroje pronajali, ale hlavně o to, že máme smluvně zaručeno, že naše operační nástroje budou díky pravidelnému servisu stále ve špičkové kvalitě. A byla to právě naše nemocnice, která si operační nástroje s garancí trvalé špičkové kvality v Česku jako první pronajala, a i pro tento projekt se stala školícím centrem.

■ Změna, kterou si nemocnice v posledních deseti letech prošla, je nepřehlédnutelná. Jak velkou částku jste do ní dohromady investoval?

Celkové investice se za uplynulé desetiletí blíží k 1,5 miliardy korun. Ročně tak do nemocnice investujeme v průměru 150 milionů korun. Myslím, že takovými čísly se v České republice může pochlubit málokterá nemocnice našeho typu nebo velikosti. V rámci nákupu vybrané přístrojové technologie nebo zateplení některých pavilonů jsme využili možnost čerpat

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 5>

zdroje z evropských fondů, ale drtivou většinu finančních prostředků jsme investovali z vlastních zdrojů nemocnice.

■ **Proč jste se rozhodl do nemocnice investovat tak mohutné finanční prostředky?**

Souvisí to s výše uvedeným slibem, který jsem zmínil na začátku našeho rozhovoru. Bydlím tady už čtyřicet dva let a k nemocnici jsem měl vždy velmi blízko. Když jsem se stal jediným majitelem, přál jsem si, abychom v našem regionu společně vybudovali

nemocnici, která bude poskytovat kvalitní zdravotní péči. A to se nám, alespoň já jsem o tom pevně přesvědčen, podařilo. Nakonec každý vlastník se má o majetek starat. Vlastnictví majetku zavazuje a podle vzhledu domu či areálu lidé právem hodnotí jeho majitele. Na rozvoji nemocnice mi velmi záleží a jsem rozhodnut v rámci svých možností k němu přispívat i v dalších letech. Proto jsou už dnes na stole plány investic na příští léta.



■ **A jaké plány to tedy jsou?**

Chceme pokračovat v dalším budování a zvyšování kvality poskytované zdravotní péče. Na konci března jsme podepsali smlouvu o odkoupení dalších budov a pozemků. Jedná se o srdce nemocnice, pavilon C s urgentním příjmem a operačními sály. Ten byl projektován před 40 lety podle tehdejších norem a dnes již nesplňuje nároky na bezpečnou a kvalitní péči. Máme připraven návrh na rekonstrukci ve stovkách milionů korun. Bude to obrovská zátěž jak pro ekonomiku nemocnice, tak i pro samotný provoz, ale zodpovědně se na tuto novou situaci připravujeme. Součástí této ohromné investice je také řešení energocentra, včetně kvalitních záložních zdrojů, bez nichž by nemocnice vůbec nemohla fungovat. Loňské povodně ukázaly, že nemocnice musí fungovat i v krizové situaci, jakou je třeba dlouhodobý výpadek elektrické energie. My jsme do nákupu náhradních zdrojů elektrické energie již investovali několik milionů korun. Bohužel energocentrum bylo do nedávna ve vlastnictví města, investovat do něj můžeme začít až nyní, když jsme se stali vlastníky nemovitosti. A další prioritou je dopravní obslužnost v areálu, kterou bychom v následujících letech taktéž rádi vyřešili.

■ **V úvodu jste zmínil důležitost budování kvalitního pracovního týmu. Jak jste spokojen se současnou personální situací?**

Lidé budou vždy nejdůležitějším faktorem, který ovlivňuje kvalitu péče. Bez kolektivu erudovaných a zapálených lékařů,

sester i všech dalších podpůrných profesí by nemocnice nemohla fungovat. A jsem opravdu rád, že v současné době takový tým máme. Také díky tomu jsme mohli změnit a nově nastavit mnohé vnitřní procesy, které na první pohled nejsou vidět, ale pro kvalitu péče a bezpečnost pacientů jsou nesmírně důležité. Jsme téměř soběstační ve vyšetřování vzorků na mikrobiologii, biochemii i hematologii a poskytujeme naše služby i dalším subjektům. Naše nemocnice se stala centrem biologické léčby na několika odděleních. Všechny naše primariáty jsou dnes akreditovány jako výuková centra pro studenty posledních ročníků lékařských fakult. Jsme opakovaně nositelem certifikátu „bezpečná nemocnice“. Máme podepsanou smlouvu s Lékařskou fakultou UP Olomouc o vzdělávání našeho personálu. Významně jsme se podíleli na otevření Vyšší odborné školy zdravotnické v Šumperku. Důležitou součástí naší práce je také organizace vzdělávání, a to jak pro personál nemocnice, tak i pro odbornou a laickou veřejnost. V oblasti vzdělávání spolupracujeme s MAPO academy, která organizuje desítky akcí v průběhu roku. To vše přispívá ke zvyšování úrovně našich zaměstnanců i nemocnice a já jsem za tento rozvoj velmi rád.

■ **Během uplynulých let se výrazně a často měnily ekonomické podmínky pro provoz. Ceny energií, úhrady od pojišťoven, platové tarify atd. Jak se s těmito okolnostmi nemocnice vyrovnala?**

Tato část našeho úsilí je takřka neviditelná a je pravdou, že pacienta v podstatě nemusí zajímat. Pacient má nárok na kvalitní

odborné ošetření bez ohledu na cokoliv. Ale jednoduché to nebylo. Na jedné straně nás tvrdě zasáhly nárůsty všech nákladů, ale zvláště cen energií v desítkách procent. Proti tomu stály požadavky na zvýšení mezd. Je třeba si uvědomit, že naše provozní příjmy tvoří jen a pouze úhrady za zdravotnické výkony. Nejsme příjemci žádných přímých dotací z veřejných rozpočtů s výjimkou celostátně vypsaných grantů, v nichž musíme soutěžit s dalšími zájemci. Ty se týkají v drtivé většině pouze investic a vyžadují další spolufinancování. Díky specializaci a rozšíření péče, a tím i zvýšení počtu náročných výkonů, se nám podařilo během deseti let obrát nemocnice ztrojnásobit a počet zaměstnanců je dnes dvakrát vyšší, než byl v roce 2015. To vše nám umožňuje také slušně ohodnotit a stabilizovat náš personál.

■ *V posledních letech se v areálu nemocnice pořádají také kulturní a společenské akce, což není úplně obvyklé...*

Naším záměrem je od prvního dne také snaha vybudovat z nemocnice místo přátelské a otevřené veřejnosti. Opravdu rád vidím, když lidé sedí na lavičkách v parčíku a užívají si udržovanou zeleň v areálu. Stejnou radost jsme měli z návštěvy a spokojenosti všech návštěvníků při zahájení adventu, kde vystoupili mladí hudebníci a zpěváci ze ZUŠ Šumperk, šumperského dětského sboru Motýli a děti z Veselé školky. V areálu nemocnice se rovněž uskutečnil koncert v rámci Klášterních hudebních slavností, každoročně pořádáme den otevřených dveří se stovkami návštěvníků, plánujeme uspořádat v areálu i sportovní aktivity pro veřejnost a další zajímavé akce.

Také mnoho sportovních a kulturních aktivit v regionu přímo podporujeme v rámci programu společenské odpovědnosti firmy. Považujeme to za logické i proto, že v současné chvíli pracuje pro nemocnici tisíc pět set zaměstnanců a není mnoho rodin, které by neměly k nemocnici nějaký vztah. Proto si myslím, že nebudu přehánět, když řeknu, že jsme vlastně taková rodinná nemocnice.

■ *To je pěkná přihrávka na poslední otázku. Jako vlastník nemocnice jste svěřil její každodenní vedení a provoz do rukou svého syna. I když asi není v takovém případě vůbec jednoduché zhodnotit, jak si vede, pokusíte se o to?*

Jeho pozice vůbec není lehká. Je plně zodpovědný za chod nemocnice, veškeré břemeno každodenního provozu nese se svým týmem na svých bedrech. Je to práce, která ho i v důsledku náročných období, jimiž si nemocnice prošla, značně vyčerpává. Rozhodně to není něco, co by měl za odměnu. Ale vidím na něm, jak ho ta práce motivuje a naplňuje, a moc si toho vážím. Staví kolem sebe tým lidí, kterým může věřit, a ten ohromný rozvoj nemocnice je také výsledkem jeho práce. Věřte, že to opravdu nemá snadné, když musí některá rozhodnutí obhajovat přede mnou jako předsedou dozorčí rady. Ale pevně věřím, že vše, co společně děláme, je ku prospěchu našeho regionu a lidí, kteří v něm žijí. Byť můžeme mít na věci různé názory, oba máme stejný cíl. Aby se naše nemocnice stále rozvíjela, poskytovala kvalitní zdravotní péči a aby se v ní cítili dobře nejen naši pacienti, ale i zaměstnanci.

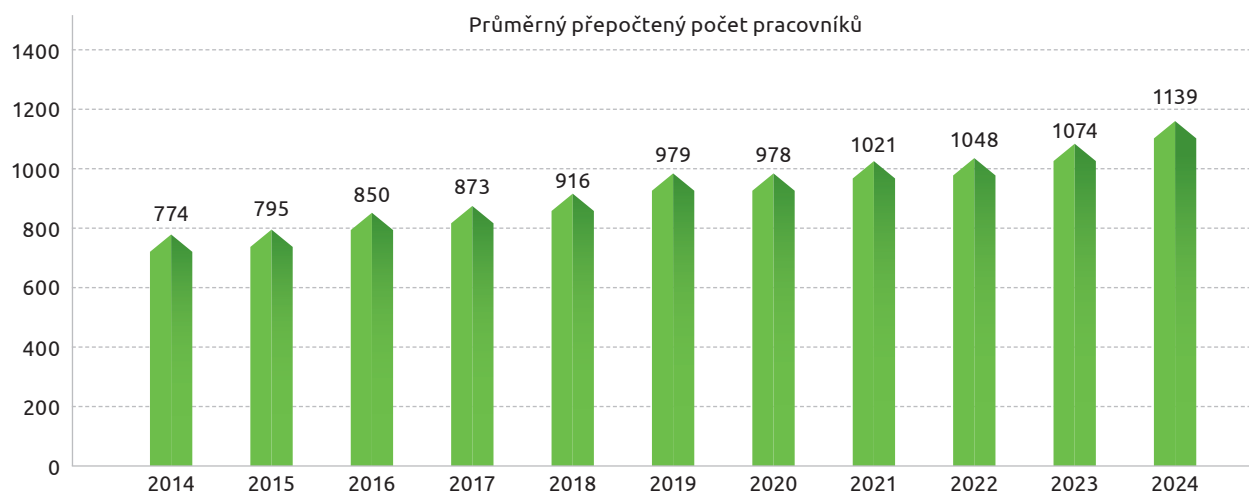


NEMOCNICE ŠUMPERK

Vývoj hospodaření Nemocnice Šumperk

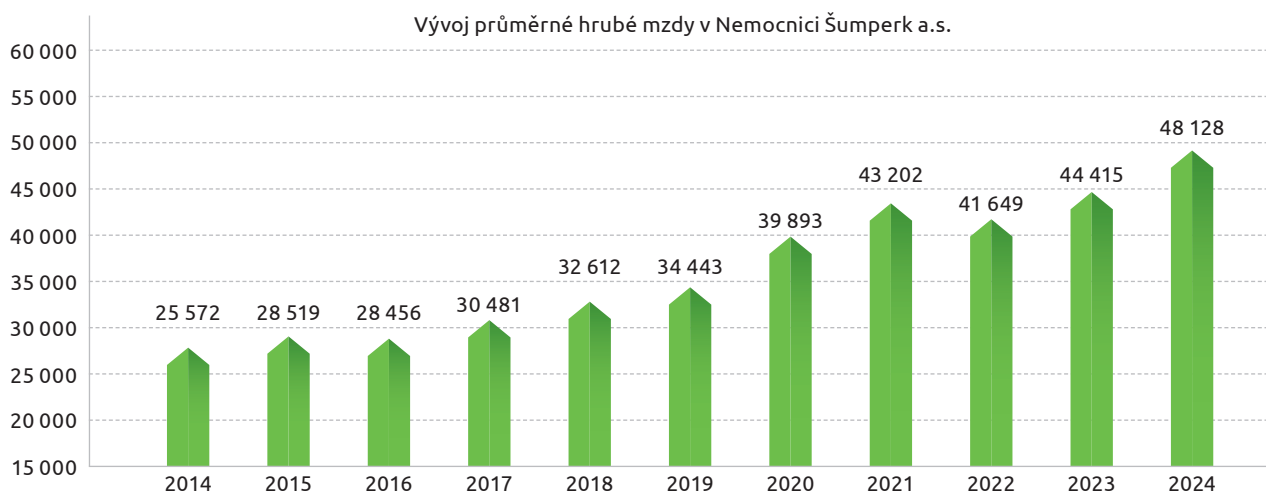
V dnešním rychlém světě přehlcném informacemi si někdy neuvědomujeme, co se vlastně kolem nás děje. Často si také děláme názor spíše na základě emocí a „zaručených zpráv“ bloudících prostorem. Proto je dobré se někdy zastavit a v klidu se podívat na několik vypovídajících čísel a ekonomických údajů, poskládaných do časové osy. Nabízíme takový pohled a srovnání, co se v naší nemocnici odehrálo za posledních deset let v grafické podobě.

Vývoj průměrného počtu pracovníků



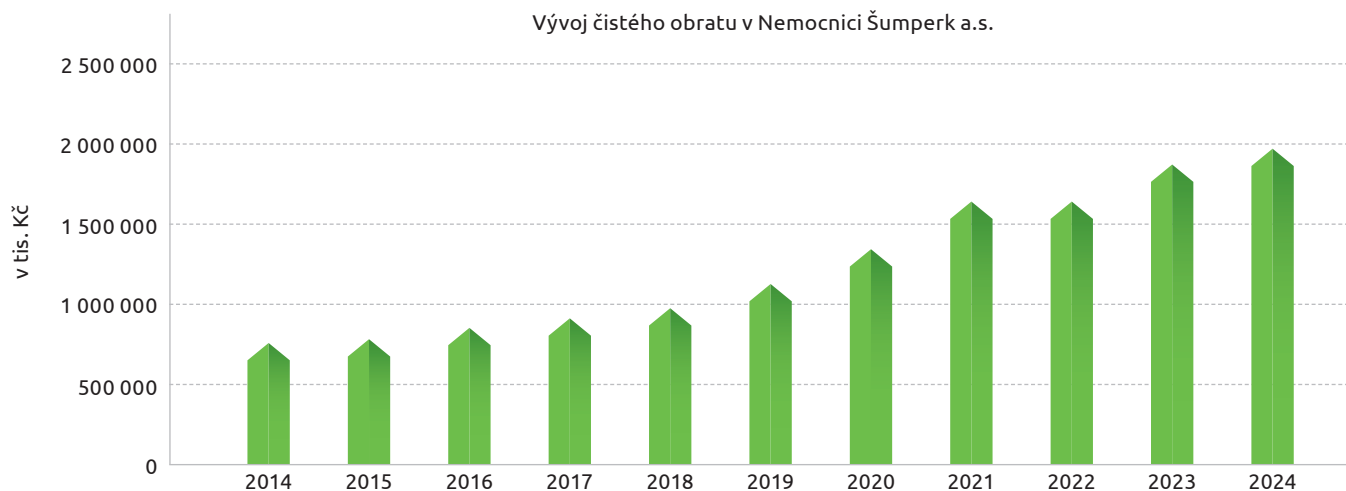
V grafu můžeme vidět, jak v posledních deseti letech stoupal počet zaměstnanců. Graf zobrazuje přepočtený počet na celý úvazek. Započteme-li všechny smluvní spolupracovníky i na částečný úvazek, blížíme se k číslu 1500 zaměstnanců.

Vývoj průměrné hrubé mzdy



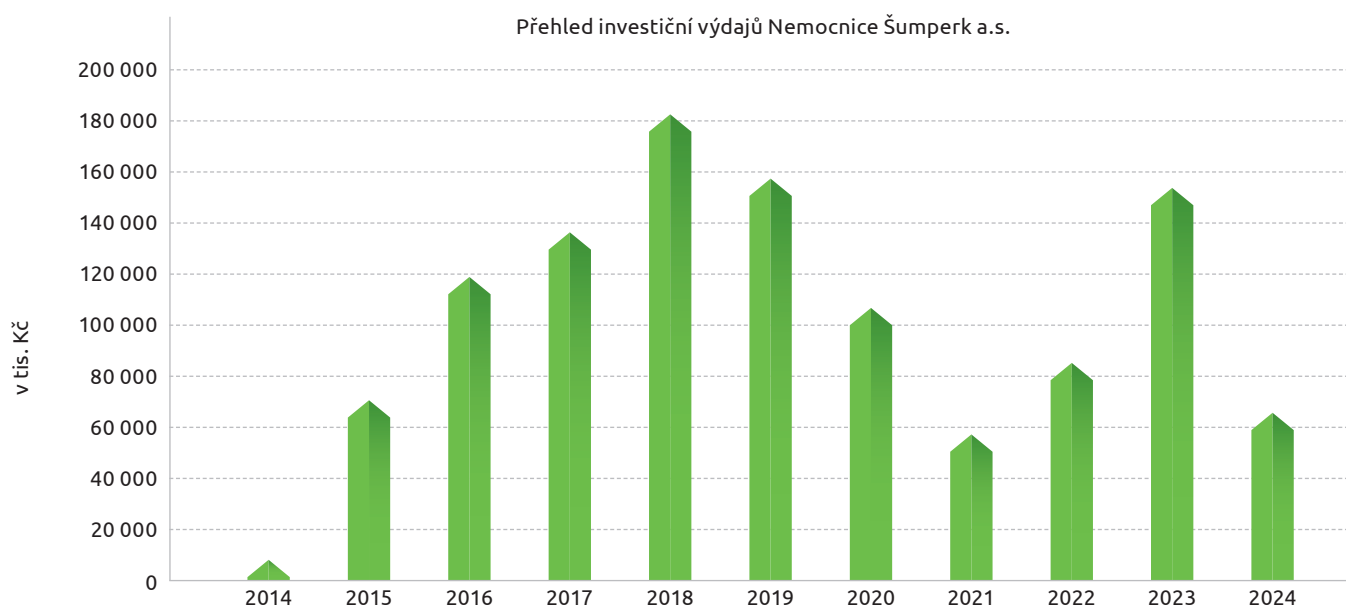
V tomto grafu je možno vidět, jak rostla průměrná hrubá mzda. Skokový nárůst v letech 2020 a 2021 je způsoben epidemií COVID-19 a s ní spojenými zvláštními odměnami za extrémní nasazení všech zaměstnanců nemocnice.

Vývoj čistého obrátu



Nárůst počtu zaměstnanců, rozšiřování zdravotnických služeb a růst mezd mají také vliv na zvyšující se celkový obrát financí, které protékají ekonomikou nemocnice. Nemocnice se blíží ke dvěma miliardám ročně.

Přehled investiční výdajů 2014 - 2024



A na závěr přehled investic do majetku nemocnice v průběhu desetiletí. Těmi největšími byly vybudování zcela nového pavilonu R s magnetickou rezonancí a kompletní rekonstrukce „staré chirurgie“, dnes nazvané pavilon P. Pokud je to možné, využívá nemocnice možnosti dotací. Hlavní břemeno však leží na samotné Nemocnici Šumperk a.s. A to největší nás teprve čeká...

V loňském roce se narodilo nejvíce Honzíků a Elišek

Celkem 657 dětem jsme v loňském roce pomohli na svět v naší porodnici. Co do statistiky pohlaví zvítězila děvčátka, v poměru 333 : 324. Dvakrát zažili rodiče také dvojnásobnou radost, když se v dubnu a v červnu v šumperské porodnici narodila dvojčátka.

Nejčastěji si maminky z porodnice loni odnášely Elišky, Viktorky a Sofie. Prvenství co do nejoblíbenějších chlapeckých jmen si stále drží tradiční česká jména. Zvítězilo jednoznačně jméno Jan, které pro svou ratolest loni zvolilo celkem 20 rodičů. Mezi velkými favority byli také Jakub, Štěpán, Matěj a Dominik. Objevila se však i jména méně tradiční. Loni tak pomáhali naši zdravotníci na svět například Florentýně, Polině, Evangelíně, Saimonovi, Sedrikovi nebo Charlesovi. Nejmenší miminko, které se u nás loni narodilo, byla holčička s váhou 1795 gramů. Naopak nejtěžším miminkem se stal chlapeček s váhou 4750 gramů. Nejmladší rodiče bylo 16 let, té nejstarší naopak 49.

První miminko v Šumperku: na malého Kryštofa čeká doma devět sourozenců



Prvním miminkem, které v novém roce přivítali naši zdravotníci na svět, se stal malý Kryštůfek. Narodil se dnes už desetinásobné mamince Ivaně Sovadinové, která i se svou početnou rodinou žije na okraji Šumperka. Společně s manželem, který se v loňském roce stal v Olomouckém kraji vítězem soutěže Podnikatel roku, mají firmu na výrobu dřevěných hraček. Devět z deseti dětí Ivany Sovadinové se přitom narodilo právě v naší porodnici. „Musím říct, že služby šumperské porodnice jsou pokaždé lepší a lepší. Nepřeháním, když je přirovnám ke službám pětihvězdičkového hotelu. Opravdu. Tady mohou maminky odpočívat,“ říká maminka malého Kryštofa s tím, že porod na Nový rok nebyl úplně v plánu. „V jedenáct večer jsem začala nečekaně rodit a o půlnoci jsme s manželem dojeli do šumperské porodnice. Na svět přišel ještě během dozívajících ohňostrojů, o to víc to byl slavnostnější pocit,“ usmívá se desetinásobná maminka.

Tváře naší porodnice



MUDr. Karel Huml

Primář gynekologicko-porodnického oddělení

V Nemocnici Šumperk pracuje od roku 2021. Vystudoval 3. lékařskou fakultu Univerzity Karlovy v Praze.

Zájmy:

cyklistika, skialpinismus, potápění, bojové sporty.

Motto:

Non gogoa, han zangoa. (Kde je vůle, tam je cesta.)

MUDr. Michal Procházka
Zástupce primáře
gynekologicko-porodnického oddělení

V Nemocnici Šumperk pracuje od roku 2009. Vystudoval Lékařskou fakultu Univerzity Palackého v Olomouci.

Zájmy:

sport, hlavolamy, programování a moderní technika.

Motto:

Dopadne to dobře.



Mgr. Anna Holinková

Vedoucí porodní asistentka

V Nemocnici Šumperk pracuje od roku 2000. Vystudovala Fakultu zdravotnických věd a Pedagogickou fakultu Univerzity Palackého v Olomouci.

Zájmy:

kolo, lyže, hory, cestování.

Motto:

Odbornost, důvěra a citlivá péče – základ moderní porodní asistence.



Studenti nahlédli do zákulisí nemocnice

Podpora mladých talentů je pro nás dlouhodobě jednou z priorit – a začátek nového roku se v tomto duchu skutečně rozjel naplno. V rámci tří různě zaměřených akcí jsme přivítali studenty gymnázií, mediky a další zájemce o zdravotnictví a umožnili jim zažít naši nemocnici zblízka.

Každý z těchto dnů měl svůj specifický program, ale vždy odstartoval společným setkáním – ať už formou snídaně či úvodní prezentace – během kterého účastníci získali základní přehled o vybraném oddělení, jeho týmu i provozu. Poté následovala prohlídka prostor a praktické ukázky.

Na **Dni s fyzioterapií** studenti gymnázií poznali každodenní realitu fyzioterapie v naší nemocnici. Primář MUDr. Tomáš Vilhelm jim přiblížil specifika oboru a nechyběla ani prohlídka ambulantní i lůžkové rehabilitace.

Den pro sestry pak přivítal budoucí zdravotnice se zájmem o perioperační péči. Kromě přednášek zkušených sester si děvčata

mohla v bezpečném prostředí vyzkoušet roli instrumentářky, včetně oblékání sterilního oděvu nebo manipulace s operačními nástroji.

Na **Ortopedicko-chirurgickém dni** pro mediky jsme se zaměřili na vysokoškolské studenty medicíny. Ti absolvovali komentovanou prohlídku ortopedie a chirurgie a společně s našimi lékaři probrali zajímavé případy z praxe.

Všechny návštěvníky jsme informovali o možnostech spolupráce, zaměstnaneckých benefitech, Studentské akademii či stipendijních programech.

Každá z akcí nabídla i prostor pro neformální networking – ať už během společného oběda, nebo v případě mediků i při závěrečném posezení v restauraci Šumpercana.

Děkujeme všem účastníkům i našim kolegům, kteří se na akcích podíleli. Těší nás zájem mladé generace a už teď se nemůžeme dočkat dalšího společného setkání!



Láska nás spojuje

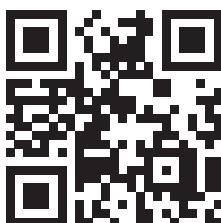


Láska má mnoho podob. Někdy se skrývá v drobných gestech, jindy ji můžeme vidět i v těch větších. A my jsme měli v únoru hned dvě příležitosti k tomu, ji vyjádřit. Ke Světovému dni nemocných jsme rozsvítili okna našeho pavilonu B do tvaru srdce. Chtěli jsme tak vyslat symbolický vzkaz všem, kdo bojují s nemocí, že nejsou sami. Jen o pár dní později přišel den svatého Valentýna, na který jsme si připravili jedinečnou koláž z fotografií našich kolegů. Každý snímek byl malým dílkem skládačky, která dohromady vyjadřovala naši společnou péči a oddanost pacientům. Děkujeme všem kolegům, kteří se do našich projektů zapojili, a pomohli šířit lásku nejen uvnitř nemocnice, ale i mimo ni.

Odpoledne s porodní asistentkou

Loni v květnu jsme společně vytvořili krásnou tradici, ve které rádi pokračujeme i letos – odpoledne s porodní asistentkou. V pondělí **16. června, od 14:00 do 17:00 hodin** se tak společně setkáme už potřetí. Přijďte si za námi do kongresového sálu (pavilon C, 2. patro) dát kávu, něco dobrého na zub a při té příležitosti si popovídat.

Spektrum témat bude opět široké, od předporodní tematiky až po tu poporodní. Budou se na vás také těšit porodní asistentky, které si s vámi rády popovídají o možnostech tejpování, těhotenských masážích, aromaterapii nebo využití rebozo šátku. **Svoji účast nám prosím potvrďte předem pomocí QR kódu níže.**





DEN ZDRAVÍ

6. 5. 2025

S NEMOCNICÍ ŠUMPERK A MAPO ACADEMY V MĚSTSKÉ KNIHOVNĚ T. G. MASARYKA V ŠUMPERKU

Vážení a milí, všichni, kdo se zajímáte o zdravý životní styl, prevenci onemocnění či hledáte radu pro první pomoc, duševní zdraví nebo samoléčení. **Nemocnice Šumperk a MAPO academy** ve spolupráci s **Městskou knihovnou T. G. Masaryka Šumperk** vás zvou na mimořádnou akci pro veřejnost **DEN ZDRAVÍ**.



DOPOLEDNÍ PROGRAM je věnován základním školám. Žáci mimo přednášku na téma duševního zdraví absolvují workshop o aktuálních trendech výživy a stravování s **PharmDr. Margit Slimákovou**.

Součástí programu pro žáky bude i **nácvik KPR, první pomoci při úrazech a náhlých stavech**, stejně tak i **hygiena rukou** jako prevence infekcí.

ODPOLEDNÍ PROGRAM PRO VEŘEJNOST

15.00 - 19.00 | Pestré odpoledne pro zdraví a se zdravím...

15.00

Prostor před knihovnou- zahájení Dne zdraví

- ♥ Představení sportovních klubů a rozhovory s představiteli jednotlivých sportů
- ♥ Rozcvička s fyzioterapeuty
- ♥ PRO-BIO, obchodní společnost s r.o. ze Starého Města Vás pozve k ochutnávce a prezentaci
- ♥ SÝRÁRNA - specializována prodejna sýrů a regionálních potravin představí regionální produkty
- ♥ Návštěva sanitky Nemocnice Šumperk
- ♥ Sportovní aktivity klubů (golf – patování, baseball – hod a chytání míče)

15.30

Velký sál

- ♥ Beseda o zdravé výživě s **PharmDr. Margit Slimákovou**

17.00

Velký sál

- ♥ Duševní zdraví a jak si jej mohou udržet – Mgr. Barbora Kotrlá, ThLic. Mgr. Jana Nováková, Ph.D.

16.30

Malý sál

- ♥ Porodnice Nemocnice Šumperk – vše pro budoucí maminky

17.30

Malý sál

- ♥ Lékárna Nemocnice Šumperk – samoléčení a jak na něj

18.00

Malý sál

- ♥ Nutriční terapeutky Nemocnice Šumperk - s čím vám pomůžeme v naší nutriční ambulanci

18.30

Malý sál

- ♥ MAPO home care - domácí péče pro pacienty na Šumpersku

Prostory knihovny

- ♥ Nácvik KPR, první pomoci při úrazech a náhlých stavech, stejně tak i hygiena rukou jako prevence infekcí
- ♥ Prezentace půjčovny zdravotnických potřeb
- ♥ Analýza složení těla na přístroji InBody



Neslyšícím v naší nemocnici nově pomáhají on-line tlumočníci

Ztratit sluch je pro řadu lidí obrovským problémem. A co teprve, když neslyšící potřebuje například akutní zdravotní péči a musí se nějak dorozumět s personálem. Velkým pomocníkem v takové situaci může být služba, s jejíž pomocí se neslyšícímu pacientovi podaří snáz překonat komunikační bariéru. A právě takovou službu, konkrétně on-line tlumočení do znakového jazyka, nabízí nově neslyšícím pacientům také naše nemocnice.



Novou službu si mohou neslyšící pacienti spustit s pomocí speciálního QR kódu, který najdou na čtyřech desítkách míst po celé nemocnici. Novinka funguje na principu přenosu znakového jazyka s pomocí kamery. „Když si pacient načte QR kód, spojí se s tlumočnickem nejpozději do deseti minut. Díky tlumočnickovi se pak domluví s lékařem či zdravotní sestrou na všem, co je potřeba. Nová služba je neslyšícím pacientům v nemocnici k dispozici prakticky nepřetržitě. K jejímu spuštění stačí pouze chytrý mobilní telefon nebo tablet a datové připojení, které zajistí kvalitní spojení. Připojení a možnost spojit se s tlumočnickem případně zajistí i naše nemocniční Wi-Fi,“ přibližuje novou službu vedoucí oddělení řízení kvality Nemocnice Šumperk Ing. Martina Klimková, MBA.

V Nemocnici Šumperk najdou neslyšící samolepky s QR kódem například na urgentním příjmu, na všech odděleních, ambulancích, v lékárně i dalších frekventovaných místech.

Novou službu mohla nemocnice neslyšícím nabídnout díky zapojení se do projektu Bezbariérová nemocnice. Překonat komunikační bariéru pomáhají neslyšícím tlumočníci znakového jazyka z Unie neslyšících Brno. Velkou výhodou nově spuštěného projektu je zároveň fakt, že neslyšící pacienti mohou komunikovat se zdravotnickým personálem bez rodinných příslušníků i bez nutnosti rezervovat si s dostatečným časovým předstihem službu tlumočnicka. „Jsme moc rádi, že tento projekt vznikl, a že díky němu můžeme neslyšícím pacientům usnadnit komunikaci s našim personálem. Věřím, že toto odstranění bariér pomůže, jak jim, tak našim zaměstnancům,“ uzavírá Martina Klimková.

PODPOŘÍME VÁS NA CESTĚ KE ZDRAVÍ



PODMÍNĚNÉ
PREVENTIVNÍ
PROHLÍDKOU



OČKOVÁNÍ



PODPORA
PŘI NEMOCI



PREVENCE
ONEMOCNĚNÍ



DÁRCI



K PORODU
A PO PORODU

**PŘÍSPĚVKY
NA PREVENCI**

Myslíme na všechny naše klienty.
Každému přinášíme způsob,
jak podpořit to nejdražší,
co máme – vlastní zdraví.

www.vzp.cz/vyhody



Excimerové světlo



Dokáže vygenerovat přesně cílený paprsek, který dopadá pouze na postižené místo a neohroží zdravou kůži. Řeč je o excimerovém světle, které nově využívají kolegové v naší kožní ambulanci. Toto světelné záření je několikanásobně intenzivnější než u jiných druhů UV lamp. Eliminuje poškození buněk a zlepšuje syntézu pigmentu. Tím pomáhá především u lupénky, vitiliga, kožních ekzémů nebo ložiskové alopecie. Pro jeho vysokou účinnost, časovou nenáročnost a minimální vedlejší účinky se jedná o velmi efektivní způsob léčby. Pacienti obvykle pozorují viditelné zlepšení již po 2 až 3 týdnech. Před zahájením léčby tímto přístrojem je však samozřejmě nutná vstupní konzultace s lékařem.

Kožní ambulance Nemocnice Šumperk
(pavilon F, 1. patro):

tel.: 583 332 551

email: kozni@nemocnicessumperk.cz

Pro telefonické objednání prosím volejte
pondělí - pátek, 7:00 - 8:00 a 13:00 - 14:00 hodin.

Z Nebrasky až do Šumperka

Podepsali jsme další významné memorandum. Tentokrát s Fakultou zdravotnických věd (FZV) Univerzity Palackého v Olomouci. Společně se budeme v následujících letech zaměřovat zejména na rozšíření uplatnění zahraničních studentů nelékařských zdravotnických oborů fakulty. A začali jsme hned v lednu! V pondělí 13. ledna jsme u nás v nemocnici přivítali 14 studentek ošetrovatelství z University of Nebraska at Kearney v USA. Společně se zástupci FZV jsme je provedli po našich nejdůležitějších odděleních a ukázali jim, jak to u nás chodí. Studentky byly nadšené – mohly si vyzkoušet první pomoc, jedna z nich si dokonce jako suvenýr odvezla sádku, našťastí jen cvičnou. Moc se těšíme, co dalšího naše spolupráce přinese.



Golf můžete hrát od tří do sta let, už dávno to není sport pro snoby

Rapotínská stráž má zajímavou historii. Pamětníci si na ní pravděpodobně vybaví sovětské tanky, obrněné transportéry a vojáky. Za „dočasného pobytu sovětských vojsk“ sloužilo území od roku 1968 až do počátku devadesátých let minulého století jako vojenské cvičiště. Poté, co se podařilo po více než dvaceti dvou letech „dočasnost“ naplnit, poslat vojáky domů, odstranit munici a vyčistit půdu od oleje a nafty, proměnila se stráž na několik let v motokrosové kolbiště. Nakonec se vedení Rapotína rozhodlo území zklidnit a ve spolupráci s golfovými nadšenci, Jaroslavem Hufem a jeho synem Martinem, se v posledních letech proměňuje stráž v golfové hřiště. A protože vedení klubu pracuje skvěle s mládeží, rozhodla se nemocnice v rámci programu společenské odpovědnosti, prevence a podpory aktivit, které rozvíjejí zdravý rozvoj dětí, zahájit spolupráci s Golf clubem Rapotín a stát se partnerem golfové mládeže. O celý areál se stará golfový profesionál Martin Huf, srdcař a nadšenec, který ví o golfu téměř všechno.



■ *Golf už dávno není sport pro snoby*

„Golf je možné hrát od tří do sta let a nemusí to být vůbec finančně náročné. Investice nemusí být vyšší než u jiných sportovních aktivit. To, že je golf jen pro snoby, je jeden z mýtů minulosti, kterých kolem sebe můžeme díky tvrdošíjnému opakování slyšet hodně,“ říká na začátku našeho povídání Martin Huf. Jeho slova potvrzují všichni, kdo měli možnost na golfovém hřišti někdy hrát. Kdysi to byl sport pro bohaté,

dnes už to určitě není pravda. Je mnoho míst a příležitostí, kde je možné si zahrát golf za rozumnou cenu. Kompletní vybavení pořídíte za pár tisíc, klidně z druhé ruky, vstupné do golfového areálu není drahé, někde je dokonce zdarma s podmínkou zakoupení kbelíku míčků, jehož cena začíná na padesáti korunách. Začátečnickům úplně stačí tři hole, které si mohou na hřištích i půjčit. Existují veřejná hřiště, kde zaplatíte 200 korun a můžete hrát na devítijamkové akademii celý den.



Nejbližší najdete blízko Olomouce. Začátečnický kurz, který vás naučí základním dovednostem, stojí v Rapotíně na hodinu a půl pod vedením zkušeného instruktora 350 korun.

■ **Golf je zdravý sport, hrát se dá v jakémkoliv věku**

Do dnešních dnů se mnoho lidí dívá na golf trochu přes prsty, vidí ho jen jako nějaké chození po polích s občasným úderem nějakým klackem do míčku. Martin Huf se usmívá a přináší jiný pohled na golf jako sport: „Golf můžete hrát v jakémkoliv věku a na jakékoliv výkonnostní úrovni, to je velká výhoda. Co se týče sportovního výkonu, není to tak fyzicky náročné jako například vytrvalostní běh, ale navíc musíte přidat přemýšlení, soustředění a koordinaci celého těla.“ Dodejme, že na to, abyste prošli celým golfovým hřištěm s osmnácti jamkami, budete potřebovat minimálně pět hodin a ujdete za tu dobu několik kilometrů. Každý chybný úder znamená jednu, nebo více ran navíc, takže procvičíte i celé tělo. Domů se vrátíte překvapivě příjemně unaveni a také motivováni k tomu, abyste příště zahráli lépe. Pokud byste se chtěli věnovat golfu profesionálně, pak věřte, že deset hodin denně na golfovém hřišti je minimum, které budete muset vrcholovému výkonu věnovat.

■ **Proč by měli rodiče přihlásit své děti právě na golf?**

Je to komplexní sport. Učíte se koordinaci, nenásilně zlepšujete fyzické předpoklady, soustředění, cílevědomost... Golf snoubí

rozvoj motoriky, ale také etického chování, disciplíny, sociální dovednosti a přátelství, trpělivosti a sebekontroly. Golf má i významný výchovný vliv. Trenéři samozřejmě rozvíjejí u svěřenců fyzickou zdatnost. Skákání přes švihadlo, házení míče a další nenásilné posilování je součástí tréninku. Významné místo má rovněž rozvoj strategického myšlení. Občas hrají trenéři s dětmi během tréninku i šachy právě se zaměřením na rozvoj strategie, představivosti a taktiky. Učí se také finanční gramotnosti a základům stolování. „Správný golfista nejen sportuje, ale odnáší si i pevné základy do života. Hlavním cílem je, aby byly děti úspěšné nejen ve sportu, ale i v životě,“ dodává k tématu Martin Huf.

■ **Zájem ze strany rodičů roste**

„Náš klub se rozvíjí teprve tři roky. Rodiče postupně přivádí děti, seznamují je s golfem, zdarma pořádáme ukázkové tréninky pro děti, počet účastníků roste“, chválí Martin Huf. Nejmladší pravidelně trénující hráči mají tři a půl roku. Jak se s takovými golfovými „batolaty“ pracuje? „Hrají si, učí se orientovat v prostředí, občas do toho zapojí i golf, někdy je víc zajímavá, jak roste travička. Ale jsou s námi v krásném přírodním prostředí a nasávají golfovou atmosféru,“ směje se Martin Huf.

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 19>

■ Již po třech letech práce dosáhli hráči krásných výsledků

Golf club Rapotín dokazuje, že i menší sportovní oddíl může dosahovat velkých úspěchů na národní i mezinárodní úrovni. Systematická práce přinesla řadu významných ocenění a potvrzení vysoké úrovně hráčů. O tom svědčí výsledky, kterých dosáhli hráči již za tak krátkou dobu.

Jedním z největších úspěchů bylo vynikající šesté místo na Mistrovství ČR družstev v kategorii chlapců do 18 let. GC Rapotín, malý klub z Moravy, se tak zařadil mezi špičkové týmy v republice a potvrdil svou rostoucí prestiž na domácí golfové scéně.

Dalším velkým úspěchem byl postup mužského týmu do první ligy, tedy druhé nejvyšší soutěže v Českém golfu. Tento milník dokazuje vynikající formu týmu a jeho připravenost měřit se s těmi nejlepšími.

Hned několik hráčů GC Rapotín se umístilo na předních příčkách oficiálního amatérského žebříčku České Golfové Federace. Mezi nimi vyniká Daniel Ulman, který obsadil 19. místo v kategorii dorostenců.

Na mezinárodní golfové scéně zazářil Tomáš Šmiček, který se umístil na výborném 2. místě v oficiálním žebříčku Slovenské Golfové Asociace. Díky svým výkonům si vysloužil zařazení do golfové reprezentace Slovenska.

■ Budoucnost Golf klubu Rapotín

S výše popsanými výsledky se Golf club Rapotín řadí mezi nejperspektivnější kluby v Česku. Trenéři se nadále soustředí na rozvoj mladých talentů a posilování pozice na domácí i mezinárodní golfové scéně. „Naším záměrem je také dobudovat v co nejkratším čase devítijamkové hřiště. Zatím můžeme trénovat plnohodnotně odpal, chipp shot, tedy krátkou přihrávku, a navazující závěrečné údery do jamky neboli putting na greenu. Pevně věřím, že již letos budeme moci nabídnout zájemcům i hru na několika upravených plnohodnotných drahách“ uzavírá plány klubu Martin Huf.

Nezbývá než držet palce, ať se plán podaří. A příští sezóna ať přinese ještě větší úspěchy!



Zjistit příčinu kožního onemocnění je někdy tak trochu „detektivní“ práce

Choroby kůže postihují téměř 90 % populace. Ovlivňují kvalitu našeho každodenního života ať už svým rozsahem nebo závažností. Nejen to bylo tématem našeho podcastu *Další prosím*, do kterého přijal pozvání vedoucí kožní lékař z olomoucké kliniky MAPO care MUDr. Michal Vallo.



■ Pane doktore, s jakým kožním problémem se na Vás pacienti obracují nejčastěji?

V tuto chvíli je to asi nejčastěji atopický ekzém, který se nejen vlivem nepříznivého počasí zhoršuje. Potom jsou to onemocnění jako seborrhoická dermatitida, lupénka, akné. Změna počasí přináší většinou i změnu projevů kožních onemocnění.

■ Není to občas trochu „detektivní práce“, zjistit příčinu kožního onemocnění?

Je to přesně tak. Zároveň je to i důvod, proč jsem si ve čtvrtém ročníku na medicíně vybral tento obor. Profesor nás tehdy učil, že kožní lékařství je vlastně taková badatelská investigativní práce. Není to jen o tom, co je na kůži viditelné, ale i o tom, co je uvnitř. Pacient, který přijde do kožní ambulance, se soustředí na kožní projevy, které ho trápí. Už ale nevidí, že má zároveň napadená játra nebo žaludek. Proto bychom měli s každým pacientem provést komplexní anamnézu a pátrat po příčině.

■ Platí to tak vždycky, že je příčina kožních projevů uvnitř?

Nemusí to tak být vždy. Například akné je většinou způsobené bakteriemi, které žijí na povrchu kůže, ale může za ním stát také stres.

■ Jak v kožní ambulanci hledáte tu stresovou příčinu?

Rozhovorem s pacientem. Není možné jej „odbýt“ ve dveřích, ale promluvit s ním. Když odpovídá jednoslovně, tak poznáme, že jej něco trápí. Delším rozhovorem zjistíme, že tam je nějaká psychická zátěž. Stává se to poměrně často.

■ Jak se v takových případech postupuje? Spoluprací s psychologem?

Ano. Je to samozřejmě vždy formou doporučení lékaře, aby si pacient zabezpečil psychologickou, eventuálně psychiatrickou pomoc. Což společně s naší nasazenou léčbou přináší vynikající výsledky.

■ Má i životní styl obecně vliv na naši pokožku?

Rozhodně. Je třeba poslouchat své tělo a to, o co si říká, mu dát. Nemyslím dávat si každý den chipsy, musíme mít nějaké hranice, ale sem tam si je dát určitě můžeme. Velmi důležitý je samozřejmě spánek, alespoň 7-8 hodin. A jak všichni asi ví – pravidelně se stravovat, hydratovat, nestresovat se, důležitý je také pohyb. A potom skincare (péče o pleť).

■ Jak by měla vypadat správná skincare rutina?

Ráno podle typu pleti umýt obličej buď vodou nebo čistícím gelem, můžete použít sérum a pak krém s SPF (i v zimě!), na obličej ideálně SPF 50+. Pomáhá předcházet předčasnému stárnutí pleti, pigmentovým skvrnám a rakovině kůže.

Večer pak vše důkladně odličit, pleť vyčistit gelem (tady to platí pro všechny), zase můžete použít sérum a svůj oblíbený krém, na noc třeba s kyselinou hyaluronovou nebo retinolem.

pokračování na následující straně >



Tým kožní ambulance olomoucké kliniky MAPO care

Doporučuji také na osušení obličeje použít papírové kapesníčky, případně mít speciální ručník na obličej, který budete denně vyměňovat.

■ *Liší se péče o pokožku v létě a v zimě?*

Ano, v zimě je lepší používat hutnější krémy obsahující oleje, díky kterým je pokožka lépe ochráněná před nepříznivými venkovními vlivy. Záleží ale na typu pleti. V létě stačí většinou lehčí gelové krémy.

■ *Aktuálně jsou velmi oblíbené různé vitamíny a doplňky stravy, například kolagen. Co si o nich myslíte, pomáhají vůbec?*

Vitamíny určitě pomáhají. Vypíchnul bych třeba vitamín D, kterého máme obecně nedostatek, hlavně v zimě. Na vypadávání vlasů jsou pak dobré doplňky s obsahem metioninu.

Co se týče kolagenu, tam je to ovšem s otazníkem. Existuje množství různých studií s různými výsledky. Jedna studie končí závěrem, že kolagen má na pleť jasný vliv, jiná zase, že nemá vůbec žádný. Je ovšem dokázané, že má příznivý vliv na naše klouby. Je to tedy na vašem zvážení.

■ *Jaký názor máte na různé estetické procedury a zákroky? Nedávno jsem slyšela, že si ženy nechávají aplikovat botox „preventivně“ a v poměrně nízkém věku. Funguje to tímto způsobem?*

Do jisté míry ano. Pokud máte na čele jemnou začínající vrásku a necháte si aplikovat botulotoxin, tak se tolik „nezalomí“ jako bez něj. Pokud už máte ale dlouhodobou zalomenou mračivku, je těžší ji dostat pod kontrolu. Já se estetice ale tolik nevěnuji, specializuji se na obecnou dermatologii, nemoci. Každopádně estetické zákroky budou v budoucnu určitě nedílnou součástí péče o sebe, protože trend ve společnosti je vypadat lépe a lépe. Dalším tvrzením, které se teď často skloňuje, je, že odrazem kondice našich střev je naše kůže.

Je to pravda. Střevní mikrobiom se odráží na naší kůži. Můžete si všimnout, že když například jeden den vypijete hodně alkoholu nebo sníte něco, co vám neudělá úplně dobře, tak vás samozřejmě bolí břicho, ale zároveň máte druhý den více akné nebo se vám zhorší to kožní onemocnění, s nímž se léčíte.

■ *Dovolte nám trochu osobnější otázku. Vy jste studoval medicínu na Slovensku. Jak jste se ocitl u nás na Moravě?*

V rámci pátého ročníku na medicíně jsme měli možnost vycestovat na Erasmus a jeden semestr absolvovat v zahraničí. Já jsem měl na letní semestr odjet do Itálie, ale pár týdnů předem se to z nějakého důvodu zrušilo. Mohl jsem si ještě vybrat z toho, co zbylo, a tak jsem odjel do Česka, do Olomouce. Pracoval jsem na Hradisku, které je v prostorách kláštera. Mám rád umění, takže se mi toto prostředí moc líbilo. Pak do toho samozřejmě přišla láska, a jak to tak bývá, nakonec jsem se rozhodl zůstat.

■ *Pokud by Vás chtěli naši čtenáři / posluchači navštívit, kde Vás najdou?*

Ordinuji na klinice MAPO care v Olomouci, je to nádherná prosklená budova v ulici třída Kosmonautů. Dveře máme všem otevřené. Je třeba se telefonicky objednat, tak si na každého pacienta vyhradíme dostatek času, ovšem pokud má člověk akutní potíže, může přijít i bez objednání.

Nově také nabízíme vyšetření znamének ve firmách. Zaměstnavatel si nás může zdarma objednat, já přijedu s dermatoskopem přímo do firmy a vyšetřím zaměstnance tam. Je to velice výhodné v tom, že pracovníci nemusejí opustit brány firmy (nepotřebují propustku) a vyšetření je za pár minut hotové.

Záchyt melanomu je opravdu vysoký i u mladých lidí. Doporučuji se objednat a chodit na pravidelné preventivní prohlídky.

Den podle jiných pravidel

Radeček se narodil jako zdravé miminko. Zhruba do dvou let prospíval stejně, jako jeho vrstevníci. Pak ale rodiče začali vnímat velké změny v jeho chování – nechtěl se nechat chovat, přestal říkat „máma“, měl neobvyklé pohyby rukou. Jeho maminka, paní Franková, tehdy oběhla všechny možné doktory a specialisty, kteří nakonec došli k tvrdé diagnóze – porucha autistického spektra a mentální retardace. Radečkův vývoj se zastavil zhruba ve dvou letech. Nemluví, sám se o sebe nepostarává. Dnes je mu třináct let. Má staršího bratra Jiříka a mladší sestru Laurinku. S jeho diagnózou se musela celá rodina naučit žít. Paní Franková nám vyprávěla, jak vypadá jejich běžný den.



Každý den začíná stejně. Ráno vstává paní Franková mezi pátou a půl šestou, podle toho, zda je nutné zatopit. Z předchozího dne musí mít vše nachystané: oblečení na hromádkách, sbalenou tašku i snídani pro Radečka. Má asi půl hodiny pro sebe, než jde budit děti. Obléká zároveň Rádu i Laurinku, dělají základní hygienu a Ráda jde v mezičase na nočník. Na klasický záchod chodit nechce. Paní Franková si obléká bundu ve spěchu, až když stojí děti nachystané u dveří. Laurinka snídá ve školce, Radečkovi chystá do školy vlastní jídlo. Dnes mu sbalila koblihu s meruňkovou náplní a doufá, že ji sní. To, že ji chtěl předchozí dva dny, totiž vůbec neznamena, že ji bude chtít i dnes. Koblihu musela paní Franková koupit v jednom konkrétním obchodě. Různé řetězce totiž používají různé suroviny a postupy, a tak se výsledná kobliha liší ve stupni propečení, mastnotě, těstu i hustotě marmelády. A Radeček má rád pouze jeden konkrétní typ, každou odlišnost pozná a odmítne.

Když jsou všichni připraveni, nasedají do auta a po sedmé hodině vyjíždějí. Jsou z Červené Vody, takže to mají do Šumperka 26 kilometrů. V autě musí mít Ráda u sebe tablet, aby si mohl celou cestu pouštět oblíbené reklamy a znělky seriálů. Dnes má dobrou náladu, takže po cestě také kouká ven z okna na dopravní značky, které má moc rád. Jedou stejnou cestou každý den, jakékoliv vychýlení z rutiny by mohlo Radečka rozhodit. Po osmé hodině přijíždějí před školu v ulici Třebízského. Sem do SŠ, ZŠ a MŠ Šumperk chodí Ráda od tří let a paní Franková doufá, že do ní bude moci chodit co nejdéle. Maximum je však do šestadvaceti let. Pak už bude kromě případných kroužků a pobytů (které ale nejsou vůbec levnou záležitostí) jen s maminkou doma.

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 23>

Paní Franková odvede Radečka dovnitř a odváží do školky také Laurinku.

Ve škole má Radeček snídani, dopolední program a oběd. Dnes je čtvrtek, takže si jej kolem půl druhé vyzvedává asistent z Dětského klíče Šumperk. Tato organizace poskytuje sociální služby osobám s poruchou autistického spektra a jejich rodinám. Radeček sem chodí na několik různých kroužků: pohybový, muzikoterapii, vaření a od jara do podzimu jezdí také na koníky. Dnes jedou do prostor Městské knihovny TGM Šumperk, kde se nachází místnost pro terapii snoezelen. Jedná se o speciálně upravenou místnost, která pomocí světelných a zvukových prvků vyvolává příjemné smyslové prožitky. Radečkovi se tu moc líbí. Kolem půl čtvrté si paní Franková u knihovny syna vyzvedává a vyráží na cestu k domovu.

V autě musí mít Radeček samozřejmě svůj tablet s písničkami. Když projíždějí standardní trasu, na jedné z křižovatek začne ukazovat střídavě na svou pusku a pak směrem na Olomouc. „Do McDonaldu dnes nepojedeme, Radečku, až příště,“ reaguje maminka. Syn má stále dobrou náladu,

takže se s touto odpovědí spokojí a dál kouká z okna na dopravní značky.

Když dorazí domů, začne maminka Radečka vysvlékat. On ale ještě v bundě utíká do kuchyně, kde jí ukazuje, jaké těstoviny by si dnes dal. Miluje těstoviny. Musí je mít po škole každý den, je to jeho rituál. Po tom, co je dojí, si vytáhne krabici s plastovými dopravními značkami. Prohlíží si je a staví je do řady. Neustále kontroluje, zda jsou v rovině. Když je hotov, shrne je zpět do krabice a začne znovu. V průběhu odpoledne přijde mnohokrát jen tak obejmout maminku a dát jí pusku. Mnoho osob s poruchou autistického spektra nemá fyzický kontakt rádo, což ale není Radečkův případ. Rád své city druhým projevuje objetím i polibkem.

Kolem sedmé hodiny večerní je Ráda vykoupáný a po večeři. Dostane tabletu melatoninu, který mu pomáhá se spánkem, a kolem osmé už spí. Paní Franková s Laurinkou si mohou pustit film podle svého výběru, který by Radeček přes den nesnesl. Když uloží do postele i ji a přichystá věci na další den, má paní Franková pár minut pro sebe. Kolem desáté hodiny usíná i ona. S vědomím, že ráno začne vše nanovo.



Paní Franková se synem Radečkem a dcerou Laurinkou

Přežila jsem oboustrannou plicní embolii

Paní Anežka má za sebou velmi silný příběh. Vysoká srážlivost krve, o které nevěděla, společně s vážným pádem u ní způsobily oboustrannou plicní embolii. Díky záchranářům, pečlivým zdravotníkům naší nemocnice, a v neposlední řadě díky své velké disciplíně a chuti žít, se ale uzdravila a dnes se s námi může o svůj příběh podělit.



Pracuji jako recepční/ostraha v jedné olomoucké firmě. Můj příběh začal v listopadu roku 2023, kdy jsem byla na denní směně. Rozezněl se požární předpoplach, na který musím do minuty reagovat. Rozběhla jsem se k němu, ale na kluzké mramorové podlaze jsem upadla. Byl to poměrně těžký pád, který se ale naštěstí obešel bez nutnosti akutního ošetření lékařem. „Pouze“ mě začala bolet noha, na které se později samozřejmě objevila také modřina. Znáte to – modřina bolí, ale k lékaři s ní hned neběžíte. Prostě si vezmete prášek na bolest, namažete to a přechkáte. To jsem také udělala.

O pár dní později se u mě objevily potíže, o kterých by mě v životě nenapadlo, že by mohly s pádem souviset. Zadýchávala jsem se, po vyvinutí i slabé fyzické námahy mi trvalo delší dobu, než se můj dech zase zklidnil. Přisuzovala jsem to tehdy své vyšší váze a ne příliš dobré fyzické kondici. Týden před Vánoci jsem dobíhala vlak, a když jsem se v něm posadila, musela jsem to rozdýchávat půl hodiny. Tehdy jsem si začala říkat: „Anežko, ty prostě musíš zhubnout!“ Na Vánoce si mého špatného dýchání začala všimati i rodina. Posílali mě

k lékaři, ale já jsem je odbyla s tím, že po Vánocích začnu držet dietu a všechno bude zase v pořádku.

Dva dny před silvestrem jsem jela jako vždy z práce vlakem. Když jsem z něj vystoupila, ušla jsem ale jen 600 metrů, po kterých jsem byla tak vyčerpaná, že jsem nemohla dál. Nakonec jsem si řekla, že těch dalších 500 metrů domů prostě nedojdu, a zavolala si taxi. Tehdy mě řidič, který je zároveň můj známý, konečně přesvědčil, abych si zavolala záchranku. Svých 15 schodů k bytu jsem „lezla“ asi 15 minut, po kterých jsem se zády opřená o zeď sesunula na zem. Stihla jsem si ještě zavolat tu sanitku a pak jsem omdlela. Když přijeli, trochu se mi ulevilo. Přítomnost odborníků a uvědomění, že jsem v dobrých rukách, ve mně vyvolaly pocit bezpečí a většího klidu. Pomohli mi na křeslo. Udělali mi několik vyšetření, načež mi oznámili, že jsem hrozně vyčerpaná a potřebuji klid – což byla pravda, natož po 12hodinové směně. Dali mi injekci a pomohli mi se uložit do postele. Co mě moc mile překvapilo, bylo, že mi zapnuli televizi, podali nabiječku na telefon a než odešli, zkontrolovali mi

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 25>



celý byt – zda náhodou někde neteče voda nebo neuniká plyn. To bylo moc hezké.

Další den jsem byla ještě pořád unavená, odpočívala jsem, ale byl to takový normální den. V neděli na silvestra jsem vstala v 7 hodin ráno a šla jsem do sprchy. Když jsem vyšla ven osprchovaná, omdlela jsem. Díky Bohu, že jsem tenkrát neupadla hlavou na vanu či na umyvadlo, už bych tu nemusela být. Když jsem se probudila, zvládla jsem jen mírně zvednout hlavu a omdlela jsem znovu. Když jsem se probudila podruhé, konečně jsem si uvědomila, že je tu něco hodně špatně. Pokusila jsem se pomalíčku vstát, ale jakmile jsem se postavila k zrcadlu, omdlela jsem potřetí. Po probuzení se mi velmi obtížně dýchal. Začala jsem hledat telefon, protože jsem nemohla z hlavy dostat myšlenku, že si musím zavolat sanitku, jinak zemřu. Když jsem telefon našla a vytočila číslo záchranné služby, trvalo dlouho, než jsem ze sebe dostala informaci, že nemohu dýchat a potřebuji pomoc. Naštěstí paní na druhé straně telefonu byla velmi zkušená a hned mi rozuměla. Poslala sanitku, která u mě byla do pár minut. Než se tak stalo, dodala jsem si ještě odvalu a doplázila se ke vstupním dveřím, abych jim otevřela. Pak mám vše v mlze. Probrala jsem se vleže na zádech v obýváku, nohy nahoře. Nade mnou se skláněl pan doktor, měřil mi tlak a říkal: „Ležte, vůbec se nehýbejte.“ Pan řidič přinesl kyslíkovou masku, kterou mi hned nasadili. Zavolali sanitní vůz (přijeli totiž osobním autem, které bylo nejbližší) a informovali mě, že musím okamžitě do nemocnice. Tam jsem jela hned na příjem, i když bylo ten den poměrně plno. Veškerý personál byl na mě moc milý, říkali mi, že jsem hrozně bledá a ať hlavně ležím. Odebrali mi krev a okamžitě mě poslali na magnetickou rezonanci, kde zjistili, že mám oboustrannou plicní embolii. Převezli mě na pokoj, píchli mi lék na ředění krve a vše mi vysvětlili. Měla jsem zakázáno vstávat a také si pamatuji, že jsem nemohla pít nic s bublinkami.

Druhý den za mnou na pokoj přišel pan primář Tibitanzl, který mi znovu detailně vše vysvětlil. „Sakra, takže já jsem o kousek unikla smrti,“ dostala jsem ze sebe. Pan primář přitakal. Sednul si ke mně – ten přístup mimochodem opravdu oceňuji, když ode mě někdo stojí dva metry daleko a dívá se na mě z vrchu, není to moc příjemné – chytil mě za ruku a řekl, že to zvládneme. Dlouho jsme si povídali, chtěl vědět, jestli jsem měla v poslední době nějaký úraz, s čím se léčím a podobně. Vysvětlil mi, že moje problémy nebyly způsobené špatnou fyzikou, ale ucpanými cévami. Po vyšetření nohou našli ložisko sráženiny pod kolenem v hlubokých žilách, tam, kde jsem měla modřinu po pádu. Okamžitě mi nohu stáhli a pravidelně převazovali.

Několik následujících dní jsem musela jen ležet. Chápala jsem ale, v jakém stavu jsem, a vše jsem dodržovala. Na začátku ledna mě pustili domů. Přijela si pro mě sestra, která si mě vzala na 14 dnů k sobě, protože jinak žiju sama. Měla jsem u ní veškerou péči, krásně se o mě starala, jezdily mě k ní navštěvovat i neteře.

Po několika týdnech jsem měla nařízené procházky, hodně pít, dávat na sebe pozor. Byla jsem hodná a vše jsem dodržovala, a tak se stalo, že jsem v pořádku. Na první kontrole pan primář ještě nebyl spokojený, ale říkal, že vidí pokrok. Poslal mě také na hematologii, kde mi paní primářka Jehlíková zjistila, že mám velmi vysokou srážlivost krve. Dostala jsem léky a kartičku do peněženky, kterou se musím prokazovat. Tehdy jsem se také dozvěděla, že je přílišná srážlivost krve dědičná, a tak jsem začala pátrat. Zjistila jsem, že moje maminka také bere léky na ředění krve, ale nikdy mi to neřekla. Lékaře totiž příliš nenavštěvuje, a dokonce původně ani nevěděla, na co léky jsou. Proto chci na všechny čtenáře apelovat, aby v rodině komunikovali, zjišťovali a předávali si anamnézy. Kdybych na začátku věděla, že touto nemocí trpím, možná bychom vše podchytili včas.

Chci moc poděkovat všem záchranářům a zdravotníkům, se kterými jsem se setkala. Smekám před nimi, jak se snažili najít příčinu mých problémů, díky nim jsem dnes v pořádku a mohu naplno žít. Změnilo se toho v mém životě mnoho. Neřeším už blbosti, dávám na sebe pozor, jsem ráda, že jsem tady. Stále chodím na procházky, hodně piju, snažím se i zhubnout. Do práce jsem se vrátila v polovině února, vyšli mi tam vstříc a nedělám už noční ani víkendy. Všichni mě podporují.

Věřte mi, když vás nabádám: chodte na pravidelné prohlídky. Když vás něco bolí nebo se vám špatně dýchá, jděte k lékaři. Protože to není sranda. Já jsem ale důkazem, že je možné se dostat i z opravdu vážného stavu.

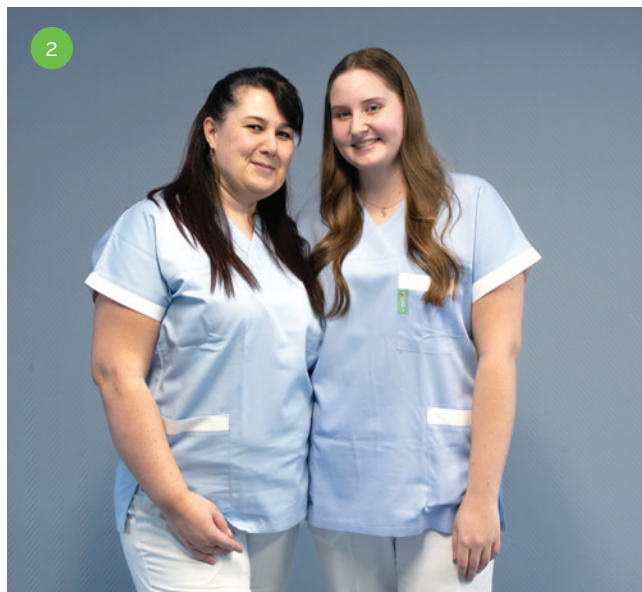
Rodinná nemocnice

Rodinná nemocnice? Pro nás to není jen marketingový slogan, ale skutečnost. Vlastnická struktura nemocnice je založena na pevných rodinných vazbách a personál zde tvoří doslova jednu velkou rodinu. Mnohdy u nás pracuje i několik generací rodinných příslušníků. Rodiče a děti, manželé nebo sourozenci tu pracují bok po boku a jejich blízkost se odráží i ve vztahu k pacientům. Přistupují k nim s láskou a empatií tak, jako ke svým nejbližším. Každý pacient tu tak dostane péči, která není jen profesionální, ale i lidská. Pro nás to totiž není jen práce, ale také poslání.



pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 27>





pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 29>

- 1) MUDr. Martin Polach, MBA, jediný akcionář a předseda dozorčí rady Nemocnice Šumperk a.s., jeho manželka MUDr. Dana Polachová, členka dozorčí rady, a jejich syn JUDr. Martin Polach, předseda představenstva Nemocnice Šumperk a.s.
- 2) Martina Mrákavová, praktická sestra na oddělení ortopedie, a její dcera Aneta Mrákavová, praktická sestra na oddělení chirurgie
- 3) Renata Pátková, nutriční terapeutka, a její manžel Petr Pátek, sanitář na centrální sterilizaci.
- 4) PharmDr. David Šrámek, vedoucí veřejné lékárny, a jeho manželka Mgr. Lucie Šrámková, farmaceutka.
- 5) MUDr. Dušan Fügner, emeritní primář urologického oddělení, a jeho dcera MUDr. Irena Müllerová, lékařka RDG oddělení.
- 6) Martina Novosadová Kotrlová, sanitářka na interním oddělení (druhá zprava), její dcera Viktorie Novosadová, praktická sestra na ošetrovatelském úseku (první zprava). Miroslava Nitsche, sestra Martiny, sanitářka na neurologickém oddělení (druhá zleva), a její dcera Dorota Markovská, praktická sestra na neurologickém oddělení (první zleva).
- 7) MUDr. Jaroslav Mikuláš, lékař oddělení ARIP, a jeho manželka Bc. Dana Mikulášová, všeobecná sestra na centrální sterilizaci.
- 8) Renáta Havlíčková, všeobecná sestra na oddělení ARIP, a její dcera Bc. Natálie Havlíčková, všeobecná sestra na oddělení ARIP.
- 9) MUDr. Erika Czyžová, primářka mikrobiologické laboratoře, a její dcera Ing. Renata Benešová, specialistka marketingu.
- 10) Diana Rendová (vpravo) a Edita Rendová, sestry, studentky SZŠ a VOŠZ Šumperk, na praxi Nemocnici Šumperk a.s.
- 11) Ing. Petr Brož, biomedicínský inženýr, jeho manželka Věra Brožová, radiologická asistentka, a jejich dcera Zuzana Vranová, DiS., porodní asistentka.



I vy můžete spojit
práci s posláním

**PŘIDEJTE
SE K NÁM.**

Podpora profesního vzdělávání
a rekvalifikace je pro nás
samozřejmostí.

www.kariera.nemocnicesumperk.cz

Zasedání kolegia MAPO academy

Začátkem roku proběhlo další zasedání Kolegia MAPO academy, jehož cílem bylo seznámit se s realizací vzdělávání v uplynulém období a představit plán činnosti pro nadcházející letní semestr. Vedle toho byly představeny členům kolegia novinky, jež se odehrály v uplynulém roce v Nemocnici Šumperk, která pro aktivity MAPO academy poskytuje potřebné zázemí. Představena byla též širší spolupráce s dalšími zdravotnickými zařízeními, vzdělávacími institucemi a organizacemi, mezi nimiž významnou roli hraje Fakultní nemocnice Olomouc.

Zasedání kolegia, nesoucího se nejen v pracovní, ale i slavnostní atmosféře, zahájil předseda dozorčí rady Nemocnice Šumperk a její jediný akcionář MUDr. Martin Polach, MBA. Ten ve svém vystoupení podtrhl význam vzdělávání zdravotníků a spolupráci s organizacemi, které reprezentují členové kolegia, a stejně tak vyjádřil uznání všem, kteří se na realizaci vzdělávacích akcí podílejí. Na jeho vystoupení navázal předseda představenstva Nemocnice Šumperk JUDr. Martin Polach, který poděkoval členům kolegia za jejich práci v uplynulém roce a zejména pak za jejich osobní přínos i aktivní účast na vybraných vzdělávacích

aktivitách. Rovněž spolu s kancléřem kolegia MVDr. Pavlem Braunerem, Ph.D., MCI pogratuloval doc. Študentové k publikaci Karcinom prostaty, kterou se svým bratrem právě vydala. Stejně tak bylo gratulováno panu prof. Tábořskému, který se svým kolektivem vydal knihu Digitální medicína III a v níž mimo jiné figuruje praktická zkušenost s umělou inteligencí na radiodiagnostickém oddělení šumberské nemocnice.

Poté následovala prezentace činnosti MAPO academy i Nemocnice Šumperk a na ni navazovala opět bohatá a podnětná diskuze. Ta přinesla mnoho nových námětů pro vzdělávání zdravotníků i laické veřejnosti s důrazem především na prevenci.

Za tříletou dobu existence MAPO academy se podařilo uspořádat jubilejních 100 vzdělávacích akcí. Díky členům kolegia a realizačního týmu se daří přinášet nová témata, vylepšovat formu i obsah vzdělávání a být partnerem jak pro odbornou, tak i pro laickou veřejnost. Děkujeme všem, kteří se na tomto výsledku podíleli.



Plán vzdělávacích a dalších akcí v rámci MAPO academy na letní semestr 2025

DUBEN

- 23. 4. 2025** **KŘEHKÝ SENIOR**
práce s ním a péče o něj (Kongresový sál Nemocnice Šumperk)
- 29. 4. 2025** **ZÁHADNÝ SVĚT MIKROORGANISMŮ**
malá výstava o potenciálně velkém problému (vernisáž LF UPOL)
- 30. 4. 2025** **ŽIVOT S AUTISMEM**
seminář pro veřejnost (Knihovna TGM Šumperk)
(ve spolupráci s Dětským klíčem)

KVĚTEN

- 6. 5. 2025** **DEN ZDRAVÍ**
(Knihovna TGM Šumperk)
- 14. 5. 2025** **BESEDA S prof. MUDr. PAVLEM PAFKEM, DrSc.**
(Kongresový sál Nemocnice Šumperk)
- 28. 5. 2025** **IV. KONFERENCE PALIATIVNÍ LÉČBY A PŘÍSTUPU
K PACIENTŮM V DOMÁCÍ A HOSPICOVÉ PÉČI**
(Kongresový sál Nemocnice Šumperk)

ČERVEN

- 4. 6. 2025** **PÁTÉ SETKÁNÍ LAKTAČNÍCH
PORADKYŇ NOVOROZENECKÝCH ODDĚLENÍ**
(Kongresový sál Nemocnice Šumperk)
- 18. 6. 2025** **IV. ŠUMPERSKÉ REHABILITAČNÍ SYMPOZIUM**
(Kongresový sál Nemocnice Šumperk)

10 nejvýznamnějších investic do zdravotnické techniky za 10 let Nemocnice Šumperk

Za posledních 10 let investovala nemocnice do zdravotnické techniky stovky milionů korun. Od špičkových přístrojů po inovativní technologie. Jaké investice přinesly největší posun v diagnostice, léčbě i komfortu pacientů? Zde přinášíme přehled deseti nejvýznamnějších, které posunuly péči v šumperské nemocnici na vyšší úroveň.

Superseptický operační sál

Jednou z prvních masivních investic byla hned v roce 2015 rekonstrukce operačního sálu v pavilonu C. Původní sály zde byly vybudovány už v roce 1993, a tak již nevyhovovaly tehdejšímu nejmodernějšímu trendu. Přestože vlastníkem onoho pavilonu C bylo tehdy město Šumperk, rozhodl se MUDr. Martin Polach, MBA do potřebné přestavby investovat vlastní finanční prostředky. Rekonstrukci za více než 17 milionů korun zvládla tehdy nemocnice za plného provozu a za rekordních jedenapadesát dnů.

Superseptický operační sál je vybaven moderní technologií, která například díky regulaci teploty a přetlakové filtraci vzduchu pacienty maximálně chrání před vznikem infekce během operací, čímž zabraňuje vzniku následných komplikací.

Operatéri zde mají k dispozici také čtyři počítače kryté sklem, na kterých vidí rentgenové snímky. Navíc zde tehdy byla výrazně lepší operační světla, která značně usnadňovala zákroky na dlouhých kostech. V neposlední řadě přinesla rekonstrukce také novou dispoziční úpravu předsálí, ve kterém anesteziologové připravují pacienty na sál. To umožňuje nejen rychlejší přesun pacientů, ale i možnost provést více operací během jednoho dne.

Magnetická rezonance

Na počátku roku 2017 zahájila Nemocnice Šumperk provoz nového pracoviště magnetické rezonance (MRI). Jeden z nejmodernějších diagnostických přístrojů v hodnotě 32 milionů korun otevřela v tehdy novém pavilonu R.





Přístroj dokáže díky svým kvalitním zobrazovacím schopnostem odhalit například poškozené vazy v koleni, vyhrézlou ploténku nebo upřesnit rozsah nádorového onemocnění. Oproti CT má lepší schopnost zobrazení měkkých tkání a pacient zároveň není vystaven radiační zátěži. Magnetická rezonance, kterou nemocnice pořídila, patřila navíc mezi nejmodernější přístroje té doby. Ve srovnání se staršími typy magnetických rezonancí má ta šumperská větší vyšetřovací otvor o šířce 70 centimetrů, takže vyšetření je nejen komfortnější, ale lékařům umožňuje vyšetřit i silnější pacienty. Díky krátké délce tunelu a systému potlačení hluku se snižuje i možný pocit klaustrofobie. Ve srovnání se staršími stroji jsou zde rovněž výrazné technické inovace v konstrukci přístroje, ať už v převodu signálu nebo v cívkách používaných při vyšetření. To vše zajišťuje vyšší kvalitu a rychlost zobrazení. Nové zobrazovací sekvence navíc umožňují upřesnit diagnózu některých onemocnění.

V roce 2023 pak došlo k upgradu stávající MRI. Byla obměněna vnitřní část přístroje i jeho program, a to především rozšířením o umělou inteligenci. Ta pomáhá nejen zrychlit a zpřesnit vyšetření, ale výsledný obraz je díky ní daleko čistší a lépe čitelný. Více se o umělé inteligenci na MRI dočtete níže.

Alter G

Jako jedno ze dvou zdravotnických zařízení v České republice se naše nemocnice v květnu 2018 pochlubila novým rehabilitačním přístrojem – antigravitačním trenažérem chůze. Speciální rehabilitační přístroj pracuje na principu, který vyvinula

NASA, a to na rozdíl tlaku vzduchu. Jedná se o speciální pohyblivý pás uzavřený v nafouknuté bublině. Je možné v ní usměrnit tlak vzduchu a simulovat tak antigravitační prostředí, tedy prostředí s menší zemskou přitažlivostí. Pacientovi se na dobu cvičení „sníží“ jeho hmotnost až na jednu pětinu, takže je nadnášen tak, jako by chodil po Měsíci. Nejvíce přístroj využívají pacienti po úrazech a operacích dolních končetin. Zejména u endoprotéz nosných kloubů, fraktur krčku stehenních kostí či fraktur kotníku, kdy je na začátku nutná chůze s odlehčením operované dolní končetiny, je tento přístroj k nezaplacení.

Denzitometr

Kostní denzitometrie je vyšetřovací metoda, díky které lékaři zhodnotí hustotu kostní tkáně. Jde o nebolestivé vyšetření, během něhož denzitometr změří obsah minerálů v kostech. Vyšetření pomáhá odhalit takzvanou osteoporózu, tedy onemocnění způsobené řídnutím kostí.

Do roku 2024 Nemocnice Šumperk vlastní denzitometr neměla, a tak museli lékaři své pacienty na toto vyšetření posílat do okolních zdravotnických zařízení. V první polovině minulého roku ovšem zrekonstruovala prostory nové ambulance a stroj za více než 1 milion korun zakoupila. Nejen, že se tak zvýšil komfort našich vlastních pacientů, ale také jsme schopni uspokojit poptávku po této službě od ambulancí v okolí. Odhadem denzitometrické vyšetření v naší ambulanci podstoupí ročně stovky lidí.



Mikrobiologická laboratoř

Mikrobiologické nálezy mají zásadní vliv na rozhodování lékařů o dalším léčebném postupu a mnohdy vlastně rozhodují o životě pacienta. Do roku 2017 posílali lékaři šumperské nemocnice odebraný biologický materiál do externích laboratoří, jelikož jim chybělo vlastní odborné pracoviště. V srpnu téhož roku však Nemocnice Šumperk otevřela nové oddělení klinické mikrobiologie. Lékaři tak mají k dispozici laboratorní výsledky z vyšetření mnohem rychleji a mohou včas zahájit potřebnou léčbu. Do nového mikrobiologického pracoviště investovala tehdy nemocnice víc než 5 milionů korun.

Novinku tehdy uvítali i okolní ambulantní specialisti, kteří zasílají pacienty k vyšetření nebo zákrokům do nemocnice. Pokud jsou jim totiž provedena laboratorní vyšetření v průběhu hospitalizace, může o tom nemocnice terénní specialisty informovat a výsledky zaslat elektronickou cestou, čímž se zabrání mnohdy zbytečným opakovaným vyšetřením. Další nespornou výhodou je fakt, že pracovníci laboratoře jsou přímo uvnitř jednoho areálu a mohou tak s ošetřujícími lékaři konzultovat i průběžné výsledky. Jejich pomoc a třeba i osobní konzultace může mít pro lékaře a v konečném důsledku pak i pro pacienta obrovský přínos.

V roce 2023 se naše mikrobiologická laboratoř rozšířila o další část, a to úsek PCR diagnostiky. Jedná se o velmi citlivou

metodu, se kterou se většina z nás dobře seznámila v období Covidu. Dvě nové místnosti PCR – jedna izolační, druhá amplifikační – v sobě skrývají opravdu velký počet potřebné techniky. Diagnostikují se zde jak respirační, tak také pohlavně přenosná onemocnění.

Oddělení následné péče

V červenci roku 2022 otevřela Nemocnice Šumperk nový pavilon komplexní následné intenzivní a ošetrovatelské péče. S celkem 93 lůžky se zařadila mezi největší komplexní centra poskytující tento druh péče.

V přízemí pavilonu se nachází zázemí pro následnou intenzivní péči, následnou ventilační péči a dlouhodobou intenzivní ošetrovatelskou péči. Vyjmenované druhy péče jsou určeny pacientům, kteří už nevyžadují akutní péči na ARO, ale jejich stav i nadále vyžaduje intenzivní péči, neboť se u nich neobnovila jedna, nebo více životních funkcí. Tito pacienti již nemusejí být hospitalizováni na ARO nebo JIP, nicméně jejich zdravotní stav nedovoluje pobyt na klasickém oddělení. Jde tedy o takový mezistupeň zdravotní péče mezi intenzivním a akutním lůžkem a zároveň o uvolnění lůžka ARO pro pacienty akutně na životě ohrožené. Zatímco na ARO nebo JIP bývají pacienti hospitalizováni několik dní, na lůžkách dlouhodobé intenzivní ošetrovatelské péče to může být i několik týdnů.

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 35>

Celá přestavba včetně nákupu lůžek a přístrojové technologie přišla na 220 milionů korun.

Intermitentní dialýza

Přestože ji lékaři využívají jen občas, v kritických situacích dokáže zachránit život. Řeč je o intermitentní dialýze, kterou Nemocnice Šumperk pořídila v červnu roku 2023 na své anesteziologické oddělení. Pomáhá s poskytováním nezbytné dialyzační péče jak chronickým pacientům, tak třeba se záchranou života u intoxikací. Díky přístrojové novince navíc už zdravotníci nemusejí převážet pacienty za dialýzou mimo areál nemocnice. Před jejím pořízením tak museli činit někdy až třikrát týdně.

Zařízení jsme si nejprve na zhruba 1 rok pronajali. Technologická novinka se ale osvědčila natolik, že jsme se rozhodli si přístroj za bezmála 1 milion korun pořídit nastálo.

Laparoskopická 3D ICG věž

Laparoskopické operace, po kterých zůstanou jen malé jizvy po vpichu sondy, patří dnes už k naprosto běžným metodám chirurgických operací. Doba jde ale neustále dopředu a s ní i technika. A tak jsme v prosinci roku 2023 zakoupili dvě nové laparoskopické věže, které jsou vybaveny také 3D a ICG technologiemi.

Operace za pomoci 3D technologie jsou přesnější a bezpečnější. Operatéri při nich mají nasazené speciální 3D brýle, podobné těm, které si lidé nasazují třeba v kině. Ty jim umožňují lépe

vnímat hloubku a umístění různých útvarů v břišní dutině. Prostorové vidění a vysoké rozlišení napomáhají rozpoznat, správně uchopit a přesně separovat i velmi jemné tkáně a křehké struktury. Laparoskopická věž tak umožňuje lépe zvládat zejména operace v obtížnějším anatomickém terénu a také snižuje riziko operačních komplikací.

Speciální ICG technologie pak kombinuje použití speciální optiky s nitrožilně podaným barvivem, kdy se pacientovi vpraví do těla speciální kontrastní látka, kterou si pak lékaři mohou s pomocí nového laparoskopu zobrazit. Technologická novinka umožňuje přepínat mezi normálním a speciálním obrazem se zdůrazněním více prokrvené tkáně, která se díky zobrazení kontrastní látky operátorovi doslova „rozsvítí“. Vzniká tak obraz v reálném čase, který umožňuje operátorovi zhodnotit dostatečné prokrvení operovaných orgánů, identifikovat důležité cévní zásobení a určit, kde se nachází to nejrizikovější místo. Obrovskou výhodou je také skutečnost, že lékaři mohou obě technologie během jednoho zákroku kombinovat. Nový komplet dvou laparoskopických věží přišel na více než osm a půl milionu korun.

KTG centrální monitorovací systém

Kardiotokografické (KTG) sledování je standardní součástí monitorace plodu jak ke konci těhotenství, tak během samotného porodu. Na jaře roku 2024 jsme naši porodnici vybavili speciálním centrálním monitorovacím systémem. Ten lékařům umožňuje z jakéhokoliv místa v nemocnici sledovat na iPadu srdeční akci plodu i frekvenci a intenzitu děložních stahů. Tím



mají v podstatě kdykoli dokonalý přehled o průběhu porodu a o stavu miminka.

Kromě centrálního monitorovacího systému jsme na naše porodní boxy již v roce 2023 zakoupili také nové kardiokografické monitory s telemetrickými sondami. To znamená, že se nastávající maminky mohou volně pohybovat, lehnout si do úlevové polohy, a to i během pravidelného a nezbytného monitorování plodu. Maminky se mohou jít i sprchovat, protože sondy jsou voděodolné.

Před zakoupením těchto bezdrátových KTG se monitoring plodu prováděl tak, že byly budoucí maminky napojeny na přístroj a mohly se pohybovat jen tak daleko, kam dosáhly kabely od jednotlivých sond. To bylo značně nepohodlné nejen pro budoucí rodičky, ale i pro personál porodního sálu. To se díky bezdrátovým telemetrickým sondám úplně změnilo. Nové monitory a centrální monitorovací systém přišly dohromady na více než 3 miliony korun.

Umělá inteligence

Umělá inteligence stále více proniká do mnoha odvětví a zdravotnictví není výjimkou. Svě o tom vědí i lékaři naší nemocnice, kterým umělá inteligence pomáhá hned na několika odděleních.

V roce 2023 jsme začali jako jedni z prvních testovat systém od české společnosti Carebot. Tento asistenční software za pomoci umělé inteligence se strojovým učením pomáhá hledat v rentgenových snímcích hrudníku různé nálezy. Naši lékaři hodnotili shodu systému a jejich vlastního hodnocení. Případné odchylky ve smyslu falešně negativní nebo falešně pozitivní diagnózy zaznamenávali a tyto informace pak pravidelně předávali společnosti Carebot, která software vyvíjí. Postupem času bylo vidět, že se systém zlepšuje, že je schopen hodnotit snímky mnohem spolehlivěji. Systém může významně pomoci zejména mladým lékařům při získávání prvotních zkušeností během popisu snímků, konečné slovo bude mít ale vždy lékař.

Od května 2024 pomáhá umělá inteligence také lékařům na našem pracovišti magnetické rezonance. Díky rekonstrukčnímu algoritmu zrychluje vyšetření a lékařům generuje obrazy s mnohem vyšším rozlišením. Vyšetření na magnetické rezonanci je standardně poměrně zdlouhavé a kvůli vysokému hluku, připomínajícímu údery kladivem, za kterým stojí překlápění magnetických polí během vyšetření, také velmi nepříjemné. Nová technologie ale pomocí umělé inteligence vyšetření významně zkracuje. Jedná se o technologii rekonstrukce obrazu, která z hrubých dat generuje obrazy s vysokým rozlišením. V podstatě jde o to, že se obraz nasbírá rychleji a umělá inteligence ho umí následně díky rekonstrukčnímu algoritmu dopočítat. Program navíc dokáže velmi inteligentně odstranit šum z obrazů, což vede ke zvýšenému anatomickému a prostorovému rozlišení. V konečném důsledku tak umožňuje nejen rychlejší vyšetření pacienta, ale výsledné obrázky jsou i kvalitnější.

Kromě výše zmíněných investic nejde nezmínit další významné novinky. V roce 2020 jsme kompletně vyměnili naše operační nástroje – jako první nemocnice v Česku jsme si instrumentárium pronajali od společnosti B. Braun Medical.

V roce 2023 jsme zakončili komplexní výměnu patientských lůžek. Kromě oddělení ARIP a NIP, kde musejí být speciální lůžka pro akutní péči, tak pacienti na všech odděleních ulehají na pohodlná, elektricky polohovatelná lůžka.

V témže roce jsme také otevřeli zcela nové oddělení akutní lůžkové rehabilitace. Na něm tým lékařů, zdravotníků a fyzioterapeutů poskytuje akutní péči pacientům po ortopedických operacích, mozkových příhodách či po úrazech.

Za zmínku stojí také kompletní obměna vozového parku v červnu roku 2024. Nemocnice tehdy zakoupila 12 nových přepravních vozů za 20 milionů korun. Nechybějí v nich klimatizace, polohovatelná nosítka ani sedačky pro převoz pacientů. Všechny vozy jsou také poháněny na všechna 4 kola, aby především v zimě zvládly cestu i do hůře přístupných terénů.

Nemocnice Šumperk má nadále ambici být zdravotnickým zařízením špičkové kvality, a proto plánuje její majitel do rozvoje a zdravotnické techniky i nadále investovat.



LÉKÁRNA NEMOCNICE ŠUMPERK

Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk
lekarna@nemocnicisumperk.cz
+420 583 334 542



Pacientská cesta není jen ortopedie, je to princip péče o pacienta v naší nemocnici

V Česku žijí desítky tisíc lidí, které operoval. Od Aše až po Jablunkov. Lékař, skvělý operatér, vášnivý myslivec, který ale občas na posedu i usne, a v neposlední řadě bývalý primář ortopedického oddělení naší nemocnice. MUDr. Zdeněk Štěpán byl hostem našeho podcastu Další prosím.



■ *Dobrý den, pane doktore. Vy jste dnes už emeritní primář ortopedického oddělení a v šumperské nemocnici pracujete přes 40 let. Máte odhadem spočítáno, kolik operací jste za tu dobu vlastně provedl?*

Dobrý den. Pracuji tu od srpna 1982, což už bude 43 let. Za tu dobu jsem udělal určitě více než deset tisíc operací.

■ *Pamatujete si ještě na tu svoji první?*

Tu si nepamatuji, protože to bylo ještě za dob studia. Když jsem byl na praxi, asistoval jsem svému otci, který tu dělal primáře chirurgického oddělení. Pak jsem nastoupil na ortopedii, kde jsme začínali s jednoduchými úkony, takže předpokládám, že nějaká operace vybočeného palce mohla být jedna z mých prvních.

■ *Jak se dnes učí mladí lékaři, absolventi, dělat takovou tu opravdu velkou operativu? Předpokládám, že po skončení medicíny nenastoupí na operační sál k výměně velkého kloubu...*

Snažíme se vybírat lékaře, kteří již během pátého ročníku medicíny projdou praxí, abychom měli přehled o jejich schopnosti správně používat operační nástroje, což je v ortopedii klíčové. Vždycky se jich ptám, jestli znají Merkur a zda si umí poradit se šroubovákem a vrtačkou.

Když nastoupí na oddělení, ze začátku u operací jen asistují, postupně zažívají rány, dělají jednoduché operace a po malých krůčcích se dostávají až k té velké operativě.

■ *Znají ještě dnešní studenti Merkur?*

Znají. Ale nemusí to být zrovna Merkur, vždycky se ptám, jestli jsou doma schopni něco opravit, aby to nebyli jen počítačová studenti, kterým když dáte vrtačku do ruky, tak nevědí, jak se s ní zachází. Toto je předpoklad, protože ortopedie je velmi technický obor, který se rychle rozvíjí.

■ *Jak se vychovává dobrý ortoped? Musí mít nějaké další předpoklady kromě toho Merkuru?*

To je velmi těžká otázka, protože já mám specifické požadavky. Dobrý ortoped a dobrý lékař nesmí brát ohled na čas. Protože každá jedna operace je specifická, a čím více těch operací udělá – ať už ve službě nebo o víkendech, jak jsem začínal já – tak tím lepší bude operátor a ortoped. V současné době má mladá generace ale úplně jiné požadavky. Myslí si, že ve tři hodiny skončí služba a tím to končí.

■ *Přesto si myslím, že s ohledem na úroveň šumperské ortopedie ještě nemáte problém s nábořem mladých lékařů. Stále si ještě „můžete vybírat“?*

Byli jsme v situaci, kdy jsme si mohli vybírat, snažíme se o to i nyní, ale práce u nás je velmi časově náročná. Děláme totiž nejen ortopedii, ale i traumatologii. A tak někteří mladí lékaři tento tlak nevydrží, a přesto, že chtějí dělat ortopedii, odejdou. Přesto, na rozdíl od jiných oborů, nemáme problém s tím, že by se tu neobjevili další uchazeči. Možná je to tím, že má naše ortopedie tak široký záběr. V podstatě děláme daleko širší spektrum výkonů než celá ortopedická klinika v Olomouci.

■ *Na našich operačních sálech jsem viděla už i paní doktorku.*

Ano, máme dvě lékařky. Musím říct, že pro ta děvčata je to určitě fyzicky náročné – hlavně, když pracujeme na velkých kloubech, kde musí „mlátit“ s půlkilovým kladivem. Ženy se v tomto oboru specializují na výkony na měkkých tkáních, takovou tu ne úplně nejtvrdší ortopedii. Ale jde jim to dobře, jsem přesvědčen, že to dobře zvládají.

■ *Já už jsem Vás několikrát viděla, jak se na sále rozmachujete tím kladivem, a říkala jsem si, že si vůbec nedovedu představit, že bych toto zvládala.*

To je na ortopedii krásné, že ráno děláme jemnou operativu na měkkých tkáních a odpoledne „mlátíme“ půlkilovým kladivem.

■ *Když už mluvíme o té různorodosti: každý z nás má něco, co ho v práci baví více, a co méně. Když se podíváte ráno na operační plán, máte nějaké „oblíbenější“ operace?*

Ne. Pro mě jsou všechny operace stejné. Za tu dobu, co tu pracuji, jsem musel projít všemi druhy operací. Všechny jsem se musel naučit, abych je mohl předávat jiným, a všechny mě bavily.



MUDr. Zdeněk Štěpán při operaci

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 39>

■ Co stálo na počátku za volbou Vaší odbornosti?

Já jsem chtěl být ve skutečnosti vždy chirurgem. Otec byl chirurg, zasvěcoval mě do tajů tohoto oboru, a já jsem chtěl jít v jeho stopách. V době, kdy jsem nastupoval, ale nebylo dovoleno, aby pracoval otec a syn na jednom pracovišti. Tak mi byla nabídnuta ortopedie. Ale rozhodně mě to nemrzí, myslím si, že jsem manuálně zručný, ten Merkur, letadýlka a vláčky mě vždy zajímaly, takže to byla dobrá volba.

■ Kam se za těch 40 let Vaší praxe ortopedie v naší nemocnici posunula?

Když jsem nastoupil do nemocnice, tak byla ortopedie především konzervativní obor. Až postupem času se průběžně zaváděly nové operace. V okamžiku, kdy jsem se stal primářem, se začínaly dělat kyčelní klouby. Když se zaváděly artroskopie, jezdil jsem po okrese a sháněl jsem sponzory. Podnik Pramet nám tehdy poskytl sponzorský dar na zakoupení artroskopické věže a nástrojů. Předtím to byly jen vrtačky a pily. První operace kyčelního kloubu se tu udělala v roce 1980, v roce 1992 jsme začali dělat totální endoprotézy (TEP), kdy se vymění hlavička i jamka kloubu, pak v roce 1994 jsme udělali první umělý kyčelní kloub a v roce 1996 první kloub ramenní. Dnes už jsme schopni vyměnit jakýkoliv kloub, vlastně dokonce v rámci jedné operace umíme vyměnit oba kyčelní nebo oba kolenní klouby najednou. Tím jsme v České republice specifičtí.

■ Naše nemocnice jako první v Česku a ve střední Evropě zavedla projekt Pacientská cesta, v rámci které staví pacienty ještě v den operace na nohy. Jedná se vlastně o celkovou změnu přístupu k pacientovi. Jak se jako lékař s 43letou praxí na tento projekt díváte?

Každé pracoviště má své určité postupy, kterými se snaží zefektivnit chod a zkrátit dobu pobytu pacienta v nemocnici. Naše priorit

v rámci Pacientské cesty je předat pacientovi všechny potřebné informace ještě před samotným zákrokem. Všechny dílčí kroky – rehabilitaci, výživu, nácvik chůze – mu prezentujeme dopředu. Připravujeme ho na to, co ho čeká, a jsme přesvědčeni, že tím, že ví, do čeho jde, že ví, že to nebolí a opravdu je možné se pár hodin po operaci postavit, vytvoří se v mozku takové paměťové smyčky, a ta rehabilitace po zákroku pak probíhá snadněji. Pacientská cesta není jen o ortopedii, musí se jí zúčastnit všechna zainteresovaná oddělení. Je to princip péče o pacienta v šumperské nemocnici.

■ Pojdme si trochu zavěštit: kde vidíte budoucnost ortopedie třeba za 20 let?

Ortopedie jako obor se zásadně měnit nebude. Jak se prodlužuje délka lidského života, klouby se opotřebovávají, a bude to tak stále. Určitě přijdou nové technologie, 3D tisk a nové materiály, ale ortopedické operace tu budou vždy. Představa, že by ortopedickou operaci prováděl robot, je zatím utopistická, protože každý pacient je jiný a potřebuje individuální přístup. Za tím strojem tedy musí sedět lékař.

■ Už jsme zmínili, že je ortopedie fyzicky náročný obor. Jak se udržujete v kondici, abyste to půlkilové kladivo zvládl stále tak dobře ovládat?

Já mám místo posilovny operační sál, protože operuji opravdu hodně. Ve volném čase se věnuji té zmíněné myslivosti nebo turistice. O prázdninách jsem trénoval s vnukem a vnučkou, jsem ve fyzicky dobré kondici.

■ Jak dlouho myslíte, že budete ještě v takovém zápřahu operovat?

Kolegům jsem slíbil, že do svých 70 let s nimi budu pracovat a pak uvidíme, jak se budu zdravotně cítit. Věk s sebou nese určitá úskalí, už to není takové, jako když mi bylo 50 let, to je jasné, ale o to víc teď asistuji a předávám své zkušenosti mladším kolegům.



Od 14. dubna prodloužena otevírací doba!

pondělí - pátek

5:30 - 15:30

KONZILIÁRNÍ PODPŮRNÝ A PALIATIVNÍ TÝM NEMOCNICE ŠUMPERK

KONZILIÁRNÍ PODPŮRNÝ A PALIATIVNÍ TÝM NABÍZÍ:

- ♥ vysoce odbornou a zároveň citlivou podpůrnou a další péči pacientům nemocnice v době vážné nemoci,
- ♥ zajištění otevřené komunikace mezi pacientem, rodinou a členy ošetrujícího týmu,
- ♥ naplánování další péče a cílů tak, aby bylo zohledněno zejména přání pacienta,
- ♥ podporu rodinným příslušníkům a všem zúčastněným v náročné životní situaci,
- ♥ doprovod celým obdobím péče v nemocnici.



Pavilon P, přízemí, Pondělí až pátek: 7.00 -15.00 hod, T: +420 724 116 140

www.nemocnicesumperk.cz



Nemocnice Šumperk a.s., Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk

Každý měsíc nám od pacientů dorazí mnoho poděkování. Ať už elektronicky, klasickou poštou nebo přes sociální sítě. Rozhodli jsme se některá z nich pravidelně zveřejňovat také v našem Magazínu.

”

Na podzim jsem se dostala do rukou právě Vašich zdravotníků, kdy jsem si bohužel nešťastně při práci na cirkulárce, při asistenci u řezání dřeva, amputovala tři prsty na levé ruce a částečně čtvrtý prst spolu s větší částí hřbetu ruky. Velice, ale velice děkuji, že nás u dveří v nemocnici po příjezdu svým vozidlem už „vítala“ sestřička, která mě ihned zavedla do ambulance, kde celý personál bez nějakých poznámek přistupoval velice mile a pozitivně, a následně pan doktor Mihail Ciornii začal řešit RTG a následný transport na adekvátní plastické ošetření. Výborně se postaral o amputovanou část zbylou, ale i vedle položenou. Tímto mu budu až do smrti zavázána, protože díky jeho rozhodnutí a posláním mě do Fakultní nemocnice u sv. Anny v Brně mi dal šanci zase někdy běžně fungovat. Velice si vážím toho, že se po pár dnech od operace zajímal o můj stav, což se jen tak nevidí, a toho si vážně vážím, protože to беру jako gesto, že pacienti pro něj nejsou jen „kus“. Bohužel o jeden prst jsem přišla, ale vzhledem k tomu, v jakém stavu jsem si ruku roztrhala, je ztráta jednoho prstu pro mě nepodstatná, protože jsem ani nedoufala, že nějaké prsty a ruku mít ještě budu. Momentálně jsem pár měsíců od úrazu, ale ruka už se pomalu zapojuje a vážně díky Vaším zaměstnancům a jejich rozhodnutí a prvotnímu ošetření budu moci opět adekvátně fungovat. Především Vám děkuji, že budu moci dále plně fungovat se svou malou dcerou a plně s ní sportovat a učit fyzickému rozvoji. Ještě jednou chci poděkovat Vašemu zdravotnímu personálu a panu doktorovi. Budu velice ráda, když mu mé poděkování vyřídíte. Velice děkuji, udělali jste pro mě víc, než jsem si dokázala představit. Děkuji za nový start.

”

Krásný předvánoční den, dnes je to 14 dnů, co se u vás narodil náš syn Benjamínek. Chci ještě jednou moc poděkovat celému oddělení porodnice za úžasný přístup a chování, a speciálně velké díky slečně porodní asistenci Nikolce Heclové a dětské sestřičce Elišce Noskové. Doma na mě čekaly další tři děti, takže jsem si ty tři dny u vás užila jako wellness pobyt. Přeji krásné Vánoce, zdravá miminka a spokojené a šťastné rodiče.



POMŮCKA: HIENG, IBERIE, JNR, MAHE, NEM, RUBATO, RUSI, SAL	LUTEINI- ZAČNÍ HORMON (ZKR.)	EVROPAN	POLOMĚSÍ- ČEK	KŘÍŽIT		POZŮSTALÝ MANŽEL	ŠANTÁN	STAROVĚKÉ MĚSTO	SEVERSKÉ ZVÍŘE		MENŠÍ CHLĚB POD- LOUHLEHO TVARU	DRUH DÝKY		NADŠENÍ	NATOŽ	O CO
PROGRA- MOVACÍ JAZYK					KRASOCIT					INIC. HEREČKY SYSLOVÉ ZLIKVI- DOVAT			INU (NÁREČNĚ)			
PRUDKÝ					VĚNOVAT ITALSKÁ ŘEKA								ÚSEK HONITBY MAĎARSKÝ ZÁPOR			
	SPOJKA	NEVOLNÍK (ZAST.) NAUKA O REČNIC- KEM UMĚNÍ						HERBÁŘ MALÝ TOLAR								AMERIČAN (SLANGOVĚ)
ZAJIŠŤOVAT VÁHY								BLÚZA PRVEK ZNAČKY ZN								
1. DÍL TAJENKY														DOVED- NOST 1. DUBEN		
NEJEDNO- DUŠÍ ALKEN					BEŽZENSTVÍ KATO- LICKÝCH KNĚŽÍ PARADA								MOHAME- DŮV ZEŤ POČÍTA- COVÁ KLÁVESA			
	ČÁST STŘECHY Z JAKÉHO DŮVODU					PATŘÍČÍ TANĚ POVEL PSOVI						OPAK LYRIKA SŮL KYSELINY JODOVODI- KOVÉ				
OUHA			ZKRATKA LIBERECKÉ UNIVERZITY JM. HERCE KARIMA				PYSK HAVAJSKÝ KVĚTINOVÝ VĚNEC				OZN. ŽEL. VOZU JAPONSKA PATRAT (HOVOROVĚ)				SEKAT	ANGL. ČASNĚ
ANGL. OKRAJ				KOMPLEX OBRA- ZOVKA POČÍTAČE						TĚŽKOSTI KANADSKÝ NÁRODNÍ STROM						
PÁDOVÁ OTÁZKA					HLES ZKRATKA VÁLEČNÝCH LODÍ USA				KANTÝNA OPILÝ							
DLOUHÁNÍ							PODNOŽNÍK AUTOR TŘÍ MUŠKE- TYRŮ							FRANCOUZ- SKÝ ZLATO MĚSTO V JIŽNÍ KOREJI		
	ODRŮDA JABLONĚ	AMERICKÁ STANDARD. INSTITUCE TRHAVÉ (V HUDBĚ)					PŘEMO- ŽITEL GOLIÁŠE MASNÝ VÝROBEK						ÚL (ZAST.) SEYCHEL- SKÝ OSTROV			
VLASTNÍ IRMĚ						ŠUMĚNÍ SLOVINSKÝ SPISOVA- TEL						ODPLATY OSLOVENÍ MUŽE				
DVOJZPĚV					ŽERTOVÁNÍ POPLATEK ZA MLETÍ						INDICKÝ FILM NEMRAVA				ANGL. ZBOŽNOVAT	PRYČ
ANGL. BRIŠNÍ										VEHNAT OBTÍŽNÍ BROUCI						
HEYERDAH- LOVO PLAVIDLO		POHOŘÍ V IRSKU VÝZVA K PŘINE- SENÍ						MUŽSKÉ JMENO (28.11.) POKLES- NUTÍ						RUSKÝ SOUHLAS NAMAČKATI		
ZNAČKA VYSAVAČŮ				STARŠÍ SPZ LOUN GRUZIE			MLADÉ HRABAVÉHO PTÁKA ORIENTÁLNÍ PRYSKYŘICE						ANGLICKÁ ZÁPORKA MYTOLO- GICKÝ KRASAVEC			
UŽÍVÁNÍ DROG						ANGL. JINAK DRUH CIHLY						ŠVÝCARSKÁ ŘEKA IRSKÝ HEREC				
	ŘÍMSKY 2006	TO I ONO (ŘÍDCE) DLOUHÉ OBDOBÍ DĚJIN				2. DÍL TAJENKY ČÁST SVÍČKY										
ITALSKÝ MOŘE					NA BLÍŽE NEUR- ČENÉM MÍSTĚ KÓD OMÁNU					OCEÁNSKÝ JAZYK MYS USA					PŘÍTOK DONU	CHOBOT- NATEC
TAKTOMĚR									TROPICKÉ OVOCE (MN. Č.) CHEM. ZN. LITHIA							
VELKO- OBCHOD (ZKR.)			NEPOHYB- LIVÝ									OBYVATEL ITALIE				
JÍT S DOBOU = BYT ..			NĚMECKY KACHNA					ANGL. INKOUST				ZÁSObNÍK NA SYPKÉ HMOTY				



DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

— 3. 6. 2025 14:00 – 18:00 HOD. —

ZAČÍNÁME V PŘÍZEMÍ
PAVILONU R!



www.nemocnicesumperk.cz



Nemocnice Šumperk a.s., Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk

