



ZPRAVODAJ

ZDARMA

nemocnicekladno.cz

Středočeský kraj

Artroskopie v Kladně: moderní a šetrná léčba

Menší řezy, menší bolest, rychlejší návrat do pohybu – artroskopie je dnes standardem moderní ortopedie. Na Ortopedicko-úrazovém oddělení Oblastní nemocnice Kladno je pevnou součástí každodenní praxe. O vývoji metody, nových technikách a přínosu pro pacienty hovoří MUDr. Miloš Svítek.

Jak artroskopie funguje

„Artroskopie je operační miniinvasivní metoda, kdy jsme schopni z drobných vstupů, zpravidla dvou až tří, o velikosti do jednoho centimetru, zjistit a ošetřit většinu patologií v operovaném kloubu,“ vysvětluje MUDr. Svítek. Zdaleka nejčastěji se jedná o kolenní a ramenní kloub, artroskopují se i zápěstí, loket, hlezno a kyčel. Do kloubu zavedeme tubus s optickými vlákny, přívodem tekutiny a kamerou. Kloub se naplní tekutinou, obraz se přenáší na monitor několika násobně zvětšený.

„Rukama ovládáme nástroje, ale sledujeme obrazovku. Díky zvětšení máme detailní přehled o anatomických strukturách, vidíme i přehlédnutelná drobná poškození.“ Optiky se používají pod různými úhly – většinou 30° nebo 70° – což umožňuje nahlédnout i do míst, která by při klasické otevřené operaci nebyla dobře přístupná. V některých případech se využívají i přídatné vstupy, například podkolenní přístup, jsme schopni podívat se i tam, kam bychom se dříve běžně nedostali.“



MUDR. MILOŠ SVÍTEK se soustředí na operaci ramenního kloubu.

Kdy je artroskopie akutní

Velkou část výkonů tvoří úrazové indikace, typickým příkladem je zablokované koleno. „Pacient nemůže koleno propnout a často bývá naplněné krví. Nejčastější příčinou je přetržený přední zkřížený vaz, utržený meniskus nebo osteochondrální zlomenina – odlomení části chrupavky s kostí.“ Další akutní indikací je bakteriální zánět kloubu, hrozící sepsí a velmi vážným a život ohrožujícím stavem pacienta. V těchto případech se operuje co nejdříve.

Plánované a rekonstrukční výkony

Vedle akutních výkonů se provádějí i plánované artroskopie, nejčastěji chronické ruptury (trhlina nebo přetržení) předního zkříženého vazy, praskliny menisků, záněty kloubní výstelky nebo volná tělíska v kloubu. U ramena řešíme přetrženou rotáto-

rovou manžetu, poškození vazivové chrupavčitého prstence po luxacích ramene, porušení šlach bicepsu i dlouhodobé bolesti způsobené zánětem v prostoru nad ramenním kloubem. Většina artroskopických operací v posledních letech je rekonstrukčních, to znamená, že se lékaři snaží poškozené tkáně vrátit co nejvíce do původního stavu.

Ročně MUDr. Svítek provede přibližně 150 artroskopických výkonů. Čekací doba u plánovaných operací je dva až tři měsíce, akutní případy se řeší bezodkladně.

Moderní implantáty

Výrazný posun nastal také v oblasti používaných kloubních materiálů a fixačních systémů. Moderní implantáty jsou dnes anatomicky přizpůsobené, často vstřebatelné a šetrné ke kloubní chrupavce.

Dokončení na str. 3

Vážení čtenáři,



pomalou se blíží jaro, přesto se ještě krátce podíváme do nedávné minulosti naší nemocnice. Rok 2025 pro nás představoval období významného rozvoje, investic a inovací.

Otevřeli jsme Centrum robotické medicíny, kde v období od loňského května do konce letošního února bylo provedeno 229 úspěšných robotických operací, budujeme novou kuchyni a jídelnu s kapacitou až tisíc jídel denně a rozšiřujeme specializovanou péči – od paliativního týmu po dětskou kardiologii a dětskou psychiatrickou ambulanci.

Naše porodnice nadále poskytuje vysoce specializovanou péči rizikovým těhotným a předčasně narozeným dětem a nově vznikla ordinace praktického lékaře pro děti a dorost. V průběhu letoška počítáme, že otevřeme možnost registrací pro nové dětské pacienty.

Moderní přístrojové vybavení, včetně robotického operačního systému Versius a AI přístroje pro diabetiky, zvyšuje bezpečnost i komfort péče. Současně se věnujeme prevenci a osvětě – Dny zdraví, program Fast Heroes či screening výdutě břišní aorty pomáhají chránit zdraví pacientů.

Děkujeme všem zaměstnancům za nasazení a profesionalitu a pacientům za důvěru.

Ing. Jaromír Bureš,
předseda představenstva



PNEUMOLOGICKÉ ODDĚLENÍ: místo, kde pacientům pomáhají znovu se nadechnout

Strana 4



Z PORODNICE DOMŮ, ale stále v péči odborníků: porodní asistentky navštěvují maminky i miminka

Strana 6



JAK ODBOURAT STRES a načerpat energii: kladenská nemocnice nabízí návštěv relaxačních technik

Strana 12

Tebokan®

EGB® 761

Paměť jako slon?

Energie pro Váš mozek

- Posiluje paměť a koncentraci
- Zlepšuje průtok krve tkáněmi
- Zlepšuje kondici mozkových buněk



EGB® 761

standardizovaný extrakt

Tebokan® 120 mg potahované tablety je lék k vnitřnímu užití k léčbě poruch paměti a koncentrace. Účinná látka: extrakt z jinanu dvoulaločného (Ginkgo biloba) EGB 761®. Před použitím si pečlivě přečtěte příbalový leták. Lék zakoupíte bez receptu v (online) lékárně.

Anketa První volba lékárníka – nezávislý průzkum společnosti Health Communication s.r.o. probíhal 1. 3. – 31. 5. 2025.



Schwabe Czech s.r.o.
Pod Klikovkou 1917/4, 150 00 Praha 5 – Smíchov

www.tebokan.cz



Artroskopie v Kladně: moderní a šetrná léčba

Pokračování ze str. 1

Oproti dřívějším generacím materiálů představují výrazně bezpečnější a kvalitnější řešení pro pacienty.

„Používáme vstřebatelné implantáty, které umožní porušené tkániě zašít i z velmi drobných vstupů. Implantáty drží spolehlivě a nepoškozují okolní chrupavku. Oproti dřívějšku je pokrok zásadní.“ Další výrazný posun nastal v používání operačních pomůcek, například speciálních nástrojů na prošívání tkáni hluboko v kloubu.

Moderní vybavení

Od roku 2023 ortopedicko-úrazové oddělení disponuje novými artroskopickými věžemi, které poskytují vysoké rozlišení, kvalitní zvětšení obrazu a možnost zaznamenat výkon pro zpětnou kontrolu. „Jednotliví výrobci jsou dnes na velmi vysoké úrovni. Vybavení, které používáme, odpovídá současným standardům a umožňuje nám pracovat s maximální přesností.“

Důležitá zkušenost a vzdělávání

Artroskopie je technicky náročná. „Máte v kloubu dva nástroje, ale hlavu otočenou na monitor. Prostorová orientace, zejména v rameni nebo lokti, je složitá.“ Lékaři ortopedicko-úrazového oddělení kladenské nemocnice se pravidelně účastní školení a odborných kurzů. „Základ se člověk naučí po stovkách výkonů, ale učí se pořád. Sledujeme nové trendy, jezdíme na workshopy a přebíráme zkušenosti i od kolegů s užití ortopedickou specializací.“

Pro všechny věkové skupiny

Artroskopie nemá zásadní věkové omezení. Operují se děti, sportovci i senioři. „Nejčastější skupinou pacientů jsou sportovně založení jedinci, ale operujeme i pacienty ve vyšším věku, včetně osmdesátiletých.“

Komplexní ortopedická péče v Kladně

Ortopedicko-úrazové oddělení Oblastní nemocnice Kladno poskytuje komplexní péči – od ošetření



I ARTROSKOPICKÉ ORTOPEDECKÉ operační výkony vyžadují souhru celého týmu.

zlomenin přes náhrady kloubů až po artroskopické výkony všech velkých kloubů. „Díky moderním věžím jsme schopni provádět artroskopie kolene, ramene, hlezna, lokte či zápěstí. Pacient zpravidla odchází domů tentýž nebo následující den po operaci. Držíme krok s vývojem a nabízíme moderní a šetrnou léčbu,“ uzavírá MUDr. Miloš Svítek.

Stavba nové kuchyně a jídelny pokročila

Výstavba nové dvoupodlažní budovy kuchyně a jídelny představuje jednu z nejvýznamnějších investic do zázemí nemocnice za poslední roky. Na projektu v hodnotě téměř 200 milionů korun se finančně spolupodílí Středočeský kraj jako jediný akcionář nemocnice a jeho cílem je vytvořit moderní, kapacitní a energeticky úsporné stravovací zázemí pro pacienty i zaměstnance.

Od začátku zimy se stavba posunula do další důležité etapy. Z původně hotové zá-

kladové desky a rozestavěného prvního patra dnes stojí téměř kompletní betonový skelet celé budovy.

„Od začátku zimního období jsme se výrazně posunuli především ve výstavbě betonového skeletu. Ten je nyní téměř dokončený,“ říká provozně technický náměstek Ing. Radek Růžička. Dokončit zbývá už pouze monolit spojovacího krčku, který nový objekt propojí s monoblokem nemocnice. V průběhu prací byly zároveň realizovány

téměř všechny významné přeložky inženýrských sítí. Některé z nich nebyly původně předpokládány, jejich provedení však bylo nezbytné pro bezpečný a plynulý provoz nové budovy i navazujících částí areálu.

V přízemí dokončeného skeletu aktuálně probíhají vyzdívkové práce. Stavba tak získává konkrétní dispoziční členění a postupně se přesouvá z fáze hrubé konstrukce do další etapy stavebních prací. Projekt pokračuje podle harmonogramu.

Moderní operace kloubů patří v Kladně ke každodenní praxi

Ortopedicko-úrazové oddělení Oblastní nemocnice Kladno dlouhodobě patří mezi pracoviště, která běžně využívají moderní miniinvasivní postupy při operacích kyčelních a kolenních kloubů.

Miniinvasivní technika totálních náhrad kyčelních kloubů se zde provádí již od roku 2006 a stala se standardní součástí péče. Přináší menší zásah do tkáni, nižší krevní ztrátu a rychlejší hojení. Pacienti obvykle zůstávají hospitalizováni čtyři až pět dní, část z nich může být propuštěna domů i dříve.

„Miniinvasivní přístup umožňuje šetrnější průběh operace a rychlejší návrat k běžným aktivitám. Máme s ním dlouholetou zkušenost a používáme jej u většiny pacientů,“ říká primář ortopedicko-úrazového od-

dělení MUDr. Libor Zahradníček. Pracoviště využívá miniinvasivní techniky také u pacientů, kteří jsou na jiných klinikách častěji operováni tradičním přístupem. Výjimku tvoří pouze případy po předchozích osteosyntézách, kde je nutné použít jiný operační postup.

Kolenní kloub: Artroskopie a plastiky vazů s důrazem na rehabilitaci

Při operacích kolenního kloubu jsou základem především artroskopické

výkony, které umožňují přesné a šetrné ošetření menisků i vazivových struktur. Mezi časté výkony patří také plastiky předního zkříženého vazy.

„Plastika předního zkříženého vazy není nutná vždy. Klíčové je správné vyšetření a zhodnocení stavu pacienta,“ upozorňuje primář Zahradníček.

Významnou roli hraje také následná rehabilitace. Ta trvá zpravidla minimálně devět měsíců a zásadně ovlivňuje výsledné obnovení stability a funkce kolenního kloubu. „I nej-

lepší operace nedá dobrý výsledek bez kvalitní a dlouhodobé rehabilitace. Na to u nás pacienta vždy připravujeme,“ doplňuje primář.

Operační řešení je doporučováno zejména tehdy, pokud koleno zůstává nestabilní i po pečlivě vedené konzervativní léčbě.

Týmová spolupráce a stovky výkonů ročně

Naše ortopedické oddělení úzce spolupracuje s rehabilitačním oddělením, což pacientům zajišťuje plynulou návaznost péče od vstupní diagnostiky až po návrat k běžnému životu. Ročně se zde provádí přibližně 400 totálních náhrad kyčelních kloubů a okolo 350 operací kolenních kloubů.

„Naším cílem je pacientovi nabídnout moderní, odborně kvalitní a zároveň maximálně šetrnou péči,“ uzavírá MUDr. Libor Zahradníček.

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 13. března 2026. Neprodejné.

Dýcháme s vámi. Každý den pomáháme lidem znovu se nadechnout

Rozhovor s primářkou Pneumologického oddělení Oblastní nemocnice Kladno MUDr. Libuší Novotnou o moderní diagnostice, léčbě, nových možnostech a také o tom, proč je krásné začínat kariéru právě v kladenském plicním týmu.

Naše plíce bývají nenápadné, dokud se nezačnou objevovat potíže, jako je kašel a dušnost. Na Pneumologickém oddělení kladenské nemocnice se každý den pomáhá lidem, kteří se chtějí znovu plně nadechnout, být bez kašle a strachu. Tým vedený primářkou MUDr. Libuší Novotnou zde pečuje o pacienty s nejrůznějšími chorobami plic a dýchacích cest, provádí bronchoskopie i moderní funkční vyšetření, stará se o pacienty s onkologickým onemocněním plic a provozuje také Centrum pro závislé na tabáku.

Oddělení sídlí v přízemí pavilonu A. Díky modernímu vybavení nabízí přesnou diagnostiku i přívětné prostředí.

Pneumologické oddělení navíc hledá nové kolegy – lékaře, kteří by se chtěli specializovat na plicní medicínu. Pro mladé lékaře představuje kladenské plicní ideální start: menší tým, blízký kontakt s pacientem a možnost učit se od zkušených odborníků.

Jak oddělení funguje, kam směřuje a proč má práce s dechem tak zvláštní sílu, vysvětluje primářka MUDr. Libuše Novotná.

» *Paní primářko, jak byste popsala poslání vašeho oddělení jednou větou?* Naším cílem je pomáhat lidem se znovu zhluboka nadechnout a žít plnohodnotný život především bez dušnosti a kašle, event. jiných příznaků způsobených nemocemi plic a udržet plíce v co nejlepším stavu.

» *Kladenské plicní oddělení nedávno modernizovalo. Co všechno pacientům nová technika přinesla?* Díky moderním přístrojům, jako je bodypletysonograf nebo nový ultrazvuk, můžeme přesně měřit funkce plic a sledovat odpověď na terapii, ultrazvuk pak slouží především k diagnostice a zaměření výpotků, redukuje potřebu rentgenových snímků plic. Vyšetření jsou rychlá, pohodlná a šetrná, takže pacienti mají jistotu a pohodlí během celého procesu.

» *Jak probíhá vyšetření na spirometrii nebo bodypletysonografu – a čeho se pacienti často zbytečně bojí?*



PRIMÁŘKA PLICNÍHO ODDĚLENÍ ON Kladno MUDr. Libuše Novotná při rozhovoru s předsedou výboru Českého občanského spolku proti plicním nemocem a přednostou Kliniky pneumologie FN Bulovka doc. MUDr. Norbertem Paukem, Ph.D.

Vyšetření jsou nebolestivá a bezpečná. Pacienti se někdy obávají přístrojů nebo že se nadechnou špatně, ale naše sestry je vždy provází krok za krokem a vysvětlují, co se děje, navíc jsou tři pokusy při jednom vyšetření. Vyšetření je navíc velmi jednoduché a nenáročné.

» *Pečujete i o pacienty s nádorovými onemocněními plic. Jak náročná je tato část vaší práce?*

Je to náročné hlavně po lidské stránce, protože pacienti procházejí těžkou situací. Snažíme se pomoci jak pacientům, tak i jejich rodinám, aby se s touto situací vyrovnali, pomáháme jim řešit zdravotní, ale i nezdravotní problémy. Vždy chceme, aby věděli, že jsme připraveni tu být pro ně a pomáhat jim. Zároveň je pro nás velkou motivací vědět, že můžeme naší léčbou zlepšit nebo alespoň udržovat kvalitu jejich života. A spolupráce s pražskými klinikami nám umožňuje zajistit komplexní péči a nejmodernější současnou onkologickou léčbu.

» *Program časného záchytu rakoviny plic může zachránit život. Jak se může pacient zapojit?* Program je určen lidem, kteří jsou v riziku rakoviny plic – kuřákům

nebo bývalým kuřákům ve věku 55 až 74 let s větším počtem vykouřených cigaret. Stačí, když se pacient poradí se svým praktickým lékařem a nechá se doporučit k vyšetření u nás. Ale může přijít i bez doporučení. Včasná diagnostika opravdu zachraňuje životy, máme pacienty, kterým se díky tomuto programu přišlo na onemocnění včas a jsou vyléčení.

» *Kouření je stále velké téma. Jakou roli hraje vaše Centrum pro závislé na tabáku?*

Kouření je hlavní příčinou řady plicních onemocnění. V našem centru pomáháme lidem přestat kouřit – na-

bízíme diagnostiku závislosti, poradenství i následnou léčbu. Každý, kdo se rozhodne přestat, má u nás podporu a reálnou šanci na úspěch.

» *Oddělení nyní hledá nové lékaře. Proč by se mladí lékaři měli rozhodnout právě pro pneumologii?*

Pneumologie je velmi pestrý obor, který kombinuje internu, onkologii, infekci, endoskopické a jiné diagnostické metody. Často vidí lékaři výsledky své práce téměř okamžitě – pacient, který se nadechne volněji, je ta nejlepší odměna. Navíc je zde prostor učit se od zkušených kolegů a rychle se zapojit do péče o pacienty.

» *A proč je podle vás zajímavé začínat kariéru právě na menším plicním oddělení v Kladně?*

Protože je to přehledný tým, kde každý zná své pacienty. Noví kolegové nejsou jen čísla v systému, ale aktivní součást týmu. Menší oddělení znamená více kontaktu s pacienty, možnost zapojit se do všech činností a rychle získat zkušenosti.

» *Jak se podle vás práce na oddělení změnila v posledních letech?*

Oddělení se modernizovalo – máme nové prostory, moderní vybavení a lepší diagnostiku. Tím pádem se zlepšila péče o pacienta. Díky tomu můžeme pacientům nabídnout rychlejší, přesnější a pohodlnější vyšetření.

» *Co vás osobně na pneumologii stále baví a naplňuje?*

Mám ráda právě tu pestrost diagnóz a pacientů. Těší mne, že díky mým znalostem, které se stále snažím doplňovat a prohlubovat, můžu pomoci lidem zbavit je jejich potíží nebo alespoň zlepšit jejich život.

» *Co byste lidem doporučila, aby si své plíce zchovali zdravé co nejdéle?*

Nepřestávejte se hýbat, nekuřte a pravidelně chodte na preventivní prohlídky. A pokud se objeví dlouhodobý kašel, dušnost nebo bolest na hrudi, hubnutí, neváhejte se nechat vyšetřit. Včasná diagnostika je vždy největší výhra.



PŘEDPOKLADEM pro udržení zdravých plic je nekouřit.

Upravili jsme provoz lékařské pohotovosti pro dospělé. Provoz LPS pro děti se nemění

Naše nemocnice 1. března 2026 upravila ordinační dobu lékařské pohotovostní služby (LPS) pro dospělé. Změna se týká víkendů a svátků, kdy je pohotovost nově otevřena od 8:00 do 16:00 hodin. V pracovních dnech zůstává provoz beze změny, tedy od 17:00 do 21:00 hodin.

Úpravou ordinační doby nemocnice sladuje provoz s novou vyhláškou Ministerstva zdravotnictví č. 380/2025 Sb., o pohotovostních službách, která vstoupila v účinnost 1. ledna 2026. Ta stanoví, že lékařská pohotovostní služba pro dospělé musí být o víkendech a ve dnech pracovního klidu poskytována minimálně osm hodin nepřetržitě, přičemž „zároveň musí být poskytována v pevné době od 10:00 do 16:00“.

Nová provozní doba LPS pro dospělé v Kladně tak plně odpovídá požadavkům ministerské vyhlášky.

Lékařská pohotovostní služba je určena pro pacienty s náhle vzniklými zdravotními obtížemi, které nesnesou odklad do běžné ordinační doby praktického lékaře, zároveň však nejde o stavy bezprostředně ohrožující život.

V době mimo provoz lékařské pohotovostní služby pro dospělé je pacientům v Oblastní nemocnici Kladno nepřetržitě k dispozici ordinace akutního a urgentního příjmu, která zajišťuje péči u závažných a náhle vzniklých zdravotních

obtíží a stavů ohrožujících zdraví či život. Ordinační doba lékařské pohotovostní služby pro děti zůstává nezměněna. I nadále bude fungovat v pracovních dnech od 17:00 do 21:00 hodin a o víkendech a svátcích od 8:00 do 20:00 hodin. Nemocnice tak v případě dětské pohotovosti výrazně překračuje minimální časový rozsah stanovený vyhláškou.

Za ošetření na lékařské pohotovosti a za další vyšetření či zákroky provedené ve zdravotnickém zařízení v době tzv. ústavní pohotovosti – tedy ve všední dny od 17:00 do 7:00 hodin a o víkendech a svátcích nepřetržitě – se hradí regulační poplatek ve výši 90 Kč. Pokud je pacient po vyšetření v době lékařské či ústavní pohotovosti přijat k hospitalizaci, regulační poplatek se nehradí. Nehradí pacient, který je od regulačních poplatků osvobozen.

Provoz lékařské pohotovosti:

Lékařská pohotovostní služba pro dospělé:

Pracovní dny: 17:00–21:00 hod.

Víkendy a svátky: 8:00–16:00 hod.



Lékařská pohotovostní služba pro děti:

Pracovní dny: 17:00–21:00 hod.

Víkendy a svátky: 8:00–20:00 hod.

Inzerce

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR OSLÍ STEZKY

Kde: Svárov u Unhoště
Autobus č. 307 ze Zličína a Kladna

13.7. - 17.7. 2026 od 4 let

20.7. - 24.7. 2026 od 6 let

27.7. - 31.7. 2026 od 6 let

10.8. - 14.8. 2026 od 4 let

17.8. - 21.8. 2026 od 6 let

Program: Po-Pá
od 8-17 hod.

Cena: 4 900Kč
v ceně: svačinky 2x denně,
obědy, pitný režim, odměny
pro děti

Co nás čeká:

- staneme se oslími partáky
- vyrazíme s nimi na dobrodružné výpravy do přírody a jízdu v sedle
- naučíme se pečovat o oslíky s klidem a respektem
- užijeme si hry s oslíky i bez
- trail park, práce ze země s oslíky

www.oslistezka.cz/tabory-pro-deti

Oslí stezka.cz
ZÁSTUPITELSKÁ OSLÍ PASTVA A OSLÍ TRÁVČENÍ

Liftea Když příroda pomáhá

Liftea Dýně a lichořeřišnice

PÉČE O MOČOVÝ
MĚCHÝŘ A PROSTATU

Liftea LaxAktiv

PRO TRÁVENÍ
BEZ TRÁPENÍ

Liftea Bylinky
na odvodnění

PRO PODPORU PŘI
ZADRŽOVÁNÍ VODY

Liftea Hloh, jmelí, česnek

HÝČKEJTE
SVÉ SRDCE

Liftea Šalvěj + yzop

POCENÍ POD
KONTRÓLU

Doplňky stravy. Nenahrazují pestrou a vyváženou stravu.

www.zdravi-liftea.cz

K dostání na www.liftea.cz, ve vybraných lékárnách, drogeriích dm.

Domácí péče, která uklidní i posílí: porodní asistentky kladenské porodnice u maminek doma

Každá maminka po porodu chce mít jistotu, že je vše v pořádku – jak s ní, tak s jejím miminkem. Nový život přináší radost, ale také otázky, nejistotu a náročné fyzické i psychické změny.

Právě proto Kladenská porodnice nabízí domácí návštěvy porodních asistentek – individuální péči přímo v pohodlí domova, která podporuje zdraví maminky i miminka, správné kojení a psychickou pohodu celé rodiny.

Péče přímo v domácím prostředí

„Domácí návštěva porodní asistentky je zaměřená zejména na péči o maminku i miminko v jejich přirozeném prostředí v rodinném kruhu,“ vysvětluje Bc. Adéla Veverová, DiS., porodní asistentka a laktační poradkyně z gynekologicko-porodnického oddělení Oblastní nemocnice Kladno.

„Sledujeme zdravotní stav ženy po porodu, hojení porodního poranění či sutury po císařském řezu, psychologický stav šestinedělky a celkovou rekonvalescenci po porodu. Část péče se věnuje podpoře kojení a praktickým radám k péči o novorozence. Důležité je, že vše probíhá individuálně, v klidu domova a s dostatkem prostoru na otázky i obavy rodičů.“

Proč je šestinedělí tak důležité

Během šestinedělí se odehrává mnoho fyzických, psychologických i sociálních změn.

„Žena se hojí, probíhají hormonální změny, které mohou ovlivňovat její náladu, a zároveň se rozbíhá laktace a kojení. Ženy si zvykají na novou životní roli matky a rodina se přizpůsobuje novému dennímu režimu. To vše se odehrává najednou v poměrně krátké době,“ vysvětluje Adéla Veverová.

Co kontrolujeme při domácí návštěvě

„Během domácí návštěvy u šestinedělky se nejčastěji zaměřujeme na hojení po porodu, zavinování dělohy, intenzitu krvácení, případně jizvy po poranění či císařském řezu. Sledujeme také stav prsou a kojení a zajímám se o celkový stav ženy,“ popisuje Adéla Veverová. „Součástí návštěvy je vždy i rozhovor s rodiči, prostor pro je-

jich otázky a ujištění, že vše probíhá správně. Pokud zpozorují problémy u novorozence, které přesahují kompetenci porodní asistentky, doporučí návštěvu pediatra. Návštěvy porodní asistentky nenahrazují kontroly pediatra.“

Podpora kojení a psychiky

„Kojení a psychologický stav spolu úzce souvisí. Kojení pro maminku nesmí být bolestivé a nepříjemné,“ vysvětluje Adéla Veverová. „Zaměřuji se na správné přísátí, pohodlné polohy při kojení, prevenci komplikací, jako jsou bolesti či poranění bradavek. Zároveň ji ujišťuji, že nějaké obavy jsou naprosto přirozené. Je důležité, aby ze svého okolí i ode mne cítila podporu a důvěru, že vše zvládne. Ženy často potřebují především vyslechnout, pojmenovat své obavy a ujistit se, že v tom nejsou samy.“

Historie a návrat domácích návštěv

Ministerstvo zdravotnictví uvádí, že domácí návštěvy porodních asistentek byly dříve běžné, pak vypadly a nyní se vrací.

„Porodní asistentka, dříve porodní bába, patřila do komunity odjakživa. Dnes se návštěvy zaměřují krom fyzického stavu i na psychologický a klade se důraz na podporu kojení a mentální pohodu šestinedělky,“ říká Adéla Veverová.

Hrazeno zdravotními pojišťovnami

„Od ledna 2026 jsou návštěvy hrazeny ze zdravotního pojištění. Dříve byly administrativně náročné a ne všechny pojišťovny je proplácely,“ vysvětluje Adéla Veverová.

„Nyní jsou propláceny všemi pojišťovnami a lékaři ženám předávají tři žádanky na domácí péči při propuštění z porodnice. Nově jsou tedy návštěvy dostupnější pro většinu žen po porodu.“

Jak to funguje v praxi

„S domácími návštěvami jsme začaly již loni v říjnu, kdy ještě nebyly vždy hrazeny zdravotními pojišťovnami.



PORODNÍ ASISTENTKY z kladenské porodnice přinášejí maminkám i miminkům klid, podporu a odbornou péči přímo do jejich domova.

Od ledna se naše návštěvní služba rozjela na plno a výjezdy k šestinedělkám domů se staly běžnou součástí naší práce,“ uvádí Adéla Veverová.

„Dá se říci, že téměř každý den vyjíždíme do terénu. Obrací se na nás i ženy, které rodily v jiných porodnicích.“

Duševní podpora a prevence obtíží

„Při své návštěvě sleduji u žen známky nadměrné únavy, úzkosti, smutku a mám prostor si s ženou v klidu promluvit o tom, jakým způsobem prožívá mateřství a jak zvládá každodenní péči o dítě. Znamky změn posuzujeme i díky tomu, že ženy známe z porodnice z oddělení šestinedělí. Nabízíme jim podporu, případně doporučení další odborné pomoci,“ vysvětluje Adéla Veverová.

„Setkávám se spíše s tím, že maminky by své obtíže nakonec zvládly i bez domácí podpory – ženy mají velkou vnitřní sílu. Bez návštěvy porodní asistentky by to ale často trvalo déle a bylo by náročnější, spojené s nejistotou nebo zbytečnými obavami. Domácí péče tak většinou urychluje, uklidňuje a potvrzuje, že žena postupuje správně.“

Rady pro maminky

„Doporučila bych jim především poslouchat svou vlastní intuici a mateřské pudy. Každá žena své miminko nejlépe nacítí a postupně si v péči najde vlastní cestu,“ radí Adéla Veverová.

„Jak říkám všem maminkám: spokojená maminka se rovná spokojené miminko. Když je spokojená maminka i dítě, promítá se to do pohody celé rodiny. Ujišťuji maminku, že nemusí zvládnout vše sama a zaslouží si pomoc, která se jí nabízí. Je důležité dovolit si zpomalit, přijmout pomoc a důvěřovat tomu, že to, co dělají, dělají dobře.“

Přijďte rodit právě do Kladna

Kladenská porodnice patří mezi málo porodnic v okolí, které mají zázemí dětského oddělení, jež se postará o vaše děti.

Maminky, které mají zájem rodit právě u nás v Kladně, se mohou telefonicky objednat do těhotenské poradny na čísle 312 606 390.

Oproti dalším porodnicím v okolí nabízí ta kladenská ještě další nespornou výhodu – možnost zajistit registraci dítěte u praktického lékaře pro děti a dorost působícího v rámci dětského oddělení kladenské nemocnice bez zbytečného odkladu a administrativy.

Těšíme se na všechny maminky a jejich budoucí miminka!

Kladenská porodnice zve do nových prostor i online



Kladenská porodnice, která od podzimu 2024 sídlí v nových a moderních prostorách bloku C2, nyní nabízí budoucím rodičům ještě větší možnost se s prostředím důkladně seznámit.

Nově je k dispozici aktualizovaná virtuální prohlídka porodního sálu a zároveň zcela nově zpracovaná virtuální prohlídka vybraných prostor úseku šestinedělí a novorozeneckého oddělení.

Budoucí maminky a jejich partneři si tak mohou z pohodlí domova projít prostředí, kde přivedou své dítě na svět a kde stráví první společné dny.

Virtuální prohlídku najdete na stránkách nemocnice na www.nemocnicekladno.cz v záložce Porodnice – Virtuální prohlídka porodnice.

Kde váš příběh začíná – a může pokračovat celý život

Rozhodujete se, kde přivést své miminko na svět? V kladenské porodnici nejde jen o samotný porod. Jde o jistotu péče i do budoucna. Na porodnici navazuje silné a rozsáhlé dětské oddělení – nejen standardní novorozenecká péče, ale také neonatologická jednotka intenzivní péče a další specializované pediatrické ambulance. Díky tomu mohou maminky porodit i zůstat se svým miminkem v jedné nemocnici, a to i v případě, že novorozenec potřebuje odbornější péči. Velkou výhodou je kontinuita zdravotní péče. Vaše děťátko může zůstat



PROHLÉDNĚTE SI nové moderní prostory kladenské porodnice online z pohodlí domova.

v péči jednoho zdravotnického týmu od narození až do dospělosti – od prvního nadechnutí přes dětství až po plnoletost.

Takto široké zázemí mnohá zařízení v nejbližším okolí nabídnout nemohou. Kladenská nemocnice ano – a je na to hrdá.

Bezpečí. Odbornost. Kontinuita péče. Proto rodíme v Kladně.

Proč si virtuální prohlídku projít?

Zkušenost z pravidelných dnů otevřených dveří ukazuje, že možnost vidět prostředí předem výrazně pomáhá odbourat obavy a přináší pocit jistoty.

Virtuální prohlídka umožňuje:

- poznat atmosféru nových prostor,
- zorientovat se ještě před příjezdem k porodu,
- prohlédnout si vybavení pokojů,
- sdílet prostředí s partnerem či rodinou.

V kladenské porodnici se ročně narodí stovky miminek. O maminky a jejich děti se stará zkušený tým porodních asistentek, lékařů a novorozeneckých sester s lidským a individuálním přístupem. Porodnice nabízí čtyři komfortní porodní pokoje, možnost epidurální i přirozené úlevy od bolesti a podporuje bonding bezprostředně po porodu.

Součástí pracoviště je novorozenecká jednotka intenzivní péče, která zajišťuje péči i o děti narozené od 32. týdne těhotenství. Maminkám je poskytováno pohodlí rodinných pokojů, podpora kojení v režimu Baby Friendly Hospital a pravidelné předporodní kurzy. Budoucí rodiče rádi přivítáme také osobně na dnech otevřených dveří.

Inzerce

Bactoral

ORÁLNÍ PROBIOTIKUM

PATENTOVANÁ PROBIOTICKÁ KULTURA

STREPTOCOCCUS SALIVARIUS ENT K12®

Přípravky z řady Bactoral obsahují patentovanou probiotickou kulturu *Streptococcus salivarius* ENT K12®. Ta tvoří peptidy salivaricin A2 a salivaricin B tzv. bakteriociny. Dokáže zaujmout strategické pozice v dutině ústní, nosohltanu a středouši a vytěsnit tak nežádoucí druhy. Studie dokazují, že Bactoral je schopen kolonizovat horní část dýchacích cest již 3 dny po prvním podání a udrží se na nich 32 dní po vysazení.

Probiotické řešení chřipkové sezóny!

Bactoral NEO
Streptococcus salivarius K12
+ VITAMÍN D NA PODPORU IMUNITY
+ PRO ZDRAVÉ ZUBY
30
doplňek stravy pro dospělé a děti od 3 let
výživový doplněk pro dospělé a děti od 3 roků
tablet rozpustných v ústech
tablet rozpustných v ústech

WINNER
NUTRA
INGREDIENTS
AWARDS
BEST PRODUCT OF THE YEAR
IMMUNE SUPPORT 2015, 2025

DOPORUČUJE
ODBORNÁ SPOLEČNOST
PRAKTICKÝCH DĚTSKÝCH LÉKAŘŮ
ČESKÉ LÉKAŘSKÉ SPOLEČNOSTI JANA EVANGELISTY PURKYNĚ

ORÁLNÍ PROBIOTIKUM | ORÁLNÍ MIKROBIOTA

www.bactoral.cz
favea
pro vaše zdraví

PROBĚNO PODLE ŠVÝCARSKÉHO PATENTU

ORIGINAL JE JEN JEDEN

ODBORNÁ SPOLEČNOST PRAKTICKÝCH DĚTSKÝCH LÉKAŘŮ
ČLS JEP

SETRNÝ K ZUBŮM testovaný

Hemoroidy: nečekejte, až problém přeroste

S hemoroidy se během života setká až sedm z deseti lidí, přesto mnozí své potíže tají a návštěvu lékaře odkládají. O tom, jak hemoroidy vznikají, jak je poznat a co s nimi dělat, jsme si povídali s lékařem chirurgického oddělení Oblastní nemocnice Kladno MUDr. Jaroslavem Pýchou.

„Hemoroidy se dříve týkaly spíš žen, dnes už postihují muže i ženy stejně,“ uvedl na úvod pan doktor. „Objevují se často v těhotenství, ale trápí i mladé lidi, kteří většinu dne prosedí u počítače a zanedbávají pohyb a zdravou stravu.“

» *Jak člověk pozná, že má hemoroidy?*

Typické jsou bolest při stolici, krev na toaletním papíru, svědění nebo malé uzlíky kolem konečníku. Ale pozor, podobné příznaky mohou signalizovat i jiné zdravotní problémy – trhliny, abscesy, polypy nebo vážně i nádor. Proto je lepší nepřehlížet první signály a přijít na vyšetření.

» *A co takové vyšetření obnáší?*

Stačí pohled, pohmat a často i endoskopie. Správná diagnóza je opravdu základ. Teprve pak můžeme nastavit léčbu, která opravdu funguje.

» *Proč vlastně hemoroidy vznikají?*

V konečníku máme pod sliznicí žíly, které pomáhají udržet plyn a řídkou stolicí. Když se zhorší odtok krve, žíly se zvětší a vznikají hemoroidy.

» *Mají hemoroidy nějaká stádia?*

Ano, čtyři. V prvním stadiu je zvět-



NEPODCEŇUJTE PRVNÍ SIGNÁLY a objednejte se na vyšetření.

šení jen mírné, nevyhřezává, občas se objeví krvácení a pocit tlaku. Ve druhém stadiu uzly vyhřezávají, ale samy se vrací zpět, přidává se svědění a pálení. Třetí stadium znamená, že uzly

zůstávají venku a je třeba je manuálně zatlačit, někdy uniká plyn nebo řídká stolice. Ve čtvrtém stadiu jsou hemoroidy komplikované trombózou, zánětem nebo vředem.

» *Dá se jim nějak předcházet?*

Rozhodně. Důležitým faktorem při předcházení hemoroidům je udržování přiměřené tělesné hmotnosti. Dále pomáhá pohyb, vláknina, ovoce a zelenina, dostatek tekutin a zdravé návyky při stolici – nepřeceňovat sezení na toaletě a neodkládat nutkání k vyprazdňování. Na vzniku problému se podílí také stres, kořeněná jídla, alkohol, káva a čaj, častá zácpa nebo průjem a samozřejmě těhotenství.

» *Když už hemoroidy jsou, jak se léčí?*

Máme několik možností. Nejprve konzervativně – masti, čípky, léky na žíly a úprava životního stylu. Pokud to nestačí, existují šetrné ambulantní metody – skleroterapie, laser, podvaz hemoroidální tepny nebo Barronovy gumové kroužky, kdy uzly odumřou a odpadnou. Operace je potřeba jen u komplikovaných a pokročilých případů, zahrnuje odstranění uzlů a případnou rekonstrukci.

» *Kam se lidé v kladenském regionu mohou obrátit?*

Péči poskytujeme na našem chirurgickém oddělení, pacienty nejprve přijímáme v naší proktologické poradně. Po jednoduché přípravě pacienta vyšetříme klinicky i endoskopicky a navrheme vhodnou léčbu. Do poradny je možné se objednat ve všední dny na čísle 312 606 640. V případě akutních obtíží funguje i naše pohotovostní chirurgická ambulance v pavilonu CAM.

» *Jakou radu byste dal lidem, kteří mají první příznaky?*

Nečekat a přijít včas. I malá návštěva odborníka často ušetří bolest i komplikace.

Endometrióza: tichý zdroj bolesti, který není radno podceňovat

Endometrióza patří mezi nezhoubná, ale často velmi zatěžující onemocnění žen v reprodukčním věku. Dokáže výrazně zasáhnout do každodenního života – fyzicky, psychicky i partnersky.

Ženy s endometriózou často dlouhodobě trápí chronická pánevní bolest, velmi bolestivá menstruace, bolest při pohlavním styku nebo nepravidelné krvácení. Významně častější jsou také potíže s otěhotněním.

„Endometrióza není jen silnější menstruace. U řady žen jde o chronické onemocnění, které je omezuje v práci, ve vztazích i v běžném fungování. Bolest, která se opakuje každý měsíc nebo přetrvává dlouhodobě, rozhodně není normální,“

upozorňuje primář gynekologicko-porodnického oddělení ON Kladno MUDr. Štěpán Urbánek.

Když se děložní sliznice objeví tam, kde nemá být

Podstatou onemocnění je přítomnost tkáně stejně jako děložní sliznice mimo dutinu děložní – tedy v místech, kam přirozeně nepatří. Tato tkáň reaguje na hormonální změny během menstruačního cyklu stejně jako sliznice uvnitř dělohy.

Výsledkem jsou opakované změny, které vedou k dlouhodobému zánětu a chronickým bolestem. Právě ty bývají pro pacientky nejvíce vyčerpávající.

Nejčastější příznaky, které by ženy neměly přehlížet:

Mezi typické projevy endometriózy patří:

- chronická pánevní bolest,
- velmi bolestivá menstruace,
- bolest při pohlavním styku,
- nepravidelné krvácení,
- potíže s otěhotněním.

Ženy s tímto onemocněním mají častěji problémy s plodností a cesta k vytouženému těhotenství může být složitější.

„Pokud bolest při menstruaci ženu vyřazuje z běžného života, nutí ji zůstat doma nebo opakovaně užívat silné léky proti bolesti, je to jasný signál, že by měla vyhledat odbornou pomoc,“ zdůrazňuje MUDr. Urbánek.

Specializovaná ambulance: individuální a lidský přístup

Pacientkám s endometriózou se lékaři gynekologicko-porodnického oddělení kladenské nemocnice věnují ve specializované ambulanci pro léčbu myomů a endometriózy. Každé ženě je nabízen individuální, empatický a lidský přístup. Hlavním cílem péče je celkové zvýšení životního komfortu pacientek.

Lékaři se zaměřují především na zmírnění bolesti, úpravu případného nepravidelného krvácení a pomoc v případě problémů s otěhotněním.

Když změna znamená život. Prevenci melanomu je třeba věnovat patřičnou pozornost

Každé jaro bývá na kožním oddělení Oblastní nemocnice Kladno obdoby prevence. „Pacienty průběžně upozorňujeme na nebezpečí kožních nádorů a účinky UV záření,“ vysvětluje MUDr. Jana Földesová, primářka kožního oddělení. „Podtrhujeme úlohu dermatologa v prevenci, diagnostice i léčbě.“

Melanom není jen kosmetický problém

Melanom je nejzhubnější forma kožní rakoviny. Ročně je v České republice diagnostikován u přibližně 1 500 lidí a až 300 pacientů na tuto diagnózu zemře. „Pokud je rakovina kůže odhalena včas, stačí chirurgické odstranění. V pokročilém stadiu je léčba již velmi náročná a často s omezenou úspěšností,“ upozorňuje MUDr. Földesová.

„Melanom se může objevit kdekoli na těle, i na místech, kam se nedíváme – na zádech, na hlavě, dokonce v oku či na sliznicích. Lidé často nevědí, že změna znaménka může být vážná, a přicházejí příliš pozdě,“ vysvětluje primářka.

Riziková skupina zahrnuje především osoby se světlou pokožkou, rezavými vlasy, neschopností opálit se či s tendencí k tvorbě pih po slunění. Důležitá jsou i atypická znaménka nebo snížená schopnost opravy poškozené DNA vzniklé UV zářením.



MELANOM KŮŽE MŮŽE MÍT RŮZNÉ PODOBY. Sledujte změny velikosti, tvaru či barvy a při podezření navštivte dermatologa.



„I mladí lidé nejsou výjimkou – například si vzpomínám na velmi mladou pacientku s diagnózou melanomu na pravém lýtku, které bylo teprve 19 let,“ dodává MUDr. Földesová.

Jak poznat nebezpečné znaménko: pravidlo ABCDE

Každý člověk nejlépe zná své tělo a změny pozná sám. MUDr. Földesová radí: „Jakákoli změna znaménka týkající se velikosti, okraje, tvaru, barvy, povrchu, svědění, krvácení či mokvání je signálem k návštěvě dermatologa.“

Pomocnou pomůckou je pravidlo ABCDE, které shrnuje základní rizikové parametry:

- **A** – Asymmetry (asymetrie): Liší se jedna polovina znaménka od druhé?
- **B** – Border (okraje): Melanom má nepravidelné, zubaté okraje.
- **C** – Colour (barva): Více barevných odstínů je varovný signál.

- **D** – Diameter (průměr): Znaménko větší než 5 mm vyžaduje zvýšenou pozornost.
- **E** – Elevation (vyvýšení): Rostoucí znaménko nad úroveň kůže je podezřelé.

„Pokud vaše pigmentové znaménko splňuje alespoň dva z těchto parametrů, návštěvu dermatologa neodkládejte,“ zdůrazňuje primářka.

Prevence začíná u nás

Prevence melanomu není jen o návštěvě dermatologa. „Důležitá je ochrana před UV zářením – opalovací krémy s dostatečným faktorem, pokrývky hlavy, vyhýbání se přímému slunci v poledne,“ radí MUDr. Földesová.

Rovněž je dobré sledovat své tělo pravidelně, například při sprchování nebo během oblékání. „Často se setkáváme s tím, že lidé nové znaménko ignorují několik měsíců, protože si myslí, že problém zmizí sám nebo

nechtějí slyšet o zhubné diagnóze, i když ji tuší,“ dodává primářka.

Vyšetření a odstranění znaménka

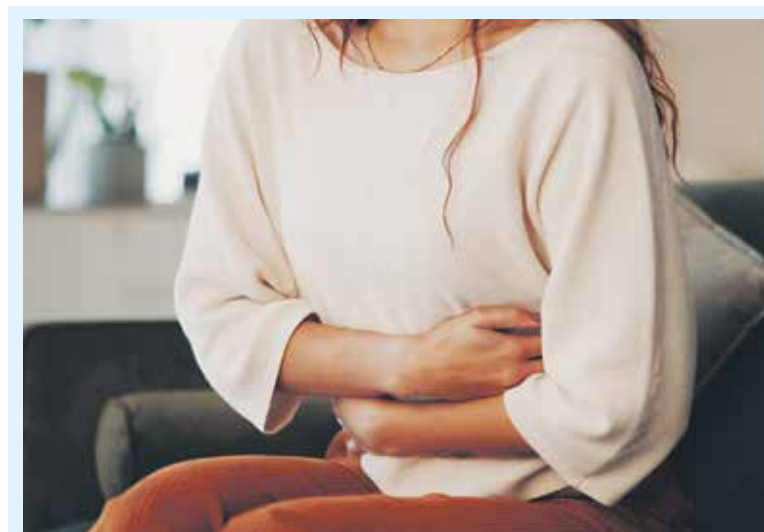
Vyšetření je rychlé a ambulantní. „U nezhoubného znaménka, které není pigmentované a je klinicky typické, lze kromě chirurgického odstranění využít i laserové ošetření. Upozorňuji, že laserové ošetření není vhodné pro každý útvar a je třeba vždy absolvovat řádné dermatoskopické vyšetření,“ vysvětluje MUDr. Földesová.

U pigmentového znaménka doporučuje drobný chirurgický zákrok v lokální anestezii. „Zákrok je rychlý, minimálně bolestivý a odstraněná tkáň se následně podrobí histologickému vyšetření, aby bylo jasné, že jde o nezhoubný nádor. Každý pigmentový névus by měl být histologicky vyšetřen.“

Praktické rady od primářky

- Sledujte své tělo a nová znaménka konzultujte s dermatologem.
- Navštěvujte kožní oddělení preventivně alespoň jednou ročně.
- Neignorujte žádné změny, i když se zdají malé.
- Chraňte se před nadměrným UV zářením a používejte ochranné krémy.
- Neodkládejte vyšetření ze strachu – včasná diagnostika zachraňuje život.

„Prevence je klíčem k včasnému odhalení melanomu. Čím dříve je diagnóza stanovena, tím větší je šance na úplné vyléčení. Změny na kůži berte vážně – v případě melanomu znamená každá změna život,“ uzavírá MUDr. Földesová.



ENDOMETRIÓZA může každodenní fungování ženy výrazně zhoršit, ale při správně nastavené péči mohou být obtíže významně zmírněny.

„Každá žena přichází s jinou kombinací obtíží a jinými životními plány. Léčbu proto vždy

nastavujeme individuálně podle jejich potřeb,“ říká primář Štěpán Urbánek.

Moderní diagnostika a léčba na míru

Při vyšetření se vždy se lékaři soustředí na konkrétní obtíže a potřeby dané pacientky. V diagnostice využívají především ultrazvukové vyšetření, podle potřeby doplňují další zobrazovací metody, například magnetickou rezonanci. V případě rozsáhlejších nálezů spolupracují také s odborníky z dalších oborů, zejména z chirurgie a urologie.

Na základě podrobného vyšetření vytvářejí společně s pacientkou individuální léčebný plán. Ten může zahrnovat:

- **konzervativní přístup** – léky proti bolesti, hormonální terapii nebo jejich kombinaci,
- **operační řešení**, nejčastěji pomocí šetrné laparoskopické, tedy minimálně invazivní techniky.

„Díky moderním laparoskopickým metodám jsme schopni řešit i složi-

tější případy šetrněji, s menší zátěží pro organismus a rychlejší rekonvalescencí,“ doplňuje MUDr. Urbánek.

Komplexní péče i návaznost na další specializovaná pracoviště

Součástí péče je také podpůrná terapie. U obtížnějších případů je navázána spolupráce se specializovanými centry ve fakultních pracovištích v Praze.

Pokud je endometrióza spojena s neplodností, je pacientkám nabízena navazující péče ve spolupracujícím centru asistované reprodukce.

„Naším cílem je vždy především zvýšení kvality života žen. Endometrióza může jejich každodenní fungování výrazně zhoršit, ale při správně nastavené péči dokážeme obtíže významně zmírnit,“ uzavírá primář gynekologicko-porodnického oddělení ON Kladno MUDr. Štěpán Urbánek.

Sanitářů není nikdy dost: kladenská nemocnice dvakrát ročně školí nové posily do péče

Sanitář je nejbliže pacientovi. Denně pomáhá s hygienou, podává stravu, převáží pacienty na vyšetření, doplňuje materiál a je důležitým spojovacím článkem mezi pacientem a zdravotnickým týmem. „Sanitáři jsou nesmírně důležití pro přímou ošetrovatelskou péči. Jsou pomocnou silou sester a lékařů, bez které se žádné oddělení neobejde,“ vysvětluje hlavní sestra Oblastní nemocnice Kladno Ing. Bc. Lucie Lidická.

Kladenská nemocnice proto pravidelně dvakrát ročně otevírá akreditovaný kvalifikační kurz Sanitář, který připravuje budoucí sanitáře na práci v přímém provozu. Hlásí se do něj nejen současní zaměstnanci, kteří kvalifikaci potřebují, ale i zájemci z řad veřejnosti či uchazeči o práci z úřadu práce. „Počet sanitářů se stále zvyšuje. Náročnost péče roste a sanitářů není nikdy dost,“ říká Ing. Bc. Lidická. V kladenské nemocnici dnes působí přibližně 340 sanitářů.

Teorie, praxe a závěrečná zkouška

Samotný kurz trvá jeden měsíc a kombinuje teoretickou a praktickou přípravu. Ve výuce se frekventanti setkají například s moduly z ošetrovatelství, první pomoci, somatologie, rehabilitace, právního minima i psychologie a dalších. „Učím část ošetrovatelství – probíráme hygienu, stlaní lůžka, krmení pacientů, manipulaci s biologickým materiálem nebo práci sanitáře při příjmu či propuštění pacienta,“ popisuje hlavní sestra.

Praxe probíhá přímo na odděleních kladenské nemocnice. Uchazeči si zkouší základní činnosti i chod oddělení, seznamují se s pacienty a skutečným provozem. Projdou také další pracoviště, kde



Ilustrační foto.

jsou sanitáři potřeba – například lékárnou či patologií. „Je pro nás důležité, aby každý poznal různá prostředí a mohl si vybrat, co je mu blízké,“ doplňuje Ing. Bc. Lidická.

Kurz je zakončen zkouškou. Po jejím absolvování získají frekventanti certifikát, který je opravňuje pracovat ve zdravotnictví.

Šance na práci a velká potřeba sanitářů

Z každé skupiny najde práci v kladenské nemocnici přibližně pět až osm absolventů, podle aktuální potřeby oddělení. Další pokračují v jiných nemocnicích, odkud byli ke kurzu vysláni nebo kde chtějí nastoupit.

A jaké předpoklady musí mít člověk, který se rozhodne stát sanitářem? „Základní vzdělání, trestně bezúhonnost, dobrý zdravotní stav a ochotu pracovat ve fyzické i psychické zátěži,“ shrnuje Ing. Bc. Lucie Lidická. Uchazeči také musí splnit povinné očkování proti hepatitidě B a počítat s tím, že práce je náročná a zahrnuje i kontakt s biologickým materiálem.

Velkou výzvou je komunikace

Ačkoliv si většina frekventantů poradí s praxí rychle, mnohé překvapí, jak náročná může být komunikace s pacienty. „Říkám od první lekce, že komunikace je základ ošetrovatelství. Právě obyčejné mluvení s pacienty dělá lidem často největší problém,“ dodává Ing. Bc. Lucie Lidická. Empatie, trpělivost a schopnost položit správnou otázku jsou podle ní stejně důležité jako fyzická zdatnost.

Staňte se sanitářem. Začněte už letos na jaře

- Chcete pracovat ve zdravotnictví a mít práci, která má skutečný smysl? Teď je ten správný čas.
- Oblastní nemocnice Kladno otevírá další sanitářský kurz – a vy můžete být u toho.
- Uzávěrka přihlášek je v pondělí 20. dubna 2026. Stačí napsat na: michaela.iblova@nemk.cz

Termín konání kurzu:

5. května – 5. června 2026,
závěrečná zkouška: 19. června 2026

Co vás čeká?

- Akreditovaný kvalifikační kurz schválený Ministerstvem zdravotnictví
- 100 hodin teorie + 80 hodin praxe přímo na nemocničních odděleních
- Výuka každý pracovní den teoretická část 5.–22. května 2026 od 8:00 do 15:00 hodin, praktická část (25. května až 5. června 2026 od 6:30 do 15:00 hodin.
- Kurzovné 6000 Kč

- Osvědčení MZ ČR po úspěšném složení závěrečné zkoušky
- Sanitářské kurzy mají v kladenské nemocnici tradici už téměř 30 let. Víme, jak vás připravit na praxi.

Co se naučíte?

- Základy ošetrovatelské péče
 - První pomoc
 - Manipulaci s pacienty i zdravotnickou technikou
 - Spolupráci ve zdravotnickém týmu
 - Bezpečnost práce a etiku zdravotnické profese
- Praxe vám dá jistotu. Budete si zkoušet skutečné situace pod vedením zkušených profesionálů.

A co potom?

Jak vypadá práce sanitáře?

Sanitář je důležitou součástí týmu. Pomáhá sestřím při hygieně pacientů, zajišťuje transport pacientů i materiálů, asistuje při péči a stará se o chod oddělení. Je to práce, bez které se nemocnice neobejde.

A dobrá zpráva?

Kvalifikovaným sanitářům nabízíme možnost pracovního uplatnění přímo v naší nemocnici.

Kdo se může přihlásit?

- Věk 18+
- Ukončené základní vzdělání
- Dobrý zdravotní stav

- Zahájené (nebo dokončené) očkování proti hepatitidě B

Veškeré podrobnosti najdete na internetových stránkách www.nemocnicekladno.cz v sekci Pro odborníky, v rubrice Kurzy a školení, kolonce Akreditovaný kvalifikační kurz Sanitář.

Telefonické dotazy vám zodpovíme na tel. čísle 312 606 125.

Hledáte novou profesní cestu?

Začněte tam, kde vaše práce bude mít skutečný význam. Přihlaste se ještě dnes!

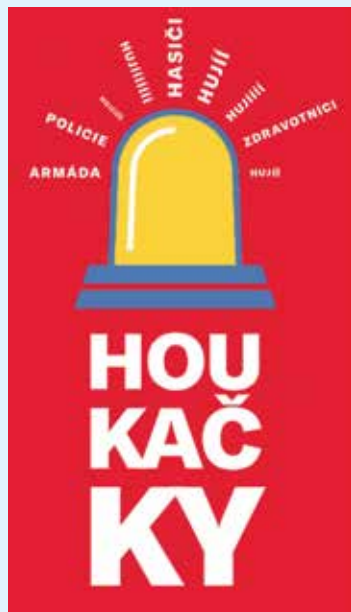
Těšíme se na vás.

Oblastní nemocnice Kladno míří na Houkačky Řevnice

Přijďte si zkontrolovat zdraví i užít rodinný den

Jarní sobota 25. dubna 2026 bude v Řevnicích patřit sirénám, technice, dětskému smíchu – a také prevenci. Oblíbený rodinný festival Houkačky Řevnice 2026 se uskuteční od 10:00 do 17:00 hodin na louce u vody v Řevnicích, malebném městě na břehu řeky Berounky nedaleko Dobřichovic, zhruba 20 kilometrů jihozápadně od Prahy. A chybět u toho nebude ani Oblastní nemocnice Kladno.

Na našem stanovišti si návštěvníci budou moci nechat změřit krevní tlak i hladinu krevního cukru. Kožní lékař vyšetří znaménka a poradí, kdy je vhodné vyhledat odborníka. Připravená bude také praktická ukáзка správné hygieny rukou – její účinnost si každý ověří pomocí UV lampy. Myslíme i na úsměv: na mo-



delu chrupu si společně připomeneme zásady správné ústní hygieny. Po celou dobu bude na místě přítomen atestovaný internista, který rád odpoví na vaše dotazy týkající se zdraví.

Houkačky jsou jedinečným projektem, který propojuje zábavu s osvětou. Děti si užijí atraktivní program a setkání se záchranáři, dospělí získají cenné informace o prevenci i možnost nenápadně zkontrolovat své zdraví.

Kdy: sobota 25. dubna 2026,
10:00–17:00 hodin

Kde: Řevnice, louka u vody
(okres Praha–západ, Středočeský kraj)

Vstupné: 200 Kč dospělí, děti do 15 let, ZTP a důchodci zdarma

Přijďte si užít příjemný jarní den s rodinou a zastavte se u nás. Prevence má smysl – a nejlepší je, když začíná včas a s úsměvem.

Kladenská nemocnice dostala zelenou na posilování odbornosti radiologických asistentů

Naší nemocnici se podařilo získat akreditaci Ministerstva zdravotnictví pro specializační vzdělávání radiologických asistentů, konkrétně v praktické části OM 3a vzdělávacího programu pro obor specializačního vzdělávání Zobrazovací technologie v radiodiagnostice.

Od 1. dubna letošního roku tak můžeme připravovat odborníky přímo na našem radiodiagnostickém oddělení. Akreditace platí pět let a posiluje odbornou úroveň i prestiž nemocnice.

Program umožní radiologickým asistentům rozšířit kvalifikaci a stát se odbornými specialisty. Nemocnice tak aktivně investuje do budoucnosti oboru a zvyšuje kvalitu péče o své pacienty.

Inzerce

Vaše játra pod ochranou sil přírody a vědy

**Lagosa® 50 tablet
je registrovaný
léčivý přípravek
s vysokým obsahem
silymarinu (150 mg
v jedné tabletě).**



- působí protizánětlivě
- ochraňuje játra
- regeneruje
- podporuje jejich funkci

www.lagosa.cz



www.lagosa.cz

Zkrácená písemná informace pro uživatele léčivého přípravku Lagosa® 50 tablet

Lagosa® 50 obalených tablet je volně prodejný léčivý přípravek s obsahem silymarinu, určený k vnitřnímu užití. Jedna tableta obsahuje 150 mg silymarinu. Upozornění: Před použitím léku se poraďte se svým lékařem nebo lékárníkem a pozorně si přečtěte příbalovou informaci pro uživatele dostupnou také na adrese: www.sukl.cz.

Pro další informace o léčivém přípravku Lagosa® kontaktujte nás nebo se zeptejte svého lékaře nebo lékárníka! Více informací na: www.lagosa.cz
Wörwag Pharma Česko s.r.o., Bucharova 2657/12 Stodůlky, 158 00 Praha 5, info@woerwagpharma.cz, www.woerwagpharma.cz



RV2600260/02

Odbourejte stres a načerpejte energii s námi

V dnešní hektické době, kdy je člověk často vystaven stresu, tlaku a nadbytku informací, je důležité nezapomínat na péči o psychickou pohodu. Oddělení klinické psychologie naší nemocnice se již řadu let snaží podporovat zdraví těla i mysli svých pacientů i veřejnosti. Jedním z nástrojů je nabídka skupinových relaxačních cvičení, která přispívají ke snižování napětí, zlepšují spánek, náladu, soustředění a celkovou odolnost vůči stresu.



CHVÍLE KLIDU A VĚDOMÉHO UVOLNĚNÍ pomáhá odbourat stres, načerpat novou energii a vrátit tělu i mysli ztracenou rovnováhu.

O významu a průběhu těchto cvičení jsme si povídali s vedoucí oddělení Mgr. Miladou Kroutilovou.

» *Jak vznikla myšlenka pořádat relaxační cvičení?*

Asi před šestnácti lety jsme se s tehdejší kolegou rozhodli doplnit nabídku služeb oddělení psychologie o relaxační cvičení. Chtěli jsme tak našim pacientům nabídnout doplňkovou podpůrnou péči. Relaxační cvičení jsou ale výbornou preventivní metodou, a tak jsme se rozhodli otevřít skupinová relaxační cvičení všem pacientům i široké veřejnosti.

» *Jak takové relaxační cvičení v praxi probíhá? Co si pod tím mohou lidé představit, pokud by se chtěli přihlásit poprvé?*

Relaxace jako taková má mnohaletoletou historii. První zmínky pocházejí ze starověku (8000 let př. n. l.) a jsou spojeny s východními naukami, principy jógy a propojením těla a mysli. Moderní relaxační techniky se pak začaly rozvíjet ve 20. století v souvislosti s rozvojem moderní industriální společnosti a nárůstem stresu. Jde tedy o soubor různých technik, jejichž cílem je vědomé snížení tělesného i duševního napětí.

» *Kde se cvičení konají?*

Relaxační cvičení probíhají v klidné místnosti. Účastník zaujme pohodlnou polohu vleže nebo vsedě. Relaxaci provází psycholog, trvá 20–40 minut a může být použita klidná hudba. Vlastní relaxaci může předcházet lehké protažení těla nebo dechové cvičení.

» *Jaké techniky během cvičení využíváte? Převládá spíše práce s dechem, uvolňování těla, nebo prvky jógy?*

Práce s dechem je vždy součástí, protože správné dýchání je základem pro zklidnění nervového systému. Při relaxaci využíváme různé techniky, např. svalové uvolnění, vizualizaci, sugesci, představivost nebo aromaterapii. Pacient se cvičením učí rozpoznávat tělesné i emoční napětí, a tak postupně získává schopnost vědomě se uvolnit.

» *Pro koho jsou cvičení vhodná a existují nějaká omezení? Mohou se zapojit i lidé bez předchozí zkušenosti s relaxačními technikami nebo jógou?*

Relaxační cvičení jsou vhodná pro většinu lidí i bez dřívější zkušenosti. Omezení jsou minimální a týkájí se například akutních somatických nebo vážných psychiatrických onemocnění.

» *S jakými potížemi lidé nejčastěji přicházejí? Jde spíše o psychické napětí, stres, únavu, nebo i fyzické obtíže?*

To je velmi různorodé. Se zájmem o relaxaci přicházejí lidé zažívající akutní i chronický stres, trpící úzkostmi nebo depresi, jedinci s vysokým pracovním vypětím, studenti, senioři, lidé pečující o nemocné blízké, jedinci s kardiovaskulárními obtížemi, chronickou bolestí, migrénami, poruchami spánku a dalšími obtížemi.

» *Jaký přínos mohou mít pravidelná relaxační cvičení pro psychické*

zdraví? Co podle vašich zkušeností lidé pocítují už po několika lekcích? Pravidelná relaxace má příznivý vliv na tělesné i psychické zdraví. Vede k postupnému snižování hladiny stresu, uvolňuje chronické svalové napětí, stabilizují se vitální funkce (srdeční tep, krevní tlak), zlepšuje se spánek, náladu, soustředění i paměť a v dlouhodobém horizontu se zvyšuje odolnost člověka vůči stresu. Již po několika lekcích mohou účastníci zažít pocity zklidnění a lepší vyrovnanosti.

» *Jakou roli hraje Oddělení klinické psychologie v péči o psychickou pohodu pacientů i veřejnosti? Proč považujete podobné preventivní aktivity za důležité?*

Myslím, že je vždy lepší zaměřit se na prevenci a předcházet tak kumulaci tělesného a psychického napětí, protože to pak může vést k dlouhodobým zdravotním problémům. Relaxace tady pomáhá zklidnit tělo i mysl, navrací vnitřní rovnováhu a zvyšuje schopnost seberegulace člověka. Je tak vhodnou a bezpečnou metodou pro každého.

» *Setkáváte se během cvičení s pozitivní zpětnou vazbou? Můžete zmínit, co účastníci nejčastěji oceňují?*

Kromě toho, co už jsem zmínila výše, bych možná ještě vypíchla jednu věc. V poslední době účastníci oceňují možnost „zastavit se“ v dnešní hektické době plné nároků a nadbytku informací, které se na nás valí z médií. Skupinová relaxační cvičení jsou pro ně chráněným prostorem pro zklidnění, odpočinek a znovuoživení energie. Prostorem pro péči o sebe.

» *Jak se mohou noví zájemci do relaxačního cvičení v kladenské nemocnici zapojit?*

Noví zájemci se mohou do relaxačního cvičení v Oblastní nemocnici Kladno zapojit nejlépe po předchozím telefonickém objednání. Objednat se lze na číslech 312 606 147 nebo 312 606 404, a to ve všední dny mezi 8:00 a 9:00 hodinou ráno.

Program Galerie Jaroslava Hrušky působící při ON Kladno

Galerie Jaroslava Hrušky působící při ON Kladno má pro rok 2026 připraven pestrý program plný setkávání a inspirace. Těšit se můžete na tradiční Čtvrteční umělecká setkání i výstavu.

Aktuálně probíhající výstavy můžete průběžně zhlédnout ve všech třech částech galerie, která je situována v přízemní chodbě bloku B, hned za knihovnou, v bezprostřední blízkosti centrálního pavilonu CAM.

Čtvrteční umělecká setkání (ČUS)

Vždy od 18:00 hodin v části galerie U knihovny.

- **11. června** – Petr Průcha, fotograf, sběratel a hudební mág

- **23. října** – Irena Veverková, archivářka, historička a publicistka

Setkání nabídnou osobní pohledy hostů na jejich práci, zájmy i životní cestu a zároveň prostor pro neformální diskusi.

Výstava Vytvořeno přírodou

V květnu se uskuteční vernisáž výstavy Petra Průchy s názvem **Vytvořeno přírodou**. Přesné datum bude upřesněno.

V současnosti je v naší galerii nadále k vidění výstava prací z **Dětské podzimní výtvarné soutěže v roce 2025 – Osobnost Jaroslava Hrušky – umění nás spojuje**

Blíží se podrobnosti o činnosti galerie Jaroslava Hrušky naleznete na internetových stránkách: www.galeriejh.cz

SKODA

Akční modely Dynamic
Jednoduše pro Vás

Škoda Karoq a Kamiq

Se zvýhodněním až
153 000 Kč

Příspěvkový servis
Standard v ceně vozu*

Prodloužená záruka
v ceně vozu**

Akční modely Škoda Dynamic jsou sáh Váš naplnit atraktivní výbavou – sportovní podvozek, integrovaná kola s lehká slitiny a tlumičové vošky jedinečnou volbou a také Váš nový nešetrný zážitek. Díky Předpřipravenému servisu a Prodloužené záruce v ceně vozu, můžete navíc počítat s maximální bezpečností a v pohodu. Více informací včetně též odborné radou, nebo nás kontaktujte telefonicky či online.

Podrobnosti a podmínky akce: www.skoda.cz/akce/153000. *Příspěvkový servis Standard v ceně vozu. **Prodloužená záruka v ceně vozu. Podrobnosti a podmínky akce: www.skoda.cz/akce/153000.

Váš autorizovaný prodejce vozů Škoda:
AMOND, spol. s r.o.
Smetanůvák 899
272 04 Kladno
Tel.: 312 817 111
amond.skoda-auto.cz

Čtvrtek 16. dubna: Den zdraví v Oblastní nemocnici Kladno

Rádi bychom vás pozvali na další **DEN ZDRAVÍ** pro širokou veřejnost, který se uskuteční ve **ČTVRTEK 16. DUBNA OD 9:00 DO 12:30 HODIN** v prostorách naší nemocnice.

Tradičním místem setkání bude pavilon Centra akutní medicíny (CAM).

Během dopoledne se společně zaměříme na prevenci a péči o zdraví – jednoduše, prakticky a srozumitelně.

Seznámíme vás s možnou prevencí onkologických onemocnění, změříme vám krevní tlak, ukážeme správnou hygienu rukou a připomeneme zásady prevence cévní mozkové příhody.

Na místě budou také zástupci Všeobecné zdravotní pojišťovny, kteří nabídnou užitečné informace z oblasti prevence a benefičních programů.

A to zdaleka není vše. Připravujeme pro vás i další preventivní a osvětová témata, která budeme postupně představovat.

Přijďte si nechat zkontrolovat své zdraví, zeptat se na to, co vás zajímá, a strávit příjemné dopoledne s našimi odborníky. Těšíme se na vás!



RV2502342/01
PROPAGACE NEMOCNICE KLADNO

Wald Biotech

Vyvinuto
v České
republice

Při lymfatické a žilní nedostatečnosti

Cílená nutriční podpora při veno-lymfatické nedostatečnosti související s:

- Post-trombotický syndrom (PTS)
- Lymfedém
- Pooperační a poúrazové otoky
- Hojení ran s venolymfatickou nedostatečností

Systémové proteázy a Bioflavonoidy

- Zlepšení transportu žilní krve a lymfy
- Snížení viskozity / zlepšení reologických vlastností krve a lymfy
- Zvýšení odolnosti cévní stěny
- Pouze 3 kapsle denně



Účinné látky

- Trypsin
- Chymotrypsin
- Bromelain
- Papain
- Vitamín C
- Diosmin
- Hesperidine



SLEVA 5% SLEVOVÝ KÓD **KLANEM**
platí do 31.8.2026

www.walzym.cz

Walzym LymfoVeno je potravinová pro zvláštní lékařské účely určena pro osoby s lymfatickou a žilní nedostatečností

Když bolest přetrvává, existuje další cesta

Nenádorová radioterapie v Oblastní nemocnici Kladno

Dlouhodobá bolest paty, lokte, kolene nebo zad dokáže výrazně omezit každodenní život. Pokud běžná konzervativní léčba nepřináší úlevu, může být řešením nenádorová (protizánětlivá) radioterapie, kterou nabízí oddělení klinické a radiační onkologie naší nemocnice.

Tato metoda využívá ultranízke dávky RTG záření, které mají prokazatelný protizánětlivý a analgetický účinek. Nejčastější indikací je patní ostruha, velmi dobrých výsledků však dosahujeme také u tenisového lokte, artrózy kloubů (např. kolenního či ramenního), bolesti páteře a dalších degenerativních či zánětlivých onemocnění pohybového aparátu.

Léčba probíhá ambulantně, je dobře snášena a je plně hrazena zdravotními pojišťovnami. Pro pacienty tak představuje šetrnou a dostupnou možnost, jak se vrátit k pohybu bez bolesti. Terapie se obvykle aplikuje



v několika krátkých sezeních na moderním terapeutickém RTG ozařovači XStrahl.

Nenádorová radioterapie má své místo zejména u pacientů, u nichž byly vyčerpány jiné konzervativní postupy. K ošetření je nutné doporučení praktického nebo odborného lékaře. Pacient by měl mít k dispozici aktuální RTG snímek ošetřova-

né oblasti a základní zdravotnickou dokumentaci vztahující se k danému onemocnění. V případě, že již v minulosti obdobnou léčbu absolvoval, je vhodné doložit také zprávu o předchozí radioterapii.

Ke zvážení pro pacienty

Pokud vás dlouhodobé bolesti paty, kloubů nebo zad omezují v běžném

pohybu a každodenních činnostech a dosavadní léčba nepřinesla očekávanou úlevu, může pro vás být nenádorová radioterapie další možností, kterou stojí za to zvážit. O vhodnosti této léčby se poraďte se svým praktickým nebo odborným lékařem, který posoudí váš zdravotní stav a případně vás k terapii doporučí.

Informace pro praktické a odborné lékaře

Pokud máte ve své péči pacienty, které chronické bolestivé obtíže pohybového aparátu výrazně omezují v kvalitě života a u nichž byly vyčerpány běžné konzervativní postupy, může být nenádorová radioterapie vhodnou a efektivní léčebnou alternativou. V indikovaných případech je možné pacienty odeslat k vyšetření na oddělení klinické a radiační onkologie Oblastní nemocnice Kladno.

Objednání pacientů:

☎ 312 606 157, 312 606 366

Oddělení klinické a radiační onkologie, ON Kladno

Chirurgie ON Kladno: odborná péče dostupná přímo v regionu

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

Naše chirurgické oddělení 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 katetizační chirurgie

Laparoskopické operace kýlu a žlučníku

- Miniinvazivní techniky
- Méně bolesti a rychlejší návrat do běžného života
- Operace 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, trhliny, 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 poraden, 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 kýlu
- 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 odd.

POMŮCKA: AAK, ORON, TEKA	INICIÁLY HERCE KORBELÁŘE	POHANA	OPĚTOVATI	NÁŠ SBORMISTR	NĚMECKÉ SÍDLORA-KOUSKÉ SÍDLO	SVĚTOVÝ POHÁR	FISTULE	OSOBNÍ ZÁJMENO	ČÁSTI ÚSY (BÁSN)	KÓD TOKELAU	ODMÍTNUTÍ (LIDOVÉ)	SÍDLO V RUSKU	POSTUPEM DOBY	SPZ KLATOV	RÝNSKÝ ČLUN
PRIMÁTI				CESTOVNÍ DOKLAD							POJÍZDNÁ ČÁST JERÁBU, NESOUCÍ ZDVÍHACÍ ZARÍZENÍ				
ŘEKA V JAR				LÍSTEK							BRÁNA				
	MALAJSKÁ VYTRVALÁ ROSTLINA ZASYČENÍ				DOTAZ PŘI SÁZCE	ODĚV				STÁNEK S OBČERSTVENÍM					
						NADUTEK				MENŠÍKOVY INICIÁLY					
BRUTALITA								CIZÍ JMÉNO (IVONA)						ZAVRHOVAT	ZDRHOVADLO
TAJENKA 1								NĚM. ČLEN URČITÝ	MEZINÁR. KAMIONOVÁ DOPRAVA (ZKR)			MEZINÁRODNÍ KÓD MOZAMBIKU			
									ZKAMENĚLÝ HLAVONOŽEC			ODKUD			
OBRATLOVEC					DOMÁCKY OLDŘICH					ČERVENOHNĚDÁ BARVA			BOBIZAČNÍ SLABIKA		
					NÁZEV PISMENE G					DRUH MASA			VLASTNÍ EVÉ		
	ZAKŘÍKNUTÁ ŽENA (NÁREČ)	NĚM. PŘEDLOŽKA		KÓD IRSKA			AUTRALSKÝ PŠTROS				DREZÚRA	LEŽENÍ			
		SLANGOVÉ JIDELNÍ MÍSKA		ŠLECHTIC			CHEM. ZN. ZANIKLÉHO PRVKU PHILIPIA					SETNINA			
RUSKÉ SÍDLO				NÁZEV PISMENE P		TAJENKA 2									MINERÁLNÍ VODA
				599,1 MG V BOLIVII		MLHA (BÁS.)									
ZHOTOVENÁ ŠITIM					ANGL. ZKR. VOJENSKÉ POLICIE			NEPŘIVÁDĚTI NA SVĚT							
					ŠPAŇ. ČLEN			INIC. HOUSLISTY SNÍTLA							
OZNAČENÍ LETADEL POBŘEŽÍ SLONOVINY			HŘEBLO (ZAST.)									PŘEDLOŽKA			
ZKR. AMPÉR-SEKUNDY			AMER. FILM (R. ALDRICH)												MEZINÁRODNÍ KÓD ITALIE

Recepty

Polévka s rybími knedlíčky

- 1,2 l zeleninový vývar
- 300 g rybího masa
- 5 kuliček pepře
- 3 PL strouhanky
- 4 kuličky nového koření
- 1 ks vejce
- 2 ks mrkve
- 1 KL nasekané petrželky
- 1 ks petržele
- kousek póru
- 1 špetka muškátového oříšku
- 1 ks bobkový list, sůl, pepř

Do hrnce nalijeme vývar, přidáme nakrájenou zeleninu a koření. Vaříme asi 20 min., dokud není zelenina měkká. Dle potřeby osolíme. Než se uvaří polévka, připravíme si knedlíčky. Rybí maso rozemeleme, pak smícháme se strouhankou, přidáme vejce, sůl, pepř, muškátový oříšek a nasekanou petrželku. Směs necháme krátce odležet – ideálně v lednici, aby zpevnila. Nakonec vytvarujeme z rybí směsi knedlíčky o velikosti vlašského ořechu. Když je polévka hotová, snížíme plamen, aby jen lehce probublávala. Do polévky vhodíme knedlíčky a asi 8 min. povaříme. Nevaříme je zprudka, aby se nerozpadly.

Špaldoto s medvědí česnekem

- 2 PL olivového oleje
- 2 ks malé cibule
- 200 g špaldy, namočené přes noc do studené vody
- mořská sůl
- pepř čerstvě namletý
- 2 hrsti čerstvého medvědího česneku, nakrájeného nahrubo
- 100 g másla nakrájeného
- 2 PL oleje ochuceného medvědí česnekem
- balkánský sýr rozdrobený (lze použít i feta) ke zdobení

V rendlíku na mírném ohni opékejte nakrájenou cibuli 2–3 min. do změknutí. Vsypte scezenou špaldu, osolte, opepřete, pak po naběračkách přilévajte vývar – další vždy, až když se všechno vstřebá. Vařte 15–20 min., až špalda změkne, ale ne na kaši. Přidejte medvědí česnek a také nakrájené maslo, případně dosolte a přidejte pepř. Výsledný pokrm má být poměrně řídký, dle potřeby ho trochu naředte zbylým vývarem. Ihned podávejte, pokapané olejem a případně posypané rozdrobeným balkánským sýrem nebo fetou.

Velikonoční nádivka se šunkou, sýrem a bylinkami

- 250 g hladké mouky
- ½ ks droždí (cca 20 g)
- 100 ml vlažného mléka
- 150 g rozpuštěného másla na vymazání formiček
- 5 ks vajec
- 3 PL hrubozrnné hořčice
- 150 g šunky na kostičky
- 150 g tvrdého sýra na kostičky
- 1 hrst nakrájených čerstvých bylinek
- pažitka, petrželka, bazalka
- sůl, pepř čerstvě namletý

Troubu předehřejte na 175 °C. Droždí rozmíchejte v teplém mléce a nechte vzejít kvásek. Až zdvojnásobí svůj objem, smíchejte ho s ostatními přísadami na nádivku, osolte a opepřete. Vypracujte těsto. Svou konzistencí bude připomínat lité těsto. Rozdělte ho do máslem vymazaných jednoporcových formiček a pečte v troubě asi 40 minut dozlatova.

Jidáše

- 60 g cukru krupice
- 500 g hladké mouky

- 300 ml smetany na vaření 12 %
- 40 g droždí
- 2 ks žloutky
- 150 g změkklého másla
- citronová kůra ze 2 ks citronů
- 2 KL citronové šťávy
- 1 ks vanilkového cukru
- 1 špetka soli
- 1 ks vejce na potření
- med na pokapání

Ze lžice cukru, mouky, trochy vlažné smetany a droždí připravte kvásek. Zhruba po čtvrt hodině ho smíchejte se zbytkem cukru a mouky, žloutky, změkklým máslem, citronovou kůrou a šťávou a trochou soli. Na závěr přilijte vlažnou smetanu. Těsto pořádně propracujte, dle potřeby podsypávejte moukou. Nechte hodinu kynout. Troubu předehřejte na 180 °C, horkovzdušnou na 160 °C. Plech potáhněte papírem na pečení. Z vykynutého těsta oddělujte kousky a vyválejte z nich válečky. Na plechu je stočte do spirály a nechte ještě čtvrt hodiny kynout. Pak je potřete rozšlehaným vejčkem a přibližně na 25 min. dejte do trouby. Horké jidáše pokapejte medem a podávejte.

111. sezona
2025/26



Městské divadlo Kladno

▷ První pomoc proti nudě

**Komedie, muzikál, detektivka nebo Molière —
Městské divadlo Kladno má pro každého něco.
Ve své 111. sezoně uvádí hned sedm novinek.**

Šťovík, pečené brambory — Tři fotbaloví rozhodčí, jejichž životy jsou jeden velký ofsajd. Svižná konverzační komedie o tom, že i láska, stejně jako kopaná, může skončit remízou.

Malý krámek hrůz — Broadwayská muzikálová komedie o sirotkovi, který pro lásku krmí zpívající masožravku lidským masem. Rock'n'roll, absurdní humor a morální dilema exkluzivně na Kladně.

Osiřelý západ — Dva bratři v domě, který po otci zdědili i se starými křivdami. Černá komedie s tarantinovskou estetikou, při níž se smějete, až vám běhá mráz po zádech.

Splašené nůžky — Klavír nad kadeřnickým salonem utichne. Kdo zabil virtuosku Isabelu? Rozhodnete vy. Americký detektivní hit, v němž

vraha odhalí diváci, může pokaždé skončit jinak.

Zombie nejsou demokrati — Interaktivní inscenace na příkladu zombie apokalypsy ukazuje, jak křehká může být demokracie. Přijďte diskutovat o tématech, na která v každodenním shonu nezbyvá čas.

Rebelové — Muzikál podle kultovního filmu Filipa Renče. Léto 1968, tři zběhové, velké lásky a nesmrtelné hity šedesátých let. Zavzpomínejte si a možná i zazpívejte.

Škola žen — Pan Arnolf si chtěl Anežku vychovat pro sebe. Ona se rozhodla jinak. Molièrova veršovaná komedie o tom, že srdce neposlouchá rozkazy, přichází na kladenskou scénu v červnu 2026.



/divadlokkladno

www.divadlokkladno.cz

