

MAGAZÍN

Č. 12 | únor 2021

 **NEMOCNICE
SUMPERSK**



**Tři zbrusu
nové přístrojové „pecky“
očního oddělení**
str. 11

**VAKCÍNA JAKO
SVĚTLO NA KONCI
TUNELU**

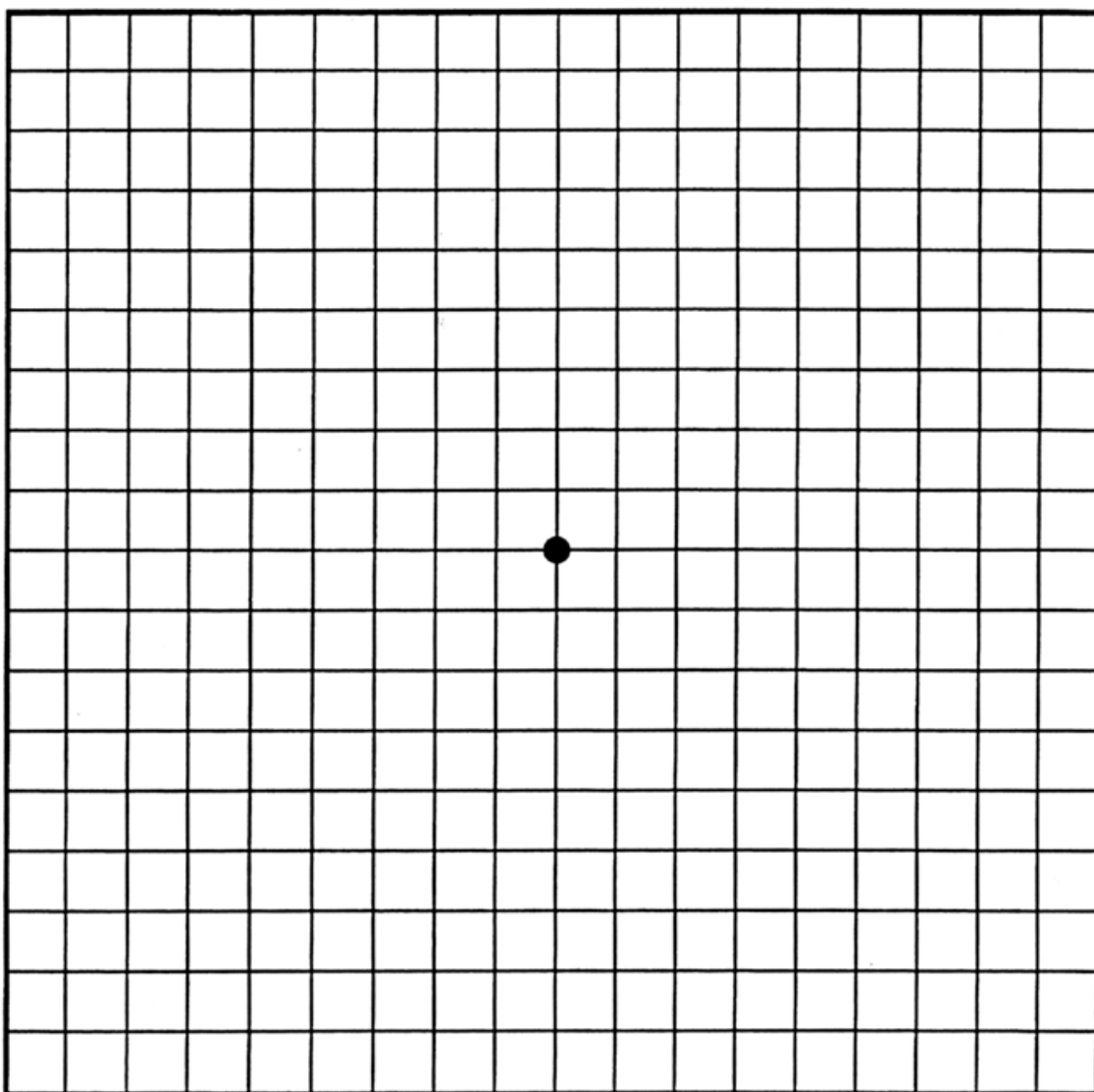
str. 19

**NEMOCNIČNÍ KAPLAN
NENÍ SAMOZŘEJMOSTÍ,
MY MÁME DOKONCE DVA!**

str. 17

Otestujte svůj zrak

Amslerova mřížka slouží jako rychlý a jednoduchý oční test k zjištění případné makulární degenerace. Jde o závažné oční onemocnění, při kterém dochází ke ztrátě centrálního vidění a v některých případech až ke ztrátě zraku.



Jak se otestovat?

- mřížku mějte na denním světle
- pokud nosíte brýle na čtení, tak si je nasadte
- upřete svůj zrak na černý bod
- dívejte se a pozorujte, zda některé linky nejsou deformované nebo zda nechybějí
- pokud ano, poznačte si ta místa přímo na mřížce
- testujte každé oko zvlášť (zakryjete jedno, pak druhé)

- při každém testování držte mřížku ve stejné vzdálenosti od očí (cca 30–40 cm), nezapomeňte na dobré osvětlení

Důležité je přijít k lékaři včas. Proto v případě, že zjistíte pomocí testu jakoukoli deformitu, objednejte se do oční ambulance.

Ordinační hodiny: Po–Pá 7.00–11.00; 11.30–15.00
Tel.: 583 332 752/3

Poděkování zaměstnancům

Vážené dámy, vážení pánové,

rád bych využil prvního čísla Magazínu v letošním roce k tomu, abych vám upřímně poděkoval za výborně odvedenou celoroční práci v Nemocnici Šumperk, které si velmi vážím.

Již za několik dní se přiblížíme k datu, jež odstartovalo situaci, jakou nikdo z obyvatel naší země nepamatuje a nepamatuje ji ani naše zdravotnictví. Téměř celý rok 2020, loňské vánoční svátky a stejně tak začátek letošního roku byly díky pandemii COVID-19 pro nás všechny osobně i pracovně velmi náročné. Musíme také počítat s tím, že COVID-19 tu s námi ještě nějakou dobu bude. Zvládli jste a zvládáte vše se ctí a ukazujete, že pokud pracujeme jako jeden tým, daří se nám postarat se o všechny naše společné pacienty a poskytnout jim tu nejlepší péči. Poděkování také patří vašim rodinám, které vás trvale podporují a chápou důležitost vaší náročné práce.



Touto cestou bych vám chtěl popřát mnohem lepší rok 2021. Především pevné zdraví a ať nám všem přinese více radosti a možnosti navrácení našich životů do běžného režimu.

S úctou

MUDr. Martin Polach, MBA
jediný akcionář Nemocnice Šumperk a.s.

OBSAH

880 chlapečků a holčiček str. 4

Hasiči pomáhali s odběry str. 4

Pavilon D v novém kabátě str. 5

Laser pomáhá pacientům
po prodělaném onemocnění COVID-19 str. 6

6 480 operací se špičkovými nástroji str. 7

Rozhovor s Ing. Halinou Trskovou str. 8



Osobnost očního oddělení str. 9–10

Tři zbrusu nové přístrojové „pecky“
očního oddělení str. 11

Příběh malého Jirky str. 12–14



Nová pozice aktivizačního pracovníka str. 15–16

Nemocniční kaplan není samozřejmostí,
my máme dokonce dva! str. 17–18

Vakcína jako světlo na konci tunelu? str. 19–20

Začátky okulistiky
a moderní oftalmologie str. 21–22

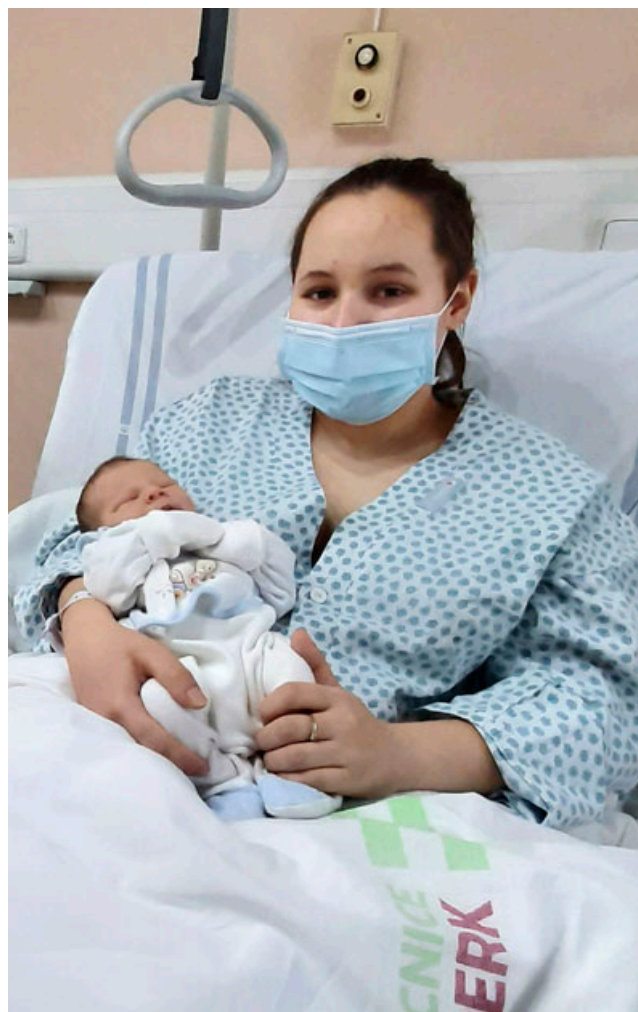
Vydává Nemocnice Šumperk a.s.,
Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk
IČO: 47682795
Vychází 6× ročně. Toto číslo bylo vydáno 28. února 2021.
Evidenční číslo: MK ČR E 23591
E-mail: magazin@nemocnicesumperk.cz
Web: www.nemocnicesumperk.cz
Foto: archiv Nemocnice Šumperk, fotky před i během COVID-19

880 chlapečků a holčiček

V loňském roce se v Nemocnici Šumperk narodilo celkem 880 dětí, z toho 443 chlapečků a 437 holčiček. Byl to rok bohatý i na dvojčátka, kterým na svět pomáhali zdravotníci šumperské nemocnice hned šestkrát.

Na své první novoroční miminko si nemocnice musela počkat až do 2. ledna. Krásné datum narození 2. 1. 2021 si vybral Sebastián Doležel, jenž se v šumperské porodnici narodil v 11.13 s téměř ukázkovou váhou 2750 gramů mamince Petře Doleželové.

Rodiče v šumperském regionu se i v loňském roce drželi spíše tradičních jmen. Nejčastěji se tak rodily například Terezky, Sofie a Adélky. U chlapců pak vedla jednoznačně jména Jakub, Filip nebo Daniel.



Hasiči pomáhali s odběry



Nemocnice Šumperk využila v době vánočních svátků nabídku zásahové jednotky Sboru dobrovolných hasičů Šumperk-Temenice. Hasičské uniformy na nějaký čas vyměnili za obleky, které brání přenosu infekce, a pomáhali na odběrovém místě.

„Spolupráci jsme po dohodě s vedením města Šumperka nabídli před vánočními svátky. Těší nás, že jsme mohli pomoci našim kolegům zdravotníkům alespoň při registraci příchozích k testům, při zpracování a kontrole dat. Jsme nadále připraveni pomáhat. Pokud budeme požádáni, opět přispějeme ke zvládnutí odběrů nebo v budoucnosti i očkování, považujeme to za samozřejmost,“ říká velitel jednotky Sboru dobrovolných hasičů Šumperk – Temenice Pavel Koutný.



Pavilon D v novém kabátě

Revitalizace pavilonu D byla poměrně náročná. Přesto, že se zvenčí jeví budova jako malá, naleznete tu nejen oční oddělení s ambulantním provozem a operační sál, ale i laboratoře, hematologickou ambulanci nebo zázemí oddělení úklidu. I s ohledem na současnou situaci jsme si nemohli dovolit jednotlivé provozy jakkoliv omezit, proto jsme museli vypracovat velmi detailní harmonogram prací. Jednotlivé dílčí činnosti, od výmalby vnitřních prostor přes výměnu oken až po následné zateplení, jsme museli naplánovat tak, aby nedošlo k žádnému omezení provozu. Na každou řemeslnou etapu jsme přitom měli pouze deset dní. I za tak krátkou dobu byla demontována stará okna, vyzděny nové meziokenní pilíře, nanesena omítka a vymalovány všechny místnosti.

Zateplení pavilonu D přinese nemocnici významnou energetickou úsporu. Díky tomu, že je budova energeticky úsporná, byla její revitalizace podpořena třímilionovou dotací z celkových jedenácti milionů. V rámci revitalizace totiž nemocnice změnila nejen okna, ale zateplila také obvodový plášť a střešní konstrukci. Kromě nové fasády má pavilon i venkovní žaluzie.



Laser pomáhá pacientům po prodělaném onemocnění COVID-19

Ztráta chuti, čichu, horečky, dušnost a kašel. To jsou nejčastější projevy spojené s onemocněním COVID-19, o nichž se dočteme v médiích. Už mnohem méně se však hovoří o následcích po prodělané nemoci. Značná část pacientů, která se z nemoci COVID-19 vyléčí, má například poškozené plicí a bojuje s dlouhodobou dušností. Právě jim teď naši odborníci z rehabilitačního oddělení nabízejí v rámci rekonvalescence možnost ošetření s pomocí speciálního vysokovýkonného laseru.

Vysokovýkonný laser podporuje hojení a regeneraci tkáně plic u pacientů po prodělaném onemocnění COVID-19. Po aplikaci laserové terapie dochází během několika dní nejenom

ke zmírnění respiračních obtíží, ale i ke zlepšení nálezů na rentgenových snímcích plic, včetně poklesu zánětlivých markerů v krvi. Laserovou terapii podstoupilo také několik našich zaměstnanců s výrazným efektem zlepšení, zejména dušnosti.

Ošetření vysokovýkonným laserem mohou podstoupit všichni pacienti starší 18 let. K ošetření je však potřeba mít žádanku od praktického, interního nebo plicního lékaře. Ošetření laserem provádí personál na obou stranách hrudníku. Každá strana se ošetřuje patnáct minut, takže celková doba je maximálně půl hodiny. Terapii je dobré podstoupit alespoň pětkrát. Léčba však není hrazena ze zdravotního pojištění. Cena celé terapie (5 × 30 minut) vychází na 2 400 korun.

6 480 operací se špičkovými nástroji

Jako první nemocnice v Česku, ve střední a ve východní Evropě jsme si začátkem roku 2020 pořídili operační nástroje na „leasing“.

Místo jejich koupě jsme si je pronajali od společnosti B. Braun Medical. Žádný operační zákrok se neobejde bez chirurgického instrumentária. Nástroje přitom musejí být v perfektním stavu, tak aby se během operace minimalizovalo riziko komplikací. Pokud s nástroji denně operujete mnoho let, vystavujete je náročnému sterilizačnímu procesu. Svou funkci na sále tak sice splní, ale na jejich kondici je to znát.

„Inventarizace“ starých operačních nástrojů ukázala, že jsme jich zdaleka tolik nepotřebovali, a řadu z nich již

v chirurgických sítích lékaři třeba ani nevyužívali. Celkem 5 144 kusů instrumentária pořizovaných v minulosti nebo průběžně dokupovaných nemocnice vyměnila za 3 483 úplně nových nástrojů, a zredukovala tak jejich počet o 40 procent. Nástroje na leasing jsou ve špičkové kvalitě, optimalizované, pravidelně servisované a jejich užívání je spojené s významnou finanční úsporou.



Rozhovor s Ing. Halinou Trskovou, místopředsedkyní představenstva Pojišťovny VZP, a.s. Chráníme to nejcenější a ožívujeme Česko

Základními pilíři Pojišťovny VZP, a.s., (PVZP) je kontinuální, po sedmnáct let trvající finanční stabilita a kvalita pojištění. Mezi další základní stavební kameny, jež dláždí úspěch PVZP, patří rozsáhlá síť poboček napříč celou republikou a s ní spojený zákaznický servis. V posledních letech PVZP stabilně rozšiřuje portfolio produktů, které lze sjednat on-line, a pracuje na zdokonalování asistenčních služeb a služeb spojených s likvidací pojistných událostí. PVZP se považuje za moderní, flexibilní instituci, jež dovede relevantními produkty promptně reagovat na aktuální dění ve společnosti. PVZP je hrdá na to, že je ryze českou pojišťovnou a své vlastnictví dokazuje mimo jiné i prostřednictvím iniciativy Oživíme Česko, díky níž zviditelňuje české firmy a podnikatele a pomáhá jim tak v restartu byznysu v období koronaviru. Další detaily ohledně PVZP prozrazuje přímo Ing. Halina Trsková, místopředsedkyně představenstva.

■ Na které produkty se PVZP zaměřuje nejvíce?

Zakládáme si na tom, abychom dobře sloužili českému člověku, pro nějž je určena velká část našich produktů. Řídíme se firemní filozofií „Chráníme to nejcenější“ a jsme tu proto, aby klienti nemuseli mít strach v případě, když se něco nepodaří tak, jak má. Právě z těchto důvodů u nás najdete celou řadu produktů, které se zaměřují na pojištění zdravotních, ale i majetkových rizik. Pomůžeme nejen s pojištěním nemocenských dávek, ale jsme tu pro klienty i v případě zranění nebo závažných onemocnění. Zároveň jsme největším retailovým prodejcem cestovního pojištění a jedničkou na trhu v oblasti zdravotního pojištění cizinců.

■ Vaší vlajkovou lodí je, jak uvádíte, cestovní pojištění. Změnily se nějak výrazně podmínky cestovního pojištění s nástupem koronaviru?

Sice se řadíme mezi menší pojišťovny, ale to nám zároveň umožňuje být vysoce flexibilní. Na koronavirovou pandemii a problémy s cestováním jsme reagovali okamžitě a spustili jsme unikátní cestovní pojištění, které jako jediné pojištění v ČR hraší veškeré výlohy spojené s nákazou koronavirem v zahraničí. Oproti konkurenčním pojištěním funguje i v zemích, jež ministerstvo zahraničí označuje za rizikové. To ovšem platí za podmínek, že bylo cestování do této země zcela nezbytné, ať už jde o pracovní cestu, studium, nebo neodkladné rodinné záležitosti. V PVZP pečujeme i o klienty, kteří se rozhodnou strávit dovolenou v tuzemsku. Pro ně jsme připravili cestovní pojištění Český turista.



■ PVZP je známá tím, že věnuje velkou pozornost českému zákazníkovi. Zmínila jste, že se zaměřuje i na pojištění majetku – je to tak?

Máte pravdu, pomocnou ruku nabízíme i podnikatelům, městům, obcím a příspěvkovým organizacím. Zaměřujeme se také na sektor zdravotnictví a pro lékárny a provozovatele farmaceutických zařízení máme v nabídce speciální pojištění Farmaceut. Zdravotnická zařízení si u nás zase mohou sjednat pojištění Smluvní lékař, jež je chrání při provozu ordinace. Zahnuje nejen pojištění majetku a odpovědnosti, ale i pojištění v případě přerušení provozu, včetně zákonné profesní odpovědnosti. Jak vidíte, portfolio produktů PVZP je skutečně široké.

■ Jste ryze česká pojišťovna. Jak je to se zajištěním zdravotní péče pro cizince žijící na území ČR?

O cizince se v PVZP umíme postarat zajištěním zdravotního pojištění. Poskytujeme adekvátní péči odpovídající českému veřejnému zdravotnímu pojištění, tedy za stejných podmínek a obdobnou sumu jako v případě občana České republiky. Pro cizince, kteří požadují vyšší standardy, máme k dispozici prémiové pojištění Exclusive.



Chráníme to nejcenější



Osobnost očního oddělení

Co lze poznat pouhým pohledem do očí? „Ječné zrno,“ říká s úsměvem primárka očního oddělení MUDr. Renata Michálková

Čtvrtý ročník studia na lékařské fakultě byl pro Renatu Michálkovou rozhodující. Díky skvělému asistentovi, který se studentům věnoval a dokázal je nadchnout pro oční lékařství, se rozhodla vydat právě tímto směrem. Z jejího ročníku vzešlo patnáct očních lékařů. Dnes se nám o takovém počtu může jenom zdát. Očních specialistů je jako šafránu, zejména na okresních pracovištích. Po studiích většina z nich zůstává ve větších městech, na klinikách nebo v ambulancích. Zanedbatelné procento z nich se věnuje mikrochirurgii.

■ **Jak se posunul váš obor v porovnání s dobou, kdy jste začínala? Co považujete za největší průlom?**

Posun v očním lékařství je opravdu velký. V roce 1989, kdy jsem jako mladá lékařka nastoupila, se například šedý zákal operoval jinou technikou, velkým řezem a odstraněním celé čočky bez implantace umělé nitrooční čočky. Pacient potom odcházel sice bez šedého zákalu, ale s deseti až čtrnácti dioptriemi v brýlích. Později se přestala provádět extrakce celé čočky, ale vzhledem k materiálu nitroočních čoček, tehdy se používaly tvrdé nitrooční čočky, zůstala k šití asi šestimilimetrová ranka. Až s příchodem ultrazvukové

metody (fakoemulzifikace), kdy se čočka rozdrť a odsaje, a s vývojem měkkých nitroočních čoček, které se dají svítnout do zavaděče s průměrem 2–2,4 milimetru, se využívá vzhledem k velikosti rány bezstehová chirurgie. Měkká nitrooční čočka se v pouzdře následně sama rozvine. I přes velký pokrok v očním lékařství pokračuje vývoj především v hledání nových materiálů k výrobě například akomodačních čoček. Také použití ultrazvuku, laseru, kamery a jiného přístrojového vybavení, jež nám slouží k základnímu vyšetření, včetně prevence, posunulo obor výrazně kupředu. Velmi jednoduchá a šetrná je v současné době rovněž anestezie (znecitlivění) při operacích.

■ **Co trápí vaše pacienty nejčastěji? Předpokládám, že s něčím jiným chodí častěji ženy než muži nebo například děti a senioři.**

Nejčastější oční operací je jednoznačně operace šedého zákalu, který postihuje muže i ženy. Poměrně velkou skupinou pacientů jsou ti, jež dispenzarizujeme, tedy pravidelně sledujeme osoby se specifickým rizikovým faktorem pro dané onemocnění, kvůli zelenému zákalu – glaukomu.

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 9 >

Je potěšující, že vzhledem k včasnému zachytu onemocnění dnes již nevidíme tak velké procento poškození zraku zeleným zákalem. Přispívají k tomu akce České glaukomové společnosti, kterých se také pravidelně zúčastňujeme. Nejznámější je asi „Světový den glaukomu“, jenž probíhá jednou ročně. V rámci této akce si může veřejnost i pacienti, kteří nemají svého očního lékaře, nechat změřit nitrooční tlak.

Naši ambulanci navštěvuje i velké procento pacientů s diabetem, jimž kontrolujeme oční pozadí. I zde platí, že je velice důležitý včasný záchyt počínajících diabetických změn na sítnici, protože jejich progresse může napáchat nevratné změny a pacienta dále hendikepovat. Je to také zpětná vazba pro diabetologa.

Další velice častou příčinou ztráty zraku je makulární degenerace, což jsou degenerativní změny přímo v makule, tedy žluté skvrně, které vedou k poklesu centrální zrakové ostrosti. Proto pacient vnímá periferii, ale má výpadek v centru zorného pole, což ho omezuje v běžném životě. Jak jsem již zmiňovala, nejčastějším problémem je šedý zákal, jenž má ale velice rychlé a elegantní řešení. V neposlední řadě jsou to takzvané refrakční vady, tedy vetchozrakost, krátkozrakost a dalekozrakost.

■ Je nějaká oční vada nebo onemocnění, které se vyskytlo až v poslední době?

Jednoznačně se zvyšují obtíže typu slzení a pálení očí. Jde o ruku v ruce s životním stylem. Neustálé sledování monitorů, obrazovek, telefonů a stále více pohybu v klimatizovaném prostředí vede k poruše slzného filmu, například snížením frekvence mrkání. Díky tomu je potřeba slzný film obnovovat kapáním umělých slz.

U mladých lidí se častěji objevuje krátkozrakost, jež také, mimo dědičnost, souvisí se zrakovou zátěží v dnešním technickém světě.

■ Co může poznat zkušený oční lékař pouhým pohledem do očí? Je oko skutečně okno do duše?

To je spíše filozofická otázka. My můžeme na první pohled poznat nejspíš to, že má pacient ječné zrno nebo zánět (smích). Více si tróufáme sdělit až po důkladném vyšetření pacienta.

■ Jak vidíte budoucnost svého oddělení?

Letos náš tým posílila nová lékařka, takže jsme tu nyní ve třech. Samozřejmě bychom velice rádi přivítali ještě další posily. Pečujeme o pacienty nejen v ambulanci nemocnice, ale také v oční ambulanci v Bruntále, o kterou je nesmírný zájem. Co se týká přístrojové techniky, vzhledem k narůstajícímu počtu diabetiků bychom chtěli obnovit sítnicový laser. Ten je nutný k ošetření diabetických změn na sítnici a jejich sanaci. Což při dobré kompenzaci diabetu zajišťuje zabránění či zmírnění progresse nálezu, a tím zachování kvalitního vidění po co nejdéle možnou dobu.

■ Co vás na vaší práci baví nejvíc?

Oko sice zabírá jen malou část těla, ale je to nesmírně důležitý orgán. Vždy se mi líbila mikrochirurgie a chirurgie. Proto jsem také zůstala pracovat v nemocnici. Baví mě široký záběr očního lékařství od zmíněné mikrochirurgie přes práci v ambulanci až po estetickou chirurgii v obličejí, například odstranění převislých očních víček a podobně. Ale hlavně mám vždy radost z dobrého výsledku práce, to potěší nejvíc.



Tři zbrusu nové přístrojové „pecky“ očního oddělení

FAKOEMULZIFIKAČNÍ PŘÍSTROJ

Jde o přístroj nové generace nezbytný k operaci šedého zákalu, který je v současnosti nejčastějším operačním očním zákrokem. Operaci šedého zákalu nejen zrychlí, ale zároveň zvyšuje její bezpečnost a komfort pro operátora i pacienta. Tento přístroj patří mezi špičku na našem trhu díky svým novým bezpečnostním prvkům. Mezi ně patří například kontrola hloubky přední komory a nitroočního tlaku.



ULTRAZVUK

Nový ultrazvukový přístroj se řadí svou kvalitou, přesností a rozlišením zobrazení k úplně špičce na trhu. Lékařům umožňuje ještě kvalitnější diagnostiku očních patologií.

Ultrazvukové vyšetření je v oftalmologii nedílnou součástí komplexní péče. Je velmi důležité jak pro vyšetření předního, tak zadního segmentu oka. Při vyšetření předního segmentu informuje o hloubce přední komory, šířce komorového úhlu a postavení duhovky a čočky. Tyto informace jsou pro nás



důležité k vyloučení rizika akutního glaukomového záchvatu. Nový ultrazvuk nám pomáhá například i v situacích, kdy máme podezření na cysty nebo tumorózní procesy v oblasti komorového úhlu nebo duhovky. Diagnostika těchto nemocí je bez ultrazvukového vyšetření velmi obtížná. Při vyšetření zadního segmentu oka zase lékaři s pomocí ultrazvuku zjišťují patologie v oblasti sítnice. Lze diagnostikovat odchlípení a trhliny sítnice, krvácení do sklivce, druzy na papile apod.

Velkým přínosem nového přístroje je také možnost vyšetření zadního segmentu oka po těžkém úrazu, kdy pro patologický nález v předním segmentu není možné vyšetřit sítnici biomikroskopicky (vyšetření očního pozadí – sítnice, jež se provádí na šterbinové lampě).

OPERAČNÍ STŮL

Naši oftalmologové začali operovat na novém stole, jenž výrazně zlepšuje komfort jak pro pacienta, tak pro personál. Díky technologickým možnostem nám stůl umožní pacienta napolohovat tak, aby pro něj i pro nás byla oční operace co nejpohodlnější. Nový stůl výrazně ušetří námahu také sestřičkám, které již díky novým vlastnostem operačního stolu nemusejí složitě manipulovat s imobilními pacienty.



Příběh malého Jirky

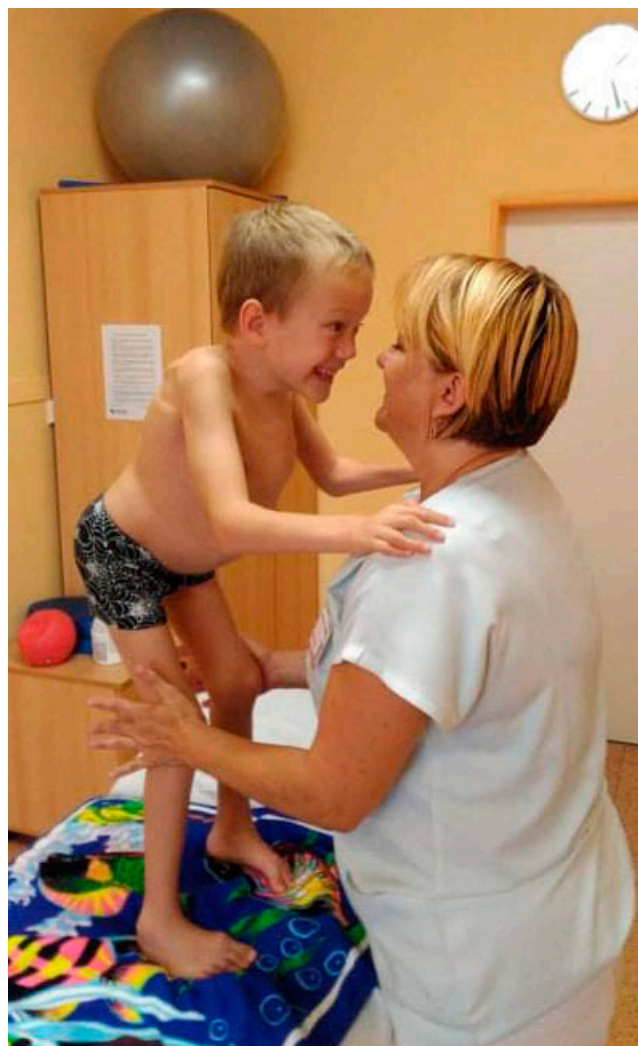
„Obrovská láska k Jiříkovi a jeho bratrovi nás žene kupředu,“ říkají jednohlasně rodiče Frankovi

Když bylo malému Jiříkovi 4,5 roku, onemocnění s poměrně krkolomným názvem mukopolysacharidóza čtvrtého typu vzala jeho život nemilosrdně do svých rukou. Se zdviženým prstem dala najevo, kdo tu nyní bude velet. Jiříkovi je teď osm let a trpí onou těžkou, vzácnou metabolickou poruchou. Jde o velmi progresivní onemocnění, při kterém chybí životně důležitý enzym, který štěpí mukopolysacharidy. Důsledkem je jejich strádání v buňkách různých orgánů (srdce, játra, mozek, slezina, ledviny atd.), jejichž funkce postupně začínají selhávat. Podle typu enzymu a tíže jeho poruchy existuje několik typů tohoto strádavého onemocnění. U Jiříčka je postižen pohybový aparát, svaly a kosti. Trpí hrudník, páteř, veškeré klouby horních i dolních končetin. Vznikají svalové slabosti horních i dolních končetin, těžké kostní deformity a porucha chůze. Tato nemoc se bez včasné diagnostiky nedá vždy vyléčit a během let dochází ke zhoršení. Takto nemocné děti končí s postupem času na invalidním vozíku.

Jistou nadějí u některých typů tohoto strádavého onemocnění je tzv. ERT (enzyme replacement therapy) neboli substituční enzymová léčba, která má za cíl nahradit chybějící enzym a zamezit těžkému postižení. Čím dříve se nasadí, tím jsou prognóza a průběh onemocnění lepší. ERT je značně finančně náročná, ale právě u mukopolysacharidózy čtvrtého typu, jakou má Jiřík, je účinná.

■ **Kdy jste začali mít podezření, že je s Jiříkem něco v nepořádku? Jak dlouho trvalo určení správné diagnózy?**

S Jiříkem jsme objížděli různá zdravotnická zařízení ve větších městech, řadu lékařů a specialistů. Prvotně se léčil s dysplazií (genetické postižení) kyčelních kloubů a mírnou deformitou hrudníku. Navíc byl od 18 měsíců tři roky svázaný ve speciálním aparátu zvaném Atlanta dlaha. Mezi nožkami měl pevnou tyč, kolem nohou a pasu ortézy, které mu zajišťovaly stabilitu tohoto aparátu. S tímto „strojem“ jsme se velmi natrápili. Bylo to úmorné. Při pohybu s ním vynakládal Jiřík nutnou zvýšenou fyzickou námahu. Kdyby ho to stálo



jen fyzické síly navíc, ale byla to i obrovská psychická zátěž. Styděl se a trápil. Byl nestabilní, padal.

Ve třech letech se k tomu všemu přidala ještě i růstová retardace. V tuhle chvíli už mi odpovědi lékařů ve smyslu, snad to o centimetr doroste, nebo hrudník stáhneme, opravdu nestačily. Tušila jsem, že Jiříkovy obtíže mají nějakého společného jmenovatele. Bohužel mě ani ve snu nenapadlo, jak velký a zásadní tento problém bude. Nevěděla jsem tehdy, kam už jít a na koho se obrátit. Projeli jsme zdravotnická zařízení a odborníky na celé Moravě. Domů jsme si vždy přivezli ale jen nové příznaky, nálezy, zprávy a doporučení. Až do okamžiku, kdy nynější primářka dětského oddělení Nemocnice Šumperk MUDr. Andrea Lysáková vytyčila, že se Jiříkovi děje něco opravdu závažného. Znovu nás poslala na specializovaná vyšetření a díky ní jsme se konečně dostali k oné diagnóze. Konečnou diagnózu jsme tedy obdrželi, když bylo Jiříkovi 4,5 roku. Do té doby jsme byli diagnostikováni špatně. Z celého srdce vděčíme paní doktorce za pomoc. Nebýt jí, nevím, jak by to všechno dopadlo.

■ **Jak moc Jiříkovo onemocnění změnilo život vaší rodiny?**

První opravdu těžké okamžiky po sdělení diagnózy jsou nepopsatelné. Byl to šok, obrovská bolest a ničivá diagnóza. První pomoc nám nabídlo Centrum provázení. Byl to první

velmi příjemný záblesk světla v této nekonečné temnotě. Bezprostředně po sdělení diagnózy jsme se dostali přímo do rukou úžasné metodičky tohoto centra. Její pomoc byla v prvních okamžicích velkou oporou pro naši psychiku. Centrum nám pomáhalo nejen v této oblasti, ale taky v seznámení se s ostatními rodinami, získání aktuálních informací o dostupné léčbě, následných a podpůrných službách v okolí, ale i v možnosti finanční podpory. Řada rehabilitačních a speciálních pomůcek, které ještě bude Jiřík potřebovat, totiž stojí poměrně dost peněz.

Celá rodina a nejbližší přátelé se nám snažili co nejvíce pomoci. Sami byli danou situací doslova ochromeni, ale i tak tu byli stále pro nás.

I s touto velkou podporou otočila Jiříkova nemoc naše životy naruby. V začátcích jsme strávili mnoho času v pražských nemocnicích. Týdenní hospitalizace, vyšetření, převozy z jedné nemocnice do druhé a podobně. Tou dobou jsem byla těhotná se synem Antonínem, a tak místo těšení se na miminko a volného času na mateřské jsme cestovali po nemocnicích. Jak se říká, všechno zlé je k něčemu dobré. Díky tomu, že jsem byla na mateřské, jsem to všechno vlastně časově zvládala. Chvillemi jsme ztráceli elán a chuť do života. Báli jsme se, aby zůstal Jiřík zdravý, nikde nic nechtyl. Aby mohl podstoupit tuhle a tamtu operaci, vyšetření v celkové narkóze a podobně.

Obrovská láska k němu i k jeho bratrovi nás ale žene kupředu. Příjemné a šťastné chvíle prožíváme o to silněji. Vážíme si každického společného okamžiku. Stačí nám opravdu málo. Nevyhledáváme zábavní centra, ani velké společenské akce. Stačí nám pobyt v přírodě, na zahradě nebo na chalupě. Jsme



spolu, a to je pro nás to nejcennější. Období bez potíží vnímáme jako dar. Radost obou dětí, jejich smích a šťastné oči jsou tou největší odměnou. Snažíme si je zapsat do paměti, až přijde čas, kdy to budeme opět potřebovat.

■ Jak Jiříka berou děti v kolektivu, jak moc ho onemocnění omezuje v jeho aktivitách?

Ve škole jsou děti moc hodné. Jiřík má štěstí na úžasné spolužáky. Pomáhají nejen jemu, ale i paní asistentce a paní učitelce. Všichni ze školy nám vycházejí maximálně vstříc. Výuku zvládá zatím dobře. I naše velké absence díky častým hospitalizacím dohání s přehledem (smích).

Bohužel se občas najdou i nepřející a zlomyslné děti. Jiříkovi se smějí, šuškájí si o něm, ukazují a upozorňují na něj. A to vše přímo před námi. Jiřík stojí a mlčí. Poslouchá a klopí hlavu. Žádné mámě bych nic takového nepřála. Vidět v očích svého dítěte tu bolest a lítost. Nikdy mě tohle nepřestane překvapovat a bolet. Je to něco, na co si nikdy nelze zvyknout.

Jiřík má nedovyvinutý krční obratel a to mu způsobuje potíže se stabilitou. Musíme hlídat, aby se příliš nepředkláněl a nezakláněl. Nesmí dělat kotouly ani skákat na trampolíně. Jakýkoli úraz by s sebou nesl těžké následky. Jiřík ujde jen velmi krátkou vzdálenost. Chůze je pro něj extrémně namáhavá, ale o to víc dokáže řídit na odrážedle. Vozíme ho na rehabilitačním kočárku nebo ve vozičku za kolo. Jiříka také často bolí ruce, nohy i záda. Brzo se unaví. Tohle všechno ho v jakýchkoli aktivitách zásadně omezuje. Neustále mu musíme vysvětlovat, jak jsou daná aktivita, sport nebo zábava nebezpečné. Mnohdy je to pro něj těžké pochopit, ale nakonec vše přijme.

Ze své nemoci je často smutný, trápí ho malý vzrůst, deformita hrudníku a pohybová omezení. Vždy se mu snažíme vysvětlit, že jeho největší předností jsou jeho zlaté srdíčko a chytrá hlavička. Je to skvělý kluk. Do školy mu ke svačině přibalím vždy bonbóny, čokoládové tyčinky nebo jiné sladkosti. Když se ho potom zeptám, jestli mu to chutnalo, odpoví, že neví. Řekne, že je všechny rozdal kamarádům.

■ Je něco, co by Jiřík dělat chtěl a nemůže?

Je toho spousta. Miluje fotbal, hokej, zajímá se o lyžování, o motorsport. Má rád obyčejné pobíhání a pobyt venku s dětmi. Samozřejmě pod dohledem někoho z dospělých. Baví ho vláčky, modelové železnice a má rád domácí zvířata.

Zmiňované sporty jsou pro něj absolutně nevhodné. Riziko úrazu je při těchto aktivitách velmi vysoké. U Jiříka se snažíme rozvíjet aktivity, při nichž je toto riziko minimální. Jako třeba rybaření, metalová hudba a koncerty.

■ Co Jiříkův bratr Antonín? Jak spolu vycházejí?

Antonínovi jsou teď tři roky. Mají spolu krásný vztah. I přes to, že je Toník „vesmírná raketa“. Věříme, že jeden druhému budou v životě pomáhat. A že Toník se k Jiříkovi nikdy neotočí zády a budou tu jeden pro druhého. Antonín je zdravý a mukopolysacharidózou naštěstí postižený není. Dokonce není ani nositelem této nemoci, jako my dva s manželem. Takové jsme měli štěstí.

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 13 >

■ Jak náročná je jeho léčba a co všechno obnáší?

Donedávna byla pro nás léčbou pouze analgetika tlumící bolesti, rehabilitace, Vojtova metoda, plavání a lázně. Nakonec se nám po dlouhém boji podařilo u zdravotní pojišťovny prosadit doposud jedinou kauzální terapii pro tento typ mukopolysacharidózy. Tuto léčbu podstupujeme již dva a půl roku. Je dostupná jen pro náš, čtvrtý typ mukopolysacharidózy. Každý týden dojíždíme střídavě na infuzní terapii do Prahy a do Šumperka.

Jiříkovi je dodáván chybějící enzym. Tato terapie jej nevyléčí, ale zpomalí vývoj jeho choroby. Pozorujeme úbytek zmiňovaných bolestí, více energie, delší ušlou vzdálenost a více radosti ve tváři. Do Prahy dojíždíme k hospitalizaci o průkaznosti účinku léčby. Efekt léčby se musí prokazovat co půl roku několika parametry a vyšetřeními, což je pro nás vždy velmi stresové. Bohužel se tyto enzymy nedostanou do kostní tkáně, a tak mukopolysacharidóza ničí kosti, klouby a páteř. Díky tomu budeme i nadále častými návštěvníky ortopedických operačních sálů.

Jsem velmi vděčná za možnost podstupovat tyto terapie v Nemocnici Šumperk. Při prvních aplikacích enzymové terapie v Praze se u Jiříka projevily alergické reakce. Nemohl dýchat a dusil se. Ani téhle špatné zkušenosti se paní primářka Lysáková nezalekla a bojuje s námi. Jsme tu každý týden již přes dva roky. Empatie a srdečnost jsou na dětském oddělení vidět na každém kroku. Nikde jsme se opravdu nesetkali s tak přátelským prostředím jako tady. A věřte, že těch nemocnic, kde býváme hospitalizováni, je opravdu řada. Za tu dobu se rozvinulo mezi Jiříkem a snad celým personálem dětského oddělení krásné přátelství. Jiřík je tu moc rád a cítí se tady dobře. Jen co vejde do dveří oddělení, zdraví jej všechny holky z dálky. Má je tady prostě „zmáknuté“. Za víc než dva roky má Jiřík žíly unavené a zjizvené. Tady v nemocnici ale sestřičky umějí zavést kanylu tak, že si ničeho ani nevšimneme.

Protože je pro nás důležitá rehabilitace, pravidelně docházíme na rehabilitační oddělení Nemocnice Šumperk. S vedoucí fyzioterapeutkou Mgr. Zdeňkou Procházkovou tvoří Jiřík perfektní cvičební duo. Chodíme i na bazén, kde se mu tak líbí, že by se tu klidně i rozpustil. Ve vodě je ve světě bez bolesti a s dokonalou pohyblivostí, bez zákazů a omezení. Děvčata od bazénu pak s úsměvem běhají s bazénovou stěrkou a snaží se držet podlahy pod kontrolou.

■ Jste v kontaktu s rodinami, které jsou v podobné životní situaci?

Ano, jsme. Poznali jsme skvělé přátele, jimž osud nadělil stejnou nemoc jako nám. Nedokážu si představit, jak by to bylo těžké, kdybychom je i Centrum provázení neměli. Existuje také Společnost pro mukopolysacharidózu, která podporuje rodiny podobně nemocných dětí. Ve společnosti je nyní evidováno přes třicet dětí s touto zákeřnou nemocí, již je více typů. Každoročně jsou pořádána víkendová národní setkání všech rodin postižených touto nemocí. Vyměňujeme si zkušenosti, rady a tipy. O děti se starají

asistenti, a tak si my rodiče na pár dní můžeme od náročné péče oddychnout.

Věnuje se nám také nadace Korunka Pomáhá, která podporuje nemocné a hendikepované děti, sociálně slabé rodiny, děti v dětských domovech nebo seniory ve Zlínském a Olomouckém kraji. Jiříkovi darovala několikrát finanční příspěvek, hmotné dary a její členové ho pravidelně navštěvují. Korunka již obdarovala i dětské oddělení Nemocnice Šumperk, protože se tak krásně o Jiříčka stará.

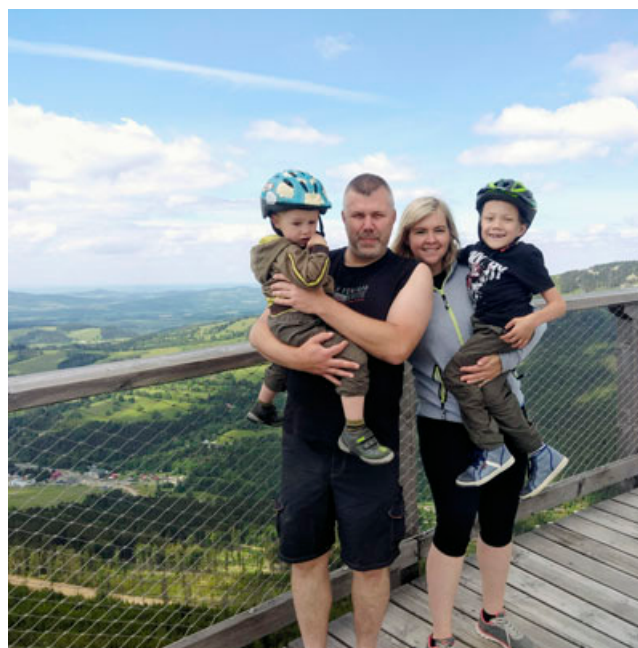
■ Jak Jiřík zvládá nemocniční prostředí, mnohdy to děti prožívají lépe než rodiče, je tomu tak?

Za ty roky jsme si už zvykli. Je nám dobře kdekoli, hlavně že jsme spolu. Během hospitalizací je pro nás nejdůležitější být na jednom pokoji. Rádi hrajeme deskové hry, posloucháme hudbu, čteme, díváme se na filmy a pohádky. Nej příjemnější nemocniční prostředí je pro nás právě u vás v Nemocnici Šumperk.

■ Měla koronavirová pandemie nějaký dopad na Jiříkovu léčbu?

Bohužel ano a velký. Jiřík má oba kyčelní klouby postižené touto nemocí. Na přelomu roku jsme se dozvěděli, že jsou nutné velké operace obou kyčlí. V plánu byl zákrok na jedné kyčli s následným upoutáním na lůžko po dobu šesti týdnů. Jakmile by se Jiřík rozchodil, operovali by mu i druhou kyčel. Momentálně je také potřeba vytáhnout skoby z kolenou, které mu byly voperovány loni a už musejí ven. Do budoucna by se měla řešit i páteř. První operaci nám zrušili a další termín nemáme. Nezbyvá nám nic jiného, než čekat na nejbližší obnovení plánovaných operací. Také časté dojíždění vlakem do Prahy je v období pandemie nemyslitelné. Nyní jezdíme autem. Cesta je dlouhá, Jiřík je celý bolavý, ztuhlý a obtížné se potom rozpohybuje.

I přesto, že je Jiřík tak nemocný, jsou on a jeho bráška ten největší dar, co jsme od života dostali. Jsi náš a my jsme rádi, že tě máme! Děkujeme, jsi naše srdíčko.



Nová pozice aktivizačního pracovníka



„Nedělám nic výjimečného, dělám jen práci, která mě baví,“ říká skromně Eva Vepřková

Kdo je aktivizační pracovník? Co se skrývá za tímto nezajímavým názvem úžasného povolání, které rozhodně nemůže dělat každý? Je to mnohem více poslání, jež se nedá dělat jako běžná práce. Vyžaduje obrovskou dávku lidskosti, lásky a schopnosti vcítit se do potřeby jiného člověka. Těchto vlastností má na rozdávání paní Eva Vepřková. Pracuje s lidmi, kteří se světili do péče Interny Zábřeh, zdravotnického a sociálního zařízení, jež se úžasně stará o naše klienty a pacienty převážně v seniorském věku. Ve velké většině o ty, kteří potřebují celodenní péči a z jakýchkoli důvodů nemohou být se svými rodinami.

■ *Můžete nám prozradit, co se skrývá za poměrně nudným názvem vašeho povolání „aktivizační pracovník“? Co si pod takovým pracovním zařízením můžeme představit?*

Staráme se u nás o lidi převážně v seniorském věku. Mnozí z nich potřebují podporu již ve všech oblastech života. Aby mohli žít svůj život, pokud možno plnohodnotně, potřebují něco víc než jen fyzické pohodlí. Rozvrh jejich dne se skládá samozřejmě z podávání několika jídel denně, hygienických úkonů a pokud možno i nějakého pohybu. Ale každý člověk pro udržení kondice potřebuje také duševní činnost. Snažím se o to, aby lidé, s nimiž pracuji, byli i v dobré pohodě. Samozřejmostí jsou úsměv a dotek, již za to jsou mnozí vděční. Snažím se ale také o to, aby si udrželi návyky jemné motoriky, zachovali si šikovnost rukou a prstů. Procvičujeme rovněž paměť, snažím se najít zajímavá témata z jejich života, o kterých chtějí mluvit. Někdy i to je náročné, protože mnozí si v sobě nesou jakousi třináctou komnatu s tématy, jež by je spíše zraňovala. Snažíme se bavit o tom, kde pracovali, kde žili, co zajímavého je v životě potkalo, a přivést je na příjemné myšlenky. Pokud je to možné, tak společně pečeme, vyrábíme výtvarná díla nebo udržujeme vánoční a velikonoční zvyky.

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 15 >

■ Jak byste popsala cestu, která vás k současné práci přivedla? Nebo jste se jednoduše vzbudila a řekla si, že budete „aktivizovat“?

(Smích). Každou práci, kterou jsem dělala, jsem měla ráda. Vystudovala jsem obchodní akademii, vyznám se v účetnictví. Pak jsem pracovala ve školní družině. Vystudovala jsem také sociálně právní školu a absolvovala mnohé specializované kurzy. V sociální sféře pracuji již patnáct let. Pracovala jsem pro Charitu, pak několik let na mém současném pracovišti jako ošetřovatelka. Posledních necelých dvanáct měsíců nese mé povolání název aktivizační pracovnice.

■ Pro všechny, o něž se na interně staráte, je určitě důležitý i kontakt s vnějším světem. Jak dokážete překonat již téměř rok trvající „koronavirovou bariéru“?

Kontakt s blízkými je nesmírně důležitý. Snažíme se zprostředkovat komunikaci s rodinou alespoň za pomoci techniky. Po dohodě s příbuznými máme vyhrazený čas na on-line přenos, takže se mohou nejenom bavit, ale i vidět. Snažíme se také získat rodinné fotografie a jejich prostřednictvím udržovat vazbu s rodinou. Pevně věřím, že tato složitá doba brzy pomine a budeme moci pořádat společné aktivity, při kterých se budou moci potkávat i osobně.

■ Co vás na této náročné práci baví nejvíce?

Úplně všechno. Mám svoji práci ráda a neměnila bych. Úsměv a spokojenost lidí, s nimiž pracuji, jsou pro mne největší odměnou.

■ Jak spolupracujete se svými kolegy, či spíše kolegyněmi? Těto práci se asi více věnují ženy.

Ano, jsme převážně dámský kolektiv. Je úžasný a já jsem ráda jeho součástí. Dokážeme si pomoci, vyjít si vzájemně vstříc a společně rozvíjíme mnohé „bláznivé nápady“, kterými pak děláme radost našim pacientům, klientům, a tím i samy sobě. Máme také skvělé vedení. Více si snad už ani není možné přát.

■ Dokážete si představit, že byste se věnovala něčemu jinému?

Ne, v minulosti jsem prošla různými profesemi, ale v žádném případě měnit nechci. Tato práce mě zcela naplňuje. Od



seniorů, s nimiž pracuji, čerpám životní moudrost a zkušenosti. Práce s nimi mne obohacuje. Největší odměnou mi je pak úsměv na jejich tvářích.

■ Je na vás vidět, že vaši nesmírně náročné práci dáváte úplně všechno. Svoji energii, nadšení, optimismus. Pracujete ale také v prostředí, kde lidé končí svou pozemskou existenci. Jak zvládáte situaci, kdy člověk, se kterým měsíce či dokonce roky pracujete, zemře?

Bez radosti a empatie není možné moji práci dělat. Jsem vlastně součástí rodiny. K mé práci patří situace, kdy s někým večer mluvíme, plánujeme a ráno přijdu k prázdnému lůžku. Musím to rozdýchat. Potřebuji být chvíli sama, respektuje to i moje vlastní rodina. Sama se sebou musím situaci vnitřně zvládnout. Ale nemůže to být tak, že k mým klientům přistupuji odtažitě s chladnou profesionalitou. Prožívám s nimi jejich život a pak i jejich smrt. I to je součástí mé práce.

■ Proti emoční náročnosti vaší práce musí stát nějaká relaxace. Rodina, přátelé, záliby. Jaké je vaše odreagování, když právě „neaktivizujete“?

Mám chápající rodinu. Všichni mou práci respektují. Kluci mají své zájmy. Mladší syn se hodlá věnovat matematice, kterou miluje, což ve věku čtrnácti let není zcela obvyklé. Starší syn absolvoval automobilní průmyslovku a v tomto oboru se chce rozvíjet i nadále. Kromě mé práce a rodiny se také věnuji potápění s vozičkáři. Mám odbornou kvalifikaci jako asistentka. Jezdím s nimi na výlety a potápíme se všude, kde je to možné. Nejčastěji v zatopených lomech a občas si užíváme také krásné potápění v moři. Je to práce s další skupinou lidí, jež mě nabíjí a obohacuje.

„Nedělám nic výjimečného, dělám jen práci, která mě strašně baví. Nic bych ale nedokázala bez podpory úžasného kolektivu, bez lidí, od nichž cítím podporu a pomoc.“



Nemocniční kaplan není samozřejmostí, my máme dokonce dva!

Co obnáší práce kaplana v nemocnici? Na prvním místě je to čas věnovaný pacientovi. Samotný název této pracovní pozice může být ale pro někoho zavádějící. Tuto službu totiž velmi často využívají i lidé, kteří nemají nějaké konkrétní náboženské přesvědčení. Svě životní poslání nám přiblíží kaplani Nemocnice Šumperk Mgr. Ing. Pavlína Pospíšilová a Mgr. František Klíč.



František: Zcela se ztotožňuji s mottem kaplanské služby „Být nablízku“. Domnívám se, že je to přesně smysl kaplanské služby. Lidé v nemocnici prožívají mnohdy zásadní změny svého dosavadního způsobu života v souvislosti se změnou svého zdravotního stavu. Potřebují povzbuzení, aby to nevzdávali, naději a ujistění v tom, že jejich život má smysl i přesto, že mnoho věcí už nebudou moci dělat tak jako dřív. Naše služba se samozřejmě nedotýká jen těchto hraničních životních situací. I ten, kdo je u nás v nemocnici hospitalizován pouze krátkodobě, má prostor k přemýšlení o svém životě a vztazích, jež prožívá. Právě pro tyto pacienty můžeme být těmi, kdo naslouchají a doprovázejí. Mezi základní činnosti kaplanské služby patří i naplňování náboženských potřeb pacientů, což je koordinováno s duchovními jednotlivých církví. Tito duchovní přicházejí za nemocnými a udělují jim konkrétní služby, například svátosti, konání bohoslužeb a další.

Nemocnice Šumperk disponuje také sociálními lůžky, kde jsou jejich uživatelé v režimu sociálních služeb. To nabízí prostor pro dlouhodobější a systematictější práci s jednotlivými uživateli, nebo i pro práci ve skupinách. Zde vstupují kaplani do role aktivizačního pracovníka, jehož úkolem je mobilizovat síly k aktivnímu přístupu k životu. Samozřejmě k tomu potřebují pomocníky. Těmi jsou dobrovolníci z řad občanů, kteří chtějí věnovat svůj čas a své schopnosti nemocným. Aby služba dobrovolníků probíhala podle pravidel, funguje kaplan jako jejich koordinátor. Do toho bychom mohli zahrnout také koordinaci dalších specifických služeb, například zooterapii a muzikoterapii. Kaplani bývají ale povoláni rovněž k tomu, aby v mimořádných situacích poskytovali pacientům i personálu krizovou intervenci.

Nejsme tu ovšem jen pro nemocné. Nedílnou součástí naší služby je i podpora zdravotníků. Služba zdravotníků je velice náročná a vyčerpávající, obzvláště v této době. Kaplani jim proto mají být nablízku jako první záchranný bod z důvodu možnosti jejich profesního i lidského vyhoření. Svůj výčet činností bych mohl uzavřít službou poradenství pro pozůstalé, které směřuje ke všem, jimž v nemocnici zemřel někdo blízký.

■ Jak moc se liší vaše práce v době koronavirové?

Pavlína: Ve své krátce trvající pozici nemocniční kaplanky jsem ani jinou dobu, než tu koronavirovou, nezažila. Když mi naše předchůdkyně Mgr. Lenka Topolanová předávala celou poměrně obsáhlou agendu, týkající se dobrovolníků, dobrovolnického programu a dalších aktivit, které byly v podstatě už léta pravidelně realizovány na sociálním úseku a ošetrovatelských lůžkách, proběhlo mi hlavou: teda, jak tohle všechno zkoordinovat, na nic a nikoho nezapomenout, to teda netuším. Nakonec dobrovolníků mohlo přijít v loňském létě jen pár a pouze několikrát. K veliké lítosti klientů, pacientů i zdravotníků byly (snad dočasně) pozastaveny návštěvy zoterapeutů a muzikoterapeutky, aktivity pečovatelského kroužku a veškeré společné duchovní aktivity, včetně bohoslužeb. Smysl naší služby se tak

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 17 >



přesunul více k lůžkům pacientů a k osobním rozhovorům. Stále ale zůstává zájem o zprostředkování kontaktů pacientů s knězem a o svátosti. Co ale v době koronavirové „frčí“ nejvíc? Jednoznačně zprostředkovávání videohovorů pacientů s rodinou. Na podzim loňského roku mě potěšilo, když jedna naše dlouhodobě hospitalizovaná pacientka mohla takto vidět svého týden starého pravnoučka, jenž se narodil a bydlí s rodinou její vnučky v Texasu.

■ Je rozdíl být kaplanem v nemocnici a mimo ni?

František: Pojem „kaplan“ je mnohoznačný a v původním významu je to označení pro pomocného duchovního v církvi. Muže, který je vysvěcen na kněze. Naproti tomu kaplanská služba v nemocnici není spojena se svěcením osoby, jež tuto službu vykonává, to znamená, že ji může vykonávat i žena. Služba má ekumenický rozměr, týká se tedy všech křesťanských církví, dokonce i mezináboženský a je směřována pouze k personálu, pacientům a případně jejich příbuzným.

■ Stalo se vám někdy, že jste neuměli odpovědět nebo poradit?

Pavčina: Jejída, to se mi děje velice často (smích). Nejvíce asi, když se setkávám s lidskou bezmocí, beznadějí a situacemi, ze kterých z lidského pohledu není žádné východisko. To mi pak přijde každé mé slovo úplně marné a nedostačující. V těchto chvílích se snažím spíše mlčet a s člověkem prostě „jen být“ a v duchu se modlím. Prosím Boha o pomoc, o vnitřní pokoj, o vyřešení neřešitelného. Zkrátka, jak a co mě zrovna napadá. Asi právě tehdy si nejvíce uvědomuji, jaký poklad mám v tom, že věřím. Že věřím Bohu, jenž mě slyší. I když třeba dlouho jakoby neodpovídá. To už je ale jiná kapitola.

■ Vidíte výhodu v tom, že jste dva, myslím tím muž a žena?

Pavčina: Určitě ano. Řekla bych, že se s kolegou Františkem báječně doplňujeme a že je to pro naši kaplanskou službu velice přínosné. Také vnímám, že pro pacienty je fajn, když si mohou vybrat mezi mužem a ženou. Někdy prostě má žena čistě přirozeně větší důvěru a pocit blízkosti k ženě a muž zase k muži. Ale není to samozřejmě pravidlem.

■ Co vás přimělo k výběru tohoto povolání nebo spíš poslání?

Pavčina: Po maturitě jsem vystudovala dopravní fakultu na ČVUT v Praze. Pak jsem několik let učila na SŠ ekonomické a odborné předměty. Navzdory tomu, že jsem měla k mladým lidem velice blízko a práce s nimi mě hodně bavila, tak mi to najednou jaksi přestalo stačit. Předávat mladým lidem do života znalost drážních předpisů nebo základních ekonomických principů mi přišlo málo. Říkala jsem si, že život je přeci ještě i o něčem jiném. V mých očích o něčem důležitějším a smysluplnějším. Ve dvaceti šesti letech jsem začala studovat teologii a můj život se tím začal ubírat jiným směrem.

Stala jsem se pastorační asistentkou ve farnosti, dobrovolnou duchovní a později kaplankou v jedné pražské věznici. Kvůli své tehdejší kaplanské službě jsem se rozhodla absolvovat i pětiletý sebezkušnostní psychoterapeutický výcvik. Před pár lety jsem se provdala na Moravu a narodil se mi syn. Necelé dva roky na to jsme s manželem čekali ještě holčičku. Už během těhotenství jsme se dozvěděli, že se narodí s vážnou srdeční vadou. Porod byl tedy směřován do pražské nemocnice v Motole. Veronika se narodila 12. března 2018 a ukázalo se, že její srdíčko nelze operovat a že bude převezena do FN v Olomouci k paliativní péči. Tam jsem se setkala s nemocniční kaplankou a zároveň diecézní koordinátorkou všech nemocničních kaplanů paní doktorkou Hošťálkovou. Ona v tu dobu přemýšlela o nástupcích za kaplanku Lenku Topolanovou z Nemocnice Šumperk. Tuto možnost služby mi nabídla a já prostě jen řekla „ano“. Takže vlastně nevím, jestli jsem si toto povolání nebo spíš poslání vybrala já, anebo jestli si spíš ono vybralo mě.

■ S čím za vámi „chodí“ lidé nejčastěji?

František: Oblast poskytování duchovních služeb je široká a je závislá na tom, co právě konkrétní pacient prožívá. Jsou to velmi osobní a vztahové záležitosti, obavy, strach z existenciálního ohrožení nebo prostá potřeba lidského kontaktu. Také konkrétní realizace duchovních potřeb prostřednictvím duchovního konkrétní církve.

■ Mnohdy řešíte těžké životní situace, umíte se od těchto prožitků a starostí oprostit, jakou na to máte metodu?

František: Lidé, kteří v nemocnici prožívají své existenciální trauma, si uvědomují, že jsou v této situaci velmi osamoceni. Troufám si říct, že je to problém každého umírajícího, ať už je věřící, nebo ne. Kaplan u takového člověka má být právě proto, že mu pomáhá nést kříž při vrcholu jeho pozemského putování. Zní to možná nadneseně, ale doprovázet těžce nemocného člověka je skutečně o plném vnitřním nasazení. Teprve potom může pacient pocítit službu jako smysluplnou a přinášející úlevu.

Co se týká mé osoby a metody, jak s tímto pracovat, tak mi pomáhá co možná nejvíce si připomínat základní skutečnost mé osobní víry. Věřím v Ježíše Krista Spasitele a vím, že všechno lidské trápení a nemoci On už vykoupil svým utrpením. Já jako kaplan tedy pouze zprostředkovávám pacientovi tento kontakt s Živým a Zachraňujícím Kristem. Vědomí této skutečnosti mě osvobozuje od přílišné zátěže nést v sobě drama tolika lidských příběhů s vědomím, že jim v jejich trápení nemohu pomoci. Proto je také neustále v modlitbě svěřuji do Boží péče.



Lubomír Štencel, očkováný

Vakcína jako světlo na konci tunelu?

Na začátku letošního roku dorazily do Nemocnice Šumperk první vakcíny vyvinuté firmou BioNTech a Pfizer. Podobně jako v ostatních zdravotnických zařízeních v Česku i v Šumperku podstoupili očkování nejdříve ti zdravotníci, kteří jsou riziku nákazy vystaveni nejvíc. Lékaři, zdravotní sestry, sanitáři pracující na ARIP, covidovém oddělení nebo třeba na centrálním příjmu nemocnice byli jedni z prvních, kteří si vakcínu nechali bez většího váhání aplikovat. Byl mezi nimi například i lékařský náměstek Josef Číkl: „Nad tím, zda se nechám naočkovat, jsem prakticky ani nepřemýšlel. Když denně jako lékař vidíte, co koronavirus dokáže udělat s lidským organismem, tak se vlastně nemůžete ani rozhodnout jinak. My jako lékaři vidíme v očkování takové světlo na konci tunelu, jak se z toho současného průšvihů dostat. Proto doufám, že až budou vakcíny dostupné pro všechny, nechá se naočkovat co nejvíce lidí,“ říká Josef Číkl.

V průběhu celého ledna pak dostávala šumperská nemocnice další pravidelné nebo i nepravidelné dávky vakcín, díky nimž se posléze mohli naočkovat i ostatní zaměstnanci, kteří se dostávají do každodenního kontaktu s pacienty. Přes určitou nedůvěru vůči očkovací vakcíně však tuto možnost využily

nakonec stovky zaměstnanců. Byla mezi nimi i primářka dětského oddělení Andrea Lysáková: „Vakcinaci považuji zatím za nejdůležitější způsob, spolu s nošením roušek, udržováním rozestupů a dezinfekcí rukou, jak minimalizovat riziko nákazy tímto velmi infekčním onemocněním, jehož tíže průběhu se nedá jednoznačně predikovat. Jelikož vykonávám povolání, ve kterém se téměř denně setkávám s covid suspektními či pozitivními pacienty, tak jsem této priority, již máme my zdravotníci, využila,“ vysvětluje, proč se k očkování nakonec rozhodla.

V polovině ledna zahájila nemocnice očkování klientů sociálních zařízení a seniorů nad 80 let. „Seniory očkováme buď v nemocnici, nebo prostřednictvím našeho mobilního týmu také v sociálních zařízeních a v domovech seniorů. Denně zvládneme s naším mobilním týmem naočkovat přes sto lidí,“ říká náměstkyně pro nelékařské zdravotnické profese Mgr. Monika Žaitliková s tím, že mobilní tým se skládá z lékaře, zdravotní sestry a dvou administrativních pracovníků. Mobilní tým přitom neočkuje jen v šumperském regionu, ale dojíždí i do vzdálenějších oblastí, včetně Jesenicka. Očkovali jsme klienty sociálních zařízení například ve Zlatých Horách,

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 19 >

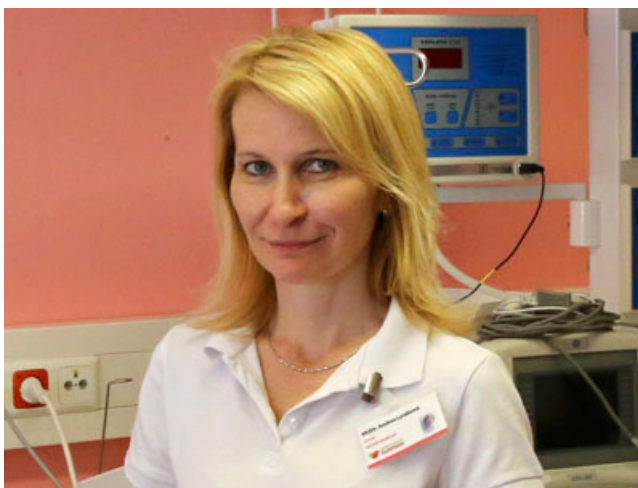
v Sobotíně nebo v Javorníku. „Byť je to logisticky poměrně náročné, uděláme vše pro to, abychom naočkovali všechny seniory, kteří o vakcínu budou stát,“ doplňuje Monika Žaitliková.



MUDr. Josef Číkl, náměstek pro lékařskou péči, manažer operačních oborů a primář následné intenzivní a ventilační péče a dlouhodobé intenzivní ošetrovatelské péče

Zájem o očkování je veliký. Nemocnice však je, stejně jako v ostatních krajích, limitována dodávkou vakcín. Někteří senioři volají do nemocnice napřímo a snaží si očkování domluvit telefonicky. „Všem trpělivě vysvětlujeme, že jediný možný způsob, jak se k očkování registrovat, je přes centrální systém. Zapojili jsme proto do celého procesu také naši nemocniční lékárnu, v níž se mohou senioři k očkování s pomocí našeho personálu registrovat. S případnou registrací přes centrální systém pomůže seniorům v Šumperku rovněž naše partnerská lékárna v poliklinice MAPO Care ve Fialově ulici,“ dodává náměstkyně s tím, že pro seniory se nemocnice v tomto ohledu snaží dělat opravdu maximum. „Rádi bychom samozřejmě naočkovali co nejvíce seniorů v co nejkratším čase, personálně na to vybaveni jsme, ale vše se v tomto případě odvíjí od množství dodávaných vakcín,“ uzavírá Monika Žaitliková.

Pan Lubomír Štencl patří do věkové skupiny očkované v současné době vakcínou, která má zabránit onemocnění COVID-19. Je také aktivním seniorem, jenž se zajímá o veřejné dění a rozumí si s počítačovou technikou.



MUDr. Andrea Lysáková, primářka dětského oddělení

■ **Proč jste se rozhodl podstoupit očkování? Velká část lidí v České republice očkování zpochybňuje.**

To je úplně jednoduché, chci být zdravý. Jsem z generace, která očkování přijímá s důvěrou jako samozřejmost. Dnešní svět je otevřený, hodně cestujeme, a to zvyšuje nebezpečí přenosu infekcí. Mám kamaráda, jenž se nakazil malárií a má z onemocnění trvalé následky. Také sleduji, co se ve světě v souvislosti s COVID-19 děje, a ve vakcinaci vidím jediné reálné řešení.

■ **Očkování u nás probíhá v nově rekonstruovaném pavilonu P, který je spíše známý pod názvem „stará chirurgie“. Jaká je vaše zkušenost s očkováním v prostředí naší nemocnice?**

Nejdříve bych chtěl říci, že jsem se cítil trochu jako pachatel, jenž se vrací na místo činu. V této budově mne v roce 1974 zachránili MUDr. Švestka a MUDr. Sněžný operací žlučníku na poslední chvíli a od té doby jsme byli s doktorem Švestkou blízcí přátelé. Co se týká průběhu očkování, tak mi nejdelší čas zabral boj s vládním registračním systémem. Myslím si, že registr mohl být pro nás seniory více přátelský a hlavně měl fungovat od začátku podle jasných kritérií, například řazení zájemců podle data narození. Naštěstí je počítač můj kamarád, tak se mi po několika dnech podařilo najít volný termín ve vaší nemocnici. Samotné očkování proběhlo úplně bez problémů. Krásné a bezpečné prostředí, kolem ochotný a příjemný personál. Samotné očkování zabralo po vyplnění základních údajů v dotazníku pár minut. Pak jsme ještě setrvali půl hodiny v další místnosti pro případ, že by se u někoho projevily nežádoucí účinky. S odstupem tří týdnů rád přijdu na očkování druhou dávkou, a zajistím si tak ochranu před onemocněním COVID-19.

■ **Máte ještě nějaké další zkušenosti s léčením v naší nemocnici?**

V mém věku je logické, že odpověď zní ano. Před třemi lety jsem se při práci na nové elektrině udeřil do hlavy. Myslel jsem si, že je to banalita, a nevěnoval jsem tomu pozornost. Zdálo se, že bude vše v pořádku. Po několika dnech jsem cestoval autem do Olomouce a jen na chvíli zastavil na parkovišti u nemocnice v Šumperku. Vystoupil jsem z auta a pak už si nic nepamatuji. Dnes mohu říci, že mi rychlý zákrok lékařů v Šumperku, bleskové odborné vyšetření a následná operace hlavy ve Fakultní nemocnici Olomouc zachránily život. Výborné péče se mi dostalo také na urologickém oddělení nemocnice u pánů doktorů Fügnera a Kani i na jiných odděleních, pokud jsem měl jakýkoli zdravotní problém.

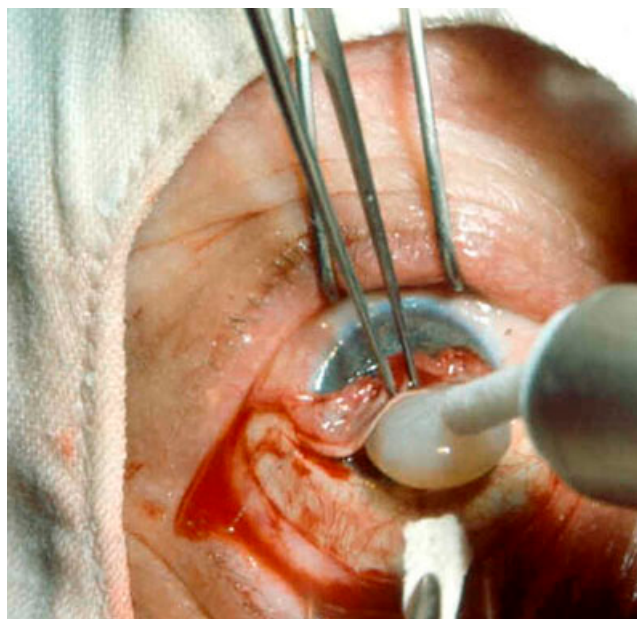
■ **Co byste vzkázal těm, kdo odmítají očkování a někteří dokonce odmítají respektovat jakákoli opatření k ochraně jich samotných i jejich okolí?**

Ať se přihlásí jako dobrovolníci a jdou na týden sloužit do nemocnic na oddělení pro pacienty s koronavirem. Pak by je ty podivné moresy přešly. Velmi mě zlobí, když ty nesmyslné demonstrace vidím v televizi. Také si myslím, že se na nich přizívají lidé, kterým rozhodně nejde o společné a společenské dobro.

Začátky okulistiky a moderní oftalmologie

Donekonečna bychom mohli diskutovat o tom, který z pěti lidských smyslů je ten nejdůležitější. Mnozí z nás si během posledního „covidového“ roku vyzkoušeli, jaké to je, když ztratí chuť a čich. Sice nevíme, co jíme, když kolem projede vůz s močůvkou, nic necítíme, ale s tak minimálním snížením kvality života se dá stále docela dobře žít. Horší je to ale se ztrátou dalších dvou smyslů, jež můžeme označit za nejdůležitější. Sluch a zrak. Ztrátu sluchu již moderní věda dovede do značné míry vyřešit. Neslyšící si také může sdělení přecítit. Ztráta zraku je však přes veškerý vědecký pokrok v lékařství prakticky nenahraditelná. Bez nadsázky tedy můžeme tento malý orgán našeho těla považovat za nepostradatelný pro plnou kvalitu života.

Možná právě proto se léčitelé, lékaři, ale i šarlatáni, a nakonec i kati již od dávných dob zabývali očním lékařstvím. Doklady o tom můžeme najít ve starověkém Egyptě, v dobách rozkvetu antiky v Řecku a za dob vlády Říma. Vynikající pověst si vybudovali lékaři z arabského světa, kteří pak také léčili mnohé



Operační sál, 80. léta

evropské panovníky. Indický lékař Sushruta je pravděpodobně první, kdo se pokusil o operaci šedého zákalu. Tuto metodu s velkým úspěchem rozvíjeli lékaři v arabském světě. Služeb arabských lékařů pravděpodobně využíval rovněž český král Jan Lucemburský, když ztrácel schopnost vidět i na druhé oko. Ani oni ale nebyli všemocní, stejně jako lékaři dnes. Zcela slepý Jan si pak raději šel vědomě pro smrt ve známé bitvě u Kresčaku. V Evropě navíc v době středověku proběhl spíše úpadek rozvoje vědy a s ním také ústup rozvoje lékařství, včetně toho očního. Příliš odvážní a zvědaví lékaři totiž mohli případně skončit i na popravišti.

Teprve v době osvícenské se začíná opět lékařské vědě více dařit. Oční lékařství, oftalmologie nebo také okulistika, je v té době součástí chirurgie. Teprve na přelomu 18. a 19. století se začíná vyčleňovat jako samostatný obor. Z té doby také známe první jména věhlasných českých očních lékařů. Oftalmologickou vědou se zabýval například prof. Jiří Procházka, jenž přednášel na univerzitách v Praze i Vídni. Nejznámější bude asi jméno prof. Jana Evangelisty Purkyně, který proslavil českou vědu v celém světě. Profesorem oftalmologie byl také prof. Josef Arnošt Ryba, pražský zemský oční lékař (jeho otcem byl veřejností známější Jakub Jan Ryba, autor české mše vánoční „Hej mistře“).

Významným momentem bylo osamostatnění české části univerzity v roce 1883 a s ní i založení České oční kliniky. Na počátku 20. století byli největšími veličinami v oboru prof. Jan

pokračování na následující straně >

pokračování ze strany 21 >

Deyl a prof. Jindřich Chaloupecký, jenž napsal a vydal první českou učebnici oftalmologie.

Současně s rozvojem lékařské vědy se také rozvíjela technická podpora tohoto oboru. Již v prvním tisíciletí se v arabském světě používaly speciální jehly na léčení drobných zákalů. První specializovaná oční nemocnice vznikla ale teprve v roce 1805 v Londýně. V té době se již k vyšetření oka používala zvětšovací zařízení založená na mikroskopii. První oftalmoskop, který zvětšoval a zkoumal oční pozadí, byl pak sestaven kolem roku 1850. Další rychlý rozvoj přineslo 20. století. Zdokonalení operací, vynález umělých nitroočních čoček, využívání laserů, léčba makulární degenerace. To vše úžasným způsobem zvyšuje kvalitu života lidí s onemocněním oka. Další možnosti přináší rozvoj elektroniky a záznamových zařízení, mezi nimiž se pohybujeme při ošetření u očního specialisty.

Další rozvoj oboru nastal po II. světové válce, kdy se v Plzni, v Hradci Králové a v Olomouci otvíraly specializované oční kliniky. V roce 1960 pak již bylo v tehdejší Československu šedesát očních oddělení a téměř dva tisíce pět set lůžek.

Oční oddělení Nemocnice Šumperk má dlouholetou tradici. V minulosti se oddělení několikrát stěhovalo. Nejstarší pamětníci si možná vzpomenou na umístění oddělení v původní budově gynekologie a dětského oddělení, dnešním pavilonu F. Pod vedením primáře MUDr. Josefa Hrcubý se později přestěhovalo do vily v Nemocniční ulici (dnes dialýza), kde setrvalo až do roku 1988. Poté se s třiceti lůžky, za primariátu MUDr. Jindřicha Plesníka, přesunulo do pátého patra tehdy nově vybudovaného pavilonu v areálu nemocnice. Od roku 1991 vedl oční oddělení MUDr. Ivan Schlemmer. Současnou primářkou oddělení je od roku 2017 MUDr. Renata Michálová.

Postupem času vzniklo nové moderní oční oddělení s operačním sálem a specializovanými ambulancemi, vybavené lepší vyšetřovací a léčebnou technikou. Operativa se rozšířila z původních dvou dní na celý týden a vznikly specializované odborné ambulance a poradny – glaukomová (zelený zákal), diabetická a makulární (onemocnění sítnice). Rovněž byl vyškolen specializovaný lékař, který se ve spolupráci s organizací nevidomých a slabozrakých (SONS) věnuje zkoušení a předpisu speciální optických pomůcek pro slabozraké.



Operační sál, 70. léta



Reklinace (operace šedého zákalu)

Přelomovým rokem se stal rok 2006, kdy se oční oddělení přestěhovalo do nově zrekonstruovaných prostor v přízemí pavilonu D v areálu nemocnice. V souladu s moderními trendy byl zredukován počet lůžek a většina pacientů byla převedena do režimu tzv. jednodenní chirurgie. Operační sál byl vybaven nejmodernější technikou pro operace předního očního segmentu a jeho kapacita se při dodržení nejprísnějších hygienických standardů výrazně zvýšila (rok 2004 – 964 operace, rok 2008 – 1 685 operací). Ve vybavení operačního sálu nechybí ani videokamera na operačním mikroskopu, jež umožňuje perioperační sestře pečlivě sledovat právě probíhající operaci. Tato kamera se také používá k výukovým účelům. V ambulantním traktu došlo rovněž k významným změnám. Ambulance se podařilo soustředit do společných prostor, což zajistilo lepší využití moderní specializované techniky, která je tak ihned k dispozici pro všechna pracoviště. Vznikla společná sesterská centrála, v níž se provádějí některá základní vyšetření a pacienti se zde připravují do jednotlivých poraden a pracovišť. Byla vybudována centrální recepce, která je místem prvního kontaktu pacienta s očním oddělením. Zde je každý zaregistrován a nasměrován nebo objednan k dalšímu vyšetření na konkrétní pracoviště.

Spektrum naší péče o pacienty je v současné době poměrně široké. V ambulantní složce zajišťujeme kromě základní oftalmologické péče také tu specializovanou, zaměřenou na zelený zákal, komplikace cukrovky nebo onemocnění sítnice způsobené věkem. Disponujeme moderními digitálními zobrazovacími technikami, v indikovaných případech provádíme i angiografická vyšetření a laserové ošetření sítnice. Skvěle nastavená spolupráce nám umožňuje jednotlivé případy téměř ihned konzultovat prakticky s kteroukoliv oční klinikou v České republice. Pro slabozraké zajišťujeme vyzkoušení a předpis specializovaných optických pomůcek ke čtení. Na operačním sále tvoří podstatnou část našich zákroků operace šedého zákalu, sekundárního šedého zákalu, zeleného zákalu a plastické operace víček a spojivky.

Zdroje: www.oftalmologie.com, www.ocnivady.cz, www.cswiki.cz
Poděkování za cenné informace patří MUDr. Ivanu Schlemmerovi.

POMŮCKA: ČAKAN, EDOM, ENIL, NIDA, PELZ, SONA, TATARY, YMA	HRÁČ V OBRANĚ	RIBONUK- LEOVÁ Kyselina (ZKR.)	PATŘÍČÍ OLZE	ŘEKA V POLSKU	NEDOBRÝ		KRAVÍ PRODUKT	ČÁST FAGOTU		ŠANON	AKADEMIE VĚD (ZKR.)	LEDOV- COVÝ KOTEL			SLOVENSKÝ TEČKA	ÚL (NÁŘEČNĚ)	SLOVENSKÁ PADOVÁ OTÁZKA
SLITINA MĚDI A CINU						MISTROV- STVÍ EVROPY (ZKR.)		POTOM					POSTRANNÍ ČÁST				
SUMERSKO- BABYLON- SKÝ BŮH BOURKY						MPZ LESOTHA MLADĚ LOSA		OVÁT					NÁM PATŘÍČÍ				
1. DÍL TAJENKY											PŘED- CHŮDCE PLUHU						
	INDONÉSKÝ ATOL	OSLÍ HYKÁNÍ			ZKYPRIT MOTYKOU							ŠKOLNÍ KLUB (ZKR.)				DESET GRAMŮ (HOVO- ROVĚ)	ANGL KRESLIT
		POHAN			POBÍDKA							PROCHÁZET KOLEM					
JMÉNO SPISOVA- TELKY RAD- CLIFFOVÉ				VYSOKÁ KARTA			ÚTVAR NA MARSU						ANGL PŘIDAT				
				KÓD DÁNSKA			ŘÍMSKÝ 2055						SVISLÁ				
CITO- SLOVCE PŘEKVA- PENÍ			V SOU- LADU S			MLADÝ ČLOVĚK									NÁZEV HLÁSKY R		
			SEVERSKÝ SKŘÍTEK			SLAVNOST									FILM MILOŠE FORMANA (1979)		
KONZER- VOVANÁ KOUŘEM						CHEM. ZN. FERMIA HLIDAT OVCE NA LOUCE		ČAJOVÁ RŮŽE ZOOLO- GICKÁ ZAHRADA									
	NÁRODNÍ LÉKAŘSKÁ KNIHOVNA (ZKR.) RET				ČESKÝ MATEMATIK (KAREL) MOJE				ANGL. ŽLUTÝ								
									SVĚTOVÁ VELMOC								
UŽASLÝ (HOVO- ROVĚ)				2. DÍL TAJENKY							TEMNOTA AMATERSKÁ VOLEJBA- LOVÁ LIGA (ZKR.)				JÍDLO ZE SERIÁLU NAVŠTĚV- NICI	OKRASNÝ KEŘ	
			DÍL	HUL OPATŘENÁ SEKYRKOU								STÁT NA ÚZEMÍ INDIE					
CHEM. ZN. YTTERBIA			STRANOU				SYMETRÁLA					DEPARTE- MENT VE FRANCIÍ					
NORSKÉ SÍDLO				TEPLÁ UŽITKOVÁ VODA (ZKR.)				DRUH PEPRÉ					CIZÍ ŽENSKÉ JMÉNO				
				TYP RUS. LETADL				BYV. FRAN- COUZSKÁ AUTOMO- BILKA					HNĚDÁ BARVIVA				
OLIVOVÉ ZELENÁ BARVA					TĚLO- CVIČNÝ PRVEK				STROJ NA OVOCE						CITOSLOVCE POVZDECHU		
					JEVY				SOUZVUK TÓNŮ						MEZINÁ- RODNÍ KÓD TOGA		
	ČEPICE PŘES UŠÍ	MEDVĚD Z KNIHY DŽUNGLE				DOMÁCKÝ LEONA					VNITŘEK (KNIŽNĚ)						
		DRUH MRAVENCE				NĚMECKÝ BABIČKA					VYZVAT K SEJITÍ						
MIMO- ZEMŠTAN					OBRÁZ- KOVÝ SERIÁL							BONDYHO JMÉNO					
					ANGL. NULA							SYMBOL LÁSKY					
VŠAK (NÁŘEČNĚ)				3. DÍL TAJENKY													INIC. HERCE KOSTKY
				POZEMEK SLOUŽÍCÍ PRO PASTVU													
POLNÍ MÍRA			VESNICE V POLSKU				PRŮVODCI BLESKŮ								NÁRODNÍ PARK (ZKR.)		
			MOTOROVÝ TAŽNÝ STROJ				DVAKRÁT								OBYVATEL SASKA		
KARABÁČE (NÁŘEČNĚ)						BAJONET							SYČENÍ				
						PARTÁK PATA							ZNAČKA PARFÉMU				
PROME- NÁDA (ZAST.)					ŠPANĚLSKÝ TISÍC				PŘÍTOK MARICE							ANGL. PRÁCE	SCHRÁNKA
					BLÁBOL				TLAČÍTKO NA OVLADAČÍ								
BAALOVA SESTRA				HLUBOKÝ MUŽSKÝ HLAS				ZNÁMKOVÝ PŘETISK				ŘEKA VE FRANCIÍ					
				I KDYŽ				MEZINÁ- RODNÍ KÓD TCHAJ-WANU				ANGL. HLASOVAT					
	SÍŤ DÁLKO- VÉHO KOSMIC- KÉHO SPOJENÍ	SHON STARÁ SPZ RYCHNOVA NAD KNĚŽNOU					TELEVIZNÍ NOVINY (ZKR.)				VELKO- OBCHOD (ZKR.)				ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA		
							MYS				MÍSTO NA SKÁLE				OSTRAVA (ZKR.)		
DRŤÍČÍ ZARÍZENÍ						ZNAČKA KILOWATTU			4. DÍL TAJENKY								
						LUTEINIZAČNÍ HORMON (ZKR.)			VYJÁDRĚNÍ POMĚRU								
ZHYN					AZUR								BOJOVÝ ÚTVAR				
ŽENSKÉ JMÉNO (8.7.)					TECHNICKO- HOSPODÁŘ- SKÝ PRACOVNÍK (ZKR.)			PLANETKA					ESTONSKÉ SÍDLO				



VÝHODY KLIENTSKÉ KARTY

- OKAMŽITÁ SLEVA PŘI NÁKUPU VOLNĚ PRODEJNÉHO SORTIMENTU
- SEZÓNÍ SLEVOVÉ AKCE
- ŠIROKÝ VÝBĚR VOLNĚ PRODEJNÝCH LÉČIV, POTRAVNÍCH DOPLŇKŮ, ZDRAVOTNICKÝCH PROSTŘEDKŮ A DERMOKOSMETIKY



OCUTEIN SENSITIVE CARE OČNÍ KAPKY 15 ml

Zvlhčující oční kapky, které poskytují okamžitou úlevu pro podrážděné a unavené oči. Hydratují, zklidňují, chrání a stabilizují slzný film, vhodné i pro velmi citlivé oči. Lze aplikovat i na kontaktní čočky.

cena
159 Kč

OCUTEIN ALLERGO OČNÍ KAPKY 15 ml

Oční kapky pomáhají při svědění a pálení v očích. Poskytují zklidnění a osvěžení očí při symptomech alergií a senné rýmy. Mají lubrikační a hydratační účinek. Jsou vhodné i pro aplikaci na kontaktní čočky.



cena
115 Kč



ANNABIS ARTHROCANN GEL 75 ml

Konopný gel s koloidním stříbrem určený k masáži kůže v oblasti kloubů, svalů, šlach a zad. Unikátní, funkční kombinace 10 účinných látek přispívá k rychlému pocitu úlevy.

cena
229 Kč



TEREZIA OSTROPESTREC + REISHI 60 KAPSLÍ

Ostropestrec mariánský přispívá k ochraně a očistě jater a podporuje jejich zdraví, podporuje trávení. Houba reishi přispívá k přirozené obranyschopnosti organismu. Černý bez podporuje přirozenou obranyschopnost organismu.

cena
259 Kč

BLOKURIMA 2g D-MANÓZY SÁČKY 10x4g

Doplňek stravy s obsahem D-manózy. D-manóza je jednoduchý cukr, který je tělu vlastní a je součástí přirozené ochranné vrstvy močového měchýře. Po vstřebání do organismu se D-manóza v nezměněné formě vylučuje ledvinami právě do močového měchýře. Přípravek je vhodný pro pacienty trpící na časté problémy s močovým ústrojím. Mohou jej užívat i těhotné ženy. Vhodný pro akutní potíže i dlouhodobé užívání.

cena
149 Kč



cena
149 Kč



MAGNESIUM CITRÁT COMPLEX 30 SÁČKŮ

Hořčíkový komplex s vysokou biologickou dostupností, doplněný o zinek a selen, které podporují imunitní systém. Přispívá ke snížení míry únavy a vyčerpání.

Platnost nabídky 22. 2. - 31. 3. 2021.