

MAGAZÍN

č. 33 | léto 2025

 NEMOCNICE
ŠUMPERK



**ZA VOLBOU JEHO POVOLÁNÍ
STÁLY ZABOUCHNUTÉ KLÍČE**

str. 10

**CÍTLA JSEM SE VIDĚNÁ,
VNÍMANÁ A RESPEKTOVANÁ**

str. 18

ZA KULTUROU DO NEMOCNICE?!

str. 22

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



OBSAH

Šlapeme do toho znovu! 4

Šumperští Motýli zvítězili
na festivalu v Anglii 5

Beseda s profesorem
Pavlem Pařkem 6

Den otevřených dveří 2025 6



Společně za zdravější
budoucnost mladých sportovců 7

Zábava, pohyb a zdraví pro nejmenší 8

Za volbou jeho povolání
stály zabouchnuté klíče 10



Petrov nad Desnou:
Malá obec s velkými plány 12

Kdyby ho nezlákalo rybaření,
byl by profesionálním fotbalistou 15

Cítila jsem se viděná, vnímaná
a respektovaná – jako žena i matka 18

Říkali mi, že jsem utekl hrobníkovi z lopaty 20

Za kulturou do nemocnice?! 22



Z pacientky posilou týmu
revmatologické ambulance 26

Ochrana proti slunečnímu záření 27

MUDr. Miroslav Musílek: Rozhodnutí
stát se pediatrem jsem nikdy nelitoval 28



**NEMOCNICE
ŠUMPERK**



Nekuřácká
nemocnice

Vydává Nemocnice Šumperk a.s.
Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk
IČO: 47682795
Vychází 4 × ročně.
Toto číslo bylo vydáno 31. července 2025.
Evidenční číslo: MK ČR E 23591
E-mail: magazin@nemocnicešumperk.cz
Web: www.nemocnicešumperk.cz
Foto: archiv Nemocnice Šumperk



Šlapeme do toho znovu!



Již potřetí se zaměstnanci naší nemocnice zapojili do celostátní květnové výzvy „Do práce na kole, pěšky nebo poklusem“, která motivuje lidi napříč republikou k udržitelnému pohybu nejen do zaměstnání. Letos se zúčastnilo hned 70 našich kolegů, kteří po celý měsíc poctivě sbírali kilometry – ať už v sedle kola, chůzí nebo během.

Společnými silami urazili úctyhodných 18 900 kilometrů, čímž přispěli nejen ke svému zdraví, ale i k ochraně životního prostředí. Díky své aktivitě totiž ušetřili celkem 3 029 kilogramů emisí CO₂, které by jinak vznikly při cestách autem.

Součástí letošní výzvy byl i společný cyklovýlet do Pivovaru Holba v Hanušovicích, kde účastníky čekala nejen krásná krajina Jeseníků,

ale také exkurze do tradičního pivovarského provozu. Společné aktivní zážitky přinesly příjemné odreagování od každodenní pracovní rutiny.

Během výzvy probíhala také tradiční interní soutěž mezi zaměstnanci, která byla opět plná zdravého soupeření a přinesla řadu obdivuhodných výkonů. Nejvíce zazářil tým s názvem „Ústředna – rychlá rota invalidů“, který dohromady urazil 2 434 km, s průměrem 486 km na člena. Ocenění si odnesli také jednotlivci s nejvyšším počtem cyklistických a pěších kilometrů.

Děkujeme všem, kdo se do výzvy zapojili, za jejich energii, nadšení a inspiraci.



Neděle 7. 9. 2025 od 13:00
Hřiště Cannibals Baseball
Šumperk v Temenici

- Akce pro rodiny s dětmi
- Občerstvení zajištěno
- Soutěže pro děti o ceny

POŘADATELÉ:



Cannibals



**NEMOCNICE
ŠUMPERK**

MAPO
group



**VŠEOBECNÁ
ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA
ČESKÉ REPUBLIKY**

Šumperští Motýli zvítězili na festivalu v Anglii

Jednoho z největších úspěchů v historii sboru dosáhli Motýli Šumperk na mezinárodním festivalu pěveckých sborů, který se konal na začátku května v anglickém městě Kingston upon Hull. Na festivalu mezi sebou tentokrát nesoutěžily jen dětské sbory, ale kategorie byly otevřené i pro sbory univerzitní a dospělé. Motýli zvítězili v kategorii do 25 let i v kategorii duchovní hudby a obdrželi absolutně nejvyšší bodové ohodnocení napříč všemi kategoriemi. Úspěch byl završen cenou za nejlepší sbormistrovský výkon, kterou získala Helena Stojaníková. „Soutěže se účastnilo 24 sborů z celého světa. Slyšeli jsme soubory z celé Evropy, ale i z Číny, a také vítěze prestižních soutěží z minulých let, všichni byli skvělí. O to více nás těší výsledek, o to více si vážím způsobu, jakým se naše děti

prezentovaly. Na to, že do Šumperka přivezeme tři první ceny, jsme se neodvážili vůbec pomyslet. Chtěli jsme hlavně zazpívat co nejlépe a dětem se to opravdu povedlo. Krásný koncert jsme měli ještě před soutěží v Londýně. Cestou jsme také navštívili úžasná místa, jako například univerzitní město Cambridge nebo hrad Windsor. Celý zájezd jsme zakončili sérií vystoupení v Českém Krumlově v rámci oslav 30. výročí našich sborových kamarádů – Medvídat a společně jsme zde účinkovali na akcích k 80. výročí konce 2. světové války,“ hodnotí koncertní turné Helena Stojaníková. Nemocnice Šumperk byla partnerem a podporovatelem účasti sboru na festivalu. Máme radost a gratulujeme!



Beseda s profesorem Pavlem Pafkem



Ve středu 14. května se v kongresovém sále naší nemocnice konala beseda s profesorem MUDr. Pavlem Pafkem, DrSc., jednou z nejvýraznějších osobností české medicíny. Akce se uskutečnila pod záštitou vzdělávací platformy MAPO academy. Už od samého začátku bylo jasné, že nepůjde jen o odborné setkání, ale především o setkání hluboce lidské.

Profesor Pafko, emeritní přednosta III. chirurgické kliniky 1. LF UK a FN Motol, je nejen průkopníkem hrudní chirurgie u nás, ale také člověkem, který si i přes světové renomé zachoval skromnost, nadhled a úctu k pacientům. Sdílel s námi vzpomínky na zásadní momenty své lékařské dráhy – od první transplantace plic v České republice až po náročnou operaci prezidenta Václava Havla.

Nešlo však pouze o medicínské úspěchy. Profesor Pafko otevřeně hovořil i o etice, empatii a vztahu lékaře a pacienta. Jeho slova nás vedla k zamyšlení nad tím, že v jádru každé léčby je především lidskost – naslouchání, porozumění a pokora.

Jeho klidný projev, životní nadhled i laskavý humor inspiroval všechny přítomné posluchače. A již brzy si jej budete moci poslechnout i vy – pan profesor totiž přijal pozvání do našeho podcastu Další prosím. Těšit se na něj můžete již na podzim.

Děkujeme panu profesorovi za čas, který nám věnoval, za otevřenost a životní moudrost, jež nás všechny obohatila. Připomněl nám, že dobrý zdravotník je především dobrým člověkem.

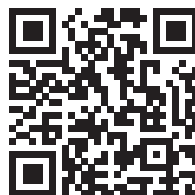
Den otevřených dveří 2025

V úterý 3. června jsme opět otevřeli své dveře široké veřejnosti. A znovu se to povedlo. Čísla a počty natočených porcí zmrzliny hovoří jasně – na akci dorazilo zhruba 700 návštěvníků. Je to důkaz, že naše snaha otevírat areál nemocnice veřejnosti má smysl. Letošní program si navíc vyžádal zapojení více než stovky zaměstnanců. Všem patří velké díky.

Rok od roku bohatší program vám můžeme nabídnout také díky zapojení našich partnerů. V letošním roce mezi ně patřili například Česká průmyslová zdravotní pojišťovna, HZS Olomouckého kraje – Územní odbor Šumperk, Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých (SONS), Zdravotní klauni, Cord Blood Center a v neposlední řadě naši přátelé z Rapotín Golf Club a Cannibals

Baseball Šumperk. Rovněž jim bychom proto chtěli touto cestou srdečně poděkovat.

V neposlední řadě děkujeme za pomoc s organizací také všem 18 studentkám Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické Šumperk.



Skvělou atmosféru celého odpoledne vystihuje i video, které můžete zhlédnout na našem YouTube kanálu Nemocnice Šumperk.

Společně za zdravější budoucnost mladých sportovců

V rámci partnerství s hokejovým týmem Mladí Draci Šumperk jsme pro jeho svěřence uspořádali dvě inspirativní přednášky na téma zdravého životního stylu. Jejich cílem bylo nabídnout mladým sportovcům nejen zdravotní podporu, ale i konkrétní rady, jak o své tělo pečovat dlouhodobě a smyslně.

V první přednášce se kolegyně z oddělení akutní lůžkové rehabilitace zaměřila na kompenzační cvičení. Hokej je fyzicky náročný a jednostranně zatěžující sport, a právě proto jsme s hráči mluvili o tom, jak své tělo vyvažovat mimo led.

Druhá přednáška patřila tématu, které je aktuální nejen ve světě sportu – zdravá strava a pitný režim. Nutriční terapeutka vysvětlila, jak by měl vypadat jídelníček mladého sportovce, proč je důležité správně doplňovat tekutiny a jaká rizika přinášejí populární energetické nápoje.

Děkujeme našim kolegyním i Mladým Drakům za spolupráci a těšíme se na další společné projekty. A všem mladým sportovcům přejeme hodně zdraví – nejen na hřišti, ale i mimo něj!



Věděli jste, že máme vlastní podcast? Jmenuje se DALŠÍ PROSÍM a můžete jej poslouchat ve všech podcastových aplikacích nebo přímo na www.nemocnicesumperk.cz. Tipy na hosty, které byste chtěli slyšet, nám můžete zasílat na e-mail: magazin@nemocnicesumperk.cz.

Na setkání u mikrofonu se těší Terka a Hanka.

Zábava, pohyb a zdraví pro nejmenší

Šumperští baseballisté již třetím rokem úspěšně realizují projekt „Sportujeme s baseballem“ v mateřských školách v Šumperku. Tento originální sportovně-edukační program si klade za cíl podpořit u dětí zdravý životní styl a rozvíjet jejich pohybové schopnosti zábavnou a interaktivní formou.

Jednou týdně si děti užívají organizovaný sportovní trénink, při kterém se zlepšují v míčových hrách, pálkované a dalších pohybových činnostech. Důraz je kladen na všestranný pohybový rozvoj a přirozenou radost ze hry.

Nejde však jen o sport. Nedílnou součástí programu je i vzdělávání – a to hravou formou. V průběhu školního roku navštěvují školky zástupci baseballového klubu Cannibals společně s odborníky

z naší nemocnice. Dětem přibližují důležitá témata, jako jsou správné mytí rukou, dentální hygiena, zdravá výživa, základy první pomoci nebo fyzioterapie.

Tyto besedy mají velký ohlas – v průměru je navštíví kolem 150 předškolních dětí. Sportovní části projektu se pravidelně účastní více než 100 dětí. To vše je důkazem, že děti, rodiče i učitelé mají o tento smysluplný projekt velký zájem.

Díky pozitivní odezvě a výborným výsledkům se od září projekt rozšíří také do prvních a druhých tříd základních škol. „Sportujeme s baseballem“ tak bude mít ještě širší dosah – a i nadále poběží za podpory naší nemocnice a skupiny MAPO Group.



PREVENCE OSTEOPORÓZY

Osteoporóza, přezdívaná také jako “tichý zloděj kostí”, může potkat kohokoliv. **Při osteoporóze dochází k úbytku minerálů z kostní hmoty, který vede ke zvýšené křehkosti kosti**, a ta se tak stává snadno zlomitelná. **Jedná se o plíživé onemocnění**, které je často bez příznaků, nebolí a pacient o něm netuší až do chvíle závažné zlomeniny.

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

Na vyšetření je nutné se předem telefonicky objednat
ve všední dny 8:00 - 12:00.

+420 **583 332 353**
PAVILON C (vchod a, 1. patro)



Za volbou jeho povolání stály zabouchnuté klíče

Jaroslav Hýbl je hasič. Od mládí se také věnoval sportu. Začínal s cyklistikou v Šumperku, účastnil se závodů v šumperském regionu. Později přešel k běhu na lyžích.

Ten ho nakonec přivedl až k vrcholovému sportu. Nové Město na Moravě je pojmem pro každého, kdo se zajímá o zimní sporty. A právě na zdejším gymnáziu Jaroslav Hýbl studoval, trénoval a nahlédl i do národní lyžařské reprezentace. Se sportem spojil i své další studium na Fakultě sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně. Nakonec se ale stal hasičem a zároveň organizátorem běhů s charitativním účelem. A moment, který rozhodl o definitivní volbě jeho povolání, byl opravdu hodně kuriózní!

■ Kde a kdy se zrodila myšlenka organizovat „Běhej s IZS“ a kudy vedla cesta k realizaci prvního ročníku?

Prvotní myšlenka vlastně shrnuje to, co jsem v životě prožil a prožívám. Sportoval jsem od malička, nakonec jsem nahlédl i do vrcholového sportu. Hasičské povolání znamená pomoc ostatním a celý záměr vhodně doplnila myšlenka věnovat výtěžek z těchto akcí někomu potřebnému. Pomohl mi také organizační talent mé manželky. Společnými silami a za pomoci dobrovolníků letos pořádáme již třetí ročník běhu s IZS, který je součástí celého kalendáře aktivit organizovaných s podporou Integrovaného záchranného systému.

■ Jak vzpomínáte na první ročník, který se odehrával v dosti obtížném terénu?

Ten jsme umístili do opravdu náročného terénu. Běhali jsme v oblasti Městských skal a bylo to pro dobře trénované atlety. Naší myšlenkou však bylo oslovit širokou veřejnost, včetně dětí a mládeže. Proto jsme druhý ročník přesunuli do parku naproti hasičské stanici, a myslím, že jsme našli správné prostředí pro tuto akci. Proto se i letošní ročník bude odehrávat ve Smetanových sadech. Projevilo se to také na zvýšené účasti. V prvním ročníku se na start postavilo 100 závodníků, loni už jich byl dvojnásobek. A pro letošní ročník bychom byli rádi za alespoň stejnou účast.

■ V jakém termínu se bude odehrávat letošní běh, jaké budou kategorie a komu bude určen výtěžek z celé akce?

Termín bude podobný jako v loňském roce. Startujeme 30. srpna. Věříme, že lidé budou již většinou zpět z dovolených a účast by mohla být zase o něco větší. Začneme během na 100 metrů pro ty nejmenší, mohou použít i odrážedla, a dospělí se mohou zúčastnit třeba s kočárky. Následovat budou závody pro děti v různých věkových kategoriích na jeden a dva kilometry a vrcholem budou hlavní závody na 5 a 10 kilometrů. Letošní výtěžek bude určen pro Teinku Nováckovou, které byl diagnostikován Rettův syndrom.

■ Generálním partnerem běhu je také Nemocnice Šumperk. Jak se podílí na podpoře a organizaci v letošním roce?

Nemocnice nám kromě finanční podpory zajišťuje také catering, tedy jídlo, nápoje a obsluhu stánků. Poskytuje nám organizační podporu a ceny pro nejlepší běžce v kategoriích. Důležitá je pro náš závod také propagace a marketing, čemuž napomáhají sociální sítě nemocnice se značným dosahem. Všichni další organizátoři jsou dobrovolníci a celý výtěžek akce je věnován na dobročinné účely.

■ Na závěr nesmím zapomenout položit tu zásadní otázku, kdy jste se rozhodl stát hasičem?

(Smích...) Jednou po závodech v Brně jsem zjistil, že jsem si zabouchl klíče v autě. Stál jsem na ulici, byla mi zima, protože jsem byl oblečen jenom na závody. Vůbec jsem nevěděl, co mám dělat, a bezradně jsem se rozhlížel kolem sebe. Najednou šla kolem parta mladých kluků – hasičů. Tak jsem se jich zeptal, jestli by mi dokázali nějak pomoci. No, a za chvilku jsem seděl v autě, byli to šikovní chlapi a auto mi otevřeli během pár minut. To mě hodně zaujalo a byl to ten hlavní moment, proč jsem se přihlásil do výběrového řízení, uspěl jsem a pak samozřejmě doplnil odborné vzdělání a stal se hasičem. Sport a studia na tělovýchovné fakultě byly skvělým základem pro moji práci.

Letošní ročník závodu Běhej s IZS startuje 30. srpna ve Smetanových sadech, přímo naproti hasičské stanici. Přihlaste se na www.behejsizs.cz. Teince můžete přispět také prostřednictvím QR platby:





Petrov nad Desnou: Malá obec s velkými plány

Petersdorf, Petrovice, Petrov, Petrov nad Desnou. Ve změnách názvu obce během staletí můžeme tušit, jak obcí procházela historie. V kronikách se také dočteme, že obec náležela kdysi dávno k Šumperku, později k panství Velké Losiny nebo Vízemberk. Také vrchnost se zde střídala a vedle slavných Žerotínů můžeme najít v kronikách například Bočky z Kunštátu, z jejichž rodu pocházel král Jiří z Poděbrad. V některých epochách nebyl Petrov samostatnou obcí, ale náležel k Rapotínu či Sobotínu. Hranice katastru tvoří většinou řeka, ale u základní školy Petrov stačí pár kroků přes silnici a jste ve Vikýřovicích nebo přejdete most a stojíte v Rapotíně. A pokud si myslíte, že na konečné stanici železnice vystupujete opravdu v Sobotíně, o čemž se vás snaží přesvědčit název stanice, tak vezte, že jste pořád v Petrově nad Desnou a do Sobotína musíte ještě nějakou stovku metrů pěšky.



„Snažili jsme se změnit název stanice na Petrov konečná, ale veškerá naše snaha byla marná,“ potvrzuje potíže s orientací návštěvníků starosta obce Bc. Radoslav Matoušek. Teprve od roku 2010 se může projíždějící návštěvník orientovat podle cedulí, které označují začátek a konec obce. Od 1. ledna 2010 je totiž Petrov nad Desnou opět, a všichni místní doufají, že definitivně, samostatnou obcí. Raritou je, že vznikl jako jedna z posledních v celé zemi po opakovaném referendu, kdy se vyčlenil ze spojení se Sobotínem. Další raritou je, že se odpojila obec větší, Petrov má dnes přes dvanáct stovek obyvatel, zatímco Sobotín něco přes jedenáct set. Pokud by ale někdo čekal, že osamostatnění znamenalo nějaký rozkol a zlou krev, byl by na omylu. Vedení obou obcí si uvědomují, že jsou absolutně propojené, a spolupracují na tom, aby se jejich obyvatelům žilo co nejlépe. Jsou součástí Svazku obcí údolí Desné, který byl původně založen, aby obnovil železnici po povodních v roce 1997, ale dnes plní mnoho dalších koordinačních rolí. Pan Radoslav Matoušek je starostou Petrova od roku 2021 a od letošního ledna také předsedou Kvalifikované valné hromady Svazku obcí údolí Desné, která má na starosti svazkové školství. A protože jak obec, tak i Svazek obcí jsou již několik let partnery Nemocnice Šumperk, je tím správným člověkem, kterému jsme položili několik otázek nejenom o spolupráci s nemocnicí, ale i o rozvoji obce a celého regionu.

■ Průjezd obcí je v současné době ztížen zastávkou na semaforech, které jsou zde umístěny z důvodu stavebních prací u silnice. Co se v Petrově právě nyní buduje?

Naše obec je zásadně ovlivněna silnicí první třídy s číslem I/11, která kdysi byla hlavní spojnici z Prahy do Ostravy a dále na Slovensko. I dnes je ale velice frekventovaná a my se snažíme zajistit bezpečnost našich občanů a turistů, ať již jdou pěšky, nebo jedou na kole. Proto postupně budujeme



Budova základní školy v Petrově nad Desnou

cyklostezku a chodník v návaznosti na stavbu, která již slouží a spojuje Rapotín s Petrovem nad Desnou pomocí nové lávky a dále pokračuje až po křižovatku u hasičské zbrojnice. Tam se chceme v budoucnu napojit a zároveň by tam měl také vzniknout bezpečný přechod pro chodce, hlavně pro děti z mateřské školky. Aktuálně budujeme část cyklostezky od obecního úřadu po fotbalové hřiště. Cílem je obě části stezky propojit a zcela vyvést dopravu cyklistů a pěších ze silnice a zajistit bezpečnou jízdu cyklistů až do Šumperka. Realizace nebude jednoduchá, čeká nás stavba nové lávky, rekonstrukce současného přemostění řeky Merty a také výkupy soukromých pozemků, což je vždy nelehký úkol. Ve financování si pomáháme žádostmi o podporu ze státních i krajských fondů, hledáme finanční zdroje, kde se dá.

■ V minulosti potrápily obec ničivé povodně, klima se evidentně mění a dají se očekávat podobné události. Jak je obec na velkou vodu připravena?

Protipovodňová ochrana je pro naši obec zásadní téma. Petrov byl těžce zasažen povodněmi v roce 1927 a 1997. V září loňského roku nás zachránily preventivní snížení hladiny nádrže Dlouhé Stráně a také nově vybudovaná opatření na řece Desná. Naštěstí přestalo pršet v nejkritičtější chvíli, kdy voda už v některých místech překonávala nově postavené hráze. Ve spolupráci s Rapotínem chceme pokračovat v protipovodňových opatřeních třetí etapou od soutoku Desné a Merty směrem na Velké Losiny. V nejbližší době bude zahájena práce na projektování a doufáme v aktivní zapojení Povodí Moravy, které má péči o obě řeky v gesci. Považuji ale za nejdůležitější vybudovat poldry a další opatření na horním toku řeky Desné. Bez toho

současná opatření v obcích, která jsou stavěna na padesátiletou vodu, nemusejí v budoucnosti stačit.

■ Když se návštěvník projede obcí, vidí mnoho upravených míst. Můžete zmínit ještě další uskutečněné investice a také plány do budoucnosti?

S využitím dalších dotačních zdrojů z Národní sportovní agentury a Olomouckého kraje jsme vybudovali víceúčelové hřiště u nádraží v Petrově a s podporou Ministerstva pro místní rozvoj zrekonstruovali komunikace v Terezíně. Naším obecním stříbrem je naše škola, která stojí na hranici tří katastrů, v níž jsme opět zlepšili prostředí pro děti novým plynovým vytápěním, elektroinstalací a rekonstrukcí sociálního zázemí. Kromě již zmíněné kompletní cyklostezky máme v plánu zvelebit prostor stávajícího parkoviště u obecního úřadu a také prostor před prodejnou Jednoty a panelového domu. Na zvelebení čekají šatny a celé zázemí fotbalového areálu. Rekonstrukce se dočká celý přednádražní prostor v Petrově. Jsme rádi, že díky iniciativě soukromého investora se budují parcely pro výstavbu rodinných domů směrem k Terezínu, což může znovu zvýšit počet obyvatel naší obce.

■ To jsou dosti rozsáhlé investiční plány. Kolik lidí se podílí na chodu a rozvoji obce?

(Smích...) Na obci jsem na plný úvazek já, čtyři administrativní pracovníci a čtyři pracovníci údržby obce. Snažíme se... Pomáhá mi i moje předchozí praxe, vystudoval jsem průmyslovku a pak pracoval v Šumperku na odboru dopravy. Při zaměstnání jsem vystudoval na VŠ ještě sociální pedagogiku. Poradím si jak s technickými a správními agendami, tak i s komunikací

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 13>

v rámci obce i navenek. Vlastním také oprávnění k řízení veškerých motorových vozidel kromě motocyklu. Nejsme tak velká obec, abychom si mohli dovolit specialisty například v oboru stavebnictví atd. V konkrétních případech si na kratší dobu najímáme externí služby.

■ Život v obci ale nejsou jenom investice....

Samozřejmě se také snažíme podporovat společenský život. Pořádáme nejrůznější akce pro veřejnost, plesy, obecní slavnosti, akce pro děti i se sportovním zaměřením. Máme také radost z realizace projektu Petrovské studánky, což je devítikilometrová naučná stezka, která spojuje čtyři známé studánky v okolí obce, upozorňuje na vzácné rostliny a studánky nabízejí vodu k osvěžení, a může sloužit nejen občanům obce, ale i turistům a všem, kdo mají rádi přírodu.

■ Od letošního roku stojíte rovněž v čele Kvalifikované valné hromady Svazku obcí údolí Desné jako její předseda. Jak je tato pozice propojena se „starostováním“ v obci?

Předsednictví jsem převzal po Mgr. Bohuslavu Hudcovi, starostovi Rapotína. Kvalifikovaná valná hromada se prioritně stará o svazkové školství, které sdružuje 5 obcí svazku, Rapotín, Petrov nad Desnou, Sobotín, Rejchartice a Vernířovice. Svazek obcí údolí Desné má primárně na starosti především železnici Desnou a její řádné fungování. V dopravě do Sobotína chceme uskutečnit určité změny v jízdním řádu, především rozšířit

víkendové spoje, což souvisí s rozvojem turistického ruchu v celé naší oblasti. Spolupráce je ale mnohem širší a podílíme se společně i na dalších projektech. Jedním z nejúspěšnějších je založení svazkové školy, pod kterou patří základní školy v Rapotíně, v Sobotíně a v Petrově, mateřská škola v Rapotíně a dvě mateřinky v Petrově. Byli jsme druhou obcí v ČR, kde svazková škola vznikla, a přináší nám to velké výhody a flexibilitu v umísťování žáků v jednotlivých zařízeních. Dopravu dětí do a ze škol zajišťuje náš školní autobus.

■ Se všemi obcemi svazku spolupracuje také Nemocnice Šumperk. Jak tuto spolupráci a podporu vnímáte?

Spolupráce s nemocnicí probíhá úspěšně již několik let. Finanční podporu směřujeme především do volnočasových aktivit mládeže, zejména sportu. Z tohoto hlediska zvláště oceňujeme letošní pilotní projekt v mateřských školách s názvem Sportimáček, kdy Nemocnice Šumperk vybavila všechny naše školky cvičebními sadami a nechala odborně proškolení paní učitelky, aby se mohly věnovat pohybovým aktivitám dětí alespoň hodinu denně. Součástí projektu jsou i vzdělávací videa a on-line podpora. V nejnižších ročnících základních škol pak bude nemocnice podporovat pohybovou výchovu ve spolupráci s kvalifikovanými trenéry. Stejným způsobem realizuje nemocnice partnerství se všemi obcemi svazku, což považuji za jedinečný projekt a velmi si této spolupráce vážím.

Blues Alive

Šumperk
14.-16.11.
2025

blues & roots
music festival

Joanna Connor*
GA-20 * Walter Trout
Mark Hummel feat. Anson Funderburgh *
Selwyn Birchwood Band feat. Carly Harvey
* Jerron Paxton * Dirty Deep *
Beaux Gris Gris & The Apocalypse
* Elijah Wald * Sari Schorr * Halo Rider * Cinelli Brothers *
Sean Mack McDonald * Rett Smith * True Strays * The Lettners Combo
* The Bad Week * Robert Kordylewski * Kiero Grande * Onus Blues *
O. J. Zlábek Band * Beans & Bullets * jam band: The Claudettes

koncerty / jam sessions / masterclassy / poslechové pořady / film / výstavy

www.bluesalive.cz

FINANČNÍ PODPORA:

GENERALNÍ PARTNER:

HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER:

PRVNÍ PARTNER:

VINNÝ PARTNER:

HLAVNÍ PARTNEŘI:

UBYTOVACÍ PARTNEŘI:

PARTNEŘI:

Kdyby ho nezlákalo rybaření, byl by profesionálním fotbalistou

Loví trofejní kapry a vyrábí návnady, které znají rybáři po celé republice. Milan Kalous pracuje už šestnáctým rokem v naší nemocnici jako technik medicinálních plynů, ale jakmile má volno, míří k vodě. Se svým týmem letos vybojoval 2. místo na největší kaprařské soutěži světa – IBCC na Balatonu, ale kapry přitom zásadně nejí. V rozhovoru vypráví o tom, jak se z koníčku stala soutěžní disciplína, o kapřím jídelníčku i o tom, proč si domů už patnáct let nepřinesl jedinou rybu.



■ Mohl byste se našim čtenářům krátce představit – jaká je Vaše role v nemocnici a jak dlouho tady pracujete?

Jmenuji se Milan Kalous, pracuji tu už šestnáctým rokem a náplní mojí práce je instalace a údržba medicinálních plynů. To je například kyslík, oxid dusný (známý také jako „rajský plyn“) nebo oxid uhličitý. Kontroluji jejich čistotu a tlak, aby bylo vše připraveno na provoz, a samozřejmě opravuji, co je potřeba.

■ Kdy a jak jste se dostal k rybaření? Byl to koníček od dětství, nebo jste si k němu našel cestu později?

Rybařit jsem začal už v dětství, zároveň jsem se ale věnoval i fotbalu. Naši chtěli, abych dělal spíš ten sport, všichni mi říkali, že na to mám talent (fotbal jsem na střední škole hrál i profesionálně). Bohužel dvěma koníčkům se ale na vyšší úrovni věnovat nedá, a já jsem tihnul víc k tomu rybaření. Pak jsem měl i několik úrazů, které mě poslaly do předčasného sportovního důchodu, a tak jsem fotbalu nechal úplně a začal jsem se naplno věnovat rybařině.

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 15>

■ ***Takže kdybyste se nerozhodl pro rybaření, byl by z Vás profesionální fotbalista?***

Kdybych se nerozhodl pro rybaření a kdyby nebylo těch úrazů, které mou sportovní kariéru předčasně ukončily, je dost možné, že bych se profesionálně věnoval fotbalu.

■ ***Co Vás na rybaření baví nejvíc? Je to spíš klid u vody, nebo adrenalin při soutěžích?***

Je to rozhodně kombinace klidu i adrenalinu. Věnuji se konkrétně lovu trofejních kaprů, a ta moderní rybařina je dnes už opravdu daleko. Není to jen nahazování prutu ze břehu, ale na soutěžích například zavážíme návnadu na člunu s elektromotorem i 500 m od břehu. Někdy prší, někdy je nám zima, sedíme v blátě, jsou velké vlny – to je rozhodně adrenalin. Zároveň se ale jezdím i o víkendů k vodě „vyklidnit“.

■ ***Na jaké návnady chytáte? Je nějaké specifikum, co se týče kaprů?***

Já si návnady sám připravuji – mám i vlastní značku Rebelbaits, pod kterou je prodávám. Nemůžu samozřejmě prozrazovat výrobní tajemství (smích), ale jídelníček kapra se skládá z rybí moučky, trávicích enzymů a podobně. Dávám si záležet na tom, aby potom, co se kapr dobře nají, mu to i dobře trávil. Jsem takový „kapří kuchař“. Surovinu objednávám z asi 18 zemí, například z Norska, Francie, Anglie... A ano, návnada na kapra je poměrně specifická, takže je pravděpodobnější, že na ni chytíte spíše toho kapra než jinou rybu.

■ ***Máte nějaké oblíbené místo, kam se vracíte rybařit nejraději?***

Mám oblíbené místo v blízkém okolí svého bydliště, ale my rybáři o tom obecně neradi mluvíme, protože chceme těm našim místům zachovat co největší klid.

■ ***Jak se z rekreačního rybaření stane soutěžní disciplína?***

Je to dlouhá cesta. Rybaření je od mládí moje velká vášně a někteří moji kamarádi to měli stejně. A tak jsme se domluvili, že vytvoříme tým a zkusíme nějaké závody. Porovnáme naše schopnosti s jinými týmy, třeba i z jiných zemí. Šli jsme do toho a začalo se nám dařit.

■ ***To rozhodně. Letos jste se svým týmem vyhrál druhé místo na největší soutěži v lovu kaprů na světě – gratulujeme! Můžete nám přiblížit, jak to na takové soutěži chodí a jak se vlastně rybaří v týmu?***

Každý závod má samozřejmě svá pravidla. Většinou se ale složí tým tří až čtyř lidí a chytá se na čtyři pruty. Práci máme v týmu rozdělenou, protože obsluhovat čtyři pruty, když si jeden vyváží třeba těch 500 m daleko, je složité.

Jak jsem říkal, máme čluny, na kterých vyjíždíme na vodu. Vybereme místo, kde si myslíme, že ten kapr bude nejlépe přijímat potravu, kterou mu předkládáme, a pustíme tam návnadu. Prut pak zavezeme zpět na břeh, kde ho dáme

do stojanu. Jeden z nás jede třeba takto zavézt návnadu, jiný má „zdlávačku“ (zvolání kapra, který se chytil na návnadu) a ten poslední hlídá zbylé pruty.

Tahle konkrétní soutěž probíhala týden v kuse. To znamená, že lovíme i v noci. Jak jsem mluvil o té technice – dnes už máme signalizátory (nebo taky pípáky s příposlechem), což je zařízení, které nás upozorní, když máme záběr. Takže si v noci můžeme jít i na chvíli lehnout.

Samozřejmě je důležité mít dobrý tým. Musíme se na svoje parťáky spolehnout, za ten týden, co tam jsme, nesmí přijít žádná týmová ponorka, a také to musí být všechno zkušeni rybáři. Když je ta ryba velká (největší kapr ulovený letos na soutěži na Balatonu měl 35 kg), je potřeba nejen fyzické zdatnosti, ale i nějakých zkušeností a schopností k tomu ji překonat.

Když kapra vytáhneme, zavolá se rozhodčí. Ryba se pečlivě zváží a zapíše, počítají se pouze ryby, které mají 10 a více kilo. Po týdnu vyhrává zjednodušeně ten tým, který má největší nachytanou váhu. My jsme nachytali celkem 585 kg bodované ryby, kdybychom počítali i ty menší, nebodované, mohlo by to být něco kolem 1 300 kg. Poslední den soutěže jsme byli ráno dokonce první, takže to byl stres, jak to dopadne. Nakonec nás překonal tým také z Česka, který měl o 11 kg víc (to je tak ten jeden kapr). Zajímavostí je, že na třetím místě byl též tým z Česka. Takže žijeme rozhodně v republice, kde je velmi velká konkurence (smích).

■ ***Stačí jeden člověk na 35 kg kapra?***

Stačí. Jak jsem říkal, je to kombinace fyzické síly, zkušeností a dovedností.

■ ***Na soutěži IBCC byli účastníci z více než 20 zemí – Kazachstán, Vietnam, Anglie, Norsko... Jste tam v kontaktu s ostatními týmy? Přijíždíte třeba domů s novými kontakty?***

Ano. Shodou okolností jsme na této soutěži měli místo právě vedle Kazachstánců, byli to super chlapi. Dokonce jsme zůstali v kontaktu a plánujeme, že se navštívíme. Zároveň my Češi a Slováci držíme hodně spolu, i když jsme tam vlastně konkurenti. Letos jsme třeba píchli člun a potřebovali jsme ho zalepit, a kluci z Česka, kteří byli zhruba 30 km od nás, nabídli, že skočí do auta a dovezou nám, co budeme potřebovat. Byli skvělí.

■ ***Co pro Vás osobně ten úspěch znamenal? Byl to splněný sen?***

Rozhodně. Je to odměna za naši píli, za ty stovky, možná tisíce hodin strávených v dílně, kde vyrábím návnady. Soutěž zaštiťuje Fishing & Hunting, což je rybářská televize. Měli jsme tam několik rozhovorů, byli jsme v televizi, vyšly o nás články na internetu. V soutěži je zainteresovaných i spousta – nám rybářům – známých osobností... Byl to rozhodně velký zážitek.

■ *Otázka, na kterou se prostě musím zeptat – jíte kapra?*

Nejím. Dokonce ryby nejím vůbec, nechutnají mi. Rybařím stylem „chyt' a pusť“, takže jsem 15 let domů žádnou rybu nevzal. Dělán to opravdu jako koníček, dokonce i na Vánoce toho kapra kupuji v rybárně.

■ *Co byste poradil lidem, kteří by chtěli s rybařením začít?*

Je to krásný koníček, člověk ale musí mít v sobě „něco do přírody“. Protože jak jsem již říkal, jsme hodně u vody, v blátě, někdy prší a je zima. Základem je mít rybářskou povolenku, takže si určitě musíte udělat rybářské zkoušky, kde se naučíte co a jak. Dál už se dneska všechno dočtete na internetu nebo vám ohledně návnad poradí v obchodě. Pak už stačí jen koupit nějaké základní vybavení a vyrazit.

■ *A je naopak něco, co by rozhodně lidé dělat neměli? Co Vás třeba rozčiluje, když dělají ostatní rybáři?*

Rozhodně nepořádek. Ničíme si poslední kousky přírody, je to příšerné. Hlavní zásada, kterou hlásám, je: „s čím k vodě

přijedeš, s tím bys měl i odjet“. Druhá věc je hluk – člověk si jede k vodě odpočinout, a přijedou tam mladí kluci s velkými reproduktory, pustí hudbu nahlas, dělají kravál. To také v té přírodě není dobře. Třetí špatná stránka je alkohol. Někdo s tím alkoholem na rybách prostě neumí zacházet. Já si občas také něco dám, ale je rozdíl jet na ryby a u toho se napít, anebo se jet opít a u toho si trochu zarybařit.

■ *Máte ještě nějaký rybářský cíl nebo sen, který byste si chtěl splnit?*

Jeden krůček ještě je. A to mistrovství světa v lovu kaprů, kde je opravdu už jenom 100 nejlepších týmů z celého světa. To se koná příští rok ve Španělsku. S týmem tam jedeme a chtěli bychom se samozřejmě co nejlépe umístit. Už teď se začínáme připravovat – zjišťujeme si detaily, tipy, jak se co nejlépe připravit na španělské kapraření, a samozřejmě španělské podnebí. Tak nám držte palce!



Tým Rebelbaits CZ, zleva: Roman Dvořák, Milan Kalous, Roman Smyček

Cítila jsem se viděná, vnímaná a respektovaná – jako žena i matka

Zhruba každé čtvrté těhotenství končí v České republice císařským řezem. Ne všechny císařské řezy jsou ale stejné. Čím dál více se napříč porodnicemi přistupuje k takzvanému „laskavému“ císařskému řezu, který také vystihují slova jako jemný, šetrný nebo respektující. Jeho cílem je přiblížit prožitek z narození miminka co nejvíce přirozenému porodu, i když je nutná břišní operace. U laskavého císařského řezu se žena neuspává, je při vědomí a aktivně se porodu účastní.

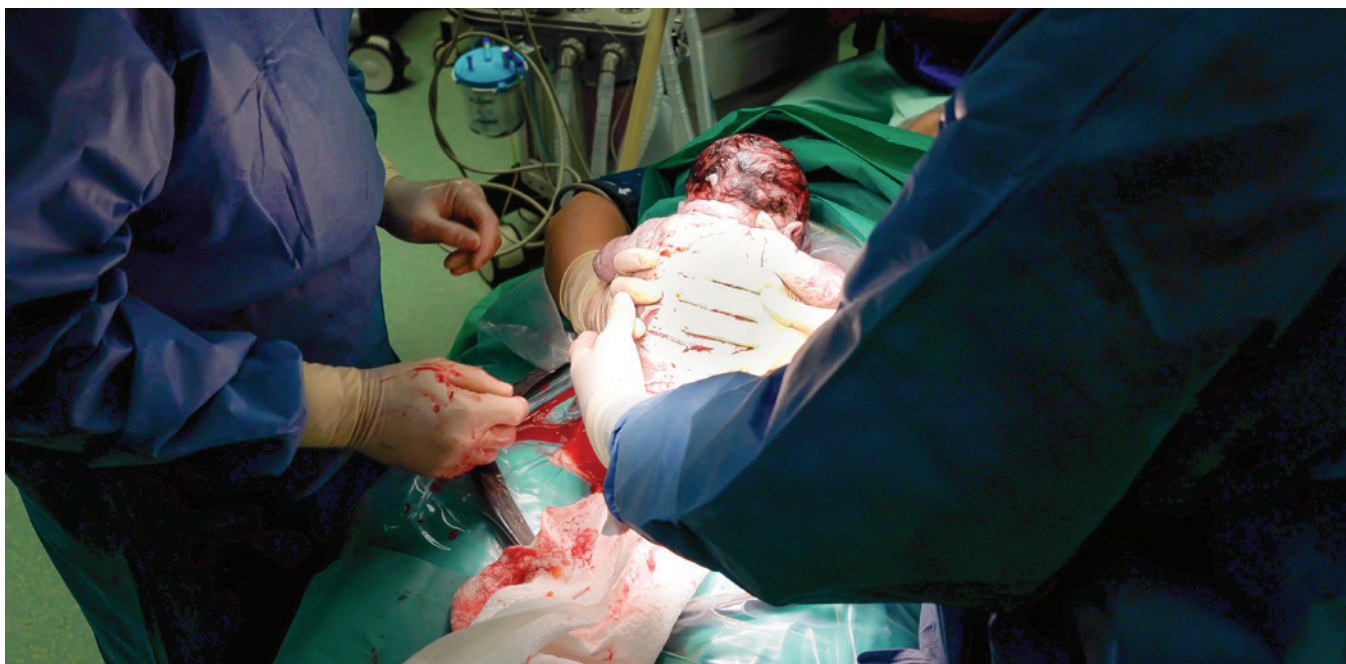


I v naší porodnici se snažíme ke každé rodičce přistupovat individuálně, vyslechnout si a respektovat její přání a představu o průběhu porodu. Proto nás těší, že se s vámi můžeme podělit o zkušenost maminky Denisy, která si přeje, aby každá žena věděla, že i císařský řez může být krásný, hluboký a laskavý. A že má smysl mluvit o svých přáních – protože někdy si stačí jen říct... a dveře se otevrou.

„Původně jsem chtěla rodit ve Fakultní nemocnici v Ostravě – právě kvůli možnosti laskavého císařského řezu, protože jsem věděla, že v mém okolí se tento způsob zatím nenabízí. Něco mi ale říkalo, že bych to měla zkusit vykomunikovat i tady v Šumperku, kde mám důvěru a bližší zázemí. A víte

co? Podařilo se,“ říká Denisa, která v pondělí 30. června přivedla v naší porodnici na svět dceru Julii.

Laskavý císařský řez má několik aspektů a několik z nich se snažíme v naší porodnici dodržovat vždy, když to průběh porodu umožní. „Standardně nabízíme maminkám možnost doprovodu partnera či jiné blízké osoby i k císařskému řezu. Pokud se na to tatínek necítí, může na miminko počkat v předšálí a poté jej doprovodit na oddělení šestinedělí,“ popisuje MUDr. Karel Huml, primář gynekologicko-porodnického oddělení. Samozřejmostí je také okamžitý kontakt kůže na kůži, tzv. bonding, ihned po narození miminka, stejně jako je tomu u spontánního porodu. „Pokud



je to možné, novorozenec je přiložen přímo na hrudník matky, což podporuje jejich vzájemnou ranou vazbu a přispívá k lepšímu zahájení kojení a zpracování zážitku z porodu jak pro maminku, tak i pro miminko. Pokud zdravotní stav maminky neumožňuje okamžitý bonding, nabízíme tzv. zástupný bonding s tatínkem, který probíhá v klidném prostředí novorozeneckého úseku,“ dodává primář Huml.

Dalším z aspektů respektujícího císařského řezu je aktivní zapojení rodičky do procesu vybavení miminka z dělohy. S tímto přáním jsme se až do konce června nesetkali, nicméně jsme na něj byli připraveni. „Paní Denisa se mi se svým

přáním svěčila přibližně okolo 20. týdne těhotenství. Zmínila, že vnímá velmi dobrou pověst naší porodnice a současně by si přála, abych u jejího porodu byl já osobně. Prioritou pro ni ale bylo prožít si laskavý císařský řez a měla obavy, zda jejímu přání vyjdeme vstříc. Vše jsem komunikoval s primářem Humlem, který ihned souhlasil, a já byl rád, že můžu pacientce předat dobré zprávy. S blížícím se termínem porodu už jsme jen řešili poslední detaily jeho průběhu,“ popisuje MUDr. Michal Procházka, zástupce primáře gynekologicko-porodnického oddělení.

„Díky vstřícnosti a otevřenosti MUDr. Procházky a pana primáře MUDr. Humla jsem prožila něco, co považuji za jeden z největších darů svého života. Měla jsem jedinečnou možnost vytáhnout si své miminko z dělohy sama – samozřejmě pod bezpečným vedením lékařů. Po porodu následoval okamžitý a nepřerušovaný bonding, miminko zůstalo na mém hrudníku, žádné oddělování, žádné zbytečné zásahy,“ popisuje průběh porodu maminka Denisa. Také dodává, že se celý porod odehrával v klidné atmosféře plné úcty a lidského přístupu. „Lékaři i veškerý další personál vytvořili prostor, kde jsem se cítila viděná, vnímaná a respektovaná jako žena i matka. A to vše v porodnici, kde se tento typ porodu standardně nedělá – ale kde byli ochotní naslouchat a umožnit výjimečný zážitek.“

„Snažíme se ženám vycházet vstříc. Vše jim vysvětlujeme a probíráme společně jejich přání, která se snažíme respektovat. Samozřejmě to nesmí ohrozit maminku, miminko ani personál,“ doplňuje MUDr. Karel Huml. Na závěr Denisa poděkovala celému týmu, ale především MUDr. Procházce a primáři MUDr. Humlovi – za ochotu, důvěru a lidskost. Díky jim dvěma si dle jejích slov odnesla zážitek, který změnil všechno.



Říkali mi, že jsem utekl hrobníkovi z lopaty

Z banálního nachlazení se během několika dnů stal boj o život. Panu Hurnykovi, aktivnímu a pracovitému muži, se náhle zhoršil zdravotní stav natolik, že musel být hospitalizován na jednotce intenzivní péče. Diagnóza? Těžká chřipka typu A s akutním respiračním selháním a selhávajícími ledvinami. Díky včasnému zásahu záchranářů, špičkové péči ve FN Olomouc a následné léčbě v naší nemocnici se mu však podařilo „utéct hrobníkovi z lopaty“. O svůj příběh se rozhodl podělit, aby vyjádřil vděčnost všem, kteří mu pomohli vrátit se zpět do života.



Jmenuji se Rostyslav Hurnyk, je mi 55 let a pracuji jako výrobce a montér plastových oken. Jsem zvyklý na pohyb, moje práce není žádné sezení za stolem – a možná právě to mi nakonec zachránilo život.

Všechno začalo poměrně nenápadně. Zhoršené dýchání, zvýšená teplota – vypadalo to jako obyčejné nachlazení. V úterý jsem šel ke svému praktickému lékaři, který mě poslal na rentgen plic. Výsledky měly přijít v pondělí. Jenže do pondělka jsem už doma nevydržel... Manželka byla celý týden na návštěvě u své rodiny, a tak mě přišel v sobotu zkontrolovat kamarád. V tu chvíli už jsem na tom byl dost

špatně – slabý, zadýchaný, prostě šlo poznat, že něco není v pořádku. Kamarád zavolal sanitku. Záchranáři mi dali kyslíkovou masku a změřili saturaci – měla jen 20 %. Ani si nepamatuji, jak mě vezli do Fakultní nemocnice v Olomouci. A už vůbec ne přijetí na jednotku intenzivní péče.

Na JIP mě připojili na mimotělní oběh. Měl jsem chřipku typu A, která napadla plíce, a k tomu mi selhávaly ledviny. Nemohl jsem dýchat sám, takže mi museli udělat tracheostomii. Dva týdny jsem byl v umělém spánku a žil vlastně jen díky přístrojům.

Když mě po dvou týdnech začali probouzet, nechali moji ženu, aby mi přinesla fotografie rodiny. Nalepila mi je na stěnu. Když jsem se probudil, první, co jsem viděl, byla moje manželka. Seděla u mě, držela mě za ruku a říkala: „Neboj, jsem u tebe.“ A pak jsem viděl právě ty fotky – moji ženu, syna, snachu a malou vnučku. To mi dalo sílu bojovat – rodina. Bez ní bych to nezvládl. Po probuzení jsem nemohl mluvit a dokonce ani psát. S manželkou jsme se proto pokoušeli komunikovat pomocí tabulky s písmenky. Bylo to těžké období.

Po nějaké době jsem si přál, aby mě převezli do šumperské nemocnice – bydlíme poblíž, takže by za mnou manželka mohla jezdit častěji. Přesun se podařil a já jsem se ocitl na oddělení následné intenzivní péče v Nemocnici Šumperk, kde jsem byl více než měsíc.

Zdravotníci mi několikrát řekli, že jsem „utekl hrobníkovi z lopaty“. Že se diví, jak jsem se z toho dobře dostal. A že kdybych neměl fyzicky zdatné tělo, nejspíš by to dopadlo jinak. Já nepiju, nekouřím a moje práce mě udržuje v kondici. Možná i proto jsem se ve čtvrtek a v pátek ještě pohyboval v práci, i když už se mi třeba hůř dýchalo. Ale nic, co by člověk hned považoval za vážné.

Začal jsem rehabilitovat. Nejprve jsem chodil uvnitř po oddělení s chodítkem, protože ven by to tehdy – v březnu – kvůli chladnému počasí a mým plicím nebylo vhodné. Po propuštění mě ještě měsíc navštěvovaly sestřičky z domácí péče MAPO home care. Pomáhaly mi s léčbou dekubitů na nohách, rehabilitací i konzultací ohledně tlaku. Jezdily ob den, a já za to moc děkuji.

Stále beru léky, občas se zadýchávám, kolísá mi tlak a musím nosit stahovací punčochy. Lékaři říkali, že potrvá přibližně půl roku, než se tělo úplně vzpamatuje. Ale já už vím, že to zvládnou.

Chtěl bych moc poděkovat všem, kdo mi pomohli. Záchrané službě, která mě odvezla do FN Olomouc, lékařům a sestřám jak v Olomouci, tak u nás v Šumperku. Měl jsem štěstí na úžasný personál – velmi rád bych jmenovitě poděkoval vedoucí sestře Minářové, panu primáři Čiklovi, ale i všem ostatním, se kterými jsem se setkal. Byli nejen odborníci, ale i lidsky velmi vstřícní, milí, pořád se usmívali, a i když mi bylo nejhůř, neustále mi opakovali, že to bude dobré.

Po ukončení hospitalizace jsem se do nemocnice vrátil – tentokrát už jen na návštěvu. Chtěl jsem se podívat na všechny, kdo mi zachránili život, a poděkovat jim osobně.



I vy můžete spojit
práci s posláním

**PŘIDEJTE
SE K NÁM.**

Podpora profesního vzdělávání
a rekvalifikace je pro nás
samozřejmostí.

www.kariera.nemocnicesumperk.cz

Za kulturou do nemocnice?!

Areál naší nemocnice se stal i v letošním roce dějištěm Klášterních hudebních slavností. Festival, který do regionu pravidelně přivádí špičkové hudebníky, k nám letos zavítal hned dvakrát.

První koncert se odehrál v neobvyklém, ale velmi příjemném prostředí sklepních prostor zrekonstruovaného pavilonu bývalé chirurgie. Představila se zde Cimbálka CML, která přinesla nejen energii lidových tónů, ale také dobrou náladu. Nechybělo ani drobné občerstvení a košt vína, takže se z koncertu vyklubalo milé a přátelské odpoledne.

Zhruba o měsíc později jsme přivítali další hudební hosty – v kongresovém sále vystoupili mladí akordeonisté Duo Absoluta. Dva talentovaní hudebníci, Martin Kot a Viktor Stocker, předvedli působivé vystoupení, které v sobě spojilo tradici i moderní výraz.

Děkujeme festivalu Klášterní hudební slavnosti za krásné hudební zážitky a těšíme se zase příště!





pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 25>





Z pacientky posilou týmu revmatologické ambulance

První příznaky revmatoidní artritidy (bolesti a oteklé prsty na rukou) se začaly u paní Kašíkové projevovat, když jí bylo 17 let. „Bylo to v roce 1989 a zdravotní péče byla na zcela jiné úrovni než dnes. Téměř rok trvalo, než jsem se dostala ke specialistovi – do revmatologické ambulance MUDr. Kláry Šírové v Ostravě, kde mi byla diagnostikována revmatoidní artritida a v 18 letech mi byl z důvodu závažnosti onemocnění přiznán invalidní důchod nejvyššího stupně,“ vzpomíná Regina Kašíková.



V roce 1994, po narození dcery, se zdravotní stav paní Kašíkové rapidně zhoršil. O rok později se stala pacientkou MUDr. Dagmar Galatíkové v nově otevřené revmatologické ambulanci v Bruntálu. „V průběhu let jsem užívala všechny možné dostupné léky a podstoupila několik závažných operací výměny drobných kloubů na ruku a následně i zákroky na nohou v pražském Motole. Moje onemocnění s sebou neslo změny a deformace na horních i dolních končetinách a k artritidě se časem přidaly ještě komplikace ve formě těžké osteoporózy, které mě několikrát na poměrně dlouhou dobu upoutaly na lůžko,“ dodává Regina Kašíková.

Velká a zásadní změna k lepšímu nastala až s nasazením biologické léčby v roce 2008. Po celou dobu paní Kašíková docházela do ambulance v Bruntálu, kde díky dlouhodobé a pravidelné léčbě navázala přátelský vztah se sestřičkou Michaelou Balonovou, která tam působí od samého začátku, tedy více než 30 let.

„V roce 2024 jsme do ambulance hledali administrativní výpomoc a vzhledem k tomu, že zdravotní stav paní Kašíkové byl stabilizovaný, ambulanci velmi dobře znala a celý tým jí byl blízký, domluvili jsme se na občasné spolupráci, která se vyvinula v pravidelnou pracovní dobu,“ vysvětluje sestřička bruntálské ambulance Michaela Balonová. „Z důvodu plné invalidity jsem nikdy nepracovala a tuto oblast života jsem neměla naplněnou. Práce v ambulanci mě velmi baví, naplňuje a dodává mi životní energii,“ dodává paní Kašíková.

Je potřeba zmínit, že díky velkému pokroku medicíny, biologické léčbě a včasné diagnostice už naštěstí k tak závažným deformitám končetin dochází v mnohem menší míře. A proto i přítomnost paní Kašíkové působí na pacienty ambulance velmi pozitivně, dodává jim optimismus a mnohdy také pocit uvědomění si a přehodnocení míry závažnosti jejich vlastních obtíží. Spolupráci si pochvaluje celý tým ambulance, který se díky přítomnosti Reginy Kašíkové může věnovat čistě odborné pracovní náplni.

Ochrana proti slunečnímu záření

Ochrana před slunečním zářením je dnes velké téma. Jedni jsou zastánci vysoké celoroční ochrany, jiní zarputilými odpůrci. Někdo tvrdí, že jsou SPF přípravky toxické, jiný zase doporučuje se mazat kokosovým olejem. Co na to tedy říká věda?

Jak se vyznat mezi všemi těmi pojmy? UVA, UVB, SPF...

Ultrafialové (UV) záření je složka slunečního svitu. Nejčastěji se setkáváme s pojmy UVA a UVB záření.

UVA (dlouhovlnné):

- ♥ působí na hlubší vrstvy pokožky
- ♥ působí na nás celoročně, v létě i v zimě
- ♥ proniká sklem, takže na nás působí i uvnitř (např. za oknem nebo v autě)
- ♥ urychluje známky stárnutí – vznik vrásek a pigmentových skvrn
- ♥ podílí se na vzniku rakoviny kůže
- ♥ tvoří cca 95 % UV spektra

UVB (krátkovlnné):

- ♥ působí na vrchní vrstvu kůže
- ♥ stojí za tvorbou vitamínu D
- ♥ způsobuje spálení kůže
- ♥ neprochází sklem, v zimě je slabší (nejméně v létě kolem poledne)
- ♥ odráží se od sněhu, proto pozor i v zimě například na horách
- ♥ podílí se na vzniku rakoviny kůže
- ♥ tvoří cca 5 % UV spektra

Ochrana proti UVA záření bývá vyjadřována zkratkou PA (protection grade of UVA) a na obalu výrobku jej vyjadřuje symbol +. Těch může být 1 až 4.

Ochrana proti UVB záření je označována jako SPF (sun protection factor) a na obalu výrobku ji vyjadřuje číslo za touto zkratkou. To bývá v rozmezí 1-50.

Ideální je volit přípravky s tzv. širokospektrální ochranou – ty chrání proti UVA i UVB.

Jsou opalovací krémy toxické?

Krémy s SPF rozhodně toxické nejsou. Veškeré kosmetické přípravky na našem trhu podléhají přísné regulaci, a produkty s toxickými látkami se tak do prodeje nedostanou.



A jak je to s tím kokosovým olejem?

Přírodní oleje – kokosový, olivový, malinový apod. žádnou ochranu proti slunečnímu záření neposkytují.

Závěrem...

Sluneční záření má na lidský organismus pozitivní i negativní účinky. K ochraně před UV zářením je třeba, stejně jako ke všemu, přistupovat se zdravým rozumem a racionálně. Komplexní ochrana zahrnuje nejen výběr správného přípravku, ale také ochranu oděvem, používání brýlí s UV filtrem a vyhýbání se přímému polednímu slunci. Každodenně by se měli před sluncem chránit především lidé se světlým fototypem a ti, kdo tráví většinu dne venku.

V naší lékárně probíhají po celé prázdniny akce na většinu opalovacích přípravků. Tak se zastavte, náš personál vám s výběrem ochotně poradí.

MUDr. Miroslav Musílek: Rozhodnutí stát se pediatrem jsem nikdy nelitoval

Na studia medicíny nastoupil Miroslav Musílek na radu tatínka, který pracoval jako soustružník. Nikdo z rodiny se před ním medicínou nezabýval. Maminka byla v domácnosti a později pracovala jako prodavačka. Starší sestra vystudovala přírodovědeckou fakultu. Chtěl být lesním inženýrem, ale tatínkovu radu „doktor se užíví všude“ si vzal k srdci. Po absolvování gymnázia se rozhodl pro studium medicíny a nastoupil na lékařskou fakultu v Brně. Krátkou praxi absolvoval ve Vyškově, pak se oženil a přemístil na Šumpersko, kde pevně zakotvil. Lékařskou kariéru završil na pozici primáře dětského oddělení, kterou zastával téměř dvacet pět let. Prim. MUDr. Miroslav Musílek je aktivní i po odchodu z primariátu. Pracuje na částečný úvazek v naší nemocnici a také v Lázních Bludov, kde se léčí obezita mladých lidí.

■ Vzpomenete si na Vaše rozhodování o budoucím odborném směřování? Co Vás přivedlo právě k dětské medicíně?

Na počátku to nebylo úplně cílené rozhodnutí. Fakulta měla v době mého studia tři větve. Všeobecné lékařství, pediatrie a zubní lékařství. Dostal jsem se na dětské lékařství a na nějaký čas jsem zatoužil po kariéře dětského chirurga. Ale nakonec jsem pevně zakotvil v klasické pediatrii a nikdy jsem nelitoval.

■ Jaké byly začátky Vaší lékařské praxe?

Vystudoval jsem medicínu v Brně, ale moje první praxe byla ve Vyškově. Moc rád vzpomínám na tehdejšího primáře MUDr. Jakubíčka. V jeho přístupu k mladým lékařům nehrála roli jen medicína, ale i určitá výchova a kulturní rozhled. Každý den jsme začínali společným sezením u kávy a rozpravou o záležitostech medicíny, ale také o věcech běžného života. Mluvili jsme o veřejném dění i o soukromých věcech. Doba nebyla tak uspěchaná a tato setkání pomáhala i k dobrým vztahům na pracovišti. Ale musel jsem samozřejmě také na rok na vojenskou službu, kterou jsem absolvoval na Šumavě ve Vimperku.

■ Jaké okolnosti Vás přivedly do Šumperka?

To je dosti jednoduché. Manželka, byt, pohraniční příplatek (smích...). Dnes to asi zní trochu legračně, ale v té době dostat byt a ještě vylepšený příjem díky práci v pohraničí, byla docela dobrá motivace. Z dnešního pohledu je to už asi těžko pochopitelné.

■ Vzpomenete si na lékařské začátky v Šumperku?

Nastoupil jsem na dětské oddělení v nemocnici. Ale jako mladý doktor jsem byl vyslán na různé zástupy na obvody. Nejčastěji



směřem na Hanušovice, Jindřichov a Staré Město. Jezdil jsem s kolegy MUDr. Motáčkem a MUDr. Adamem. Rozvázela nás ráno sanitka a odpoledne nás zase vezla zpátky. Obvody byly docela rozsáhlé, dětí bylo mnohem více než dnes. Také jsem dva roky vykonával praxi na obvodě v Libině. Vždy jsem ale chtěl pracovat na lůžkovém oddělení a od roku 1981 jsem se stal zástupcem primáře. V čele oddělení tehdy stál skvělý lékař a úžasný člověk prim. MUDr. Vladimír Bukva. Byla radost pod ním pracovat a učit se od něho.

■ **Velký zlom nejenom do medicíny přinesl listopad 1989. Byly změny cítit i v Šumperku?**

Určitě ano. Otevřely se nové možnosti jednotlivcům i celým lékařským zařízením. Mohl jsem si například domluvit stáž na dětském oddělení v australském Perthu. Měl jsem možnost pracovat s profesorem vídeňské kliniky na dětské intenzivní péči a také v německých nemocnicích. Změna nastala i v možnostech nákupu a pořízení přístrojového vybavení. Nově jsme měli přístup k západní literatuře a veškeré spolupráci se světem. Bylo to velmi motivující. Na druhé straně jsem přesvědčen, že jsme na tom nebyli zase tak úplně špatně ani před rokem 1989, v rámci tehdejších možností.

■ **Ty ale byly evidentně dosti omezené...**

Největší problém byl v té době s nákupem západních přístrojů. Pro samotnou nemocnici nebyl nákup možný, protože nebyla oprávněna nakupovat za devizy. Obcházeli jsme tedy místní podniky, které vyvážely na západ, a ty nám významně pomohly. Potýkali jsme se s dosti velkou novorozeneckou úmrtností, to jsme chtěli změnit. Podařilo se nám to díky spolupráci s Velamosem, „Eternitkou“ či MEZem Postřelmov. Nakoupili pro nás ventilátory, monitorovací techniku a vyhřívaná lůžka, což byl tehdy nadstandard. Díky tomu se nám podařilo splnit tehdejší „závazek“ snížit úmrtnost novorozenců pod 10 promile.

Nákupy nebyly jednoduché, ale když se podařilo, byla to motivace pro lékaře i sestry na celém oddělení. Mohli jsme zachránit životy dětí, které by dříve neměly šanci na přežití.

■ **Když srovnáte dnešní dětskou medicínu a promítnete si Vaše začátky. Kam se posunulo dětské lékařství od té doby?**

Samotné dětské lékařství udělalo obrovský pokrok ve všech již zmíněných směrech. A samozřejmě medicína celkově. Zúžila a zkvalitnila se odbornost, v tom jsme světová špička. Dokážeme pomoci pacientům a zachránit ty, kdo by před pár desítkami let neměli vůbec naději. Co ale z mého pohledu vážně, je celková koncepce medicíny. Nemáme dostatek lékařů v první linii. Zkomplikovalo se postgraduální studium, hlavně pro ženy není systém vůbec přátelský. Dřívější systém mi přišel dobrý, velmi praktický, při stážích jsme se dostali ke konkrétním činnostem. Druhá atestace v Praze tedy byla pěkný „nářez“, ale rád na to vzpomínám. Celkově byla medicína v rámci okresu i kraje více koordinovaná. Primář byl zároveň tzv. okresní odborník, z jeho pozice byly řízeny i služby, v nemocnici se střídali praktici z terénu. Odborník měl v gesci i semináře, metodickou podporu a pomoc. A o úroveň výše měl stejnou pozici krajský odborník. Soudržnosti pomáhaly i různé společenské akce, výjezdy celých oddělení, které měly odbornou i společenskou část. Doba nebyla tak uspěchaná.



Foto z archivu MUDr. Musilka

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.

”



Dobrý den,

ráda bych vyjádřila pochvalu a obrovské poděkování vaší porodnici. Nejprve patří velké díky paní Aničce Holinkové. Přednáška, plavání a prohlídka porodnice byla skvělá! Paní Holinková odpověděla na všechny moje dotazy, tím mi pomohla se lépe připravit na přirozený porod a cítila jsem od ní velkou podporu. Můj první porod skončil akutní sekci, proto pro mě bylo důležité se lépe psychicky i fyzicky připravit na přirozený porod. Další obrovskou podporu a porozumění mým přáním jsem dostala od pana primáře Humla. Také mu patří velké díky! Vždy se mnou vše citlivě probral. To největší díky patří porodní asistentce Terce Smyčkové. Byla tam pro mě celou dobu, když jsem ji potřebovala. Nabízela mi různé varianty úlevy, ať už napárku, míč či žebřiny, nechala si drtit ruku a byla mi velkou oporou. Další poděkování patří celému oddělení šestinedělí, dětským sestřičkám a lékařům. Můj syn měl náročnější start a dostal prvotřídní péči. Vaše porodnice nabízí spoustu služeb, ať už plavání, cvičení, přednášky, kineziotaping a další. Já sem je moc ráda využila a díky tomu jsem se dokázala lépe připravit na náš krásný porod. Moc vám všem děkuji.

Spokojená maminka Eliška se synem Martínkem

”

Vážený pane doktore,

rád bych Vám touto cestou poděkoval za finanční příspěvek, díky kterému jsem si mohl pořídit nový invalidní vozík Offcarr Eos. Tento vozík mi výrazně usnadňuje každodenní fungování – je lehčí, bezpečnější, pohodlnější a lépe přizpůsobený mým aktuálním potřebám. Díky němu se mohu věnovat všem běžným činnostem, včetně práce a sportu, čehož si nesmírně vážím.

Podpora ze strany nemocnice pro mě má velký význam. Vážím si jí nejen jako pacient, ale také jako zaměstnanec a sportovec. Vozík a další formy podpory mi pravidelně pomáhají i při trénincích a závodech. Jsem hrdý na to, že mohu reprezentovat nemocnici v paralympijských disciplínách na mezinárodních i domácích soutěžích.

Ještě jednou Vám děkuji za důvěru, vstřícnost a dlouhodobou podporu.

Dušan Ščambura



T	K	L	É	Z	T	Ř	A	S	K	A	V	I	N	Y	Z	E	D
I	Ř	Á	N	O	B	R	A	K	B	E	CH	Y	K	I	C	A	R
Č	Ý	N	J	A	R	K	U	R	O	E	B	T	O	I	E	É	A
O	V	I	N	I	I	A	Y	R	L	L	D	U	L	V	L	P	Í
T	J	D	S	A	L	T	A	S	E	S	T	R	O	G	E	N	Y
V	I	R	N	K	I	T	I	E	Á	U	O	P	N	R	R	K	Í
Á	T	A	O	L	A	S	A	N	T	R	S	O	I	Í	V	P	N
Ř	A	K	U	I	N	O	A	A	D	B	Ž	T	S	O	K	R	E
A	V	V	Z	N	T	R	L	T	B	I	I	T	T	T	K	O	L
K	O	Á	E	Í	U	I	K	I	N	V	Á	K	A	V	R	S	O
S	R	Z	Č	B	P	Č	T	N	N	L	A	N	A	O	T	P	K
I	F	A	V	U	E	A	H	I	V	I	E	N	I	I	A	E	Š
N	I	N	Š	R	K	N	L	L	C	M	T	V	E	Ř	U	K	Á
H	Š	K	S	E	T	Í	A	H	O	U	T	H	I	M	K	T	L
O	A	A	S	CH	D	Y	CH	L	M	P	O	L	M	Ž	T	O	U
H	Z	V	P	R	A	P	O	R	Č	Í	K	S	V	A	G	R	K
B	R	O	S	K	E	V	R	Í	F	R	U	K	T	O	S	A	I
Í	T	S	O	N	D	A	H	Á	Z	L	A	T	Ě	N	K	A	M

Slova k vyškrtnutí:

AKTOVKY, APERITIV, ATLAS, BEDRNÍK, BRILIANT, BROSKEV, BRUSLE, CELER, ČIROST, ESTROGEN, FRUKTOSA, HLINITAN, HROCH, CHERUBÍNI, INDIÁNI, KAOLINIT, KARBONÁŘ, KARDINÁL, KATI, KMIH, KOLONISTA, KRAJNÝ, KUŘE, KVANTUM, LASA, LÉZT, LÍDR, LIJÁK, LOGO, LSTI, MASA, MIKULÁŠ, MOLO, NEBE, NOUZE, OHBÍ, OHNISKA, OLEÁT, ORLICE, OVIN, PAŘIL, PRAPORČÍK, PROSPEKTOR, PRUTY, PUŠKA, RACI, ŘVÁČ, SETÍ, SLECH, SOUCIT, SVAH, ŠKOLENÍ, ŠPRT, TOČIT, TŘASKAVINY, TVÁŘ, ULITY, UPÍR, URAN, UREUS, VÁZANKA, VLÁT, VNIK, VROUBEK, VRTY, ZÁHADNOST, ZAŠIFROVATI, ZLATĚNKA, ŽIVEL, ŽONGLÉR

		9	1					
2	1					4		
				3		7		
	3	2						7
		7			5	9		4
		8			6			3
					3			
				1		2		8
			8	7	4	1		

B			E					
		I		D		G		
D	F	E		A				I
				F		C		A
				H	I		D	
			A				H	B
E								
			D				F	C
H	D		I		G		A	



RESTART LÉKÁRNY V CENTRU MĚSTA!

NA MÍSTO, KDE JSTE ROKY ZNALI **LÉKÁRNU**
U MEDVĚDA, SE VRACÍ ŽIVOT!

Po pauze **Lékárna Nemocnice Šumperk** znovu
otevívá své dveře přímo v centru města.

❤️ Nová energie
❤️ Odborný personál

❤️ Stejná profesionální péče, jakou
od nemocniční lékárny čekáte.

OTEVÍRÁME 1. 9. 2025 PO – PÁ 8:00–17:00

RESTARTUJEME PRO VÁS DRUHOU LÉKÁRNU.

TĚŠÍME SE NA VAŠI NÁVŠTĚVU!