



# ZPRAVODAJ

ZDARMA

nemocnicekladno.cz

Středočeský kraj

## Naše nemocnice dokončila rekonstrukci bloku C2



Další možné plány nastiňuje aktualizovaný Generel rozvoje ON Kladno

### KONEČNÝ PLÁN KONKRÉTNÍHO UMÍSTĚNÍ ODDĚLENÍ VE ZREKONSTRUOVANÉM BLOKU C2:

suterén: ambulance, přízemí: ambulance – urologie, ortopedie, gynekologie, 1. patro: ortopedické oddělení – lůžka, 2. patro: dětské oddělení – JIP, dětské oddělení – standardní lůžka, 3. patro: urologické oddělení – lůžka, 4. patro: gynekologicko-porodnické oddělení – úsek šestinedělí – lůžka, dětské oddělení – úsek novorozenců – lůžka.

Dlouho očekávaná akce – rekonstrukce bloku C2 Oblastní nemocnice Kladno, nemocnice Středočeského kraje – byla 13. září slavnostně zakončena. Uzavřela se tak náročná, ale velmi potřebná přestavba, která v praxi přináší komfort pro pacienty i zaměstnance nemocnice. Investici za 360 milionů korun financoval jediný akcionář ON Kladno – Středočes-

ký kraj. Stavbu na základě výsledků veřejné soutěže provedly společnosti Geosan Group a.s. a Zlínstav a.s.

„Středočeské zdravotnictví se za poslední roky posunulo o několik tříd výš, a to nejen díky modernizacím a rekonstrukcím za stovky milionů korun, ale také díky lidem, kteří péči poskytují. Děkuji všem zaměstnancům kladenské nemoc-

nice za to, jak uplynulých 24 měsíců zvládli v náhradních prostorách, a pacientům samozřejmě za pochopení. Odměnou všem jsou nová oddělení, která odpovídají standardům 21. století, a já jsem moc rád, že jsem u této stavby mohl být od začátku,“ uvedl statutární náměstek hejtmanky pro oblast zdravotnictví Ing. Pavel Pavlík. Pokračování na str. 3

### Vážení čtenáři,



skončilo období letních prázdnin a dovolených. Opět se tedy vracíme do života všedních dnů. My v kladenské nemocnici vstupujeme do tohoto období s radostí z dokončené velké investiční akce, kterou jsme plánovali a připravovali několik let.

Jde o kompletní rekonstrukci bloku C2 naší nemocnice. Nešlo o lehkou záležitost. V průběhu realizace akce jsme se museli vypořádávat s mnohými problémy. Díky dobré koordinaci a souhře všech se nakonec komplikace podařilo zvládnout a je proto možné, aby nové prostory mohla už konečně začít využívat naše zdravotnická pracoviště a s nimi také vy, naši pacienti.

V kladenské nemocnici si uvědomujeme hlavní prioritu: řešení zdravotních problémů našich pacientů. Současně však pokládáme za důležité věnovat se preventivním aktivitám pro širší množství lidí. Proto i letos na podzim pokračujeme v tradici pořádání pravidelných dnů zdraví v budově CAM. Konkrétně v úterý 1. října a ve čtvrtek 14. listopadu. V pondělí 11. listopadu navíc proběhne tzv. Den otevřené urologické ambulance našeho urologického oddělení.

Podrobnosti o připravovaném programu a nabízených aktivitách si přečtete v tomto čísle našeho zpravodaje.

Ing. Jaromír Bureš,  
předseda představenstva



**PŘIJĚTE NA DNY** zdraví do centra CAM ve dnech 1. října a 11. a 14. listopadu.

Strana 4



**DĚTSKÁ OBEZITOLOGICKÁ** ambulance pomáhá dětem s váhovými problémy.

Strany 6-7



**KLADENSKÁ ORTOPEDIE** oslavila 75. výročí od svého založení.

Strany 8-9

# Program říjen '24



Městské divadlo Kladno

1 / út / 19:00 / hlavní sál

**Nedotknutelní**

černá komedie o síle přátelství

2 / st / 19:00 / hlavní sál

**Nedotknutelní**

černá komedie o síle přátelství

8 / út / 19:00 / hlavní sál

**Hra, která se zvrtila**

komedie o tom, že když se nedaří, tak se nedaří

14 / po / 19:00 / malý sál

**39 stupňů**

parodie detektivního thrilleru s noirovými podtóny

15 / út / 19:00 / malý sál

**Nadženy**

komedie o tom, co je a není vidět

17 / čt / 18:00 / hlavní sál

**Případ Sherlock**

komedie s několika mrtvolami

19 / so / 19:00 / hlavní sál / host

**Mlčetí zlato**

hostuje Agentura Harlekýn

30 / st / 19:00 / hlavní sál

**Přelet nad kukaččím hnízdem**

příběh o hranici mezi šílenou svobodou a normální anarchií

**Předprodej vstupenek****Pokladna MDK**

Divadelní 1702, Kladno

t: 724 502 114, e: pokladna@divadlokkladno.cz

**Online**

www.divadlokkladno.cz

www.gout.net

**Městské informační centrum**

T. G. Masaryka 499, Kladno

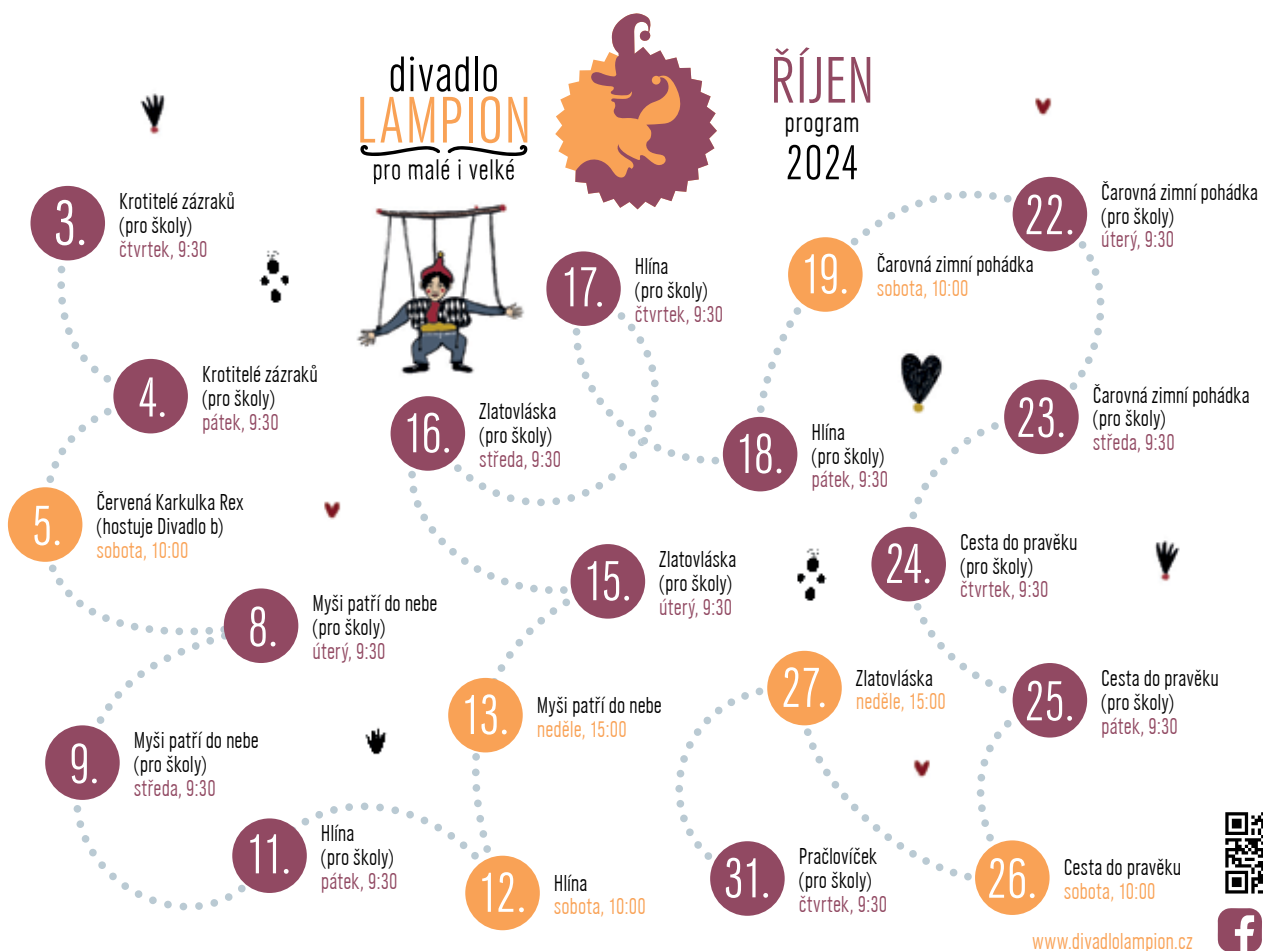
t: 312 604 540, e: infocentrum@mestokladno.cz



/divadlokkladno

Změna programu vyhrazena.

www.divadlokkladno.cz



Pokračování ze str. 1

„Jsem velmi rád, že se rekonstrukci bloku C2 podařilo zdárně dokončit. Zázemí pro poskytování zdravotní péče se tak v naší nemocnici posouvá opět o latku výš, a to jak z pohledu pacienta, tak zdravotníka,“ podotkl předseda představenstva kladenské nemocnice Ing. Jaromír Bureš. „V průběhu rekonstrukce jsme se sice snažili o co nejmenší narušení provozu, ale při tak velké stavební akci se určitým omezením

vyhnout nedá. Rád bych proto poděkoval zaměstnancům, pacientům i návštěvníkům nemocnice za projevovou trpělivost. Poděkování patří také našemu akcionáři, Středočeskému kraji, bez jehož finanční pomoci by takovouto velkou investiční akci nebylo možné realizovat,“ dodal.

„Rekonstrukce bloku C2 se dotkla všech stavebních prvků od suterénu po střechu,“ vysvětlil technicko-provozní náměstek ON Kladno Ing. Radek Růžička. „Renovaci prošly

obvodový plášť, podlahy, všechny rozvody a další stavební prvky. Stará okna se vyměnila za nová, plastová s mikroventilací. Sedlovou střechu s asfaltovými šindeli nahradila nová plechová, falcovaná krytinou. Zateplil se také prostor nad 5. patrem bloku C2. Před budovou v atriu se rozšířila dlažba pro potřeby sanitních vozů a v okolí se vysadila nová zeleň,“ upřesnil.

Jak Ing. Radek Růžička ještě řekl, nemocnice pořídila nový nezbytný

nábytek. Ten doplňuje a nahrazuje stávající vybavení, které se bude stěhovat s oddělením. „Budova je tak připravena k dalšímu náročnému kroku, kterým je zpětné stěhování oddělení do definitivních prostor,“ doplnil.

Celá právě ukončená akce představovala další logický krok v modernizaci monobloku celé nemocnice. Navázala na již zrenovované objekty C1 a B a novostavbu budovy Centra akutní medicíny (CAM).



**JAKO NEJBLIŽŠÍ MOŽNÉ PLÁNY** se nabízí pokračování rekonstrukce dalších částí monobloku kladenské nemocnice, které dosud renovací neprošly: jde o bloky A, částečně také D.

Nemocnice zadala aktualizaci generelu rozvoje monobloku v návaznosti na aktuální potřeby poskytované léčebné péče a požadavky zdravotních úseků. Jednotlivé specializace se průběžně vyvíjejí, a to jak v ambulantní, tak lůžkové části. Jde i o nové výzvy, například poskytování paliativní péče.

Původní generel nezohledňoval potřeby pneumologického a kožního oddělení. Nyní je již toto reflektováno.

Aktualizovaný generel rozvoje ON Kladno dále navrhuje do budoucna rozšíření

monobloku o jeden celý nový blok, tak aby se všechna zdravotní oddělení mohla situovat do jednoho monobloku.

Výstavba nového bloku se jeví jako nejpraktičtější, protože po jeho dokončení by se do něj mohla nastěhovat oddělení, která dosud využívají bloky ještě celkově nezrenovované. Nebylo by tak nutné před dalšími rekonstrukcemi řešit složité logistické operace související s přesuny oddělení do náhradních prostor a zajištěním jejich provozu v náhradních částech nemocnice. Výrazně by se tak omezily průběžně se vyskytující tlaky na oddělení se stěhovat.

ON Kladno navíc výhledově plánuje rekonstrukci pavilonu G, kde by mohlo

vzniknout ubytování pro zaměstnance nemocnice v podobě několika menších bytových jednotek.

„Plánů, jak dál nemocnici rozvíjet, máme skutečně hodně. Jsou navíc velmi potřebné. Jejich realizace bude záležet na finančních možnostech Středočeského kraje, se kterým jsme připraveni dále, jak je dobrým zavedeným zvykem, úzce a intenzivně spolupracovat,“ dodal Ing. Jaromír Bureš.

Slavnostního zakončení rekonstrukce bloku C2 se zúčastnil statutární náměstek hejtmanky Středočeského kraje pro oblast zdravotnictví Ing. Pavel Pavlík, kterého při prohlídce zrenovovaných prostor doprovázel předseda představenstva ON Kladno Ing. Jaromír Bureš (na fotografiích vlevo).

**ZPRAVODAJ OBLASTNÍ NEMOCNICE Kladno**, a.s., nemocnice Středočeského kraje, Vančurova 1548, 272 01 Kladno, IČ 272 56 537 ■ **Šéfredaktor:** Mgr. Zbyněk Boublík, tiskový mluvčí Oblastní nemocnice Kladno, tel.: 312 606 856, e-mail: zbynek.boublik@nemk.cz ■ **Redakční rada:** Ing. Jaromír Bureš, Mgr. Zbyněk Boublík, Lenka Zemanová ■ **Inzerce:** Dana Brejchová, tel.: 603 588 338, e-mail: brejchova@regvyd.cz ■ **DTP:** Jana Benetková, tel.: 776 886 377, benetkova@regvyd.cz ■ Tisk, DTP, adresnou distribuci a inzerci zajišťuje Regionální vydavatelství, s. r. o. ■ Evidenční číslo MK ČR 19733. Vychází čtvrtletně v nákladu 5000 ks. Vyšlo 20. září 2024. Nepronějné.



## Výzva pro muže – Kladeňáky: přijďte si 11. listopadu nechat zkontrolovat zdraví

Oblastní nemocnice Kladno se letos v listopadu opětovně zapojí do známé preventivní osvětové akce Movember. Tu v ČR koordinuje Nadační fond muži proti rakovině. Kampaň mužů upozorňuje, aby věnovali čas svému zdraví a včas absolvovali preventivní urologické vyšetření se zaměřením na zdraví prostaty a varlat. Kladenská nemocnice však současně patří mezi zapojená pracoviště v Programu časného záchytu rakoviny prostaty, který je koordinován Ministerstvem zdravotnictví a Národním screeningovým centrem ÚZIS ČR, odborným garantem programu je Česká urologická společnost.

Urologické oddělení ON Kladno proto zve Kladeňáky po 40. roce věku, aby neváhali a v pondělí 11. 11. přišli na tzv. Den otevřené urologické ambulance ve 3. patře pavilonu C1. Otevřeno bude od 12:00 do 15:00 hod. Příchozí čeká odborné urologické vyšetření včetně odběru krve a též sonografické prohlídky.

Prevence se v případě kontroly zdraví orgánů jako prostata nebo varlata rozhodně vyplácí. Jak podo-

týká primář urologického oddělení MUDr. Jiří Kočárek, Ph.D., MBA, zcela zásadní je přijít včas, neboť při včasném záchytu případného problému dává dnešní medicína velkou naději na úplné vyléčení: „Stále se bohužel setkáváme s tím, že muži tuto problematiku podceňují a zpravidla prvně přichází až ve chvíli, kdy mají potíže. To už ale může být pozdě. V tomto ohledu hrají významnou roli také ženy, které mohou na své muže působit a preventivní urologickou prohlídku jim připomenout,“ upozorňuje pan primář Kočárek.


Karcinom prostaty bohužel představuje nejčastější nádorové onemocnění mužů v České republice. Každý rok si tuto diagnózu vyslechnou přibližně 8000 mužů, z nichž pětina se již nachází v pokročilém stadiu onemocnění.

**Den otevřené urologické ambulance v ON Kladno:**

**Pondělí 11. 11. 12:00–15:00 hod.**  
ON Kladno, urologická ambulance, blok C1, 3. patro

MOVEMBER 2024


# OTEVŘENÁ UROLOGICKÁ AMBULANCE



pondělí 11. 11. 2024  
12:00 - 15:00 hod.

Oblastní nemocnice Kladno  
urologická ambulance  
budova C1, 3. patro

Rakovina prostaty není sranda! Nenechávej to plavat a přijď na preventivní prohlídku!



## Zveme vás na podzimní Dny zdraví

Měření hladiny cholesterolu, cukru, nitroočního tlaku, poradenství v oblasti prevence demence.



Oblastní nemocnice Kladno se dlouhodobě věnuje zdravotní prevenci. Snahou je postihnout v průběhu roku nejvýznamnější zdravotní oblasti.

Den zdraví v kladenské nemocnici se v úterý 1. října zaměří na aktivity související s Dnem seniorů, Světovým dnem srdce nebo Světovým dnem zraku. Proběhne od 9:00 do 13:00 hodin ve vstupním vestibulu Centra akutní medicíny (CAM).

Již tradičně se do organizace zapojí také prizvané partnerské pacientské organizace, tentokrát Česká aliance pro kardiovaskulární onemocnění z.s., a Česká alzheimerská společnost o.p.s.

### A co na vás čeká?

Možnost nechat si změřit hladinu cholesterolu, cukru a krevního tlaku. Naměřené hodnoty bude přímo na místě možné zkontrolovat s lékařem interního oddělení ON Kladno. V otázkách správné výživy poradí odborně vzdělaná nutriční terapeutka.

Oční oddělení kladenské nemocnice lidem nabídne měření nitroočního tlaku, důležité zdravotní hodnoty, která může případně poukázat na nutnost řešení zdravotního problému.

Na stanovišti České alzheimerské společnosti získáte informace týkající se prevence demence. Konzultantky vám dále zodpoví otázky ohledně diagnostického postupu či léčby různých druhů onemocnění,

**» Udělejte vstřícný krok vůči vlastnímu zdraví a přijďte mezi nás! Dny zdraví v kladenské nemocnici jsou tu pro vás! «**

kteřá demenci způsobují. Pokud se staráte o někoho s demencí, přijďte si pro podporu v oblasti sociálně-právní anebo sdílet situace z každodenního života. Nejenom pro pečující budou připraveny materiály a brožurky zdarma. Zajímavé informace navíc získáte v infostánku Všeobecné zdravotní pojišťovny.

Přijďte proto do kladenské nemocnice na ojedinelý a na program bohatý den zdraví a udělejte pro sebe něco prospěšného. Těšíme se na vás!

### Den zdraví

**Úterý 1. 10. 9:00–13:00 h.**

Preventivní aktivity u příležitosti Světového dne srdce, Světového dne zraku a Mezinárodního dne seniorů.

### Den zdraví

**Čtvrtek 14. 11. 9:00–13:00 h.**

Preventivní aktivity u příležitosti Světového dne diabetu, Světového dne obstrukční plicní nemoci či Světového dne AIDS.

**Obě akce se konají ve vestibulu Centra akutní medicíny – budova CAM (přístup z ulice Čs. armády).**

# Nabídka aktivit pro pacienty kladenské nemocnice

## PSYCHOLOGICKÉ ODDĚLENÍ

**Skupinová relaxační cvičení** – seznámení a nácvik různých technik relaxace, cvičení s prvky jógy k uvolnění jak psychického, tak fyzického napětí – pondělí od 13:00 do 14:00 h.

**Rehabilitace kognitivních poruch (trénink paměti)** – určeno pacientům s mírnou kognitivní poruchou – čtvrtek od 13:00 do 14:30 hodin.

- Objednání na telefonu 312 606 147.
- Noví pacienti jsou přijímáni jen do naplnění kapacity skupin.

## GYNEKOLOGICKO-PORODNICKÉ ODDĚLENÍ

**Těhotenské skupinové relaxační cvičení** – cesta, jak maminka může udržet během těhotenství ve formě sebe i miminko – dané cvičení podporuje cestu k rychlejšímu porodu a hubnutí po porodu – o vhodnosti cvičení je však třeba se poradit s lékařem – úterý od 13:00 do 14:00 hodin – budova M – tělocvična rehabilitačního oddělení – cena 100 Kč – platba probíhá v pokladně nemocnice.

**Předporodní kurzy** – skládají se ze tří bloků: první dva se věnují předpo-

rodní přípravě, samotnému porodu, poporodní péči, poslední pak péči o novorozence. Součástí je i prohlídka porodního sálu včetně zodpovězení všech dotazů. Kurzy probíhají v nemocniční posluchárně, vchod průjezdem pavilonu C1. Zúčastnit se je jednoduché: stačí se dostavit ve 13:30 hodin před posluchárnu vždy první čtvrtek příslušného kalendářního měsíce, konkrétně buď 3. 10., 7. 11. nebo 5. 12. V tyto termíny začínají další třídní bloky kurzů. Před nástupem na kurz je nutné v pokladně nemocnice uhradit poplatek ve výši 900 Kč.

- Pokladna se nachází v Niederleho pavilonu (budově E), kousek od hlavního vjezdu do nemocnice z ulice Vančurova. Provozní doba pokladny: pondělí-pátek 7:00–12:00 a 13:00–14:30 hodin.

## REHABILITAČNÍ ODDĚLENÍ ZAJIŠTUJE CVIČENÍ POD VEDENÍM ZKUŠENÝCH FYZIOTERAPEUTŮ

**Aby záda nebolela** – pondělí a čtvrtek – od 17:00 hodin – zaměřuje se na posílení hlubokých svalů zad,

zlepšení držení těla a zvýšení celkové flexibility. Program je přizpůsoben individuálním potřebám každého pacienta a probíhá v přátelské atmosféře. Cvičení nejen pomáhá zmírnit bolesti zad, ale také zlepšuje kvalitu života pacientů a přispívá k jejich celkové rehabilitaci.

**DNS, Redkord** – pondělí od 18:00 h. – DNS je vhodná pro pacienty s různými typy bolestí pohybového aparátu a zaměřuje se na zlepšení stability, koordinace a celkové pohybové funkce. Cvičení podporuje nejen fyzickou kondici, ale i prevenci dalších potíží.

**Lymfedém HKK** – čtvrtek od 16:00 h. – zaměřené na podporu správného toku lymfy a snížení otoků. Program zahrnuje jemné pohybové aktivity, dechová cvičení a techniky manuální lymfodrenáže, které pomáhají stimulovat lymfatický systém. Tato terapie nejen přináší úlevu od otoků, ale také zlepšuje celkovou mobilitu a podporuje regeneraci tkání.

- Cvičební jednotka trvá 50 minut – cena 200 Kč – platbu lze uskutečnit kartou i v hotovosti na pokladně nemocnice nebo v kartotéce rehabilitace v pavilonu M – možnost organizačních konzultací v kartotéce nebo na telefonu 312 606 569.

## Pozvánka na Strašidelnou cestu pro děti a rodiče

**Sobota 21. 9. 13:00–16:00 h., Sítenské údolí**

- Nadační fond pro perinatologii Kladno srdečně zve děti i jejich rodiče na II. ročník pohádkové stezky Strašidelná cesta.
- Start je u zooparku v Sítenském údolí.
- Cesta bude plná strašidelných bytostí a úkolů.
- Vstupné je dobrovolné.
- V cíli pak na účastníky čeká malá odměna.

## Pozvánka na zdobení vánočního stroměčku

**Pátek 29. 11. 11:00–13:00 h., park před pavilonem E v ON Kladno**

- Nadační fond pro perinatologii Kladno společně s Oblastní nemocnicí Kladno vás srdečně zvou na sváteční akci. Ta proběhne současně za doprovodu vánočních koled.

**Bližší informace k akcím získáte na fb Nadace šest nebo na [www.nadacesest.cz](http://www.nadacesest.cz)**

Inzerce

# Lázeňská péče v Lázních Mšené

**Zažádejte o léčebný pobyt u svého lékaře nebo pojišťovny**



V Lázních Mšené léčíme:

- Nemoci pohybového aparátu
- Nervová onemocnění
- Pooperační stavy, vč. léčby TEP
- Funkční onemocnění páteře
- Kořenové syndromy
- Nemoci z povolání



Tel.: 416 866 007



E-mail: [lazne@msene.cz](mailto:lazne@msene.cz)

Více zde

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



# Dětská obezitologická ambulance kladenské nemocnice pomáhá dětem s váhovými problémy

Problematika obezity se kvůli modernímu způsobu života, nedostatku pohybu, přejídání a celkovému špatnému životnímu stylu stává jedním ze stěžejních zdravotních témat současnosti. Obezita je příčinou mnoha zdravotních komplikací, kterými by jinak lidé netrpěli.

V rámci EU patří Češi do zhruba nejhorší čtvrtiny. Na pováženou je však skutečnost, že se obezita začíná týkat také stále většího množství dětí. Na tuto skutečnost před časem zareagovalo dětské oddělení Oblastní nemocnice Kladno: to v rámci svých odborných poraden již nějakou dobu provozuje dětskou obezitologickou ambulanci. Zde se dětem s váhovými problémy a jejich rodičům dostává potřebné odborné pomoci.

O podrobnostech fungování této ambulance jsme hovořili s ordinujícím lékařem dětské obezitologické ambulance MUDr. Matoušem Žáčkem.



**ORDINUJÍCÍ LÉKAŘ DĚTSKÉ** obezitologické ambulance MUDr. Matouš Žáček.

» *Jak velký problém dnes ve vaší klinické praxi představuje dětská obezita. Předpokládáme, že poměrně značný, když bylo zapotřebí dětskou obezitologickou ambulanci v kladenské nemocnici zřídit...*

Bohužel skutečně enormní. Dokládají to i průběžně aktualizovaná data Státního zdravotního ústavu. Jen procento obézních dětí se v letech 1991 až 2021 zvýšilo více než pětkrát: z tří procent v roce 1991 na 16,4 procenta v roce 2021. Roste i procento dětí s nadváhou, i když ne tak markantně jako děti obézních. Téměř každé čtvrté dítě se v dnešní době s nadváhou či obezitou potýká. Děti doporučených ke sledování v odborné obezitologické ambulanci průběžně přibývá. Neřešená obezita u dětí může mít v budoucnosti závažné důsledky nejen zdravotní, ale také psychosociální. Jde proto o jednu z klíčových zdravotních výzev.

» *Kde vidíte hlavní příčiny obezity u dětí?*

Příčin, proč je více dětí obézních, je mnoho. Řada z nich tkví v prostředí, ve kterém děti vyrůstají, s některými se však i narodíme. Především děti obecně mají daleko méně pohybu než v minulosti, ale přitom přijímají více potravin a ještě k tomu nevhodných: jde o potraviny a nápoje s vysokým obsahem cukru a tuku. Rodina také jí odděleně. V určitých sociálních skupinách se dnes zdravá strava stává stále více nedostupnou. Vlivem jiných aktivit jako například různých

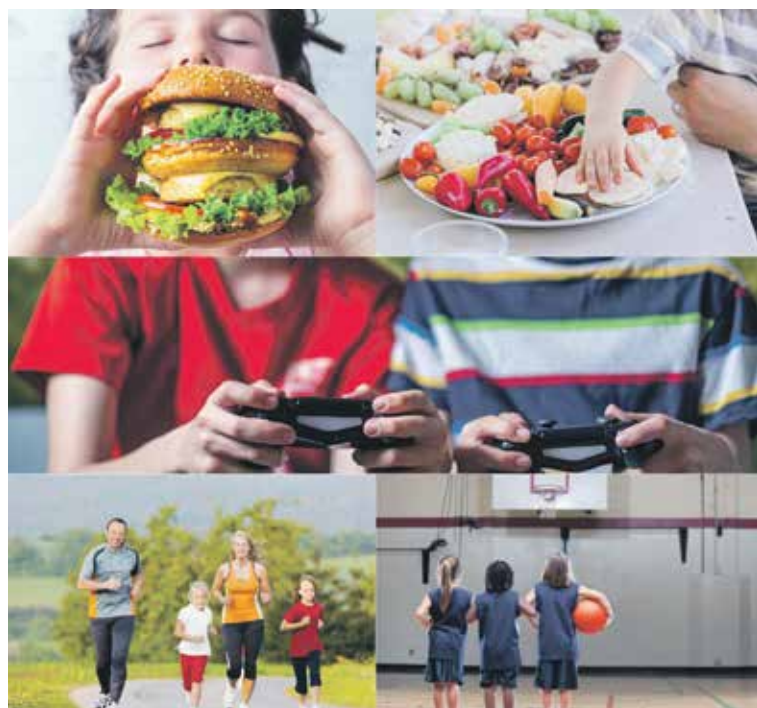
elektronických her či sociálních sítí se děti málo hýbou. K růstu dětské obezity přispěla také nedávná covidová pandemie a s tím související dlouhodobá sociální izolovanost. Na růst dětské obezity má vliv i nedostatečný spánkový režim a enormní množství okolního stresu. Vznik dětské obezity však mohou způsobovat také jiné faktory, například některá skrytá onemocnění. Ta je proto nutné na začátku sledování v naší ambulanci vyloučit, případně následně doporučit vyšetření v jiné specializované ambulanci. Některé vědecké výzkumy z poslední doby poukazují v určitých případech na genetický vliv. Mluví se zejména o metabolickém naprogramování. To, jak se stravujeme, žijeme, může mít efekt nejen na nás, ale skrze geny pak na naše dítě. Za zmínku dále stojí role střevní mikroflóry, která stále patří mezi málo probádané.

» *Jaká jsou indikační kritéria k přijetí dětského pacienta do obezitologické ambulance a kdo ze zdravotníků dětského oddělení se na léčbě podílí?*

Stěžejní roli hrají praktičtí lékaři pro děti a dorost. Ti při každé preventivní prohlídce zaznamenávají míry dítěte a sledují dynamiku nárůstu výšky, hmotnosti a BMI. Pokud si všimnou v průběhu času významných odchylek uvedených hodnot doporučených pro konkrétní věk, měli by začít pátrat po příčině. Pokud se nepodaří například vyšší hmotnost zvládnout v ordinaci dětského praktika nebo jde o skutečně enormní nárůst, pak je možné dítě doporučit k vyšetření v naší ambulanci. Přicházejí k nám často děti s již diagnostikovanými jinými zdravotními komplikacemi spojenými s obezitou, například cukrovkou, onemocněním jater či bolestmi kloubů. Práce s obezitou je proto jednoznačně multidisciplinární záležitostí. Je nutné, aby se na léčbě obezity podílelo vícero odborností od praktického lékaře přes nutriční terapeutu, sestru, psychology až po lékaře v odborných ambulancích.

» *V čem konkrétně spočívá léčba dětských pacientů s váhovými problémy, jak dlouho trvá a jak často si například pacienti zvete na pravidelné kontroly?*

Pracujeme s rodinou jako celkem. To je ten nejdůležitější základ. Koncentrujeme se na řádnou edukaci rodiny ohledně jídelníčku a vysvětlení všech podrobností o stravování. Motivujeme děti k pravidelným pohybovým aktivitám. Snažíme se navrhnout individuální plán, podle kterého by se mohly věnovat jejich oblíbené fyzické aktivitě. V některých případech se neobejdeme bez pomoci léčiv, v západních zemích začínají s chirurgickými výkony. Vzácně



**ZA VYSOKOU MĚROU DĚTSKÉ OBEZITY** ponejvíce stojí nadměrná konzumace nevhodné stravy a nápojů a málo pohybu. Šance na zlepšení existují...

může být příčinou obezity organická porucha organismu, v takovém případě se léčí jednotlivé nemoci a jejich příčiny. Léčba obezity je dlouhodobá, nejčastěji se pohybuje v rámci několika let. Hodně záleží na ochotě rodiny spolupracovat a chodit na pravidelné kontroly. V ambulanci často pozorujeme fenomén nárůstu váhy u dětí, kde došlo k rozpadu rodiny z různých důvodů. Ale sledujeme také jiné stresové příčiny. Někdy je nutné takové děti odeslat na další vyšetření k dětskému psychologovi, psychiatrovi, eventuálně doporučit psychoterapii. Kontroly u dětských pacientů plánujeme individuálně. Některé děti je třeba kontrolovat na měsíční bázi, především pokud je obezita spojená s dalšími onemocněními či komplikacemi. Delší intervaly kontrol volíme v případech, kdy jde hlavně o motivaci k dalšímu postupu v zastavení nárůstu váhy nebo redukci obezity.

» *Předpokladem úspěchu léčby je zcela jistě úzká spolupráce rodičů a celé rodiny. Jak byste tuto spolupráci zhodnotili?*

Rodičům na zdraví jejich dětí větší záleží. Proto se do spolupráce aktivně zapojují, ať už vymyšlením společných aktivit, motivací jejich dítěte nebo vymyšlením kreativních

### Doporučení MUDr. Matouše Žáčka pro rodiče k předcházení nadváhy či obezity u dětí:

- Nastavte zdravé prostředí pro děti, kde budou rádi jíst již od raného věku. Jezte společně u stolu. Koncentrujte se na jídlo bez toho, aby vás nerozptylovaly elementy z prostředí, například televize či hlasitá hudba.
- Podporujte, aby dítě jedlo pravidelně alespoň třikrát denně v menších porcích a mělo k dispozici až dvě svačiny přes den, nevynechávalo snídani. Vyhněte se sladkým a tučným jídlům. Preferujte zeleninu, ovoce, bílkoviny, celozrnné pečivo, ryby.
- Omezte u dítěte příjem slazených nápojů, ideální je voda.
- Podporujte dítě v pravidelném spánku.
- Fyzická aktivita: nastavte limity na čas strávený u obrazovky a navrhnete různé fyzické aktivity, kterým by se dítě mohlo věnovat.
- Buďte dobrým vzorem pro své dítě. Pokud chcete změnu u dítěte, začněte u sebe.
- Pokud si myslíte, že vaše rodinná situace může negativně ovlivňovat psychické zdraví vašeho dítěte a může být tak i spojená s nárůstem váhy, obraťte se na odbornou psychologickou pomoc.
- Nebojte se obrátit na svého lékaře s případnými dotazy, zažádat si o pomoc.

jídelníčků. Někdy je tato spolupráce náročná a vyžaduje více času. Převážně společná řešení nacházíme.

» *Dá se například kvantifikovat v procentech, jak velkou skupinu tvoří děti s váhovými problémy ve spektru všech dětských pacientů,*

*o které dětské oddělení v rámci svých odborných ambulancí pečuje?*

Hovořil jsem o tom již na začátku: pokud bychom se podívali do statistik ordinace dětských praktických lékařů, je vysoce pravděpodobné, že každé čtvrté dítě se bude potýkat s nadváhou či obezitou. Téma obezity

je a bude vysoce aktuální. Touto problematikou by bylo vhodné se zabývat celostátně, a to hlavně preventivně od nejtělejšího věku dětí. Bohužel často vidíme, že se řeší až komplikace vzniklé následkem obezity v pozdějším věku, což je výrazně nákladnější než primární prevence.

» *Postačuje stávající kapacita dětské obezitologické ambulance pro adekvátní léčbu potřebných dětských pacientů?*

Zatím ano, ale nelze vyloučit nutnost budoucího personálního posílení naší dětské obezitologické poradny.

» *Jak byste zhodnotil míru úspěšnosti léčby vašich malých pacientů?*

Přestože v obezitologické ambulanci působím relativně krátce, již nyní mezi mými malými pacienty vidím, že naše společné úsilí má svoje výsledky. Musíme si však uvědomit, že často jde o běh na dlouho trať. Proto je důležité pacienty řádně motivovat, i pokud výsledky nejsou třeba takové, jaké bychom si představovali. Věřím, že se nám bude s pomocí rodin dařit společnými silami redukovat hmotnost u pacientů s obezitou nebo alespoň zastavit nárůst nadbytečných kil. Tyto pozitivní výsledky mě motivují k další práci.

Inzerce

**ZDRAVOTNÍ POJIŠŤOVNA  
MINISTERSTVA VNITRA ČR 211**

**Bonusy 2024**

**až 34 000 Kč**

**pro zdraví  
vaší rodiny**

Více  
informací



Přidejte se k nám  
do **30. září 2024**

[www.211.cz](http://www.211.cz)

Sledujte nás:  





# Nejmladší a nejstarší primář ortopedie v ČR MUDr. Jan Deniger: kladenskou ortopedii vede 31 let

Od založení Ortopedického oddělení Oblastní nemocnice Kladno letos uplynulo již 75 let. Při této příležitosti se začátkem června uskutečnilo přátelské setkání bývalých i současných členů kladenského ortopedického týmu. Významné výročí si však tento rok připomíná také stávající primář Ortopedického oddělení MUDr. Jan Deniger. Do funkce nastoupil už v roce 1993, v čele oddělení tak působí 31 let. Pan primář Deniger je absolventem 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Profesně působil například na Ortopedické klinice Fakultní nemocnice Na Bulovce nebo v jedné z nemocnic v Rakousku.

» *Pane primáři, v čele ortopedického oddělení stojíte dlouhá léta. Jak své působení z dnešního úhlu pohledu hodnotíte?*

Jde o pocity smíšené: jsem sice o 31 let starší, na druhou stranu však mohu vidět celý ten nesukutečný vývoj medicíny za uplynulá léta. V okamžik mého nástupu na pozici primáře, v roce 1993, jsem byl nejmladším primářem ortopedie v ČR, dnes pravděpodobně nejstarším. Za těch více než 30 let nevídaně pokročily techniky ortopedických výkonů. Tady v Kladně se vždy snažíme s dobou držet ten správný krok.

» *Jakými nejzásadnějšími změnami ortopedie za tři dekády podle vašeho vnímání prošla?*

Dnešní moderní trendy se snaží výrazně zkrátit dobu hospitalizace ortopedických pacientů. Jde o to pacienty léčit optimálně, tak aby z nemocnice mohli být propuštěni co nejdříve. Pak se mohou věnovat potřebné rekonvalescenci a tím se navrátit k běžnému způsobu života. Za posledních 30 let se skutečným trendem stala běžná realizace tzv. miniinvazivních výkonů. Jde jednak o traumatologii, kde se mnohem více dbá na tzv. hřebování: z malé incize se do dlouhých kostí dávají hřeby, takže pacienti mají jen malé jizvy, malé přístupy, menší ztráty krve. Po takovém výkonu se učí relativně rychle znovu chodit, mobilizovat. Další typ miniinvazivních zákroků představují artroskopické výkony na velkých kloubech – pokud se dříve takto operovala pouze kolena, dnes běžně i ramena, hlezna, kyčelní klouby... u nás se díky specializaci jednoho z kolegů věnujeme také chirurgii ruky, provádíme například artroskopii zápěstí. Běžně se artroskopie provádí na loktech, ale de facto již na všech kloubech. Velký boom v rozvoji moderních ortopedických výkonů u nás nastal po roce 1990. Od té doby se ortopedie posunula výrazně vpřed.

» *V souvislosti se stárnutím populace je dnes velkým tématem otázka výměny hlavně kyčelních nebo kolenních kloubů. Co se například změnilo v této konkrétní kategorii operativních výkonů?*

Opět je to úplně jiné. Dnes pacienta po operaci kyčlí můžeme při bezproblémovém pooperačním vývoji pustit domů nebo k rehabilitačním pobytům již třeba třetí den po operaci. Naše oddělení je v ČR ojedinelým pracovištěm, kde všechny kyčle operujeme miniinvazivním přístupem. Řez je přibližně 5–7 cm dlouhý, operujeme z předního miniinvazivního přístupu. Operace trvá kratší dobu. Takových výkonů děláme do pěti set ročně. Tím je umožněno včasné plné zatěžování operovaného kloubu. Člověk je tak schop chodit bez berlí již přibližně po týdnu.

» *Jakou konkrétní léčebně-preventivní péči ortopedické oddělení kladenské nemocnice pacientům nabízí?*

Dá se říci, že naše péče obsahuje vše, co moderní ortopedie v současnosti může pacientům v ČR nabídnout, tzn. celou širokou škálu ortopedických výkonů. V týmu máme dokonce i kolegu neurochirurga, věnujeme se proto i operacím páteře. Traumatologii páteře jsme dělali vždy. Nabízíme endoprotézy velkých kloubů, jako je kyčel, koleno, rameno, hlezno, loket... Kolega věnující se chirurgii ruky implantuje i endoprotézy kloubů ruky a prstů. Samozřejmě se věnujeme i jiným ortopedickým věcem, jako je osteotomie, operace dolních končetin – chodidel, prstů nohy a jejich deformit. Ortopedie však není jen operativa, ale také nutná ambulantní léčba: například preventivní vyšetřování dětských kyčlí a jejich případná léčba. Máme v tomto úzkou součinnost s kladenskou porodnicí a novorozeneckým oddělením: všechny děti narozené u nás mají za sebou ještě před propuštěním první klinické vyšetření. V případě jakéhokoli podezření na kyčelní dysplazii je okamžitě provedeno ultrazvukové vyšetření, aby se s léčbou v případě potvrzení diagnózy mohlo hned začít. Pacienti operovaní v naší nemocnici si mohou při propuštění vybrat, zda budou na kontroly docházet do ambulancí našeho oddělení nebo ke svému spádovému ortopedovi. Většina pacientů dává přednost kontrolám v našich ambulancích.

» *Ortopedický tým samozřejmě netvoří pouze primář, ale také další lékaři a odborný nelékařský zdravotní personál, sestry, sanitáři. Jak byste svůj současný tým charakterizoval?*

Týmová spolupráce je u nás stejně jako u jakéhokoli jiného oboru nutností. Celý současný lékařský tým nastoupil až za mého působení. Kolegy jsem přijímal jako čerstvé absolventy medicíny a měl možnost je postupně prakticky zaškolit. Jsou skutečně velmi dobří. Rád však pochválím i naše sestřičky a sanitáře. Základní předpoklad stát se dobrým lékařem v chirurgických oborech včetně ortopedie představuje manuální zručnost, například při některých domácích činnostech, jako jsou



Ilustrační foto.

některé opravy kolem chaty či domu. Ostatní už ukáže praxe a potřebné nadšení pro obor. Být dobrým ortopedem je fyzicky i časově náročné, dlouho trvá, než se potřebným dovednostem člověk naučí. Pokud zájemce o obor toto vše zvládne, tak má o dobrou budoucnost postaráno.

» *Ortopedické oddělení kladenské nemocnice si letos připomíná 75 let své existence. Při této příležitosti se 7. června uskutečnilo přátelské posezení bývalých i současných členů ortopedického oddělení a zavzpomínalo se na významné předchůdce. Jaké dojmy si z této události odnášíte?*

Naprosto pozitivní. Na setkání přišli téměř všichni lékaři, kteří na kladenskou ortopedii v minulosti působili a jsou ještě mezi námi. Skutečně s nadšením jsem si popovídal s panem doktorem Luborem Václavkem, dnes už vlastně legendou kladenské ortopedie, který zde kdysi pracoval jako zástupce tehdejšího primáře MUDr. Jaroslava Vicha. Ale pohovořil jsem ještě s několika dalšími kolegy působícími zde ještě před mým nástupem v roce 1993. Na setkání jsem si uvědomil, že jsem historicky za těch uplynulých 75 let teprve třetí primář kladenské ortopedie. Rád bych poděkoval všem, kteří se tohoto milého setkání nejen zúčastnili, ale hlavně těm, kteří ho připravili. Bylo to prostě skvělé.

» *Pane primáři, letos jste se po 31 letech rozhodl od příštího roku svůj primariát dále nezastávat. Co byste popřál svému budoucímu nástupci, který vzejde z výběrového řízení?*

Popřál bych, aby se mu podařilo nejen udržet nastavenou vysokou kvalitu práce celého oddělení, ale zároveň aby ji ještě dál posunul. Například zaváděním dalších modernějších postupů, které budoucnost ortopedii jako celku bezesporu bude přinášet. Přeji mu současně, aby měl i dobré vztahy se všemi zaměstnanci celého ortopedického oddělení.

» *Děkujeme za rozhovor a přejeme hodně zdraví a štěstí.*



# Stručná historie kladenské ortopedie pohledem MUDr. Petra Žofky

Ortopedie se v Kladně od chirurgie osamostatnila v roce 1949. Za celých 75 let v jejím čele stáli pouze tři primáři. Prvním se stal v letech 1949–1975 MUDr. Ludvík Seidl, který přišel z Prahy od profesora Zahradníčka. Od roku 1975 ho vystřídal MUDr. Jaroslav Vích, post jeho zástupce zastával MUDr. Lubor Václavěk. Od roku 1993 stojí v čele oddělení MUDr. Jan Deniger, do Kladna rovněž přešel z pražské kliniky. Na kladenském ortopedii pracoval také jako ještě mladý budoucí přední český ortoped Prof. MUDr. Oldřich Čech, DrSc., v pozdějších letech spolupracoval s kladenskou Poldovkou při vývoji nových nástrojů a implantátů, na Kladno vždy rád vzpomínal. Stabilně a dlouhodobě působily ve vedení oddělení také vrchní sestry.

V Kladně v sobě vždy ortopedie obsahovala také traumatologii, tím oddělení mělo o enormní množství práce postaráno. Postupně přibyla neurochirurgie se spondylochirurgií včetně popáleninové a plastické chirurgie. Kladenská ortopedie kdysi disponovala 120 lůžky, existoval proto prostor se věnovat také rehabilitaci. Na začátku v léčebných postupech převažovala konzervativní léčba. Zavedení modernějších léčebných metod probíhalo v postupných krocích. Kladenská ortopedie měla v bývalém Československu pověst špičkového pracoviště. V roce 1972 zde tehdejší lékaři provedli první operaci – totální endoprotézu kyčle mimo klinické pracoviště. Tím, že zde pan profesor, tehdy ještě asistent, Čech vyvíjel ve spolupráci s kladenskou Poldovkou nové instrumenty a implantáty, o novinky jsme nouzi neměli.

Zajímavou historickou poznámku uvádí ve svém článku Vzpomínka na prim. MUDr. Jaroslava Vicha zveřejněném v roce 2018 Doc. MUDr. Jiří Stehlík: „Oddělení tak mohlo řešit rozsáhlé spektrum akutních i chro-



Ilustrační foto.

nických poškození měkkých tkání od otevřených zlomenin přes infikované paklouby, ztrátová či popáleninová poranění a dekubity. V rámci neurochirurgické specializace bylo schopné ošetřit páteřní a kranio-cerebrální poranění a při možnosti využití operačního mikroskopu provádět sutury nervů i cév tím nejmmodernějším způsobem.“

V průběhu doby se měnila i pooperační péče. V 80. letech se pacienti propouštěli z nemocnice až po zhojení operační rány. Jeden příklad: pacient po totální endoprotéze kyčle týden ležel s nohou v antirotační botě a pak ještě nejméně dva týdny rehabilitoval v nemocnici. Doporučovalo se půl roku chodit o podpažních berličích. Dnes pacient vstává

z lůžka první den po operaci a do týdne jde domů.

Od přelomu tisíciletí se poměrně radikálně změnil způsob práce. Nešlo jen o novou techniku a léčebné metody, ale hlavně léčebnou filozofii. Prosazují se akutní operace úrazů a zkracování hospitalizační doby i u velkých operací, často až na hranici jednodenní chirurgie. Operují se lidé, kteří by byli v dřívějších letech kontraindikováni z důvodu věku nebo přidružených chorob.

I v administrativě se hodně změnilo. Zatímco kdysi se vizita dělala především u lůžka a zápis se pořídil rukou za pár minut, nyní se větší část vizity zaznamenává do elektronické podoby. Stejně tak v ambulanci a na operačním sále zabere nejvíc času psaní nálezu a kódování výkonů.

Jsem rád, že jsem zažil dobu, kdy se ještě v ortopedii improvizovalo a operace byly dobrodružstvím. A jsem rád, že ta doba je za námi a bude to stále lepší a lepší.

MUDr. Petr Žofka  
lékař ortopedicko-úrazového oddělení ON Kladno



**TAKOVÉTO OPERAČNÍ NÁSTROJE** měli v minulosti k dispozici lékaři kladenské ortopedie.



# Kladenská nemocnice se snaží o zformování ambulantního paliativního týmu

Zdravotníci z řad lékařů i sester Oblastní nemocnice Kladno měli 3. června možnost účastnit se zajímavého interního vzdělávacího semináře zaměřeného na paliativní péči a její optimální nastavení v rámci nemocničního provozu. Seminář se uskutečnil v době, kdy sama ON Kladno intenzivně pracuje na přípravách vytvoření ambulantního paliativního týmu. Ten by měl v rámci nemocnice zajišťovat odborné poradenství a služby pacientům, u nichž se přístupy paliativní péče jeví jako nanejvýš prospěšné.



Ilustrační foto.

Seminář lektoroval PhDr. Martin Loučka, zakladatel Centra paliativní péče, psycholog a odborný asistent na oddělení lékařské psychologie 3. lékařské fakulty UK se zahraničními zkušenostmi v oboru paliativní medicíny. Odbornou garantkou semináře za ON Kladno byla MUDr. Mgr. Jana Šeblová, Ph.D., z Centrálního a urgentního příjmu kladenské nemocnice, lékařka s dlouholetými zkušenostmi a se specializovanou působností v oborech urgentní medicíny a anesteziologie a resuscitace.

Ukazuje se, že paliativní péče je v kladenské nemocnici, stejně jako v jiných obdobných zdravotnických zařízeních tohoto typu, velmi potřebná. Na urgentní příjem se občas dostanou pacienti, jimž léčebné metody intenzivní medicíny již nedokáží přinést potřebný benefit v podobě vyléčení nebo významného zvýšení kvality života, třeba operací. Jde například o onkologické pacienty, u nichž se možnosti tzv. kurativní („léčebné“) medicíny vyčerpaly, ale přesto zdravotní péči nadále potřebují, ale již jinou, tzv. paliativní neboli péči zaměřenou na kontrolu symptomů. Popisovaných pacientů navíc v průběhu času postupně přibývá.

„Publikované odborné studie z poslední doby boří v obecné populaci zakořeněné mýty, že by snad paliativní péče měla zkracovat život. Naopak potvrzují, že paliativní péče pacien-

tům přináší výrazné zvýšení kvality života a přenesené pak také jejich rodinám,“ vysvětluje MUDr. Mgr. Jana Šeblová, Ph.D. „Když odstraníme bolest nebo jiné příznaky, co pacienti trápí, mají ve zbytku života čas na své blízké nebo na to, co považují za důležité v čase, který jim zbývá,“ doplňuje.

**» Ukazuje se, že paliativní péče je v kladenské nemocnici velmi potřebná. «**

Zdravotníci se proto v rámci interních debat začali tématem intenzivněji zabývat. V dané záležitosti našli rovněž podporu u vedení kladenské nemocnice. Výše popisovaný seminář představoval jednu z prvních iniciativ, jak si zdravotníky pro paliativní péči tzv. získat: semináře se mohl zúčastnit kdokoli z nich. Šlo o to ukázat, co taková péče může nemocnici přinést.

**Vysněná meta: paliativní lůžka**

Jak podotýká paní doktorka Šeblová, jde o péči cílenější a lidštvější. Existují například kombinace lůžkové a domácí paliativní péče, některým pacientům to může umožnit, být s relativně závažnými diagnózami, návrat domů, mezi své blízké, což

přináší v mnoha případech významné zlepšení například psychiky. „Byli bychom rádi, pokud by se nám zde v kladenské nemocnici podařilo za nějakou dobu otevřít alespoň několik skutečně paliativních lůžek, respektive jednolůžkových pokojů, kde by pacienti mohli s rodinami trávit společný čas. Zatím jde o naši výhledovou vizi, ale budeme se snažit k tomuto cíli směřovat,“ vysvětluje.

**Reálný začátek: ambulantní paliativní tým**

Pro začátek se proto jako nejvhodnější postup jeví vytvoření nemocničního ambulantního paliativního týmu, který by se na řešení potřebných záležitostí napříč nemocnicí zaměřil. Brzy po semináři se šlo přibližně 20 zaměstnanců nemocnice, kteří projevíli zájem v paliativním týmu působit. Jednalo se o zdravotníky různých odborností: „Paliativní péče je vysloveně mezioborová,“ upozorňuje paní doktorka Šeblová. „Podstatnou součástí paliativního týmu nejsou jen lékaři, ale hlavně všeobecné sestry, dále třeba psycholog nebo sociální pracovník. Nicméně některé pozice budeme muset hledat také z externích zdrojů mimo nemocnici,“ doplňuje.

Zájemci z řad zdravotníků kladenské nemocnice se na semináři dozvěděli, jaké jsou principy a možnosti paliativní péče. Současně také to, jaké úlohy v paliativním týmu zastávají

jeho jednotliví členové a co taková práce přináší v praxi. „Jde hlavně o vhodnou komunikaci při sdělování špatných zpráv. Lékaři se musí naučit vhodně indikovat analgetickou léčbu a na to navazující léčbu kontroly symptomů. Sestry se zase musí orientovat ve specifických ošetrovatelských postupech,“ uvádí MUDr. Šeblová. Lektor semináře PhDr. Martin Loučka účastníkům semináře celé široké téma přiblížil na konkrétních příkladech z praxe a modelových ukázkách práce paliativního týmu.

**Proškolení a jednání se zdravotními pojišťovnami**

Zájemci o účast na práci paliativního týmu z řad nemocničních zdravotníků nyní zvažují své reálné možnosti, do jaké míry se mohou v paliativním týmu angažovat. V průběhu letošního podzimu pak proběhne potřebné proškolení a kurzy.

Vedení nemocnice v mezidobí plánuje zúčastnit se výběrového řízení na Krajském úřadě Středočeského kraje týkajícího se uzavření smlouvy o poskytování a úhradě hrazených zdravotních služeb v oboru ambulantní péče paliativní medicína. Po tomto výběrovém řízení a získání oprávnění poskytovat tento druh péče budou následovat samotná jednání se zdravotními pojišťovnami.

O dalším průběhu příprav vás budeme průběžně informovat.



# Vzestup výskytu pohlavně přenosných onemocnění registrují také venerologové naší nemocnice

Venerologové kožního oddělení Oblastní nemocnice Kladno (ON Kladno) v letech 2019 až 2023 průměrně ročně léčili 93 pacientů s prokázanou syfilidou a 30 pacientů s kapavkou. U dalších v průměru 51 pacientů ročně se pak jednalo o chlamydiová onemocnění. Všechny uváděné nemoci měly ve své většině pacienty společně udaný způsob přenosu: nechráněný pohlavní styk. Vůbec nejvyšší vzestup v uváděném období je registrován u syfilidy, mezi lety 2021 a 2022 se počet pacientů zvýšil o 26.

Od té doby převyšují roční počty syfilidy, které diagnostikuje kožní oddělení ON Kladno číselkovku 100. Jen za letošní první pololetí kladenští venerologové zjistili 65 případů syfilidy, 42 výskytů kapavky a 45krát chlamydiová onemocnění.

Kladenští venerologové proto na lidi apelují, aby zvýšili svou obezřetnost a vyvarovali se sexuálních kontaktů s neznámými lidmi.

Spektrum oblastí, ze kterých se rekrutují pacienti venerologické ambulance kladenské nemocnice, je velmi široké. Významnou část pacientů tvoří kromě nemocných z kladenského regionu také pacienti z Prahy, Berouna, Slaného a dalších lokalit. Je plně vytižena. V ambulanci se střídají jednotliví lékaři kožního oddělení. Ambulance funguje každý pracovní den v ranních hodinách od 7:30 do 9:00 hodin. Vzhledem k omezené denní kapacitě počtu maximálně 10 pacientů je důležité, aby se potenciální klienti předem domluvili nebo objednávali na telefonu

774 958 466 – volat je možné ve všední dny od 7:30 do 13:00 a od 13:30 do 14:30 hodin. Při jakémkoli byt jen podezření na možnost nákazy je naprosto nezbytné, aby pacienta prezenční formou vyšetřil lékař.

Pacienti přicházejí většinou kvůli konkrétním projevům, například výtoku z močové trubice nebo vaginy, pálení či řezání při močení, hnisavému vřidku, vyrážce, bolesti v podbřišku či genitálu. Často udávají nedávný nechráněný pohlavní styk. Ve větším zastoupení přicházejí muži než ženy. V případě syfilidy je navíc často nutná hospitalizace spojená s intramuskulární aplikací antibiotik. Uváděný postup je nutné volit alespoň v úvodu s ohledem na riziko možných nežádoucích reakcí. V případě potvrzené kapavky dochází často k hospitalizaci pacienta z důvodu nutnosti podávat antibiotika nitrožilně, neboť v praxi se u některých pacientů projevuje rezistence na novější či v minulosti běžně podávaná antibiotika.

## Celý text o problematice pohlavně přenosných nemocí

léčených venerologickou ambulancí Kladenské nemocnice si můžete přečíst na stránkách [www.nemocnicekladno.cz](http://www.nemocnicekladno.cz) v odkaze **aktuality**.

Minorita pacientů se, bohužel, s obdobnými diagnózami do péče venerologické ambulance po čase opět vrací. Vyskytují se pacienti, kteří se i přes zřetelně zdravotníky definovaná doporučení v okamžik potvrzení nákazy pohlavně přenosnou nemocí (STD), jejichž akceptaci stvrzují svým podpisem, do venerologické ambulance ve velmi krátké době vrací z důvodu porušení doporučených postupů. Takoví pacienti se pak na opakovaném vyšetření finančně podílejí.

Při prokázání diagnózy nákazy pohlavně přenosnou nemocí je každý pacient vždy informován o nutnosti dodržovat potřebná opatření k zamezení dalšího šíření: jde především o sexuální zdrženlivost a podrobení se potřebné léčbě. Dané téma je v ČR také legislativně upraveno v příslušných právních předpisech, kdy současně zdravotnická zařízení úzce spolupracují s orgány ochrany veřejného zdraví. Legislativa obsahuje i příslušná sankční opatření.

Inzerce

**LÁZNĚ LIBVERDA** jsou malebné lázně ležící u Liberce, 2 hodinky od Kladna. Nabízí celou řadu skvělých léčebných a wellness pobytů. Bohatý výběr procedur i vyžití ve volném čase.

## REGENERACE TĚLA I DUCHA V JIZERSKÝCH HORÁCH

### LÁZEŇSKÁ LÉČBA

Již od 14 dní, nabízíme i pokoje bez doplatku. Léčíme pohybový aparát, neurologická, onkologická a kardiologická onemocnění. Dále nabízíme ambulantní fyzioterapii – skvělé k hotelovému ubytování.

### PRODLOUŽENÝ VÍKEND

**25. – 28. 10. 2024**

3 noci | **od 6.111 Kč**

Např. pobyt Wellness & Relax, Antistresový balíček nebo novinka Aroma terapie s léčebnými produkty.

Všechny zahrnují ubytování, polopenzi a špičkové wellness procedury.

### KOMPLEXNÍ LÁZEŇSKÁ KÚRA

Min. 7 nocí | **od 15.057 Kč**

Ubytování, polopenze formou bufetu, vstupní lékařská konzultace, min. 18 procedur, káva a zákusek.

**Nabídku dalších výhodných pobytů najdete na našem webu nebo nám zavolejte pro zaslání katalogu.**

+420 482 368 100-103 | [info@lazne-libverda.cz](mailto:info@lazne-libverda.cz) | [www.lazne-libverda.cz](http://www.lazne-libverda.cz)

Práha  
Brno

Lázně Libverda  
SVA KÚRA LIBVERDA  
Lázně Libverda s.r.o. | Lázně Libverda 100, 502 01 Libverda

Při předložení voucheru  
**KÁVA ZDARMA**  
NEMOC. KLADNO

# Představitelé naší nemocnice na akcích kladenské zdravotní školy



Velmi úzká spolupráce mezi Oblastní nemocnicí Kladno (ON Kladno) a Střední zdravotnickou školou a Vyšší odbornou školou zdravotnickou Kladno (SZŠ a VOŠZ Kladno) má mnoha letou tradici. V nemocnici například probíhá praktická výuka a odborná praxe studentů školy. Je proto přirozené, že se zástupci kladenské nemocnice účastní některých akcí pořádaných zdravotnickou školou. Předseda představenstva ON Kladno Ing. Jaromír Bureš se společně s hlavní sestrou Ing. Bc.

Lucií Lidickou 17. 6. na kladenském náměstí Starosty Pavla účastnili 20. ročníku akce pořádané SZŠ a VOŠZ Kladno nazvané První pomoc pro všechny. Již tradiční událost byla určená široké veřejnosti. Na akci zavítalo historicky rekordních, více než sedm set návštěvníků.

Na šesti stanovištích ukazovali členové školního kroužku první pomoci například, jak ošetřit různá poranění, třeba krvácení nebo zlomeniny. Poranění byla namaskována, takže si každý mohl představit, jak asi vypadají ve

skutečnosti. Na dalších stanovištích se mohli návštěvníci seznámit s resuscitací, péčí o postiženého v bezvědomí. Účastníci akce si také mohli nechat změřit tlak.

Akce probíhala za úzké součinnosti složek integrovaného záchranného systému – zdravotnických záchranářů, policistů a hasičů. Návštěvníci měli příležitost vidět ukázky zásahu záchranné služby ve spolupráci s městskou policií. Prohlédli si rovněž vybavení a interiéry vozů záchranné služby a hasičského sboru.

Hlavní sestra Lucie Lidická se dále 20. 6. osobně zúčastnila slavnostního aktu – absolutoria letošních absolventů školy, oboru všeobecná zdravotní sestra. ON Kladno přeje čerstvým absolventům školy vše dobré a těší se na případnou profesní spolupráci.

Dne 3. 9. pak Lucie Lidická přivítala studentky a studenty v posluchárně naší nemocnice. Stejně jako každý rok budou studenti docházet na odbornou praxi v rámci jednotlivých oddělení naší nemocnice a získávat praktické zkušenosti přímo v terénu.

## Pojďte pracovat do kladenské nemocnice

Oblastní nemocnice Kladno nabízí průběžně zajímavé pracovní nabídky pro zdravotníky z řad nejen lékařů, ale také všeobecných sestřiček. Veškeré aktuální informace nemocnice publikuje na stránkách [www.nemocnicekladno.cz](http://www.nemocnicekladno.cz) v sekci Kariéra.

### Motivační náborové příspěvky pro nové sestřičky: půl milionu na interně, 300 tisíc na urologii či pneumologii

Co se týče nelékařského zdravotnického personálu, tzn. všeobecných sester, tak aktuálně nejvíce poptávané volné pozice jsou na interním, pneumologickém a urologickém oddělení. ON Kladno zde novým všeobecným sestřičkám nabízí velmi zajímavé náborové příspěvky. Jejich výše je na urologickém nebo pneumologickém oddělení 300 000 Kč, na interním oddělení dokonce 500 000 Kč. Zájemci mohou nemocnici kontaktovat na e-mailové adrese [michaela.iblova@nemk.cz](mailto:michaela.iblova@nemk.cz) nebo telefonním čísle 312 606 125. Podrobnosti najdete na [www.nemocnicekladno.cz](http://www.nemocnicekladno.cz), sekce Kariéra, rubrika Zdravotnické pozice.

### Nemocnice uvítá i nové lékaře

Nové lékaře kladenská nemocnice uvítá na oddělení pneumologickém,

chirurgickém, dětském, onkologickém či gynekologickém...i na těchto pozicích je možné využít náborový příspěvek. Zájemci mohou nemocnici kontaktovat na e-mailové adrese [alice.mladkova@nemk.cz](mailto:alice.mladkova@nemk.cz) nebo telefonním čísle 312 606 120. Podrobné informace najdete na [www.nemocnicekladno.cz](http://www.nemocnicekladno.cz), sekce Kariéra, rubrika Zdravotnické pozice.

### Stipendijní programy pro studenty nelékařských zdravotnických oborů

Kladenská nemocnice nabízí studentům denního studia nelékařských zdravotnických oborů praktická/všeobecná sestra, zdravotnický záchranář, farmaceutický asistent, radiologický asistent a zdravotní laborant motivační stipendijní program. Zároveň úzce spolupracuje s celou řadou vzdělávacích institucí, které připravují k výkonu povolání budoucí zdravotníky, například kladenskou zdravotnickou školou či Fakultou biomedicínského inženýrství ČVUT nebo všemi třemi pražskými



Ilustrační foto.

lékařskými fakultami. Zájemci o stipendium nás mohou kontaktovat na e-mailu [michaela.iblova@nemk.cz](mailto:michaela.iblova@nemk.cz) nebo telefonu 312 606 125. Detaily najdete na [www.nemocnicekladno.cz](http://www.nemocnicekladno.cz), sekce Kariéra, rubrika Stipendijní programy.

### Benefity pro zaměstnance

ON Kladno má výbornou dopravní dostupnost do Prahy, na linky trasy metra A Nádraží Veveřín nebo metra B Zličín. Pracovní uplatnění zde nacházejí zdravotníci upřednostňující prostředí menší nemocnice, ale přitom s erudovanými, zkušenými kolegy a moderním pří-

strojovým vybavením. ON Kladno nabízí celou řadu zaměstnaneckých benefitů: dotované závodní stravování, umístění předškolních dětí v nemocniční dětské skupině Rybička, zkrácené úvazky, příspěvek do penzijního připojištění, podporu dalšího vzdělávání na náklady nemocnice, možnost zvyšování kvalifikace, zvýhodněné masážní služby, slevy v nemocniční lékárně a zdravotnických potřebách, právní pomoc v soukromých záležitostech, u vybraných pozic městský byt...

ON Kladno se s případnými novými kolegyněmi či kolegy těší na eventuelní spolupráci!



# Pracujte ve zdravotnictví: se sanitářským kurzem můžete začít již letos na podzim

Uzávěrka přihlášek do sanitářského kurzu je v pondělí 7. října 2024.

Oblastní nemocnice Kladno pořádá další z pravidelně konaných sanitářských kurzů. Přihlášky je možné podávat do pondělí 7. října na e-mailovou adresu [michaela.iblova@nemk.cz](mailto:michaela.iblova@nemk.cz).

Kurz bude probíhat každý pracovní den od 8:00 do 15:00 hodin v období přibližně od poloviny října až do poloviny listopadu. Kurzovné je ve výši 6000 Kč. Přihlásit se mohou zájemci starší osmnácti let s ukončeným základním vzděláním a v dobrém zdravotním stavu. Na praktickou výuku musí mít uchazeč absolvované nebo alespoň zahájené očkování proti hepatitidě typu B doložené potvrzením. Jde o akreditovaný kvalifikační kurz sestavený dle osnov schválených Ministerstvem zdravotnictví. Sanitářské kurzy se v kladenské nemocnici organizují již 34 let.

Účastníci kurzu absolvují v posluhářské nemocnici 100 hodin teorie. Cenné zkušenosti získají v průběhu dalších 80 hodin praxe na určených odděleních. Postupně se naučí základům ošetrovatelské péče, poskytování první pomoci, spolupráci v týmu či bezpečnosti práce ve zdravotnických zařízeních. Seznámí se také s etickými a právními aspekty zdravotnické profese, naučí se manipulaci s lůžky a zdravotnickou technikou a osvojí si dovednosti pro práci s pacienty při jejich polohování, obvazování, rehabilitační péči, hygieně a stravě.

Kurz je zakončen vykonáním teoretické a praktické zkoušky před zkušební komisí. Absolvent obdrží osvědčení MZ ČR, kterým získá odbornou způsobilost k výkonu povolání sanitáře.

## A co sanitáři v nemocnicích například konkrétně dělají?

- Pomáhají sestřičkám při hygieně pacientů,
- provádějí další pomocné činnosti při poskytování ošetrovatelské péče,
- pomáhají s převážením pacientů na různá vyšetření,
- zajišťují transport biologického a zdravotnického materiálu,
- kontrolují, doplňují materiál na oddělení.

Veškeré potřebné detaily ke kurzu najdete na internetových stránkách [www.nemocnicekladno.cz](http://www.nemocnicekladno.cz) v sekci **Aktuality**. V případě potřeby telefonické konzultace se můžete obrátit na číslo 312 606 125.

Zajímavé pracovní uplatnění pro kvalifikované sanitáře nabízí také kladenská nemocnice. Bližší podrobnosti na [www.nemocnicekladno.cz](http://www.nemocnicekladno.cz) v sekci **Kariéra**, rubrice **Zdravotnické pozice**.

## Dětská soutěž s Galeríí Jaroslava Hrušky



V kladenské nemocnici působící Galerie Jaroslava Hrušky organizuje od 16. 9. do 20. 10. 2024 Kreativní soutěž pro děti od 6 do 18 let: mohou vytvořit originální černobílý nebo barevný obrázek s rozměry minimálně A4 a maximálně 100 x 70 cm. Autoři tří nejlepších děl vybraných pomocí sítě facebook a tří dalších vyhodnocených jako nejlepší hodnotícím týmem obdrží odměny. Podrobnosti najdete na [www.galeriejh.cz](http://www.galeriejh.cz). Galerii provozuje Spolek Hruška.

Inzerce

Das WeltAuto.  
Prověřené ojeté vozy

VOLKSWAGEN  
FINANCIAL SERVICES

# Auta jako fungl nová.

#menimauto

AMOND

RV2400256/03

Simfina

A je to tady! Opět nabízíme  
velmi žádané pozice.

# Chytrý přivýdělek se Simfinou

Využijte této nabídky a **volejte**. Přidejte se k našemu týmu a přivýdělejte si až **desítky tisíc měsíčně!**

**Jedině u nás dostanete tyto výhody:**

- Pravidelná **týdenní výplata** a speciální **provizní akce**
- Nemusíte nikoho shánět, **zákazníci vám budou přidělení**
- **Postaráme se** vám o registraci u ČNB
- Pracovat budete v **místě svého bydliště**
- Dostanete **mobilní zařízení** a **výhodný tarif**

Volejte zdarma  
**800 023 041**

RV2401760/18

## Lékárna i prodejna zdravot- nických potřeb jsou tu pro vás

### Lékárna

#### pavilon CAM

kladenské nemocnice  
pondělí–pátek 7:30–16:00 hod.

- výdej léčiv na předpis
- široký sortiment léčiv a doplňků stravy bez předpisu
- odborné poradenství

### Zdravotnické potřeby

#### pavilon E

kladenské nemocnice  
tel.: 312 606 191  
e-mail: zdravotnicke.potreby@nemk.cz

pondělí–pátek 8:00–16:00 hod.

- výdej zdravotních pomůcek na předpis
- poradenství s výběrem pomůcek
- prodej zdravotních pomůcek

## Dobrá duše kladenské nemocnice: Irena Bušková má své zdravotníky a pacienty ráda

**VÍCE NEŽ 20 LET** mohou zdravotníci i pacienti Oblastní nemocnice Kladno v ranních a dopoledních hodinách potkávat na chodbách příjemnou a milou paní Irenu Buškovou. Ta se svým vozíkem postupně na několika staničních nabízí lidmi nejvíce žádaný sortiment: nápoje, denní tisk, časopisy, drobné trvanlivé občerstvení, základní drogerii. Že si za dobu svého působení v nemocnici získala obecně velkou oblíbenost svědčí fakt, že na mnoha staničních ji ještě před jejím příjezdem vyhlíží její věrní zákazníci čekající na své zboží.

„Jezdím po všech odděleních. Na myšlenku nabízet tuto službu mě kdysi přivedla moje sestra, která podobný servis v jiné nemocnici prostrádala. Mně se její nápad líbil, oslovila jsem kladenskou nemocnici a od té doby jsem vlastně její nedílnou součástí.

Odměnou jsou pro mě spokojení zákazníci, ať již pacienti nebo zaměstnanci nemocnice,“ vypráví s úsměvem na tváři paní Bušková.

Její služby nejvíce oceňují pacienti upoutaní na lůžko. „Krátká, lidská, upřímná rozmluva a možnost koupit si něco ke čtení nebo dobrého na zub většinou pacientovi

dokáže vrátit do oka určitou jiskru,“ říká. „Nemám ráda situace, kdy se již pacient z nemocnice domů nevrátí, to vždy obrečím,“ dodává smutně.

V nemocnici paní Bušková pracuje od pondělí do soboty celou první část dne: než objede všechna svá pravidelná stanoviště, v podstatě se nezastaví, začíná již v 7 hodin ráno a končí zpravidla ve 13 hodin.

A jde také s dobou, zaměstnanci kladenské nemocnice mohou úhrady, kromě platby v hotovosti, provádnout i přes QR kód.

Až tedy potkáte třeba právě vy v kladenské nemocnici paní Buškovou, neváhejte a něco si také kupte, prohodíte přitom třeba i pár milých slov.

„Já jsem mezi lidmi moc ráda, a navíc když mě třeba něco malinko trápí, tak mezi lidmi se cítím hned líp,“ dodává na závěr Irena Bušková.



Inzerce



RESIDENCE

U zámecké  
zahrady

## Poslední byty na prodej



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



+420 739 367 558



[pavel.vakes@best-led.cz](mailto:pavel.vakes@best-led.cz)



Zádušní 36515, Kladno



	HLUK	NEVLASTNITI	OHMATAT	STŘEDOVĚKÁ VÝPLŇOVÁ KRUŽBA		INICIÁLY OGOUNA	SLOVEN. POLIT. STRANA (ZKR.)	HLUPÁK	ZN. JEDNOTKY PRÁCE (KILOKALORIE)	SPZ PRAHY-MĚSTA		BULHAR. FILM (B. STAPANĚV)	ŠPANGLE		CHEM. ZN. OXIDU OLOVNATÉHO	PŘEDNÁŠEČ	PODZEMNÍ HROBKA
NÁŠ CHEMIK FYZIKÁLNÍ					LEHKOATLETICKÁ DISCIPLÍNA						SPZ OPAVY			BLÁBOL			
REKONSTITUOVANÉ MASO					LÁTKA NA OVINITÍ NOHOU						ANGL. BOMBARDÉR						
ATOL V SOUOSTROVÍ NÍZKÉ OSTROVY						DOMÁCKY OLGA				BATOHY							
						ROZEDNÍVAT				ODPADLÍK							
TAJENKA 1							RONITI SLZY								SPZ TEPLIC		
							OZNAČENÍ LETADEL GABONU								PLNIT TEKUTINOU		
ŘECKÁ HRDINKA									NELSON						NĚM. BÍDA		
									DOPAD						NADÁVATI		
LITEVSKÁ MINCE				TOČIVÝ POHYB PŘI OBTEKÁNÍ PŘEKÁŽKY				POSTAVA OPERY: PROKOFJEV - VOJNA A MÍR POHANĚTI					HRDINKA POČÍTAČOVÝCH HER				
				ČÁST ZDARU NAD SÁZAVOU									ZKR. STÁTNÍ ARBITRÁŽE				
	NĚKAM (BÁSNICKY)	KDO SE ZABÝVÁ ETIKOU	ÚSPĚŠNÉ DÍLO				SNÍŽENÝ TÓN					ČERNÝ (LAT.)	TANEČNÍ MÍSTNOST			VČELÍ SPOLEČENSTVÍ	OBYVATEL ZÁPADOČ. MĚSTA
			KETOSA				OZNAČENÍ DRUHU VLAKU						NEALKOHOOLICKÝ NÁPOJ				
ŽVANIT						TAJENKA 2											
						TA I ONA											
EGYPTSKÝ PRABŮH (MYTH)					OSTŘÍKATI								DOMÁCKY IVO				
					OTEC (KNIŽNĚ)								OZNAČENÍ LETADEL SALVADORU				
BAKTERIE							INDIÁNSKÉ SYMBOLY							VYCHOVATELKA (ZE ŠPAN)			
NEVIDITELNĚ							ODVÁŽLIVEC							UKAZOVACÍ ZÁJMENO			

V tajence najdete konec citátu amerického režiséra a herce Woodyho Allena: „Nejenom že není žádný Bůh, ale zkuste třeba sehnat přes...“

## Recepty

### Fazolový hrnec (4 porce)

- 400 g sterilovaných rajčat
- 400 g uvařených bílých fazolí
- 200 g uvařených červených fazolí
- 200 g zelených fazolek
- 1 cibule
- 1 lžice oleje
- 3 stroužky česneku
- oregano, sůl, pepř

Cibulku nakrájíme najemno a zpěníme na oleji. Přidáme rovněž najemno pokrájená rajčata a koření, dusíme asi 20 minut. Poté přidáme všechny fazole a necháme dalších asi 10 minut podusit, vmícháme propasírovaný česnek, dochutíme solí a pepřem a podáváme teplé s knäckebrotem.

### Rajčatová polévka (4 porce)

- 500 g rajčat
- 1 kus červené papriky
- 1 středně velká cibule
- 3 stroužky česneku
- 750 ml zeleninového vývaru

- sůl, pepř, bazalka
- 3 lžice rostlinného oleje
- zakysaná smetana
- strouhaný sýr
- 2 francouzské bagety

Do pekáčku vložíme omytá rajčata, papriku zbavenou semínky, oloupanou rozpůlenou cibuli a 2 stroužky česneku. Přidáme 2 lžice oleje, sůl, pepř a promícháme. Vložíme do trouby na 180° na cca 20 minut. Upečenou zeleninu přendáme do hrnce, přidáme vývar a rozmixujeme tyčovým mixérem. Polévku vaříme asi 15 minut. Přidáme bazalku a dochutíme. Francouzskou bagetu si rozkrojíme a opečeme na lžici oleje. Opečenou bagetu potřeme stroužkem česneku. Polévku podáváme se strouhaným sýrem, lžící zakysané smetany a opečenou bagetou.

### Hovězí pečeně se zeleninou (1 porce)

- 100 g hovězího masa
- 10 g póruku
- 10 g cibule
- 30 g lilku
- 20 g fazolí

- 150 g brambor
- 30 g rajčat
- sůl, pepř

Maso nakrájíme na kousky a opečeme na sucho. Pak přidáme nakrájenou cibuli, podlijeme a dusíme. K poloměkkému masu přidáme nakrájenou ostatní zeleninu i s brambory. Rajčata předem oloupeme. Osolíme a opečíme.

### Jehněčí kotlety s fazolkami (2 porce)

- 2 jehněčí kotlety, cca 120 g/ks
- 1 lžice olivového oleje
- 200 g brambor
- 300 g zelených fazolek
- 1 lžice kari
- 1 lžice másla
- 1 citron

Citron vymačkáme a jednu lžici smícháme se lžící olivového oleje a směsí potřeme kotlety. Přikryté necháme chvíli odpočívat. Brambory oloupeme, nakrájíme a po vaříme asi 30 minut v osolené vodě. Mezitím očistíme fazolky, které po 18 minutách přidáme k bramborám. Slijeme. V jedné pánvi rozpálíme máslo, v druhé olej. Brambory spolu s fazolkami

vložíme do pánve s rozpáleným máslem, ochutíme kari a opečeme. Zároveň v druhé pánvi opečeme kotlety, a to z každé strany 2 až 4 minuty. Kotletu servírujeme na fazolkách a bramborách.

### Zeleninové rizoto s masem (1 porce)

- 40 g rýže
- 10 g cibule
- 30 g mrkve
- 30 g kedlubny
- 30 g květáku
- 100 g libového vepřového masa
- 5 g oleje
- zelená petržel, sůl, pepř

Na kostičky nakrájené maso opečeme na sucho, podlijeme, osolíme a udušime do měkka. Přebraňou, omytou rýží spaříme vařící vodou a dáme dusit na zpěněnou cibuli. Očištěnou zeleninu nakrájíme na drobné kostičky a dusíme v malém množství osolené vody tak, aby se všechna voda vydusila. K hotové rýži pak přidáme měkké maso, dušenou zeleninu a sekanou petrželku a vše zlehka promícháme. Na talíři můžeme ještě posypat strouhaným sýrem.



Since 1924

# Plně elektrické kombi MG5 Electric v MG Orbion Cars IHNEDE K ODBĚRU



S dotací již od **479 900 Kč vč. DPH**

- Dojezd až 450 km
- Skladové vozy ihned k odběru
- Možnost výkupu vozu na protiúčet



Kombinovaná spotřeba 160 – 170 Wh/km, emise CO<sub>2</sub> 0 g/km (dle normy WLTP).  
Údaje dle směrnice a nařízení EU nebo předpisů EHK. Dojezd 450 km s baterií 64 kWh.



**Orbion** cars

**ORBION CARS s.r.o.**  
Bavorská 6b, Praha 5 – Stodůlky