



# ŽIVOT S TOTÁLNÍ ENDOPROTÉZOU KYČLE

vše, co potřebujete vědět



NEMOCNICE  
HAVÍŘOV





Vážená paní, vážený pane,

děkujeme Vám za důvěru, kterou jste nám projevili/a tím, že jste se svěřil/a do naší péče. Snahou nás všech je poskytnout Vám kvalitní zdravotní i ošetrovatelskou péči na profesionální úrovni a ohleduplně a s porozuměním Vám co nejdříve pomoci k dosažení a upevnění Vašeho zdraví.

# OBSAH

Pacientský servis.....	1 - 5
Aplikace Moje endoprotéza.....	6
První dny po operaci: Zakázané pohyby.....	7 - 8
Hlavní zásady po operaci TEP kyčle.....	9 - 13
Soubor cviků po TEP kyčelního kloubu: cviky vleže na zádech.....	14 - 16
Soubor cviků po TEP kyčelního kloubu: cviky vsedě na židli.....	17
Soubor cviků po TEP kyčelního kloubu: chůze.....	18 - 19
Strava po operaci.....	20
Stručné zásady pro péči.....	21





## PACIENTSKÝ SERVIS

V naší nemocnici aplikujeme tzv. **pacientskou cestu** na principech konceptu ERAS

### Co je **TOTÁLNÍ ENDOPROTÉZA kyčle** neboli **TEP kyčle**?

Totální endoprotéza kyčle je umělá náhrada kyčelního kloubu zahrnující výměnu jak jamky na pánevní kosti, tak hlavice na kosti stehenní. Nejčastější příčinou proč dochází k výměně kyčelního kloubu je coxartrosa, neboli degenerativní onemocnění kloubní chrupavky, která je provázena bolestmi a omezením hybnosti kyčelního kloubu.

Endoprotéza má část nosnou, která je ukotvena do kosti a část kloubní, jež svým tvarem a povrchem umožňuje hladký pohyb. Povrch kloubního konce může být pokryt polyetylénem nebo speciální keramikou. Může být také tvořen leštěným kovem.

### Co vás čeká před operací?

Jakmile je pacientovi indikována TEP kyčle, je předán do péče Koordinátorky ortopedického programu. Ta se s ním telefonicky spojí, zařadí jej do pořadí ortopedických operací TEP, dohodne termín operace a domluví si osobní schůzku.

 **Kancelář Koordinátora: 704 683 311**



### JAK TO BUDE PROBÍHAT V KANCELÁŘI KOORDINÁTORA?

- Dva měsíce před operací budete pozváni na konzultaci ke koordinátorce. Ten den strávíte v nemocnici cca 1 hod. Prosím, rezervujte si tento čas.
- Zde budete seznámeni s předoperačním, operačním, pooperačním a následným lázeňským průběhem. Zároveň Vám bude koordinátorkou domluven termín vyšetření na anesteziologické ambulanci.
- Ten den Vám koordinátorka připraví žádanky a odešle Vás na odběr krve k určení krevní skupiny, na RTG operované části těla a do ordinace primáře, nebo operatéra - pokud již tak nebylo učiněno dříve.



- Vystaví Vám Žádanku pro praktického lékaře k zajištění předoperačního vyšetření, vypíše ortopedický a anesteziologický informovaný souhlas, předá informace k nástupu na hospitalizaci a formulář k soupisu Vámi užívaných léků.
- Domluví si s Vámi místo lázeňského pobytu a vypíše lázeňský návrh.
- Předá informativní letáky a ceníky týkající se nabízených lánů.
- Koordinátorka Vám také nainstaluje aplikaci Moje endoprotéza.
- Dále Vám vypíše poukazy na ortopedické pomůcky – 1 pár francouzských berlí a nástavec na WC , které vyzvedne a předá Vám je.
- Vypíše žádanku na rehabilitační ambulanci k předoperační rehabilitaci v rámci konceptu ERAS kam se zajdete objednat.
- V rehabilitační ambulanci Vám bude po schválení rehabilitačním lékařem naplánována individuální předoperační fyzioterapie a ergoterapie.
- Poté Vás koordinátorka zapíše do operačního programu, zajistí rezervaci hospitalizace na ortopedickém oddělení, MOJIP a rehabilitačním oddělení.
- V den operace zajistí termín nástupu do lázeňského zařízení. Případný zájem o nadstandardní pokoj na ortopedickém i rehabilitačním oddělení i v láních hlase koordinátorce předem.
- Naši pacienti využívají lázeňské péče v rehabilitačním sanatoriu Darkov v Karviné, v BRC Čeladná či v Sanatoria Klimkovice, nebo dle volby pacienta po schválení zdravotní pojišťovnou.
- Koordinátorka neustále kontroluje průběh Vašich vyšetření a je vám po celou dobu předoperační, operační i pooperační nápomocna a osobně Vás navštívuje během vašeho pobytu na ortopedickém i rehabilitačním oddělení.
- Do lánů Vám poté doručí Zprávu s domluveným termínem pooperační kontroly u operátora a žádanku na kontrolní RTG.
- Pokud budete mít zájem zajistí Vám prohlídku našeho lůžkového rehabilitačního oddělení, které se koná každé úterý od 13.00 do 13.30 hodin.



## CO SI VZÍT S SEBOU DO NEMOCNICE?

- doklady: občanský průkaz, platný průkaz pojištěnce své zdravotní pojišťovny
- zdravotní dokumentaci (předoperační vyšetření, lékařské nálezy) a doporučení k hospitalizaci – celou složku
- poslední ambulantní zprávu ze specializovaných ambulancí jako je diabetologická, kardiologická, cévní, oční, alergologická či jiná, pokud navštívujete
- doklad o pracovní neschopnosti- pokud vám byl vystaven nebo příslušný doklad z úřadu práce, pokud jste v jeho evidenci
- věci osobní hygieny
- župan, pyžamo, spodní prádlo
- s výhodou diabetické ponožky = ponožky bez pevného horního lemu
- pevnou sportovní obuv s pevnou patou –např. tenisky, sandály, cross obuv
- sportovní oblečení - VOLNÉ kraťasy či kalhoty
- dlouhou lžící k obouvání, popřípadě navlékač ponožek

**Nezapomeňte na PŘESNÝ ROZPIS TRVALE UŽÍVANÝCH LÉKŮ VČETNĚ JEJICH GRAMÁŽE A PŘESNÉHO DÁVKOVÁNÍ popřípadě i léky samotné v originálním balení.**

**Neberte si s sebou žádné cenné předměty, jako jsou šperky a podobně. V případě potřeby si můžete větší finanční obnos uložit v naší nemocniční pokladně.**

## REHABILITACE PŘED OPERACÍ - "PACIENTSKÁ CESTA"

Již před operací si v rámci individuální fyzioterapie a ergoterapie osvojíte základní pohybové dovednosti a návyky, které budete pravidelně cvičit doma až do operace.

Po operaci začnete využívat získané dovednosti a to jak samostatně, tak s profesionální podporou fyzioterapeuta i ergoterapeuta. Přibližně týden po operaci budete přeloženi na naše lůžkové rehabilitační oddělení, kde podstoupíte komplexní a intenzivní rehabilitaci v délce cca 14 dnů.

### Fyzioterapeut a ergoterapeut Vás v rámci „patientské cesty“ naučí:

1. dechovou a cévní gymnastiku
2. kondiční a izometrické cvičení horních a dolních končetin
3. trojflexi (obnovu hybnosti) operované dolní končetiny
4. polohování a vertikalizaci po operaci přes zdravou končetinu
5. ošetřování jizvy
6. chůzi s oporou o 2 francouzské berle s odlehčením operované dolní končetiny dle doporučení ortopeda.
8. správné držení trupu, ramen, lopatek a pánve při všech vašich pohybových aktivitách
9. zásady sebeobsluhy, hygieny, mobility v domácnosti a v terénu a další dovednosti

**K předoperační rehabilitaci si přineste jeden pár francouzských berlí, které jste obdrželi od koordinátorky.**





## “PACIENTSKÁ CESTA” VEDE:

- ke zlepšení hojení měkkých tkání v operované oblasti
- k urychlení obnovy hybnosti, svalové síly a koordinace nejen operované končetiny
- k urychlení mobility soběstačnosti a celkové Vaší rekonvalescenci
- k minimalizaci rizika pooperačních komplikací

**Díky této patientské cestě budete fyzicky i psychicky připraveni toto náročné období zvládnout.**

## PRŮBĚH OPERACE A POOPERAČNÍ PÉČE

Den před operací budete hospitalizováni na ortopedickém oddělení Nemocnice Havířov. Bezprostředně po operaci Vás mohou na nezbytnou dobu hospitalizovat na mezioborové JIP nebo se vrátíte na standardní ortopedické oddělení. První pooperační den, pokud jste byli přeloženi na mezioborovou JIP a váš zdravotní stav to dovoluje, budete opět přeloženi na standardní ortopedické oddělení. Rehabilitace u lůžka fyzioterapeutem po domluvě s lékařem může začít už první pooperační den.

V průběhu hospitalizace na ortopedickém oddělení vás navštíví rehabilitační lékař a v průběhu 5-7 dnů po operaci budete přeloženi na rehabilitační lůžkové oddělení, kde budete pokračovat v rehabilitaci. Zde se doba hospitalizace pohybuje okolo 14 dnů.

# APLIKACE MOJE ENDOPROTÉZA

## Aplikace

Mobilní aplikace určená pro pacienty s implantovanou kloubní náhradou. Připraví vás na operaci, provede operaci i pooperačním obdobím. Najdete ji na stránce [www.mytep.cz](http://www.mytep.cz) nebo jako aplikaci pod QR kódy.

Podrobnosti o aplikaci vám sdělí také koordinátor.

## Nabízí:

- ucelené a přehledné informace
- seznam úkolů a kontrolu jejich plnění
- kalendář termínů
- odkazy na zajímavé informace
- kartu pacienta s TEP



GOOGLE PLAY



APP STORE

## Aplikace MOJE ENDOPROTÉZA



vznikla pod záštitou Ministerstva zdravotnictví v prostředí České společnosti pro ortopedii a traumatologii pohybového ústrojí, s podporou VZP, ČPZP, ZPMV, lázeňských zařízení, FN Olomouc a skupiny nemocnic Jihočeského kraje.

**Pro koho je určena?**

Pro všechny pacienty, kteří plánují kloubní náhradu, přemýšlejí o ni, ale i pro ty, kteří již umělý kloub mají.

**Co nabízí?**

- Ucelené a přehledné informace.
- Seznam úkolů / kontrola jejich plnění před operací TEP.
- Kalendáře termínů a připomínky.
- Hodnoticí nástroje.
- Odkazy na zajímavé informace od našich partnerů a sponzorů.
- Kartu pacienta s TEP, která potvrzuje provedení operace a typ implantátu.

**Jak získat aplikaci?**

1. V internetovém prohlížeči zadejte: [www.mytep.cz](http://www.mytep.cz)
2. Na chytrý telefon si můžete stáhnout aplikaci Moje endoprotéza z Google Play nebo App Store.
3. Přihlaste se do aplikace a postupujte podle instrukcí.

**Co když nemocnice na vaši žádost o komunikaci nereaguje?**

Aplikace je určena pro pacienty a jejich nemocnice. Ty však zatím nemají povinnost reagovat na Vaš požadavek na registraci. Nic se neděje, všechny informace máte k dispozici stejně jako pacienti, jejichž nemocnice žádost potvrdí.

[www.mytep.cz](http://www.mytep.cz)

[Přihlásit se](#)



Google Play      App Store

Věříme, že se k nám časem připojí většina nemocnic, čímž vznikne propojený a standardizovaný systém pro předoperační a pooperační informovanost pacientů podstupujících implantaci kloubních náhrad v ČR.  
prof. MUDr. Jiří Gallo, Ph.D. | prim. MUDr. David Musil, Ph.D. | MUDr. Lukáš Galek

# PRVNÍ DNY PO OPERACI

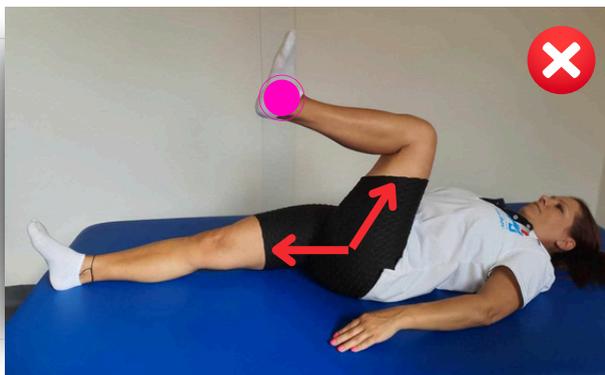
Prodělali jste operaci kyčelního kloubu, osvojíte si zásady rehabilitačního cvičení a naučíte se správnému stereotypu chůze. První 3 měsíce po operaci se považují za kritické období zejména z důvodu infekce a luxace (vykloubení) kloubu. Mezi příznaky infekce kloubní náhrady patří nepřiměřená bolest zvláště v klidu či v noci, zvýšená teplota, zarudnutí, pocit horkosti, prosáknutí či výtok z rány. V tomto období doporučujeme každou, třeba i běžnou infekci konzultovat s ošetřujícím lékařem. Aby nedošlo k vykloubení endoprotézy (kloubní náhrady), je nutné se v prvních 6 měsících vyvarovat rizikovým polohám, pohybům či postojům. To vyžaduje zvýšenou opatrnost i při běžných činnostech.



## MEZI ZAKÁZANÉ POHYBY PATŘÍ:

1.

Skrčení operované končetiny více než o 90° v kyčelním kloubu





2.

překřížení operované  
končetiny přes střední rovinu



3.

vytočení operované  
končetiny do rotace -  
dovnitř i ven



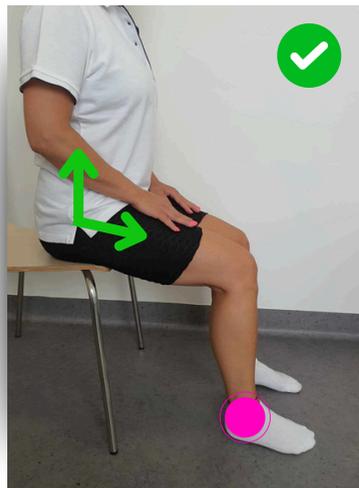


## HLAVNÍ ZÁSADY PO OPERACI TEP KYČLE

Pokrčení v operovaném kyčelním kloubu lze provádět maximálně do pravého úhlu (90°) mezi trupem a stehnem.

Proto sedte vždy tak, abyste neměli v kyčli úhel pokrčení větší než 90°.

Je třeba sedět na vysokých a tvrdších židlích, vyvarovat se hlubokých a pohodlných křesel (pokud si sedáte, měli byste operovanou dolní končetinu natáhnout nebo předsunout před sebe).



Nekřížte operovanou dolní končetinu přes druhou a nevytáčejte jí zevně, či dovnitř.

Nezvedejte operovanou dolní končetinu s nataženým kolenním kloubem.

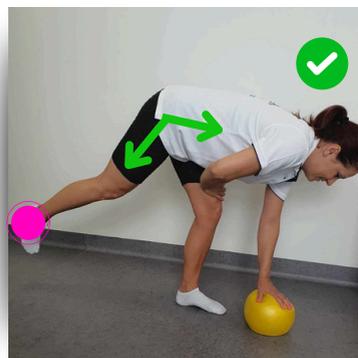
Nedělejte prudké rotace trupu.

Nepřetáčejte se na lůžku bez polštáře mezi kolena - tloušťka polštáře po stlačení nesmí být menší než 10cm.

# HLAVNÍ ZÁSADY PO OPERACI TEP KYČLE

Nedělejte dřepy, neohýbejte se a nepředklánějte – všechny tyto pohyby představují pokrčení kloubu nad 90°, shýbat se můžete s nataženou operovanou končetinou směrem vzad.

Nechodte v pantoflích, ale výhradně v pevných botách s pevnou podrážkou.



Nenoste předměty těžší než 5 kg.

Při obouvání používejte pomůcky (navlékač punčoch, dlouhá lžice na boty, švédský podavač).

Nepřetěžujte jednostranně operovanou dolní končetinu, střídejte polohy (sed – leh – chůze), alespoň jednou za 30 minut měňte polohu při sezení.

Nedorskakujte na operovanou dolní končetinu.

Dva měsíce neležte na operovaném boku, vstávejte vždy přes zdravou končetinu



## VSTÁVÁNÍ Z LEHU

1.

v poloze na zádech dejte  
polštář mezi kolena



2.

přetočte se na ZDRAVÝ bok,  
polštář stále mezi kolena



3.

zapřete se o horní končetinu,  
postupně se posadte  
s polštářem stále mezi kolena



4.

výborně,  
zvládli jste to





## HLAVNÍ ZÁSADY PO OPERACI TEP KYČLE

### Vhodné úpravy domácího prostředí

- Na WC a do koupelny si pořídte pomocná madla.
- Spěte na vyšším lůžku a sedte na vyšší židli.
- Pořídte si nástavec na WC.
- Používejte pomůcky na zjednodušení sebeobsluhy – dlouhou obouvací lžici, navlékač punčoch, v zimě protiskuzové hroty na francouzské hole, protiskuzovou podložku do vany či sprchového koutu, sedačku na vanu s madlem. S pomůckami vám poradí fyzioterapeut nebo ergoterapeut.

### Co můžete dělat?

- Chodit na každodenní procházky, pozor na uklouznutí a podvrtnutí.
- Jezdit na kole se zvýšeným sedátkem po rovném a nenáročném terénu (rotoped), provozovat turistiku do 5 km, jezdit na běžkách (pozor na pády).
- Pravidelně cvičit – minimálně 2x denně.
- **VŠECHNY FYZICKÉ AKTIVITY KONZULTUJTE SE SVÝM LÉKAŘEM, FYZIOTERAPEUTEM nebo ERGOTERAPEUTEM.**

### Osobní hygiena a koupel

- Pokud je to možné, sprchujte se ve sprchovém koutě opatřeném madlem a protiskuzovou podložkou.
- Koupelnu s klasickou vanou dovybavte sedačkou na vanu, madlem, protiskuznou podložkou a mycí houbou na dlouhém držadle.
- Nesedějte si na dno vany, raději zůstaňte stát jako ve sprchovém koutě nebo sedte na sedátku.
- Při pohybu v koupelně buďte velmi opatrní, dejte pozor na kluzkou podlahu.



## HLAVNÍ ZÁSADY PO OPERACI TEP KYČLE

### Jízda v automobilu

Řízení vozidla je doporučováno až poté, co je povoleno plné zatížení končetiny.

Jezdit jako spolujezdec můžete od propuštění z nemocnice, vozidlo ale musí poskytovat dostatek prostoru, aby operovaná dolní končetina nebyla příliš ohnutá v kyčli. Většina vozů má relativně nízko sedadla, položte si na ně polštář, abyste byli výše. **Nezapomeňte sedět vždy tak, abyste neměli v kyčli úhel pokrčení větší než 90°.**

### Intimní život

Zpočátku doporučujeme zdrženlivost v intimním životě. Vždy je nejdůležitější ohleduplnost partnera a výběr vhodných poloh.

Je nutné se při všech pohybech vyvarovat pokrčení operované končetiny, zevní rotace a ohnutí kyčelního kloubu přes pravý úhel. Výrazněji se nepředklánějte. Naopak unožení nepředstavuje pro operovanou končetinu žádné riziko.

Pro ženy představuje nejmenší riziko poloha na zdravém boku s polštářem mezi kolena nebo na zádech s nataženou operovanou dolní končetinou (pozor na vytočení zevně) a pokrčenou zdravou končetinou. Později, po šesti týdnech je možná poloha v kleče a všechny ostatní polohy s vyvarováním se krajních poloh a rizikových pohybů. U mužů je vhodná poloha na zádech. Doporučujeme se vyvarovat přímého zatížení vahou partnera/partnerky na operovaný kloub.

**Pokud se budete řídit těmito zásadami, můžete nadále žít normální život bez větších omezení, bolestí a komplikací. Stále však musíte mít na mysli, že váš nový kloub nesnese stejnou zátěž jako kloub, se kterým jste se narodili, a musíte ho šetřit. Šetřit kloub ovšem neznamená nečinnost, právě naopak. Přiměřený pohyb v mezích možností kloubu je k prospěchu!**

# SOUBOR CVIKŮ PO TEP KYČELNÍHO KLOUBU

V rámci léčebné péče a optimálního zotavování po operačním zákroku doporučujeme začít se šetrnou rehabilitací. Cvičte přes den podle pokynů, které jste dostali od fyzioterapeuta či ergoterapeuta.

## OBECNÉ ZÁSADY PŘI CVIČENÍ:

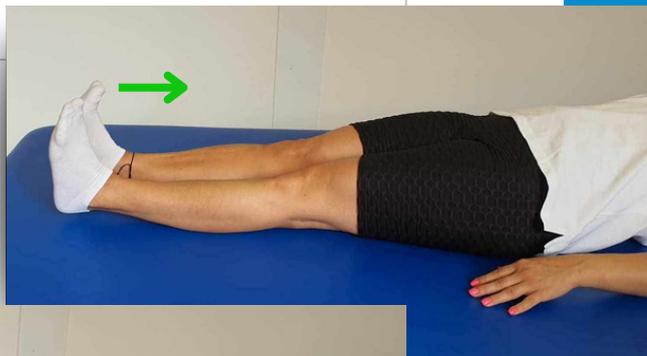
- cvičte pomalu, plynule a pouze do bolesti
- špičky nohou vždy směřují ke stropu
- operovanou dolní končetinu nevytáčejte směrem dovnitř ani ven
- každý cvik opakujte 6x

## CVIKY VLEŽE NA ZÁDECH

1.

### CÉVNÍ GYMNASTIKA

Špičky OBOU chodidel přitahujte k hlavě a k podložce. Střídejte propínání od sebe a k sobě (cvičení pata/špička).



2.

## POSÍLENÍ STEHENÍHO SVALU izometrické (bez pohybu)

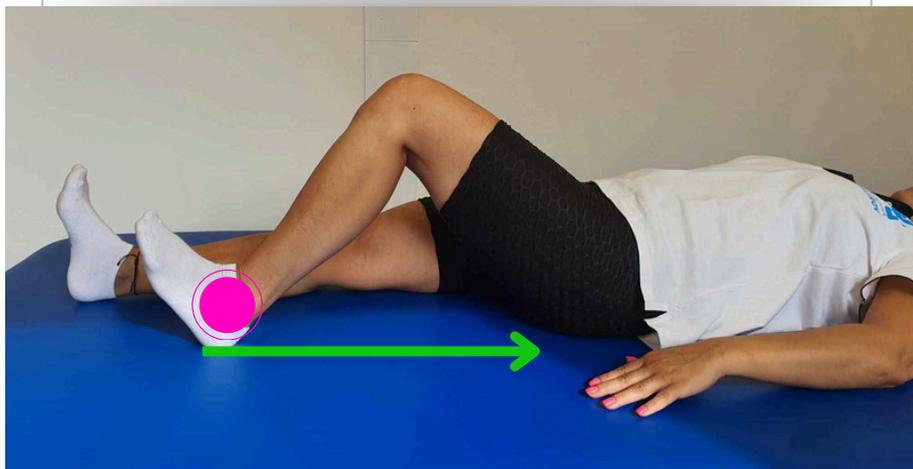
Natažená kolena tlačte do podložky, stahujte hýždě a špičky OBOU chodidel přitahujte k hlavě.



3.

## OBNOVA HYBNOSTI OPEROVANÉ DOLNÍ KONČETINY

Sunutím paty po podložce ohýbejte koleno do bolesti a zpět natáhněte.



4.

## AKTIVNÍ POSÍLENÍ STEHENÍHO SVALU

Koleno operované dolní končetiny podložte molitanovým válcem / overballem o průměru cca 25 cm. Pata je opřená o podložku.



Patu odlepte od podložky do maximálního pronutí kolene a zpět položte - špička nohy je přitažena k hlavě a směřuje ke stropu.

5.

## AKTIVNÍ POSÍLENÍ HÝŽĎOVÝCH SVALŮ

Postupně unožujte propanou operovanou dolní končetinu do strany. Špička i koleno směřují ke stropu (nevytáčejte dolní končetinu zevně ani dovnitř).





## CVIKY VSEDĚ NA ŽIDLI

### SED NA ŽIDLI NEBO VYŠŠÍM LŮŽKU

Operovaná dolní končetina se lehce dotýká podložky.

Koleno střídavě propněte (narovnejte) a zpět pokrčte.



## CHŮZE

Chodte o francouzských holích nebo podpažních berlích. Používejte vždy obě berle, ne jenom jednu! Při chůzi se soustředte a nenoste těžké předměty. Předměty vždy přenášejte v batohu či vaku na zádech.

**Při chůzi je nutné operovanou nohu odlehčovat.**

### TŘÍDOBÁ CHŮZE:

1. obě berle současně
2. operovaná dolní končetina
3. zdravá dolní končetina



### DVOUDOBA CHŮZE:

pokud je povolena 100% zátěž na operovanou nohu

1. operovaná dolní končetina vykročí společně s protilehlou berlí
2. zdravá dolní končetina také s protilehlou berlí

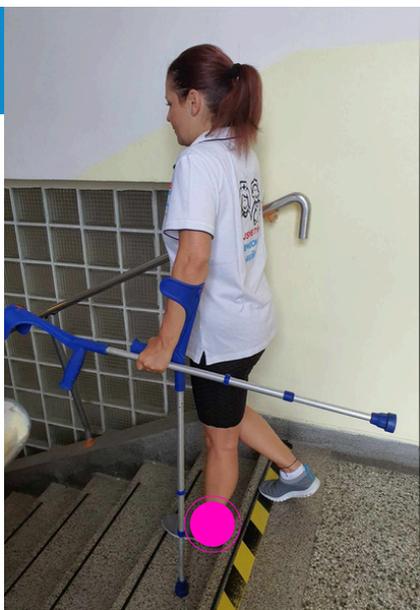


## CHŮZE PO SCHODECH

Při chůzi po schodech lze využít zábradlí místo jedné berle.

### CHŮZE DO SCHODŮ

1. zdravá dolní končetina
2. operovaná dolní končetina
3. obě berle



### CHŮZE ZE SCHODŮ

1. obě berle
2. operovaná dolní končetina
3. zdravá dolní končetina





## STRAVA PO OPERACI

Pro úspěšnou a rychlou rekonvalescenci tělo potřebuje optimální příjem energie a živin. Velmi důležité jsou především **bílkoviny**. Slouží jako stavební látky při hojení ran po operacích a pomáhají budovat svalovou hmotu.

### VHODNÝM ZDROJEM KVALITNÍCH BÍLKOVIN JE:

#### MASO:



libové drůbeží,  
krůtí, králičí,  
hovězí

#### MLÉČNÉ VÝROBKY:



jogurty, sýry,  
tvaroh, tvarůžky,  
skyr

#### LUŠTĚNINY:



Luštěniny: čočka,  
hrách, fazole, cizrna

V pooperačním období je možné stravování obohatit nutričními doplňky s vysokým obsahem bílkovin, které zajistí rychlejší rekonvalescenci. Zařazení těchto doplňků konzultujte s lékařem a nutriční terapeutkou.

### HLAVNÍ ZÁSADY:

- Do jídelního plánu zařadte dostatek kvalitních olejů (olivový, máslo, sezamový, dýňový).
- Zařadte také ryby, zeleninu a ovoce v jakékoliv podobě – příkrmy, saláty v syrovém stavu.
- Dbejte na vyváženou stravu s vyšším obsahem bílkovin, vlákniny, minerálních látek a vitamínů.
- Vyhýbejte se smaženým a tučným jídlům a také alkoholu.

# STRUČNÉ ZÁSADY PRO PÉČI DO 6 MĚSÍCŮ

Střídejte sed a leh s chůzí, otáčejte se vždy na stranu zdravé končetiny.

Spěte na pevném a rovném lůžku, vstávejte na straně zdravé končetiny. Ležte na zdravém boku s polštářem o tloušťce aspoň 10 cm vloženým mezi kolena.

Nesedejte si do hlubokých křesel. Přizpůsobte si výšku pracovní židle, na obyčejné židli neseďte déle než 30 minut a pouze s polštářem.

Sedte s oběma chodidly celou plochou položenými na zemi a s kolena mírně od sebe, pokrčenými v úhlu 90 stupňů.

Při oblékání zpočátku raději využijte pomoc druhé osoby. Při oblékání ponožek a zavazování tkaniček si nedřeptejte, k obouvání obuvi používejte dlouhou lžici. Hluboce se nepředklánějte.

Noste pevnou obuv i doma.

Několikrát denně cvičte předepsané cviky.

Dodržujte doporučenou zátěž operované končetiny.



Chraňte se před uklouznutím či pádem, v domácnosti odstraňte všechny volně ležící koberce a předložky a prahy.

Nepřeceňujte své síly, naslouchejte signálům svého těla.

Pravidelně kontrolujte stav berlí a nikdy je neodkládejte, pokud to nedovolí váš lékař.

Dodržujte doporučení vašeho lékaře, fyzioterapeuta či ergoterapeuta. Chodte na stanovené kontroly. Používejte předepsané zdravotnické pomůcky. Jakoukoliv změnu zdravotního stavu konzultujte s vaším lékařem.



## **VAŠE POZNÁMKY**



## VAŠE POZNÁMKY

**PŘEJEME VÁM  
PEVNÉ ZDRAVÍ!**



**Nemocnice Havířov, p.o.  
Dělnická 1132/24  
736 01 Havířov**

**[www.nemocnicehavirov.cz](http://www.nemocnicehavirov.cz)**

Příspěvková organizace  
Moravskoslezského kraje

