



DR. DRBNA


nemocniční zpravodaj

PRAVIDELNÝ ČTVRTLETNÍK

3/4
2020

Nová magnetická rezonance

Nemocnice Havířov se
může pochlubit špičkovým
přístrojem nové generace



Nebudte z Vánoc na prášky!

Rady zkušeného psychiatra
jak se na Vánoce nezbláznit

November

Úspěch listopadové
kampaně na podporu
prevence rakoviny
prostaty a varlat



NEMOCNICE
HAVÍŘOV

Editorial

Milé kolegyně a kolegové, čtenáři a čtenářky,

další vydání nemocničního časopisu Dr. Drbna je tady! Vychází symbolicky před Vánoce, které budou letos pro nás pro všechny díky celosvětové pandemii Covid-19 asi trochu jiné, stejně jako byl jiný téměř celý letošní rok 2020.

V naší nemocnici se, přes nezbytné organizační změny, které sebou tato doba přinesla, dělá spousta nových a pozitivních věcí, které jsme vám postupně představovali na našich sociálních sítích nebo v médiích. Náš nový zpravodaj Dr. Drbna patří mezi ně. Stejně jako v prvním dvojčísle, i v tomto se dočtete o novinkách, které jsme za posledního půlroku zrealizovali anebo uvedli do provozu.

Naši zaměstnanci se převlékají v nových šatnách, od kterých jim slavnostně předali klíč významní zástupci Moravskoslezského kraje i našeho města. Naši pacienti chodí na odborná vyšetření do nových interních ambulancí, které jsme pro vás zrekonstruovali tak, abyste se v nich cítili dobře. Pomohl nám k tomu UAX, který je typický svými vtipnými kresbami. S tímto designem se budete napříč naší nemocnicí setkávat stále častěji, nejnověji například v prostorách zcela nově vybudovaného detašovaného radiodiagnostického pracoviště s magnetickou rezonancí, která je největším dárkem pro pacienty nejen z Havířova, ale i přilehlého okolí.

Věříme, že se vám všechny změny, které se v nemocnici dějí, líbí. My v nich budeme pokračovat i v roce 2021, do kterého Vám všem přejeme hlavně pozitivní mysl a pevné zdraví.

 **Irma Kaňová**
šéfredaktorka Nemocničního zpravodaje Dr. Drbna



Slovo ředitele

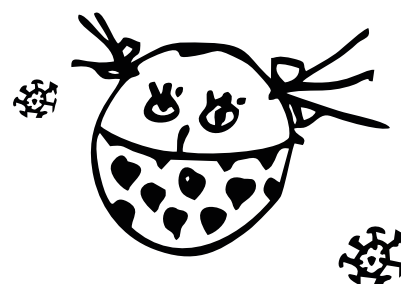
Milé kolegyně, milí kolegové, přátelé!

Jelikož je zimní vydání našeho nemocničního oběžníku spojeno s koncem starého a začátkem nového roku, budu trochu bilancovat, ale také bych vás rád obeznámil s **nejbližšími plány**, které nás čekají hned zkraje příštího roku.

Asi se těžko při hodnocení roku 2020 někdo vyhne tématu spojeného s celosvětovou **pandemií**. Když se někde ve světě občas děje něco, z čeho nám zůstává rozum stát, stane se nějaké neštěstí či vypukne konflikt, udiveně kroutíme hlavou, říkáme si, jak je to možné, a v duchu nám proletí myšlenka, že se nás to naštěstí netýká a ten problém je někde na druhé straně světa. Globalizace a zrychlené tempo života však přináší rizika, a jedním z nich je právě i fakt, že to, co se stane v nějaké čínské provincii, může s mírným zpožděním být i naším problémem. Měli jsme a máme možnost takřka každý den a každou hodinu přijímat zprávy nejen z domova, ale i ze světa, jak si jednotlivé národy s pandemií poradily. Nebudu zde hodnotit opatření, které jsou u nás zaváděna v boji s virem, nebudu zde hodnotit celospolečenská omezení, nebudu se zamýšlet nad dopadem v životě jednotlivce. Naší povinností od samého začátku pandemie bylo, je a bude, abychom zde byli pro lidi a doká-

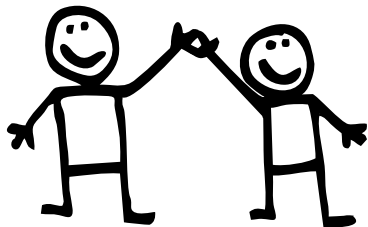
zali řešit dopady pandemie, když tato bohužel vítězí i navzdory opatřením.

Zde potom nezbyvá než před vámi, jak se říká smeknout, protože již v jarní vlně, která se ještě netýkala všech zdravotnických zařízení a nemocnic, jsme **re-organizací procesů, reprofilizací oddělení**, nastaveným a přísným **HER**, byli **vzorným příkladem** i pro ostatní nemocnice, jak se s problémem vyrovnat a jak čelit konkrétním výzvám.



Po krátké dovolené v letních měsících, kdy mnozí z nás ani neznamenali rozdíl mezi takzvanou první a druhou vlnou, nás pandemie zasáhla s ještě větší razancí na podzim. Čísla nepotřebují komentář a mluví sama za sebe: v souvislosti s onemocněním SARS-CoV-2 bylo v naší nemocnici celkem hospitalizováno necelých 400 pacientů, z nichž na jednotkách intenzivní péče tito strávili 542 ošetřovacích dnů a na standardních odděleních bezmála 3000 ošetřovacích dnů. Celkem jsme tyto pacienty ošetřovali, stabilizovali a léčili 3511 dní, provedli 24000 stěrů nosohltanu, přes 5000 rychlotestů, a v tuto chvíli již i několik stovek antigenních testů. Bohužel je zde jedna negativní bilance – již více než 150 z nás si prodělalo toto virové onemocnění, v podzimní vlně nám stabilně chybí více než 40 nelékařů, což je znát v provozu. Velký dík patří těm, kteří zůstali a pracují někdy i za dva, i za tři a stejný dík patří těm, kteří se těšíc lepšímu zdravotnímu stavu neprodleně po ukončení karantény vrátili do práce, aby pomohli ostatním kolegům.

Díky jarním zkušenostem a vašemu nasazení máme nejhorší, doufám, za sebou a všichni si určitě přejeme, abychom byli stejně úspěšní i v rámci návratu nemocnice k normálnímu režimu.



V této oblasti nás čeká možná ještě větší výzva, protože omezovat, bourat, stěhovat je vždy lehčí než stavět a vracet věci k normálu. Máme stanoven **plán postupné obnovy** standardní, intenzivistické, operační ale i následné péče v naší nemocnici, který jsme příznačně pracovně nazvali „**restart havířovského špitálu**“, a který intenzivně řešíme a projednáváme s jednotlivými primariáty. Tento je postaven na možnostech organizačních, personálních a vždy s přihlédnutím ke klinické důležitosti a samozřejmě i s ekonomickým aspektem. Proto se na nás někteří nezlobte, když vaše oddělení bude znovu zapojeno například až po novém roce, protože můžeme plánovat, můžeme predikovat, ale jak se bude vyvíjet situace v našem okolí a jak se bude dotýkat nemocnosti našich kolegů, můžeme předvídat jen málo. Chci vás ale ujistit, že udělám maximum proto, abychom v naší nemocnici začali zase žít normálním životem, mohli se svobodně pohybovat, potkávat se při obědě, setkávat se osobně na poradách, v pracovních skupinách, ale i neformálně poklábosit na chodbách i denních místnostech naší nemocnice. Ano, jistá epidemiologická situace tady s námi už zůstane zřejmě v následujících letech ještě dál a možná, že i napořád, ale musíme si zvyknout, že bude součástí našich životů ať už v pracovní, nebo v osobní rovině v našich

domácnostech. Musíme se naučit chránit, musíme respektovat jeden druhého, musíme umět řešit různé situace s vámi daným stavovským klidem, musíme být našim pacientům a spoluobčanům **příkladem**. Poté, co jsem vás mnohé poznal vím, že to dokážeme, vím, že v naší nemocnici pracují špičkoví profesionálové, a také dnes již vím, že dokážeme držet při sobě a stmelit se v dobách nejvyšší nouze a krize.

Naše nemocnice je zase o krůček blíže našemu **cíli** být **špičkovou krajskou nemocnicí**, být **provozně-ekonomicky nezávislou**, s lepším finančním zdravím **investovat do technologií**, do **služeb** pro pacienta a samozřejmě také hlavně do **vás** samotných. I přes veškerá omezení, která jsme museli provést, jsme dokázali velmi dobře naplnit produkční parametry nemocnice, ke konci roku budeme mít takřka **o 300 porodů více** než v minulých letech, dokázali jsme **zvýšit mini-invazivní ortopedickou operativu o 200 výkonů**, otevíráme novou etapu **kvality diagnostiky s magnetickou rezonancí, přebudujeme nízko-**

prahový urgentní příjem, rozšíříme některá pracoviště, budeme **investovat** do dalších **technologií** a zavádíme **další ambulantní a laboratorní odbornosti**, jako je imuno-alergologie při našich sjednocených laboratorních pracovištích, osteologie, foniatrie, či dětská kardiologie v ambulantní oblasti.

Milé kolegyně, kolegové a přátelé, doufám, že konec roku, a ze srdce vám to přeji, bude alespoň trochu poklidnější, doufám, že budete moci strávit hodně času se svými rodinami, nějaký ten čas se svými přáteli, například v již otevřených hospůdkách a doufám, že ačkoli to zní jako fráze, budete všichni zdraví a šťastní, protože vše ostatní je opravdu bezvýznamné, triviální a méněcenné.

Přeji vám všem bez výjimky klidné období, krásné vánoční svátky a konec roku v kruhu svých blízkých a přeji nám všem, aby ten příští rok už nebyl ten „jiný a divný“, přeji nám, aby byl zase normální.

S úctou váš Říďa

 **Norbert Schellong**



Havířovská nemocnice má magnetickou rezonanci



V Havířově máme tu nejlepší magnetickou rezonanci, kterou jsme si mohli přát. Podobný přístroj této nové generace je teprve druhý svého druhu v České republice.

Magnetická rezonance **MAGNETOM Sola** od společnosti **Siemens Healthineers** je moderní a **špičkový skener** s indukcí pole 1,5 tesla a pokročilou technologií BioMatrix podporovanou umělou inteligencí – funguje jako inteligentní asistent a pomáhá obsluze ovládat a nastavovat parametry vyšetření. Pomocí souboru automatických funkcí zrychluje, zkvalitňuje a zefektivňuje skenování. Přístroj má krátký a otevřený design, což řadě pacientů pomáhá snižovat obavy z vyšetření. To v praxi znamená, že **tunel**, který má velkorysý **průměr 70 cm**, je **kratší a širší**, **doba vyšetření se** díky nejmodernějšímu přístroji oproti starším magnetickým rezonancím podstatně **zkrátí**.

Stavební práce detašovaného radiodiagnostického pracoviště byly zahájeny letos v červnu slavnostním výkopem. V ten den byla zahájena výstavba jedné z nejdůležitějších investičních akcí letošního roku, kterou všichni zaměstnanci naší nemocnice netrpělivě očekávali. Magnetická rezonance je momentálně **ve zkušebním provozu**, probíhá nastavování vyšetřovacích protokolů.

Do plného provozu bude uvedena na začátku roku 2021.

Z vyšetření magnetickou rezonancí, která je moderní zobrazovací radiodiagnostickou metodou využívající změny magnetického pole v těle vyšetřovaného, budou profitovat pacienti nejen z Havířova, ale i spádových oblastí. Pomocí této metody vyšetření se dá velmi **podrobně zobrazit struktura tkání lidského těla** a to zejména při neurologických onemocněních, nemocích pohybového aparátu, cév, břicha, pánve a srdce. Je jednou z **nejcitlivějších zobrazovacích metod** s benefitem nulové radiační zátěže pro pacienty.

Magnetickou rezonanci najdete v nově vybudované modré budově za urgentním příjmem u vjezdu do nemocnice z ul. Astronautů (u haly Slávie).

Součástí nové budovy radiodiagnostiky, jejíž stavební náklady byly ve výši 20 mil. Kč, je mimo magnetickou rezonanci za 25 mil. Kč **plánovaná i vyšetřovna pro obnovu CT diagnostiky**. Nový **CT přístroj** se tak stane **budoucí technologickou součástí urgentního příjmu**, který bezprostředně navazuje na nově vybudované detašované radiodiagnostické pracoviště. Na financování se spolupodílel zřizovatel nemocnice – Moravskoslezský kraj.

Nový rentgenový přístroj na radiodiagnostickém oddělení

Obnova zdravotnické techniky a tím rozšiřování spektra poskytované zdravotní péče je pro nemocnici klíčová. Proto byl v těchto dnech na radiodiagnostickém oddělení instalován **nový špičkový skiagraficko-skiaskopický systém Luminos dRF Max** od společnosti Siemens Healthineers za **11 mil. Kč**, který nahradil starý a dosluhující rentgen. Jedná se o **nejmodernější, plně digitální a dálkově ovládanou sklopnou rentgenovou stěnu** vysoké technické a kvalitativní úrovně, disponující mnoha funkcemi.



Umožňuje využívat dvě diagnostické metody – **fluoroskopická vyšetření** za použití kontrastní látky a klasické **rentgenové snímkování**. Díky tomu je přístroj univerzálně použitelný a efektivní. **Skiografie** se nejčastěji využívá k vyšetření kostí a kloubů i k zobrazení měkkých tkání, jako jsou svaly nebo plíce. **Skiaskopie** je pak metodou, která zobrazuje dynamicky – např. pro zobrazení peristaltiky jícnu, střev či žaludku a močových cest. V léčbě pacientů hraje správná diagnostika zásadní roli, tento přístroj výrazně **zvýší diagnostické možnosti**. Digitální obraz je kvalitní, velmi přesný a šetrnější k lidskému organismu co do množství rentgenového záření. Celkové **vyšetření je kratší a snadnější**, což ocení pacienti i zdravotnický personál. Rentgen bude sloužit hospitalizovaným i ambulantním pacientům celého Karvinska. Financování přístroje bylo z více jak 80 % zajištěno z Regionálního operačního programu - návazná péče z evropských strukturálních fondů.

Lékař radí na aktuální téma: PSYCHICKÉ ZDRAVÍ

Konec roku z pohledu psychiatra aneb pár doporučení, jak nebýt z Vánoc na prášky



Štědrý den klepe na dveře. Pro mnohé z nás jsou oslavy klidu a míru vykoupeny hodinami úklidu, nákupů a příprav na dokonalé chvíle. Existuje nějaký ideální recept na to, jak si Vánoce užít ve skutečném štěstí, aniž bychom se ze všech příprav na ně nezbláznili?

Na tuto otázku odpovídá primář psychiatrického oddělení havířovské nemocnice MUDr. Michal Samson se svým týmem s doporučením:

Prožijte Vánoce především podle svých představ

Pro naše předky byly Vánoce příležitostí, kterou celý rok neměli, tudíž najíst se dosyta, podávalo se 12 pokrmů, Vánoce byly rámovány rituály, rybí šupina pod talířem, aby v příštím roce byly peníze, překrajování jablíček jako předpověď zdraví a úspěchu v následujícím roce, stromeček, dárky, očekávání první hvězdy před zasednutím k bohatému stolu.

Rituály stanoví rámec toho, že jisté věci děláme v jistý čas a předem předepsaným způsobem, což má velký dopad v každodenním životě, **rituály strukturují** naše každodenní činnosti, zde máme hranice a prostor, v němž se cítíme bezpečně. Jejich absence pak mohou způsobovat to, že se nemáme nejen o co opřít, ale ani na co těšit. Rituály rámcují naše prožívání světa a mají vliv na to, zda se v něm cítíme **bezpečně**, zda nám svět a naše existence v něm dává **smysl**, nebo zda toto absenteje. **Pocit smysluplnosti je důležitým činitelem majícím vliv na naše psychické zdraví.**



Vánoce, coby tradiční svátky, vnášejí tedy do našich životů

rytmus a řád. Dodržování tradic je žádoucí a pro mnohé může být duševně očištné. Ale klidně můžete jít proti davu a bořit zavedené zvyklosti, **důležité je vaše štěstí a spokojenost vaší rodiny.** Jestli bude na Štědrovečerní večeři kapr, nebo řízek, není důležité, stejně jako to, jestli jste stihli pořádně naleštit všechna okna nebo provést stoprocentní předvánoční úklid v každé skříni. Čím dál víc z nás se rozhodne před všemi svátečními nástrahami a požadavky na dokonalé štěstí utéct do poklidu jiné, než domácí destinace. I takto to může být v pořádku, pokud se v tomto modu cítíme být šťastni.

V současné, především materiálně založené společnosti, se vánoční svátky staly pro mnohé přehlídkou marnosti a závodem v nakupování, což vede s blížícím se Štědrým dnem k nárůstu napětí v rodinách a k nezpochybnitelnému stresu jednotlivců. Kdo z nás si alespoň jednou neřekl: Nevím, co mám koupit k Vánocům své ženě, muži, dětem, protože buď všechno mají, nebo nic nepotřebují (anebo si nic nezaslouží :-). Často se setkáváme i s tím, že bychom chtěli našim blízkým dopřát dárky, které si nemůžeme dovolit. Tato těžce výbušná směs často spouští dekompenzace fyzické a/nebo psychické.

Pokud máme jasno v tom, co je skutečně důležité, **nastavme si své tempo a nekladme na sebe příliš velké nároky.** Jen tak se můžeme vyhnout psychické nepohodě. Neměli bychom

zapomínat na **vděčnost**, protože vděční lidé zažívají méně úzkostí a sami sebe považují za zdravější oproti běžné populaci. **Vděčnost zvyšuje štěstí a redukuje depresi.** Pokud jsme šťastni, dokážeme se lépe rozhodovat a vše nám jde snáz.

Pokud si chceme Vánoční svátky užít, je dobré **dodržovat životosprávu**, najít si čas na aktivity, které nás nabíjí, **odměňovat se**. Procházka v přírodě nám dá také sílu zvládnout například všechny krásné, ale často psychicky náročné rodinné sváteční návštěvy.

Také vzpomínky na příjemné zážitky a pocity nám mohou pomoci, abychom se ze svátků „nezbláznili“. **Važme si toho, co máme, protože je pozdě vážit si toho, co jsme měli.**

Snad vás potěší zpráva, že o Vánocích je paradoxně nižší výskyt sebevražd, než v jiných obdobích roku. Stejně tak oproti všeobecným

přesvědčením nenarůstá počet hospitalizací na psychiatrických odděleních.

A na úplný závěr: **„Zachovej řád a řád zachová Tebe“**. A taky si dopřejte luxus být **štedří**, protože akt štedrosti přispívá k vyšší radosti a spokojenosti. Štedrost v pravém smyslu neznamená zahrnovat druhé drahými dary. Štedrost znamená konat dobro. Nabídnout pomoc někomu blízkému, vykonat za něj jakýkoliv čin laskavosti.

Je to zvláštní paradox, ale tím **nejlepším způsobem, jak získat vlastní štěstí, je rozdávat ho ostatním** a to nejen o Vánocích.

Naši interveni

Na psychiatrickém oddělení havířovské nemocnice jsou vyškoleny dvě interveni první psychické pomoci, které nabízejí pomoc pozůstalým a druhotně zasaženým. Pomáhají projít těžkou

životní situací, poradit s otázkami posledního rozloučení, jak projít obdobím truchlení apod. Tuto pomoc poskytují především pozůstalým, kterým zemřel blízký člověk v havířovské nemocnici, ale pokud to kapacity dovolí, poskytujeme intervenční podporu i lidem mimo nemocnici.

Krizová linka pomoci pro blízké pacientů

Linka je určena těm, kteří obdrželi nepříznivou zprávu o zdravotním stavu svého blízkého, neměli možnost být s nemocným a rozloučit se s ním, přišli o blízkou osobu, jsou se svou bolestí a obavami sami, mají sami výrazný strach z nemoci, potřebují hovořit o tom, co dál, nebo potřebují sdílet své emoce.

Kontakt na krizovou linku je: 227 272 225.



Podpořili jsme Movember

Movember je mezinárodní osvětová kampaň, jejímž symbolem je knírek. Zaměřuje se na prevenci v oblasti rakoviny prostaty a varlat. Dva ze tří mužů nad šedesát let totiž umírají právě na toto onkologické onemocnění. Naše nemocnice se letos poprvé oficiálně zapojila do této osvětové kampaně, na účet nadace movember.com jsme prostřednictvím týmu Nemocnice Havířov i díky vám přispěli částkou 13.700 Kč.

Máme radost, že díky této intenzivní měsíční podpoře Movemberu naše urologická ambulance v průběhu měsíce listopadu zaznamenala téměř **30% nárůst preventivních vyšetření**.

Havířovská urologie pod vedením primáře MUDr. Josefa Kopeckého

patří mezi špičku v našem regionu. Každý rok zde léčíme desítky pacientů s urologickými onkologickými diagnózami. Obecně se dá říct, že většina nádorových onemocnění nemá na začátku žádné varovné signály, později se rakovina prostaty může projevit zhoršením močení, zástavou močení, krvácením v moči. Pokročilé onemocnění se může projevit bolestmi kostí (zde nádor prostaty velmi často metastazuje). Právě proto je v počátečních stadiích léčba nejúčinnější a šance na úplné vyléčení jsou vysoké. Z toho důvodu je v rámci onkologie kladen tak velký důraz na **včasnou diagnostiku**. Léčba je méně agresivní a výsledky mnohdy excelentní.

Nejen v rámci listopadového Movemberu, ale kdykoliv v průběhu

roku, mohou zájemci o **prevenční vyšetření** přijít do urologické ambulance. Nepotřebujete k tomu nic, nejste nijak omezeni věkem, přijďte **i bez doporučení** od praktického lékaře.

Všem pacientům zde naši zdravotníci profesionálně předají základní informace, absolvují základní pohovor, základní vyšetření včetně vyšetření krve. Další preventivní programy jsou většinou v souvislosti s **„Dny onkologické prevence“** a **„Dny otevřených dveří“**.

Je lepší přijít dvakrát zbytečně, než jednou pozdě, tak na nic nečekejte a přijďte. Telefonní číslo pro objednávky na preventivní vyšetření do naší urologické ambulance je **596 491 353**.



**ZMĚŇ
POHLED
NA MUŽSKÉ
ZDRAVÍ.**


MOVEMBER.COM



**VŠICHNI BOJUJÍ
PROTI RAKOVINĚ
PROSTATY, VARLAT
A ZA MUŽSKÉ
ZDRAVÍ.**


MOVEMBER.COM



ZAPOJ SE!


nadační fond
májí proti rakovině


NEMOCNICE
HAVÍŘOV


MOVEMBER.COM



Všem dobrotám z havířovské nemocnice šéfuje Bc. Pavlína Vránová



Pavla pracuje v nemocnici **od roku 1988**, kdy nastoupila jako dietní sestra na stravovací provoz. Má vystudovanou SZŠ v Brně, obor dietní sestra (dnes nutriční terapeut). Management v sociální sféře vystudovala na VŠ sociálně správně. Ve Vítkovické nemocnici, kde přijala nabídku pracovat jako klinický nutriční terapeut. Pracovala zde tři roky a nasbírala spoustu zkušeností, přátel a kontaktů, ze kterých čerpá dodnes. Díky jejímu působení zde jsme dodavatelem stravy pro pacienty právě do Vítkovické nemocnice již třetím rokem. O Pavlu se dělíme s nemocnicí v Karviné – Ráji, kde zastává stejnou funkci. K havířovskému provozu má ale jako havířovačka blíž jak geograficky, tak srdcem.

V současné době Pavla **vede stravovací provoz s 35 zaměstnanci**, z toho jsou tři nutriční terapeutky. Jejím hlavním cílem je, aby byly spokojeni se stravou jak pacienti, tak zaměstnanci. Sleduje **nejnovější novinky a trendy**, aby mohli v kuchyni připravovat co nejvyváženější stravu, která odpovídá zdravému životnímu stylu. **Dobry tým**, který je spolehlivý, pracovitý a otevřený výzvám **je základem dobré kuchyně**. A ten my u nás máme. I díky tomuto nastavení mohlo všech téměř tisíc zaměstnanců nemocnice dostat Svatomartinskou husu, která se připravovala nad rámeč pracovních povinností.

Největší radost má z toho, když všem chutná. Zároveň se těší

na nový bufet, na jehož podobě se významně podílela. Zakládá si na tom, aby dobroty, které se tam prodávají, byly jako od maminky. Na co se můžete těšit i vy, budou domácí zákusky z dílny naší nové cukrářky Katky, ale také lahůdkové výrobky studené i teplé kuchyně, vyráběné s láskou v nemocniční kuchyni. Voňavé bramboráčky a čerstvé řízky nebo smaženky provoní náš nový krásný vestibul. Z bufetu se stane útulné moderní bistro, kam se určitě stavte k těmto laskominám na dobrou španělskou kávu i vy!



Nemocniční Olympiáda aneb sportovní den pro zaměstnance

Sportovní den pro zaměstnance má v havířovské nemocnici už svou tradici. Nemocniční Olympiádu všech sportovních disciplín na jednom místě si ale zaměstnanci letos v září užili v rámci sportovních klání i společenského setkání poprvé.

Čtrnáct šestičlenných týmů, sestavených ze závodníků z jednotlivých oddělení, se utkalo ve čtyřech sportovních disciplínách – závodů na čas na **paddleboardu**, **střelby ze vzduchovky**, **bowlingu** a **petanque**. Vše se odehrálo za krásného slunečného zářivého počasí venku v rekreačním

prostředí Resortu Maják v Soběšovicích. Nechyběla olympijská vlajka ani olympijský oheň. Slavnostního zahájení se ujal sám předseda nemocničního olympijského výboru Norbert Schellong. Slib sportovců za všechny závodníky složila Olga „Kula“ Příkrylová.

Závodníky mohutně podporovali fanoušci z řad nezávodících zaměstnanců nemocnice, kteří si v mezichase užívali vyhládkové plavby lodí, koupání v Žernanické přehradě nebo báječných dobrot nejen z grilu připravených místní restaurací.

Celým odpolednem provázel moderátor Jirka Jekl a DJ Patrik Mácha z Radia Čas. Vyhlášení výsledků se ujal hlavní rozhodčí Petr Baránek, který také předal poháry, medaile, diplomy i hodnotné ceny prvním třem týmům i nejlepším jednotlivcům.

A jak to všechno dopadlo? **Třetí místo** si odnesl **tým ambulanti rehabilitace Fysio Busters**, na **druhé příčce** se umístili borci a borkyně z **X-Ray radiologického týmu**. **Vítěznou olympijskou trofej** za nejlepší výsledky si z první nemocniční olympiády odnesl **urologický tým Mrštní lenochodi**.

Necháme se překvapit, zda se všem podaří obhájit tuto umístění i příští rok.

V rámci společného odpoledne pro zaměstnance nemocnice jsme také v úvodu olympiády vyhlásili speciální **soutěž o nejlepší olympijskou fotografii. Nejúspěšnější fotografkou** se s celou sérií

fotografií, z nichž některé publikujeme právě na této straně, stala naše nemocniční „holka pro všechno“ z technického oddělení – **Gabriela Urbancová**, která měla z umístění i z ceny, kterou jsme ji předali, velkou radost. Výherkyni srdečně gratulujeme!



Na konci listopadu jsme oslavili 800stý porod!



Jubilejním osmistým miminkem, narozeným v roce 2020 v havířovské nemocnici, je malý Šimon, který se narodil 27. 11. 2020, vážil 3710 g a měřil 52 cm. U porodu asistovala Martina Lassková, která pracuje v havířovské porodnici jako porodní asistentka už od roku 2002. Sama je maminkou dvou synů, takže má k porodům blízko, už od dětství si přála pracovat v nemocnici.

Martinina maminka je totiž zdravotní sestra a o své práci vždy mluvila s láskou. Po střední škole si proto Martina zvolila jako svou budoucí profesi porodní asistentku, protože jí přišlo skvělé stát u zrodu nového života.

Čím déle tuto práci vykonává, tím více vidí, jak je tato profese krásná a komplexní. Péče o ženu začíná již před těhotenstvím a pokračuje i dlouho po porodu. Má radost z toho, že se do procesu porodu v současné době zapojují čím dál tím více i muži – tatínkové děti. Porod tak už není jen ženskou záležitostí za zavřenými dveřmi, ale **na vzniku nové rodiny se podílí oba partneři.**

Důvěra v blízkou osobu je u porodu **zásadní**, a proto jako soukromá porodní asistentka nabízí Martina ženám **komplexní péči** po celou dobu těhotenství. Je důležité, aby měla nastávající maminka možnost se kdykoliv ujistit, že změny, jež se s ní dějí,

jsou v pořádku. Je důležité mít někoho, s kým může maminka sdílet své pocity, byť jsou často velmi intimní.

U porodu je totiž potřeba podpořit ženu v její síle porodit své vlastní dítě a pokud je vztah navázaný již v těhotenství, je to mnohem snazší. Každá žena je originální a taktéž je jiný každý porod. Pro tu pestrost a ty chvíle, kdy se zrodí nová rodina, je Martina šťastná, že pracuje právě jako porodní asistentka.



Nové zázemí pro zdravotníky

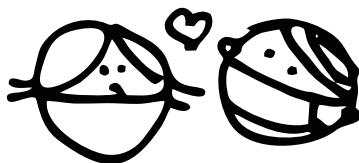
Přes dvě stě zdravotníků již používá nové šatny. První etapa jejich rekonstrukce byla úspěšně dokončena v září a šatny přijeli do užívání zdravotníkům předat zástupci Moravskoslezského kraje a statutárního města Havířov, z jejichž rozpočtu šla na rekonstrukci nemalá finanční podpora. Konkrétně kraj poskytl přes **třináct mil. Kč** a město Havířov přispělo **třemi mil. Kč**. Sociální zázemí bylo za téměř padesát let používání v havarijním stavu, jedná se tedy o **generální rekonstrukci** vč. rozvodů vody, vzduchotechniky a mobiliáře. V současné době je v plném proudu druhá etapa rekonstrukce a na své nové skříňky netrpělivě čeká dalších více jak 250 zaměstnanců. Pokud vše půjde hladce, dočkají se jich začátkem příštího roku.

Nové špičkové vybavení gastroenterologické ambulance

Vyšetření zaživačích traktu nepatří mezi ta příjemná, která by v pohodě absolvoval každý z nás. V naší nemocnici je nyní takové vyšetření šetrnější díky zcela novému přístrojovému



vybavení, se kterým pracuje tým gastroenterologické ambulance. **Endoskopická věž, koloskop a nasální gastroskop** byly zakoupeny z **dotace evropských fondů**. O pohodu pacientů při těchto veskrze nepříjemných vyšetřeních se starají úsměvy na tvářích vedoucí lékařky **MUDr. Alžběty Buriánové** i jejích kolegů, které „jsou vidět i pod rouškou“.



Některé z interních ambulancí v nových prostorách

V listopadu byly přestěhovány některé z interních ambulancí do nových prostor. Důvodem bylo **stěhování psychiatrického oddělení**, které se nyní nachází v **1. patře hlavní budovy** nemocnice. Nový ambulantní trakt vytváří pacientům mnohem přívětivější prostředí a nachází se rovněž

v 1. patře hlavní budovy v prostorách bývalého rentgenu. Do nových prostor již docházejí pacienti Diabetologické ambulance, Diabetologické a endokrinologické ambulance, Revmatologicko-osteologické ambulance a Interní a geriatrické ambulance.

Nemocniční lékárna v novém designu

V rámci rekonstrukce vstupního vestibulu, proběhla také **rekonstrukce nemocniční lékárny**. Pro komfort a pohodlí zákazníků i personálu byla lékárna prostorově **rozšířena** a přibyla i další pokladna. Zrekonstruované vzdušnější prostory lékárny nabízejí nově také **konzultační místo** a **výstavní prostor**.

red



GRATULUJEME

Moravskoslezská sestra roku 2020

Ze čtyř nominací dvě vítězství

Hned dvě zdravotní sestry z naší nemocnice proměnily nominaci v anketě Moravskoslezská sestra roku 2020, kterou každoročně vyhlašuje Moravskoslezský kraj. Již jednou nominovaná **Jaroslava Cielecká** získala **ocenění v kategorii porodní asistentka**. Jako zdravotní sestra pracuje téměř **40 let**. „Je to krásný pocit, že jsem vyhrála. Ale ještě větší radost mám z toho, že si o mě kolegyně myslí, že mi to v práci jde a že mě nominovaly. Patří jim za to můj dík“.

Z nominovaných sester v kategorii ambulantní péče nejvíce zaujala odbornou porotu **Dagmar**

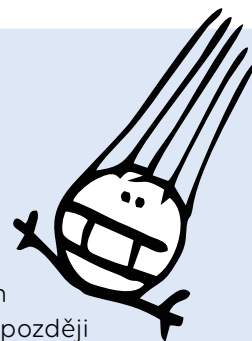


Matějová, která od roku 1972, kdy nastoupila na internu a postupně prošla několika odděleními, pracuje na dialýze. „Z ocenění mám radost, neumím se s prací rozloučit, velmi mě baví, naplňuje a dává mi energii. Chtěla bych poděkovat skvělému kolektivu na dialýze, plného pozitivních kolegyně, které vede vrchní sestra se srdcem na pravém místě. Bez nich bych si výhru neodnesla“.

Dalšími nominovanými kolegyněmi na titul Moravskoslezská sestra roku 2020 byly **Ludmila Müllerová** – sestra u lůžka a **Drahozlava Kunčická** za dlouholetý přínos v ošetrovatelské péči.

REFLEXE

Malá retrospektiva, aneb ohlédnutí za COVIDem



Když v březnu onemocněli první lidé novým virem SARS-CoV-2 asi nikdo nečekal, že o devět měsíců později bude společnost ve druhé vlně pandemie COVID-19 a na samém okraji ekonomické krize. Navíc nikdo tenkrát netušil, co od nákazy čekat a jak bude probíhat.

Havířovská nemocnice je od začátku pandemie koronaviru **místem pro velkou část nemocných pacientů z Karvinska**. To má za následek **vysoké pracovní a fyzické nároky** jak na lékaře, tak na nelékařský zdravotnický personál. Ten totiž ve velkém procentu případů pracuje na jiných odděleních a s jiným spektrem nemocných, než dosud pracoval. Do práce v nemocnici se také **zapojili studenti středních zdravotnických škol a medic** z lékařských fakult a byly povolány posily z Armády ČR. Nemocnice byla nucena zřídit **speciální odběrové místo**. Za devítiměsíční dobu pandemie se na odběrovém místě provedlo téměř **24 tisíc stěrů** a na lůžkových odděleních bylo **hospitalizováno** bezmála **400 Covid pozitivních pacientů**. Kromě perso-

nálních nároků se naše nemocnice potýká i s finanční zátěží, především kvůli **nákupu** velkého množství **osobních ochranných pracovních pomůcek**. Od března letošního roku naši zdravotníci použili **více jak 250 tisíc respirátorů** a jednorázových roušek, bezmála **dva miliony jednorázových rukavic** a téměř **10 tisíc ochranných obleků**.

Náklady na pořízení ochranných pomůcek v letošním roce se ke konci října vyšplhaly na astronomických 12 milionů korun.

S blížícím se koncem roku a s tím spojeným bilancováním nezbyvá než dodat „věříme, že to nejhorší má Havířovsko za sebou a už bude jen lépe“.

Ing. Bc. Lenka Škutová, vedoucí sestra na centrálním příjmu



Jako vedoucí sestra **pracuje na centrálním příjmu havířovské nemocnice** od 1. 10. 2020. Po absolvování Střední zdravotnické školy ve Frýdku-Místku zahájila studium na vysoké škole obor všeobecná sestra v Opavě.

Po absolvování studia nastoupila do nemocnice Podlesí a.s. v Třinci jako všeobecná sestra na oddělení kardiochirurgie JIP, kde pracovala osm let. Během těchto let absolvovala studium postgraduálního vzdělávání v oboru ARO/JIP. Při práci navíc pracovala v agentuře domácí péče. Poslední dva roky působení v nemocnici zahájila studium inženýrského studia v oboru Management ve zdravotnictví na fakultě managementu a ekonomie univerzity Tomáše Bati ve Zlíně. Po ukončení studia odešla pracovat z Nemocnice Podlesí a.s. do Lázní Darkov a.s. jako manažer kvality ošetrovatelské péče. 1. 7. 2020 nastoupila do naší havířovské nemocnice. Jako vedoucí sestra CP/LPS vede oddělení tak, aby byla zajištěna kvalita, bezpečí a spokojenost pacientů. Usiluje o to, aby práce zaměstnanců byla efektivní a komfortní. Zavádí na oddělení monitorovací techniku a zefektivňuje pracovní procesy.

Dr. Drbna: Lenka bydlí v Hnojníku v rodinném domě s přítelem a s fenkou anglického špringršpa-

něla Dixi, které je sedm let a byla cvičena k loveckým dovednostem slídiče. Jako správný ženský tvor nemá Dixi ráda střelbu, proto se z ní stal typický gaučák, ale byla úspěšná na mezinárodních výstavách, kdy získala 1. a 2. místo ve své kategorii. Lenka mimo relaxaci v přírodě (nejraději chodí na Godulu) ráda tančí, její nejoblíbenější taneční styl je latino dance.



MUDr. Hana Durdová, MBA, atestovaný L3 lékař ARIM

MUDr. Hana Durdová se stala díky svým dlouholetým zkušenostem v oblasti **anesteziologie a intenzivní medicíny** významnou posilou na oddělení resuscitační a intenzivní medicíny. Žije v Ostravě, ale pochází z Tábora. Tak trochu proti přání rodičů, kteří z ní chtěli mít ekonomku, se rozhodla, že bude léčit lidi. Nejprve vystudovala střední zdravotnickou školu a poté 3. lékařskou fakultu Univerzity Karlovy.



Po studiu nastoupila na ARO ve Vítkovické nemocnici. Mezi získáním atestace 1. stupně v oboru anesteziologie a resuscitace a získáním specializované způsobilosti v témže oboru stihla porodit a odkojit svého, dnes již patnáctiletého, syna. K práci na ARO si později přidala zdravotnickou záchrannou službu

a urgentní příjem v Městské nemocnici Ostrava. Díky této praxi se jí povedlo získat zvláštní odbornou způsobilost v oboru urgentní medicína.

Po letech plných akce jí začal chybět kontakt s pacienty, a proto by se nyní chtěla věnovat léčbě bolesti v ambulantním traktu. Jelikož má havířovská algeziologická ambulance výbornou pověst, jak sama říká je zde, aby se učila od nejlepších.

Dr. Drbna: Ve volném čase nejraději tráví společné chvíle s manželem a synem. Ráda chodí do veganských bister (nejraději do havířovského Vegan House a ostravského Plato). Miluje filmy a filmové seriály (nejraději na HBO a Netflixu), léto si už několik let nedovede představit bez účasti na Letní filmové škole v Uherském Hradišti. V zimě ráda a dobře lyžuje, ideálně v Alpách ve Slovinsku. Je vášnivou pěstitelkou vlastní biozeleniny. Před několika lety se spolupodílela na založení Komunitního parku – Tržnice v Ostravě, kde ji v rámci komunitní zahrady pěstuje.



MUDr. Kateřina Mičánková, vedoucí lékař magnetické rezonance

„Jsem moc ráda, že se mohu spolu se svými kolegy na radiodiagnostickém oddělení v havířovské nemocnici podílet na zavedení magnetické rezonance, která dále rozšíří spektrum zobrazovacích metod, zejména pro vyšetření

mozku, páteře, kloubů, měkkých tkání a orgánů břicha a pánve", řekla Kateřina Mičánková"

Vystudovala Lékařskou fakultu MU Brno, kterou absolvovala v roce 1997. Po ukončení studia nastoupila do nemocnice Třinec a na tamním radiodiagnostickém oddělení pracovala 23 let. Během této doby získala bohaté zkušenosti ve všech prováděných zobrazovacích metodách, včetně magnetické rezonance, které se věnuje posledních 9 let. Má atestaci I. stupně a specializovanou způsobilost v oboru radiodiagnostika. Během své pracovní činnosti v třinecké nemocnici se účastnila pravidelných CT, MR a mamografických kurzů, pořádaných v České republice i v zahraničí.

Dr. Drbna: Je vdaná, má dvě děti – syna 16 let a dceru 19 let a jednoho kavalíra - psa Huga, kterému je 7 let. Přestože má VIP původ, netrápí ho chozením po výstavách. Svůj volný čas nejraději tráví prací i odpočinkem na zahradě. Bydlí v Havířově – Živicích v rodinném domku, má ráda sport, v mladším věku hrávala závodně basketbal. V současné době nejraději jezdí na kole, v zimě lyžuje v Rakousku, ale nepohrdne i místními sjezdovkami. V létě si nejlépe odpočine na Bruntálsku, odkud pochází, ale také třeba na Jižní Moravě – miluje Pálavu, které dává přednost před mořem. Pochází z Bruntálu,



drsného kraje s drsnými lidmi, kraje zubatých žab, kam se ráda vrací a věnuje se turistice.



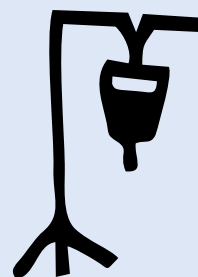
MUDr. František Pokorný, primář interního oddělení

Poslední dva roky zastává funkci primáře Interního oddělení v Nemocnici Havířov. Původně neměl takové ambice, ale situace k tomu dospěla a stav to v danou chvíli vyžadoval. Pochází sice z oblasti Jeseníků, ale od malička vyrůstal v našem regionu a je havířovským patriotem. Před-medičinské vzdělání získával na „horním“ gymnáziu (na které nedá dopustit). Poté vystudoval Lékařskou fakultu Univerzity Palackého v Olomouci, kde v roce 2005 s červeným diplomem promoval. Pro obor vnitřní lékařství se rozhodl až v posledním roce studia. Původní záměr zahájit svou praxi ve Frýdku-Místku naštěstí nevyšel a proto ho od konce léta 2005 vídáme na naší interně, kde také díky jeho předchůdcům (Dr. Vávra CSc., Dr. Koziel, Dr. Ůrge Ph.D.) a s pomocí dalších kolegů (prim. Dr. Starostka Ph.D.) dostal prostor k odbornému růstu.

Atestační zkouškou v roce 2011 získal specializační způsobilost v oboru. Následovala licence pro výkon funkce vedoucího lékaře, post zástupce primáře a posléze již primáře oddělení. Aktuálně je také členem Etické a tajemníkem Transfuzní komise. Jinak se ovšem za tituly a funkcemi nehoní, nemá potřebu být členem odborných

společností, chová antipatie k (firemním) kongresům a také nepovažuje za podstatné tvořit uměle různá léčebná a diagnostická centra. V případě potřeby se nebrání prezentacím, na publikační činnost mu již nezbyvá čas ani chuť. Je stoupencem poctivé práce. Roky se soustředí především na personální a odbornou konsolidaci oddělení přetavenou do dlouhodobě komplexní a kompaktní zdravotní péče.

Je odpůrcem neustálého papírování, šibeničních termínů a (relativně) nesplnitelných úkolů. Nejvíce energie mu berou negativní postoje společnosti, (nezbytné) ústavní pohotovostní služby a někdy také absence kolegiálního respektu v nemocnici. Radost má ze současné „prosperity“ a vize skvělé budoucnosti interního oddělení. Nejen v aktuální (virové) situaci si nesmírně váží celého interního týmu.



Dr. Drbna: Sílu dobíjí v blízkosti rodiny, cestováním, horskou a vodáckou turistikou, více či méně vytrvalostním během (jak kolena dovolí :-). V zálibách je přelétavý: v učení italštiny selhal, nejlepší paleontolog ani trávníkář z něho také nebude a nyní frčí objevování bike-parků (s dětmi) a pronikání do záhad vinařství (s konzumací v rozumném množství). Den standardně končí „před-spánkovou“ (a většinou krátkou) četbou.



Poděkování senátora

MÁME ŠTĚSTÍ NA ZDRAVOTNÍKY

Infekční oddělení Nemocnice Havířov považují za špičkové pracoviště

Také já onemocněl Covid-19. Průběh nemoci se rychle zhoršoval a byl tak vážný, že jsem musel být hospitalizován. Po týdnu nemocniční léčby jsem mohl být propuštěn do domácího ošetřování a nyní se vracím do práce. Díky novým technologiím jsem mohl být stále ve spojení se svým pracovním týmem a s jeho pomocí vyřizovat průběžnou agendu.

Dovolte mi, abych připojil několik postřehů: Velice si vážím práce zdravotníků a hluboce se jim klaním. Chci se vyjádřit především k havířovské nemocnici, kde jsem byl hospitalizován. Je to pro náš region důležitá covidová jednotka a vedení nemocnice udělalo od jara mnohá opatření a investice, aby zařízení mohlo co nejlépe zvládnout nápor nemocných vyžadujících hospitalizaci. Primáři infekčního oddělení, panu MUDr. Ivo Miřkovi, právem patří uznání. Vybuodoval zde perfektní a sebraný tým zdravotníků na všech úrovních, jsou zde erudovaní lékaři, profesionální a obětavé zdravotní sestry a přínosný pomocný personál.

Jsou to téměř výhradně ženy, které mají samy velké starosti o své rodiny, přesto pacienty neopouštějí. Jsou plné energie, k boji se zákeřným virem a k profesním a osobním výzvám přistupují s úsměvem a vysokou odborností. Ví, co pacientům schází, a jak jim pomáhat. Pracují naplno, a to i v nutných přesčasech, protože nemoc se nevyhýbá ani zdravotníkům.



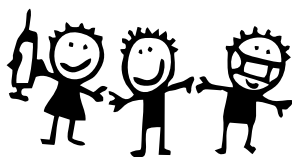
Proto mě velmi mrzí projevy netolerance, nekázně ve společnosti, hádky, zneužívání této složité situace pro politické pŕtky. To vše přináší nejistotu a znehodnocuje těžkou a zodpovědnou práci našich zdravotníků. Cítím velkou potřebu jim touto cestou poděkovat za vše, co

pro celou společnost dělají s plným nasazením.

Jako nový senátor se budu v legislativních procesech zajímat o zlepšení postavení zdravotnického personálu a možnost vyšších finančních ocenění proto tyto profese v situacích mimořádných stavů. Tak, jak to zavádějí formou zákona jiné země, například sousední Polsko. Nejen zdravotníkům, ale všem lidem přeji co nejpevnější zdraví a optimismus. Budme laskaví a pozorní vůči jiným.

Společně to lépe zvládneme!

 Ondřej Feber
Senátor PČR



Lidé

NOVÍ „SPECIALISTÉ“

Řada našich lékařů a sester získala letos specializaci ve svých oborech.

Vidmochová Lenka, Bc.

[ústavní hygienik]
získání titulu Mgr.

Bosová Lucie, MUDr. [lékař]

získání specializace v oboru dětské lékařství – L3

Dalmadyová Magda, MUDr. [lékař]

získání specializace v oboru dětské lékařství – L3

NOVÍ VEDOUcí PRACOVNÍCI 7-11/2020

Škutová Lenka, Ing., Bc.

– od 1. 10. 2020 vedoucí sestra centrálního příjmu

Fojtíková Soňa, Mgr.

– od 17. 2. 2020 vedoucí odd. zásobování, od 1. 10. 2020 vrchní sestra chirurgického oddělení

Gola Lukáš, Mgr.

– od 1. 11. 2020 manažer IT

Mičánková Kateřina, MUDr.

– od 1. 11. 2020 vedoucí lékař magnetické rezonance

Ciesar Lukáš, MUDr. – od 1. 11. 2020 vedoucí lékař chirurgického odd. 3

Danko Peter, MUDr.

– od 1. 10. 2020 vedoucí lékař JIP

ZMĚNA FUNKCE

Košťálová Ingrid, RNDr.

– od 1. 10. 2020 vedoucí klinické biochemie

Chasáková Kateřina, Mgr.

– od 1. 10. 2020 vedoucí hematologické laboratoře

Starostka David, MUDr.

– od 1. 10. 2020 primář Centra hematologie a klinické biochemie



NOVÍ PRACOVNÍCI 7-11/2020

MUDr. Hana Durdová, MBA

– od 1. 9. 2020 lékařka L3 ARIM



Dr. Drbna – na tomto vydání spolupracovali:

PhDr. Irma Kaňová, Ph.D.
Mgr. Silvie Skotnicová
redakční rada

Vydavatel: Nemocnice s poliklinikou Havířov, p. o.

Dělnická 1132/24, 736 01 Havířov,
IČO 00844896

Telefon: +420 596 491 111

Šéfredaktor: PhDr. Irma Kaňová,
Ph.D., irma.kanova@nspshav.cz

Redaktor, korektury:
Mgr. Silvie Skotnicová,
silvie.skotnicova@nspshav.cz

Grafická sazba: UAX design
Náklad: 1500 ks

Zpravodaj naleznete také
na webových stránkách
www.nspshav.cz

Určeno pro vnitřní potřebu
Nemocnice s poliklinikou Havířov, p. o.

Ev. Č.: MK ČR E 18915





ZDRAVÝ ROK 2021



 NEMOCNICE
HAVÍŘOV