



# ZPRAVODAJ

ZDARMA

nemocnicekladno.cz

Středočeský kraj

## Artroskopie umožňuje přesnější zobrazení poškozených struktur kloubu, přitom je šetrná



**ORTOPEDICKO-ÚRAZOVÉ ODDĚLENÍ** kladenské nemocnice získalo ve druhé etapě evropského dotačního programu REACT dvě nové artroskopické věže za více než 5 milionů korun, které nahradily starší modely. Operace jsou díky těmto věžím miniinvazivní, a tím pádem pro pacienty šetrnější. Výhodou artroskopických věží je především větší zobrazení operované oblasti, kvalitnější obraz i záznam, a tím i zpětná kontrola, pokud je potřeba. Pokračování na str. 4 (red)

### Vážení čtenáři,

i přesto, že se stejně jako mnoho dalších zdravotnických zařízení potýkáme s nedostatkem zdravotnického personálu, držíme si vysokou úroveň poskytovaných služeb, za což patří poděkování všem zaměstnancům. Na kvalitě naší péče se nepochybně příznivě projevuje také modernizace přístrojového vybavení, celoživotní vzdělávání zdravotníků a rekonstrukce nevyhovujících prostor. Byl bych velmi rád, kdyby tyto investice vedly k ještě větší spokojenosti jak pacientů, tak i zaměstnanců.



Stěžejní investicí je v ON Kladno rekonstrukce bloku C2. Dočetly se již hrubé bourací práce a pokračuje se dle harmonogramu vnitřními i vnějšími pracemi ve všech patrech. Velký dík patří všem zaměstnancům i pacientům za spolupráci i trpělivost při přesunech oddělení nebo vytváření komunikačních koridorů, jejichž používání může být mnohdy méně komfortní, je však nezbytné pro hladký průběh rekonstrukce. Věřím, že všichni novou a moderní proměnu bloku C2 ocení, pacienti se zde budou lépe cítit a zaměstnancům se bude lépe o pacienty pečovat. O tom, jak nyní celá stavba pokračuje, si přečtěte na straně 5.

Přeji krásné babí léto.

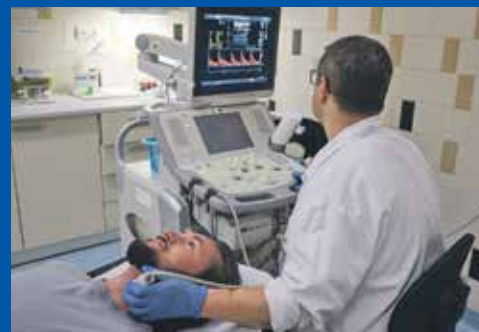
Ing. Jaromír Bureš,  
předseda představenstva



**BIOLOGICKÁ LÉČBA** jako účinná terapie kožních onemocnění. **Strana 3**



**OČNÍ ŠKOLKA** pomáhá dětem již třicet let. **Strana 10**



**IKTOVÉ CENTRUM** získalo další významné ocenění. **Strana 13**

# KDYŽ PLEŤ POTŘEBUJE ZÁZRAK ANTI-AGE SÉRUM S ŽIVÝM KOLAGENEM A DRAČÍ KRVÍ

Nasyťte svoji pleť živým kolagenem s dračí krví  
a získajte zpět mládí pro svoji pleť.

Pro ty, kteří pro sebe preferují to nejlepší.

## 10 problémů, jedno řešení

- 1 Aktivně působí proti vráskám a dlouhodobě předchází vzniku nových.
- 2 Stimuluje tělo k produkci vlastního kolagenu.
- 3 Viditelně omlazuje a zlepšuje celkový vzhled pokožky.
- 4 Zpevňuje kontury obličeje.
- 5 Šetně odstraňuje kožní buňky a urychluje regeneraci svrchní vrstvy pokožky.
- 6 Výrazně zlepšuje hydrataci, pevnost, pružnost, jemnost a elasticitu pokožky.
- 7 Rozjasňuje a sjednocuje barevný tón pleti.
- 8 Částečně zesvětluje tmavé skvrny a jizvičky po akné.
- 9 Má vyživující, zklidňující a revitalizující účinky, redukuje kožní nerovnosti.
- 10 Vytváří na pokožce ochranný film, zabraňuje ztrátám vlhkosti a dehydrataci.



**P**řevratné řešení na vrásky a unavenou pleť. Exkluzivní novinka obsahuje nejzácnější hydrát nativního živého kolagenu nové generace, zpracovaný autorskou technologií Inventia – Triple Helix Formula, a magickou ingredienci tzv. Dračí krev. Dračí krev je tmavě červená míza ze vzácného Dračího stromu, kterou strom po narušení vylučuje na svoji ochranu, regeneraci a hojení.

*„Živý kolagen v podobě hydrátu přináší překvapivé výsledky nejen v oblasti krásky, ale i regenerace...“, říká na základě osobní zkušenosti významný plastický chirurg a celoživotní sportovec doc. MUDr. Jan Měšťák, CSc.*

*„Jedinečná kombinace přírodních, biologicky aktivních látek působí proti vráskám a dodává pokožce zdravý a mladistvý vzhled. Dochází k velmi výraznému zmenšení délky i hloubky vrásek, k šetrnému odstranění odumřelých kožních buněk a velmi snadnému pronikání aktivních látek do pokožky. Ta tak získává mladistvou pevnost, jas, svěžest a hedvábnou jemnost...“, říká Eva Sojková (\*1954), zakladatelka poradenského kolagenového centra Wellness klubu NEZESTARNI.CZ, která se v rámci zkušebních programů více než 30 let zabývá účinky různých druhů kolagenů.*

### PRO KOHO JE SÉRUM VHDNÉ

Přírodní, biologicky aktivní a hypoalergenní sérum je vhodné pro všechny typy pleti, mladé, zralé i velmi citlivé, aknézní a problematické. Oceníte ho i na unavenou, povadlou, stresovanou a stárnoucí pleť se sklonem k tvorbě tmavých skvrn. Receptura bez parabenů a jiných konzervantů.

### POUŽÍVÁNÍ JE I V DOMÁCÍCH PODMÍNKÁCH NAPROSTO JEDNODUCHÉ

Minimální množství séra se nanáší na vlhkou pleť vždy jako podklad pod kosmetiku nebo make-up, proto se nemusíte vzdát své oblíbené kosmetické značky. Pro rychlý nástup účinků nebo při deficitu kolagenu vlivem věku, stresu a únavy, podpořte omlazující a regenerační procesy vnitřním používáním kolagenového doplňku stravy **INVITA SKIN BEAUTY** pro krásnou pleť, pružné tělo, ohebné klouby a zdravé vlasy a nehty.



**NEZESTARNI.CZ**  
Živý kolagen nové generace

**200 Kč**  
slevový kód:  
**KLADNO**  
od 690 Kč

ORIGINÁLNÍ PRODUKTY S ŽIVÝM KOLAGENEM SI MŮŽETE OBJEDNAT V E-SHOPU DOVOZCE NA  
WWW.NEZESTARNI.CZ | 775 373 379

# Centrum pro biologickou léčbu: Nová možnost terapie pro pacienty s lupenkou a atopickým ekzémem

Již déle než rok a půl nabízí dermatologická ambulance Oblastní nemocnice Kladno moderní možnosti léčby především pro pacienty s těžkou formou lupenky či atopického ekzému. Výsledky terapie jsou velmi uspokojivé a pacientům výrazně ulevuje od projevů nemoci.

## Biologická léčba jako nová šance

Řeč je o biologické léčbě, novém způsobu, jak dostat lupenku a atopický ekzém pod kontrolu. Tato chronická, zánětlivá onemocnění nejen kůže sice nejsou přenosná, mají ale velmi negativní dopad na kvalitu života pacientů. Ti se často kvůli estetickému vjemu straní okolí, trpí depresemi a pro chronicky probíhající zánět se přidávají i další komorbidity. Léčba bývá dlouhodobá, komplikovaná a vyžaduje úzkou spolupráci jak pacienta, tak i lékaře. Někteří pacienti při častých exacerbacích (nových vzplanutích choroby – pozn. redakce) ztrácejí trpělivost a mnohdy léčbu vzdávají, což vede k výraznému zhoršení stavu často s nutností hospitalizace.

„Proto jsme se rozhodli zřídit Centrum pro biologickou léčbu

a pacientům ji umožnit. Jedná se však o velmi nákladnou záležitost v řádu statisíců korun za rok, a proto ji nasazujeme až po vyčerpání ostatních možností, jako jsou lokální léčba, fotoléčba nebo celková léčba např. retinoidy, metotrexátem či cyklosporinem, což jsou léky s protizánětlivými, popřípadě cytostatickými účinky. V tomto případě se efekt léčby hodnotí minimálně po 12 týdnech. Pokud vidíme, že cel-

**» Jedná se vlastně o takovou sms mezi buňkami a my tuto sms léčbou cíleně zablokujeme.« MUDr. Jana Földesová, primářka kožního oddělení. «**



**JEDNOU Z MOŽNOSTÍ** je aplikace léku pod kůži.

ková léčba selhává a nefunguje, rozhodujeme se pro léčbu biologickou. Nasazujeme léky, které v určitém místě zablokují nadměrnou funkci imunitního systému, a tím zabrání šíření zánětlivého procesu,“ uvádí primářka kožního oddělení nemocnice v Kladně MUDr. Jana Földesová a dodává: „Když to zjednoduším, tak se v podstatě jedná o takovou sms mezi buňkami a my tuto sms léčbou cíleně zablokujeme.“

## Důkladné vyšetření

Před zahájením terapie ale musí být pacient nejprve vyšetřen, zejména na přítomnost tuberkulózy a během léčby a nejméně 21 týdnů po jejím ukončení nesmí být očkován živou vakcínou. Samotná léčba probíhá buď aplikací léku formou podkožních injekcí, popřípadě per, které si

pacient po zaškolení může aplikovat doma sám v přesně daných časových intervalech. Možné je také perorálně užívat tablety.

## Stoprocentní úspěšnost

Efekt léčby se i zde hodnotí za 12 a 16 týdnů a dále minimálně jednou za tři měsíce. „Podmínkou v pokračování léčby je zlepšení lokálního i celkového stavu pacienta alespoň o 75 procent oproti původnímu stavu. Velká část pacientů, obzvláště ti s lupenkou, mají výsledek zlepšení kožního nálezu až o sto procent, který si zatím drží,“ říká primářka a doplňuje, že v současné době dermatologové v kladenské nemocnici provádí biologickou léčbu u deseti pacientů s těžkou formou atopického ekzému a 36 pacientů s těžkou formou lupenky. (red)



**STAV PACIENTA** před léčbou a po ní. V některých případech se pacient svých potíží úplně zbaví.

**ZPRAVODAJ OBLASTNÍ NEMOCNICE Kladno**, a.s., nemocnice Středočeského kraje, Vančurova 1548, 272 01 Kladno, IČ 272 56 537. ■ **Šéfredaktor:** Bc. Olga Oliveriusová, DiS., tisková mluvčí Oblastní nemocnice Kladno, tel.: 312 606 856, e-mail: olga.oliveriusova@nemk.cz ■ **Redakční rada:** Ing. Jaromír Bureš, Bc. Olga Oliveriusová, DiS., 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 27. září 2023. Neprodejné.

# Artroskopie umožňuje přesnější zobrazení poškozených struktur kloubu, přitom je šetrná

*Pokračování ze str. 1*

„Artroskopie je operační metoda, kdy se zavědí kamera do operovaného kloubu a obraz se pak přenáší na obrazovku, na které s velkým zvětšením vidíme, co se uvnitř kloubu děje. Z druhého nebo třetího vstupu zavedeme nástroje a poškozené struktury opravíme,“ popisuje metodu lékař ortopedického oddělení kladenské nemocnice MUDr. Miloš Svítek.

Typickým důvodem k indikaci artroskopie bývají úrazy typu utrženého menisku, utrženého předního zkříženého vazy anebo poškození chrupavky a také degenerativní změny kloubů. „Menisky jsme dříve museli vyndávat, dnes jsme díky artroskopu schopni meniskus přišít, aniž bychom ho museli vyndá-

vat. Artroskopicky dokážeme řešit i složitější úrazy, například odloučenou chrupavku, která se musí přifixovat, nebo zrekonstruovat zkřížený vaz a v poslední době také šijeme zadní rohy menisků. Dá se řešit také nestabilita ramena po luxaci i zašít prasklou rotátorovou manžetu,“ doplňuje doktor Svítek.

Jedná se přitom o miniinvazivní metodu, která je pro pacienta šetrná. Kloub se již nemusí otvírat z většího řezu, ale přistupuje se k němu pouze pomocí několika drobných vstupů, které jsou malé zhruba půl centimetru. Pacient zpravidla do tří dnů odchází domů a následně rehabilituje.

Ortopedi nemocnice v Kladně se nejvíce zabývají artroskopii kolen, ramen, loktů, hlezenních kloubů nebo zápěstí. (red)



**ARTROSKOPICKÁ VĚŽ** umožňuje lepší zobrazení kloubu. Kladenská nemocnice pořídila dvě nové.



## Studenty zdravotní školy jsme slavnostně přivítali v naší nemocnici

Začátkem nového školního roku jsme opět přivítali studentky a studenty Střední zdravotnické školy a Vyšší odborné školy zdravotnické Kladno 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. „Studenti k nám na praxi chodí již spoustu let a já jsem moc ráda, že tato spolupráce mezi školou a nemocnicí funguje velmi dobře. Doufám, že se u nás studentům bude líbit a časem se z nich stanou plnohodnotní

kolegové,“ říká hlavní sestra kladenské nemocnice Ing. Lucie Lidická, která spolu s náměstkem pro léčebně preventivní péči nemocnice v Kladně MUDr. Liborem Zahradníčkem studenty v posluchárně přivítala. Spolu s nimi popřály studentům hodně síly při výkonu praxe také ředitelka kladenské zdravotní školy RNDr. Daniela Tomsová, zástupkyně ředitelky školy Mgr. Jitka Svobodová, PhDr. Jiřina Hauznerová, pedagog odborných předmětů. Studenty přivítaly také vrchní a staniční sestry jednotlivých nemocničních oddělení.

## S Opencast plastickou fixací se můžete koupat bez omezení

Zlomenina vás již nemusí omezovat v běžném životě. Nová plastická fixace Opencast, která plně nahrazuje tu sádrovou, má několik výhod a nabízí ji již i Oblastní nemocnice Kladno. Oproti klasické sádře se vyznačuje lepší stabilitou a praktičností, protože je možné se s ní denně koupat i sprchovat.

„Zatím ji používáme na nedyslokované jednoduché zlomeniny, které vyžadují pouze fixaci. Pro její aplikaci je potřeba speciální trouby, ve které se hmota nahřeje a poté se dá tvarovat. Její tvar



je možné ještě několikrát upravovat, pokud by například došlo ke snížení otoku,“ popisuje novinku lékař ortopedického oddělení nemocnice v Kladně MUDr. Libor Zahradníček.

Dalšími výhodami je její lehkost, prodyšnost, měkký materiál, který netlačí, a také sejmutí je snazší než u klasické sádry, protože lékař pouze otevře plastové svorky a fixaci sejme. Tato novinka však není hrazená ze systému veřejného zdravotního pojištění a pacient si tak za ni připlácí 2500 korun. (red)

# Rekonstrukce bloku C2 pokračuje

Nemocniční blok C2, který se od minulého roku za plného provozu rekonstruuje, má již novou střechu, zatepluje se fasáda a vyměňují se okna. „V suterénu bylo nutné ze statických důvodů

zbourat část stropu a nahradit ho novým, dále jsme zde zahájili rozvody instalací. Průběžně se vyměňuje kanalizační svodné potrubí v celé délce objektu. V jednotlivých patrech se dokončují příč-

ky, zahajují se hrubé rozvody instalací a omítky, připravují se podlahy pro betonáž,“ říká předseda představenstva kladenské nemocnice Ing. Jaromír Bureš. (red)



**VE 4. PATŘE** vzniká nové oddělení šestinedělí a neonatologie.



**PRACUJE SE TAKÉ** na zateplování fasády a výměně oken.



**REKONSTRUKCE** celého bloku probíhá za plného provozu nemocnice.

## V zrekonstruované části bloku C2 budou v definitivním uspořádání umístěny:

### Suterén

Ambulance pediatrie – 6 vyšetřoven

### Přízemí

Cyncentrum a urogynekologická ambulance – 3 vyšetřovny (ultrazvuk, CTG)

Ambulance ortopedie – 3 vyšetřovny,

1 speciální vyšetřovna

Ambulance urologie – 3 vyšetřovny,

zámkrový sálek

### 1. patro

Ortopedie – lůžkové odd., 30 lůžek

### 2. patro

Dětská JIP, 8 lůžek + 5 lůžek doprovod

### 3. patro

Urologie – lůžkové odd., 29 lůžek

### 4. patro

Neonatologie – novorozenci 10 lůžek

Šestinedělí – lůžkové oddělení, 16 lůžek matek

### 5. patro

Klinické laboratoře



## Iktové centrum kladenské nemocnice získalo významné evropské ocenění

I v letošním roce získává iktové centrum kladenské nemocnice významné ocenění za velmi dobrou péči o pacienty s cévní mozkovou příhodou. Zlatý status mu uděluje, spolu s Iniciativou Angels, European Stroke Organisation (ESO), významná autorita, zaštiťující edukaci odborné i laické veřejnosti v problematice cévních mozkových příhod. Toto ocenění získají ty nejlepší nemocnice, které pravidelně zaznamenávají a poskytují data, pomocí nichž může společnost identifikovat místa pro zlepšení léčby pacientů s iktem.

„Díky našim odborným snahám a dlouhodobému poskytování péče na nejvyšší úrovni pacientům s mrtvicí jsme i v tomto roce získali významné ocenění. Kromě toho je naše iktové centrum také certifikovaným evropským centrem. Rád bych poděkoval našemu týmu i vedení kladenské nemocnice za spolupráci a podporu,“ uvádí vedoucí lékař neurologické JIP a iktového centra kladenské nemoc-

nice MUDr. Richard Brzezny, Ph.D. Iktové centrum Oblastní nemocnice Kladno je zařazeno do druhého stupně cerebrovaskulární péče a je jediné v regionu. Navazuje na historii kladenské neurologie, která vždy poskytovala tu nejmodernější léčbu. Ročně zde ošetří více jak 600 pacientů s cévní mozkovou příhodou.

„Naše práce vždy snesla ta nejvyšší světová kritéria, v roce 2018 jsme za naši práci převzali platinové ESO Angels ocenění a za rok 2021 dokonce ocenění nejvyšší, a to diamantové,“ doplňuje MUDr. Brzezny. Tato péče je možná jen díky multioborové spolupráci, která je nepřetržitě poskytována v oborech neurologie, radiologie, rehabilitační medicíny a vnitřního lékařství. Zároveň se iktové centrum průběžně vybavuje nejmodernější technikou a pro jeho kvalitní funkci se otevřela celá oddělení. Navyšuje se také počet zkušených odborníků i skvělý střední zdravotnický personál. (red)

# Venózní port je bezpečným a pohodlným řešením nejen pro onkologické pacienty

Ač se kardiostimulační centrum kladenské nemocnice zabývá především problematikou srdečních arytmií a kardiostimulátorů, má blízko také k žilním vstupům. Z těch nejčastějších jsou to hlavně venózní porty, které ulehčují život pacientům s potřebou zajištění dlouhodobého vstupu do centrální žíly. Bývají jimi hlavně onkologičtí pacienti s opakovanými infuzemi cytostatik nebo jiní pacienti s nutností opakovaného podávání léků přímo do žíly.

## Snazší podávání opakovaných infuzí

„Venózní port je dutá podkožní komůrka krytá silikonovou membránou, která snese velmi mnoho vpichů. K němu je připojená hadička a ta vede do koncové žíly. Výhoda tohoto systému spočívá v tom, že se tímto způsobem dají podávat infuze a léky opakovaně, což s běžnou malou žílou na ruce je někdy obtížné. Pacient má takový port nejčastěji rok až dva a musí docházet na pravidelné proplachy, aby zařízení zůstalo průchodné,“ uvádí vedoucí lékař kardiostimulačního centra nemocnice v Kladně MUDr. Tomáš Kluch. Samotné zavedení portu se provádí operačním zákrokem ambulantně a zařízení je celé skryté v podkoží, takže tím pacient není téměř omezen, po zahojení se může koupat, sprchovat i lehce sportovat a vykonávat běžné činnosti.



**DÍKY PORTU** mohou zdravotníci odebírat i krev.



**VENÓZNÍ PORT** umožňuje podávání léku do centrální žíly.

## Zavádění je jednodušší i díky dobré vybavenosti

I když není běžné, aby zavádění venózních portů provádělo právě kardiostimulační centrum, v Kladně tomu tak je, a to hned z několika důvodů. Protože se porty umisťují velmi

podobně jako právě srdeční stimulatory, a to do pravého nebo levého podklíčku a stejně jako u stimulátorů se zavádí přes subklaviální nebo jugulární žílu. Obě metody jsou tedy podobné, a proto se toho v kladenské nemocnici ujali právě odborníci z kardiostimulace. Toto pracoviště navíc disponuje přímo rentgenem, který je pro zavedení kardiostimulátoru nezbytný a dá se využít i pro zavádění venózních portů. Odpadá tak odesílání pacienta na radiologii a správnou polohu portu mohou lékaři zkontrolovat hned na místě. Velkou pomocí je i přítomnost ultrazvukového přístroje přímo na sále, operační výkony jsou pak bezpečnější. Venózní port se však používá také u pacientů, jimž se léky musí podat rychle. Například u těch, kteří trpí těžkým astmatem, ale i pro ty s krev-

ními chorobami, kterým je potřeba podávat opakovaně krevní transfuze.

## Individuální přístup k pacientům

Kromě těchto portů se lékaři na kardiostimulaci věnují také všem ostatním žilním vstupům. „Ať už jsou to vstupy do centrálních žil, katetry, periferně inzerované centrální katetry (PICC), nebo takzvané midliny, což jsou podobně zavedené vstupy jako PICC, ale jedná se o kratší katetry do periferních žil. U každého pacienta individuálně rozhodujeme, který katetr je pro něj vhodný,“ dodává MUDr. Kluch. Ročně zavedou lékaři v kladenské nemocnici kolem osmdesáti portů a díky zkušeným a vyškoleným sestřám se daří udržet vysokou kvalitu péče o všechny typy zavedených žilních vstupů. (red)

PRAHA  
PRAHA  
PRAHA  
PRAHA

KULTOVNÍ MUZIKÁL

# LEGENDA JMÉNEM HOLMES

MUSICA/TXTY/LIBRETO ONDŘEJ G. BRZOBOHATÝ

V HLAVNÍCH ROLÍCH  
ANNA FIALOVÁ ONDŘEJ G. BRZOBOHATÝ  
A DALŠÍ

Musikální divadlo  
**Karlín**

RV230009/57

## VÝKUP LP DESEK

MÁTE DOMA STARÉ LP DESKY  
A POTŘEBUJETE PÁR STOVEK  
NEBO PŘI VĚTŠÍM POCTU I  
TISÍCOVKY?  
RÁDI JE VYKOUPIME.  
INFORMACE NÁM VOLEJTE  
(možnost i originál CD a MC)

VYKUPDESEK@EMAIL.CZ  
+420 728 574 413

RV2301873/01

Inzerce v těchto novinách  
pro vás zajistí:

### Dana BREJCHOVÁ

603 588 338  
brejchova@regvyd.cz

**REGIONÁLNÍ  
VYDAVATELSTVÍ**

Inzerce v těchto novinách  
pro vás zajistí:

### Vít VRBICKÝ

603 786 170  
vrbicky@regvyd.cz

**REGIONÁLNÍ  
VYDAVATELSTVÍ**

divadlo **kalich**

VAŠE DOBRÁ NÁLADA  
NAŠE RÁDOST

SKVĚLÉ KOMEDIE V DIVADLE KALICH

VÍCE INFORMACÍ A VSTUPENKY NA [www.divadlokalich.cz](http://www.divadlokalich.cz)

PRE Prima he-vee

RV230018162

## POMÁHEJTE SMÍCHUPLNĚ

Pomozte, aby se děti v nemocnicích zase smály. Má to smysl! Vážně.

**ZDRAVOTNÍ KLAUN**  
Kde je smích, je i naděje

Darujte smích: 20 20 20 20 20 / 0600  
[www.darovatsmich.cz](http://www.darovatsmich.cz)

RV230011/13

**FAJN** **vylety.cz**

Přinášíme  
**TIPY na VÝLETY**  
a aktuální **AKCE**  
v **KRÁSNÉM**  
**ČESKU.**

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

RV230015/54

# Osobnosti kladenské nemocnice: Jaromír Jiroutek a Bedřich Nejedlý

Za 120 let fungování nemocnice v Kladně jí prošly desítky významných osobností. Dalšími takovými, které nemůžeme opomenout, jsou první kladenský pediatr MUDr. Jaromír Jiroutek a klinický biochemik MUDr. Bedřich Nejedlý. Oba páni doktoři měli zásadní podíl na rozvoji svých oborů, byli skutečnými kapacitami a jejich práce ovlivnila spoustu jejich nástupců a kolegů.

## JAROMÍR JIROUTEK, první pediatr v kladně, stál u zrodu dětského oddělení

Pan primář Jiroutek (20. 3. 1901 Praha – 17. 3. 1971 Kladno) přišel do Kladna v roce 1928. Předtím působil v Praze a Nymburce. Jako vůbec první dětský lékař zde působil jak v soukromé ordinaci, tak i od roku 1946 v kladenské nemocnici. Nejprve ve trochu stísněných prostorech 4. patra interny, kde založil první dětské lůžkové oddělení a stal se také jeho primářem. Poté v roce 1954 stojí při otevření již více komfortního dětského oddělení v poslední části monobloku, kde dětské oddělení sídlí dodnes.

## Excelentní výsledky v neonatologii

O své malé pacienty se Jaromír Jiroutek staral jako doopravdy o své vlastní, a i děti jej měly rády. Především na poli péče o nedonošené děti dosahoval skvělých výsledků. Velkou měrou se také zasloužil o vybudování kojeneckého ústavu v Klad-

ně. Zároveň díky svému laskavému, ale vysoce erudovanému přístupu vychoval řadu kvalitních dětských lékařů.

## Pamětní deska na jeho počest

Na jeho počest a památku je v pavilonu, kde sídlí dětské oddělení, umístěna pamětní deska a jeho jméno také od roku 1992 nese jedna z ulic v městské části Habešovna. V roce 2011 mu také byla in memoriam udělena Cena města Kladna.

Použité zdroje:

Lemon, Vladimír. Významné osobnosti kladenského zdravotnictví. Kladno: MěÚ Kladno. Vykouk, Jaroslav. MUDr. Jaromír Jiroutek. Kladno. 2007, 8 (březen), 5.

Foto: archiv MMK

Za poskytnutí materiálů děkujeme Jaroslavu Volfovi, Středočeská vědecká knihovna v Kladně.

## BEDŘICH NEJEDLÝ, zasvětil svou práci vnitřnímu prostředí organismu

Ve výčtu významných osobností, které působily v kladenské nemocnici, nemůže chybět lékař, klinický biochemik a pedagog MUDr. Bedřich Nejedlý, který je považován za zakladatele „české“ školy pojetí vnitřního prostředí a acidobazické rovnováhy.

MUDr. Nejedlý se narodil 21. dubna 1927 v Praze. V letech 1944–1945 pracuje jako laborant v petrolejce v Kralupech nad Vltavou, o rok později maturuje na kralupském gymnáziu a v roce 1952 promuje na lékařské fakultě v Praze. Po krátkém působení v teplické nemocnici u prim. Petříka se od července 1952 přesouvá na interní oddělení nemoc-



**ZDE PŮSOBIL V LETECH 1946-71** primář a okresní pediatr MUDr. Jar. Jiroutek, první dětský lékař v Kladenském okrese a zakladatel dětského oddělení.

nice v Kladně a zakrátko – v roce 1955 – se stává vedoucím lékařem laboratoře při interním oddělení.

Post primáře samostatného oddělení klinické biochemie kladenské nemocnice zastává od roku 1956 až do dubna 1989, tedy třiatřicet let a poté na pracovišti zůstává jako ordinář metabolické poradny do roku 1996. Zároveň se v letech 1967–68 stává hlavním odborníkem ministerstva zdravotnictví pro klinickou biochemii. V roce 1987 se stává čestným členem Společnosti J. E. Purkyně, je nositelem Purkyňovy medaile a stříbrné medaile Slovenské lékařské společnosti.

## Vnitřní prostředí

Základním motivem Nejedlého celoživotní práce je vnitřní prostředí. Rozhodující vliv na to má spolupráce s kladenským primářem ARO Vladimírem Lemonem. Nejedlý přednáší o vnitřním prostředí po celém Československu a zkušenosti sbírá také v zahraničí.

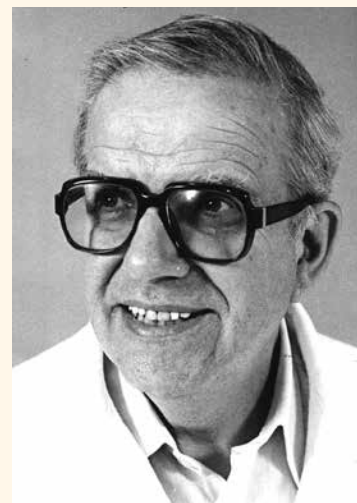
## Organizace, standardizace, automatizace v kladenské nemocnici

Společně s Miroslavem Padevětem, vedoucím laborantem oddělení klinické biochemie Kladno, se řadu let zabývá organizací a ekonomikou provo-

zu, automatizací, minimalizací zdravotních rizik v laboratoři, vyvíjí řadu pomůcek pro laboratoře (automatické konstrukční pipety, průtokové kyvety, průtokové komůrky s mřížkou pro vyšetření močového sedimentu, elektroforetická zařízení a další). Je autorem Albuphanu a Glukophanu, který spolu s kolegy Padevětem a Křišťálem patentují na počátku šedesátých let.

## Nutriční problematika

Od sedmdesátých let se věnuje problematice hydratace organismu za různých situací. Studuje stav hydrata-



MUDR. BEDŘICH NEJEDLÝ



MUDR. JAROMÍR JIROUTEK





**BEDŘICH NEJEDLÝ** přednáší o acidobazické rovnováze.

ce vrcholových sportovců, báňských záchranářů, pracovníků v horkých provozech, dětí ve školních zařízeních, nemocných před operační zátěží. Podílil se na vývoji iontového nápoje G30 a od něj je malý krok

k uplatnění modifikovaných škrobů. Tím obrací na řadu let pozornost k tekuté výživě, v době, kdy dostupnost komerčních přípravků z devizové oblasti byla více než omezená. Tekutou výživu buduje jako komplexní

systém péče o nemocné v těžkých stavech včetně počítačové podpory při plánování výživy. Kromě toho přednáší a publikuje. MUDr. Nejedlý zemřel v dubnu roku 2003 v nedožitých 76 letech.

Na jeho počest pořádá klinická laboratoř nemocnice v Kladně každoročně Nejedlého konferenci.

Zdroj: Česká společnost klinické biochemie [online na [www.cskb.cz](http://www.cskb.cz)].  
ČSKB: ©2022 [cit. 23. 8. 2023].



**MIROSLAV PADEVĚT**, tehdejší hlavní laborant, provádí filtraci. Snímek pochází z roku 1959.



**PRÁCE V KLINICKÉ LABORATOŘI**, 50. léta minulého století.

# Oční školka pomáhá dětem s vadami zraku již třicet let

Mateřská školka Brejličky pro děti se zrakovým postižením funguje v Kladně již tři desítky let. Založil ji tehdejší primář očního oddělení kladenské nemocnice MUDr. Tomáš Hora jako odloučené pracoviště.



**IVANA JERMANOVÁ** se věnuje dětem s vadami zraku již třicet let.

V současné době sem dochází 30 předškoláků z Kladna a okolí. Kromě pedagogů se těmto dětem věnuje také Ivana Jermanová, která zde pracuje jako ortoptista.

» *Paní Jermanová, jak dlouho ve školce pracujete a jak se k vám děti dostávají?*

Pracuji zde od úplného začátku, to je již neuvěřitelných 30 let. V současné době k nám dochází 30 dětí a přijímáme je výhradně na základě doporučení očních lékařů a Speciálně pedagogického centra pro zrakově postižené. Máme zde děti s amblioplií, což je tupozrakost, anisometrií neboli rozdílným počtem dioptrií na každém oku, strabismem – šilhání, s progresivními vadami a další.

» *S dětmi denně cvičíte. Jak cvičení neboli rehabilitace očních vad probíhá?*

Každé dítě má individuální plán, který určuje lékař strabolog ve spolupráci s ortoptistou. Rehabilitace očních vad probíhá dvojím způsobem. Podle instrukcí ortoptisty pedagogové ve třídách každý den provádí pleoptická cvičení, buď na blízko, to je práce u stolečku, anebo cvičí v prostoru, třeba v naší přírodní zahradě. V pracovně pak provádíme cvičení ortoptická na přístrojích.

» *Pojďme si ty přístroje představit...*

Pracujeme s troposkopem, což je nejdůležitější diagnostický a terapeutický přístroj, který slouží k měření úhlu šilhání, vyšetření tzv. superpozice neboli schopnosti překrýt oběma očima nestejné obrázky. Dále tento přístroj slouží k vyšetření fúze, a to je schopnost spojit stejné obrázky obou očí v jeden smyslový vjem.

Další přístroj, který používáme, je stereoskop. Jedná se o optický přístroj umožňující prostorové vidění obrázků pozorovaných současně s rozdílnými zornými úhly a v neposlední řadě máme cheiroskop a ten se používá k rozcvičení poruch binokulárního vidění a také pro nácvik správné lokalizace a fúze. Na všech těchto přístrojích cvičí děti oběma očima, s okluzí cvičí pleoptiku.

» *Dá se říci, že se dítě svých potíží cvičením zbaví?*

Velmi záleží na oční diagnóze dítěte. Ne všechny vady se dají vycvičit, proto jsou do této školky primárně přijímány děti, u kterých předpokládáme zlepšení. Velmi důležitá je úzká spolupráce všech zúčastněných, to znamená rodiny, zdravotníků i pedagogů. Specifickým cílem naší školky je reedukace a rehabilitace zrakových funkcí dítěte současně s výchovně vzdělávací činností. V případě zá-

važnějších diagnóz doporučujeme následnou docházku do speciální základní školy pro zrakově postižené v Praze, většina dětí ale nastoupí do běžných základních škol.

» *Kromě dětí, které dochází sem do školky, se ale věnujete také veřejnosti...*

Ano, do ortoptické pracovny dochází děti na ambulantní cvičení, pak dospělí pacienti na předoperační rozboru a studenti optometrie na praxi. Dvě středy v měsíci provádíme screeningové vyšetření pomocí přístroje Pluxoptix pro děti už od 6 měsíců věku. Tato vyšetření děláme na základě doporučení pediatra nebo očních lékařů. Objednávky na vyšetření přijímám kromě středy každý všední den mezi 8. a 9. hodinou na telefonním čísle 312 263 703. (red)

**» Dvě středy v měsíci provádíme screeningové vyšetření pomocí přístroje Pluxoptix pro děti už od 6 měsíců věku. Tato vyšetření děláme na základě doporučení pediatra nebo očních lékařů. Objednávky na vyšetření přijímáme kromě středy každý všední den mezi 8. a 9. hodinou na telefonním čísle 312 263 703. «**



**U AMBLOPLIE** se zakryje vedoucí oko okluzorem a tupozraké se rozcvičuje. Ilustrační foto.

# V kladenské nemocnici jsme se symbolicky rozloučili s létem

Akci Loučení s létem, kterou na konci prázdnin uspořádali dobrovolníci kladenské nemocnice, navštívilo spousta dětí a jejich rodičů i prarodičů. V prostoru za závodním klubem se konal hlavní program, který nabídl 12 zábavných stanovišť. Děti soutěžily ve skákání v pytli, lovilily bombóny, skládaly obrázky, malovaly na textil, prověřovaly svůj čich v čichací soutěži, zkoušely trefit plyšáka a stavěly z lega.



**DĚTI SI VYZKOUŠELY** skákání v pytli i nelehkou chůzi na chůdách.

Seznámily se také s vybavením a prací Městské policie Kladno, Sbořem dobrovolných hasičů Pchery a naší Dopravní zdravotní službou. Nechyběli ani pejsci se svými majitelkami z Canisterapie Kladno, z. s., a veselé malování na obličej.

Kromě toho měli děti i dospělí možnost prověřit své znalosti z oboru zdravotnědy a vyluštit si tajenku, jejíž nápovědy se skrývaly v areálu



**ČICHACÍ SOUTĚŽ** prověřila čich malých i velkých návštěvníků.

nemocnice. Za všechny splněné úkoly i vyluštěnou tajenku dostal každý odměnu.

Hlavním partnerem akce byla Česká průmyslová zdravotní pojišťovna, dalšími partnery byly statutární město Kladno a pekárna La Lorraine, která nám věnovala sladké občerstvení. Všem partnerům i účastníkům velmi děkujeme a děkujeme také dobrovolníkům, kteří se na akci podíleli. (red)



**OBLÍBENÝ BYL** také skákací panák. Za jeho zdolání děti dostaly drobné dárky.

Inzerce



Since 1924

## AKČNÍ MODELY MG



150 000 km

# Nyní s bonusem až 90 000 Kč



MG ZS od 414 940 Kč

MG HS od 599 940 Kč

**IHNED  
K ODBĚRU**

**Smažík s.r.o.**

Unhošťská 317, Kladno - Velké Přítočno  
tel.: 776 555 359, [www.smazikkladno.cz](http://www.smazikkladno.cz)

Kombinovaná spotřeba 18 - 76/100 km, emise CO<sub>2</sub> 43 - 174 g/km (dle normy WLTP). Údaje dle směrnice a nařízení EU nebo předpisů EHK. Obrázky jsou ilustrativní.

# I letos jsme sportovali pro miminka do dlaně

Každoroční charitativní projekt organizace Nedoklubko Běh a procházka pro miminka do dlaně se letos konal u příležitosti Světového dne rodičů předčasně narozených dětí.

V rámci projektu se po celé republice konaly charitativní běhy a procházky s cílem upozornit na problematiku předčasného porodu, vyzdvihnout špičkovou úroveň české neonatologie, finančně podpořit konkrétní neonatologická oddělení, která o předčasně narozená miminka pečují, a v neposlední řadě také povzbudit rodiče, kteří tráví aktuálně čas se svým potomkem na neonatologickém oddělení. „Díky 131 účastníkům, kteří běželi nebo se procházeli přímo pro neonatologii

kladenské nemocnice, se vybralo 14900 korun. Za tuto částku jsme pořídili klokánkovací křeslo, ohřívače kojeneckých lahví, manuální odsávačku mateřského mléka a kojící polštář s náhradními barevnými povlaky. Chtěla bych tímto za naše nedonošenecké oddělení poděkovat neziskové organizaci Nedoklubko a každému, kdo se této jarní akce zúčastnil,“ říká staniční sestra neonatologického oddělení kladenské nemocnice Mgr. Radka Tesařová. (red)



**ZA VYBRANOU ČÁSTKU** pořídilo neonatologické oddělení např. klokánkovací křeslo, ohřívače kojeneckých láhví nebo manuální odsávačku mateřského mléka.



**K BĚHU PRO KLADESKÁ MIMINKA** do dlaně se připojilo přes sto účastníků.



**DĚKUJEME VŠEM ÚČASTNÍKŮM**, kteří podpořili neonatologické oddělení kladenské nemocnice.

## O organizaci Nedoklubko

Nedoklubko je nezisková organizace podporující rodiče předčasně narozených dětí a neonatologická oddělení v České republice od roku 2002.

Jeho hlavním cílem je psychosociální podpora rodičů předčasně narozených dětí v celé České republice. Předává rodičům relevantní informace o předčasném porodu. Podporuje neonatologická oddělení.

Posiluje sounáležitost rodičů a sdílí příběhy a vzkazy. Zvyšuje informovanost veřejnosti o problematice předčasného porodu a české neonatologii. Pracuje na osvětě, podporuje výzkum a prevenci předčasného porodu. Aktivně se účastní odborných kongresů, konferencí, seminářů a kurzů jak v České republice, tak i v zahraničí. Prohlubuje mezinárodní spolupráci

v oblasti podpory rodin předčasně narozených dětí.

Spolupracuje s Českou neonatologickou společností ČLS JEP, Českou gynekologicko-porodnickou společností ČLS JEP a Neonatologickou sekcí České asociace sester.

Je zakládajícím členem mezinárodní organizace EFCNI (Evropská nadace pro péči o novorozence). Je také členem

**nedoklubko**

Asociace veřejně prospěšných organizací, Asociace společenské odpovědnosti, Akademie patientských organizací, Patientského hubu při MZČR a Komise pro porodnictví při MZČR. Je držitelem Ceny veřejnosti ocenění Neziskovka roku 2021 a 2. místa v kategorii Střední neziskovka roku 2021.

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

# Letošní ročník volejbalového turnaje vyhrál tým Milosrdné fronty

První zářijový víkend patřil jako vždy přátelskému volejbalovému turnaji, který pořádá rehabilitační oddělení kladenské nemocnice za podpory odborů. O pohár bojovalo stejně jako loni pět týmů: Cepky, Ěčka, Milosrdná fronta, Rehab A a Rehab I. Vítězný pohár nakonec vybojoval tým Milosrdná fronta složený z oddělení ARO se ziskem devíti bodů. Gratulujeme. (red)



**O POHÁR BOJOVALO PĚT TÝMŮ.** Trofej nakonec vyhrál tým Milosrdná fronta.

Inzerce

Všem našim 12.000 vozům můžete důvěřovat  
1. český prodejce s prověřením od Cebia zdarma

# PROVĚŘENO

**cebia** | Nezávisle prověřeno

Největší výběr, až 12 000 vozů **4,7** Nejlépe hodnocený prodejce ojetých vozů **Nejširší nabídka financování**

✓ Financování snadno, rychle a výhodně ✓ Váš vůz vykoupíme ihned a za hotové

**AAA AUTO**  
aaaauto.cz | ☎ 800 110 800



## PŘIDEJTE SE K NÁM!

### PŘIJMEME:

- LÉKAŘE
- VŠEOBECNÉ A PRAKTICKÉ SESTRY
- ZDRAVOTNÍ LABORANTY
- OŠETŘOVATELE A SANITÁŘE
- A DALŠÍ...

### NABÍZÍME:

- NÁBOROVÝ PŘÍSPĚVEK AŽ 800 000 Kč
- MĚSTSKÝ BYT
- VELMI DOBRÉ FINANČNÍ OHODNOCENÍ
- ZVÝHODNĚNÉ SLUŽBY
- ZAMĚSTNANECKÉ PŘÍSPĚVKY
- PODPORA DALŠÍHO VZDĚLÁVÁNÍ NA NÁKLADY NEMOCNICE
- A DALŠÍ...



VÍCE INFORMACÍ O VOLNÝCH POZICÍCH:  
[WWW.NEMOCNICEKLADNO.CZ/KARIERA](http://WWW.NEMOCNICEKLADNO.CZ/KARIERA)



## OBLASTNÍ NEMOCNICE KLADNO, a.s., nemocnice Středočeského kraje

### Výhody a benefity pro zaměstnance:

- velmi dobré finanční ohodnocení
- náborový příspěvek
- možnost zkráceného úvazku
- podpora návratu z mateřské a rodičovské dovolené
- příspěvek do penzijního připojištění
- příspěvek na závodní stravování nebo stravenky
- podpora dalšího vzdělávání na náklady nemocnice
- možnost zvyšování kvalifikace
- 5 týdnů řádné dovolené + 1 týden navíc na vybraných odděleních
- 2 dny zdravotního volna
- hlídání dětí v dětské skupině Rybička
- očkování
- MultiSpert karta
- odměny k životnímu a pracovnímu výročí
- zvýhodněné masážní služby
- slevy v nemocniční lékárně a zdravotnických potřebách
- volno při vykonávání funkce vedoucího na dětském táboře
- právní pomoc v soukromých záležitostech
- a další výhody podle Kolektivní smlouvy

VÍCE INFORMACÍ O VOLNÝCH POZICÍCH:  
[WWW.NEMOCNICEKLADNO.CZ/KARIERA](http://WWW.NEMOCNICEKLADNO.CZ/KARIERA)

# LÉKÁRNA

52 % léčiv u nás zcela bez doplatku

Oblastní nemocnice Kladno

CAM- Centrum akutní medicíny

Široký sortiment léčiv a doplňků stravy

Věrnostní program s členskou kartou

Zajistíme individuální přípravu vašich mastí, kapek ...

Profesionální poradenství. Rádi posoudíme interakce vašich léčiv.

Vyzvednutím léčiv v nemocniční lékárně podporujete rozvoj svojí nemocnice. Děkujeme.

Otevírací doba:  
Pondělí–Pátek 7:30–16:00 hod.

OBLASTNÍ NEMOCNICE KLADNO

## ZDRAVOTNICKÉ POTŘEBY

PŘEDEPSAL VÁM LÉKAŘ ZDRAVOTNICKOU POMŮCKU  
NEBO POTŘEBUJETE PORADIT S JEJÍM VÝBĚREM?

NAVŠTIVTE ZDRAVOTNICKÉ POTŘEBY NEMOCNICE KLADNO

SORTIMENT NABÍZENÉHO ZBOŽÍ:

ortézy, bandáže, berle, hole | nástavce na vany a WC vozíky | chodítka | pomůcky při inkontinenci | stomické pomůcky | zdravotní obuv a mnoho jiných...

☎ PONDĚLÍ - PÁTEK / 8.00 - 16.00 hodin  
312 606 191  
✉ [zdravotnicke.potreby@nemk.cz](mailto:zdravotnicke.potreby@nemk.cz)  
📍 pavilon E, Vančurova 1548, Kladno

# Křížovka

POMŮCKA: CAB, UTE	ZN. ASTATU	ČÁST PREVENČE	OTÁZKA 6. PÁDU	POUZE		DOSPĚLÁ	ODBLJENÁ	ZNAČKA SILICIDU URANU	MŘÍŽE		ZN. CESIA	SPZ ALSFELD (NĚMECKO)	DVOUHLAVÝ SVAL		KLESÁNÍ	KYSELOST	NADPIS
VODÁCKÝ POZDRAV					VJEM VNIMANÝ SLUICHEM					KOČÁR				ŠACHOVÉ ZAKONČENÍ AMER. FILM (R. ALDRICH)			
BIDLA					RANNÍ VLÁHA JEZERO U TREBIŠOVA					MĚKKÝŠI BEZ ULITY SVATOZÁŘE							
	NADPRŮMĚRNÁ INTELIGENCE MADRIDSKÝ KLUB											SLÍT RUBEM NAVRCH					
ANGL. OKRAJ				ŠPATNĚ TĚSNĚ				ANGL. BĚŽET CHRONO-STRATOGRAFICKÁ JEDNOTKA				NÁZEV HLÁSKY NÁŠ FOTOGRAF			KÓD LET. SPOL. HEMUS AIR		
DĚTSKÉ CITOSLOVCE			TAJENKA 1 NÁZEV HLÁSKY							VYVÝŠENÁ PLOCHA NA NAKLÁDÁNÍ					ŘÍMSKY 49 ŠNEČÍ DOMEK		
ŽENSKÉ JMÉNO (17.5.)					VIETNAMSKÁ MINCE DĚTSKÝ POZDRAV					ČÁST PODSVĚTÍ (ŘECK. MYTH.)				NĚMECKÉ ŽENSKÉ JMÉNO VTISKNUTÍ			
SAMICE JELENA				OSLOVENÍ MUŽE VANUTÍ						V ZÁMEŽÍ KAMARÁD			DOPRAVNÍ PROSTŘEDK ZAÚPĚNÍ				
	ČERNÍ BARONI	SPZ RAKOVNIKA	BICEPS AŤ					TAJENKA 2 KUS LEDU								ČAS (MEZIN. ZKR)	SPZ LIBERCE
OČISTA PRÁDLA						OSLÍ HÝKÁNÍ	KUSY LEDU NÁZEV HLÁSKY R					SPZ SONTHOFEN (NĚMECKO)	ČESTNÝ NÁZEV ČESKÁ REPUBLIKA				
TABATÉRKA										SHRNOUTI ČESÁNIM							
ANGL. PLATIT				ĎÁBEL						ZVUK RYCHLEHO POHYBU					SPZ ČESKÉ BUDĚJOVICE		

„Kdo ví, je vyhnán...“ – Jan Werich, český herec, dramatik a spisovatel, 1905–1980

## Recepty

### Dýňová polévka

#### Suroviny:

- dýně hokaido cca 1 kg, nakrájená na kostky, nemusí se loupat
- cibule 2 ks nakrájená najemno
- olivový olej 4 lžíce
- zeleninový vývar 700 ml
- smetana ke šlehání 100 ml
- sůl
- čerstvě namletý pepř

#### Postup přípravy:

V hrnci rozehrějte olivový olej a pozvolna na něm opékejte cibuli. Až zeskloupe, tak přidejte pokrájenou dýni a opékejte dalších 10 minut.

Zalijte vývarem a vařte zhruba dalších 15 minut, dokud nebude dýně měkká. Vše pak rozmixujte ručním mixérem, přilijte smetanu, dochutěte solí a pepřem a ještě pár minut povařte.

Polévku podávejte posypanou opečenými dýňovými semínky, rozdrobeným fetou sýrem, případně drceným chilli.

### Hovězí plátky na houbách

#### Suroviny:

- váleček 4 plátky hovězí, každý cca 200 g
- sůl a pepř
- mouka pšeničná hladká na obalení + 1 lžička na zahuštění omáčky
- sádlo 1 lžíce
- cibule 1 ks nakrájená nadrobno
- sušené houby 1 lžíce namočené
- hovězí vývar 500 ml
- ocet 1 lžíce
- máslo 2 lžíce
- směs čerstvých hub 300 g
- pažitka na ozdobení
- rýže dušená k podávání

#### Postup přípravy:

Plátky masa osolte, opepřete, z obou stran obalte v hladké mouce a dobře oklepněte.

Ve vyšší pánvi nebo v hrnci na rozehrátém sádle maso opečte po obou stranách dočervena. Vyjměte a dejte stranou. Do uvolněné pánve vsypte cibuli a opékejte dočervena. Zapaňte lžičkou hladké mouky a míchejte asi 1 minutu. Mouka s cibulkou se začnou k pánvi přichytávat, ale neděste se. Není to na škodu, právě

naopak, omáčka bude silnější. Namočené sušené houby slijte, pokrájejte a přisypte do pánve. Ihned zalijte vývarem. Vraťte zpět plátky masa a přiveďte k varu. Přilijte ocet, ztlumte plamen, přiklopte a duste asi 45 minut doměkka. Podle potřeby přilévejte vývar.

V jiné pánvi na 1 lžici másla opečte pokrájené čerstvé houby, osolte je a opepřete a zhruba po půl hodině dušení masa je přidejte k plátkům v omáčce.

Jakmile je maso měkké, odstavte hrnec z plotny a do omáčky vmíchejte zbylou lžici studeného másla, které spojí všechny chutě dohromady (máslo pokrájejte na menší kostičky, ty do omáčky postupně přimíchejte).

Podávejte s dušenou rýží a pažitkou.

### Pečená jablka s oříškovou drobenkou

#### Suroviny:

- jablko 6 ks velká
- rozinky 50 g sultánky
- skořice 1 lžička
- máslo 75 g
- cider 100 ml (lze nahradit

jablečným džusem)

- mouka pšeničná hrubá 2 lžíce
- třtinový cukr 4 lžíce
- lískové oříšky 60 g
- zakysaná smetana k podávání (lze nahradit vanilkovým krémem nebo zmrzlinou)

#### Postup přípravy:

Předehejte troubu na 200 stupňů. Jablka v místě stopky lehce seřízněte a vykrojte z nich jádřinec. Ostrým nožem pak zhruba v polovině jejich výšky nafízněte slupku. Narovnejte je do pekáčku potaženého pečicím papírem.

Do otvoru po jádřincích nasypete rozinky promíchané se skořicí, navrch dejte oříšek másla, podlijte ciderem nebo moštem a dejte je na čtvrt hodinu péct.

Mezitím v mixéru promixujte mouku s cukrem a oříšky tak, aby byly oříšky nasekané. Přidejte máslo a udělejte drobenku.

Po 15 minutách pečení jablka zasypte drobenkou, přitlačte ji a pečeťte další čtvrt hodinu. Podávejte se šlehačkou, vanilkovým krémem či vanilkovou zmrzlinou.

# 2 000 Kč

na zdravý  
životní styl

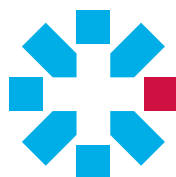
PŘIPOJTE SE DO

30. ZÁŘÍ



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

kód pojišťovny 205



Česká průmyslová  
zdravotní pojišťovna