

# INFO Z RÁJE

## Zprávy z karvinské a orlovské nemocnice



## Centrální příjem v plném provozu



Jsou zde umístěny:

- Příjmová kancelář
- Příjmová ambulance pro chirurgii, internu, dětské, oční a ORL oddělení
- Převlékárny a šatny pacientů
- Expektační pokoj pro interní oddělení

Tento pokoj se třemi lůžky slouží ke sledování a ošetřování do doby rozhodnutí o příjmu, přeložení či propuštění pacienta.

Celou organizační stránku a provoz tohoto pracoviště zajišťuje vrchní sestra. Lékařskou péči zajišťují lékaři jednotlivých oddělení dle odbornosti. (Pokračování na straně 2)

## Co mě drží nad vodou?

Rozhovor s ředitelem NsP Karviná-Ráj Ing. Petrem Kovaříkem



... píše se 21. května 2010 a do funkce nového ředitele NsP Karviná-Ráj je jmenován Ing. Petr Kovařík, který má zkušenosti z působení v řadě významných funkcí. Jmenovací dekret převzal z rukou hejtmána Moravskoslezského kraje Ing. Jaroslava Palase.

„Je to pro mě určitě výzva, kterou rád přijímám. Nepopírám však, že nás v současné nelehké ekonomické době čeká i řada nepřijemných kroků. Věřím však, že si nemocnice získá vysoký kredit mezi pacienty i odbornou veřejností“, pronesl Ing. Petr Kovařík.

Od jeho jmenování neuběhla dlouhá doba, přesto jsme ředitele požádali, aby nám odpověděl na pár otázek a zhodnotil danou situaci. (Pokračování na straně 2)

## Pro dárce krve



Všem aktivním dárcům krve přinášíme dobrou zprávu. Na nových webových stránkách [www.nspka.cz](http://www.nspka.cz) najdete zbrusu nový krevní monitor, který je nyní denně aktualizovaný našim zdravotnickým personálem.

## Dialyzační přístroj



Od počátku měsíce června mohou pacienti na oddělení hemodialýzy využívat nový, moderní s viditelně nejlepšími výsledky „dialyzační přístroj Fresenius 4008 S“, který se především používá v oblasti léčby akutního a chronického selhání ledvin. (Pokračování na straně 3)

## Mladí hasiči



„NsP Karviná-Ráj obdržela poděkování od starosty Sboru dobrovolných hasičů Karviná-Hranice za propůjčení parkovací plochy u polikliniky v Mizerově.“

(Pokračování na straně 3)

## Slovo úvodem

Vážení čtenáři, Nemocnice s poliklinikou Karviná-Ráj, trvale usiluje o zkvalitnění péče svých pacientů. A právě proto je před vámi první číslo nemocničního zpravodaje „Info z ráje“, ve kterém bychom rádi prezentovali informace o léčebných metodách, zajímavosti o pracovištích v nemocnici, novinky ve zdravotnictví. Představíme vám zástupce naší nemocnice a zeptáme se na pár věcí. Další část bychom rádi věnovali pro váš oddech a rozptýlení, kde vyzkoušíte svou trpělivost, postřeh v rébusech a křížovkách. Najdete i pár řádků pro zasmání a v neposlední řadě se podělíme i o rady gastronomické z naší nemocniční kuchyně jako doplněk Vaší léčby. Již v prvním čísle se můžete dočíst o nově otevřeném Centrálním příjmu, který přichystá především kvalitní a profesionální péči pro své pacienty. Redakční rada bude jistě odpovědně zvažovat obsah zpravodaje a ráda přivítá i vaše připomínky a názory, což by určitě přispělo k jeho zkvalitnění. Přeji všem čtenářům, aby se jim informační zpravodaj líbil a našli zde hodně užitečných rad a zajímavostí. Nám vydavatelům pak přeji radost z dobře odvedené práce.



Bc. Radmila Fleischerová

## Celostátní projekt Nemocnice ČR 2010



Hlasujte a podpořte naši nemocnici v celonárodním průzkumu spokojenosti pacientů a zaměstnanců českých nemocnic, který byl 1. března 2010 vyhlášen neziskovou organizací HealthCare Institute a potrvá do 31.10.2010.

Cílem tohoto projektu je postupné zvyšování kvality a efektivity poskytovaných zdravotních služeb českého zdravotnictví prostřednictvím pozitivní soutěživosti a porovnávání úspěšnosti nemocnic pomocí žebříčků a to především v těchto klíčových faktorech dlouhodobého úspěchu:

- Finanční zdraví
- Spokojení pacienti
- Spokojení zaměstnanci
- Efektivní procesy

(Pokračování na straně 3)

## Centrální příjem v plném provozu



(...pokračování ze strany 1) Po příchodu Vaše první zastávka bude v příjmové kanceláři -receptci, která poskytuje informace pro příchozí pacienty a návštěvníky nemocnice. Zde se můžete také informovat o jednotlivých odděleních, ambulancích, o umístění svých příbuzných, či požadovat kontakty na zaměstnance.

Pokud přicházíte do nemocnice na doporučení svého praktického lékaře nebo v případě akutního zhoršení zdravotního stavu, je nutné v příjmové kanceláři předložit:

- **Občanský průkaz**
- **Průkaz zdravotní pojišťovny**
- **Doporučení praktického lékaře**
- **Doporučení-zprávu odborného lékaře**
- **Seznam užívaných léků, případně seznam léků na které jste alergičtí**
- **Průkaz diabetika**

(RAF)

## V nemocnici vznikla školící střediska

Moderní doba klade na zaměstnance zvýšené nároky v oblasti používání nových přístrojů a zařízení, zvládnutí moderních informačních systémů a v nedílné míře také v informační a počítačové gramotnosti. Tento trend vzdělávání zaměstnanců přes současnou ekonomickou krizi jednoznačně posiluje a je jednou z priorit v celé Evropské unii.

Naše nemocnice se rozhodla, že nebude stát v pozadí a proto pro své zaměstnance zřídila školící střediska. Tato střediska vznikla na pracovištích Karviná a Orlová. Pro účely těchto školících středisek bylo zakoupeno deset moderních počítačů, jimiž bude technicky zajištěn chod obou učeben a to v počtu pěti kusů na každém pracovišti. Kromě počítačů se v učebnách také využívá služeb moderní zobrazovací techniky, jako jsou dataprojektory. Samozřejmostí je využití služeb počítačové sítě a připojení k internetu.

Naše školící střediska již nedávno prošla první zatěžkávací zkouškou, když zde proběhlo školení zaměstnanců na používání elektronické spisové služby a samozřejmě se plánují i další.

Zřízení těchto středisek je jednoznačnou výhodou pro naše zaměstnance, protože získávají možnost sebevzdělání, růst po odborné i znalostní stránce a zvyšovat tak přínos své práce pro nemocnici i ve službě společnosti.

(RS)

## Co mě drží nad vodou?

### Rozhovor s ředitelem NsP Karviná-Ráj Ing. Petrem Kovaříkem

**Ve funkci ředitele NsP Karviná-Ráj jste relativně krátkou dobu, stihl jste se již ve Vašem novém působišti zorientovat a najít případné nedostatky, které by jste chtěl do budoucna odstranit?**

Ve funkci jsem už téměř 2 měsíce a mám dojem, že čas v Karvině utíká rychleji než kdekoli jinde. Nemohu dnes už hovořit o relativně krátké době, protože 2 měsíce jsou již dostačující na to, abych se zorientoval v hlavních procesech, seznámil se s lidmi v nemocnici, a především měl jasno v tom, co je pro nemocnici výhodné z pohledu ekonomiky a kde naopak jsou rezervy pro možné zlepšování. Při mém nástupu do funkce jsem dostal hodně informací o tom, jaké to tady je, ale nejlepší je si udělat názor vlastní a na tom budovat novou, případně inovovanou strategii nemocnice. Pokud hovořím o nemocnici, mám samozřejmě na mysli jak část orlovskou, tak i karvinskou. Nedělám rozdíly mezi nimi, protože každá má svá specifika, lepší i horší...

Pokud mám být ale upřímný, nepoznal jsem nemocnici, která by neměla vůbec žádné nedostatky a problémy, protože prostě taková nemocnice ani existovat nemůže. Nemám prioritou hledat cílené nedostatky, protože ty se stejně dříve či později objeví a je nutné je urychleně řešit. Nedostatky si ale mapuji a s jednotlivými náměstkyněmi dle kompetencí i řeším. Nerad říkám, že je něco špatně, ale raději, že mám k lidem, věcem, nebo procesům výhrady. Smyslem tohoto rozhovoru asi není sdělovat výčet výhrad, upřednostňuji je řešit s těmi, kterých se to týká. Tři výhrady ale uvést musím. Tou první je proces zpracovávání příloh č. 2 pro VZP a způsob jednání pojišťovny, kdy její pozice z pohledu plátce zdravotní péče trvale roste. Další dvě výhrady se týkají investic - DIP a DIOP v Orlové a Centrálního příjmu v Karviné a to především k postupu a realizaci obou projektů ze strany managementu nemocnice.

**Co vás nejvíce překvapilo v pozitivním slova smyslu v naší nemocnici?**

Především to, že osud nemocnice není mnoha zaměstnancům lhostejný, těší mě i to, že vhodně zvoleným přístupem lékařů a zdravotnického personálu k pacientům a návštěvníkům nemocnice vnímám jejich pozitivní ohlasy, o čemž svědčí i děkovné dopisy na oddělení nebo na konkrétního zaměstnance. Pokud porovnám negativní a pozitivní ohlasy, tak ty pozitivní zatím převládají. Přestože nemocnice nedisponuje takovými přístroji jako centra specializované péče nebo fakultní nemocnice, přístupem zaměstnanců lze image nemocnice určitě zvýšit.

**Vaše práce je velmi náročná, máte pod sebou celý chod nemocnice, zaměstnance, pacienty apod., najdete si čas na sportovní aktivity popř. co vás lidově řečeno "drží nad vodou" ?**

Dovolím si Vás poopravit. Svým způsobem je každá práce náročná, pokud ji chceme vykonávat kvalitně, tak každý člověk si musí najít prostor a čas na odreakování a načerpání nové energie. Koničků a zálib by bylo hodně, času ale málo. Významnou roli u mě hraje rodina, rád fotím a snažím se i trochu „golfovat“, ale golfista ze mě, bohužel, asi nikdy nebude. A co se týká dotazu „co mě drží nad vodou“? Doslova sportovní rybolov a lodě, protože voda mě od malička přitahuje, a to i přesto, že nejsem zrovna zdatný plavec.



Ing. Petr Kovařík, ředitel NsP Karviná-Ráj

(RAF)

# Novinky pro klienty oddělení sociálních služeb ve zdravotnickém zařízení

Klienti oddělení sociálních služeb ve ZZ při Nemocnici s poliklinikou Karviná-Ráj, pracoviště Orlová, se mohou v letošním roce těšit na řadu novinek, které jim zpříjemní pobyt na tomto oddělení.

Jednou z nich je zřízení ergoterapie. „Ergoterapie je léčebná metoda, dříve nazývaná léčba prací. Název pochází z řeckého slova ergom - práce, therapia - léčení. Vychází především z předpokladu, že člověk může zlepšit své zdraví i kvalitu života tím, že se aktivně zapojuje do zaměstnání, která pro něj mohou být významná a smysluplná“ popsala ergoterapeutka Pavlína Skupienová Kursová. Klienty oddělení sociálních služeb ve ZZ jsou většinou senioři po akutních mozkových příhodách s různými typy demence, po operacích totální endoprotézy, ale i s jinými diagnózami.

Jde tedy o nácvik činností - aktivit s cílem pomoci našemu klientovi, aby se stal v co největší možné míře samostatným a soběstačným. Ergoterapeutka na oddělení sociálních služeb ve ZZ v naší nemocnici tedy učí klienty znovu se stát nezávislými na ostatních lidech po tom, co se například vlivem nemoci snížila jejich pohyblivost. Terapii klienta provádíme jak za použití kompenzačních pomůcek, tak i bez nich.

Soustředíme se zejména na nácvik soběstačnosti a sebeobsluhy, nácvik úchopů a jemné motoriky, nácvik koordinace oko - ruka (důležitá součást úchopu a cílení pohybu). Podporujeme rovněž grafomotorickou dovednost, neboť úzce souvisí se schopností jemné manipulace s drobnými předměty.

Cílem sociální služby ve ZZ je zabezpečit podporu lidem, propuštěným za zdravotnického zařízení, kteří již nevyžadují ústavní zdravotní péči, ale vzhledem ke svému zdravotnímu stavu nejsou schopni se obejít bez pomoci jiné osoby. Oddělení sociálních služeb ve zdravotnickém zařízení neposkytuje sociální službu trvale, smlouva je uzavřena na období půl roku, ale pokud se nepodaří klienta umístit do domácího prostředí či do jiného sociálního zařízení, lze službu prodloužit. Při poskytování služeb vycházíme z potřeb každého jednotlivého klienta, snažíme se jej podporovat především při udržení a rozvoji soběstačnosti, motivovat a účastit na různých aktivitách, poskytovat kvalitní ošetrovatelskou péči, základní sociální poradenství a především se snažíme úzce spolupracovat s rodinou a blízkými klienta“ rekla hlavní sestra nemocnice Orlová paní Rita Vilášková.



(RV)

## Celostátní projekt Nemocnice ČR 2010

(Pokračování ze strany 1)

V tomto projektu se mohou anonymně zapojit libovolní respondenti. Formuláře:

- **Dotazník pro pacienty nemocnic**
- **Dotazník pro zaměstnance nemocnic**

můžete získat v prostorách naší nemocnice nebo mohou také využít formuláře v elektronické podobě, které najdete na [www.nspka.cz](http://www.nspka.cz) nebo [www.nejlepsi-nemocnice.cz](http://www.nejlepsi-nemocnice.cz).

Prosím přidejte nám Váš hlas a pomozte nám získat moderní lůžko v hodnotě 300.000,- Kč, které zkvalitní péči v naší nemocnici.

(RAF)

## Mladí hasiči

(Pokračování ze strany 1)

Na této ploše se tímto mohla uskutečnit soutěž „O putovní pohár města Karviná“ a Okresní kolo celostátní soutěže hry „Plamen“ pro mladé hasiče. Počin je o to hodnotnější, že se jedná o výchovu mládeže pro pomoc potřebným při řešení mimořádných událostí.

(RAF)

## Dialyzační přístroj



(Pokračování ze strany 1)

Investice ve výši 370000,-Kč, která byla plně hrazena z vlastního rozpočtu, pacientům zaručuje bezpečné a účinné provedení hlavních léčebných postupů:

- **bikarbonátovou nebo acetátovou dialýzu**
- **jednopumpovou nebo dvoupumpovou SN dialýzu**
- **možnost řízeného profilování UF a Na**
- **použití izolované ultrafiltrace**
- **online hemo(dia) filtrace.**

(RAF)

## Implementace systému řízení kvality v NSPKA

Od 1. září 2009 začala naše nemocnice implementovat systém řízení kvality a zahájila přípravu k získání certifikátu Spojené akreditační komise České republiky. Prioritou naší nemocnice je poskytování profesionální a kvalitní zdravotní péče s důrazem na maximální bezpečnost pacientů a zaměstnanců, snažíme se o minimalizaci rizik a prevenci pochybení.

K získání certifikátu o akreditaci je nutné dodržet 74 akreditačních standardů, které musíme zavést do každodenních činností všech zaměstnanců. Na přípravě a implementaci akreditačních standardů do praxe se podílejí týmy kvalifikovaných odborníků z řad managementu, lékařů, sester, provozních zaměstnanců i pracovníků personalistiky.

Naši připravenost prověří koncem roku 2011 členové Spojené akreditační komise České republiky. Certifikát je udělován na dobu 3 let a poté je nutné začít přípravu na reakreditaci. Zahajujeme tak nikdy nekončící proces kontinuálního zvyšování kvality našich služeb.

Mgr. Andrea Kopáčková

## Dar Kapky naděje



První část daru pro oddělení dětské JIP je již na svém místě. V měsíci červnu Nadační fond Kapka naděje věnoval pro potřeby dětí všech věkových kategorií laryngoskopický set v hodnotě 25000,- Kč, který zajišťuje kvalitní resuscitační péči. Vybavení pomůže zkvalitnit péči dětem, které vyžadují především intenzivní terapii. Jsou to převážně děti s těžkými, život ohrožujícími infekcemi. Pomocí nejmodernějšího přístrojového vybavení se zde monitorují základní životní funkce, děti primárně nemocných, dětí, které se podrobily anestezii a operačnímu zákroku v naší nemocnici.

Jedná se o první dar Nadačního fondu Kapka naděje a již zanedlouho se můžeme těšit na druhou část, která představuje dovybavení setu o víceúčelový nerezový vozík včetně příslušenství a zvýší hodnotu daru o 20000Kč. Ten by měl dorazit na oddělení dětské JIP v nejbližších dnech a doplní tak velmi potřebné přístrojové vybavení.

(RAF)

## 30 let očního oddělení



V těchto dnech oslavuje oční oddělení 30 let od svého založení. Postupem času rozvíjí dlouholetou tradici významných pokroků v léčbě očních chorob a stalo se tak pracovištěm poskytujícím komplexní péči o pacienty s šedým zákallem, onemocněním sítnice, včetně diabetické retinopatie (oční komplikace způsobené cukrovkou), odchlípení sítnice a úrazů oka. Trvalou prioritou je nejvyšší možná kvalita vidění všech pacientů. Zdravotní péče je tak výsledkem spolupráce osobního přístupu celého týmu zdravotníků, vedeného primářem MUDr. Jiřím Slepánkem. Personál očního oddělení pracuje se špičkovou technikou, která je k dispozici na mezinárodním trhu. Jako jedno z mála pracovišť v republice je zde prováděno komplexní vyšetření suchého oka tj. onemocnění způsobené poruchou tvorby slz a následným poškozením rohovky.

Naše oddělení o 20 lůžkách poskytuje nadstandardní zázemí pacientům přicházejícím ke složitějším operacím. Umožňuje léčit případy, které jinde léčeny být nemohou. Jde zejména o pacienty, přicházející k operacím v celkové anestézii nebo se špatnou, omezenou pohyblivostí. Oční oddělení jako jediné v kraji má k dispozici dostatečný počet hospitalizačních lůžek. Je vžitou praxí, že vycházíme navíc vstříc i klientům v pracovním procesu, kterým nabídneme vyšetření a potřebný operační zákrok s nutnou hospitalizací během víkendových dnů. V tyto dny odborné vizity provádí primář nebo jeho asistent.

Rozsáhlý komplex ambulancí je tvořen glaukomovou a retinální poradnou. Tato léčba, je plně k dispozici zájemcům širokého okolí a jejich tradice sahá do počátku devadesátých let. Díky nejmodernějšímu přístrojovému vybavení tyto ambulance zajišťují kvalitní a odborné ošetření pacientů. Vzhledem k měnícímu se spektru nemocí ambulantní komplex otevírá poradny se zaměřením na onemocnění rohovky a duhovky, kde budou léčeni a sledováni pacienti s očními komplikacemi celkových chorob (infekční a autoimunitní onemocnění).

V letošním roce k již známému přístroji Tear Lab, sloužícímu k vyšetření hustoty slzného filmu, přibyl do rohovkové poradny unikátní přístroj konfokální rohovkový mikroskop HRT, který umožňuje další zkvalitnění a zpřesnění diagnostiky onemocnění rohovky a tak lépe zhodnotit průběh onemocnění. Tento špičkový přístroj pomůže zvolit nevhodnější a nejšetrnější léčbu. V naší nemocnici je jediná poradna pro Moravu a Slezsko, která může výrazným způsobem pomáhat klientům s onemocněním jak vrozené, tak získané povahy. Retinální poradna v letošním roce byla rozšířena o nový laser PurePoint, který společně s OCT přístrojem 4. generace, což je v současné době nejmodernější zařízení, dokáže dále zkvalitnit léčbu pacientů s onemocněním sítnice včetně diabetu a sníží tak nutnost operativního řešení těchto onemocnění.



Vstřícnost personálu a maximální snaha vyhovět klientům v jejich požadavcích je samozřejmostí našeho očního oddělení. Oči jsou nejprve důkladně vyšetřeny a v případě potřeby je vybrán ten nevhodnější postup léčby, případně operace. Předpoklad k tomuto postupu dává velmi kvalitní moderní přístrojové vybavení na evropské úrovni a erudovaný personál. Oční ambulanci je možno navštívit bez doporučení ošetřujícího lékaře při jakýchkoliv potížích zraku. Naše pracoviště patří ke špičkovým pracovištím moravskoslezského kraje, o tom svědčí i skutečnost, že za loňský rok bylo v našich ambulancích – poradnách vyšetřeno 14 tisíc pacientů. Naším cílem je nejvyšší možná kvalita Vašeho zraku.

(RAF)



## Potravinová alergie



Vlastní podstatou je vrozené odchylný imunitní systém, jenž přehnaně reaguje na určité látky, které se nazývají alergeny. V současné době patří alergická onemocnění k nejčastějším nemocem. Podle odborníků je alergií na určitou potravinu postiženo asi 25% obyvatel naší republiky. Oficiální údaje uvádějí ovšem číslo značně nižší - pouze 2%. Toto onemocnění má různé projevy např. vyrážku, svědění kůže, dýchací potíže, bolesti hlavy, pocit únavy, otoky atd. Pro mnoho lidí představují pouze drobné potíže, avšak alergie někdy hrozí i smrtelnými komplikacemi.

Potravinová alergie může vypuknout v jakémkoliv věku, dokonce během prvních týdnů života jedince, kdy děti přecházejí od mateřského mléka ke smíšené stravě. Vnímavost a reakce na určité potraviny se během dospívání a stárnutí často mění, zejména pokud jsou jejich zdrojem stravovací návyky. Při podezření na určitý druh alergie je možné stanovit diagnózu na základě kožního testu nebo metodou při níž jsou z jídelníčku pacienta systematicky vynechávány jednotlivé potraviny a na základě pozorování se stanovuje zdroj. Je to zdoluhavý proces a výsledky nejsou vždy naprosto jednoznačné. Po vyřazení alergizujících potravin ze stravy dojde k ustoupení celé řady příznaků.

Mezi potravinovými alergiemi jednoznačně dominuje alergie na kravské mléko. Ta je dána přecitlivělostí na bílkovinu kravského mléka zvanou beta-laktoglobulin obsaženou v syrovátce. Známá je i alergie na kasein, což je bílkovina mléka obsažená v tvarohu, nebo alergie na mléčný cukr - laktózu. Alergie na kravské mléko se nejčastěji vyskytuje u dětí do 3 let. V této věkové kategorii se odhaduje 3 - 4% postižených dětí. V případě této alergie můžeme kravské mléko a mléčné výrobky z něj zaměnit za mléko kozí - pokud je dobře snášeno, mléko sójové, které je v současné době k dostání již s různými příchutěmi, sójové sýry, sójové jogurty apod.

Naštěstí se ukazuje, že většina dětí s alergií na kravské mléko z této nemoci doslova „vyroste“.

(AM)

## Proč si naše kůže zaslouží kvalitní péči.



Kůže je nejen největším orgánem lidského těla, mající nezastupitelnou roli ve správném fungování celého našeho organismu, ale je i viditelným orgánem.

Máme-li krásnou zdravou kůži často nevnímáme její důležitost. Jako samozřejmost bereme fakt, že tvoří bariéru mezi vnějším prostředím a vnitřními orgány těla, které tímto chrání. Díky určitým buňkám v kůži plní i senzorickou funkci a zcela nevnímáme, že funguje jako termoregulátor.

V okamžiku, kdy kůže je jakýmkoliv způsobem poškozená mechanicky, kožní chorobou, defektem apod., zjistíme jak nás tato skutečnost omezuje na kvalitě života - svědění, pálení, vzhled a další komplikace, pokud nezahájíme léčbu. Největší chyby, které se v tomto okamžiku můžeme dopustit, je dát na rady souseda, který měl „zaručeně“ totéž a zahájit samoléčbu. Mnoho kožních chorob vypadá na první pohled stejně a při tom se diametrálně liší. Tyto odlišnosti dokáže rozeznat pouze odborník - lékař dermatolog.

Do kožní ambulance MUDr. Vykoukalové, která patří pod NsP Karviná-Ráj a nachází se v NsP Orlová, mohou klienti přijít i bez doporučení praktického lékaře. Předem však musí být objednáni na tel. číslo 596583381.

V této ambulanci poskytujeme komplexní péči o klienty se všemi kožními problémy. Nedílnou součástí této péče je spolupráce se všemi lékařskými obory a specializovanými pracovišti. V rámci diagnostiky provádíme nejen krevní testy, ale i odběry dalšího biologického materiálu jako jsou šupiny, nehtová drť, vlasy, stěry. Specifikem pro náš obor jsou kožní náplastové testy, hojně používané při vyšetřování onemocnění typu ekzému. Slouží ke zjištění tzv. kontaktní alergie na látky zevního prostředí. Používáme Evropskou sadu, která obsahuje nejčastější alergeny a dále sadu vybraných konzervačních látek léčiv a kosmetiky. U kopřivek provádíme tzv. fyzikální testy.

Součástí ambulance je zákrová místnost, kde se provádí drobné diagnostické a léčebné zákroky, ale i zákroky kosmetického charakteru. Vzorky kůže, či odstraněná znaménka odesíláme k histologickému vyšetření na specializované pracoviště do Prahy.

V naší ambulanci se rovněž zabýváme léčbou chronických ran dle nejnovějších poznatků. Klienti si mohou u nás také nechat vyšetřit znaménka pomocí dermatoskopu a v případě pozitivního nálezu zajišťujeme další léčbu a následnou dispenzarizaci.

Léčbu kožně nemocných klientů bez možnosti fototerapie si lze jen stěží představit a proto naše ambulance je vybavená řadou kvalitních světloléčebných zářičů. Nejvyužívanějším zářičem je SUP 311 /selektivní ultrafialové paprsky 311 n.m./, který používáme při léčbě lupenky, atopického i jiných ekzému, parapsoriáz, akne, vitiliga apod. Dalším přístrojem je Aquasup, je to opět SUP záření, které se aplikuje skrze vodu a to na dlaně a plošky. Pak to jsou SUP hřebeny, které používáme k lokální terapii a to hlavně vlasaté části hlavy.

Další P-UVA slouží hlavně jako fotochemoterapie. UVA paprsky se aplikují po předchozím zevním nebo vnitřním užití léčiva.

Lokálně působí i další přístroj, kde využíváme polarizovaného světla. Tím je bioptronová lampa a používá se k podpoře léčby oparů, akné, bércových vředů apod.

Dalším hojně využívaným přístrojem je biostimulační baser. Nejlepších výsledků léčby tímto přístrojem dosahujeme při takových diagnózách jako je rosacea, periorální dermatitida, opary, akné, defekty a jizvy.

O vhodnosti jednotlivých zářičů rozhoduje lékař.

K nám na světloterapii jsou odesíláni i klienti jiných kožních ambulancí, které nejsou vybaveny těmito přístroji.

Naše zářiče mají všechny potřebné atesty a jsou pravidelně kontrolovány a přeměřovány, navíc je obsluhuje kvalifikovaný personál, který zná podmínky aplikace a dokáže klienty řádně poučit.

Našími klienty je zvláště oceňována možnost absolvování světloterapie již od šesté hodiny ranní.

Závěrem ještě jednou zdůrazňuji, že kůže je největším, velice důležitým a viditelným orgánem našeho těla a proto si zaslouží kvalitní péči ve zdraví i v nemoci.

(MN)

# Recepty z naší jídelny

## KUSKUSOVÝ NÁKYP

### Suroviny:

440 g - kuskusu  
400 g - tvarohu  
20 g - pudingu  
80 g - rozinek  
60 g - másla  
60 g - meruňkového kompotu  
120 g - cukru moučka  
1/2l mléko  
2 vejce

Do teplého mléka přidáme kuskus, zamícháme a necháme nabobtnat. Poté vychladíme. Část žloutků utřeme s máslem a polovinou cukru do pěny. Do této směsi zamícháme vychladlý kuskus. Nakonec přidáme připravený sníh z bílků. Tuto hmotu dáme na vymazaný plech a navrstvíme rozinky a kompotované ovoce. Zbylá vejce vyšleháme s cukrem, přidáme tvaroh a pudink. Nalijeme na ovoce a dáme zapéct. Porci na talíři posypeme moučkovým cukrem.



Obr. 1: Na talíři máme naservírován sladký Kuskusový nákyp

## VEPŘOVÝ ZÁVIN KARLOVARSKÝ

### Suroviny:

400 g - vepřové kýty  
20 g - hořčice  
40 g - cibule  
60 g - salámu  
40 g - oleje  
20 g - slaniny  
40 g - okurek  
1 vejce  
sůl, pepř

Vepřové maso naklepeme, osolíme, opepříme a potřeme hořčicí. Ze salámu, slaniny, okurek a vejce připravíme směs, kterou naplníme připravený plát masa. Zavineme a dáme péct. Hotové krájíme na porce.



Obr. 2: Vepřový závin karlovarský v plné kráse

## ZELENINOVÝ SALÁT S VEJCEM

### Suroviny:

320 g - čínské zeli  
200 g - salátové okurky  
200 g - rajčat  
120 g - tatarské omáčky  
120 g - papriky bylinky  
1 jogurt bílý  
1 hlávkový salát  
4 vejce

Čínské zeli očistíme a nakrájíme na nudličky. Ostatní zeleninu rovněž umyjeme, nakrájíme na menší kousky a promícháme. Z bílého jogurtu, tatarské omáčky a bylinek uděláme dressing.

Na talíř dáme připravenou zeleninu, uvařené vejce rozkrojené na polovinu a před podáváním zalijeme připraveným dressingem.



Obr. 3: Zeleninový salát s vejcem

POZN. Recepty jsou uváděny pro 4 osoby

# Najděte 10 rozdílů

Náš grafik si pohrál s druhou fotografií. Najdete 10 rozdílů?

1. Kolíček od šedého křesla 2. Nápis Golem na lůžku 3. Otočná hlava svorky na stříbrném držáku 4. Kruhový ukazatel na přístroji vlevo nahore 5. Nápis NSP na světle 6. Třetí černá páčeka vedle černé židle 7. Vypínač počítače 8. Okno 9. Zelená zásuvka 10. Uchytka dřevěné zásuvky stolu



Foto č. 1: Originální fotografie z našeho nového Centrálního příjmu



Foto č. 2: Upravená fotografie. Najdete 10 nesrovnalostí?

## Ordinace plná vtipů

Do nemocnice přivezou chlapa s těžce popáleným břichem, doktor ho ošetří a dává mu dvě tablety Viagry. A to pomůže pane doktore? Ne, ale alespoň se vám na tu popáleninu nepřilepí deka.

Otec přistihne syna, jak ochutnal písek a nato vypil několik sklenic vody a proto hned volá k doktorovi:

"Co mám dělat, pane doktore?"

"Teď je nejdůležitější, abyste mu nedal ani špetku cementu."

"Pane Novák, ty bolesti ve vaší noze jsou prostě věkem."

"Divné. Moje druhá noha je úplně stejně stará a nebolí."

U lékaře doma zvoní telefon. Ze sluchátka se ozve kamarádský hlas jednoho jeho kolegy:

"Co je s tebou? Potřebujeme čtvrtého do pokeru."

"Chvilí vydržte, hned jsem u vás, odpovídá lékař."

Když si obléká kabát, manželka se ho ptá:

"Je to vážný případ?"

"Určitě to bude něco hodně vážného, odvětlí lékař. Už jsou u toho tři doktoři."

"Jakou mám naději, pane doktore?"

"No, víte, dělám tuhle operaci už po osmadvacáté."

"Tak to jsem už klidný."

"Jistě - jednu se to povést musí!"

Sestřička se před operací ptá chirurga:

"Už si nasadíme rukavice, pane doktore?"

"Na co? Vždyť je teplo."

## Zajímavosti



Je libo originální sadu hrnků?



Netradiční lampa v podobě buřinky? A proč ne...



Máte doma zbytečné harampádí? Využijte ho a udělejte si např. plechového pejska.

## Výroky a citáty

Nemocné tělo potřebuje lékaře, nemocná duše přítele.

**Menandros z Athén**

Člověk, který nikdy neplakal nežil opravdový život!

**Jan Werich**

Člověk umírá tolikrát, kolikrát ztratil přítele.

**Roger Bacon**

Rozdávat rady je zbytečné. Moudrý si poradí sám a hlupák stejně neposlechne.

**Mark Twain**

Po dvou věcech touží pravý muž - po nebezpečí a hře.

Proto hledá ženu - nejnebezpečnější to hračku.

**Friedrich Nietzsche**

Zeptáš-li se, budeš 5 minut vypadat jako blbec.

Nezeptáš-li se, budeš blbcem po celý život.

**Čínské přísloví**

## Sudoku

Připravili jsme pro vás známou hru Sudoku.

Pojďte se tedy ponořit do světa čísel a kombinací...

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

# Lékárny NsP Karviná-Ráj

NsP Karviná - Ráj provozuje síť čtyř lékárenských zařízení a to v areálu nemocnice v Karviné - Ráji, na pracovištích poliklinik v Orlové a Karviné - Mizerové a v nově otevřené výdejně léčiv ve Stonavě.

Všechna lékárenská zařízení poskytují v plném rozsahu základní lékárenskou péči pro širokou veřejnost dle své registrace. Ústavní lékárna v Orlové navíc zajišťuje kompletní zásobování pro jednotlivá oddělení nemocnice a zařízení ambulantní péče. Klientům Nutriční ambulance interního oddělení v Orlové (MUDr. Peter DANKO) nabízí zajištění dovozu přípravků na určené místo zdarma.

Zákazníkům našich lékáren nabízíme kompletní rozsah lékárenské péče včetně konzultací v otázkách farmakoterapie. V nabídce lékáren je kompletní sortiment dostupných registrovaných léčivých přípravků a v případě, že tyto nejsou ve skladu v lékárně, je naší snahou jejich zajištění do druhého dne. Dále je k dispozici široký sortiment potravních doplňků a volně prodejných léčiv. Zejména ústavní lékárna v Orlové pak nabízí i široký sortiment léčebných a ortopedických pomůček na poukaz i volný prodej. Ve všech lékárnách přijímáme platební karty. Nově našim zákazníkům nabízíme možnost vydání klientské karty, která umožňuje čerpat výhody při opakované návštěvě lékárny. Jako novinku jsme připravili akceptaci tzv. dárkových šeků (Sodexo, Accor, Cheque Déjeuner).

## Lékárna U nemocnice

Vydmuchovej 399, 734 12 Karviná - Ráj, tel. 596 383 379, 596 383 355,  
E-mail: lek.unemocnice@nspka.cz  
Pondělí až pátek 7:30 - 16:00 hod.

## Výdejna léčiv Stonava

č.p. 350, 735 34 Stonava, tel. 596 422 463,  
E-mail: lek.stonava@nspka.cz  
Pondělí: 13.30 - 18.30  
Úterý: 07.00 - 12.00  
Středa: 08.00 - 11.00  
Čtvrtek: 09.00 - 12.00  
Pátek: 13.00 - 17.00

## Lékárna Na poliklinice

Žižkova 2379, 733 01 Karviná - Mizerová, tel. 595 395 206, 595 395 207,  
E-mail: lek.na.poliklinice@nspka.cz  
Pondělí až čtvrtek 7:00 - 16:00 hod.  
Pátek 7:00 - 14:00 hod.

## Ústavní lékárna

Masarykova 900, 735 14 Orlová - Lutyně, tel. 596 583 589, 596 583 587,  
E-mail: lek.ustavni@nspka.cz  
Pondělí až pátek od 7:00 - 17:00 hod.

Více informací na [www.nspka.cz](http://www.nspka.cz) (RB)

# Zajímavá literatura v naší knihovně:

**Policar, R.: Zdravotnická dokumentace v praxi**  
Praha, Grada.: 2010, 224 str.

**Lukáš, K.: Chorobné znaky a příznaky**  
Praha, Grada.: 2010, 520str.

**Slezáková, L.: Ošetřovatelství v chirurgii 1**  
Praha, Grada.: 2010, 268 str.

**Slezáková, L.: Ošetřovatelství v chirurgii 2**  
Praha, Grada.: 2010, 308 str.

Kelnarová, J.: Psychologie 1 Pro studenty zdravotnických oborů  
Praha, Grada.: 2010, 168 str.

**Kolář, P.: Rehabilitace v klinické praxi**  
Praha, X-EGEM, 2009, 713 str.

**Juřeníková, Petra.: Zásady edukace v ošetřovatelství**  
Praha, Grada.: 2010, 80str.

**Základy lékařské fyziologie**  
Praha, Grada.: 2009, 320 str.

**Pelclová, Daniela.: Nejčastější otravy a jejich terapie**  
Praha, Galén.: 2009, 163 str.

**Muntau, A, Carolina.: Pediatrie**  
Praha, Grada.: 2009, 581 str.



# Nemocnice Karviná

## Kontaktní informace

**Nemocnice s poliklinikou Karviná-Ráj**  
Vydmuchovej 399/5  
734 12 Karviná Ráj  
tel: 596 383 111  
fax: 596 311 219  
fax na příjem: 596 312 398  
nspka@nspka.cz  
www.nspka.cz

# Nemocnice Orlová

## Kontaktní informace

**Nemocnice s poliklinikou Karviná-Ráj**  
pracoviště Orlová  
Masarykova třída 900  
735 14 Orlová  
tel: 596 583 111  
fax: 596 511 041  
nspka@nspka.cz  
www.nspka.cz

# Dispečink DRNR

(Doprava raněných, nemocných a rodiček)

- Karviná: 596 383 485
- Orlová, Český Těšín: 596 383 486
- Havířov: 596 383 487
- Bohumín: 596 383 488

# Blahopřejeme



V první polovině roku oslavili významné životní jubileum naši kolegové.

**Jana Štefanková**  
**Eva Ťaptíková**  
**Miroslava Žáková**  
**Slavomír Maj**  
**Jana Kratochvílová**  
**Alena Czochová**  
**Hana Lachová**  
**Alice Michnová**  
**Anna Nepustilová**  
**Ing. Petr Vacovský**  
**Hana Tráskalíková**  
**Miroslava Kočařová**  
**Lydie Alterová**  
**Iva Zbořilová**  
**Dáša Dronská**  
**Mária Chomiaková**  
**Jitka Petruňová**  
**Zdeňka Kozielová**  
**Iris Galmusová**  
**MUDr. Lenka Böhmová**  
**Šárka Zedníková**  
**Radomír Farník**  
**Mária Sireková**  
**Ivana Filsáková**  
**Jarmila Heczková**  
**Jiřina Kryštofiková**

Rádi bychom poděkovali za práci, kterou jste pro naši nemocnici vykonali a do dalších let vám přejeme především zdraví, radost a spokojenost v osobním životě.

Vedení nemocnice NsP Karviná-Ráj