



ZPRAVODAJ

ZDARMA

nemocnicekladno.cz

Středočeský kraj

Představujeme Centrum robotické medicíny

Zkušební provoz systému Versius potvrdil špičkovou úroveň a bezpečnost

V květnu roku 2025 zahájila Oblastní nemocnice Kladno zkušební provoz robotického operačního systému Versius (robot, který pomáhá chirurgovi provádět přesné operace). Po úspěšném dokončení pilotní fáze nemocnice na konci září 2025 slavnostně otevřela Centrum robotické medicíny, které se stává jedním z nejmodernějších pracovišť svého druhu v České republice. „Rozhodnutí pořídit robotický operační systém v Kladně vycházelo především z potřeby nabídnout našim pacientům špičkovou, moderní a šetrnou chirurgickou péči. Robotická chirurgie je dnes zlatým standardem v léčbě řady urologických onemocnění (onemocnění močového systému a pohlavních orgánů) a postupně se prosazuje i v dalších oborech. Umožňuje provádět složité operace s vysokou přesností a minimálním poškozením okolních tkání,“ uvedl předseda představenstva ON Kladno Ing. Jaromír Bureš. „Zavedením tohoto systému se nám daří zvýšit kvalitu péče, zkrátit dobu hospitalizace a rekonvalescence a zároveň umožnit našemu týmu využívat nejmodernější technologie.“

Finanční podpora Středočeského kraje

Celkové náklady na pořízení systému činily 55 milionů korun, z toho



CENTRUM ROBOTICKÉ medicíny představili statutární náměstek hejtmanky Středočeského kraje pro oblast zdravotnictví Ing. Pavel Pavlík (vlevo) a předseda představenstva ON Kladno Ing. Jaromír Bureš.

38 milionů korun poskytl Středočeský kraj, jediný akcionář nemocnice. „Podpora inovací v krajských nemocnicích je pro nás prioritou. Robotická operativa zkracuje dobu hospitalizace, celkové rekonvalescence a pracovní neschopnosti, snižuje výskyt nežádoucích pooperačních komplikací a výrazně zlepšuje kvalitu života pacientů. Nemocnice zaznamenávají velkou poptávku po robotické chirurgii, a proto jsme se rozhodli systém podpořit,“ uvedl statutární náměstek hejtmanky pro oblast zdravotnictví Ing. Pavel Pavlík a připomněl i další benefit inovací v nemocnicích: „Inovace a moderní technologie jsou obrovským krokem vpřed ve zdravotní péči. Kromě toho,

že pomáhají pacientům, tak jsou i lákadlem pro lékaře. Na mnoho z nich už v dnešní době tolik neplatí motivační náborové finanční bonusy nebo nabídky bytů, ale právě kvalitní vybavení v nemocnicích,“ doplnil náměstek Pavel Pavlík.

85 pacientů bez komplikací

Od května do září 2025 provedli lékaři ON Kladno roboticky již více než 85 operací, nejčastěji u pacientů s nádory prostaty a ledvin. „Máme velkou radost, že všechny zákroky proběhly bez komplikací, žádnou operaci jsme nemuseli konvertovat (převést na klasickou operaci). Robotický systém Versius pracoval bezchybně,“ shrnuje primář urologického oddělení ON Kladno MUDr. Jiří Kočárek, Ph.D.

V urologii se roboticky provádějí zejména radikální prostatektomie (odstranění celé prostaty kvůli rakovině), dále parciální nefrektomie (odstranění části ledviny), adrenalectomie (odstranění nadledviny), cystektomie (odstranění močového měchýře) a další složité laparoskopické operace (operace prováděné malými řezy a kamerou).

Do budoucna chce tým rozvíjet také endourologické zákroky (operace uvnitř močových cest).

Pokračování na str. 3

Vážení čtenáři,



jsme v adventním období a blíží se Vánoce i konec roku 2025.

Pro kladenskou nemocnici byl letošní rok významný: díky podpoře Středočeského kraje jsme zahájili výstavbu nové budovy kuchyně a jídelny. Stavba pokračuje bez zásadních komplikací. Dokončili jsme i obnovu kanalizace v areálu nemocnice; kolaudace je brzy očekávána.

Rád bych poděkoval dětskému oddělení za přípravu nové ordinace praktického lékaře pro děti a dorost, která reaguje na nedostatek dětské primární péče. Ordinace nové pacienty přijímá podle aktuálních kapacitních možností a umožňuje snadný přístup k navazujícím dětským poradnám, pohotovosti i lůžkové péči.

Novinkou je také služba porodnice – návštěva porodní asistentky přímo v domácím prostředí pomáhá maminkám při péči o miminko. Další významnou novinkou je Centrum robotické medicíny, které nemocnice otevřela po úspěšném zkušebním provozu robotického operačního systému Versius. Robotická chirurgie umožňuje provádět složité operace s vysokou přesností a minimálním poškozením okolních tkání.

Přeji všem klidný advent, veselé Vánoce a hodně zdraví v novém roce.

Ing. Jaromír Bureš,
předseda představenstva



ROBOTICKÁ CHIRURGIE v ON Kladno: první certifikace a desítky úspěšných operací

Strany 3–4



DOKTORKA JANA ŠEBLOVÁ získala Cenu profesora Radka Ptáčka za vzdělávání lékařů

Strana 4



OTEVÍRÁME ORDINACI praktického lékaře pro děti a dorost

Strana 6

111. sezona
2025/26



Městské divadlo Kladno



▷ Dárkové poukazy

Rádi byste potěšili své blízké? Darujte jim dárkový poukaz do Městského divadla Kladno! K dostání na pokladnách MDK i Divadla Lampion nebo na www.divadlokladno.cz.



/divadlokladno

www.divadlokladno.cz



Gynekologicko-porodnické oddělení začalo operovat na robotickém systému Versius

Jako první tým v České republice získalo certifikaci pro tento systém.

Oblastní nemocnice Kladno rozšiřuje využití robotického operačního systému Versius na další obor – gynekologii. Tým gynekologicko-porodnického oddělení kladenské nemocnice se stal prvním gynekologickým týmem v České republice, který je pro práci s tímto robotickým systémem oficiálně certifikován.

„Zapojení našich gynekologů do robotického programu je dalším krokem v rozvoji Centra robotické medicíny. Robotická chirurgie přináší pacientkám šetrnější přístup, menší ztrátu krve, kratší dobu hospitalizace a rychlejší návrat do běžného života,“ uvedl předseda představenstva ON Kladno Ing. Jaromír Bureš.

Lékaři gynekologicko-porodnického oddělení využívají systém Versius při náročnějších výkonech, například při odstraňování dělohy (hysterektomii) nebo myomů (myomektomii).



TÝM GYNEKOLOGICKO-PORODNICKÉHO ODDĚLENÍ ON Kladno je vůbec první v ČR s oficiální certifikací pro práci s robotickým operačním systémem Versius.

Do budoucna plánují rozšířit robotickou operativu také na závažné operace při sestupu pánevního dna.

„Robotický systém Versius nám umožňuje provádět složité laparoskopické operace s ještě větší přesností a kontrolou. Oproti klasické laparoskopii je operativa přesnější, šetrnější k okolním tkáním a pacientky díky tomu trpí menší po-

operační bolestí a rychleji se zotavují. Moderní nástrojové vybavení navíc umožňuje dostat se i do jinak obtížně přístupných míst,“ popisuje primář gynekologicko-porodnického oddělení MUDr. Štěpán Urbánek.

Tým kladenských gynekologů má za sebou již několik roboticky asistovaných výkonů, všechny bez komplikací. „Zkušenosti jsou zatím velmi po-

zitivní – se systémem se pracuje dobře a pacientky jsou po výkonech v pořádku,“ doplňuje MUDr. Urbánek.

Získání certifikace pro práci s robotem předcházela náročná příprava. Lékaři museli absolvovat internetový kurz, splnit 16 úkolů v virtuálním simulátoru, projít třídním školením v polských Katovicích a následně provést tři zákroky pod dohledem zkušených zahraničních školitelů z Polska a Itálie přímo v kladenské nemocnici.

Na roboticky asistovanou operaci pacientky reagují podle primáře MUDr. Štěpána Urbánka většinou s příjemným překvapením a potěšením. „Samozřejmě se ptají, jak zákrok probíhá, ale to je běžné při každé plánované operaci,“ dodává s úsměvem pan primář.

Centrum robotické medicíny ON Kladno bylo slavnostně otevřeno letos na podzim a již během zkušebního provozu prokázalo vysokou efektivitu i bezpečnost systému. Po urologickém oddělení je gynekologicko-porodnické oddělení dalším pracovištěm, které začalo robotickou technologií aktivně využívat.

Představujeme Centrum robotické medicíny Zkušební provoz systému Versius potvrdil špičkovou úroveň a bezpečnost

Pokračování ze str. 1

Výhody pro pacienty i lékaře

Miniinvasivní robotická chirurgie přináší pacientům menší operační trauma, menší ztrátu krve, rychlejší rekonvalescenci a nižší pooperační bolest. „Celkově to znamená lepší výsledky a vyšší kvalitu života,“ vysvětluje primář.

Versius se zároveň zásadně liší od tradičních systémů díky modulární koncepci (robot má samostatná ramena, která lze volně rozmístit kolem operačního stolu). To přináší flexibilitu, více prostoru pro tým a efektivnější logistiku. „Ergonomie otevřené konzole snižuje fyzickou zátěž a únavu při dlouhých operacích. V praxi oceňujeme možnost přesného přizpůsobení robotické sestavy konkrétním výkonům, což zvyšuje bezpečnost a efektivitu,“ doplňuje prim. MUDr. Kočárek.

Intenzivní školení a podpora

Před zahájením provozu absolvoval robotický tým urologického oddělení intenzivní trénink, který zahrnoval teoretickou přípravu i praktický výcvik.

První operace probíhaly pod dohledem zahraničního preceptora (zkušený zahraniční odborník). „Spolupráce s implementačním týmem dodavatele robotického operačního systému Versius, firmy Promedica Praha, byla na velmi vysoké úrovni a klíčová pro naši bezproblémovou adaptaci na tuto moderní technologii,“ doplňuje primář.

Ambiciózní plány do budoucna

Vize kladenského centra je stát se moderním a respektovaným pracovištěm, které nabídne robotické výkony i v dalších oborech, například v chirurgii či gynekologii. „Chceme vybudovat referenční a školicí centrum s vysokou odborností, zapojit se do klinického výzkumu a vzdělávání mladých lékařů, tak aby se kladenská nemocnice stala lídrem robotické chirurgie nejen v Česku, ale i ve středoevropském regionu,“ říká prim. MUDr. Kočárek.

Přínos pro pacienty i zdravotní systém

Robotické operační systémy se v České republice využívají více než 20 let. Versius, vyvinutý v anglickém



STATUTÁRNÍ NÁMĚSTEK HEJTMANKY

Středočeského kraje pro oblast zdravotnictví Ing. Pavel Pavlík si robotický operační systém Versius prohlédl přímo na operačním sále.

Cambridge, přináší oproti konkurenci řadu inovací. „Moderní design umožňuje systém přizpůsobit specifickým potřebám každé operace, což zjednodušuje operativu. V praxi to znamená lepší využití operačního času a vyšší efektivitu,“ shrnul primář.

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 12. prosince 2025. Neprodejné.

Doktorka Šeblová vyznamenána Cenou profesora Radka Ptáčka

Lékařka oddělení centrálního a urgentního příjmu naší nemocnice MUDr. et Mgr. Jana Šeblová, Ph.D., FESEM, získala 27. listopadu od České lékařské komory (ČLK) Cenu profesora Radka Ptáčka za přínos v oblasti celoživotního vzdělávání lékařů. Cenu převzala z rukou prezidenta komory MUDr. Milana Kubka.

Paní doktorka Šeblová je průkopnicí české urgentní medicíny. Po studiu na 3. lékařské fakultě UK a překonání politických překážek v 80. letech působí v oboru již více než 30 let. Získala specializace v anesteziologii, resuscitaci a urgentní medicíně a podílela se na rozvoji evropského vzdělávání v urgentní medicíně, včetně spoluautorství prvního evropského curricula, později se snažila o přiblížení českého vzdělávacího programu v urgentní medicíně evropským standardům.

Dlouhodobě se věnuje pedagogické a vědecké práci, působí ve výborech EUSEM a ve výboru Společnosti urgentní medicíny a medicíny katastrof ČLS JEP. Jako členka týmu a národní koordinátorka studie Heroes rovněž zkoumá dopady pandemie covidu-19 na psychické zdraví zdravotníků. Ve volném čase se věnu-

je ochraně zvířat, horám a lyžování. „Paní doktorka má dva sny – být co nejdéle zdravá a soběstačná a zajistit, aby její děti a vnoučata žili ve světě přívětivém a bez katastrof,“ uvedl prezident ČLK MUDr. Milan Kubek při slavnostním předávání ceny.

„Jsem velmi poctěna, že mohu navázat na tak významné laureáty této ceny přede mnou. Děkuji za vaši podporu. Děkuji, že nastavujete laťku tak vysoko – všichni předchozí laureáti jsou mi velkou inspirací,“ uvedla paní doktorka Šeblová.

K mnoha gratulantům za získání ocenění se připojilo také vedení Oblastní nemocnice Kladno:

„Ocenění paní doktorky Šeblové nás velmi těší. Dlouhodobě odvádí skvělou práci a jsme rádi, že její úsilí a přínos byly takto oceněny. Děkuje jí za vše, co pro pacienty i ne-



OCENĚNÍ PŘEDAL DOKTORCE Janě Šeblové prezident České lékařské komory MUDr. Milan Kubek.

mocnici dělá,“ poznamenal předseda představenstva Ing. Jaromír Bureš.

„Paní doktorka Šeblová je respektovanou odbornicí, která má v našem oboru i v našem týmu pevné místo.

Její ocenění je zasloužené a my si vážíme její každodenní práce. Upřímně jí gratuluji a děkuji,“ doplnil náměstek pro léčebně-preventivní péči MUDr. Milan Náprstek.

Stromeček jsme ozdobili společně

V ÚTERÝ 25. LISTOPADU se park mezi pavilony A a E proměnil v malé vánoční setkání. Nadační fond pro perinatologii uspořádal tradiční zdobení nemocničního stromečku, ke kterému se přidali zaměstnanci, pacienti i návštěvníci. Nechyběly koledy ani vánoční cukroví, které pomohlo dokreslit příjemnou předvánoční atmosféru.



Zkušenosti chirurgů naší nemocnice s robotem Versius

Náš tým chirurgů je prvním týmem ve středních Čechách, který robotické chirurgické operace provádí.

Lékaři chirurgického oddělení Oblastní nemocnice Kladno se od září 2025 zapojují do práce s moderním robotickým operačním systémem Versius. Kromě chirurgů na robotu pracují také urologové i gynekologové.

„První robotickou operaci jsme provedli 18. září. Pacientka byla za pár dní po operaci doma,“ popisuje MUDr. Martin Očadlík, zástupce primáře chirurgického oddělení. Operace jsou bezpečnější a šetrnější pro pacienty a zároveň zkracují dobu hospitalizace.

Příprava na práci s robotem byla důkladná. Chirurgové i sestry prošli e-learningem, dvoutýdenním virtuálním tréninkem a praktickým kurzem v polských Katowicích. „Učili jsme se manipulovat s rameny robota, kamerovým systémem a joystickem. Každý z nás pak pod dohledem zkušeného lektora provedl tři operace, než jsme získali certifikaci,“ vysvětluje MUDr. Očadlík. Tým chirurgů

i sester nyní vlastní certifikaci pro práci s robotem a může operovat pacienty bezpečně a samostatně.

Od září tým provedl 18 operací – od jednodušších zákroků až po složitější resekční výkony. Robot Versius pracuje s neuvěřitelnou přesností a umožňuje přístup do oblastí, kam běžná laparoskopie nedosáhne. Operace jsou plynulejší a šetrnější pro pacienty a tým lékařů i sester získal cenné zkušenosti, které rozšiřují možnosti moderní chirurgie.

„Práce s robotem je úplně jiná než klasická chirurgie. Nástroje jsou přesnější a pohyby plynulejší. Je to krok do budoucnosti,“ dodává MUDr. Martin Očadlík. Robotická chirurgie přináší benefity nejen pacientům – menší komplikace a rychlejší rekonvalescenci, ale i lékařům a sestrám, protože práce je komfortnější a efektivnější. „Učit se novým metodám stojí úsilí, ale pokrok se nedá zastavit. Robotika je budoucnost,“ uzavírá zástupce primáře.

Gastroenterologie modernizuje vybavení

Gastroenterologický a endoskopický úsek interního oddělení Oblastní nemocnice Kladno pokračuje v modernizaci části svého vybavení, které je klíčové pro včasný záchyt onemocnění tlustého střeva. Díky podpoře z Národního plánu obnovy získalo pracoviště nové přístroje – moderní videokolonoskop a dětský kolonoskop. Náklady na pořízení těchto přístrojů dosáhly částky téměř 2,4 milionu korun.

„Jde o zcela nové, moderní vybavení. Pro nás je důležité, že se rozšiřuje arzenál přístrojů, což nám umožní lépe vyhovět pacientům a udržet plynulý chod vyšetření,“ říká MUDr. Helena Hlavová, vedoucí lékařka gastroenterologického úseku. Nové přístroje už tým aktivně využívá.

Význam screeningového programu

Gastroenterologické centrum má statut screeningového pracoviště Ministerstva zdravotnictví. Provádí vyšetření v rámci programu screeningu kolorektálního karcinomu, který dlouhodobě přispívá k výraznému snižování výskytu tohoto onemocnění v České republice.

Ročně zde tým vyšetří 300 až 400 pacientů. Díky preventivním kolonoskopiím lze zachytit tzv. prekancerózy – nezhoubné polypy, které by se bez včasného odstranění mohly vyvinout v nádor. Účast veřejnosti na programu je proto zásadní.

Význam modernizace potvrzují i data: průměrná čekací doba na kolonoskopii po pozitivním testu na okultní krvácení z konečníku a střev (TOKS) testu byla v roce 2022 zhruba 56 dní. Nové vybavení spolu s plánovaným rozšířením technického zázemí přináší šance na postupné zlepšení této čekací doby.

„Pro nemocnici je zásadní, že jsme díky úspěchu ve výběrovém řízení získali finanční prostředky zvenčí. Současně to přináší konkrétní benefit pro pacienty,“ doplňuje MUDr. Helena Hlavová.

Podpora z Národního plánu obnovy

Projekt umožní dále zvýšit kvalitu vyšetření, zefektivnit péči a podpořit prevenci u široké skupiny obyvatel. Projekt Modernizace vybavení screeningového pracoviště ON Kladno je financován Evropskou unií z Nástroje pro oživení a odolnost prostřednictvím Národního plánu ob-



GASTROENTEROLOGICKÝ ÚSEK získal i nový dětský kolonoskop.

novy ČR. Projekt byl podpořen konkrétně z komponenty 6.2 v rámci Výzvy č. 11. Kolonoskopie je vyšetření, které umožňuje lékaři prohlédnout si vnitřní stěnu tlustého střeva. Pomáhá včas odhalit například polypy nebo zánětlivé změny a může předejít vážným onemocněním včetně rakoviny.

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.

UŽIJTE SI KRÁSNÝ ZAČÁTEK ROKU V LÁZNÍCH LIBVERDA

LÁZEŇSKÁ LÉČBA

Léčíme:

- pohybový aparát i po totální endoprotéze (možný překlad přímo z nemocnice),
- neurologické obtíže,
- onkologická onemocnění,
- kardiologické indikace,
- cukrovku.

Již od 14 dní, nabízíme i pokoje bez doplatku při včasné rezervaci. Dopřát si však můžete i apartmá a bufetové stravování, záleží na Vašich požadavcích.

SENIORSKÝ POBYT LÉČEBNÉ

6 nocí | **10.998 Kč**

Ubytování, polopenze, vstupní lékařská konzultace, 10 léčebných procedur, káva a zákusek.

WELLNESS À LA CARTE WELLNESS

2/4 noci | **od 4.545 Kč**

Ubytování, polopenze, parafinová lázeň rukou, 2(4) procedury dle svého výběru (např. masáž lávovými kameny, relaxační koupel, bazén), káva a zákusek.

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

+420 482 368 100–102 | info@lazne-libverda.cz | www.lazne-libverda.cz



Při předložení vouchera
KÁVA ZDARMA
NEMOC. Kladno

Kladenská nemocnice rozšiřuje péči

Otevíráme ordinaci praktického lékařství pro děti a dorost

Dětské oddělení Oblastní nemocnice Kladno se na přelomu roku 2025 a 2026 rozroste o novou ordinaci praktického lékařství pro děti a dorost. Nové pracoviště rozšíří již tak širokou nabídku ambulantní a lůžkové péče pro malé pacienty a jejich rodiče nejen z Kladna, ale i širšího okolí.

V ordinaci bude působit mladý lékař MUDr. Jan Holubec, absolvent Lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Plzni, který svou profesní dráhu spojil právě s kladenskou nemocnicí. O jeho začátcích, pohledu na dětské lékařství i plánech do budoucna jsme si povídali v následujícím rozhovoru.

» Pane doktore, můžete čtenářům krátce představit sám sebe? Kde jste studoval a co vás přivedlo k pediatrii? Myšlenka, že bych mohl být lékař, se u mě objevila někdy v polovině gymnázia. Postupně mi docházelo, že mě víc baví přírodní vědy než humanitní obory. O pediatrii jsem začal přemýšlet až v závěru studia medicíny. Velký vliv na to měl můj vztah k dětem, který se u mě formoval už doma – moji rodiče se dlouhá léta věnovali pěstounské péči na přechodnou dobu, takže jsme u nás často měli miminko, o které jsme se na čas společně starali.

Kontakt s dětmi mě ale provází už od střední školy – nejdřív jako vedoucího skautského oddílu a později i díky vlastní rodině, jsem otcem dvou synů.

» Co vás motivovalo začít svou lékařskou praxi právě v Oblastní nemocnici Kladno? Prvních několik let jsem pracoval v jiné nemocnici. Šlo o menší dětské oddělení, kde jsme poskytovali základní péči a složitější případy většínou předávali na specializovanou pracoviště. Postupem času jsem ale začal cítit, že se chci v pediatrii posunout dál. Kombinace „klasické“ pediatrie s péčí o nedonošené novorozence a také lepší možnosti dalšího vzdělávání mě nakonec přivedly do kladenské nemocnice.

» Od nového roku povedete ordinaci praktického lékaře pro děti a dorost. Jak bude vaše práce vypadat a komu bude ordinace určena? Praktický lékař pro děti a dorost je v českém systému zdravotní péče pro děti jakousi „první linií“. Velkou část práce tvoří prevence – jednak pravidelné prohlídky, při nichž je úkolem lékaře v široké skupině zdravých a správně se vyvíjejících dětí včas zachytit možné známky vážnějšího onemocnění, a jednak plánování a provádění očkování.



O DĚTI SE V ORDINACI bude starat lékař MUDr. Jan Holubec.

Další oblastí je běžná ambulantní péče o nezávažná onemocnění, která nevyžadují hospitalizaci – například angínu, střevní virózy a podobné potíže.

A v neposlední řadě je praktický pediatr i určitým „průvodcem“ dítěte zdravotním systémem. Posílá na odborná vyšetření, shromažďuje jejich výsledky, sleduje vývoj zdravotního stavu dítěte společně se specialisty a pomáhá tak zajistit, aby péče byla účelná a dobře koordinovaná.

» Jak bude fungovat provoz ordinace – budete přijímat nové pacienty, případně v jakém rozsahu?

Zájem o registraci je už nyní velmi velký, předpokládám tedy, že kapacita bude naplněna už během předregistrace. Další registrace pak budou možné podle aktuální potřeby v regionu a vytíženosti ordinace.

» Jaké výhody podle vás přináší, když ordinace praktického lékaře pro děti sídlí přímo v areálu nemocnice a je součástí dětského oddělení s dalšími navazujícími odbornými dětskými poradnami a lékařskou pohotovostní službou? Výhody jsou opravdu znát. Když se zeptáte rodiče z odlehlejší oblasti, který musel své dítě poslat na odborné vyšetření, většinou slyšíte podobný příběh: nejdřív se složitě dovolat do ordinace, pak sehnat volný termín, který je často až za několik měsíců, a nakonec s dítětem vyrazit i do jiného kraje. Některá vyšetření navíc vyžadují speciální přípravu, což celý proces ještě komplikuje.

V menším, úzkém týmu se spolupráce ladí mnohem snadněji, a díky tomu může péče probíhat plynule a efektivně.

» S jakými zdravotními obtížemi se rodiče s dětmi nejčastěji obracejí na praktického dětského lékaře?

Nejčastěji děti se svými rodiči přicházejí s běžnými infekcemi, většinou virového původu – třeba infekcemi dýchacích cest, střevními virózami nebo běžnými exantémy. V těchto případech stačí dítě spíše provázet průběhem nemoci, uklidnit rodiče, že nejde o nic vážného, a včas reagovat, pokud by se objevily komplikace – což ale nebývá časté.

Z mé zkušenosti je pak velmi důležité, aby se rodiče obraceli i s běžnými dotazy ohledně péče o dítě. Otázek je dnes opravdu hodně a informací je v globálním světě také spousta – některé jsou spolehlivé, jiné méně, nebo dokonce zavádějící. Vedle hledání na internetu nebo konzultací s umělou inteligencí je proto dobré brát v potaz i názor odborníka. A to zase klade důraz na dobrou komunikaci, která je základem fungujícího vztahu mezi rodiči a zdravotníky.

» Jak vnímáte současnou situaci v pediatrii – je o tento obor mezi mladými lékaři zájem?

Myslím, že zájem o pediatrii postupně roste. Přesná čísla nemám, ale mezi známými je hodně mladých pediatrů. I na našem lůžkovém oddělení tvoří většinu mladší lékaři. Podporu oboru dnes zvyšuje zjednodušené specializační vzdělávání, rezidenční místa a také možnost pracovat čistě v ambulantní péči, kde je nedostatek praktických lékařů pro děti a dorost.

» A nakonec osobní otázka – co vás na práci s dětmi nejvíce baví a naplňuje?

Nejvíce mě asi baví, jak jsou děti bezprostřední. Sám nejraději jedním na rovinu a nerad chodím kolem horké kaše, takže mě těší, když jsou lidé upřímní – a děti to mají přirozené, minimálně ty menší. Pediatrie je většinou hodně pozitivní obor – s drobnými výjimkami – protože většina pacientů se uzdraví s minimální pomocí lékaře. A navíc člověk má šanci opravdu ovlivnit život někoho, kdo je teprve na začátku svého příběhu.

V kladenské nemocnici máte tu výhodu, že díky propojení ordinace praktického lékaře pro děti a dorost s dětským oddělením většina těchto starostí odpadá. Rodiče tak mají jednodušší přístup k vyšetřením u specialistů, laboratorním i zobrazovacím testům a vše mohou vyřídit na jednom místě.

» Jaké máte představy o tom, jak by měla vypadat moderní pediatriká péče?

Otevření ordinace praktického lékaře pro děti a dorost v kladenské nemocnici reaguje na stále horší situaci v primární péči. Věkový průměr praktických lékařů se zvyšuje – někteří kolegové by už mohli být v důchodu, přesto stále pracují, aby své pacienty nenechali bez péče. Moderní pediatriká péče, zejména primární, by měla být dostupná všem, bohužel se však tato dostupnost u nás snižuje.

Medicína se posouvá mílovými kroky, zejména u nových metod léčby vzácných chorob soustředěných na vyšší pracoviště. Současně roste mezi mladšími lékaři důraz na komunikaci s rodiči a na to, aby byli dobře informováni. Vztah mezi pacientem a lékařem, respektive rodičem a lékařem, se tak mění – už není založen na neomezené autoritě, ale na otevřené a respektující komunikaci dvou rovnocenných stran.

» Na co se ve své práci nejvíce těšíte? Těším se na novou zkušenost a na to, že budu mít možnost pracovat s pacienty a jejich rodinami dlouhodobě.

Nová nemocniční kuchyně a jídelna rostou

Významná modernizace zázemí naší nemocnice pokračuje. V dolní části areálu vyrůstá nová dvoupodlažní budova kuchyně a jídelny, která zásadně promění způsob stravování pacientů i zaměstnanců. Projekt v hodnotě téměř 200 milionů korun financuje jediný akcionář nemocnice – Středočeský kraj, který na stavbu v první fázi poskytl sto milionů korun.

Co už se podařilo: základová deska i první patro

Stavba byla slavnostně zahájena 9. července 2025. Od té doby práce výrazně pokročily. Aktuální stav shrnuje technicko-provozní náměstek ON Kladno Ing. Radek Růžička: „Zahájili jsme zemní práce, sejmuli ornici a upravili terén tak, aby mohla začít výstavba



STAVEBNÍ PRÁCE na stavbě jsou v plném proudu

základové konstrukce. V současné době je hotová pilotáž i celá základová deska pod objektem. Máme dokončenu téměř polovinu prvního patra betonového skeletu.“

Stavba se však neobešla bez komplikací. V místě budoucího spojovacího krčku, který propojí novou jídelnu

s monoblokem (blok B), a v blízkosti nové budovy byly objeveny nezdokumentované nebo jinak výškově předpokládané podzemní sítě – elektrická i optická kabeláž.

„Bylo nutné provést přeložky a upravit část projektu. Některé sítě nelze jednoduše přeložit, protože napájejí část

monobloku. Přestože tyto práce přinesly menší zdržení, celkový termín dokončení by neměl být ohrožen.“

Nový provoz: moderní, úsporný a víceúčelový

Budoucí kuchyně bude mít kapacitu až jeden tisíc jídel denně, s rezervou na další rozšíření. Počítá se s přípravou stravy pro pacienty, zaměstnance, dětskou skupinu i individuální dietní režim.

V přízemí vznikne moderně vybavená kuchyně, v horním patře jídelna s výdejnou, kanceláři, šatnami, sociálním zázemím a místností pro závodní klub. Prostor bude zároveň sloužit jako víceúčelová místnost pro školení a setkávání personálu.

Co bude dál?

Stavba postupuje postupně ve třech fázích. Pokud počasí umožní pokračovat v plánovaném tempu, čeká stavbaře v nejbližších týdnech zdění přízemí a navazující práce na dalších částech konstrukce.

Inzerce

Das WeltAuto.
Prověřené ojeté vozy

Auta jako fungl nová.

#menimauto

AMOND

RV2500583/04
RV2501632/03

-15%

na celý nákup na www.annabis.cz

Ztuhlé svaly, bolavé klouby, svědící kůže?

SLEVOVÝ KÓD:
annabis15

Slevu lze uplatnit při nákupu v e-shopu www.annabis.cz.
Platí do 31. 1. 2026.

MUDr. Ing. Milan Čermák: Lékař z Kladna, který hraje světový fotbal

Na urologickém oddělení Oblastní nemocnice Kladno ho znají jako precizního a pečlivého lékaře. Na fotbalových hřištích po celém světě zase jako neúnavného obránce České fotbalové reprezentace lékařů. MUDr. Ing. Milan Čermák, zástupce primáře urologie, už devátým rokem reprezentuje Českou republiku na mistrovství světa lékařů ve fotbale – a v roce 2025 se s týmem vrátil z irského Dublinu s vynikajícím pátým místem.



ZÁSTUPCE PRIMÁŘE
urologického oddělení MUDr. Ing. Milan Čermák je členem národní reprezentace lékařů ve fotbale a účastní se i světových fotbalových klání.

„Byl to krásný turnaj a opět skvělá zkušenost. I přes vypadnutí ve čtvrtfinále s Brazílií na penalty bereme s odstupem času turnaj jako úspěšný a jsme spokojeni. Po zaváhání na loňském šampionátu a velké hráčské obměně se nám podařilo vytvořit nový tým a ukázat, že český lékařský fotbal má stále sílu a může opět hrát o medaile,“ říká doktor Čermák.

Z Budapešti až do Dublinu
Česká reprezentace lékařů ve fotbale vznikla v roce 2013, kdy Česká lékařská komora obdržela oficiální pozvání na světový šampionát v Maďarsku. Od té doby se tým pravidelně účastní turnajů po celém světě – od Brazílie přes Los Angeles až po Barcelonu. A výsledky jsou působivé: český tým se v období od roku 2013 až 2019 dostal sedmkrát za sebou do finále a třikrát za sebou získal titul mistrů světa. Bohužel poslední roky se stává osudným pro náš tým čtvrtfinále, které rozhoduje o úspěchu či neúspěchu. Ale celkově už postup mezi osm nejlepších je obrovský úspěch při konkurenci 24 týmů z celého světa a těžké skupinové fázi, kdy postupují jen vítězové skupin a dva nejlepší z druhých míst.

„Od roku 2016 jsem součástí reprezentace a hned moje první mistrovství, které se konalo v Barceloně, jsme vyhráli,“ vzpomíná. „Tehdy jsme porazili Švédsko na penaltu a o rok poz-

ději na mistrovství světa v Rakousku jsme triumfovali znovu, dokonce bez obdržení gólu.“

Fotbalový světový šampionát lékařů má svá specifika

Každý hráč musí být opravdu lékař s dokončeným studiem medicíny. Pořadatelé si to pečlivě ověřují, aby se předešlo pokusům o podvody. „Na každém šampionátu se kontrolují diplomy, potvrzení od České lékařské komory i z nemocnic. Dokonce může soupeř vyzvat jednoho z hráčů, aby prokázal své znalosti – pokud neuspěje, tým může být diskvalifikován,“ vysvětluje Milan Čermák.

Náročná jsou i další pravidla světových lékařských fotbalových mistrovství

Podle turnajových pravidel musí být v každém okamžiku hry na hřišti alespoň dva hráči starší 35 let a dva starší 40 let – a to přímo v poli, nikoli na pozici brankáře. „Je to zajímavé pravidlo, které dává šanci zkušenějším a starším hráčům. Já sám příští rok přecházím do čtyřicátnické kategorie a jsem za to rád při zvyšující se konkurenci v našem týmu,“ říká s úsměvem doktor Čermák.

Na letošním šampionátu v Irsku se sešlo 24 týmů z celého světa. Český tým měl ve skupině těžké soupeře – Španělsko, USA a Katalánsko, které se účastní samostatně. Přesto zvládl skupinu bez ztráty bodu, s bilancí tří výher a skóre 9:3.

„Porazili jsme Španělsko 2:0, Američany 4:2 a Katalánsko 3:1. Do čtvrtfinále jsme šli jako vítězové skupiny,“ popisuje Milan Čermák. „Tam jsme narazili na tým Brazílčů – fyzicky i dovednostně silný tým. Po smolném gólu po dorážce střely z dálky v prvních minutách zápasu se nám podařilo ve druhé půli srovnat skóre a dokonce jsme tohoto silného soupeře ve zbytku zápasu přehrávali. Bohužel jsme tlak nedokázali gólově přetavit ve vítězství. A tak byl penaltový rozstřel už jen loterie, ve které jsme tahali za kratší část provazu. Ale co by dala naše skutečná reprezentace za vypadnutí ve čtvrtfinále mistrovství světa na penaltu s Brazílií.“

V následných duelech o umístění český tým přehrál Austrálii 4:0 a Argentíně uštědřil porážku 4:1. Výsledné páté místo tak potvrdilo, že český tým stále patří mezi světovou špičku.

Zajímavostí je, že česká reprezentace neprohrála v základní hrací době jediný zápas – bilance pět výher, jedna remíza a skóre 18:5 hovoří působivě.

Mistrovství není jen o fotbale

Mistrovství světa lékařů ve fotbale není jen o sportu, ale i o vzdělání. Součástí akce je i mezinárodní kongres se zaměřením hlavně na sportovní medicínu, ale jsou vítána i témata z jiných oborů lékařství. Je zvyklostí, že za každou účastnickou zemi vystoupí minimálně jeden z přednášejících. Za Českou republi-

ku to byl v letošním roce její gólman a vynikající ortoped z Nemocnice u sv. Anny MUDr. Vasileios Apostolopoulos, Ph.D.

„Divili byste se, jaký je o tento kongres během akce zájem. Například když jsme byli podpořit Dr. Apostolopoulou během jeho přednášky, tak jsme v sále velmi složitě hledali místo k sezení,“ dodává Milan Čermák.

Výhled do budoucna

Čas se nezastavuje a česká reprezentace lékařů se už musí koukat do budoucnosti. V roce 2026 bude vrcholem sezony opět světový šampionát. Ten se bude konat v jihoamerické Kostarice. Změnou bude jen termín, kdy standardní červenecový bude z důvodu období dešťů nahrazen prosincovým.

A jaké jsou další plány našeho týmu? Ty přibližuje Milan Čermák: „Chceme jet na mistrovství světa opět v nejsilnějším možném týmovém složení a chceme se opět prát o místa nejvyšší, popřípadě urvat jednu z medailí. Ale bude to opět nesmírně těžké, jelikož konkurence také nespí a pracuje skoro v poloprofesionálních podmínkách. Bohužel náš tým žije v daleko skromnějších podmínkách. Příspěvky České lékařské komory a Lékařského odborového klubu pokrývají startovné světového šampionátu. Náklady spojené s akcí si všichni hráči hradí ze svého. I proto jsme rádi za každého sponzora, který se nám snaží tyto nemalé náklady snižovat.“



SPOLEČNÁ FOTKA NÁRODNÍ REPREZENTACE LÉKAŘŮ z posledního MS ve fotbale v irském Dublinu, těsně před začátkem zápasu s Katalánskem.

Prevence u nejmenších: ochrana před RS virem dostupná již v porodnici

Respirační syncytiální virus (RSV) je vysoce nakažlivý a u kojenců může způsobit závažný průběh onemocnění. Oblastní nemocnice Kladno nově nabízí možnost aplikace protilátek proti tomuto viru ještě před propuštěním z porodnice, čímž chrání nejmenší pacienty už od narození. V rozhovoru s primářem dětského a novorozeneckého oddělení MUDr. Mgr. Tomášem Rosíkem, Ph.D., MBA, se dozvíte, jak prevence funguje, kdo má nárok na očkovací látku a proč je včasná ochrana klíčová pro zdraví novorozenců a kojenců během RSV sezony.



PRIMÁŘ DĚTSKÉHO a novorozeneckého oddělení MUDr. Mgr. Tomáš Rosík, Ph.D., MBA



» *Pane primáři, co je RSV a proč je pro novorozence a kojence tak nebezpečný?*

Jak již bylo zmíněno, respirační syncytiální virus (RSV) je vysoce nakažlivý virus, který způsobuje akutní respirační onemocnění u dětí i dospělých, a to typicky v období od října do března. Tento virus se šíří jak kapénkami při kýchání a kašlání, tak přímým kontaktem, tedy při mazlení či polibcích. Udává se, že dvě ze tří dětí ve věku do jednoho roku se během sezony nakazí tímto virem. Pravděpodobnost nákazy je tedy velmi vysoká.

» *Jak se u dětí projevuje RSV infekce a v čem je riziková právě pro nejmenší pacienty?*

Typickými příznaky infekce tímto virem jsou kašel, rýma, ucpaný nos, nechutenství, zvýšená teplota a podrážděnost. U dětí do jednoho roku věku však onemocnění může probíhat závažněji, kdy kromě kašle a horečky pozorujeme též sípání, zrychlené a obtížné dýchání s viditelným vtahováním břišní stěny při dýchání, tedy příznaky dušnosti. Ty navíc mohou být provázeny i příznaky nedostatečného okysličování krve, kdy pozorujeme modré rty nebo špičky prstů. To jsou velmi závažné příznaky, které vyžadují hospitalizaci na jednotce

intenzivní péče, nutnost podávání kyslíku a jiných opatření k podpoře dýchání, ve velmi těžkých případech může být nutná i umělá plicní ventilace. Bohužel jsou v této věkové skupině ojediněle popisovány i případy úmrtí. Jedná se tedy o potenciálně velmi nebezpečné onemocnění.

» *Jaké možnosti prevence RSV mají novorozenci přímo v nemocnici?*

Přirozeným preventivním opatřením je vyhnout se expozici tomuto patogenu. To je však vzhledem k vysoké nakažlivosti viru a vysokému výskytu viru v populaci, zejména v sezoně od října do března, velmi obtížné až nemožné. Druhou možností je aplikace protilátek, které chrání dítě po určitou dobu proti onemocnění způsobenému tímto virem. Aplikace protilátek velmi účinně chrání zejména před těžkým průběhem nákazy a snižuje se tak pravděpodobnost nutnosti hospitalizace na jednotce intenzivní péče, nutnosti podávání kyslíku či jiných podpůrných opatření. Chtěl bych zdůraznit, že se nejedná o očkování, kdy si tělo samo musí vyrobit protilátky při probíhající imunitní reakci. Z tohoto důvodu je aplikace již připravených protilátek pro organismus méně zatěžující s podstatně nižším výskytem nežádoucích účinků.

» *Od října je možné aplikovat protilátku proti tomuto viru již v porodnici – jak bude tento proces v praxi probíhat?*

Tyto protilátky se aplikují intramuskulárně, tedy injekcí do svalu – do stehna. Výhodou je, že jedna aplikace chrání pacienta po celou sezonu. U nás v porodnici nabízíme aplikaci v den propuštění z porodnice, takže po propuštění má již pacient kompletní ochranu před tímto virem. Další možností je pak aplikace protilátek u praktického lékaře pro děti a dorost po propuštění z porodnice. V tomto případě však pacient po určité době – do aplikace protilátek – není chráněn.

» *Kdo má nárok na plně hrazenou očkovací látku ze zdravotního pojištění?*

Tento přípravek je plně hrazen z veřejného zdravotního pojištění, je tedy k dispozici pro všechny novorozence.

» *Jaký je postup u dětí narozených mimo hlavní RSV sezonu?*

U dětí, které se narodí mimo sezonu, tedy od dubna do září, je doporučena aplikace na začátku příští sezony, tedy v říjnu. V tomto případě je aplikace již plně v rukou praktického lékaře pro děti a dorost.

» *Jaká je účinnost tohoto přípravku a jaké jsou případné nežádoucí účinky?*

Účinnost tohoto přípravku je velmi vysoká, zejména pokud se bavíme o těžkém průběhu s nutností hospitalizace na jednotce intenzivní péče a nutnosti podávání kyslíku. Zde je účinnost více než 90 %. Co se týče nežádoucích účinků, pak jsou to mírné příznaky s velmi nízkým výskytem pod jedno procento, jako například vyrážka (výskyt 0,7 %), horečka (výskyt 0,5 %) nebo reakce v místě vpichu (výskyt 0,3 %).

» *Může včasná aplikace očkovací látky pomoci snížit hospitalizace kojenců s RSV v regionu?*

Ano, je pravděpodobné, že pokud se podaří aplikovat tuto protilátku většině novorozenců a malých kojenců, pak dojde k dramatickému poklesu hospitalizací dětí této věkové skupiny na jednotce intenzivní péče pro těžké respirační symptomy. To ostatně dokládají data ze zemí západní Evropy a USA, kde plošné podávání tohoto přípravku proběhlo již minulou sezonu a kde efekt poklesu nutnosti hospitalizací dětí se závažnými respiračními příznaky byl opravdu velký. Stojíme tedy na prahu nové epochy v prevenci těžkých respiračních onemocnění našich nejmenších pacientů.



Už vím, že za úspěchem na ORL stojí hlavně trpělivost a pokora

Rozhovor s MUDr. Michalem Hanušem, dlouholetým primářem kladenského ORL

Oddělení ušní, nosní a krční (ORL) v Oblastní nemocnici Kladno vedl dlouhá léta MUDr. Michal Hanuš – lékař, který je s kladenskou nemocnicí spjat již 50 let. Pod jeho vedením prošlo oddělení řadou proměn. Otevřeně hovoří o tom, jak se obor změnil, co je pro něj v medicíně důležité a co přeje mladým kolegům, kteří v Kladně nastupují na ORL.



SLAVNOSTNÍ UDÁLOST ODDĚLENÍ ORL k připomenutí 50letého profesního působení MUDr. Michala Hanuše v kladenské nemocnici.

» *Kdy jste poprvé nastoupil do kladenské nemocnice?*

Do nemocnice jsem nastoupil 1. srpna 1975, pak ještě absolvoval vojenskou službu a ihned poté začal pracovat na zdejší ORL. V té době tu vládla přísná, až despotická atmosféra – primář byl v důchodovém věku a úroveň oddělení spíše odpovídala padesátým letům. Personál tvořili dva sekundáři bez atestace a primář, oddělení mělo 60 lůžek.

» *Co vás původně přivedlo k ORL?*

Upřímně – bylo to jediné volné místo v Kladně v době, kdy lékařů bylo nadbytek. Ale velmi brzy jsem zjistil, že ORL je obor, který mě zaujal a stojí za to se mu skutečně naplno věnovat.

» *Kdy jste se stal primářem a co pro vás tato funkce znamenala?*

Primářem jsem se stal po převratu v roce 1990. Byla to velká výzva, protože jsem měl možnost pozvednout úroveň oddělení. Vyžadovalo to velké pracovní nasazení, ale byla to také jedinečná zkušenost.

» *Které období považujete za nejzásadnější pro rozvoj oddělení?*

Největší rozvoj přišel krátce po převratu, kdy jsme mohli získat nové vybavení.

» *Jaké změny nejvíc ovlivnily práci ORL lékařů?*

Technicky to byla především endoskopická optika, mikroskop, tympanometr, laser a zobrazovací metody – CT, NMR, PET, sonografie. Dále dostupnost celkové anestezie a harmonického skalpelu. Organizačně pak zvýšení operačních dnů a počet lékařů. Lidsky pak homogenní skupina mladých lékařů, kteří měli radost z progresu oddělení.

» *Co je pro ORL typické, v čem je „nejvíc o člověku“?*

ORL není typicky operační obor, spíše instrumentální. Setkáváme se s akutními pacienty, často dětmi v noci, a s nárazovým výskytem virových onemocnění. Většina pacientů přichází s problémem, který je potřeba rychle diagnostikovat a vyřešit.

» *Co jste se naučil o komunikaci s pacienty?*

Důležité je provést cílenou anamnézu. Ambulance není diskusní kroužek – je potřeba pomoci všem pacientům, kteří dorazí.

Jak říká jeden praktický lékař: „Pacientům se nemusí dlouho vyprávět, oni to ocení, protože jinak by se hromadili jako horníci v dole v Cimrmanově díle.“

» *Vzpomínáte na nějaké situace, které vám zůstaly v paměti?*

Ukousnutá měkká část nosu u ženy během rozvodu, prakticky překousnutý jazyk u muže při vášnivém polibku, odtržení nosního křídla při nezkrotné vášni také u muže a batole, které spolknulo dudlík – to vše zůstává v paměti dlouho.

» *Jak se změnila motivace mladých lékařů?*

Obor je dnes velmi široký, těžko se zvládá teoreticky i operativně v celé šíři. Ambulance je často stereotypní, což některé odrazuje.

» *Co byste poradil mladým kolegům?*

Není to jen o operativě. Každý kontakt s pacientem je zkušeností a přínosem. Radost z každé správné diagnózy a progres v operativě dává práci smysl.

» *Sledujete stále dění na ORL oddělení?*

Ano, dění sleduji, i když dnes více pracuji v soukromé ORL ambulanci ve Slaném. Díky centralizaci specializace se spektrum operačních výkonů zúžilo, ale obor se stále vyvíjí – někdy smysluplně, někdy ne.

» *Na co jste nejvíce pyšný?*

Nejsem moc pyšný, ale jsem rád, že oddělení dosáhlo slušné úrovně, především zavedením operací štítných žláz, kterých jsme s kolegy provedli několik set. Těší mě také, že jsem inspiroval svého synovce k oboru – dnes je profesorem otorinolaryngologie v Curychu.

» *Co vám práce dala a vzala?*

Vzala mi šest let života na nekonečných pohotovostech, dala odpovědnost, pokoru, vstřícnost, odolnost a velkorysost.

» *Jak trávíte čas mimo nemocnici?*

Jezdím na horském kole, spíše cykloturistika, lyže, hraji stolní tenis, zahradním a pěstuju filodendrony.

» *Jaké přání byste měl pro kladenskou nemocnici do dalších let?*

Přál bych si, aby došlo k výrazné redukci zcela absurdní dokumentace a aby se nemocnice dočkala nového počítačového programu na současnou úroveň, i když vím, že v jiných nemocnicích to bývá ještě horší.

Krátké CV MUDr. Michala Hanuše

- **Maturita:** 1969, SVVŠ (tehdejší gymnázium)
- **Vysokoškolské vzdělání:** 1975, FVL UK Praha, titul MUDr.
- **Působení:** ON Kladno (od 1975), ORL ON Kladno (od 1976), primář ORL oddělení ON Kladno 1990–2005
- **Atestace v ORL:** 1. atestace 1979, 2. atestace 1985
- **Specializace:** atestace pro vydávání kompenzačních pomůcek nedoslýchavým

Krizová připravenost v praxi: ON Kladno absolvovala zásadní cvičení s policií i hasiči

Oblastní nemocnice Kladno dlouhodobě dbá na bezpečí svých zaměstnanců i pacientů. Potvrzením tohoto trendu jsou dvě významné události roku 2025 – cvičení s ozbrojeným pachatelem za účasti Policie ČR a nácvik dekontaminace s Hasičským záchranným sborem. Obě akce koordinoval krizový manažer nemocnice Ing. Jakub Vachek, s nímž jsme o průběhu hovořili.

Školení zaměstnanců jako základ bezpečnosti

Zdravotníci se při poskytování standardní péče o pacienty setkávají stále častěji s nevhodným či agresivním chováním některých návštěvníků nemocnice. Proto v ON Kladno

probíhají pravidelná školení zaměřená na ochranu tzv. „měkkých cílů“. „Jedná se primárně o problematiku bezpečnosti. Zaměstnanci se učí reagovat na situace, kdy jsou ohroženi agresivní osobou – může jít o pacienta, návštěvníka či jinou osobu s úmyslem ublížit,“ vysvětluje Ing. Vachek. Školení probíhají formou teoretických přednášek i praktického nácviku – od roku 2022 jimi prošlo téměř 600 zaměstnanců.

Ozbrojený pachatel v nemocnici: realistický nácvik

Cvičení s aktivním střelcem konané v červnu 2025 bylo prověřovací, což znamená, že zasahující složky IZS dopředu neznaly scénář. Proběhlo přímo v nemocničních prostorách – v čekárnách interní a chirurgické ambulance i na lůžkových odděleních s pacienty. „Cvičení navazuje na naše soustavné školení zaměstnanců zaměřené na postupy při útoku ozbrojeného pachatele,“ vysvětluje Ing. Vachek.

Do cvičení se zapojilo 27 zaměstnanců nemocnice a celkem 134 zasahujících složek IZS spolu s 95 figuranty, jejichž zranění byla maskována Českým červeným křížem. Trénovaly se postupy policie při eliminaci útočníka, evakuace a třídění zraněných, koordinace s hasiči i záchranáři a role velitel-

le zásahu. „Za mě cvičení svůj účel splnilo. Zaměstnanci mohli v praxi uplatnit to, co se naučili při pravidelných školeních,“ hodnotí Vachek.

Dekontaminační jednotka před urgentním příjmem

Další zásadní akcí byl nácvik hasičského záchranného sboru v listopadu 2025, zaměřený na nasazení dekontaminační jednotky před vstupem do nemocnice. „Abychom zabránili kontaminaci zdravotníků a dalších pacientů, musí osoby zasažené nebezpečnou látkou projít dekontaminací ještě před vstupem,“ vysvětluje Vachek. Hasiči nacvičili umístění jednotky, napojení na zdroj vody i samotný proces dekontaminace za účasti figurantů. „Ohlasy od hasičů byly velmi pozitivní. Všechny směny si mohly celý postup vyzkoušet, což zrychlí případné reálné nasazení,“ doplňuje.

Spolupráce s krajským ředitelstvím IZS

Domluva podobné rozsáhlých akcí probíhá vždy s krajským ředitelstvím příslušné složky IZS. „Ať už jde o policii, nebo hasiče, partnerem je vždy krajské ředitelství. U větších akcí se zapojuje také kraj, který zajišťuje koordinaci,“ uvádí krizový manažer.



Inzerce

SÍLA BYLIN PRO VAŠI POHODU

Přírodní produkt ANTISTRESS
zmírňuje stres a depresi, usnadňuje
usínání a krotí neklidnou mysl a nervy.

Žádejte ve svých lékárnách.

WACHO s.r.o, tel.: +420 724 781 351, www.wacho.cz



(doplňek stravy)

RV2501717/01

Inzerce v těchto novinách pro vás zajistí:

Dana BREJCHOVÁ

603 588 338

brejchova@regvyd.cz

**REGIONÁLNÍ
VYDAVATELSTVÍ**



Lze INZERCI zahrnout do režimu
NÁHRADNÍHO PLNĚNÍ?

Pro více informací nám napište na
info@regionalnivydavatelstvi.cz

ANO!

RV

Trápí vás
bolest zad?

SPINEXA
Pro zdravé ploténky a záda

60 / Doplněk stravy / Hmotnost: 47,0 g

www.spinexa.cz

RV2501717/01

Chirurgie ON Kladno: odborná péče dostupná přímo v regionu

U nás jste vždy vítáni – profesionální péče s úsměvem a lidským přístupem

Chirurgické oddělení Oblastní nemocnice Kladno poskytuje pacientům moderní a komplexní chirurgickou péči přímo „doma“ – bez nutnosti dojíždět do Prahy či specializovaných center. Provádíme široké spektrum plánovaných i akutních zákroků – od miniinvazivních laparoskopických operací až po rekonstrukční chirurgii. Součástí oddělení je lůžková část, multioborová jednotka intenzivní péče a nepřetržitá pohotovostní služba, které pacientům zajišťují bezpečí a návaznost péče v každé situaci.



NAŠE SPECIALIZACE:

ONKOCHIRURGIE – léčba nádorů prsu, trávicího traktu a dalších orgánů

MODERNÍ MINIINVAZIVNÍ POSTUPY – laparoskopie, torakoskopie, robotická chirurgie

HYBRIDNÍ CÉVNÍ VÝKONY – kombinace klasické a katetrizační chirurgie

Laparoskopické operace kýl a žlučníku

- Miniinvazivní techniky
- Méně bolesti a rychlejší návrat do běžného života
- Operace probíhají přímo v ON Kladno

Chirurgie prsu

- Diagnostika a operace benigních i závažnějších onemocnění
- Koordinovaná péče chirurgů, radiologů a specialistů
- Následná péče na lůžkovém oddělení

Operace křečových žil

- Moderní cévní techniky s důrazem na estetiku a funkčnost
- Dostupné přímo v Kladně

Proktologická péče

- Hemoroidy, trhlíny, chronické bolesti a záněty
- Odborná a diskrétní péče s návazností na hospitalizaci či sledování na multioborové JIP

Ambulantní odstranění kožních a podkožních útvarů

- Cysty, lipomy, znaménka a další drobné výkony
- V lokální anestezii, úzká spolupráce s dermatologií

Specializované chirurgické ambulantní poradny

Chirurgické oddělení nabízí pacientům síť odborných po-

raden, díky nimž lze rychle a přesně řešit konkrétní zdravotní potíže:

- Ultrazvuková vyšetření břicha
 - Poradna všeobecné chirurgie
 - Proktologická poradna
 - Onkologická poradna
 - Poradna pro stomiky
 - Cévní poradna
 - Poradna pro onemocnění prsní žlázy
 - Poradna pro řešení kýl
 - Poradna pro hojení ran a kožních defektů
 - Chirurgická ambulance – exstirpace útvarů
 - Dětská chirurgická poradna
- Tyto ambulance umožňují

přesnou diagnostiku, odborné vyhodnocení zdravotního stavu a plynulý přechod k ambulantnímu či operačnímu řešení – vše přímo v Kladně.

Proč zvolit chirurgii ON Kladno?

- Komplexní péče v regionu – ambulance, operace i následná hospitalizace na jednom místě
- Akutní péče a pohotovostní služby 24/7
- Multioborová JIP – bezpečné zázemí i pro náročné výkony
- Široká síť specializovaných poraden
- Moderní chirurgické postupy a zkušený tým

KONTAKT A OBJEDNÁNÍ:

Recepce chirurgického oddělení:

- Pavilon C1, 3. patro

Objednání a informace:

☎ 312 606 640

☎ 312 606 272

✉ chirurgie@nemk.cz

🌐 www.nemocnicekladno.cz

– Oddělení – Chirurgické oddělení



Nové všeobecné sestry pro lůžkovou část interního oddělení

Interní oddělení Oblastní nemocnice Kladno rozšiřuje svůj tým a nabízí mimořádnou příležitost pro všeobecné sestry. Uchazeči mohou využít náborový příspěvek ve výši **500 000 Kč**, vyplacený postupně během tří let.

Práce na interních lůžkách je náročná, ale velmi smyslná. Sestry zde pracují v úzké spolupráci s lékaři napříč interními

obory a mají podporu zkušeného týmu ošetřovatelek a sanitářů. Noví kolegové budou pečlivě zaškoleni, aby se rychle zapojili do péče o pacienty.

Nemocnice nabízí stabilní pracovní zázemí, širokou škálu benefitů včetně pěti týdnů dovolené, příspěvků na stravování a penzijní připojištění, MultiSport karty či hlídání dětí v areálu nemocnice.

Důležité kontakty:

Zájemci mohou zaslat životopis na e-mail michaela.iblova@nemk.cz nebo kontaktovat asistentku Michaelu Iblou na telefonu **312 606 125**.

Bližší podrobnosti k pracovní náplni poskytne vrchní sestra interního oddělení **Mgr. Jaromíra Lukavská** na e-mailu jaromira.lukavska@nemk.cz.

Dny otevřených dveří v kladenské porodnici pokračují i v roce 2026

Příchod miminka je jedním z nejdůležitějších okamžiků v životě. Není proto překvapením, že je mezi nastávajícími rodiči stále větší zájem o možnost projít si porodnici ještě před samotným porodem. Kladenská porodnice na tuto poptávku reaguje a i v roce 2026 bude pravidelně pořádát dny otevřených dveří.

Během prohlídky mohou maminky i jejich doprovod nahléd-

nout do prostředí, kde na svět přivedou svého potomka, zjistit, jaké služby jim kladenská porodnice nabízí, a především se osobně setkat s týmem porodních asistek a lékařů. Mnoho z nich říká, že jim právě tato zkušenost pomohla cítit se při porodu jistěji a v klidu.

Prohlídky se konají každé první pondělí a sobotu v měsíci, vždy od 12:00 do 14:00 hodin. Aby bylo možné si na každého

udělat dostatek času a prostor pro všechny dotazy, probíhájí prohlídky v půlhodinových intervalech.

Termíny dnů otevřených dveří – 1. pololetí 2026

Leden: so 10. 1., po 5. 1.

Únor: so 7. 2., po 2. 2.

Březen: so 7. 3., po 2. 3.

Duben: so 11. 4., po 13. 4.

Květen: so 2. 5., po 4. 5.

Červen: so 6. 6., po 1. 6.

Předporodní kurzy 2026: připravte se s námi na velký den

Kladenská porodnice i v roce 2026 nabídne oblíbené předporodní kurzy, které pomáhají nastávajícím rodičům připravit se

Termíny kurzů 2026:

8. ledna, 5. února, 5. března,
2. dubna, 7. května, 4. června,
6. srpna, 3. září, 1. října,
5. listopadu a 3. prosince.

na porod i první dny s miminkem. První část trojdílné série začíná zkratkou každého měsíce vždy ve 13:30 hodin; konkrétní termíny najdete na konci textu. Kurzy probíhají v posluchárně, vchod z průjezdu pod pavilonem C1. Před samotným kurzem je nutné se ve 13:00 zastavit v nemocniční pokladně (budo-



va E) a uhradit poplatek 920 Kč. V kurzu se dozvíte vše podstatné o průběhu porodu, ukážeme vám porodní sál a lékař zodpoví vaše dotazy. Nechybí ani praktická část věnovaná péči o novorozence, kojení a klubičkování.

Vzpomínka na doktorku Millerovou



Dne 5. září 2025 ve věku 87 let odešla na věčnost naše milá kolegyně MUDr. Věra Millerová, dlouholetá lékařka kladenské nemocnice.

Stála u zrodu radiační onkologie v Kladně a i přes vlastní zdravotní potíže se s neúnavným nasazením věnovala péči o onkologické pacienty. Za její obětavou práci a lidský přístup jí patří naše upřímné poděkování.

Personál Oddělení radiační a klinické onkologie

Inzerce

Disney

LEDOVÉ KRÁLOVSTVÍ

BROADWAYSÝ MUZIKÁL

Huďba a texty
Kristen Anderson-Lopez & Robert Lopez

Libreto
Jennifer Lee

Originální režie Broadway
Michael Grandage

Na motivy Disney filmu podle scénáře Jennifer Lee,
v režii Chrise Bucka a Jennifer Lee

Původní uvedení na Broadwayi společností Disney Theatrical Group

Uvádíme ve spolupráci s Music Theatre International, www.mtishows.eu

PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA

HA
GUE
GA
G

©Disney

HUDEBNÍ DIVADLO
KARLÍN



Dny zdraví v ON Kladno 2025: Rok prevence a informací pro veřejnost

Oblastní nemocnice Kladno v roce 2025 opět otevřela své brány veřejnosti v rámci Dnů zdraví. Akce nabídlly bezplatná preventivní vyšetření, odborné poradenství a interaktivní aktivity zaměřené na podporu zdravého životního stylu. Návštěvníci všech věkových kategorií tak získali cenné informace a praktické zkušenosti, jak pečovat o své zdraví.

Jarní den zdraví – prevence rakoviny, virtuální realita a migréna

První akce roku 2025 se soustředila na prevenci rakoviny, duševní zdraví a migrénu. Liga proti rakovině představila výstavu o nádorových onemocněních a vědomostní testy pro návštěvníky.

Novinkou byla expozice Národního ústavu duševního zdraví s virtuální realitou, která nabízela relaxaci a trénink kognitivních funkcí. Organizace Migréna-help poskytovala odborné poradenství pro pacienty s migrénami. Součástí akce byla také organizace České ILCO, která nabízela podporu osobám se stomií a poradenské služby.

Letní den zdraví – mozková příhoda, sluch a kožní prevence

Ve červnu si návštěvníci mohli nechat zkontrolovat kožní znaménka od lékařů kožního oddělení a absolvovat testy zaměřené na riziko cévních mozkových příhod díky organizaci Cerebrum.

Tichý svět představil návštěvníkům svět neslyšících a umožnil na-

učit se základy českého znakového jazyka. Program doplnila Všeobecná zdravotní pojišťovna s informacemi o prevenci a zdravém životním stylu.

Podzimní den zdraví – srdce, plíce a paměť

Záříový Den zdraví se soustředil na prevenci kardiovaskulárních a plicních onemocnění a na zdravou paměť. Návštěvníci si mohli změřit cholesterol, cukr a krevní tlak a výsledky konzultovat s odborníky.

O prevenci plicních nemocí promluvil předseda Českého občanského spolku proti plicním nemocem (ČOPN) a přednosta Kliniky pneumologie Fakultní nemocnice Bulovka doc. MUDr. Norbert Pauk, Ph.D.: „Naším cílem je upozornit veřejnost na to, že plicní nemoci existují a je potřeba je včas odhalit. Proto cestujeme po celé republice a nabízíme lidem orientační vyšetření,“ řekl docent Pauk. V rámci akce absolvovalo spirometrii téměř 30 návštěvníků, přičemž u tří byla odhalena významnější obstrukce, která vyžadovala další vyšetření.

O prevenci kardiovaskulárních onemocnění mluvil dětský kardiolog MUDr. Michal Vrbík z České aliance pro kardiovaskulární onemocnění (ČAKO): „Vidíme, že když lidé dostanou informace lidsky a bez strašení, skutečně mění návyky. Každý rozhovor může být začátkem lepší péče o sebe,“ uvedl MUDr. Vrbík.

Stanoviště České alzheimerovské společnosti nabídlo rady, jak předcházet demenci, a poskytlo podporu i informace pro lidi s poruchami paměti i jejich pečující.



PACIENTI NA DNECH ZDRAVÍ rádi navštěvují také informační stánek Všeobecné zdravotní pojišťovny.

Akce ukázala, že i menší nemocnice dokáže nabídnout odborné poradenství a praktické rady s reálným dopadem na zdraví návštěvníků.

Podzimní den zdraví u příležitosti Světového dne diabetu a Světového dne AIDS

Listopadová akce byla zaměřena na prevenci cukrovky, pohlavně přenosných nemocí, revmatických onemocnění, celiakie a rakoviny prostaty.

Diabetologická ambulance ON Kladno nabízela měření hladiny cukru v krvi, organizace ROZKOŠ bez RIZIKA anonymní testování na HIV, Revma Liga ČR umožnila vyzkoušet potíže revmatiků, a Sdružení celiaků ČR poskytlo poradenství a ochutnávky bezpečných potravin. Nadační fond Muži proti rakovině připomněl

prevenci rakoviny prostaty a kampaň Movember. VZP doplnila program o preventivní materiály a rady ke zdravému životnímu stylu.

Oblastní nemocnice Kladno zároveň děkuje za vynikající spolupráci hlavnímu partnerovi Dnů zdraví – Všeobecné zdravotní pojišťovně České republiky.

Rok prevence s reálným dopadem

Dny zdraví 2025 ukázaly, že propojení odborníků, patientských organizací a moderních technologií přináší návštěvníkům konkrétní výsledky a inspiraci k péči o zdraví. Slova doc. MUDr. Norberta Pauka, Ph.D., a MUDr. Michala Vrbíka shrnují filozofii kladenských Dnů zdraví: prevence, edukace a včasná péče mohou skutečně zachraňovat životy.

Okres Kladno vyniká v celé republice: Oblastní nemocnice pomohla projektu Fast Heroes k nejlepším výsledkům

Zaznamenali jsme významný úspěch v oblasti prevence cévní mozkové příhody. Díky aktivitě našeho Iktového centra neurologického oddělení a úzké spolupráci s Magistrátem města Kladna se podařilo oslovit základní a mateřské školy v regionu a dosáhnout mimořádného výsledku v celostátním vzdělávacím projektu Fast Heroes, který učí děti rozpoznávat příznaky mrtvice a správně reagovat v krizových situacích.

Do programu se zapojilo téměř 20 procent všech oslovených zařízení na území správního obvodu obce s rozšířenou působností Kladno. Jde o nejúspěšnější oslovovací kampaň v celé České republice za poslední dva roky fungování projektu.

„Jsem přesvědčen, že projekt Fast Heroes patří k nejlepším informačním a vzděláva-

cím kampaním v oblasti povědomí o cévní mozkové příhodě. Bez podpory vedení nemocnice a města Kladna by se však v naší spádové oblasti nemohl v takové míře úspěšně realizovat,“ uvedl MUDr. Richard Brzezny, Ph.D., vedoucí Iktového centra a neurologické JIP neurologického oddělení Oblastní nemocnice Kladno.

Podle organizátorů projektu se díky spolupráci s kladenskou nemocnicí podařilo



dostat důležité informace o mrtvici k více než 800 dětem a jejich rodinám.

„Zapojené školy ve vašem regionu jsou velmi aktivní, a i díky nim se poselství o důležitosti rychlé reakce při mrtvici dostalo k stovkám rodin. Z našich statistik vyplývá, že šlo o vůbec nejúspěšnější kampaň za celé dva roky našeho působení,“ uvedla Mgr. Bc. Lucie Pražáková, koordinátorka výzkumu a zástupkyně programu FAST Heroes při Fakultní nemocnici u sv. Anny v Brně.

Program FAST Heroes (cz-cs.fastheroes.com) je zaměřen na děti ve věku 5–9 let.

Oblastní nemocnice Kladno děkuje Magistrátu města Kladna za vstřícnou a efektivní spolupráci při organizaci celého projektu a za podporu aktivit, které přispívají ke zdraví obyvatel celého regionu.

Křížovka

POMŮCKA: KORA, KOTU	ZN. MOUKY	BÍLÉ VÍNO Z ČERVENÉ RÉVY	PODLOUHLE PEČIVO Z CHLEBOVÉHO TĚSTA		PRŮCHODY	UŠLECHTILÁ ŽELEZA	ZNAČKA TECHNICA	FRANCOUZSKÝ SKÁLA	SAMOVLÁDCE	NÁŠ BÁJNÝ KNIŽE	TECHNICKÁ ATMOSFÉRA		VYZVĚDAČI	TONŽSKÝ OSTROV	VÝRAZ NESOUHLASU	DĚLNÍCI V LOMU	POSTAVA PROKOFJEVOVY OPERY VOJNA A MÍR
NAŠE DOLY				KRMIVO								VZDĚLÁVACÍ ÚSTAV					
RUSKÉ SÍDLO				ANGL. ÚČET								NEKRĚŠTAN					
	MPZ ALBÁNIE			ZVRATNÉ ZÁJMENO			MRAVNÍ ČISTOTA				HLUPÁK						
	POŠTOVNÍ NOVINOVÁ SLUŽBA			SMI			ORVATI				UKAZOVACÍ ZÁJMENO						
TUZE MÁLO								OKOUHAT									
TAJENKA 1								CIRKUSOVÝ KOMIK						SLOVEN. OTÁZKA U SÁZKY			
								PŘEDSTAVENÝ KLÁŠTERA						ČESKÝ ARCHITEKT			
STUDIJNÍ POBYTY						INDIÁNSKÝ MEXICKÝ KMEN					ANGORSKÁ VLNA			KÓD IZRAELE			
						LUPAT					VÝZVY			PROSTĚ			
	OBUVNÍK	ZÁPOR			ROSTLINA PODOBNÁ BODLÁKU							ŘÍT	ČÁST VOZŮ			KRÁČETI	
		HOLÉ			OCHOTNĚ								ELEKTRICKÝ NABITÉ ČÁSTICE				
DRŽADLA KALHOT				DOLOVAT UHLÍ					TAJENKA 2								KLUB ANGAŽOVANÝCH NESTRANÍKŮ
				LIHOVINA					MEZIN. ZKRATKA SOUVĚZDÍ PRAVÍTKO								
VYTAHAT ZA VLASY								PODDANÝ									
								ROZHL. SPOL. KENJI									
KÓD ŠPANĚLSKA			URČIT					KANÝR						JMÉNO PROZAÍKA PAVLA			
NÁZEV PÍSMENE			INDONÉS. OSTROV V MOLUKY					KAPOTY						ZKR. JEDNOTKY ČASU			

V tajence najdete citát Emila Zátopka.

Recepty

Houbový Kuba

- kroupy 300 g
- sušené houby 100 g
- cibule 1 ks
- máslo (nebo sádlo) 3 lžíce
- drcený kmín 1/2 lžičky
- majoránka (sušená) 1/2 lžičky
- česnek 3 stroužky
- máslo (na vymazání formy)
- sůl, pepř

Večer předem namočte zvlášť kroupy a houby do vody. Kroupy slijte, propláchněte, zalijte čerstvou vodou, osolte ji a uvařte do měkka. Trvá to asi 30–45 min. Po 15 min. slijte houby a přidejte je ke kroupám. Cibuli oloupejte a nakrájejte nadrobno. Ve velké pánvi rozehejte máslo nebo sádlo a opečte cibuli dozlatova. Přidejte kmín a restujte 30 vteřin. Troubu předehřejte na 180 °C, zapékací formu vymažte máslem. Uvařené kroupy sceďte a vsypte k cibuli. Restujte za občasného promíchání 6 min. Dochutěte solí, pepřem a majoránkou. Česnek oloupejte, prolisujte ke kroupám,

promíchejte a opečte 30 vteřin. Směs přesuňte do pekáče, uhladte povrch a zapéčte v předehřáté troubě 15 min. dozlatova.

Linecký koláč s jablky a mandlemi

- 180 g hladké mouky
- 20 g mandlové mouky
- 100 g moučkového cukru
- 2 ks žloutky
- 80 g másla
- 1/2 prášku do pečiva
- Mléko dle potřeby
- Máslo na vymazání
- Náplň:
- Dětské piškoty
- Jablka
- Skořice
- Rozinky
- Vejce na potření
- Plátky mandlí na posypání

Na vál si dáme prosátou mouku, cukr, žloutky, prášek do pečiva, na kostky nakrájené máslo a mléko dle potřeby. Těsto rychle zpracujeme. Polovinu zabalíme do potravinové fólie a dáme do lednice. Druhou polovinu dáme do lehce vymazané kulaté formy a rukou vymačkáme tak, aby byla forma rovnoměrně pokry-

tá těstem i do stran. Dno propícháme vidličkou a posypeme drtí z dětských piškotů. Jablka si nahrubo nastrouháme a pokryjeme jimi dno formy. Posypeme skořicí a rozinkami. Z lednice vyndáme druhou polovinu těsta, vyválíme dokulata tak, aby po položení na jablka pokrývala celý vršek formy. Tam, kde přesahuje, těsto okrájíme. Pak těsto zlehka přimáčkneme k jablkům. Nakonec těsto pomažeme rozšlehaným vejcem a posypeme plátky mandlí. Dáme do trouby vyhřáté na 180 °C a pečeme přibližně 40 min. podle toho, jak která trouba peče. Po upečení vyndáme z trouby a necháme vychladnout.

Zdravý vánoční recept: Pečená jablka s ořechy a skořicí

Vánoční vůně, minimum cukru a příprava do pár minut – pečená jablka s ořechovou náplní jsou lehký dezert, který krásně zahřeje. Hodí se po štědrovečerní večeři nebo jako sladká svačina v adventu. Vyberte tvrdší jablka, která lépe drží tvar. Rozkrojte je

napůl a vydlabejte malý důlek. V misce smíchejte nejmenno nasekané vlašské ořechy, lžíci medu, špetku skořice, trochu mletého zázvoru a pár kapek citronu. Kdo chce, může přidat i lžičku rozinek nebo lžičku ovesných vloček pro hutnější náplň. Směs natlačte do jablek, vyskládejte je na plech, lehce podlijte vodou a pečte asi 20 min. na 180 °C, dokud nezměkknou. Podávejte teplé, ideálně s lžící bílého jogurtu nebo skyr. Dezert je přirozeně sladký, voňavý a naděje na to, že si ho dá i ten, kdo „moc nemusí zdravé věci“, je opravdu vysoká.

Zdravé vánoční perníkové sušenky

Smíchejte 150 g jemných ovesných vloček, 2 lžíce medu, 1 vejce, 1 lžici kokosového oleje, 1 lžičku perníkového koření, špetku skořice a trochu nastrouhané pomerančové kůry. Vypracujte hladké těsto, nechte ho pár min. odpočinout, poté ho vyválejte mezi dvěma papíry a vykrajujte oblíbené tvary. Pečte zhruba 10–12 min. na 180 °C dozlatova.

GYMNÁZIUM PARENTES

Nové gymnázium
na Praze 13



Kvalitní vzdělávání a charakter

K úspěchu v životě nestačí pouze kvalitní vzdělání. Potřebné je pracovat i na rozvoji osobnosti. K tomu gymnázium pomůže.

Den otevřených dveří

sobota 10. ledna 2026
od 10:00 do 13:00



NABÍZÍME

- Jazyky: AJ, NJ, ŠJ
- Výchova charakteru
- Mezinárodní rozměr
- Zahraniční stáže



**PŘIHLÁŠTE SE
NA DEN
OTEVŘENÝCH DVEŘÍ**

731 891 943
zapis@parentes.cz
www.parentes.cz



Tlumačovská 1237/32, Praha 5 - Stodůlky