

ACTREENOVINY

ČASOPIS NEJEN PRO VOZÍČKÁŘE / ROČNÍK 2020 / ČÍSLO 2

MARTIN LUDROVSKÝ

KVÔLI ŠPORTU
SOM NA VOZÍČKU,
ALE TIEŽ MÁM ZLATÚ
PARALYMPIJSKÚ
MEDAILU



PEER MENTORING:
NEJSTE V TOM SAMI
ANEB VOZÍČKÁŘI
SAMI SOBĚ

SPOLEHLIVÁ
A DISKRÉTNÍ
INTERMITENTNÍ
KATETRIZACE ŽEN

DÍKY ACTREEN®
MINI CATH

PLNÍME SEN
POHYBEM

VRÁTÍME ZDENKA
DO ŽIVOTA

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

VYBÍREJTE Z KOMPLEXNÍHO PORTFOLIA POTAHOVANÝCH MOČOVÝCH KATÉTRŮ

Actreen®

- Bezpečné, ekologicky a zdravotně nezávadné
- Katétrů se sběrným sáčkem / bez sběrného sáčku, různé délky a tvrdosti
- Připravené ihned k použití v jakékoliv denní situaci
- Maximální komfort pro pacienty
- Snadná aplikace, no-touch systém
- Diskrétně balené, lehké, ohebné a skladné



Lubrikační vlastnosti
plně zachovány
při teplotách
-20 až +55 °C



Hladké otvory
na konci katétru



Neobsahuje latex



Garance lubrikace
minimálně 60 minut
od otevření balení



Šetrné k životnímu
prostředí



Neobsahuje PVC



Actreen linka B. Braun
+420-777 363 343

Informační linka pro cévkující se pacienty

Provoz patientské linky ve všední dny od 9 do 16 hodin

Milé čtenářky, milí čtenáři,

děkuji, že jste s nadšením přijali nový časopis ActreeNoviny, který postupně získává na větší a větší oblibě, což nám potvrzuje velké množství luštitelů, dotazů na časopis od našich pacientů v odborných ambulancích B. Braun Plus a také e-mailů, které zasiláte do redakce časopisu. Moc si vážím toho, že jste se rozhodli přijmout ActreeNoviny a díky tomu i nás do svých životů.

Tematika cévkování a s tím i související případné jiné zdravotní problémy, očkávání a dotazy na odborníky jsou v životech našich pacientů a jejich rodin velmi důležité. Věřím, že vám budeme i nadále v tomto ohledu dobrými rádci, společníky a průvodci na cestě k co nejkomfortnějšímu životu.

V novém čísle ActreeNovin na vás čeká příběh paralympionika a ambasadora B. Braun pro život Martina Ludrovského, kterému do života zasadil ránu osudný pád z motorky. Martin se přesto nevzdal, sebral veškerou svou vůli a bojoval dál. Dnes patří mezi sportovní špičky v závodním ping-pongu. Kromě Martinova příběhu najdete v tomto čísle přehled služeb urologických a chirurgických ambulancí B. Braun Plus, které ve specializovaných poradnách poskytují vysokou úroveň péče v oblasti intermitentní katetrizace a prevence dekubitů a jejich následné léčby. A nebude ani chybět poradna urologické sestry a edukační specialistky Olgy Panenkové.

Přeji vám krásné, ničím nerušené čtení a doufám, že vám následující stránky časopisu nabídnou nejen řadu důležitých informací, ale budou pro vás i příjemným zpestřením v epidemiologicky náročném období, které je před námi. Pište nám, co byste si rádi přečetli, co by vás zajímalo. Budeme i nadále rádi za všechny postřehy, nápady a připomínky.



4 / ROZHOVOR

Martin Ludrovský: Kvůli športu som na vozičku, ale tiež mám zlatú paralympijskú medailu

10 / JSEM HRDÝ NA TO, ŽE JSEM PEER MENTOREM

12 / PEER MENTORING: Nejste v tom sami aneb vozíčkáři sami sobě

14 / TĚLO I PSYCHIKA REHABILITACI POTŘEBUJÍ

16 / SPOLEHLIVÁ A DISKRÉTNÍ INTERMITENTNÍ KATETRIZACE ŽEN

18 / OŠETŘUJEME DEKUBITY Reportáž ze specializované ambulance na léčbu ran 12 tipů proti dekubitům

26 / ANTIBAKTERIÁLNÍ BARIÉRA PRO VAŠE ÚSTA I NOS

28 / VRÁTÍME ZDENKA DO ŽIVOTA

30 / POVÍDKA Marek Šindelka: Štafeta

33 / LEOPOLD VON DITTEL Rytíř moderní urologie



S úctou a přáním pevného zdraví a spokojené mysli

Mgr. Iveta Šmídová, MBA
vedoucí obchodního týmu
Stoma and Urinary care (divize OPM)

osobnosť

MARTIN LUDROVSKÝ

KVÔLI ŠPORTU
SOM NA VOZÍČKU,
ALE TIEŽ MÁM ZLATÚ
PARALYMPIJSKÚ
MEDAILU

Martin, môžete nám prezradiť, ako vyzeral váš život pred úrazom?

„Do roku 2005, kým sa mi to stalo, som bol úplne obyčajný človek, ktorý si užíval pokojný život. Venoval som sa svojim obľúbeným koníčkom a práci – oboje spája vôňa benzínu. Pretekal som v rallye, motokrose, vlastnil som tuningový autoservis, bol som vášnivým športovcom.

A práve motokros sa mi stal osudným a môj život sa v jedinom okamihu obrátil úplne hore nohami.“

Čo sa presne stalo?

„Vtedy som sa pripravoval na motokrovú súťaž a usilovne som trénoval. Na jednom meranom tréningu v Prešove som si odjazdil svojich zvyčajných dvanásť kôl a dal som si



krátku pauzu. Volali mi moji kamaráti z Košíc a prehovárali ma, aby som na nich počkal. Vyhovел som im a aby som si skrátil čas, rozhodol som sa odjazdiť ešte zopár kôl navyše. Lenže hneď v prvom kole som dostal neznesiteľný kŕč do rúk a kvôli nemu som vôbec nedokázal znížiť rýchlosť svojho stroja, nemohol som radiť rýchlosti. Rampa ma doslova



Rozhovor sa nezačal práve veselo. Nie ľahko sa dnes štyridsaťšesťročnému Martinovi Ludrovskému spomína na obdobie, ktoré pre neho nebolo vôbec jednoduché. Na obdobie po škaredom úraze, keď musel prekonať nejednu prekážku a vyrovnáť sa s tým, že už nikdy nebude chodiť. Ale čím viac si Martin spomína na cestu, ktorú dodnes prešiel, tým intenzívnejšie sa v našom rozhovore objavuje nádej a vôľa žiť, bojovať a nevzdávať sa.

vykopla prudko do vzduchu, krčce síce povolili, ale ruky pustili motorku a ja som padal. Kolesá motorky v podstate vystrelili proti mne a zlomili mi miechu.“

A vy si to celé pamätáte?

„Paradoxne si pamätám naozaj všetko, do detailu. Keď som chcel vstať, a nešlo to, vedel som, že to bude nie-

čo vážnejšie. Poprosil som synovca, aby zavolał sanitku. Mám v živej pamäti húkajúcu sanitku aj to, ako celú večnosť cúvala, kým sa objavila lekárnica a vodič. Nikdy nezabudnem na tie pohľady medzi posádkou záchranky, keď stáli nado mnou. Vedel som, že to nie je dobré. No a potom mám okno. Nasledujúcich 48 hodín života mám vymazaných z pamäti.“

Čo nasledovalo?

„Bol som prevezený do prešovskej nemocnice, ale tam ma neoperovali. Kamaráti mi potom vybavili prevoz do Košíc, kde nakoniec k operácii došlo. Bol som od hrudníka nadol ochrnutý a snažil som sa dozvedieť, čo so mnou bude. Lenže všetci mi odpovedali diplomaticky a nikto mi nechcel povedať pravdu. Našťastie jeden



z primárov košickej nemocnice našiel odvahu a povedal mi na rovnu, že už nikdy nebudem chodiť. Viem, že som ho vtedy nenávidel, ale dnes mu ďakujem, že mi povedal pravdu.“

Ako ste na takú správu reagovali?

V nemocnici som strávil ďalšie dva mesiace, mal som extrémne vysoké horúčky a totálne podlomenú psychiku. Práve tá ovplyvňovala teplotu, moje telo sa vzdávalo, nemal som dôvod bojovať a chcieť ďalej žiť. Telo nezvládalo odolávať, ale na poslednú chvíľu sa nejako zaťal a zvládol som to. Horúčku som síce zdolal, ale to bol len jeden dielik z nekonečnej skladačky úspechu.“

Po prekonaní horúčky Vás z nemocnice pustili domov?

„Domov nie, bol som prevezený do Národného rehabilitačného centra Kováčová, kde ma čakala polročná intenzívna rehabilitácia. Lenže psychicky som na tom nebol dobre. Spočiatku to vlastne boli najhoršie chvíle od úrazu. Neovládal som svoje telo, nedokázal som udržať moč ani stolicu. Myslel som na najhoršie, chcel som to skončiť. Ale keď ste nehybný, nemôžete ani spáchať samovraždu, nie je ako. Ležiaci pacient nemôže len tak vyskočiť z okna, nemôže si ani podrezať žily alebo si namiešať smrtiaci koktejl liekov. Každý večer pred spaním som sa

modlil, aby som sa už ráno nezobudil.“

A čo vás teda vrátilo späť do hry?

„V tom období bola mojím najsilnejším hnacím motorom moja rodina. Striedali sa pri mne rodičia a priateľka alebo sestra. Neúnavne ma všetci podporovali. Mojej vtedajšej priateľke určite vďačím za psychický obrat, bez jej prístupu by som sa asi nedokázal znovu zapojiť a zmeniť myslenie. Ona pochopila vážnosť situácie a úplne natvrdo mi vytkla, že som ešte nič neskúsil a už si chcem siahnuť na život. Vtedy som veľmi plakal, niekoľko hodín vkuse, až som sa zadúšal, ale ráno som sa zobudil

ako nový človek. Začal som sa intenzívne zaujímať o cvičenie a rehabilitáciu, zisťoval som, kde môžem kvalitne posilňovať a pracovať na sebe. Po pol roku naozaj intenzívnej práce ma pustili domov. Keď som sa po čase vrátil na tzv. opakovačku, čiže opakovanú rehabilitáciu, myslím, že práve toto odštartovalo moju ďalšiu športovú kariéru.“

Takže ste si počas rehabilitácie rovnou vybrali šport, ktorému ste sa chceli venovať?

„Zo všetkých strán som vtedy počúval, že aj na vozičku sa dá plnohodnotne žiť, športovať, fungovať. U mňa však šport, ktorý som dovtedy robil, neprichádzal do úvahy. Mal som znovu šťastie, pretože som v Kováčovej natrafil na svojho súčasného šéfa a kamaráta, Janka Riapoša. Rozprával som mu vtedy, čo pre mňa znamená rýchlosť a adrenalín. Janko mi okamžite ponúkol hand bike, ktorý ma absolútne dostal a už som nič iné nechcel. Lenže moja rodina bola absolútne proti. Janko Riapoš mi ponúkol alternatívu v podobe stolného tenisu, ktorý sám už vtedy hral. Ale ja som bol skeptický, nikdy som stolný tenis nehral a nemyslel som si, že by ma to niekedy mohlo baviť. Išiel som sa na tréning pozrieť viac-menej zo slušnosti. Priviazali mi k ruke pátku a povedali, že v dohľadnom čase, približne za šesť až osem rokov, zo mňa niečo bude. To som sa naozaj od srdca zasmial a určite som tomu neprikladal žiadnu váhu.“

Hand bike vám zakázala rodina a stolný tenis vás nenadchol. Aký šport ste si teda nakoniec zvolili?

„Mal som šťastie na ľudí. Dostal som sa do skvelého kolektívu hráčov stolného tenisu, ktorí mi pomohli nielen s hrou samotnou, ale najmä ľudsky. Vzali ma medzi seba takého, aký som, a dodnes sú naše priateľské putá veľmi pevné. Aj môj otec mi veľmi pomohol. Ako rekreačný hráč stolného tenisu ma trénoval a pomáhal mi budovať novú športovú kariéru. Domov sme si kúpili stôl a trénovali.“

Takže si vás stolný tenis nakoniec získal?

„Viete, život je plný paradoxov, a napriek tomu, že som spočiatku stolnému tenisu absolútne neveril, rok potom, ako som si začal len tak pinkať, som si domov viezol zlatú medailu z majstrovstiev Európy v stolnom tenise družstiev z talianskeho Janova. Po úspechu na majstrovstvách Európy nasledovala zlatá na majstrovstvách sveta družstiev a všetko zavŕšilo zlato z paralympiády v Londýne. Aktuálne sa intenzívne pripravujem už na svoju tretiu paralympiádu, tentokrát v japonskom Tokiu.“

Ste ambasádorom spoločnosti B. Braun. Ako ste sa k tomu dostali a prečo?

„V rámci svojho vozičkárskeho života som často narážal na neľahké prekonávanie takých bežných vecí, ako je napríklad močenie. Trpel som častými urologickými infekciami, a to mi veľ-



mi komplikovalo bežný aj športový život. Preto som sa stal ambasádorom B. Braun a veľmi rád propagujem jeho výrobky pre jednoduchší život vodičkárov. Myslím si, že najväčšia sila výrobkov B. Braun je v ich jednoduchosti. Fungujú úplne fantasticky. Ponúkol som ich na vyskúšanie aj svojim kamarátom na vozíčku a všetci boli viac ako spokojní. To ma priviedlo k rozhodnutiu stať sa ambasádorom a podporiť produkty, ktoré mi život výrazne uľahčujú.“

Ako zvládáte cestovanie na veľké vzdialenosti, keď idete na turnaj alebo majstrovstvá?

„Ako hráč a reprezentant v stolnom tenise cestujem naozaj veľa a vzdialenosti, ktoré som občas nútený prekonať, sa pohybujú rádovo v desiatkach hodín. Na turnaje napríklad v Poľsku, Slovinsku, Nemecku alebo Chorvátsku, zhruba do 1 500 km, jazdím autom. Ako vodičkárom ho mám upravené na ručné ovládanie. Lenže sú tu aj turnaje mimo Európy a na tie musím ísť iba lietadlom. Tu som natriafil na problém, pretože toalety v lietadle sú malé, vodičkárom sa tam nezmestí. Okrem toho, že používam výrobky B. Braun, som si vymyslel vlastnú metódu, ktorá je založená na tom, že tri až štyri dni pred odletom si upravujem stravu tak, aby som upravil aj svoju potrebu ísť na toaletu. Obmedzujem príjem vlákniny a orientujem sa len na suchú stravu. Je to v podstate súčasť mojej športovej prípravy pred dôležitými pretekmi



a už to beriem ako súčasť môjho cestovateľského života.“

A čo autá, na tie ste už zanevreli?

„Vôbec nie, okrem stolného tenisu je to moja najväčšia vášeň, hoci to asi vyzerá dosť zvláštne, keď som na vozíčku. Venujem sa predaju pneumatík a diskov, a pretože mám veľmi rád technické veci, vymýšľam rôzne zlepšovacie návrhy do áut pre vodičkárov. Stolný tenis je mojou hlavnou pracovnou náplňou, ale lásky k adrenalínu som sa určite nezbavil. Kúpil som si štvorkolku, na ktorej sa preháňam v prírode, úplne bežne jazdím autom. Keď mi zostane nejaký čas, snažím sa

ho tráviť s priateľkou, ktorá ma vo všetkých záujmoch podporuje a motivuje. Ona, moja rodina a súčasní priatelia z radov vodičkárov sú celý môj svet. Pred úrazom som mal kamarátom neúrekom, ale po ňom mi ich zostala len hŕstka. Nelutujem to, aspoň som spoznal, že skutoční priatelia vás v ťažkých časoch neopúšťajú a že dnes mám už len takých priateľov, ktorí ma berú a rešpektujú takého, aký som.“

Magdalena Bambousková

LISTÁRNA A PORADNA OLGY PANENKOVÉ

urologické zdravotní sestry
z Urologie Ukrajinská s.r.o.,
edukační specialistky
v oblasti urologie divize
OPM B. Braun Medical



DOBŘÝ DEN,
JSEM OBJEDNANÁ
NA UROLOGII
NA URODYNAMICKÉ
VYŠETŘENÍ. MÁM STRACH
Z NEZNÁMÉHO. CO MĚ ČEKÁ?

Rozhodně se není čeho bát. Jedná se o minimálně invazivní bezbolestné vyšetření, pomocí něhož vyhodnocujeme funkci dolních močových cest, močového měchýře a močové trubice. U dospělých pacientů probíhá toto vyšetření bez anestezie a v ambulantním režimu. Průměrná doba vyšetření je 45 minut a v celém jeho průběhu je zcela zachována intimita pacienta. Nežádoucí účinky se po výkonu vyskytují velmi výjimečně. Patří mezi ně například krev v moči, infekce a eventuálně zástava močení.



DOBŘÝ DEN, JSEM PARAPLEGIČKA.
OD MÉHO ÚRAZU UBĚHL ZHRUBA JEDEN ROK.
OD TÉTO UDÁLOSTI MÁM ZAVEDENOU EPICYSTOSTOMII.
OBČAS SE MI UCPE A JE ŠPATNĚ PRŮCHODNÁ.
JAK SE MÁM O NI NEJLÉPE STARAT, ABY SE MI UŽ NEUCPÁVALA?
DĚKUJI VÁM ZA RADU. ELIŠKA

Pěkný den, Eliško. Důležité je dodržovat správný pitný režim a vhodnou hygienu. Měla byste vypít minimálně dva litry tekutin denně. Co se týče správné hygieny, dbejte na mytí rukou před manipulací s katétreem či sběrným sáčkem i po ní. Vždy katétr a jeho okolí zkontrolujte, aby se nikde nezalomil. Lepší průchodnost katétru může také souviset se zajištěním pravidelného proplachování pomocí proplachovacího systému UroTainer, samozřejmě po konzultaci s vaším ošetřujícím lékařem urologem.

Proplachový systém Uro Tainer může lékař urolog předepsat na poukaz bez schválení revizního lékaře. Úhrada pojišťovny je 50 %.

Více informací můžete získat po načtení QR kódu nebo můžete kontaktovat Actreen linku.



JSEM HRDÝ NA TO, ŽE JSEM PEER MENTOREM

V rozhovoru jsme vyzpovídali Honzu Matouška, peer mentora České asociace paraplegiků. Honza jako peer mentor působí už od samého začátku projektu. Za tu dobu náročným obdobím provedl už řadu klientů. Narodil se a žije ve Znojmě, a to se ženou a třemi pejsky. Úraz míchy v hrudní oblasti TH6–8 se mu stal v osmnácti letech při autonehodě. Díky podpoře kamarádů a rodiny se postupně vrátil ke sportu a dodělal si dálkově střední školu s maturitou. Sport mu dodává motivaci, je pro něj seberealizací, učí ho cílevědomosti. V parahokeji hraje za Zlín a reprezentuje Českou republiku.

Řekneš nám krátce, co se ti stalo a kdy?

Bylo to v roce 2003, na sklonku prázdnin. Měl jsem čerstvý řidičský průkaz a vezl kamarády na návštěvu do jedné vesnice. Byla už tma a tu cestu jsem neznal. Přecenil jsem své řidičské schopnosti a způsobil vážnou autonehodu. Navíc jsem neměl zapnuté pásy. Jediným štěstím v tom neštěstí bylo, že nikomu dalšímu v autě se nic nestalo.

Co následovalo?

Dlouhý pobyt v nemocnici a na spinálce. Byl jsem tak vážně zraněný a v tak kritickém stavu, že i když to zní hloupě, úraz míchy byl vlastně až to poslední. Měl jsem dvojitý pneumotorax obou plic a závažná vnitřní zranění všech orgánů. Prvních několik týdnů, ba měsíců, jsem ale žil v tom, že bude vše v pořádku, že se zase postavím na nohy. To jsem se nakonec postavil, ale jinak, než jsem si tehdy myslel.

Mohl jsi pokračovat ve studiu?

Pracoval jsi?

Měl jsem štěstí – na průmyslovce ve Znojmě, kterou jsem přerušil, existovalo i dálkové studium. Tak jsem začal studovat jednou za čtrnáct dní o víkendů s pracujícími dospělými. Byla docela legrace, že před testem byli nervózní všichni stejně. Velmi brzy jsem také začal pracovat ve firmě, kde dělal můj otec, a pracuji tam dodnes. Brzký návrat do práce a školy doporučuji i všem svým klientům.

Jak to zvládali rodiče?

Asi hůř než já, ale na druhou stranu byli ohromně stateční. Chtěli vyzkoušet všechno, ale v pravou chvíli pochopili, jaká je situace, a ve všem mě podpořili. Abych studoval, pracoval, sportoval, žil samostatně. Velmi nás to celé sblížilo.

Co máš na své práci peer mentora rád?

Začnu hned od začátku, od školení. To bylo velmi přínosné pro všech čtrnáct účastníků, ne jen pro těch šest, kteří byli nakonec vybráni. Měli jsme přednášky a školení na témata sebepoznání, psychologie a komunikace. Opravdu mě to velmi obohatilo. Od té doby nejsem třeba zdaleka tak přímočarý, vím, že určitý styl komunikace může nechtěně ublížit, a podobně. Peer mentoring mám moc rád, je to skvělá seberealizace, naplňuje mě a ještě jeho prostřednictvím mohu pomáhat. Jsem hrdý na to, že jsem peer mentorem. Velmi rád mám úvodní setkání, kdy se klienti zajímají o to, co vše budou moci dělat a jaké jsou jejich možnosti. Když se ode mě dozvědí a v praxi vidí, že možnosti jsou v podstatě neomezené, jsou velice rádi. Samozřejmě že ale stěžejní je pro ně moje dlouhodobá podpora, kdy jim mohu pomoci objevit a využít právě jejich možnosti a cesty.



Peer mentoring: nejste v tom sami aneb vozičkáři sami sobě

Program peer mentoringu je zaměřený na vozičkáře s poškozením míchy. Od roku 2018 jej realizuje Česká asociace paraplegiků – CZEPA. Kdo je peer mentorem? Vozičkář, který už je delší dobu po úraze, naučil se s handicapem aktivně žít a má chuť pomáhat lidem, kteří jsou po úraze teprve krátce a potřebují se v nové životní situaci zorientovat.



ZÁKLADNÍ ZÁSADY, KTERÝM BYCHOM MĚLI VĚNOVAT POZORNOST

Jaký by měl být správný peer mentor?

Peer mentor a nový vozičkář by měli být stejného pohlaví, podobného věku a odpovídající diagnózy (para-/tetraplegie). Peer pracuje také s rodinnými příslušníky a blízkými nových vozičkářů, kteří o ně pečují.

Pro koho je program peer mentoringu určený?

Každý peer z týmu CZEPA prošel odborným vzděláváním. Dovede pomoci a poradit v praktických záležitostech a někdy i takových, které by handicapovaný člověk nechtěl probírat například s rodiči nebo lékařem. Jedním z jeho hlavních úkolů je naslouchat, vyjadřovat podporu či sdílet emoce.

Klienty peer mentoringu mohou být vedle nových vozičkářů krátce po úraze nebo jiném poškození míchy i pacienti, kteří jsou na vozíku delší čas, ale zatím nejsou aktivní a na postižení se neadaptovali.

Kdy začíná a kdy končí práce peer mentora?

Peer mentor začíná pracovat s novým vozičkářem ideálně už v době, kdy mu končí základní rehabilitace v rehabilitačním ústavu a přesouvá se do domácího prostředí. Peer mentor pracuje s klienty v jejich regionu a komunitě. Práce končí v okamžiku, kdy je situace klienta stabilizovaná, klient je aktivní, na cestě k maximální samostatnosti, ve stabilizovaném psychickém stavu, má uspokojivě vyřešeno bydlení a asistenci, pokud je potřebná, a zajištěné dávky a příspěvky.

Peer mentoři nové vozičkáře aktivně vyhledávají na spinálních a spinálně-rehabi-

litačních jednotkách, v Centru Paraple

a ParaCENTRU Fenix. Úzce spolupracují s odborníky (sociálními pracovníky, psychology, spinálními specialistkami), kteří jim poskytují konzultace a v případě potřeby odborné intervence mohou klienty převzít.

JAK PEER MENTOŘI PRACUJÍ S HANDICAPOVANÝMI?

- Podporují vozičkáře v úsilí adaptovat se na postižení, být aktivní.
- Poskytují podporu v rovině emocionální, naslouchání, sdílení zkušeností, emocí a vyrovnávání se s nimi.
- Poskytují praktickou pomoc – instruktáž provádění denních aktivit u handicapovaného doma, instruktáž pro asistující osoby, aby byly schopny pomáhat efektivně a v minimálním nutném rozsahu, instruktáž prevence zdravotních komplikací.
- Pomáhají s výběrem a užíváním kompenzačních pomůcek.
- Radí ohledně bezbariérových úprav domova a pracovního či školního místa.
- Informují handicapovaného a jeho rodinu o dostupné lékařské a rehabilitační péči v regionu.
- Motivují a aktivizují handicapovaného, aby se vrátil ke studiu nebo do zaměstnání. Pomáhají při hledání nové práce či školy.
- Zprostředkovávají důležité kontakty na všechny možné relevantní instituce, specialisty atd.
- Vyznají se v podmínkách zaměstnávání osob s handicapem, mají přehled o zaměstnavatelích v regionu, o aktuálně volných místech. Povzbuzují člověka po úrazu, že může být stále aktivním rodičem a platným i ekonomicky aktivním členem rodiny.
- Pomáhají klientovi vyřešit příspěvek na péči, invalidní důchod a jiné potřebné dávky.
- Poradí, kde získat finanční prostředky na bezbariérové úpravy nebo kompenzační pomůcky.
- Řeší s klientem otázku finanční gramotnosti, aby nedocházelo k zadlužování kvůli ztrátě příjmu a nárůstu nákladů v souvislosti s postižením.
- Povzbuzují klienta, aby zůstal součástí původní komunity, rodiny, okruhu přátel a kolegů atd.
- Zprostředkovávají kontakt s jinými vozičkáři v komunitě, se kterými by si klient mohl rozumět (podobná profese, vzdělání, zkušenosti či záliby).



JAK PRACUJÍ S RODINOU A BLÍZKÝMI

- Pomáhají nejbližším klienta celou situaci přijmout a naučit se efektivně o blízkého pečovat při zachování kvality života pečujícího a chodu celé rodiny, případně zprostředkují kontakt s jinými pečujícími osobami, které již mají delší zkušenosti.
- Ukážou asistenční techniky, pomohou vybrat asistenční pomůcky a nastavit odpovídající míru asistence.
- Předají komplexní informace potřebné ke kompetentní přímé péči i k využití dostupných podpůrných služeb a prostředků, informace o respitních službách a zařízeních v regionu, pomohou tyto služby zajistit.
- Vysvětlí, jak zároveň poskytovat potřebnou péči, ale i simulovat člověka po úrazu k aktivitě a nastavit vše tak, aby nebyly pečující osoby přetíženy.



TĚLO I PSYCHIKA REHABILITACI POTŘEBUJÍ

NÁRODNÉ REHABILITAČNÉ CENTRUM KOVÁČOVÁ

Zatímco pro člověka s bolestmi zad nebo zlomenou nohou je rehabilitace volbou, pro člověka po úrazu páteře je včasná rehabilitace nutností.

Pomáhá pacientům v nepříznivé životní situaci překonat fyzický i psychický hendikep a vrací je do běžného života. Pro pacienty je velkou výhodou, pokud se zdravotnické zařízení na rehabilitaci specializuje, poskytuje komplexní služby a kromě zkušených lékařů, rehabilitačních pracovníků a psychologů má navíc k dispozici i přírodní léčivé zdroje, jakými jsou termální minerální prameny a léčivé bahno, které příznivě působí na pohybový aparát.

ZA LÉČBOU A REHABILITACÍ NA SLOVENSKO

Zdravotnické zařízení využívající i balneologické léčebné metody najdeme v lázeňské obci Kováčová. Národní rehabilitační centrum (NRC) Kováčová se zaměřuje na komplexní léčbu pooperačních a poúrazových stavů pohybového aparátu dospělých. Je jediným zařízením tohoto druhu na Slovensku, protože spojuje samostatnou vysoce specializovanou rehabilitační nemocnici s lázeňskou péčí. Najednou se může postarat až o 200 nemocných, kteří jsou přijímáni k hospitalizaci v trvání od pěti týdnů do tří měsíců. Spektrum diagnóz



a zkušenosti s jejich léčbou jsou velmi široké. Ročně pobyt absolvuje kolem 1 600 pacientů, z toho je asi sto nemocných po čerstvých úrazech páteře s poškozením míchy nebo nervových kořenů, dále pak pacienti po traumatech páteře s porušením míchy, po úrazech lebky a mozku, po operacích páteře a po amputacích.

LÉČBA ŠITÁ NA MÍRU

V čem je NRC Kováčová jedinečné? Využívá komplexní léčebné metody, ale ke každému pacientovi přistupuje individuálně podle rozsahu jeho postižení a potřeb. O klienty se starají kromě specializovaných lékařů také psy-



cholog, logoped, ergoterapeuti a fyzioterapeuti, kterých je téměř padesát. Velká pozornost je věnována také řešení problematiky inkontinence, tedy nácviku intermitentní autokatetrizace a používání inkontinenčních pomůcek. Pacienta a jeho rodinu učí personál polohování na lůžku a postupy nutné pro zachování fyziologických rozsahů pasivního pohybu v kloubech ochrnutých končetin. Základ péče tvoří individuální pohybová léčba, ale i ostatní rehabilitační metody včetně cvičení ve vodě – hydrokinezioterapie. Centrum dokáže pomoci také pacientům se ztrátou končetiny, u nichž se zaměřuje především na nácvik použí-

vání protézy v běžných denních činnostech a zvýšení fyzické zdatnosti.

DO BAZÉNU VODNÍM VÝTAHEM

V rozsáhlém rehabilitačním komplexu pacienti podstupují elektroléčbu, termoterapii, mechanoterapii i vodoléčbu. Mohou navštěvovat plavecký bazén a nadstandardně zařízené fitness. Termální bazény jsou pro potřeby vozíčkářů vybavené vodním výtahem. V rehabilitační léčbě se aplikuje několik v současnosti uznávaných metodik a postupů včetně moderních pomůcek pro přístrojovou pohybovou rehabilitaci, například robotický simulátor chůze. Léčebné metody doplňuje oddělení or-



topedické protetiky, které pacientům zajišťuje individuálně vyhotovené protézy, ortézy a další zdravotní pomůcky.

Z KOVÁČOVÉ JAKO ŘIDIČ

NRC nefunguje pouze jako stanice „první rehabilitační pomoci“. Řada klientů potřebuje opakovanou péči a ti se pak do Kováčové vrací. Pokud to jejich stav dovolí, mohou zde absolvovat autoškolu a získat řidičský průkaz nebo se během rekondičních jízd naučit řídit speciálně upravený automobil. NRC Kováčová se tedy všemi prostředky snaží, aby se jeho pacienti mohli zase pohybovat svobodně a bez bariér.

foto: archiv Kováčová



SPOLEHLIVÁ A DISKRÉTNÍ INTERMITENTNÍ KATETRIZACE ŽEN DÍKY ACTREEN® MINI CATH

Důsledkem některých zdravotních postižení, omezení a chorob je neschopnost se vymočit. Prevencí retence neboli zadržování moči v močovém měchýři je odvádění moči z močových cest pomocí katétru. Při používání jednorázových cévek pro intermitentní katetrizaci se vyprazdňování blíží fyziologickému močení. Nároky na vlastnosti a používání katetrizačních pomůcek se mohou u žen a mužů mírně lišit, proto je výhodou, pokud si žena může zvolit katétr určený přímo pro ni.

PROČ ZVOLIT ACTREEN® MINI CATH

Tento zdravotně a ekologicky nezávadný minikatétr, který neobsahuje PVC, byl vyvinut speciálně pro inter-

mitentní cévkování žen. Actreen® Mini Cath představuje bezpečnou a komfortní katetrizaci, jejíž nácvik je pod odborným dohledem díky inova-



tivním vlastnostem této řady katétru snadnější.

Díky revolučnímu designu a délce pouhých 9 cm se jedná o velmi diskretní pomůcku umožňující díky lubrikaci okamžité a bezpečné použití bez nutnosti zvlhčení vodou. Lubrikační vlastnosti zůstávají zachovány i při velmi nízkých a vysokých teplotách, kterým může být pomůcka vystavena například v zimě či v létě v zaparkovaném autě. Lubrikace cévky je garantována až do jedné hodiny po otevření obalu. Manipulace s mini-

katétrem a jeho zavádění jsou snadné a hygienické, protože nedochází ke kontaktu s toaletou. Cévkva je opatřena krátkým univerzálním konektorem kompatibilním se všemi typy sběrných sáčků na moč. Tvar tohoto konektoru umožňuje snadný úchop.

Technologickou novinkou jsou vysoko umístěné otvory s hladkými okraji na konci katétru, které nedráždí a umožní snadné vyprázdnění močového měchýře. Actreen® Mini Cath se vyrábí ve více velikostech.

DISKRÉTNOST PŘEDEVŠÍM

Ve srovnání s ostatními produkty řady Actreen® je minikatétr ženám i jejich praktickým potřebám a zvyklostem maximálně přizpůsoben. Každý jednorázový katétr je uzavřen v nenápadném obalu, takže do kabelky nebo do kapsy je možné vzít přesně tolik cévek, kolik je potřeba. Navíc každé balení třiceti cévek obsahuje i jedno praktické pouzdro, do něhož



se celodenní zásoba katétrů pohodlně skryje. Rozšířenou verzi produktu je pak Actreen® Mini Set, kde je katétr doplněn o sáček na sběr moči s kapacitou 700 ml. Snadné použití a praktické výhody katétrů řady Actreen® Mini ženám přinášejí svobodu a duševní pohodu.

ACTREEN® HI-LITE CATH A ACTREEN® HI-LITE SET

Klasickou dlouhou verzi cévek jsou pak katétrů Actreen® Hi-Lite Cath a Actreen® Hi-Lite Set pro ženy, muže

i děti. Tyto katétrů mají shodné vlastnosti s řadou Actreen® Mini.

Zdravotnické prostředky Actreen® splňují předpoklady pro bezpečnou intermitentní katetrizaci, mohou je používat všichni uživatelé s různými typy postižení a jsou plně hrazeny pojišťovnami na zdravotnický poukaz vydaný urologem. Lze je získat ve zdravotnických prodejnách Zelená hvězda, které nabízí diskrétní a bezplatné doručení katétrů pacientům až domů (www.zelenahvezda.cz).

OŠETŘUJEME DEKUBITY

REPORTÁŽ ZE SPECIALIZOVANÉ AMBULANCE NA LÉČBU RAN

Dekubity se nezastaví ani před zlatou paralympijskou medailí z Pekingu. To může potvrdit ambasador projektu B. Braun pro život David Drahonínský i specialistka na hojení ran Alena Kyselová, se kterými jsme se sešli v jedné z ambulancí pro léčbu ran B. Braun Plus. Tyto ambulance slouží všem pacientům, kteří potřebují specializovanou péči o rány – ať už radu, jak dekubitům předcházet, nebo jejich ošetření a léčbu. Neváhejte je včas kontaktovat, abyste předešli rozvoji vážných komplikací.

Davide, vítám vás v naší ambulanci. S jakým problémem jste přišel?

DAVID (D): Asi před měsícem jsem si rozškrábal pupínek na zadku. Od té doby jsem tomu nevěnoval žádnou extra pozornost, říkal jsem si, že se to zahojí samo. Jenže pak jsem si všiml, že se to nehojí, že se mi tam udělal i stroupek, který se mi podařilo strhnout. Víím, že když sedím na vozíku od rána do večera, může i z takové banální věci vzniknout dekubit.

Co to vlastně dekubity jsou, proč ohrožují vozíčkáře a proč by je měli řešit?

ALENA (A): Dekubity jsou proleženiny způsobené tlakovým zatížením. U Davida se dá říci, že jsou to tzv. prosezeniny, protože vozíčkáři proseďí na invalidním vozíku poměrně hodně času, a když nemají vhodně vybraný vozík nebo antidekubitní sedačku, mohou tyto dekubity, proleženiny, prosezeniny, snadno vzniknout.

Je tvorbou dekubitů ohrožen každý vozíčkář?

A: Ano, a proto je důležité první známky, že se něco děje, nepodceňovat. Dekubity jsou preventabilní. Tedy je potřeba dodržovat určitá režimová opatření a místa náchylná ke vzniku dekubitů si kontrolovat. Nutná je opatrnost a sebekázeň.

D: Stoprocentně k tomu patří také dodržování hygieny, protože se často jedná o lidi, kteří používají inkontinenční pomůcky. To vzniku dekubitů nahrává. Rizikové jsou však i drobné odřenyiny, když třeba člověk leze z auta nebo do vany. Naštěstí už se to dneska dá léčit, pomůcky jsou dostupné.

Když už se dekubit vytvoří, je možné ho ošetřit tím, co mám doma, nebo je potřeba vždy vyhledat odbornou zdravotnickou pomoc?

A: Určitě je lepší konzultace s odborníkem, proto klientům s poškozením míchy doporučujeme kontaktovat specialisty z ambulance B. Braun Plus, kteří mají zkušenosti s dekubity i přípravky určenými k prevenci a ošetřování chronických ran. Společnost B. Braun má ve svém portfoliu několik takových přípravků, takže jsme schopní klientům s dekubity pomoci.

Kde přípravky B. Braun k ošetřování ran seženou? A důležitá je i otázka financí. Proplácí je pojišťovna?

A: Přípravky Prontosan® a Askina® jsou k dostání v lékárnách a v prodejnách zdravotnických potřeb Zelená hvězda. Pokud má klient chronickou

nehojící se ránu, může je lékař předepsat a po schválení revizním lékařem je zdravotní pojišťovna plně uhradí.

Co byste v několika bodech poradila těm, kteří ještě nevědí, jak se dekubitů vyvarovat?

A: Důležitá je prevence, takže kontrolovat si všechna inkriminovaná místa náchylná ke vzniku dekubitů, ať už pomocí zrcátka, nebo druhé osoby. Dále je nutné pokožku chránit a používat přípravky, které ji zvláční a ochrání před močí a stolicí. A samozřejmě i malý defekt včas ošetřit, domluvit si konzultaci u specialisty a být v kontaktu s ambulancí pro hojení ran.

Který produkt můžete doporučit pro prevenci a jak působí?

A: Takovým přípravkem je Linovera spray, vhodný zejména u inkontinentních klientů. Na pokožce vytváří ochranný film a brání ji před působením moči a stolice. V naší ambulanci doporučujeme klientům, kteří sedí na vozíku nebo nejsou mobilní a leží v posteli, aby si místa nejvíce náchylná ke vzniku dekubitů pravidelně dvakrát až třikrát denně promazali Linoverou.

A co režimová opatření?

A: Odlehčovat, nevysedávat dlouho na vozíku, pravidelně po dvou hodinách na chvíli hýždím odlehčit ležením na boku nebo zaujmout odlehčovací polohu. Co se týká vody, s otevřenou ranou by klient neměl relaxovat ve vaně, využívat bazén nebo



Mgr. DAVID DRAHONÍNSKÝ je tělesně handicapovaný sportovec, paralukostřelec, který patří ke světové špičce. Na vozíku skončil v roce 1999, kdy v důsledku náměsíčnosti spadl z balkonu ve třetím patře. Navzdory kvadruplegii vystudoval mezinárodní vztahy na Metropolitní univerzitě v Praze a stal se jedním z nejúspěšnějších českých paralympioniků. Z řady jeho úspěchů připomeňme jeho zlatou medaili z paralympiády v Pekingu a stříbro z Londýna a Rio de Janeiro, vytvořil i několik světových rekordů. Je ambasadorem projektu B. Braun pro život. O svém životě a sportovní kariéře píše na webových stránkách www.daviddrahoninsky.cz.

Bc. ALENA KYSELOVÁ je ve společnosti B. Braun Medical specialistkou na hojení ran a domácí péči. Zkušenosti sbírala především v Centru Paraple, kde se věnovala lidem na vozíku po poškození míchy. Problematiku hojení a prevenci dekubitů byla zvyklá řešit s klienty každodenně. Po devatenácti letech, v roce 2016, nastoupila do společnosti B. Braun. Jejím úkolem je rozvoj v oblasti hojení ran v ambulancím a mimonemocničním segmentu. Pracuje také v chirurgických ambulancích B. Braun Plus, které klientům poskytují komplexní péči o chronické rány, včetně edukace a preskripce materiálu potřebného ke zhojení rány.

saunu. Pro defekt je nejlepší sprcha, nastavit vhodnou teplotu a přijatelný tlak vody a krytí i ránu sprchovat. Proud vody určitě ráně neuškodí, ale stojatá voda ano. Oblečení také hraje velkou roli. Například džíny mají poměrně široké švy a při sezení na vozíku tak vzniká daleko větší tlakové

zátížení a riziko vzniku dekubitů. Proto mají vozičkáři speciální na míru šité prádlo a oblečení tak, aby vzniku dekubitů předešli.

Která místa jsou u vozičkářů nejproblematičtější?

A: Záleží na poloze, ve které se kli-

ent nejčastěji nachází. Pokud vozičkář sedí, jsou nejvíce exponované hrboly sedacích kostí, ale mohou to být lopaty kyčelní, protože když je vozík menší a vozičkář větší, může dojít k otlakům kyčelních kostí. U ležících pacientů to mohou být lopatky. Pokud klient leží na boku

AMBULANCE
B. BRAUN
JSOU TU PRO VÁS



KONTAKTUJTE JE,
OBRAŤTE SE NA NĚ

B. BRAUN PRONTOSAN®
PRO OŠETŘENÍ MENŠÍCH
RAN I ROZSÁHLÝCH
PROLEŽENIN



Výrobky pro moderní metodu vlhkého hojení ran řady B. Braun Prontosan® existují ve formě roztoku a gelu. Jsou určeny k čištění kožních ran a popálenin, které zvlhčují, zbavují nečistot a chorboplovných zárodků. Zabraňují vzniku infekce a zkracují dobu hojení.

B. BRAUN LINOVERA®
PREVENCE JE ZÁKLAD



Sprej B. Braun Linovera® pečuje o citlivou a choulostivou pokožku. Zvyšuje její odolnost a chrání ji na ohrožených nebo zranitelných místech. Nanáší se 2–3krát denně šetrným vmasírováním do kůže. B. Braun Linovera® podporuje prokrvení kůže a pomáhá obnově kožních buněk.

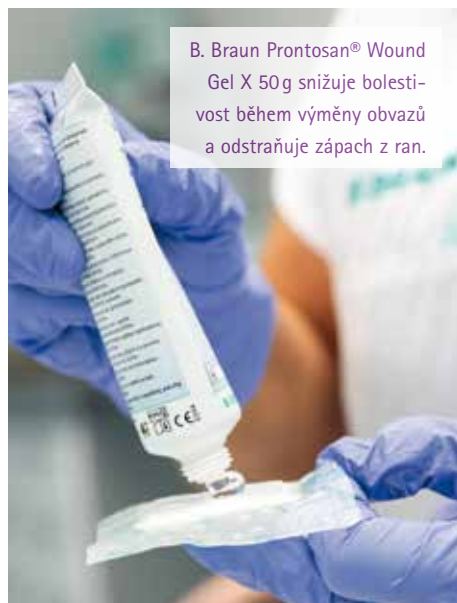


Pěnové krytí s vrstvou suchého hydrogelu a adhezivním okrajem B. Braun Askina® DresSil Border

a není v pravidelných dvouhodinových intervalech polohován, může dojít k dekubitům v oblasti ušní nebo oční.

Když dekubit vznikne, jak ho správně ošetřit?

A: Ránu je potřeba očistit a odstranit z ní biofilm, což si lze představit jako bariéru pro látky, které by ji měly léčit. V ordinaci B. Braun Plus používáme k mechanickému očištění rány polštářek Prontosan Debridement Pad, který provlhčíme roztokem Prontosan. Přímo do rány pak aplikujeme Prontosan Wound Gel X s dezinfekčními a hojivými účinky. Gel ani roztok Prontosan neštípe a je hypoalergenní, takže se klient nemusí bát bolesti ani alergie. Ránu ještě překryjeme pěnovým krytím Askina DresSil Border, které ochrání ránu před znečištěním.



B. Braun Prontosan® Wound Gel X 50g snižuje bolestivost během výměny obvazů a odstraňuje zápach z ran.



„Základ je být dobře vybaven a zasáhnout včas,” říká Alena Kyselová, která své pacienty ošetřuje v chirurgické ambulanci B. Braun Plus Budějovická v Praze.

Co se stane, když někdo problém s dekubity nebude řešit?

A: Může to bohužel skončit fatálně. Nejčastěji se dělá chyba v tom, že se klient s dekubitem neobrátil na odborníka a léčí se dlouho v domácím prostředí. Defekt se pak zhoršuje až do septického stavu. Vzhledem k tomu, že dekubitus často není jedinou komplikací, všechno se to sečte a vozíčkáře to může stát život.

Dá se říci, že pro klienta, který se obává, že má dekubitus, je to jednoduché? Objedná se, v této fázi ho odborná ambulance B. Braun Plus rychle přijme, setká se se specialistou, ten ránu vyčistí, ošetří, klienta poučí a na kontrolu přijde za čtrnáct dní?

A: Záleží na stavu rány, některé defekty vyžadují častější návštěvy. U Davida jsem vyhodnotila, že ošetření bude dostačující. David je matadorem a za dvacet let už jsme sehnali, takže si můžu dovolit ho pozvat na kontrolu za čtrnáct dní.

Mohou ambulanci pro léčbu ran B. Braun Plus navštívit pojištěnci všech zdravotních pojišťoven?

A: Pokud má klient nehojící se ránu, může se na ambulanci B. Braun Plus kdykoliv obrátit. V případě, že nebudeme schopni požadavek klienta vyřešit, doporučíme ho do spolupracující ambulance.

Magda Volná



SÍŤ PRODEJEN
A VÝDEJEN
ZDRAVOTNICKÝCH
PROSTŘEDKŮ

ZELENÁ HVĚZDA

RYCHLÝ A SPOLEHLIVÝ DODAVATEL
MOČOVÝCH KATÉTRŮ A PŘÍSLUŠENSTVÍ

Variabilní močové katétrů a příslušenství na jednom místě

Odborné poradenství a individuální přístup

Diskrétní a bezplatné dodání močových katétrů
pacientům domů do 48 hodin od objednání

Kontakty a seznam prodejen naleznete na

www.zelenahvezda.cz

Trápí vás proleženiny?

Prevence proleženin je nejen možná, ale nutná. Ohrožená místa je potřeba neustále kontrolovat, masírovat a pro zlepšení prokrvení pravidelně používat anti-dekubitní podložku. Nezapomínejme také pokožce poskytovat kvalitní pravidelnou hygienickou péči, díky níž je kůže chráněna před podrážděním či zánětem. Podstatou prevence je tedy svědomitá péče pacientů a stejně tak i odborníků.

Profesionálové z našich chirurgických ambulancí poskytují pacientům komplexní diagnostiku a terapeutickou péči v akutních i chronických případech.

„Rychlým pomocníkem v boji s dekubity je například roztok Prontosan® a k samotným převazům doporučuji sáhnout po výrobcích řady Askina®,“ komentuje specialista na hojení ran Bc. Alena Kyselová. Všechny potřebný zdravotnický materiál bez potíží seženete v největší síti prodejen se zdravotnickými prostředky Zelená hvězda.

PROFESIONÁLNÍ PŘÍSTUP A KRÁTKÉ ČEKACÍ LHŮTY

Síť odborných ambulancí B. Braun poskytuje svým pacientům krátké čekací

lhůty, špičkovou zdravotnickou péči z rukou profesionálů, zajištění informací o nevhodnější léčbě a postupech. Nabízí pomoc s předoperačním vyšetřením a mnohé další.

Specializovaná síť ambulancí B. Braun pokrývá celou Českou republiku. „Současná epidemiologická situace nás navíc naučila využívat nové formy komunikace s klienty. Jsme připraveni poskytovat distanční poradenství prostřednictvím telefonu nebo skrze další on-line platformy a naši pacienti to vítají,“ přibližuje benefity B. Braun Plus projektová manažerka pro ambulantní péči Lucie Kožnerová.

**HOJENÍ RAN
AMBULANCE B. BRAUN**

Praha
Antala Staška 1670/80
Praha – Budějovická
ordinuje v pondělí 8–12 a 12.30–16 h
v úterý 8–11.30 a 12.30–15 h
ve středu a čtvrtek 8–12 a 12.30–15 h
a v pátek 8–12 a 12.30–13.30 h

Hradec Králové
Bratří Štefanů 895, Hradec Králové
tel. +420 495 408 057
ordinuje od pondělí do čtvrtka vždy od 15 do 18 h

Olomouc
Pražská 255/41, Olomouc
v areálu NC Olomouc CITY
tel. +420 778 544 066
ordinuje Po–Pá dopoledne na objednání,
dále pondělí 16–20 h MUDr. Xinopulos,
úterý–čtvrtek 16–20 h na objednání

Brno
Klinika Campus, 3. patro
Kamenice 811/32, Brno-Bohunice
tel. +420 778 717 575
ordinuje na objednání v úterý 13–17 h

České Budějovice
Poliklinika JIH
Matice Školské 1786/16
České Budějovice
tel. +420 775 864 281
ordinuje ve čtvrtek 15.30–19.30 h

Cévkujete se?

A HLEDÁTE KVALITNÍ
LÉKAŘSKOU PÉČI?

Téměř pro každého, kdo si při těžkém úrazu poranil míchu a skončil na vozíku, jsou pravidelné návštěvy urologa základní podmínkou prevence vážnějších komplikací. Urologické ambulance B. Braun vám tuto profesionální péči poskytnou.

Můžete se k nám objednat jak v případě akutních potíží (bolestivé močení, pálení či řezání při močení, častější močení, bolesti v oblasti ledvin apod.), tak i v přípa-

Pokud patříte mezi urologické pacienty, kteří jsou po onemocnění močových cest nebo po vážném úrazu míchy nuceni používat k vyprazdňování močového měchýře cévku, máme pro vás dobrou zprávu. Stále rozšiřujeme síť našich urologických ambulančí a vítáme nové pacienty s akutními i chronickými urologickými problémy.

dě chronických obtíží (pravidelné kontroly pro pacienty s chronickým onemocněním prostaty, ledvin, močového měchýře, s únikem moči, poruchami erekce apod.). Součástí ambulančí jsou specializované urodynamické poradny věnující se problematice intermitentní katetrizace.

JAK SE K NÁM OBJEDNAT?

Pro návštěvu naší urologické ambulance

nepotřebujete doporučení svého praktického lékaře, objednat se můžete ihned.

Vyšetření jsou plně hrazena všemi tuzemskými pojišťovnami. Protože víme, jak je důležité pečovat o své zdraví, neodkládat žádná vyšetření a vše řešit včas, nabízíme našim pacientům krátké objednací lhůty, profesionální, vstřícný a vyškolený zdravotnický personál a klidné prostředí moderně zařízených odborných ambulančí B. Braun.

**UROLOGICKÉ
AMBULANCE B. BRAUN**

Plzeň
Sokolovská 1116/77, Plzeň
tel. +420-377 532 119
pondělí 8–14, 16–19 (obj.)
středa 10–17
čtvrtek 7–12 (obj.), 16–19 (obj.)

Praha
Pavilon B. Braun Dialog
Budínova 2464/2b
Praha-Bulovka

Olomouc
Pražská 255/41, Olomouc
tel. +420-778 544 067
pondělí 8–12, 13–17, úterý 10–13,
středa a čtvrtek 9–15, 16–18 (obj.)
pátek 12–14

Tábor
Herlošova 2925, Tábor
tel. +420-381 254 386
pondělí–čtvrtek 7–12, 13–15.30
pátek 7–14

Brno
Klinika Campus, Kamenice 811/32, Brno
tel. +420-771 121 765
pondělí, středa a čtvrtek 8–15

Od 1. ledna 2019 vešla v platnost novela Zákona o veřejném zdravotním pojištění, která upravuje výši finančních limitů na zdravotnické prostředky a zároveň je umožňuje kombinovat. Od začátku prosince 2019 dochází k několika zásadním změnám v úhradovém systému zdravotnických prostředků hrazených na poukaz. Přinášíme přehled těch, které se týkají katétrů, urinálních sběrných sáčků a proplachových systémů.

ÚHRADY ZDRAVOTNÍCH POMŮCEK PRO VYPRAZDŇOVÁNÍ – KATÉTRY PRO INTERMITENTNÍ KATETRIZACI

- Maximální limit u všech druhů katétrů pro intermitentní katetrizaci 210 kusů/měsíc.
- Nepodléhá schválení revizního lékaře.
- Lze předepsat pouze na tři měsíce.

SEDM KATÉTRŮ NA DEN

ZMĚNY V PŘEDEPISOVÁNÍ ZDRAVOTNICKÝCH PROSTŘEDKŮ V ČR

S novou změnou novely zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, máte nyní nárok na sedm katétru na den! Stačí, když v případě potřeby požádáte o jejich předepsání svého ošetřujícího lékaře.

ÚHRADY ZDRAVOTNICKÝCH POMŮCEK PRO SBĚR MOČI – URINÁLNÍ SBĚRNÉ SÁČKY

- Limit 15 kusů/měsíc.
- Pacienti s nefrostomií 20 kusů/měsíc.

ÚHRADY ZDRAVOTNICKÝCH POMŮCEK PRO PROPLACHOVÉ SYSTÉMY

- Limit 15 kusů/měsíc (50% doplatek).
- Není třeba schválení revizním lékařem.

JAK ZÍSKAT ÚHRADU?

Je to velmi jednoduché, není se čeho bát. Stačí, když pacienti navštíví určitého specialistu, který může některou z pomůcek předepsat:

- Katétrů mohou diagnostikovat ve všech ordinacích, které stanovuje zákon. Mezi ně patří ordinace nefrologická a urologická.
- Urinální sběrné sáčky mohou diagnostikovat ve všech ordinacích, které stanovuje zákon. Mezi ně patří ordinace gerontologická, gynekologická, chirurgická, nefrologická, neurologická, pediatrická, urologická a internista a praktický lékař.
- Proplachové systémy mohou diagnostikovat ve všech ordinacích, které stanovuje zákon. Mezi ně patří ordinace nefrologická a urologická.



ANTIBAKTERIÁLNÍ BARIÉRA PRO VAŠE ÚSTA, NOS I POKOŽKU



Zamýšleli jste se někdy nad tím, jaké bakterie osidlují naše ústa a nos? Pokud je člověk zdravý, ani jej to pravděpodobně nenapadne. Dojde-li ale k potížím, začneme zjišťovat, co se to s námi děje. Nejste si jisti, proč a jak si „dezinfikovat“ dutinu ústní, krk, nosohltan anebo pokožku celého těla? Pak čtěte dál.

Přirozená slizniční imunita je klíčová v boji s mnoha mikrobiálními záněty v dutině ústní, krku i nosohltanu. S většinou stálých mikrobů žijeme bez větších potíží, pokud ale máme oslabenou imunitu nebo jsme nemocní, mohou nám způsobit nečekané komplikace. Pokud se právě vy cítíte oslabení a chcete se preventivně

ochránit před multirezistentními organismy, na které nezabírají ani antibiotika, nebo vás čeká návštěva nemocnice a s ní spojený zákrok, je na čase zavolat na pomoc šikovné pomocníky – ústní vodu **ProntOral®**, nosní gel **Prontoderm® Nasal gel** nebo roztok **Prontoderm® Solution** k očištění pokožky.

Význam ústní vody **ProntOral®** nespočívá pouze v osvěžení dechu, i když umí i to. Její hlavní funkcí je zbavit ústa a hrdlo mikroorganismů, kterých je v dutině ústní mnoho a jejichž společenství je velmi pestré. **ProntOral®** obsahuje účinné antiseptikum polyhexanid a dokáže si tak poradit i s velmi odolnými bakteriemi, jako je například zlatý stafylokok. Přesto je tato ústní voda zároveň velmi šetrná k pokožce. Hodí se proto i pro osoby s citlivou a problematickou ústní sliznicí a dokonce i pro pacienty, kteří mají sliz-



nice poškozené například ozařováním nebo chemoterapií. Pravidelným kloktáním ústní vody ProntOral® můžete množství bakterií ve svých ústech a hrdle významně snížit a vytvořit v dutině ústní a nosohltanu antibakteriální bariéru.

ProntOral® lze navíc užívat i v rámci prevence tvorby plaků, zubního kazu, parodontózy nebo zánětu dásní. Výplach se provádí jednou denně kloktáním po dobu 30 vteřin s použitím cca 10 ml neředěného roztoku. Ten se nepolyká a neprovádí se následným oplachem vodou.

Po důkladnou dezinfekci nosní dutiny doporučujeme Prontoderm® Nasal Gel. Obsahuje v sobě stejně účinnou látku jako ProntOral®. Gel na vodní bázi pro bezbolestnou aplikaci by se měl užívat ideálně třikrát denně, a to po dobu tří až pěti dní, pokud lékař neurčí jinak. Stačí nanést trochu gelu do důkladně vyčištěných nosních dírek a nechat působit 2–5 minut. Roztok Prontoderm® Solution využijete zejména ve chvíli, kdy se chystáte podstoupit lokální chirurgický zákrok, vy nebo váš blízký pobýváte v ústavech sociální péče nebo jste

v domácím ošetřování. I Prontoderm® Solution vytvoří na vaší pokožce antimikrobiální bariéru a brání opětovnému výskytu multirezistentních organismů.

KDE TYTO PŘÍPRAVKY ZAKOUPÍTE?

Přestože jsou oba výrobky na trhu poměrně dlouho, byly zatím dostupné převážně pro profesionály pracující ve zdravotnictví. Nyní je ale již můžete zakoupit prostřednictvím Zelených hvězd nebo také on-line na e-shopu inkopsor.cz, kde najdete i další výrobky společnosti B. Braun.



Vybrané produkty B. Braun jsou k dostání na partnerském e-shopu Inkospor.cz.



VRÁTÍME ZDENKA DO ŽIVOTA PLNÍME SEN POHYBEM

Léto je tu, tak se zvedněme ze židlí a společně pomáhejme! To si řekli zaměstnanci Skupiny B. Braun, kteří se v rámci výzvy projektu Plníme sen pohybem rozhodli spojit své síly, aby vysportovali pro 32letého Zdenka, nadšeného sportovce a milovníka života, handbike.

Zdenka srazil na kolena úraz na snowboardu, jehož výsledkem byly dva zlomené obratle a poškozená mícha. Skončil natrvalo na vozíku, prakticky bez vyhlídky na zlepšení. Přestože se Zdenek s novou životní situací dokázal vyrovnat, velmi mu chybí sport. Touží po handbiku, aby mohl být zase aktivní. Kamarádi ho ale nenechali padnout a pomáhají, jak se dá. Do další výzvy Plníme sen pohybem Zdenka přihlásil jeden

z jeho přátel a mimo jiné zaměstnanec Skupiny B. Braun Tomáš Pernik, technik divize Aesculap.

CHCETE O ZDENKOVI VĚDĚT VÍCE? PŘEČTĚTE SI JEHO PŘÍBĚH

Dvaatřicetiletý Zdenek Obadal pracoval jako tesař. Mezi jeho koníčky patřilo asi vše, co se sportu týká. Na škole začal s atletikou a olympijským šplhem. Postupem času se dostal ke kitingu, při němž se mu stal



v lednu roku 2013 první vážnější úraz. Při pádu si natřikrát zlomil pánev. Následovalo půl roku léčení a rehabilitace. V posledních letech už mu nezbývalo tolik času, ale věnoval se lyžování, snowboardingu, jezdil na ferraty, hrál florbal a fotbal. Má rád i kolo a výlety s tím spojené.

Je to již rok, kdy si ve Slovinsku při pádu na snowboardu zlomil dva obratle a poškodil si míchu. Bohužel přestal cítit polovinu těla. Po léčbě ve Fakultní nemocnici Brno začal rehabilitovat v Hrabyni a pracuje na tom, aby se co nejvíce zlepšil. Všeobecně je mu nejlépe venku, ale

moc mu chybí sport. V současnosti žije sám. Rodiče bydlí až na severní Moravě a jeho přítelkyně bohužel nezvládla nastalou situaci.

ZDENKA DO VÝZVY NOMINOVAL TOMÁŠ PERNÍK

Zdenek je Tomášův dlouholetý kamarád. Na pro něj osudovém zájezdu ve Slovinsku byl taky. Hned po úraze se všichni účastníci zájezdu složili a pomohli Zdenkovi finančně, aby mohl co nejvíce využít možností rehabilitačního střediska v Hrabyni, kde strávil první týdny po propuštění z nemocnice. Společně se Zdenkovým zaměstnavatelem se jim podařilo vybrat krásnou částku, která ovšem nestačila ani na všechny rehabilitační aktivity, které si v Hrabyni platil nad rámec standardních služeb. Dalším krokem, který se jim podařil ve spolupráci se starostou města Ivančice Milanem Bučkem, jenž se zájezdu také účastnil, bylo zajištění bezbariérového bydlení v penzionu Ivančice. Penzion je bohužel situovaný na jednom z nejvyšších míst Ivančic, proto by se Zdenkovi handbike hodil nejen ke sportu. I běžný pohyb by byl pro něj mnohem komfortnější než na invalidním vozíku.

Zdenek se o sebe stará sám a i po tom všem je to pořád veselý člověk. Má velký obdiv všech lidí okolo a kamarádi se snaží mu zpříjemnit život, jak jen to jde. Vozí ho na společné akce, aby si nepřipadal odstrčený a nepropadl negativnímu myšlení. „Jezdíme

hodně na kole a handbike by byl další možností zapojit ho znovu mezi nás, mezi lidi, na které byl zvyklý a kteří mu byli blízcí,“ říká Zdenkův blízký kamarád Tomáš Perník ze společnosti B. Braun, divize Aesculap.

Bezbariérové bydlení Zdenkovi moc pomohlo, ale v penzionu žijí převážně senioři a pro mladého muže není úplně jednoduché trávit většinu života mezi staršími lidmi. Je vděčný, ale

touží se ještě víc osamostatnit a mít možnost někam vyrazit. Přímo v Ivančicích i v okolí města je spousta cyklostezek a obklopuje je krásná příroda. Zdenkovým snem je mít možnost to vše využít.

„Velice děkuji vedení, že podpořilo zařazení Zdenkova příběhu do výzvy Plníme sen pohybem, a již nyní děkuji všem kolegům, kteří Zdenkovi pomůžou,“ doplňuje Tomáš.



povídka



MAREK ŠINDELKA (1984) debutoval básnickou sbírkou *Strychnin a jiné básně* (2005), jež byla oceněna Cenou Jiřího Ortena za rok 2006. Je autorem románu *Chyba* (2008), který spolu s V. Maškem, M. Lipavským a Pure Beauty převedl do stejnojmenné komiksové podoby (2011). V roce 2014 vydal soubor povídek *Mapa Anny*. Marek Šindelka je dvojnásobným držitelem ceny Magnesia Litera za prózu. V roce 2012 ji získal za sbírku povídek *Zůstaňte s námi* (2011) a v roce 2017 za román *Únava materiálu* (2016). V letošním roce publikoval komiks *Svatá Barbora* (s V. Maškem a M. Pokorným). Vystudoval kulturologii na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy a scenáristiku a dramaturgii na FAMU. Marek Šindelka patří k nejprekládanějším českým prozaikům současnosti. Žije v Praze.

ŠTAFETA

Povídka s názvem Štafeta pochází ze souboru Mapa Anny, který autor v jednom rozhovoru komentoval mimo jiné těmito slovy: „Potkáváme tolik lidí, komunikujeme s nimi tolika způsoby a nic z toho nemusíme brát vážně. Svou realitu si můžeme stavět jak z lega. Zároveň jsme ve vši té svobodě paradoxně strašně náchylní přebírat cizí životní strategie.“

Do vlaku přistoupila dívka. Vlastně už to dívka nebyla, protože jí bylo kolem třiceti. Ale něco v jejím chování, v jejím vzhledu způsobilo, že navzdory svému tělu zůstala holkou. Kolem očí měla drobné vrásky, ne od stáří, ale od smíchu. Smála se určitě ráda a hodně – vůbec na ní bylo něco trochu hysterického. V každém sebemenším gestu dřímala jakási nevybíravost, netrpělivost, hrubost. Všechno to bylo podminované. Každý její pohyb mohl okamžitě vybuchnout. Z neznámých důvodů jsem ji nedokázal vystát od první chvíle, co se objevila.

Vešla do kupé, a přestože všude kolem byla volná sedadla, ukázala rukou na kabelku na sedadle a požádala starší ženu u okýnka, aby jí místo vedle sebe uvolnila. Stála uprostřed vlaku a se zvláštní nervozitou, ve které bylo cosi agresivního, ukazovala na sedadlo a dožadovala se nejměšnějšího ze všech práv – práva cestujícího v dopravním prostředku. K čemu to všechno bylo? Jistě je, že žádost na sebe okamžitě strhla pozornost. Náhle mezi nás – jediné tři cestující – vpadlo téměř hmatatelné dusno. V té žádosti nebylo nic vědomého.

Byl to jistě jen jakýsi zvyk, něco, co se v holce uchytilo už v dětství, strategie, která v ní rostla a utvrzovala se každým dalším činem – podivný živočišný způsob, jak na sebe okamžitě upozornit. Egoistická alchymie, s níž byla zvyklá za každou cenu získat pozornost v jakémkoliv prostředí.

Dotázaná žena uvolnila místo a s lehce zdviženým obočím přemístila svou kabelku na sedadlo naproti sobě. Okamžitě jsem pocítil, jak se mlčky a zcela samovolně s ženou proti suverénní holce spolčuju. Pozoroval jsem, jak si holka svléká kabát, jak si sedá, jak přehazuje nohu přes nohu, jak divným nervózním švihem odhazuje ofinu z čela, jak skládá ruce v klíně. Všechno to křičelo po pozornosti. Ofina, noha, ruce – a když se vůbec nehýbala, křičela po pozornosti nehybnost. Tajně jsem ji pozoroval: seděla. Ještě v životě jsem nezažil, že by mě rozčílilo něco tak obyčejného, jako bylo sezení té dívky. Něco v jejím obličejí, v držení těla mě dovádělo skoro k zuřivosti. Věděl jsem, že by stačilo jediné slovo, stačilo by, aby na mne promluvila, a nebyl jsem si vůbec jistý, jestli bych se byl schopen ovládnout. Vyzývavost, která z ní sa-



lala, zaplnila celý vagón, byl to divný závan vzdoru, jakási ochota ke konfliktu. Holce se třásly prsty. Ruka jí občas vyjela od těla jako na nějaké kolejnici: aby vyhodila kapesníček, aby vypnula topení. Vytáhla časopis a roztržitě v něm začala listovat.

S překvapením jsem si uvědomil, že mám hroznou chuť se s tou holkou vyspat, a okamžitě jsem se vzrušil. A za to vzrušení jsem na sebe dostal vztek. Bylo to něco tak náhlého, že jsem chvíli vůbec nevěděl, co si počít. Zastyděl jsem se a v tom se ke mně holka naklonila.

„Chcete ten časopis?“ řekla a já jsem na ni zíral jako zkořmenělý. Viděl jsem její rysy, jakýsi silný slovanský akord ve tváři a vlastně v celém těle. Cop, který se jí točil kolem krku, padal na ramena a na levé ňadro.

„Já už ho číst nebudu, tak jestli chcete, vemte si ho,“ řekla a podávala mi časopis. Krev se mi proti mé vůli nahrnula do tváře. Nevěděl jsem, kam s očima. Uprostřed hrudi holce plá-

polalo slunce jménem solar plexus: kostěný terč, kolem kterého zářily paprsky jednotlivých žeber, na tom všem prsa s lemem černé krajky, jasně viditelné v hlubokém výstřihu.

V samém zmatku jsem něco zamumlal, poděkoval a časopis si vzal. Holka mi dál nevěnovala pozornost, vytáhla telefon a něco na něm začala rychle ťukat. A já jsem seděl s jejím časopisem v ruce jak spráskaný pes. Z neznámého důvodu jsem tušil, že tím, že jsem dostal časopis, jsem zároveň něco podstatného ztratil. Pohlédl jsem na ženu u okýnka, ta ale předstírala, že se věnuje krajině za sklem. Jistě: ta holka mi něco vzala. Vzala mi můj vztek. Nebo aspoň uzavřela neviditelný kanál, kterým jsem jej k ní mohl úkosem směřovat. Teď, když jsem dostal časopis – mimochodem časopis, který si sám rád občas kupuju –, musel bych být úplný idiot, abych dále, přestože naprosto soukromě, dívku nesnášel. Kontinenty ve vlaku se proti mé vůli daly do pohybu, tajně spiknu-

tí se ženou u okýnka prodělalo vážnou trhlinu. Cítil jsem, že se přesouvám kamsi blíž k holce. Tam jsem ale vůbec být nechtěl. Tam pod třicetiletou kůží plápolal solar plexus a na něm jako dva kopečky rozvařené rýže výzývavě ležela její bílá prsa.

To už ale v kupé přibyli další lidé. Rodina s dítětem. Všichni strašně dýchali. „Málem mě trefil šlak,“ řekl otec a otřel si zpoceně čelo. Vlak zaskřípěl a dal se do pohybu.

„Co je to šlak?“ zeptalo se dítě.

„Šlak, to je takovej lesní živočich,“ řekla dívka s úsměvem, aniž by spustila oči z displeje. Úsměv byl tak nezmatelný, že snad ani nebyl. Všichni k ní okamžitě vzhledli. Dítě vykulilo oči a zamyšleně pokývalo hlavou.

A jeli jsme.

Za sklem pole, řeka, les. V kupé ofina, noha, ruce – a teď tedy šlak. Rodiče chvíli zaražené zírali na kývající se nohu holky, ta už dávno nevnímala nic kromě svého telefonu. Dítě zíralo z okna, v hlavě se mu nejspíš proháněl šlak, a rodiče náhle jaksi ochabli neměli dost síly, aby jej odtud vyhnali. Rozpačité mlčení. Holka pokyvovala nohou. To pokyvování začalo nejdřív viditelně rozčilovat matku, ale brzy ji to přešlo a rozčilení se jako nějaká infekce přesunulo na otce.

Náhle bylo vidět, že už zdaleka nejsou podminované jen pohyby holky, ale pohyby všech ostatních v kupé. Otec pro něco sahal a v tom gestu najednou bylo něco agresivního. Sahal pro něco jakoby natruc. Jak jsem tak otce pozoroval, náhle mě polil stude-

ný pot, protože to bylo jako dívat se do zrcadla. Jako bych viděl sám sebe o několik desítek minut dřív, kdy jsem ještě holku svobodně nenáviděl, což už jsem teď nemohl. Otec se mi okamžitě vzpřičil v krku. Představa, že jsem mohl ještě před chvílí dělat takové pohyby, že jsem mohl tak strašně viditelně ztratit otěže povrchu svého těla, mě naplnila silným odporem ke všemu, co otec prováděl: teď dokonce začal slabě klepat prsty na stoleček u okna. Brzy přestal, ale po chvíli, jako by si na něco vzpomněl, uvedl prsty opět do pohybu a v tom bubnování bylo něco idiotsky nenávislného.

Vtom holka odložila telefon a vytáhla balíček nějakého želé. Želatinyových hadů. Jedla jednoho po druhém. Otec tajně zíral na to žvýkání a děly se v něm věci. Úplně se rozrůznil. Pozoroval jsem otce úkosem, pozoroval jsem to tajemné šmíráctví a ten vztek, který jsem dobře znal a který se u otce projevoval kolem úst, slabými mikroskopickými záškuby tkáně kolem rtů. Nikdo jiný si ničeho nevšiml, dítě dokonce začalo zpívat nějakou písničku. Ale holka se někudy tajně vplížila i do té písničky: pes tam skákal přes oves, jenže v tom ovsu seděl šlak a šibalsky pomrkával přes klasy.

A pak se stalo to, co už jsem podvědomě čekal, ale přesto mi to vyrazilo dech. Holka se naklonila k otci a bezelstně řekla:

„Nedáte si?“ a napřáhla k němu ruku se sáčkem želé. Ne k dítěti, ne k matce – k otci. Tomu se do tváře nahrnula krev, sklopil pohled. Bylo to

až příliš jasné, před ním ten strašný solar a kousek krajky a cop, co leží na levém nadru. A on místo toho, aby něco řekl, si vzal želé a snědl je. Vsunul je do úst, sežvýkal a snědl. Bylo to strašné. Žvýkal a rudnul. Byl v pasti. Najednou honem nevěděl, kam se dívat. Před ním třicetiletý hrudník, na něm dvě prsa a všechna předešlá agresivita se mu přímo pod rukama měnila ve vášeň strašným erotickým samospádem, který nedokázal kontrolovat. Okamžitě pohlédl z okna a ze všech sil předstíral, že se dívá na krajinu za sklem.

Ale to už skřípot, s kterým se ve vlaku přesouvaly kontinenty, zaslechla matka. Pohlédla na otce, který byl duchem nepřítomný, jen občas malinko přežvýkl zbytek pamlsku a ve vlnách, s kterými tepalo jeho srdce, se mu po tváři šířil ruměnc. Pohlédla na holku, která už zase tůkala do telefonu a nevěnovala ničemu pozornost. Přes matku přešel jakýsi stín, slabé zhoupnutí půdy při seismickém otřesu, který se sotva vejde do RichtEROVY škály. Který tak maximálně cinkne sklenicemi v kredenci, ale přesto si všichni najednou – lžice na půl cesty k ústům, z talířů se kouří, zvířata v lesích zvedla hlavu, ptáci ztichli na stromech – vzpomenu, že někde hluboko, tam dole v temnotě, pod všemi vrstvami a ložisky, leží jádro a žhne miliardou stupňů Celsia. Matka chvilku nepřítomně hleděla na jádro uprostřed hrudi dívky a polévala ji horkost. Byl by toho schopný? Má na to právo? Vždyť vedle něj sedí

dítě... Ale seismický otřes je pryč, lžice stoupají k ústům a za oknem opět vybuchne na vteřinu strachem zmrzlý svět. Jede se dál, za sklem se vlní krajina a ten nepatrný stín se zvedne z matčiny tváře, smrští se pohybem medúzy a odpluje pryč. Ale přesto, až pak večer bude uklízet nádobí do polic, zjistí, že jedna ze sklenic v kredenci – ta úplně vzadu, ta, co ji nikdy nepoužívají – je prasklá. A navždy už zůstane. Tam někde se usídlil stesk. A odtud se občas v nestřežených chvílích, v těch večerech, kdy odněkud zdaleka doléhá štěkot psů a ze zahrady dětské hlasy, v lese se stmívá a po modrém nebi rychle plují divné cáry mraků, v těch chvílích se ten stesk nečekaně nalije do jejich životů.

Vlak začal brzdit. Holka se postavila, aniž by na někoho pohlédla, rozloučila se a vyšla z kupé. Byla pryč. Jako by nám všem naráz vytrhli zub. To prázdné sedadlo, které po ní zbylo, se najednou rozsvítilo. Všichni na něj postupně po očku pohlédli. Vlak se znovu rozjel a já pocítil závrať. Dítě v hlavě jako nějaké nestravitelné sousto převalovalo šlak, otec svou tajnou vášeň, matka stesk. A žena u okna, ta, u které všechno začalo, ta, která celou dobu mlčela a neúčastně sledovala krajinu za sklem, náhle – jako nesmělý dirigent všech příštích dnů, týdnů a roků – začala slabě pokyvovat nohou.

LEOPOLD VON DITTEL

RYTÍŘ MODERNÍ UROLOGIE

V severomoravském Fulneku se 29. května 1815 narodil v židovské rodině Leopold Dittel, zakladatel moderní urologie jako samostatného oboru. Vystudoval lékařskou fakultu ve Vídni, kde byl v roce 1840 promován v oboru lékařství a chirurgie a také uznán magistrem porodnictví a očního lékařství. Dittel se ale zabýval také rozvojem nových léčebných metod, hlavně pak problematikou rehabilitací. Po dokončení univerzity se stal asistentem soukromého lékaře ve Vídni se zaměřením na rehabilitaci a ortopedii. Letní měsíce trávil ve slovenských Trenčianských Teplicích, kde působil jako lázeňský lékař.

O svůj obor měl tak velký zájem, že v roce 1848 ukončil vlastní lékařskou praxi, aby se stal asistentem soudního lékaře a o něco později operatěrem na klinice slavného chirurga profesora Dummreichera. Roku 1861 se stal primářem chirurgického oddělení Vídeňské všeobecné nemocnice a jmenováním císaře Františka Josefa I. také mimořádným profesorem.

Na všechny své akademické posty však rezignoval, aby se mohl věnovat rozvoji dílčích chirurgických metod a vědecké práci. Krátce nato byl povýšen do rytířského stavu jako Ritter von Dittel a byl mu dokonce přidělen vlastní erb.

V centru jeho zájmu byla urologie, kterou pro medicínu objevil jako samostatný lékařský obor. Současně stál Leopold von Dittel u zrodu cystoskopie, vyšetřovací metody, která lékařům umožňuje pohled do močového měchýře a močové trubice, a to včetně části, která prochází prostatou. Je oceňován za rozvoj mnoha nových diagnostických a chirurgických postupů na poli urogenitální medicíny. Spolu se svými dvěma lékařskými kolegy F. Legueuem a E. Forgueem vyvinul chirurgickou metodu uzavření vesikovaginální fistuly. Tato metoda je po nich pojmenována jako „Dittellova-Forgueova-Legueuova operace“. Zároveň má také svůj nástroj, tzv. Dittelovu uretrální sondu, který slouží k léčbě uretrální stenózy.



Leopold von Dittel na litografii Adolfa Dauthage, 1863

Společenská prestiž Leopolda von Dittela, stejně jako uznání kolegů z medicínského oboru, nabírala na významu, což mu v roce 1894 přineslo velmi významný post. Stal se prezidentem vídeňské Lékařské společnosti. Se svou ženou Marií vychoval tři děti, přičemž syn Leopold se stal, stejně jako otec, lékařem. Leopold von Dittel zemřel po dlouhé nemoci 28. července 1898 a byl pohřben na hřbitově v 17. vídeňském okrsku. Ve Vídni má také svoji ulici – Dittelgasse.

Magdalena Bambousková

	NÁRAJÍ	ZABÍJAČKOVÁ POCHOUTKA		KRÁTKÝ SILNÝ DOUTNÍK	ZKRATKA EVROPSKÉ UNIE	HADÍ CITO- SLOVCE	BULHAR. PLATIDLO	OTÁZKA 6. PÁDU		TEČKA V TELE- GRAMU	DOMÁČKY OLDŘICH	NEDOVO- LENY ZÁKROK VE HŘE	NĚM. JÁ	AUSTR. SIDLO		JMÉNO PERESE	ZÁLUDEČNÍ LÉK
TÁZACÍ ZÁJMENO			SEKERA						MOUDROST						OBYVATELÉ ŽIJÍCÍ V ČINĚ		
AKADEMIE VĚD			ČÁST HRADCE KRÁLOVÉ SOUPRAVA						ŽVÁSTY OXID BORNATÝ						INIC. PISNÍČKÁŘE MLÁDKA OBLÍ SETE NA PODZIM		
ČARODĚJ- NICE					TAJENKA 1								ŘÍM (ORIG.)				
MOŘSKÝ KORYS					AUTOMAT MUŽSKÝ POTOMEK								DUŠNOST	OKO (BÁSN.) KLAM			
	ČÁST CHRUPU	EVROPAN SLOV. JINÝ											PUČÁLKO- VIC ŽIRAFA				
BÍLÉ KOVY													TAJENKA 3			INIC. HERECKÝ KOŘINKOVÉ	ASYRSKÝ BŮH VOD
SVAZ (KNIŽNĚ)													KYTY				
TAJENKA 2					DĚTSKÝ POZDRAV												
	PŘÍSTROJ PRO ZACHYCO- VÁNÍ ZVUK. SIGNÁLŮ NA LODI	ANGL. NAHORU TROCHU SE NAPÍTÍ				NEMOCEN (ZAST)	ZKR. REZNÁ OCEL	POVEL PRO PSA	TAJENKA 4	TÁBORNÍK	NEJLEPŠÍ JAKOST	STARŠÍ VZTAŽNÉ ZÁJMENO SPZ TACHOVA			VYUČOVAČÍ PŘEDMĚT 1. TRÍDY	POHŘEBNÍ HOSTINA	V ZÁMEŽÍ
FINSKÉ SÍDLO					CHŘESTIT MÁST NA OBLIČEJ								PÍSMENO I NÁZEV PÍSMENE L (HOV.)				
SPZ OPAVY				SPOLU- PRÁCE HRANIČNÍ POPLATKY										POHÁD- KOVÁ BYTOST DŽEZOVÝ STYL			
PÍSMENO ŘECKÉ ABECEDY			ZVUK EL. ZVONKU ZKR. RUKOPISU KRÁLOVED- VORSKÉHO				TEN I ONEN ZN. ARSENU				MUŽSKÉ JMÉNO (21.11.) INICIÁLY AGASSIHO						
BEZCITNÉ						VŮNĚ								ČIN (BÁSN.)			
NA ŽÁDNÉ MÍSTO						BUDHIS- TICKÁ HROBKÁ								VLASTNÍ PRIMÁTUM			NÁPOVĚDA: EOFON, BOP, RUSEK, STUPA, ŠA, TESLO, TRABUKO

soutěžní křížovka

„Přítel je někdo, kdo vám dává úplnou...
tajenka 1–4.“
Alexander Pope

Tajenku zašlete do 30. 11. 2020 na e-mail
magda.volna@bbraun.com, do předmětu e-mailu
uveďte „Soutěž“ a v těle e-mailu svoje celé jméno
a korespondenční adresu.

Výherci z minulého čísla: Angela Krakovská,
Ing. Milan Červený a Zuzana Vitásková

Remune™

Chuť, která pomáhá



Nápoj s vysokým obsahem
OMEGA-3 mastných kyselin
z norské tresky



Bohatý na **VITAMIN D**



Syrovátková
BÍLKOVINA



86 % ovocné
složky

Potravina pro zvláštní výživu.
Potravina pro zvláštní lékařské účely.

B. Braun Medical s.r.o. | www.bbraun.cz

Remune™ – Developed by Smartfish



Speciální sleva

20 %

pro čtenáře časopisu
Actreenoviny



- Zadejte webovou adresu www.remune.cz
- **Vyberte si variantu** z balíčků Remune™
a **vložte ji do košíku**
- V košíku přidejte slevový kód [actreenoviny](#)
a dokončete nákup
- Slevu můžete využít do **31. prosince 2020**

VYBÍREJTE Z KOMPLEXNÍHO PORTFOLIA POTAHOVANÝCH MOČOVÝCH KATÉTRŮ

Actreen®



Lubrikační vlastnosti
plně zachovány
při teplotách
-20 až +55 °C



Garance lubrikace
minimálně 60
minut od otevření
balení



Hladké otvory
na konci katétru



Šetrné k životnímu
prostředí



Neobsahuje latex



Neobsahuje PVC

B. Braun Medical s.r.o. | www.bbraun.cz | www.actreen.cz

S Actreen® žiji naplno!

NAPIŠTE SI O VZORKY

O vzorky Actreen® i o zaslání časopisu Actreenoviny můžete požádat také emailem: olga.panenkova@bbraun.com nebo formou SMS na telefonním čísle **+420 778 727 099** naší edukační specialistky Olgy Panenkové.

Prosím o zaslání časopisu Actreenoviny.



Prosím o zaslání vzorků

- Actreen® Mini Cath
- Actreen® Mini Set
- Actreen® Hi-Lite Cath
- Actreen® Hi-Lite Set
- Actreen® Glyc Set
- Actreen® Lite Cath

**Odpovědní lístek zašlete
na adresu:** B. Braun Medical s.r.o.
V Parku 2335/20, 148 00 Praha

Svým podpisem zároveň udělují souhlas k tomu, aby v souladu se zákonem č. 101/2000 Sb. o ochraně osobních údajů a o změně některých zákonů v znění pozdějších předpisů (dále jen „Zákon“) společnost B. Braun Medical s.r.o., V Parku 2335/20, 148 00 Praha 4, IČ: 48586285 (dále jen „Správce“) zpracovávala mé osobní údaje v rozsahu, který uvádím na tomto odpovědním listku, za účelem zaslání vzorků a dalších marketingových materiálů, informací o akcích a novinkách Správce. Tento souhlas udělují na dobu nezbytnou k dosažení účelu zpracování, nejdéle však na dobu 2 let od dne udělení tohoto souhlasu. Jsem si vědom svých práv, které mi vyplývají ze Zákonu, zejména možnost vzít kdykoliv souhlas zpět, žádat informace o zpracování mých osobních údajů, požadovat odstranění závadného stavu.

Jméno, příjmení, titul*

Typ katétru*

Nelaton

Thiemann

Velikost katétru v CH*

Adresa*

E-mail

Telefon

Datum*

Podpis*

*povinné údaje pro zaslání