

NEMMagazín

rozhovor

Karel Brückner

FOTBAL už není jenom hra

■ Aktuálně

POŘÍDILI JSME
NOVÝ MAMOGRAF

■ Aktuálně

ZMODERNIZOVALI
JSME **KARDIOLOGII**

SLEVA AŽ
133 000,-



MITSUBISHI ASX
BODYGUARD

Made **in** Japan

PLNÁ
ZÁRUKA
5 let

SPOTŘEBA OD 5 L/100 KM
OHROMNÝ ZAVAZADLOVÝ PROSTOR 488 L*
7 AIRBAGŮ A KLIMATIZACE V ZÁKLADNÍ VÝBAVĚ

WWW.NISCAR.CZ

Kombinovaná spotřeba 5,0-5,8 l/100 km, emise CO₂ 131-152 g/km.
Údaje dle směrnic a nařízení EU nebo předpisů EHK. Vybavení vozu zahrnuje příplatkovou výbavu.
*Po montáži originálního příslušenství.

NISCAR OLOMOUC, S.R.O. - Dolní Hejčínská 31, Olomouc, Tel.: 585 227 158

úvodní slovo



Roman HAVLÍK

ředitel Fakultní nemocnice Olomouc

Vážení čtenáři,
dovolte mi, abych vám do roku 2016 popřál všechno dobré. Především vám přeji pevné zdraví, protože to je základním předpokladem pro všechny další úspěchy v životě. Zvykli jsme si na to, že přátelství se v naší současné společnosti stalo do jisté míry frází. Pro nás ve Fakultní nemocnici Olomouc, kde se denně setkáváme s lidskými osudy, které poznamenala vážná nemoc nebo těžký úraz, ovšem toto přání není prázdným pojmem. Zdraví je skutečná hodnota.
Když už jsme u novoročních přání, nemohu si pro olomouckou fakultní nemocnici, pro její pacienty i zaměstnance přát nic jiného, než abychom dál pokračovali v nastaveném trendu. Naše nemocnice je stabilní, ekonomicky silnou společností s výbornými léčebnými i hospodářskými výsledky. Díky tomu můžeme rozvíjet činnosti, které umíme nejlépe, tedy oblast léčebné a ošetrovatelské péče. Chceme poskytovat stále kvalitnější služby a vycházet našim pacientům maximálně vstříc.
V letošním roce nás z tohoto pohledu čeká řada významných akcí. Už v průběhu ledna otvíráme nově zrekonstruovanou a modernizovanou kardiologickou jednotku intenzivní péče. Hodláme v tomto roce rovněž dokončit projekt potrubní pošty, která mimo jiné zkrátí čekání na výsledky laboratorních vyšetření. Částečné rekonstrukce se v příštích měsících konečně dočká také Klinika zubního lékařství v centru Olomouce, kde chystáme opravy pláště budovy, zateplení, výměnu oken a rovněž bezbariérové úpravy. Chtěli bychom letos dokončit i projektové přípravy našeho nejvýznamnějšího projektu, kterým je rekonstrukce nejstarší nemocniční budovy Františka Josefa.
Rád bych ještě připomněl, že letos slavíme 120 let existence Fakultní nemocnice Olomouc. Je to sto dvacet let péče o zdraví obyvatel města Olomouce, olomouckého okresu, kraje a vlastně celé střední Moravy. Žijeme tu s vámi a jsme tady pro vás kdykoliv, kdy naši péči potřebujete. Jsem přesvědčený, že to tak vnímáte i vy.

Přeji nám všem klidný rok a příjemné čtení

tiráž



Vydává Fakultní nemocnice Olomouc, I. P. Pavlova 6, 775 20 Olomouc

IČO: 00098892. Registrační značka: MK ČR E 17254

Vychází čtyřikrát ročně. Toto číslo bylo vydáno 22. února 2016.

Redakce: Egon Havrlant, FN Olomouc, I. P. Pavlova 6, 779 00 Olomouc

tel.: (+420) 558 442 489, (+420) 606 607 687

e-mail: info@fnol.cz, web: www.fnol.cz

Inzerce: Yvona Pařízková, tel.: (+420) 602 755 916

e-mail: yvona.parizkova@seznam.cz

Grafické zpracování: Dalibor Peřina, sazba a tisk: m-ARK Marketing a reklama, s. r. o.

Foto na titulní straně: Dominik Bachůrek

obsah čísla

ÚVODNÍ SLOVO
strana 3

AKTUALITY
strana 4-5

PŘÍBĚH SE ŠTASTNÝM KONCEM
strana 6-7

PŘEDSTAVUJEME
strana 9-11

ORIENTAČNÍ PLÁN NEMOCNICE
strana 12

LIDÉ V NEMOCNICI
strana 14-15

ROZHOVOR S OSOBNOSTÍ
strana 16-19

PÍŠETE NÁM
strana 20

PRO DĚTI
strana 21

KŘÍŽOVKA
strana 22



Boule jako pěst

strana 6-7



Pohybem ke zdraví? Ne vždy

strana 9-11



Mount Everest v hlavě

strana 14-15



Connected for Health

krátce

TELEMEDICÍNA: POMÁHÁME MEZINÁRODNĚ

U stále větší části kardiologických pacientů využívají odborníci z Fakultní nemocnice Olomouc v rámci léčebné péče rovněž prvky telemedicíny, kdy jsou zvláště pacienti ze vzdálenějších regionů sledováni na dálku pomocí moderních komunikačních technologií. Díky tomu získávají zdravotníci pravidelné a přesné informace o srdeční činnosti nemocného, aniž by musel opustit svůj domov. Koordinátorem těchto aktivit je Národní telemedicínské centrum. Pod záštitou Lékařské fakulty Univerzity Palackého se nyní olomoučtí odborníci podílejí na mezinárodním projektu s názvem Connected for Health: Well-Being and Healthcare Solutions in Open Access FTTH Networks (Internet pro zdraví: Duševní pohoda a řešení pro zdravotní péči prostřednictvím volného přístupu k optickým sítím), který má za úkol identifikovat, otestovat a vyhodnotit nové i stávající systémy a služby (např. videokonzultace mezi pacienty a lékaři) pro poskytování domácí zdravotní péče prostřednictvím otevřených datových sítí. Projekt řídí finská regionální rada, poskytovatelem podpory je Evropská komise a odborným garantem projektu za UPOL je přednosta I. interní kliniky – kardiologické Fakultní nemocnice Olomouc prof. MUDr. Miloš Táborský, CSc., FESC, FACC, MBA. Smyslem projektu je najít nejvhodnější, uživatelsky nejprívětivější a nákladově nejefektivnější kombinaci systémů pro naplňování individuálních potřeb pacientů.

Co-funded by
the European Union



Loni v naší porodnici přišlo na svět 2300 dětí

Jako první u nás letos přišel na svět Martin Kment z Horky nad Moravou narozený ve čtyři hodiny ráno na Nový rok. V roce 2015 se v olomoucké fakultní nemocnici narodilo 2311 dětí. Od roku 2007 tak počet dětí narozených v největší porodnici v Olomouckém kraji překračuje pravidelně hranici dvou tisíc. Nejvíce dětí přišlo loni ve FN Olomouc na svět tradičně v červenci, nejméně v únoru. Nejpopulárnějším dívčím jménem u dětí narozených v Olomouci byla i loni Eliška, mezi chlapečkými jmény opět Jakub. Porodnice Fakultní nemocnice Olomouc je perinatologickým centrem. Kromě běžných porodů z Olomoucka jsou právě sem soustředěny nejrizikovější porody z celého Olomouckého kraje.

Zmodernizovali jsme intenzivní péči na kardiologii



Foto: Libor Teichmann

Kvalitní péči v příjemném prostředí dostanou nyní lidé přijatí s akutním onemocněním srdce a cév ve Fakultní nemocnici Olomouc. Největší zdravotnické zařízení v Olomouckém kraji totiž zrekonstruovalo prostory původní jednotky intenzivní péče a transformovalo ji v moderní oddělení akutní kardiologie, kde jsou nejčastěji léčeni nemocní s akutním infarktem myokardu, a také lůžkové oddělení pro pacienty ohrožené arytmiemi a srdečním selháním. Ročně jsou na I. interní klinice – kardiologické FN Olomouc hospitalizovány bezmála tři tisíce pacientů. Oddělení akutní kardiologie má nyní k dispozici osm lůžek namísto původních pěti, navíc prostor kolem každého lůžka se až pětkrát zvětšil, což je významné pro léčebnou i ošetrovatelskou část péče o pacienty. Na akutní lůžka navazuje oddělení arytologie a srdečního selhání, kde je nyní osm dvoulůžkových pokojů s vlastním sociálním zařízením a veškerým komfortem včetně televizorů a wi-fi připojení. Pro kvalitu péče je ale ještě důležitější nový monitorovací systém, který zvyšuje bezpečnost pacientů s poruchami srdečního rytmu, rizikem náhlé srdeční smrti a srdečním selháním. Náročné stavební úpravy probíhaly půl roku za plného provozu a nemocnice do nich investovala 32 milionů korun.

Jsme dobrým zadavatelem veřejných zakázek

Sdružení EconLab při Univerzitě Karlově zveřejnilo žebříčky státních a městských organizací, v nichž hodnotí kvalitu zadávání veřejných zakázek. Fakultní nemocnice Olomouc získala ocenění „Dobrý zadavatel“ a v žebříčku zdravotnických zařízení v České republice se umístila celkově na skvělém druhém místě. Sdružení hodnotilo vypisování veřejných zakázek v období let 2012 a 2014, přičemž se zaměřovalo na řadu kritérií, mezi jinými například na to, zda zadavatel informuje transparentně o svých zakázkách,

zda podporuje kvalitní konkurenční prostředí nebo zda dodržuje zákon o veřejných zakázkách. Kompletní výsledky lze najít na internetových stránkách www.zindex.cz.

Olomoucká fakultní nemocnice je s hodnotou Zindexu 75,00 bodů mezi nejlepšími 20 procenty a z pohledu transparentnosti a dobré praxe v zadávání veřejných zakázek patří ke špičce mezi hodnocenými nemocnicemi či státem a městy vlastněnými podniky.

Máme nový mamograf, šetrnější a přesnější



Foto: Lukáš Navara

Ve Fakultní nemocnici Olomouc mohou nyní ženy podstoupit preventivní i diagnostické vyšetření na jednom z nejmodernějších mamografů. Kromě menší dávky záření a přesnějšího zobrazení je jeho výhodou i možnost trojrozměrné vizualizace tkáňových struktur, díky které mohou lékaři odhalit i ložiska dosud těžko viditelná. Tento moderní typ mamografu má k dispozici pouze pět pracovišť v zemi. Zdravotnické zařízení jej pořídilo v rámci projektu spolufinancovaného Evropskou unií, jeho součástí byla i výměna dalších špičkových diagnostických přístrojů v celkové hodnotě přes 110 milionů korun. Mamografie patří mezi základní metody zobrazování prsu, ročně na Radiologické klinice FN Olomouc vyšetříme jen v rámci prevence okolo šesti tisíc žen a provedeme další dva tisíce diagnostických vyšetření.

V areálu vyrůstá „nádraží“ pro potrubní poštu

V areálu Fakultní nemocnice Olomouc vyrůstá „nádraží“ pro systém potrubní pošty, který začalo zdravotnické zařízení budovat loni na podzim. Hrubá stavba tohoto řídicího centra celého systému, které je umístěno na travnaté ploše mezi III. interní klinikou a klinikami onkologie a plicních nemocí, by měla být hotová do konce letošního dubna, kdy začne montáž samotné technologie. Paralelně se také budují rozvody na jednotlivých klinikách. Potrubí bude mít celkovou délku 13 kilometrů a propojí většinu budov v nemocničním areálu včetně lékařské fakulty, zásilky bude pohánět stlačený vzduch. Projekt zjednoduší, zefektivní a především zrychlí přepravu biologických vzorků k laboratorním vyšetřením. Lékaři a tedy i pacienti tak budou na výsledky testů čekat kratší dobu. Nemocnice uvažuje rovněž o využití systému k přepravě léků, transfuzních přípravků, dokumentů a drobného zdravotnického materiálu. Denně to může být i několik tisíc zásilek. Zkušební provoz je plánován na konec letošního roku a celkové náklady na vybudování systému ve výši téměř 98 milionů korun hradí zdravotnické zařízení z vlastních zdrojů.



Vizualizace: FN Olomouc

..... inzertce

mlekarna.zdsenice.cz

BOHATSTVÍ HANÉ

Zemědělské družstvo
Senice na Hané

samozřejmě KVALITA ... z Hané

PRODEJNY

- Obchodní dům Senimo, Pasturova 905/10, Olomouc
- Podniková prodejna Náměstí na Hané, Biskupství 146, Náměstí na Hané
- Podniková prodejna Sady Vilémov, Vilémov 160

Výrobce: Zemědělské družstvo Senice na Hané, Vodní 214, 783 45 Senice na Hané, tel.: 608 683 091, e-mail: mlekarna@zdsenice.cz, www.zdsenice.cz

příběh se šťastným koncem

NA HRUDI MĚL BOULI JAKO PĚST

Na hrudi se mu z ničeho nic objevila boule, která se během několika měsíců postupně zvětšovala až do velikosti sevřené mužské pěsti. Dvaatřicetiletý Michal Kment z Pěčína na Prostějovsku byl nejprve přesvědčený, že se jedná o lipom, tedy takzvanou „tukovou bouli“. Vyhledal několik ambulantních lékařů a nakonec se dostal až na Klinikou plicních nemocí a tuberkulózy ve Fakultní nemocnici Olomouc. Tam se dozvěděl, že jde o sarkom, vzácně se vyskytující zhoubný nádor.

Neměl jsem žádné bolesti nebo jiné potíže, ta boule na hrudi mi pouze překážela. Zavazela mi hlavně při spánku. Objevila se někdy na podzim loňského roku. Rodinu jsem ale nechtěl strašit, tak jsem jim raději nic neřekl. Navštívil jsem několik lékařů v Prostějově a nakonec jsem absolvoval vyšetření na plicní klinice v Olomouci. Vzali vzorky na vyšetření a potom mi oznámili, že jde o nádor a že je nutná operace,“ popisuje mladík.

Olomoučtí specialisté u něj odhalili sarkom, tedy velmi vážné maligní onemocnění. „Sarkomy jsou poměrně vzácné, mezi zhoubnými nádory se vyskytují asi v jednom procentu případů. Jsou ale velmi agresivní, nezřídka postihují také mladé lidi a vyskytují se dokonce i v dětském věku. Vyznačují se rychlým růstem, existuje více než čtyřicet typů a asi osmdesát podtypů těchto nádorů,“ vysvětluje MUDr. Marek Szkorupa, Ph.D., lékař I. chirurgické kliniky FN Olomouc.

Nádor, který lékaři na začátku loňského prosince odstranili Michalu Kmentovi z těla, měřil v průměru 14 centimetrů. „Byl opravdu velký. Zasáhl levou stranu hrudníku včetně plic. Při odstranění sarkomu jde často o velmi rozsáhlé výkony se značným dopadem na tělesnou schránku nemocného. Při operaci odstraňujeme nejen ložisko nádoru, ale musíme jít ze široka i do zdravé tkáně. Říká se tomu blokovaná resekce. Zároveň už dopředu plánujeme operaci tak, aby funkční i kosmetické následky výkonu byly co nejmenší, což je v těchto případech značně obtížné,“ podotýká chirurg.

Podle jeho slov je důležité, aby podobné výkony byly prováděny ve specializovaných centrech, mezi která patří i olomoucká fakultní nemocnice. „Setkáváme se i s pacienty, kteří byli se sarkomem operováni už dvakrát nebo třikrát někde jinde, ale zásah nebyl dostatečně velký a nádor se objevil znovu. Tím se samozřejmě zhoršují jejich vyhlídky na uzdravení,“ říká MUDr. Szkorupa. Michal Kment ale zamířil přímo do specializovaného centra. Nespornou výhodou je tu špičková diagnostika, zkušený tým odborníků a především multioborová spolupráce. „Na léčebném procesu se v tomto konkrétním případě podílel hrudní chirurg, plastický chirurg, radiolog, anesteziolog a dále odborníci v oboru onkologie, plicního lékařství, rehabilitační a ošetrovatelské péče,“ vyjmenovává lékař.

Samotný operační výkon trval bezmála devět hodin. „Museli jsme odstranit část hrudní kosti, větší část ze tří žeber na levé straně hrudníku a polovinu levé plíce. Žebra jsme pak nahradili titanovými implantáty, pro obnovení stability hrudní stěny jsme použili polypropylenovou sítku. Ve druhé fázi operace pak plastický chirurg provedl rekonstrukční výkon, při němž nahradili chybějící tkáň svalovým lalokem ze zad pacienta a překryli ránu kožními štěpy,“ popisuje špičkovou týmovou spolupráci MUDr. Szkorupa.

Mladík podstoupil náročnou operaci dva týdny před Vánocemi, svátky už ale mohl strávit se svými blízkými. Bezprostředně po operaci o něj pečovali na klinice anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny, později byl přeložený na standardní chirurgické oddělení. Domů z nemocnice odcházel den před Štědrým dnem. „Strach před operací jsem určitě měl, ale všichni se ke mně chovali hezky. Snažili se mě povzbudit. Chtěl bych lékařům a zdravotním sestřám za jejich péči moc poděkovat,“ oceňuje přístup personálu Michal Kment.

Přestože náročná operace dopadla dobře, nemá mladík podle odborníků ještě zcela vyhráno. „Mluvit o tom, že je pacient vyléčený, se u většiny onkologických diagnóz dá až po pěti a více letech. Je teď důležité, aby byl v našem centru pravidelně sledovaný. Radikální operace byla jedinou šancí, povedla se a z tohoto pohledu je jeho prognóza příznivá. Může se vrátit do běžného života a dokonce i do lehčího pracovního procesu,“ doplňuje MUDr. Szkorupa. Mladý muž se nyní cítí dobře a jeho tělo se po složité operaci rychle hojí. Bojuje a chce bojovat dál. „Věřím, že všechno dobře dopadne,“ dodává s nadějí Michal Kment.

Foto: Dominik Bachůrek

inzerce

Lázně Slatinice
1878

V lázních Slatinice právě otevíráme nové Privátní SPA a Sauny Majorka.

ZAHŘEJTE SE V LÁZNÍCH

Přijďte si v zimním období upevnit zdraví a odpočinout za skvělé ceny do lázní Slatinice.

pobyty od 1910 Kč

- Last minute pobyty denně aktualizované na webu
- Valentýnský pobyt
- Velikonoční pobyt
- Privátní SPA - 300 Kč/pár
- Sauny Majorka - 250 Kč/os.
- Romantické balíčky s večeří při svíčkách

Lázně Slatinice a.s.
pobyty@lazneslatinice.cz
tel.: 585 944 599

www.lazneslatinice.cz



představujeme

POHYBEM KE ZDRAVÍ? Ne vždy

Foto: Dominik Bachůrek

Od vrcholových sportovců až po zapřísalé povaleče, tak široká je škála klientů, o které pečuje Klinika tělovýchovného lékařství a kardiovaskulární rehabilitace Fakultní nemocnice Olomouc. Patří k nejmenším klinickým pracovištím ve zdravotnickém zařízení, má bezkonkurenčně nejdéle název a zcela určitě bychom našli spoustu lidí, kteří by nedokázali přesně popsat její medicínské zaměření. Přitom do jejích ambulancí docházejí dospělí i děti, zdraví i nemocní, jedinci s vysportovanou postavou i ti, kteří se potýkají s obezitou. Všichni mají jedno společné – potřebují pohyb. A zdravý pohyb, to je skutečná věda. V olomoucké fakultní nemocnici se tomuto oboru věnují na klinické úrovni už čtvrt století, nedávno si klinika tělovýchovného lékařství a kardiovaskulární rehabilitace připomněla 25 let své existence.

Historie oboru se na střední Moravě začala psát už v roce 1931, kdy vznikla první tělovýchovně-lékařská poradna při interním oddělení tehdejších Zemských ústavů v Olomouci (předchůdce dnešní fakultní

nemocnice). Jejím pokračováním byla později poradna při Okresním ústavu národního zdraví a FN Olomouc. V roce 1953 byla na Univerzitě Palackého v Olomouci zřízena katedra tělesné výchovy a tělovýchovného lékařství, jejímž vedením byl pověřen prof. MUDr. Vladimír Pelikán, DrSc., uznávaná olomoucká lékařská kapacita, pozdější děkan lékařské fakulty, zakladatel a první přednosta III. interní kliniky fakultní nemocnice. Od roku 1966 působilo v nemocnici oddělení tělovýchovného lékařství, samostatná Klinika tělovýchovného lékařství pak byla ustavena v roce 1990.

Léčba pohybem

Pracoviště prošlo za čtvrtstoletí své existence několika proměnami. Na počátku nového tisíciletí se jeho součástí stalo rehabilitační oddělení a vznikla tak klinika rehabilitačního a tělovýchovného lékařství. V roce 2010 se rehabilitace oddělila a transformovala na samostatné Oddělení rehabilitace FN Olomouc. Tělovýchovné pracoviště pak dostalo nynější název klinika tělovýchovného lékařství a kardiovaskulární rehabilitace. „Současné uspořádání kliniky odpovídá moderním trendům léčebné i preventivní péče v našem oboru. Podle

vědeckých poznatků patří pohybová aktivita k základním ovlivnitelným rizikovým faktorům. Platí to nejen u kardiovaskulárních chorob, ale rovněž u onkologických onemocnění, u pacientů s degenerativním poškozením kloubů či páteře a u dalších skupin nemocných. Jde jen o to, jakou pohybovou aktivitu zvolit a jak správně nastavit její intenzitu. S tím umíme našim klientům pomoci,“ říká prof. MUDr. Eliška Sovová, Ph.D., MBA, přednostka kliniky a členka výboru České společnosti tělovýchovného lékařství.

Ve zdravotnictví jinak naprosto běžně užívaný výraz „pacient“ se do prostředí právě této kliniky příliš nehodí. Často sem totiž míří lidé, kteří netrpí žádným onemocněním, nemají ani ty nejmenší zdravotní obtíže, zkrátka jsou naprosto zdraví. „Naším typickým klientem je mladý zdravý sportovec, který k nám přichází na takzvaný zátěžový test. Většinou je jejich cílem spíše optimalizovat tréninkový proces a zvýšit si vlastní výkonnost. Tyto testy ale zároveň slouží také ke zjištění reakce jejich organismu na zátěž. Vyšetřujeme kardiovaskulární aparát, abychom vyloučili riziko poškození nebo dokonce náhlé smrti při sportu třeba v důsledku skryté vrozené srdeční vady,“ vysvětluje profesorka Sovová.



» **Součástí ambulantního vyšetření na Klinice tělovýchovného lékařství a kardiovaskulární rehabilitace FN Olomouc je zátěžový test.**

Foto: Dominik Bachůrek

Sportovci v ohrožení

Nakonec případy náhlého úmrtí sportovců během výkonu přímo na stadionu se objevují v celém světě a nevychýbají se ani České republice. „Měli jsme tu nedávno hokejistu, který patří k vrcholovým sportovcům a hraje za tým v profesionální soutěži. Do svých téměř čtyřiceti let neměl tušení, že má vzácnou anomálii srdečních tepen. Přitom jde o diagnózu, kde je riziko náhlé smrti poměrně vysoké. Naštěstí jsme onemocnění odhalili, než se jakkoliv projevílo. Na kardiologické klinice pak podstoupil angioplastiku cév, takže může bez obav pokračovat v profesionální kariéře,“ popisuje přednostka.

Podle jejích slov se ale hrozba náhlé smrti při zátěži nemusí ani zdaleka týkat jen vrcholových sportovců, na které jsou samozřejmě kladeny vysoké nároky. „Na druhou stranu jsou ale trénovaní a jejich tělo je na zátěž zvyklé celý život. Vyšetření u nás by měl ve svém vlastním zájmu absolvovat každý, kdo se hodlá nějakému sportu intenzivněji věnovat, byť je to třeba jen rekreace. Týká se to lidí všech věkových kategorií od dětí až po starší ročníky,“ konstatuje profesorka Sovová. Na klinice tělovýchovného lékařství umí odborníci například poradit i rodičům, kteří váhají, jaký sport bude vzhledem k tělesným předpokladům pro jejich potomka nejvhodnější.

Neničit si tělo

Nejohroženější skupinou je ale podle odborníků ta část populace, která se sportovní aktivitou začíná až ve vyšším věku. „V posledních letech se často setkáváme s případy, kdy se lidé ve věkové kategorii nad čtyřicet nebo i nad padesát let rozhodnou intenzivně sportovat, aniž by se do té doby jakkoliv sportu věnovali. Začnou ložit po horách, závodit na kole. Důvody jsou přitom různé – vliv módních trendů a kultu těla, mladší partner, strach z nemoci a ze stáří a podobně. Pak jsou tu také jedinci, kteří se odhodlají k nějakému náročnému sportovnímu výkonu jen z hecu u piva. Klasickým příkladem je běžecký půlmaraton. Těmto lidem určitě doporučujeme přijít na zátěžový test, aby neohrozili svůj život a vyhnuli se naplnění známého hesla sportem ke zdraví a trvalé invaliditě,“ podotýká lékařka.

Lidé, kteří pravidelně sportují, by ale měli zátěžový test absolvovat i z jiných důvodů. Odborníci na tělovýchovné lékařství se totiž při jeho vyhodnocení nezaměřují pouze na kardiovaskulární systém, ale rovněž na pohybový aparát. „Tato část vyšetření je snad ještě důležitější. Mnohem častěji než skrytou srdeční vadu odhalíme například nesprávně prováděný pohyb v rámci tréninku. Následky jsou různé od plochých nohou přes vady držení těla, zkrácené svaly až po vady páteře. Z tisíce vyšetření v loňském

roce jsme nějaký problém odhalili ve třiceti procentech případů, což je vysoké číslo. Ve spolupráci s fyzioterapeuty je potom důležité naučit se správné cviky pro prevenci nebo používat zdravotnické pomůcky a cíleně se snažit nesprávné pohybové návyky odbourat,“ dodává profesorka Sovová.

Pohyb je i naděje

Pomoc na klinice tělovýchovného lékařství a kardiovaskulární rehabilitace ovšem nehledají pouze sportovci nebo lidé zdraví, ale také pacienti s nejrůznějšími diagnózami od vysokého krevního tlaku až po onkologická onemocnění. „Přiměřená a správně zvolená pohybová aktivita zlepšuje prognózu mnoha chorob a zvyšuje naději na lepší léčebné výsledky, to je dokázáno řadou vědeckých studií. I těmto klientům provedeme zátěžové vyšetření a na základě jeho výsledků jim potom poradíme, jaká pohybová aktivita by pro ně byla nejvhodnější, jakou mají volit zátěž a kolik času mají denně pohybu věnovat,“ popisuje přednostka. Mezi nejčastěji doporučované aktivity u této skupiny pacientů patří podle jejích slov „severská chůze“ s holemi nordic walking, ale i aktivity, jako je jóga nebo tai-či a řada dalších pohybových cvičení.

Klinika se cíleně zaměřuje i na kardiovaskulární rehabilitaci u pacientů, kteří se léčí s onemocněním srdce a cév.



Foto: archiv FN Olomouc

» **Oslav 25. výročí kliniky se účastnil i její „otec zakladatel“ profesor Zdeněk Jirka (na snímku uprostřed), zleva nynější přednostka profesorka Eliška Sovová, děkan Lékařské fakulty UP profesor Milan Kolář, zprava ředitel FN Olomouc docent Roman Havlík a proděkan LF UP docent Martin Modrianský.**

„Jen v naší nemocnici přijmeme kolem šesti set pacientů s infarktem ročně a asi patnáct set pacientů ve FNOL podstoupí plastiku cév. Všichni tito lidé a také lidé s vysokým rizikem, kam patří například obezita, cukrovka nebo i stres, by měli nejen nekouřit a zdravě se stravovat, ale hlavně se pohybovat,“ míní přednostka. V tomto směru jim

pracoviště nabízí komplexní péči včetně cvičení v tělocvičně přímo v ambulanci kliniky pod dohledem odborníků.

Nezanedbatelnou část klientů tvoří také pacienti potýkající se s obezitou, jejíž výskyt zejména v dětském věku podle odborníků souvisí se současným životním stylem, špatnými stravovacími návyky a hlavně

nedostatkem pohybu. „Podle statistik trpí obezitou až pětina dětí ve věku do čtrnácti let. Pomoci jim určitě umíme, ale zapojit se musí celá rodina. Držet diety určitě nestačí. Taková doporučení se dávala dříve, ale dnes víme, že samotná dieta je nesmysl. Bez pohybu prostě nefunguje,“ doplňuje profesorka Sovová.

..... inzerce

SIMPLY CLEVER

NABÍDKA, CO MÁ ŠTÁVU

Akční modely Fresh s rozšířenou výbavou za atraktivní cenu.

Získejte spoustu výbavy za atraktivní cenu. Akční modely Fresh Vás nadchnou elegantními koly z lehké slitiny, výkonnou klimatizací, zadními parkovacími senzory nebo vyspělými multimediálními systémy. Při využití financování se ŠKODA Financial Services získáte prodlouženou záruku na 5 let v rámci balíčku Mobilita Plus. Seznamte se s vozy ŠKODA Citigo, Rapid, Rapid Spaceback, Octavia a Yeti v akční nabídce Fresh přímo u nás.

skodafresh.cz ŠKODA Financial Services

Váš autorizovaný prodejce vozů ŠKODA:

AUTO Hlaváček a.s.
Týnecká 669/5, 722 00 Olomouc
Tel.: 585 151 063
www.hlavacek.cz

auto hlaváček

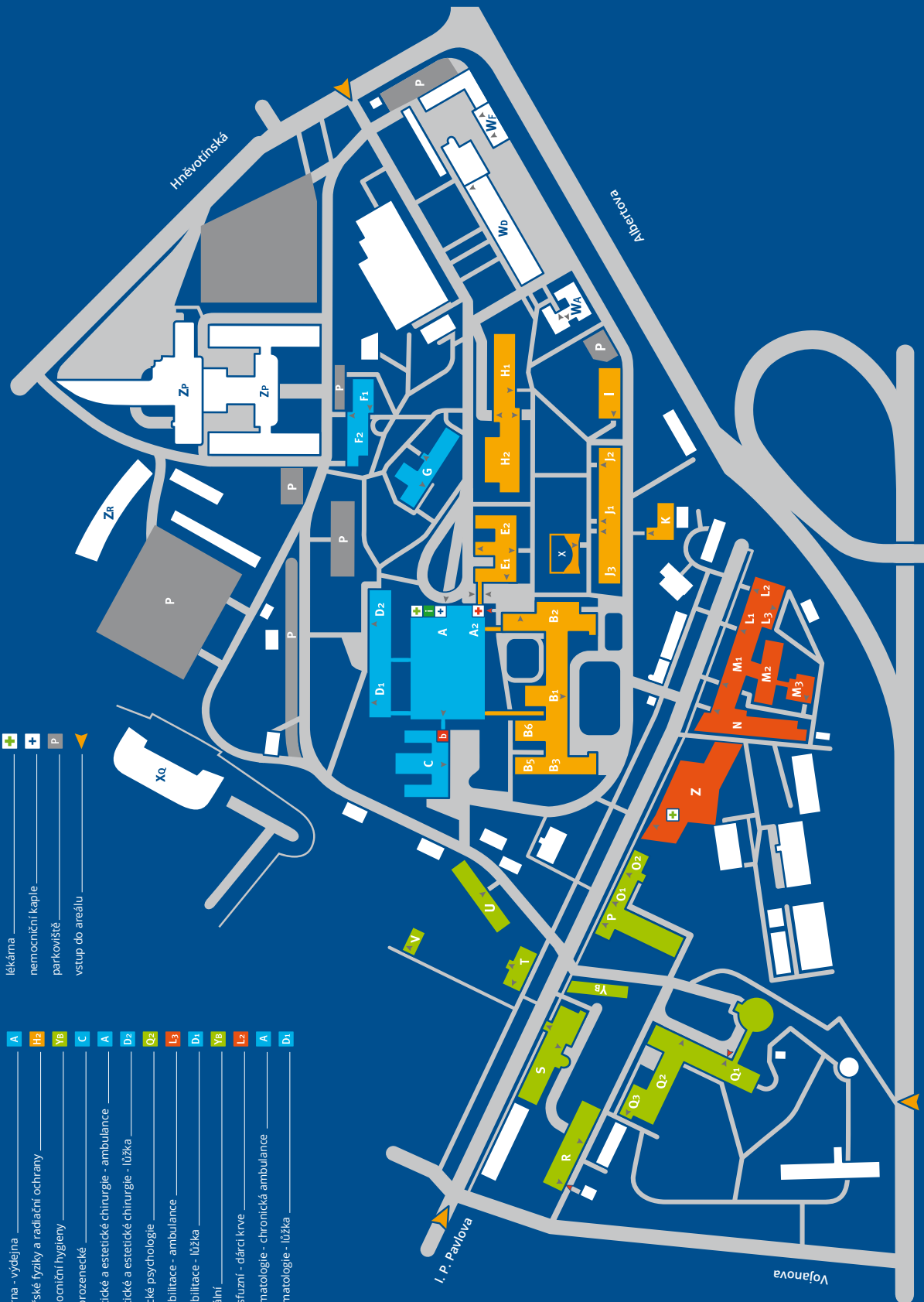
Spotřeba a emise CO₂ vozů ŠKODA v nabídce Fresh: 4,4 m³ [CNG], 3,7-5,8 l/100 km, 29-117 g/km

 A2	urgentní příjem _____	 Wd	ředitelství _____
 A2	LSP (pohotovost) - dospělá _____	 Wf	ombudsman (ředitelství 2) _____
 Qd	LSP (pohotovost) - dětská _____	 Xq	centrální archiv (pevnostka) _____
 R	LSP (pohotovost) - zubní _____	 G+	lékárna _____
 I	informační centrum _____	 P+	nemocniční kaple _____
 B	babybox _____	 P	parkoviště _____
			vstup do areálu _____

ODDĚLENÍ	
F	_____ kategorie a klinické imunologie _____
A	_____ centrální operační sál a sterilizace _____
Bz	_____ geriatrie - ambulance _____
Bt	_____ geriatrie - lůžka _____
I	_____ intenzivní péče chirurgických oborů _____
I	_____ klinické biochemie _____
Qs	_____ klinické biochemie - dědičné metabolické poruchy _____
M	_____ klinické logopedie _____
Wb	_____ léčebné výtahy _____
Z	_____ tékárna - hlavní a výdej zdravotnických potřeb _____
A	_____ tékárna - výdejna _____
Hz	_____ lékařské fyziky a radiální ochrany _____
Yb	_____ nemocniční hygieny _____
C	_____ novorozenecké _____
A	_____ plastické a estetické chirurgie - ambulance _____
Dz	_____ plastické a estetické chirurgie - lůžka _____
Qz	_____ klinické psychologie _____
Ls	_____ rehabilitace - ambulance _____
Dt	_____ rehabilitace - lůžka _____
Yb	_____ sociální _____
Ls	_____ transfúzní - dárčí krve _____
A	_____ traumatologie - chronická ambulance _____
Dt	_____ traumatologie - lůžka _____

A	anestezie, resuscitace a intenzivní medic. (ARO)
Q1	dětská - ambulance
Q2	dětská - lůžka
K	hematoonkologie - ambulance
L	hematoonkologie - lůžka
A	I. chirurgie (všeobecná) - ambulance
Dz	II. chirurgie (všeobecná) - lůžka
A	III. chirurgie (cévně-transplantační) - ambulance
Dz	IV. chirurgie (cévně-transplantační) - lůžka
Dz	I. interna (kardiologie)
G	II. interna (gastro-enterologie, hepatologie)
Jf	III. interna (diabetolog, nefrolog, revmatolog, endokrinolog) -
Jf	IV. interna (dialýza)
D	I. kardiologie - ambulance, lůžka
A	II. kardiologie - lůžka
P	chirurgie kardiologická - ambulance, lůžka
M3	neurologie - ambulance, lůžka
M1	neurologie - lůžka
M2	neurologie - lůžka
Jf	nukleární medicína
X	nukleární medicína (PET/CT)
E1	oftalmologie
H1	onkologie - ambulance, lůžka
H2	onkologie - ozařování, lůžka
S	ortopedie
R	ortopedie - infekční jednotka
E2	otolaryngologie (ORL)
H3	plicních nemocí - TBC - ambulance
H1	plicních nemocí - TBC - lůžka
C	porodnicko-gynekologická - ambulance, lůžka
T	porodnicko-gynekologická - centrum řešení medicíny
P	pracovního lékařství - ambulance
V	psychiatrie - ambulance AT
U	psychiatrie - ambulance, lůžka
T	psychiatrie - dětská ambulance
A	radiologie (RTG, CT, MR, UZ)
T	radiologie (mamografie)
O1	tělovýchovného lékařství a kardiologické rehabilitace
A	urologie - ambulance
Dz	urologie - lůžka
R	urologie - lůžka

ÚSTAV	Zp
farmakologie	Zp
lékařské genetiky	U
imunologie	Zp
mikrobiologie	Zp
klinické a molekulární patologie	Zp
soudního lékařství a medicín, práv	Zp
teoretické ústavy LF UP	Zp
molekulární a translační medicíny LF UP	Zp



Rodinné lázně v Kostelci u Zlína, jejichž historie se začala psát téměř před třemi stovkami let, se specializují na léčbu bolestí kloubů, zad a krční páteře, ale také na revmatismus a kožní onemocnění.

Kostecké lázně mají zvláštní kouzlo a návštěvníci mu snadno podlehnou. Je to směsice léčivé sirné vody, magické krajiny i ochotného personálu rodinných lázní. Tajemné kouzlo „objevili“ lidé už dávno. Například v roce 1790 tam nabíral síly přírodovědec Jan Nepomuk hrabě Mitrovský. Život zachránila léčivá voda rakouskému básníkovi Franzu Grillparzerovi, kterého postavily lázně na nohy a zachránily velkého básníka pro rakouskou kulturu. Ne příliš vábně vonící léčivou sirnou vodu z pítka popijeli herci, spisovatelé, umělci. Léčili se tam a čerpalí inspiraci pro svá díla. Například tam pobýval spisovatel Alois Mrštík, herec Jiří Plachý či arcibiskup Antonín Cyril Stojan. Kouzlo lázní objevují lidé dodnes. Ročně navštíví areál lázní kolem 60.000 návštěvníků. Někteří se věnují péči o své zdraví, jiní přijíždějí za sportem a další za rekreačními službami.

Pramen léčivý

Zdejší sirné vody, které jsou využívány k vanovým koupelím jsou opravdovou



raritou. Prameny sirných neboli sulfanových vod vyvěrají na území Moravy od Beskyd po Pálavu. Ovšem právě v Kostelci je koncentrace léčivého sirovodíku nejvyšší. S 10 mg sirovodíku v jednom litru je tato minerální voda vskutku výjimečná.

Účinky kostelecké léčivé vody ucítíte ještě dříve, než se uložíte do vany. Léčivý pramen totiž páchne po zkažených vejcích. Tento zápach způsobuje již dříve zmiňovaný sirovodík. Právě ten blahodárně působí při léčbě pohybového ústrojí a kožních chorob, na které se lázně zaměřují. Sirná voda prokrvuje vazy a kloubní pouzdra. Má protizánětlivé a účinky, dobře působí i na cévní potíže a velmi prospívá při léčbě lupénky či atopického ekzému.

Bonusem pro hosty je malebná kopcovitá krajina, která obklopuje lázně, a množství sportovních aktivit, které se nabízejí přímo v areálu lázní nebo v jeho blízkosti – od golfu a tenisu přes koupání se ve vyhříváném bazénu až po jízdu na kole po cyklostezce, která vede kolem lázní.

Stále něco nového

V areálu lázní se neustále něco vylepšuje. V nedávné době byl zrekonstruován objekt původních lázní v sousedství cyklostezky. Lázeňské procedury si tak můžete užít v krásném a moderním prostředí. Zcela nové jsou pochůzné povrchy v areálu koupaliště a hlavně samotná bazénová vana má nový povrch. Pro letošní sezónu přibudou na koupališti dva velké whirlpools, které jistě přispějí k odpočinku klientů. Investice do areálu má i duchovní rozměr. V roce 2015 prošla rekonstrukcí lázeňská kaple Marie Magdaleny, kterou slavnostně vysvětil arcibiskup olomoucký Mons. Jan Graubner. Na opravu kaple přispěli svými silami, ale také peněžitou sbírkou místní věřící. Přístupná kaplička, kde jsou stále hořící svíce a čerstvé květiny, půvabně zapůsobí na každého kolemjdoucího a místu dává jakousi neuchopitelnou důstojnost.



Novinky jsou ale také v nabídce lázeňských procedur. Pro letošní sezónu jsme k současným šedesáti druhům poskytovaných procedur přidali dalších devět. V tomto případě jsme se zaměřili na suroviny přímo valašské. A klienti si tak mohou nově vychutnat švestky a kozi mléko trochu jinak. Přípravujeme z těchto surovin koupele, zábaly i masáže.

Lázně Kostelec u Zlína
www.laznekopec.cz
Tel.: 577 152 111, 577 152 152

rozhovor

Karel Brückner

Fotbal už není jenom hra

Získat pro rozhovor právě legendárního fotbalového trenéra Karla Brücknera se zdálo být takřka nemožné. Mezi novinářskými kolegy, kterých jsem se na něj ptal, převládal názor, že rozhovory dává málo a není to vůbec jeho oblíbená disciplína. Na setkání s „Kleki-petrou“, jak mu český fotbalový národ přezdívá, jsem šel s velkým respektem. Obavy se ale rozplynuly během několika minut. Bylo to setkání s olomouckým patriotem, mužem, který se stále o fotbal aktivně zajímá a má o něm velký přehled. Vážil každé slovo, mnohokrát prohlásil, že tohle a tamto psát raději nemám, že zabíhá příliš do odborných věcí. Povídali jsme si nejen o fotbale, mluvil moudře, smál se i vtipkoval. Byl to opravdu příjemný rozhovor se skutečnou osobností.

Proč myslíte, že máte pověst člověka, který nerad dává rozhovory?

Patří to mezi pověry, kterých je o mně hodně. Přitom já jsem za svůj život poskytl spoustu rozhovorů. Je ale pravda, že jsem v poslední době poněkud mediálně absentoval. Alespoň co se psaných rozhovorů týče. Mluvené slovo je můj parketou přece jen více než slovo psané. Také je pravda, že do planého povídání se mi nikdy moc nechtělo. Pro rozhovor musíte mít dobré téma a také dobrého partnera. A musím přiznat, že já jsem v mediálním světě skutečně měl dobré partnery.

Máte na mysli někoho konkrétního?

Ano, myslím na Františka Steinera, dlouholetého fotbalového novináře a pozdějšího mluvčího fotbalového svazu. Bohužel už není mezi námi. Byl to můj přítel, uměl psát moc pěkně a pozitivně o fotbalu. V souvislosti s tím mě napadá, že by se sem hodila malá pasáž z jeho knihy o fotbale, která vyšla pod názvem *Co jsem zapomněl napsat*. Ale potřebuji k tomu otázku...

Mám položit otázku, abyste mohl navázat zmíněnou pasáží?

A jaká otázka by to měla být?

Prostě. Co je fotbal? A já budu citovat Františka Steinera:

„Fotbal je podívaná, která už dávno není jen sportem, ale i dramatem, průmyslem, událostí, zápletkou.

Sport, kterým se dávají vydělat peníze, získat jmění, dobyt sláva, získat pocty a dokázat, že peníze nejsou rozhodující, pokud máte vytrvalost, ctížádost, pílí, vůli, poctivost, talent, snahu, srdce a štěstí.

Umění, v němž se musí jedenáct hráčů proměnit v teamwork, což je nejdokonalejší výraz pro kolektivní pojetí a hru.

Fotbal je radost i žal, vzrušení i důvod k hádce, sbratření i rozkol.

Je to nádhera, neznám nic hezčího než fotbal. Bez něj nelze žít – zeptejte se fanoušků.

Je to blbost. Největší hloupost – zeptejte se své ženy.

Fotbal je přestupní stanicí mezi Nadějí a Zatracením, mezi sedmým nebem a peklem, mezi Blahem a Zoufalstvím.

Fotbal je tajemství, které dosud nikdo nerozluštil.

Fotbal je chléb fanoušků. Někdy také jed. Záleží jen na tom, zda vaše mužstvo vyhraje nebo bylo poraženo. Prohraje-li, už nikdy nepůjdete na fotbal. Není to k divání, je to bída! A příští neděli opustíte rodinu a plni víry ve vítězství svého mužstva budete znovu v hledišti! To je fotbal...“

Je zde trochu cítit dech starých dobrých fotbalových časů, je to hodně poetické, ale fotbal je i umění a koneckonců termín fotbalový básník se také někdy používá. Takhle se mluvílo třeba o Josefu Masopustovi nebo Antonínu Panenkovi.

Přejdeme ale od poezie k próze. Jak se změnil fotbal za celou tu dobu, co se mu věnujete?

Když jsem odpovídal na tuto otázku nedávno jednomu panu novináři a zpracovávali jsme toto téma, bylo to tuším na šestnácti

stránkách. Teď se o to pokusím hodně zkrátit na stránce jedné. Existují dva základní pohledy. Prvním z nich je začlenění fotbalu. Dříve to byl jen sport a hra. Nyní je to velký fenomén, politikum, společenská záležitost, druh kultury, průmysl, marketing, trh, obchod, finance. A dále k fotbalu patří a ovlivňuje jej mnoho přímých a nepřímých okruhů – škola, agenti, média, zdůraznit musím fanoušky a tak dále. Velký vliv na fotbal má i globalizace společnosti, mám na mysli například přestupy hráčů v rámci celého světa. V jednom belgickém klubu nehrál svého času ani jeden hráč z toho města, ani jeden Belgičan, dokonce ani jeden Evropan. Nebo jiný příklad, kdy v německém bundesligovém klubu Schalke 04 nastoupil k utkání jen jeden Němec – byl to náš Jirka Němec.

Často je slyšet volání po návratu ke kořenům, ale to je stejně jako v jiných společenských oblastech už nemožné.

V rámci druhého pohledu na tento sport, to znamená vlastní hru a trénink, došlo a samozřejmě neustále dochází k velkým změnám a vývojovým tendencím. Toto popisovat, to by bylo opravdu velice široké téma. Pokusím se proto jen o svůj vlastní odborný postřeh. Veškeré výjimečnosti této hry po stránce technické, herní a taktické, dále ty největší strategie hry, systémy i nadstandardní řešení jsou založeny na dokonalém detailu. Musím zdůraznit, že alfa a omega fotbalu je práce s detailem. Toto platí pro současný fotbal i pro další jeho vývoj.

Teď se zkusme podívat na náš fotbal. Fanoušci často český fotbal kritizují, jak jsme na tom s fotbalem u nás?

Karel Brückner

Narodil se 13. listopadu 1939 v Olomouci. Jeho kariéra profesionálního hráče fotbalu je spjata především se Sigmou Olomouc, ve které hrál v letech 1957–72. Hráčskou kariéru ukončil po sezoně 1972/73, kterou strávil v Baníku Ostrava. Ve fotbalovém světě je ale uznáván především pro své trenérské úspěchy. Olomouckou Sigmou dovedl v sezoně 1991/92 až do čtvrtfinále Poháru UEFA. Před příchodem k seniorské reprezentaci působil v letech 1998–2001 jako trenér reprezentace do 21 let, se kterou získal stříbro na mistrovství Evropy v roce 2000. S českou fotbalovou reprezentací mužů, kterou vedl v letech 2001–2008, získal v roce 2004 na mistrovství Evropy bronzové medaile, tým pod jeho vedením hrál na ME ještě v roce 2008 a v roce 2006 také na mistrovství světa. Byl vyhlášen trenérem desetiletí. Po skončení u české vedl i rakouskou fotbalovou reprezentaci. Od ledna 2014 je konzultantem českého národního týmu.



» Oblíbeným citátem Karla Brücknera jsou slova Carl von Clausewitz, poradce pruského krále: **VĚDĚT MUSÍ ZNAMENAT UMĚT.** „Je to krédo, které platí nejen ve fotbale, ale ve všech oblastech života,“ dodává Karel Brückner.

Foto: Dominik Bachůrek



» Karel Brückner se zapojil do dvou projektů v oblasti zdravotní prevence ve spolupráci s docentem Vladimírem Študentem, přednostou Urologické kliniky FN Olomouc.

Foto: Jindřich Štreit



Český fotbal je zajímavý, ale konkurovat evropskému fotbalu je hodně těžké. Je tady pět šest evropských lig, kde je úžasná ekonomická a tedy i sportovní síla. Hodně se to teď vyhranilo. Je to spojeno právě s možnostmi získávat ty nejvyšší hráče. Ale co se týká práce s mládeží, ta není o ekonomice, ale jen o práci, a tam jsme dříve byli výš, než jsme dnes. Před deseti nebo dvanácti lety jsme měli úspěchy a před patnácti lety na nás svět pohlížel s obdivem. Máme dobré trenéry i dobré podmínky, je třeba jen získat mládež a hlavně s ní pracovat. Před deseti nebo patnácti lety jsme měli hráče v nejlepších evropských ligách a nebyli tam pouze do počtu. Dokonce byli i v nejlepších mužstvech a byli to hráči, kteří tam byli platní. Konkurence v Evropě a vlastně v celém světě je nyní veliká. Ale vraťme se k našemu českému fotbalu. Jsem přesvědčen, že máme v naší nejvyšší soutěži čtyři až pět mužstev na velmi dobré úrovni a mnohé zápasy těchto týmů jsou velice kvalitní.

Jak se díváte na olomoucký fotbal, sestup Sigmy a zase její návrat do ligy?

Je tady vždycky jistá sinusoida. Je ale pravda, že teď už by se měla ta křivka trochu zvedat. Když kádr Sigmy porovnám s ostatními celky mimo těch nejlepších čtyř pěti mužstev, rozdíl kvality tam nevidím. Rozdíl je jen ve vlastním výkonu v tom

utkání. Tam samozřejmě spokojenost být nemůže. Mužstvo má na to, aby se dostalo do klidného středu tabulky. Ale předpokladem pro to je velké množství dobré a poctivé práce ve všech zbývajících utkáních.

Je to přirozený vývoj, jednou jsi dole, jednou nahoře?

Je to spíš charakterem toho sportu. Jsou sporty, kde standardnější výkonnost je zaručenější tím, že pohybová, technická a taktická složka výkonu je jednodušší. Fotbal, to je ale komplikovaná záležitost. Zápasy mají různý vývoj, zvraty, neskutečné situace a složité zápletky. Hráč musí za hodinu a půl vyřešit mozkiem značné množství situací. Pak jsou tam další situace, které nemůžete ovlivnit, jsou tam náhody, smůla, štěstí – já tomu říkám faktor X. A jak nemáte faktor X na své straně...

Fotbalové prostředí má v sobě něco magického...

Je to famózní sport, má své kouzlo, pořád ho tam nacházím a nejen já. Podívejte se na fanoušky z fotbalového světa, jak se permanentky dědí v rodinách, jak kempují před stadionem, přestože nesehnali lístky a gól poznají jen podle pokřiku těch šťastnějších na stadionu. Ta světla, kulisy, diváci, magické bílé čáry, vůně čerstvě posekané trávy, barvy, hráči... ti lidé jsou z toho napětí v transu ještě před tím,

než se vůbec začne hrát. Závídím vyspělým evropským ligám to prostředí, jak je to tam se vším všudy, je cítit to napětí, ta spoluúčast diváka. On se vlastně dostává do propojení s hráčem, prožívá to s ním, je součástí hry. Když se to umí udělat dohromady i s tím výkonem na hřišti. Je to velké divadlo. Je známo mnoho a mnoho fotbalových utkání, o nichž se dá s určitostí tvrdit, že by je nenapsal žádný dramatik, nezinscenoval žádný režisér.

Co prožívá trenér po takovém dramatickém, velkém a vítězném utkání?

Bezprostředně po zápase jsou to úžasné, silné a intenzivní pocity. Ale jsou velice krátkodobé. Těžko se to popisuje, jste prostě ve fotbalovém nebi. Ale jak jsem se zmínil, trvá to jen krátce, protože fotbalové nebe přijímá jen na pár minut.

Dokážete si dnes fotbal užít jen jako divák, dokážete třeba od televize i odejít?

Dokážu odejít. Dokonce mnohokrát, když tam není nic zajímavého. Já ale často odcházím i od jiných pořadů naší televize... Tedy vlastně často ne, protože televizi si zase tak často nezapínám.

Sledujete, samozřejmě kromě fotbalu, i nějaké další sporty?

Mám stále své povinnosti u našeho národního

ho fotbalu. Sleduji soupeře, kteří nás čekají – Chorvatsko, Španělsko, Turecko. Dívám se i na to, co se hraje ve světě. Ale že bych byl náruživý maniak a pouštěl si každý fotbal nebo sledoval pět utkání za den, to zase ne. Mimo fotbal vydržím hodně sledovat především dva sporty – biatlon a snooker. Biatlon je nádherný televizní sport, který sleduji už řadu let. Naše ženská reprezentace je výborná. Druhý sport – snooker, ten zapadá do toho mého nočního života, protože se vysílá někdy před půlnocí.

Nepůsobíte dojmem člověka, který by byl ve fotbalovém duchodu a měl spoustu volného času. Jak trávíte běžný den?

Dokážu dopoledne dosti lenošit, protože žiji nočním životem. Mám tím na mysli, že dlouho do noci čtu, někdy luštím sudoku, ale často se věnuji právě těm knihám. Nejvíce mě zajímá literatura faktu, historie, válečné konflikty. Taky mám rád knihy Milana Kundery, číší z nich jeho úžasná osobnost a intelekt. Mám přečtené celé jeho dílo. Hodně často a rád v rámci svého nočního života také poslouchám vážnou hudbu. Mám slušnou sbírku operních árií a koncertů, některé ještě na gramofonových deskách. Pro melancholii je skvělý Chopin, inspirující je zase Mozart.

Která operní árie je Vaše nejoblíbenější? Jednoznačně árie Normy „Casta Diva“ z Belliniho opery Norma, no a samozřejmě Mário z Pucciniho Toscy. Přes den jinak zvládám drobné domácí práce (například výměna žárovky – *smích*). Potom jsou to práce na zahradě, ale tam velké úspěchy nemám. Už jsem tím mezi novináři trochu známý, někteří se mě rovnou v první otázce ptají, co rajčata. Rajčata mi prostě moc nejdu a hrášek prý loni nerostl nikomu. (*smích*) Čas trávím také se svými vnučkami, které neustále někam vozím, pořád se hodně přesouvají nebo něco potřebují, takže jsem jim k dispozici.

Přece jen je náš rozhovor určený pro nemocniční časopis, tak mi to nedá a musím se zeptat na zranění ve fotbale. Nemáte pocit, že jich přibývá?

Jsou dva druhy vážných zranění a onemocnění, která s fotbalem souvisejí. U trenérů je to infarkt a u hráčů vážné úrazy dolních končetin. Přetržený křížový vaz se dříve objevil tak jeden za dva roky. Nyní je to daleko běžnější záležitost. Dnes má každý klub k dispozici pět šest fyzioterapeutů, to dříve také nebylo. Fotbal klade na hráče velké nároky, je tam i přetěžování, větší razance hry – a tím nemyslím jen souboje, je tam mnoho pohybů, které hráč ani nemůže kontrolovat, protože se hraje ve veliké rychlosti. Někdy je zátěž pohybového aparátu až extrémní. Hraje se také i sedesát

až sedmdesát zápasů za rok. Kluby mají široké kádry o třiceti hráčích, já jsem ještě se Sigmou hrával se čtrnácti. Když má dnes Arsenal deset hráčů na marodce, není to žádný div. Ale není to tím, že by hráči nebyli natrénováni, to v žádném případě. V atletice se připravíte na velký závod, který je jeden za půl roku, máte šest měsíců na přípravu. Tady je to pořád zápas za zápasem, už skoro ani není čas na trénink.

Na závěr se vraťme k Olomouci, které jste věrný celý život. Co na ní máte rád, kam chodíte, jaká jsou Vaše oblíbená místa?

Olomouc má nádherné historické centrum. S fotbalem jsem projezdil velký kus světa, ale bylo to takové cestování – letiště, hotel, stadion. Když mi zbývá nějaký čas v tom dopoledním lenošení, tak se rád procházím třeba kolem Arcibiskupského paláce, kolem starých hradb, po Václavském náměstí s katedrálou svatého Václava nebo po obou velkých náměstích ve středu města. Celé to olomoucké centrum je nádherné, má svou atmosféru. Vždyť se Olomouc už dvakrát dostala do výběru světové proslulé edice průvodců Lonely Planet. S tím průměrným počtem obyvatel je to velmi příjemné město. Když byly vnučky menší, trávil jsem s nimi hodně času i v olomouckých parcích. No a nakonec i prostředí okolo Androva stadionu, který je téměř v centru města, má své kouzlo.

Píšíte nám

VAŠE DOPISY A E-MAILY NÁS TĚŠÍ, jsou pro nás zpětnou vazbou a vodítkem, jak naši práci dělat co nejlépe. Pokud se nám to daří a nemocný dokáže naši péči ocenit, je každé malé poděkování velkým povzbuzením. Obracet se můžete na redakci NemMAGAZÍNU, kontakty najdete v tiráži na straně 3.

PODĚKOVÁNÍ STOMATOCHIRURGICKÉ KLINICE

Během posledních let jsem navštívil Klinikou ústní, čelistní a obličejové chirurgie Fakultní nemocnice Olomouc asi čtyřikrát a vždy jsem byl spokojený. Stejnou chválu slyším i od jiných lidí, kteří mají tuto zkušenost. Prostě u vás je to vždy na jistotu. Za příjemný přístup k pacientům vám patří můj dík. Jmenovitě bych chtěl poděkovat prof. MUDr. Emilu Jiravovi, DrSc.

Stanislav P., Rožnov pod Radhoštěm

PODĚKOVÁNÍ UROLOGICKÉ KLINICE

V listopadu jsem na urologické klinice podstoupil operaci prostaty. Celá operace, za níž patří dík přednostovi kliniky doc. MUDr. Vladimíru Študentovi, Ph.D., a celému operačnímu týmu, proběhla bez komplikací. Po celou dobu pobytu v nemocnici na oddělení číslo 20 mi byla poskytována, trůfám si říct, až nadstandardní péče ze strany lékařů, sester a dalšího personálu. Jsem přesvědčen, že urologická klinika náleží ke špičkovým pracovištím v rámci celé republiky. Usuzuji tak i z vyjádření celé řady

pacientů, a to i nemocných z jiných krajů včetně Prahy. Setkával jsem se s ochotou, vstřícností, přívětivým chováním a trpělivostí, čehož si nesmírně vážím, neboť to v mém směru přispělo k mému klidu po této nelehké operaci. Věřte mi, že mé poděkování není pouhou formalitou.

Miroslav Č., Olomouc

PODĚKOVÁNÍ NEUROCHIRURGICKÉ KLINICE

Ráda bych poděkovala za vynikající péči na vaší neurochirurgii. Velmi děkuji operujícímu doc. MUDr. Lumíru Hrabáčkovi, Ph.D., a jeho operačnímu týmu. Děkuji také za velmi citlivou, ohleduplnou, laskavou a ochotnou péči celému ošetřovatelskému personálu na lůžkovém oddělení 34 pod vedením staniční sestry Jany Švecové, ale i na JIP, kde jsem ležela po operaci. Operována jsem byla v listopadu pro nezhoubný nádor, a přestože jsem se tohoto zdravotního týmu se dnes cítím velmi dobře. Jejich přístup byl od začátku velmi profesionální a především lidský. Ještě jednou velmi děkuji.

Dagmar S., Moravský Beroun

PODĚKOVÁNÍ ODDĚLENÍ REHABILITACE

Chtěla bych poděkovat panu primáři rehabilitace doc. MUDr. Aloisi Krobotovi, Ph.D., za jeho osobní angažovanost, vysokou odbornost, laskavý přístup k pacientům a také za to, že vytváří pro své podřízené přátelské prostředí. Obdivuji náročnou a zodpovědnou práci pana primáře i jeho lékařů, zejména MUDr. Jiřího Horníčka, jehož svědomitá péče o pacienty je skutečně obdivuhodná. Obdivuji i práci fyzioterapeutů, kde musím jmenovat příjemnou a milou Mgr. Zdislavu Arnoštovou, která mi dodávala sebedůvěru, využívala všech možných přístrojů a pomůcek, pochval i povzbuzení a dokázala, že se zase pohybují. Nesmírně si vážím obětavé a namáhavé práce všech sester, sanitářů a ostatního personálu, bez jejichž lidského přístupu, laskavosti, trpělivosti a lásky k povolání by se nemocnice neobešla. Mnohokrát děkuji.

Věra J., Olomouc

PODĚKOVÁNÍ DĚTSKÉ KLINICE

Loni v říjnu jsme na dětské klinice absolvovali endoskopii s pětiletou dcerou. Chtěla bych poděkovat za úžasný přístup všech zaměstnanců. Moje čerstvá zkušenost z dvou jiných nemocnic mě utvrdila v tom, že bych toto poděkování měla odeslat. Všichni byli neuvěřitelně slušní, milí, vstřícní a ochotní. Místy jsme byli s manželem až v šoku – míněno v dobrém slova smyslu. S dcerou jsme mohli být až do chvíle, než usnula. Hned, jak se probudila, mi ji přivezli. Vůbec neplakala, neměla důvod. Jsem si jistá, že ze zákroku ani pobytu nemá jedinou negativní vzpomínku. Myslím, že to není standardní přístup, se kterým by se pacienti v nemocnicích setkávali. Bohužel. Za zmínku stojí zdánlivě drobnosti, že se lékaři představí, podají ruku, mluví přímo na dítě. Jednají tak, aby pro dítě byl pobyt co nejmenší zátěž. Děkuji a přeji, aby i ostatní pacienti odcházeli z nemocnice s pocitem, že s nimi bylo hezky a důstojně zacházeno.

Renata Ch., Jeseník

(V rámci uveřejnění v NemMAGAZÍNU byl text některých dopisů redakčně krácen.)

NEMMagazín DĚTEM



Najdi 12 rozdílů!

Angličtina

Zaškrtni pravdivou odpověď.



The apple is red. ☐

The apple is green. ☐

This house is big. ☐

This house is small. ☐



Piggy has horns. ☐

Piggy does not have horns. ☐

Rabbit eats grass. ☐

Rabbit eats fish. ☐



První kvítky

Kolik je mezi rašícími sněženkami sasaneček?



Složený domeček



Z kolika kruhů, čtverců, obdélníků a trojúhelníků je obrázek poskládaný?

křížovka – tajenka: George Bernard Shaw – Člověk je zdravý,...

	Hmota vyplňující oční kouli	Leckdo	Náčíní k jízdě na sněhu	Rusky „už“	Iniciály spisovatele Jirotky		Na jaře	Zakulacené	Sójové zrna	Poplachem volat k zásahu	Slabý ptačí hlásek		Zemědělský dělník	Svazek roští	Závít šroubu
Sklouznutí						Klovat Jídelní misky						Zkratka čistírny odpadních vod			
2. část TAJENKY												Rusky „tito“ Značka pro kilokalorii			
Lůžko (básnický)					Klam Ověřený jev						Druh javoru Název značky poloměru				
Přezdívká prezidenta USA Eisenhowera				Plněný tvrdý bonbon Zabíjí citoslovce					Lékařský předpis Hybné ústrojí						
Slovenská předložka			Pokladna Mravní základ					Zápach Evropan						3. část TAJENKY	Rod pěnišníku
Začátečnice (mn. č.)							Mužské jm. (19. 5.) Výrobce brýlí				Náš národní strom Biblický praotec				
Citace					Sloven. řeč Soubor staroindických nábož. textů							Nový obč. zák. (zkr.) Zool. název kachen			
	Posuvný pražec ke kytaře	Označení letadel ČR 1. část TAJENKY			Iniciály spis. Párala Poškození tkáně		Slovan. bohyně lásky Stav před záchvatem					Značka kiloampéru Klus			
Koruna česko-slovenská				Roky Mí				Vzácný kov (Ta) Pranice							
Chemická značka hliníku			Stř. slovesný rod Vánek nebo vichřice						Kurzovní rozdíl Nápoj z hroznů révy						
Vůz tažený potahem					Tělní tekutina Psací potřeba					Set Potápečské zvony					
Omotávat						Jm. psíka Stupeň vyspělosti dřeviny					Název souhlásky Kontrabas				Unavit se
Potomci					Zkr. Univerzity Karlovy Odvar z cesmíny		Čili Malajská dyka					Nuže Římské číslo 1001			
Plošná míra v anglosas. zemích (0,4 ha)				Moment Dezinfekční prostředek				Zůstat sám Trnovník							
Zkratka systému jakosti			Japonská třešeň Linoleum						Listnatý strom Poľní práce						
Mládka krávy						Pravoslavný obraz Pilulka						Iniciály zpěváka Hůlky Tírák			
Rezavé					Obec v okr. Praha-záp. Kosman a kočodan						Papoušek nestor Baltické moře				
	Spodek nádoby Fetus				Anglicky „nebo“ Turistické obydlí		Značka terbia Nebo			Byte Plemeno					
Předložka				Kdo právě spí Krutá				Dumasův mušketýr TV klub neslyšících							
Zpěvná slabika			Učinit tichým Povzděchnutí					Planetka Citoslovce ulehčení							
Uvolňování zralého vajčka z vaječniku							Správce sbírky								Nápověda: ALINE; ANAS; IKE; KAPODASTR; KEA; KLEN; KRIS; PSÁRY; UŽE; VED
Důvěrné posedení za družného hovoru							Národní filmový archiv				Nikoliv				

Tajenka: když je bolí pokazuje někde jinde



HOLANDSKÁ ČTVRŤ

POKRAČOVÁNÍ ÚSPĚŠNÉHO PROJEKTU VE VYHLEDÁVANÉ LOKALITĚ v blízkosti obchodní galerie Olomouc CITY

REZERVOVÁNO JIŽ 75 % BYTŮ

- výhodné zahajovací ceny

■ kolaudace konec roku 2016

■ jen 20 % záloha, doplatek po kolaudaci

■ atraktivní a vyhledávaná lokalita
- prostorné byty s promyšlenými dispozicemi

■ velké balkony a terasy

■ vysoký standart domů a bytů

■ nízké provozní náklady 

■ výhodná investice (pronájem zajištěn)

KOLAUDACE KONEC ROKU 2016

Aktuální nabídku naleznete na: www.holandska-ctvrt.cz



DACHI, s.r.o.
Ztracená 34 | 779 00 Olomouc
tel.: 800 154 723, 558 224 559
dachi@dachi.cz | www.dachi.cz



Pro více informací o projektu
Holandská čtvrť volejte
774 322 407

HONDA

The Power of Dreams

NOVÁ CESTA K VAŠEMU VOZU HONDA !



www.TRENDcar.cz

Ať už se vydáte na cesty kamkoliv, cestování ve vozech HONDA Vás nadchne. Vydejte se na nové cesty s námi.

TREND CAR - NOVÝ AUTORIZOVANÝ DEALER HONDA V OLOMOUCI.

TREND CAR A.S. • OLOMOUC - HORNÍ LÁN • I. P. PAVLOVA 120 • TEL.: 739 451 535