



Kosmická medicína
NASA na naší
rehabilitaci

Vaše kabelky
pomohly našim
pacientům



Jsme nejlepší
nemocnice v on-line
komunikaci v ČR



Slovo šéfredaktorky

Milé kolegyně a kolegové, čtenářky a čtenáři,

přicházíme za vámi s posledním číslem našeho nemocničního časopisu Dr. Drbna v roce 2022. Konec roku je spojen s uzavíráním projektů, finišováním posledních restů, ale také s bilancováním toho, co všechno se podařilo. Zároveň plánujeme to, co se bude dít v nadcházejícím roce.

Když se otočím o téměř 365 dní zpátky, vidím za námi **kus práce**, který jsme jako celá nemocniční parta odvedli. To, že jsme **tým** nemocnice Havířov, platí čím dál tím víc. Co všechno a jak se nám povedlo, popisuje ve svém příspěvku ředitel nemocnice Norbert Schellong.

V letošním roce jsme se stali **nemocnicí s několika „nej“**, převzali jsme několik **významných ocenění**. Pro nás je ale nejdůležitější, že spolu jako jedna parta táhneme za jeden provaz. Z ocenění odborných porot v různých oblastech našich činností máme samozřejmě radost, ale nejvíc nás vždy zahřejí u srdce **pozitivní ohlasy** od vás – **pacientů a návštěvníků** naší nemocnice. To je naše měřítko ve vztahu k vám, že naše každodenní práce má **smysl**. Že vás, pacienty, nejen léčíme, ale snažíme se, aby se vám u nás líbilo. Já sama mám největší radost z toho, že se nám na jaře podařilo otevřít **venkovní posezení**, kolegové z provozně-technického úseku založili dechberoucí **květinovou louku**. Ta vyvolávala úsměvy u mnohých z vás, proto se jí pro vás na jaře znovu pokusíme obnovit. Ale protože se v tuto předvánoční chvíli zdá, že rozkvetlé jaro je nedostižně daleko, rozhodli jsme se pro vás připravit první kalendář s vašimi fotografiemi z této louky. Vy jste si ji fotili, fotky jste nám posílali a my jsme ty nejlepší vybrali a udělali z nich **nástěnný**

kalendář na celý příští rok. Před Vánoce proběhne jeho křest a nejhezčí fotografie pro vás až do jara, než vykvete nová louka, vystavíme ve vstupní hale u Urgentního příjmu.

Jsem vděčná, že jste se v letošním roce, naši milí čtenáři, z řad zaměstnanců i návštěvníků a pacientů naší nemocnice, stali součástí našeho dění. Že jste i v posledních měsících tohoto roku byli s námi. Děkujeme, že jste v rámci Movemberu, listopadového měsíce na podporu preventivních programů uroonkologických onemocnění, přinesli kabelky na první ročník **Kabelkového jarmarku**, který vynesl téměř **10.000 korun**. Že jste přišli na konci roku podpořit již **šestý benefiční koncert** ve prospěch našeho Centra hematologie a klinické biochemie do Evangelického kostela v Bludovicích. Koncert vynesl krásnou částku **71.400 korun**. V obou případech budou vybrané finanční prostředky použity na **zkvalitnění patientského prostředí**.

Co přinese rok 2023 není v našem případě ve hvězdách, ale v plánech. Postupně vás budeme na našich webových stránkách a sociálních sítích, které byly vyhodnoceny jako **nejlepší v rámci on-line komunikace** nemocnic v České republice, o všem informovat.

Užijte si vánoční chvíle v kruhu svých nejbližších v lásce, pohodě a především ve zdraví! Vykročte do nadcházejícího roku 2023 dobývat své nové, vysněné cíle a vrcholy tou správnou nohou!

Irma Kaňová, šéfredaktorka



Slovo ředitele

Milé kolegyně, milí kolegové, přátelé,

konec roku je vždy obdobím, kdy se lidé zamýšlejí nad tím, co jim přinesl končící rok a co by jim mohl dát rok nadcházející. Ani já nejsem výjimka a přemýšlím o všem, co se uplynulý rok událo. Přemýšlím o svých kolezích, lékařích a sestřičkách, o plánech do budoucna, o důležitosti komunikace i o inovacích, které budeme chtít zavádět.

O lékařích a sestřičkách

Jako všechny nemocnice v České republice i my jich máme **nedostatek**. Povídám si s ředitelem nemocnic napříč naší zemí, setkávám se s nimi na různých konferencích o personalistice ve zdravotnictví a nedostatek zdravotnického personálu pocítujeme, zejména v poslední době, především u **zaměstnanců nelékařů**, hlavně **všeobecných zdravotních sester**. Optimální počet zdravotnického personálu se mezi nemocnicemi stává hlavní konkurenční zbraní, protože ať chceme nebo ne, **konkurence** mezi nemocnicemi existuje a je nutné o ní otevřeně hovořit. Konkuruje si právě v tom, kdo namixuje optimální koktejl poskytované péče a ze společného balíku veřejného zdravotního pojištění odčerpá optimální objem financí. A to nejde bez zajištění odborného personálu.

Situace **krajských nemocnic** je navíc o to **těžší**, že si nemůžou vybrat spektrum péče, které budou poskytovat. Tyto nemocnice jsou tady především proto, aby **zajistily akutní a další potřebnou péči** a jsou tedy značně znevýhodněny oproti soukromým poskytovatelům, kteří se mohou zaměřit na lukrativní obory a zdravotníky, zajišťující tyto obory, potom i lépe ohodnotit.

Přes toto všechno se havířovské nemocnici v posledních dvou letech **daří doplňovat zdravotnický personál**. Od roku 2019 **vzrostl** počet zdravotnických zaměstnanců, tedy lékařů a všeobecných a praktických sester **o více než 100 osob**.

Zpracovali jsme na podobě **personálního náboru** a začali jsme ho dělat trochu jinak. Využíváme systém erudovaných koučů, který chceme dále zdokonalovat. Mladým absolventům, či ještě medikům, nabízíme placené odborné stáže a daří se nám i získávat nové, již atestované specialisty. Daří se nám naplňovat strategické cíle, které si nemocnice vytýčila až do roku 2030, patříme mezi inovativní lídry... to vše jsou naše hlavní zbraně na trhu s nedostatkem pracovních sil.

Naše zaměstnance mnohdy **motivuje** právě **rozvoj nemocnice**, do kterého investujeme opravdu hodně energie, jež se začíná vyplácet. Zrekonstruovali jsme jídelnu, zvelebili šatny, zavádíme moderní Cafeteria systém a další zaměstnanecké benefity. Začátkem roku pro děti našich zaměstnanců otevíráme nemocniční školku, která vzniká za pomoci Statutárního města Havířova.

Je však třeba si uvědomit, že má-li být naše nemocnice jednou z nejlepších nejen v Moravskoslezském kraji, jen samostatné budovy vybavené sebelepšími přístroji k tomu nestačí. Naše nemocnice by potřebovala další desítku lékařů a zhruba 10 všeobecných sester. Držte nám i v této oblasti pěsti!

O dalších plánech nemocnice

Plánu a cílů máme v naší strategii opravdu hodně. Od roku 2020 se nám daří velmi úspěšně naplňovat, zatím bez výjimky, veškeré strategické cíle, které jsme si vytýčili. Máme jednu z **nejoblíbenějších porodnic** i za hranicemi našeho kraje. Jezdí k nám rodit maminky z opačného konce naší republiky, ale i ze Slovenska a Pol-

ska. Letos jistě zase překonáme hranici 1000 porodů, což bude za posledních 10 let v havířovské porodnici teprve podruhé. Moc si přejeme, aby zejména budoucí maminky z naší spádové oblasti, tedy z Havířova a okolí, rodily v naší nemocnici. Roční kapacitu a potenciál vidíme někde na úrovni 1400 porodů, ne více, protože **prioritou naší porodnice je zachovat kvalitu a rodinný přístup**. Z těchto důvodů začne během několika dnů **rekonstrukce porodnice** za bezmála 40 miliónů korun, díky které nemáme v úmyslu nic menšího než vytvořit nejkrásnější porodnici široko daleko.

Výbornou zprávou pro všechny pacienty po úrazech, ortopedických výkonech, ale i s ischemickými onemocněními, jako je mozková mrtvice a další diagnózy je, že v prvním kvartálu příštího roku začne dlouho očekávaná **rekonstrukce rehabilitace**. Naše rehabilitace se těší vysoké poptávce a je technologicky na velmi dobré úrovni. V posledních třech letech jsme investovali do řady špičkového přístrojového vybavení, jako je například masážní suché lůžko, vysokovýkonný laser, nebo např. v poslední době vakuová terapie pro dolní končetiny, která je svého druhu nejmodernější v celé České republice. Bohužel, prostory, ve kterých tyto špičkové moderní přístroje provozujeme, a prostory, kde se nachází vodní procedury, nebo kde naši fyzioterapeuti a maséři s klienty pracují, nejsou v dobrém stavu. Do těchto prostor nebylo po stavební stránce vůbec investováno od založení oddělení někdy v sedmdesátých letech minulého století. Proto jsem spolu s celým kolektivem rehabilitace šťastný, že se nám podařilo získat finance a tuto prioritu prosadit. Za to chci **poděkovat** našemu **zřizovateli**, který bezmála šedesátimilionové investici pokryje ze dvou třetin ze svého rozpočtu, zbytek díky lepší se ekonomické situaci nemocnice zabezpečíme sami. Velkým úspěchem, o který

se s Vámi chci prostřednictvím tohoto článku podělit je, že naše **nemocnice dostala souhlas Ministerstva zdravotnictví k integraci robotického operačního systému**, který má v tuto chvíli jen 12 pracovišť v České republice a v na-prosté většině jen fakultní nemocnice. V dohledné době se tak naši pacienti dočkají více efektivních a přesněji vedených výkonů na urologii, chirurgii, gynekologii nebo ORL. Naše nemocnice také rozšiřuje spektrum péče v ortopedii a budeme nadále pokračovat v mini invazivních výkonech, jako jsou například artroskopie kolene, ramene aj., aby pacienti v naší spádové oblasti nemuseli za těmito výkony dojíždět do jiných měst. A to jsou jen některé z plánů, které chceme v nejbližší době realizovat.



O elektronizaci zdravotnictví

Tak, jako všechna ostatní odvětví, i zdravotnictví zasáhla vlna digitalizace a elektronizace. Zatímco ostatní vyspělé státy a zdravotnické systémy měly již před 5 lety elektronický záznam pacienta,



tedy komplexní zdravotní účet pacienta, ve kterém pacient najde veškeré své zdravotní údaje – od praktického lékaře, až po úrazy či těžká onemocnění nebo alergie, toto u nás zatím chybí. Smyslem je přitom efektivnější léčba, zamezení diagnostickým duplicitám, informovanost akutních složek o zdravotním stavu pacienta na jednom místě. V České republice takový systém zatím nemáme, ale naše nemocnice velmi aktivně zapojuje jak lékaře, tak pacienty, do takzvaného portálu pacienta. Zde, na jednom místě, může váš praktický lékař či specialista nahlížet do záznamu o vašich hospitalizacích, o vašich vyšetřeních, laboratorních výsledcích či rentgenech. Je to velmi užitečný nástroj, proto vás všechny vyzývám, abyste kontaktovali naši rezervační kancelář v případě, že se neovládnete do portálu pacienta zapojit sami. Bližší informace najdete na našich webových stránkách.

V současné době jako jedna z prvních nemocnic v České republice **testujeme umělou inteligenci** v oblasti vyhodnocování rentgenových snímků. Jinou umělou inteligenci využíváme při vyhledávání infekčních nálezů hospitalizovaných pacientů. Možností je dnes spousta a naše nemocnice se k tomuto tématu staví velmi aktivně.

O komunikaci s veřejností

Doufám, že jste si všimli, že nemocnice od základu **změnila komunikaci s veřejností**. Všimli si toho i odborní hodnotitelé celostátního žebříčku hodnocení nemocnic, kde naše nemocnice letos získala **první místo** v kategorii on-line komunikace a byla vybrána **ze 148 nemocnic v celé České republice!** Je to pro nás ocenění, které nám dalo zpětnou vazbu za naši práci, a na tomto poli utvrzení, že to děláme dobře a budeme v tom i nadále pokračovat. Vytvořili jsme pro vás nejen úplně

nové webové prostředí nemocnice, ale také **specializovaný web** naší **porodnice** respektive našeho Centra péče o matku a dítě, který svou obsahovou náplní nemá v České republice obdoby. Mnozí z vás již měli možnost rezervovat se na vyšetření v ambulanci nebo například na rentgen prostřednictvím on-line objednávkového systému. Telefony naší rezervační kanceláře zvoní čím dál tím častěji. Naším cílem je, aby žádný telefonát do nemocnice nebyl marný, aby vám telefon vždy někdo zvedl a pomohl. Linka se automaticky přepojí na naše konzultantky, které buď váš požadavek vyřeší, nebo jej předají na správná místa.

O vědě a výzkumu

Naše nemocnice má ve svých řadách šikovné vědecké pracovníky, kteří se ve spolupráci s lékařskými fakultami od Ostravy přes Brno až po Hradec Králové podílejí na lékařských i nelékařských vědecko-výzkumných projektech.

Věda a výzkum není jen doména fakultních pracovišť a akademické obce. I naše nemocnice může profitovat z dobrého nápadu a zavádět nové inovace. Jak jistě víte, jako jedna z prvních nemocnic v České republice jsme začali pilotovat **speciální software vyvinutý IKEMem pro komunikaci s posádkami rychlé záchranné služby** a stali jsme se vzorem pro zavádění těchto postupů v dalších nemocnicích Moravskoslezského kraje.



V současné době se například, výhradně jen v naší nemocnici jako první v České republice, testuje umělá inteligence pro automatické rozpoznávání skiografie diagnostikovaných pneumonií, tzv. **CareBot**.

Provádíme studii přínosu telemedicíny a intenzivního vzdáleného monitoringu u oběžných pacientů,

jejíž výsledky budeme srovnávat s konvenčně řešenými pacienty.

Naše ORL oddělení chystá projekt screeningu nedoslýchavosti u starších osob a seniorů, a také chystáme velký ošetrovatelský projekt o eliminaci takzvané opomíjené péče u hospitalizovaného pacienta za pomoci chytrých technologií.

Protože těchto aktivit je v nemocnici opravdu dostatek a nápadů na další ještě více, stali jsme se první nemocnicí v Moravskoslezském kraji, která má podobně jako fakultní nemocnice ve své zřizovací listině jako **hlavní činnost kromě léčebně preventivní péče** uvedenou **i vědu a výzkum**. A proto pokud máte nějaký nápad nebo myšlenku, dejte nám vědět, protože bychom s vámi chtěli budovat inovativní firemní kulturu, která je motorem všech úspěšných podniků, firem, ale i nemocnic. Firemní kultura, která je nakloněna inovacím, je pro inovační prostředí naprosto zásadní. Ty nejlepší nápady často nevznikají na pracovišti, ale na procházce, ve vaně, u sklenky (jedné) vína a podobně. Pojďte do toho s námi!

A co říct na závěr?

Závěr každoročního bilancování patří vždy přáním. A proto Vám všem, milí čtenáři, za celý tým nemocnice Havířov přeji v novém roce 2023 pokud možno pevné zdraví, životní rovnováhu a pohodu. Prosím vás, važme si toho, co máme a chovejme se k sobě ohleduplně a s empatií, pokud možno nejen v nemocnici. Hodnoty, které můžeme u nás v České republice vyznávat, jsou privilegiem. S ohledem na probíhající válku na východě nejsou pro každého automatické.

Krásné svátky a vše nejlepší do roku 2023 přeje

 **Norbert Schellong**



Každý zaměstnanec je důležitý...

... a každá pozice je klíčová," říká v rozhovoru nová personální manažerka Mgr. Lucie Balcarová, MBA. Nový finanční benefit pro zaměstnance, mateřská školka, ale také ucelená personální strategie či nové prostory personálního oddělení. Tyto novinky nám představuje personální manažerka nemocnice Mgr. Lucie Balcarová, MBA, která nastoupila do naší nemocnice v červnu 2022.

Lucie vystudovala personální management a sociologii na Univerzitě Palackého v Olomouci a profesní MBA zaměřené na management ve zdravotnictví v Praze. V personální oblasti působí již **22 let** a posledních šest let se pohybuje ve zdravotnictví. Nejprve jako personální manažerka v nemocnici obdobné velikosti, jako je havířovská nemocnice, a poté jako personální ředitelka celého holdingu AGEL pro ČR a SR.

Jaké změny přišly společně s novou personální manažerkou?

S panem ředitelem jsme se shodli, že **nemocnice potřebuje jasnou personální strategii** do budoucích let, od které by se měla odvíjet práce celého personálního týmu, ale také všech manažerů v nemocnici i každého našeho zaměstnance. Proto jsem se v prvních měsících působení v naší nemocnici zaměřila na zmapování nejen personální agendy, ale celé situace v nemocnici, začala jsem pracovat na koncepci nové personální strategie a vymezila hlavní změny, které bych ráda nastavila.

V úvodu jste naznačila nový finanční benefit pro všechny zaměstnance...

Od ledna bude mít naše nemocnice systém kafeťerie **EDENRED**, který výrazně usnadní čerpání příspěvku FKSP. Zaměstnanec obdrží **kartu** podobnou kreditní, která bude **nabitá** na celou částku **FKSP příspěvku**. Z karty je možné během roku čerpat finance u smluvních partnerů – v libovolném množství i počtu – až do vyčerpání celkové roční sumy. Například lze v průběhu roku

na kartu zajít za kulturou, zapsportovat si, cestovat, anebo třeba nakoupit v obchodech knihy, u optika obroučky na brýle, nebo vitamíny v naší lékárně. Možností je samozřejmě daleko více... **Karta je navázána také na mobilní aplikaci**, která ukáže nejen zůstatek na kartě, ale také to, kde se v okolí dá na kartu nakupovat. Odpadne tak agenda žádostí, přihlášek a faktur. Kolegyně Ing. Romana Ferenzová se bude starat o klientskou zónu a pro tuto oblast bude partnerem našim zaměstnancům. Začátkem roku přijede firma poskytující tyto karty a každému zaměstnanci během krátkého školení kartu představí a pomůže s rozběhnutím aplikace na jeho mobilním telefonu.

Proč se celé personální oddělení v minulých dnech přestěhovalo?

Na začátku prosince se přestěhovaly kanceláře personálního oddělení v budově ředitelství do krásných nových prostor v přízemí. Záměrem vedení nemocnice bylo vytvořit vkusnou a klidnou

klientskou zónu. Příjemné prostředí slouží nejen zaměstnancům nemocnice, kteří na personální oddělení zavítají, ale třeba i nově nabíraným kolegům, praktikantům, stážistům i studentům, kteří se denně v těchto prostorách pohybují. **Veškerá personální agenda** včetně vzdělávání je tak **nově na jednom místě**. Na personální oddělení se vchází samostatným venkovním vchodem směrem od nemocnice, dveře fungují na čipovou kartu.

A jak je to s dalším benefitem pro zaměstnance, s otevřením mateřské školky v nemocnici?

Mateřská školka začne fungovat **od pondělí 2. ledna** a docházet do ní může až 24 dětí ve věku od půl roku do šesti let. Školka bude v provozu **od pondělí do pátku v době od 5.45 do 18.15 hodin**, aby měli zaměstnanci pracující ve směnném provozu zajištěné hlídání během celé ranní směny. Rodič – zaměstnanec přitom bude za dítě hradit pouze 50 Kč na den jako příspěvek na celodenní stravu, zbytek nákladů ponese nemocnice. Ve školce budeme mít tři paní učitelky v čele s Lenkou Smrčkovou.

Mezi benefity se čím dál častěji řadí také vzdělávání zaměstnanců. Jak je to v naší nemocnici?

Chceme aktivně podporovat naše zaměstnance k dalšímu vzdělávání při zaměstnání. Díky možnostem, které otvírají kvalifikační dohody, si nemusejí kvůli studiím zkracovat pracovní úvazek, anebo studovat ve svém volném čase. Nyní mají možnost zahrnout studium do pracovní doby.

Jak přilákat studenty – budoucí zaměstnance?

Medici mají povinné stáže během studia pouze ve fakulních nemocnicích. Přišli jsme s unikátním programem, díky kterému budoucím lékařům můžeme představit a atraktivně naši nemocnici – zavedli

jsme totiž systém takzvaných **individuálních stáží** pro mediky 5. a 6. ročníků. A přestože s námi spolupracují ve svém osobním volnu, mají o tento program enormní zájem. Jen za listopad, tedy první měsíc existence tohoto programu, jsme takto získali 13 studentů. Díky stáži poznají vybrané oddělení a snadněji se jim pak rozhoduje, kam po škole nastoupí. Také primáři mají možnost poznat osobnost budoucího lékaře a rozhodnout se, zda se tento stážista stane plnohodnotným členem lékařského týmu. Chceme také více spolupracovat se zdravotnickými školami, jak lékařskými, tak těmi, které vzdělávají budoucí sestry.

Jak je to s náborem zkušených zdravotníků?

Získávání lékařů specialistů a zkušených sestřiček je otázkou tzv. **headhuntingu**, kdy opravdu doslova lovíme, voláme, lákáme a představujeme nemocnici (to, co se již povedlo, víze a plány do budoucna) a v několika kolech jednáme s oslovenými zaměstnanci. Nejedná se o **práci** jednoho člověka, ale **širšího týmu** z vedení v čele s ředitelem nemocnice, náměstkou, jak pro lékařskou, tak ošetrovatelskou péči a personální manažerkou. Již na začátku příštího roku nám díky tomu nastoupí tři lékařky specialistiky a nová vrchní sestra.

Dostáváme se k otázce, co vlastně všechno zajišťuje personální oddělení.

Nábor, benefity, vzdělávání, školení, zajišťování stáží a praxí, akreditace, řešení pracovních problémů a samozřejmě celou mzdovou agendu.

Jak se personálně změnilo oddělení po vašem příchodu?

Širokou oblast personálně mzdové agendy od července již nezpracovává šest kolegyň, ale jen **pět**: Marie Rychtaříková, Kateřina Cichá, Ing. Romana Ferenzová, Bc. Marcela Niemczykova a Milena Vavříková. Tyto personalistky

a mzdové účetní v jedné osobě se skvěle **starají o 1.040 kmenových zaměstnanců a 280 zaměstnanců pracujících na dohody**. Každá personalistka pečuje o svá oddělení od nástupu nového zaměstnance až po ukončení jeho pracovního poměru. Doprovází ho profesním životem v naší nemocnici. Vyřizuje nástupní formalty, přihlašuje nového zaměstnance na všechny potřebné úřady, každý měsíc mu dle výkazů zpracovává mzdu. Kromě této mzdové činnosti zpracovávají personalistky čtvrtletní statistiky pro úřady. Počítají povinný podíl, připravují evidenční listy důchodového pojištění, jednájí s OSSZ a finančními úřady, exekutory, insolvenčními správci, úřady práce a dalšími. Také zpracovávají srážky za stravu, vystavují dokumenty k lékařským prohlídkám a provádějí vyúčtování těchto prohlídek, starají se o FKSP příspěvky.



Původně šest, nyní pět. Co se stalo s šestou personalistkou?

Od července se Ing. Martina Zajacová stala specialistikou vzdělávání. Je to pozice, kterou nemocnice v minulosti neměla a přitom ji považují za jednu z klíčových. Stará se o vzdělávání a rozvoj zaměstnanců, který je právě ve zdravotnictví velmi důležitý. Navíc v případě získání nových rezidenčních míst se ročně jedná o několika-milionový finanční přínos do nemocnice. Cílem je **dát vzdělávání jasnou koncepci**, nastavit vzdělávací plány a maximálně využívat možností rezidenčních míst. Mít veškeré vzdělávací procesy centralizované právě ke specialistovi vzdělávání, který by měl být v této oblasti oporou jak vedoucím zdravotnickým pracovníkům, tak i všem zaměstnancům. Martina se dále zabývá akreditacemi, kdy postupně akreditujeme nové obory v souladu se strategií nemocnice.



Na téma: VACUMED



Přístroj inspirovaný kosmickou medicínou NASA

Oddělení havířovské ambulantní rehabilitace bylo letos vybaveno mnoha novými přístroji. Na vývoji jednoho z nich – VACUMEDu – se podíleli vědci pro kosmickou medicínu NASA.

Žádný kosmonaut se při pilotovaném letu na oběžné dráze ve stavu beztláče neobejde bez zařízení nazvaného „podtlakové zařízení pro dolní část těla“, má-li se udržet fit a má-li si udržet cévní zásobování dolních končetin krví. Mnohé zkoušky prováděné NASA a Německou vesmírnou agenturou ověřily, že při souvislém použití podtlaku dochází k výraznému rozšíření cév v dolních končetinách. V případě medicínského použití je VACUMED využíván především při kardiovaskulární stimulaci a obnovení

cévního zásobování. Je také velmi efektivní při léčbě lymfatické dysfunkce a lipedémů. V jiné formě se tato metoda také používá k podpoře posttraumatické nebo pooperační rehabilitace, nebo jako součást terapie potlačující bolest v pažích, krku a ramenou. O této novince vesmírných rozměrů nám více informací sdělila primářka rehabilitačního oddělení havířovské nemocnice MUDr. Mirka Crhánová.

Na jakém principu přístroj VACUMED funguje?

VACUMED zjednodušeně působí jako vnější druhé srdce. Během aplikace se střídají vlny (vakua) podtlaku a přetlaku. Fyziologicky tento jev vytváří rytmické roztažování a smršťování cév a stimuluje oběhový systém přirozeným,

čistě fyzickým způsobem. Ve fázi podtlaku dochází k výraznému nasávání krve do tepen v oblasti dolní poloviny těla a obou dolních končetinách. V druhé fázi pak na základě rozdílu tlaku dochází k pasivnímu návratu krve žilním a lymfatickým systémem zpět. Zjednodušeně by se to dalo popsat tak, že na jedné straně probíhá okysličení dolní poloviny těla a na druhé straně dochází k odplavení odpadních metabolických látek.

Jaký vliv má celý tento popsaný proces podtlaku na léčebný efekt?

Klinickým efektem je následná aktivace a urychlení regeneračních a hojivých procesů. Výsledkem je lepší krevní oběh, prokrvení a cel-

kové **zlepšení žilního a lymfatického oběhu**. Stimuluje se také centrální nervový systém.

Je tato léčba bolestivá?

Tato léčba je zcela **bezbolestná** a nezávislá na nemoci a jejím stádiu, protože není založená na kompresi. Pacient ji celou absolvuje ve zcela pasivní poloze, dokonce ani není nutné, aby si odložil oděv.

Jaké je využití VACUMEDu v klinické praxi?

V klinické praxi je jeho využití velmi široké, zahrnuje spoustu diagnóz z různých oblastí. Pomáhá v gynekologii, urologii, traumatologii, diabetologii, kardiologii a mnoha dalších oblastech.

S jakými diagnózami nejčastěji pacientům VACUMED doporučujete?

Výborné výsledky vykazujeme při léčbě **ischemické choroby dolních končetin**, kdy z důvodu aterosklerózy dochází k zužování tepen a následnému nedostatečnému prokrvení dolních končetin. Pacienti mívají různě silné bolesti nohou, které se projevují při chůzi. Často tento stav může znamenat tvorbu různých defektů, odumírání tkání, což nakonec může vést až k amputaci dolní končetiny. VACUMED zabrání rozvoji kožních defektů nebo u již přítomných ran dochází k urychlení jejich hojení. Pravidelnou aplikací tak lze předejít případné amputaci dolní končetiny. Významné zlepšení zdravotního stavu vykazují pacienti s **neuropatií dolních končetin**, kdy z nejrůznějších příčin dochází k postižení periferních nervů. Klinicky má pacient bolesti a mravenčení v oblasti dolních končetin. Zhoršuje se stabilita pacienta, postupně dochází ke snížení svalové síly na dolních končetinách. Vše pak může vést až k částečnému ochrnutí dolních končetin. Aplikací přístroje VACUMED se na základě prokrvení a okysličení dolních končetin urychlí regenerace peri-

ferních nervů. Pacient má nejen menší bolesti, ale také se zlepšila jeho stabilita a pohyblivost.

Jak může přístroj pomoci diabetikům?

U **diabetiků** se velmi často sdružují výše popsaná cévní a nervová postižení v oblasti dolních končetin. To často vede k rozvoji chronických ran, které nezdědka končí amputací dolní končetiny, zde hovoříme o tzv. diabetické noze. Pravidelnou aplikací přístroje VACUMED lze **zabránit či oddálit vznik těchto komplikací**. Přístroj pomůže zmírnit a zpomalit již vzniklá cévní a nervová postižení, případně urychlit hojení již vzniklých kožních lézí a předejít tak případné amputaci dolní končetiny.



V jakých dalších diagnózách přístroj pomáhá?

Pomáhá **při léčbě chronických ran**, kde dochází k urychlení hojení. Také pomáhá zmírňovat otoky v oblasti dolních končetin z důvodu žilní či lymfatické nedostatečnosti nebo prodělaného traumatu či operace.

V gynekologické oblasti může aplikace **ulevit ženám od funkčních bolestí** v oblasti malé pánve. Rovněž lze předpokládat efekt při léčbě funkční ženské sterility společně s aplikací fyzioterapeutické metody podle Ludmily Mojžíšové, kterou na našem pracovišti poskytujeme.

V oblasti urologie je indikací **erektilní dysfunkce mužů**, kdy lze pomocí pravidelné aplikace zlepšit prokrvení v oblasti malé pánve a následně tak **zlepšit kvalitu života** mužů s tímto problémem.



Přístroj pomáhá i u **syndromu neklidných nohou**, nebo pocitu těžkých nohou, kdy pravidelnou aplikací dochází ke zmírnění velmi nepříjemných, převážně nočních, pocitů napětí až bolesti nohou. Ty se často jen těžce medikamentózně ovlivňují a výrazně narušují kvalitu spánku.

Má aplikace přístroje VACUMED využití v estetické medicíně nebo ve sportu?

Má a velké. Přístroj je velkým pomocníkem v dermatologické oblasti, kde pomáhá **výrazně redukovat celulitidu a lipedém**. Už za několik málo aplikací můžeme registrovat změny v úbytku tzv. pomerančové kůže, která trápí nejednu ženu. Nemusí být pouze symbolem tukových polštářků na stehnech, celulitida trápí i štíhlé ženy. Zlepšení prokrvení dolních končetin a následné odplavení kyseliny mléčné vede k urychlení regenerace přetížených svalů, zhojení šlachových či svalových mikrotraumat, souvisejících se zvýšenou sportovní zátěží. Pravidelnou aplikací lze tedy předejít úrazům v oblasti pohybového aparátu u vrcholových i rekreačních sportovců.

Jak probíhá efektivní aplikace a jak se na ni dá objednat?

Ošetření trvá **30 minut**. Aplikace je téměř bezdotyková a pacient ji vnímá jako příjemný zážitek. Na ošetření přístrojem VACUMED se můžete objednat na bezplatné telefonní lince naší Rezervační kanceláře t.: **800 424 242**. Tato léčba je **v indikovaných případech hrazena ze zdravotního pojištění**, ošetření nabízíme **také jako nadstandardní službu** samoplátcům. **Jedna aplikace stojí 500 Kč**, při zakoupení zvýhodněných balíčků je cena až pouhých 250 Kč/aplikaci. Veškeré informace o cenách najdete v ceníku rehabilitačního oddělení www.nemocnicehavirov.cz/informace-pro-pacienty/cenik.





Mikrovlnka

Získali jsme prestižní ocenění za naplňování cílů udržitelného rozvoje. Náš projekt obří „mikrovlnka“ uspěl a získal STŘÍBRO.

Na podzim proběhlo slavnostní vyhlášení výsledků finalistů Ocenění Evropské komise za naplňování globálních cílů OSN v rámci společenské odpovědnosti. Ve finále jsme skočili na krásném 2. místě!

Toto ocenění od roku 2017 každoročně uděluje Asociace společenské odpovědnosti. Je skvělou příležitostí pro velké globální firmy, ale i malé a střední podniky z regionu, neziskové organizace, školy i města, aby ukázaly, jakým způsobem pomáhají svým podnikáním a činností aktivně naplňovat principy udržitelného rozvoje.

Naše obří „mikrovlnka“ byla v této celostátní soutěži jedním z pěti finalistů. Ocenění šel převzít provozně-technický náměstek Petr Baránek v doprovodu naší ekonomické náměstkyně Andrey Skříčkové.

Unikátní systém likvidace infekčního odpadu přímo na místě, kde se odpad vytvoří, zaujal a inspiroval nejen ostatní zdravotnická zařízení v ČR, ale oslovil i odbornou komisi v Bruselu. Pro jednotlivé projekty měla možnost hlasovat také široká veřejnost a my Vám

děkujeme za všechny hlasy, které jste dali našemu projektu! Děkujeme, že vám není lhostejná ekologie, šetrný přístup k životnímu prostředí i udržitelnost a obnovitelnost zdrojů.

Co dodává k tomuto ocenění sám provozně-technický náměstek Petr Baránek?

„Z tohoto ocenění máme velkou radost, také proto, že jsme inspirovaní pro další nemocnice, které podle našeho vzoru plánují tuto technologii také zavést. Odpadové hospodářství nemocnic je stále zmiňované a dost ožehavé téma. Obzvláště kategorie takzvaného nebezpečného či infekčního odpadu je oblast, kde se dlouhodobě hledají vhodná řešení. Nová technologie naší nemocnice funguje na bázi mikrovln, díky kterým

můžeme bezpečně likvidovat obvazy, pleny, krevní vaky, jednorázové pláště a obleky, ale i použité jehly přímo v místě vzniku. Výsledkem je velmi jemně rozmělněný suchý odpad s hmotností sníženou o cca 20 procent a objemem sníženým o 80%. Takový odpad se dá využít jako zdroj energie nebo třeba palivo pro cementárny. Z podobné inovace profituje i naše planeta. Objem i hmotnost odpadu je mnohem nižší a namísto třikrát týdně ho stačí z nemocnice odvézt jednou za měsíc. A to znamená úspory na palivu, mnohem méně emisí z výfukových plynů, ale také méně extrémně nebezpečných nano prachových částic ve vzduchu vznikajících otěrem pneumatik a brzd“.





Jsme jednička v online komunikaci

Komise složená z on-line specialistů, odborníků na komunikaci a novinářů se zaměřením na zdravotnictví rozhodla, že máme nejlepší on-line komunikaci ze všech 148 nemocnic v ČR.

Na 17. ročníku celostátního hodnotícího projektu „**Nejlepší nemocnice ČR**“ jsme tak převzali pomyslnou „zlatou“ a máme z toho obrovskou radost. Odborníci hodnotili především design a obsah webových stránek, jejich vypovídací hodnotu a míru informací, které poskytují a také to, jak jsou uživatelsky přívětivé, bezpečné či jak myslí na hendikepované návštěvníky. Roli hrála také technická úroveň webových stránek nebo schopnost přizpůsobit se různým zařízením. Jedním z aspektů kategorie online komunikace byla i reprezentace jednotlivých nemocnic na sociálních sítích a celkový přístup ke komunikaci směrem ven z nemocnice. Jak je vidět, naše „digitální já“ se neustále zlepšuje jak z hlediska webových stránek, tak z hlediska komunikace na sociálních sítích a posouvá se směrem k pacientům. Neusínáme však na vavřínech a v usilovné práci na dalších vylepšeních budeme i nadále pokračovat.



**Krásné prožití
Vánočních svátků
přeje
Nemocnice
Havířov**





První ročník MOVEMBER Kabelkového jarmarku měl velký úspěch

Listopadový projekt **MOVEMBER** má v naší nemocnici již třiletou tradici a je určen především pro muže. Letos poprvé jsme do preventivních urologicko-onkologických programů rakoviny prostaty a varlat vtáhly i ženy.

Jak? Vyzvaly jsme je, aby nám v průběhu listopadu nosily své kabelky, které už samy nepoužívají, ale mohly by ještě podpořit dobrou věc. Kabelkový jarmark z přinesených kabelek jsme napláno-

vali na poslední tři listopadové dny. Jak to všechno dopadlo? Kabelky, kterých se nám sešlo tolik, že se nevešly do kanceláře, byly vyprodány již za první jarmarkové dopoledne. Celkový výtěžek pro naši urologii z této měsíční nemocniční kampaně je téměř 10.000 korun, které za asistence primáře urologického oddělení Josefa Kopeckého proměníme v pacientský mobiliář urologické čekárny.



„Haviřovská sluníčka“ začnou fungovat v lednu



Haviřovská sluníčka jsou dětskou skupinou – nemocniční školkou, jež začne v naší nemocnici fungovat po Novém roce. Krásné nové prostory naše sluníčka přivítají již 2. ledna. Skupina je určena **pro děti našich zaměstnanců** od půl roku do šesti let a bude v provozu od pondělí do pátku od 5:45 do 18:15 hodin. Kapacita je **24 dětí**, 13 míst je již obsazených. Projekt dětské skupiny je jedním z bonusů pro naše zaměstnance, umístění dítěte do školky je **zdarma**, rodič **hradí** pouze **měsíční stravovací poplatek**, který je 50 korun za den. V případě zájmu o umístění dítěte do naší nemocniční školky kontaktujte vedoucí našeho personálního oddělení **Mgr. Lucii Balcarovou**.

Ambulantní rehabilitace dostane nový kabát

Prostory ambulantní části rehabilitačního oddělení jsou v nezměněné podobě už od dob otevření nemocnice. Zastaralý design a nevyhovující prostředí již dlouho „volá po opravě“, a proto máme velkou radost, že v březnu příštího roku začneme „rehabku“ oblékat do nového kabátu. Projekt **kompletní rekonstrukce**, jehož cena se vyšplhá na **více než 60 milionů korun**, bude ze dvou třetin hrazen z dotace našeho zřizovatele Moravskoslezského kraje. V průběhu rekonstrukce budou vyměněny elektrické rozvody i rozvody vody a budou upraveny také prostorové dispozice. Vstup na rehabilitaci bude upraven jako bezbariérový, zrekonstruovány budou šatny pro personál, ambulance lékařů, sesterna a především samotné tělocvičny i prostory k poskytování rehabilitačních procedur. Bude rovněž opět zprovozněna podstatná součást naší rehabilitační péče – **bazén**, kdy původní betonový bazén nahradí zbrusu nový nerezový.

Mamograf



V nejbližších týdnech bude v naší nemocnici nainstalován špičkový mamografický přístroj MAMMOMAT Revelation od společnosti Siemens Healthineers, který slouží k provádění screeningové i diagnostické mamografie.

Mezi pacientkami dlouhodobě koluje fáma o škodlivosti tohoto vyšetření, proto bychom na základě ověřených studií chtěli všechny ubezpečit, že dávka rentgenového záření, kterému je žena při vyšetření vystavena, je **minimální**. Lze ji srovnat se zářením, kterému člověk běžně vystavuje přírodní zdroje například jako při delším letu letadlem. Tato dávka je dokonce nižší než ta, které je pacient vystaven například při klasickém rentgenu ruky, nohy, plic aj. a tělo si s ní dokáže poradit. **Výhody** včasného zachycení nádoru bohatě vyvažují minimální dávku záření, které je tělo vystaveno. **Náš nový mamograf dokáže odhalit i ty nejmenší nádory**, které ještě nejsou hmatatelné, což může vést k záchraně života.

Naše nemocnice v současné době provádí tzv. **diagnostickou ma-**

mografi – vyšetření, které je indikováno lékařem (praktickým lékařem, gynekologem aj.), ale je určeno také i pro ženy, které ať už samy, nebo prostřednictvím svého ošetřujícího lékaře mají podezření na potenciální vznik onemocnění prsu (nahmatáním podezřelé bulky, léze, nestandardního útvar v prsu aj.), nebo již mají příznaky onemocnění prsu (např. hmatný útvar, krvavá sekrece z bradavky, změny bradavky a kůže nebo známky zánětu prsu). V případě jakéhokoli podezření se pacientky mohou obrátit na svého ošetřujícího praktického lékaře nebo gynekologa, nebo **kontaktovat naši mamologickou poradnu**, která na toto odborné vyšetření může také odeslat. **Vyšetření se provádí bez ohledu na věk a je plně hrazeno ze zdravotního pojištění.**

V případě jakýchkoli **dotazů** ohledně mamologického vyšetření je pacientkám k dispozici bezplatná telefonní linka naší rezervační kanceláře **800 424 242**.

Druhým typem vyšetření je tzv. **screeningová mamografie**, kdy se jedná o preventivní vyšetření prsů sloužící k vyhledávání nádorů



prů prsů a přednádorových stavů. Tento **screening je plně hrazen ze zdravotního pojištění ženám starším 45 let**. Mezi vyšetřeními ovšem musí být dodržen **interval 2 roky**. Vyšetření provádějí pouze screeningová centra, proto bude Nemocnice Havířov v nadcházejícím roce mimo jiné usilovat právě o získání statutu screeningového centra. Ženy ze spádové oblasti nebudou již muset jezdit na vyšetření do Ostravy nebo do Karviné. Odborníci v naší nemocnici jsou schopni onemocnění léčit nebo konzervativně monitorovat. Naši chirurgové umí nádor vyoperovat, následná histologická vyšetření k určení charakteru vyoperované tkáně jsou specialitou naší patologie a samozřejmostí je i následná onkologická léčba například aplikace vhodné chemoterapie.



Tichá linka



Ve spolupráci s organizací Tichý svět, o.p.s. jsme zavedli novou službu – Tichou linku, jež zdarma zajišťuje on-line tlumočení českého znakového jazyka a přepis mluvené řeči a tím usnadňuje komunikaci sluchově znevýhodněným osobám.

Tichá linka je v nemocnici nainstalována na třech **tabletech**, které zájemci o tlumočení najdou v Rezervační kanceláři, na Urgentním příjmu a na recepci Radiodiagnostického oddělení. Naši zaměstnanci na požádání zajišťují **spojení s tlumočnickem** ne-

bo **přepisovatelem**. Přepis do textové podoby ocení osoby se sluchovým postižením, ohluchlé nebo nedoslýchavé, jež preferují pro komunikaci český jazyk. Přepisovatelé mluvený projev zdravotnického personálu **v reálném čase** přepisují do textové podoby a nedoslýchavý člověk tak není závislý na tom, zda při komunikaci vše zaslechne. Tlumočení znakového jazyka je určeno znakovým neslyšícím. Naše nemocnice je jedina z institucí, které umožňují neslyšícím používajícím ke komunikaci znakový jazyk, spojení s nemocnicí **i přes své webové stránky**. Po klik-



nutí na tlačítko **on-line tlumočení**, které zájemci najdou v zápatí webových stránek, dojde ke spojení s tlumočnickem znakového jazyka, který zprostředkuje telefonní hovor s nemocnicí bez bariér, z pohodlí domova.



Šestý benefiční koncert

Benefiční koncert ve prospěch našeho Centra hematologie a klinické biochemie se pod taktovkou primáře Davida Starostky konal letos již po šesté.

V prostorách evangelického kostela v **Bludovicích** měli diváci a hosté možnost vyslechnout si repertoár převážně **muzikálových písní**. Letos poprvé dostala příležitost i mladá, nastupující umělecká generace zpěvaček. Koncert zahájily finalistky pěvecké soutěže Beskydský slavík Tereza Kopecká, Klára Beránková a Valerie Kaňová.

Hosty koncertu byli letošní bronzoří Čeští slavíci, hudebníci kapely Kryštof Jakub Dominik a Nikos Kurluris, kteří se v rámci tohoto koncertu spojili s Valí Kaňovou v uni-

kátní hudební trio. **Hlavní hvězdou** večera byla muzikálová zpěvačka Národního divadla Moravskoslezského v Ostravě **Soňa Jungová**, která zazpívala nejznámější muzikálové písně za klavírního doprovodu Iva Morise.

Naše **nemocniční bistro Zdravíčko**, které mělo na benefičním koncertu svou premiéru, se v ten večer přeneslo i se svými vyhlášenými koláči a horkým vánočním punčem do farních prostor a lidé si tak k poslechu hudby mohli poprvé dopřát i něco dobrého na zub.

Koncert vynesl **71.400 Kč** a celá částka bude použita pro **zkvalitnění patientského prostředí v prostorách našeho onkologického stacionáře**.



Týmovka na cestách

Nemocniční zaměstnanecká „taška týmovka“ s našimi zaměstnanci cestuje po celém světě. Doposud nejvýš ji vyvezl **MUDr. Tomáš Obtulovič**, který v naší nemocnici vede Ortopedickou ambulanci, kde se věnuje ortopedii a traumatologii pohybového ústrojí u dětí i dospělých. Sám je velmi aktivním sportovcem a před nedávnem se vrátil z Nepálu. Právě odtud nám poslal svoji fotku s týmovkou - z vrcholu šestitisícovky Pharchamo, který pokořil.

Pan doktor má k Nepálu velmi blízko. „V Kathmandu jsem jako student v roce 2004 strávil dva měsíce na Klinice ortopedie a traumatologie, bydlel jsem v nepálské rodině a díky tomuto pobytu jsem si zde vytvořil nadstandardní hluboké pouto s místními jak v medicíně, tak v horách, proto mohu i do speciálních oblastí, přístupných jen v doprovodu průvodce a nosičů, vyrazit bez nich a zažít s partáký stále opravdový Nepál. Vždyť jsem tam strávil pomalu rok života! Možná se



kruh uzavře. Před léty lékař, který se o mě tehdy v T.U. Teaching Hospital v Kathmandu jako o studenta staral, nyní přednosta kliniky a děkan Lékařské fakulty, projevil přání, abych je zde naučil ultrazvuky kyčlí novorozenců. Budu mít tedy opětovně šanci podívat se do míst Himálaje, kde je jaků stále mnohem více, než turistů!

Odměnu ve formě **200 Kč poukázky** na nákup v naší nemocnici spolu s **T. Obtulovičem** získávají i **R. Tydlačková** a **I. Kaňová** za fotografie týmovky z řeckého ostrova Santorini, **L. Martínková** za fotografii z alpského vrcholu Passo dei Salati a **K. Borová**, která vyvětrala týmovku na vrcholech šumavských.



NEMOCNICE
HAVÍŘOV



Dr. Drbna – na tomto vydání spolupracovali:

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

Vydavatel: Nemocnice Havířov, p. o.
Dělnická 1132/24, 736 01 Havířov,
IČO 00844896

Telefon: +420 596 491 111

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

Redaktor, korektury:

Mgr. Silvie Skotnicová,
silvie.skotnicova@nemhav.cz

Grafická sazba: UAX design

Náklad: 3 000 ks

Zpravodaj naleznete také
na webových stránkách
www.nemocnicehavirov.cz

Určeno pro vnitřní potřebu
Nemocnice Havířov, p. o.

Ev. Č.: MK ČR E 18915



Příspěvková organizace
Moravskoslezského kraje





Platíme s Edenred Card FKSP



Jak nejnáze zjistit, kde uplatníte své benefiční body?



1

Stáhněte si do svého chytrého telefonu mobilní aplikaci Edenred.



2

Přidejte do aplikace svou kartu Edenred Card FKSP.



3

Provozovny, v nichž můžete platit svou kartou, si zobrazíte ve **vyhledávači provozoven** v aplikaci Edenred.

Výhody používání mobilní aplikace Edenred



Přehled o slevách a akčních nabídkách partnerských provozoven

Na záložce **AKČNÍ NABÍDKY** uvidíte aktuální nabídky partnerských provozoven. Nabídky, které můžete využít, jsou označeny štítkem FKSP.



Přehled o provozovnách, v nichž můžete platit benefiční kartou

Možnost placení v nejšířší partnerské síti v ČR. Po přidání vaší karty do mobilní aplikace vidíte všechny provozovny, v nichž můžete uplatnit své benefity.



Přehled o tom, kolik utrácíte a kolik vám zbývá

V aplikaci kdykoliv zjistíte aktuální zůstatek a zkontrolujete historii plateb ve výpisu transakcí. Po aktivaci volby **ZAPNOUT PUSH NOTIFIKACE** vám budou zasílána upozornění o výši a místě transakce v okamžiku použití karty.

Náš tip: Přidejte si kartu do telefonu. Placení mobilem je...



Jednodušší

Kartu **není třeba** nosit s sebou ani si nemusíte **pamatovat PIN**.



Rychlejší

Stačí přiložit telefon na platební terminál. **Není třeba** zadávat PIN.



Zaručeně bezpečné

Každou platbu potvrdíte funkcí Touch ID nebo Face ID u **Apple Pay**, nebo odemknutím displeje telefonu u **Google Pay**.



Více o mobilní aplikaci Edenred a placení mobilním telefonem





**Veselé Vánoce
přeje
nemocniční lékárna
Havířov**