

Stěžeň

Časopis
pro dialyzované
a transplantované

2
2017

**Domácí hemodialýza
pohodlně**
.....

**Cévní přístupy
pro dialýzu**
.....

**Moderní kuchyně
při dialýze**



VYDÁVÁ SPOLEČNOST DIALYZOVANÝCH A TRANSPLANTOVANÝCH



www.facebook.com/spoldat

Podzimní aktivně-odpočinkový pobyt v podhůří Orlických hor

Určeno pro dialyzované, transplantované a jejich rodinné příslušníky

2.–9. 10. 2017 (Pozor, změna termínu!)

Přihlašování na pobyty začíná v úterý 1. srpna (viz kontakty níže)

www.pastviny.penzion.com

Dialýzu zajišťuje Dialyzační středisko B.Braun Avitum, Čs. armády 1076, 562 18 Ústí nad Orlicí.
Dialýzu domluvíte přes paní Janu Bosákovou, viz kontakty níže.

Program pro zájemce:

- ✓ pravidelné ranní či podvečerní (podle domluvy) kondiční cvičení pod vedením fyzioterapeutky Andrey Mahrové
- ✓ relaxace pod vedením psychoterapeutky a sociální pracovnice Míši Černé
- ✓ možnost individuálních konzultací vhodných pohybových aktivit a testování aktuální fyzické zdatnosti
- ✓ možnost individuálních konzultací v psychosociální oblasti
- ✓ organizované vycházky a výlety po okolních krásách přírody
- ✓ nordic walking – severská chůze s holemi
- ✓ koupání a cvičení v bazénu se slanou vodou (nezapomeňte si plavky).

Doprava: vlastní

Stravování: plná penze

Cena: Zvýhodněná cena pro dialyzované a transplantované (s průkazem ZT, ZTP, ZTP/P)
2450,- Kč (tj. 350,- Kč/den).

Platba převodem na účet č. 10006-37832011/0100,

variabilní symbol 32 (do zprávy pro příjemce napište jméno a adresu účastníka rekonvalescence).

Provozovatel penzionu – PaliGastro s.r.o. – poté vyfakturuje odpovídající částku za pobyt člena Společnosti dialyzovaných a transplantovaných.

Cena pobytu pro rodinné příslušníky se řídí ceníkem Penzionu Pastviny a platí se přímo na místě.

Přihlášky a dotazy:

Jana Bosáková, bosakova@spoldat.cz, tel.: 702 046 642

Přihlašování na pobyt je možné od 1. srpna 2017. **Kapacita je omezená!**

Na setkání s vámi se těší Jana Bosáková, Andrea Mahrová a Míša Černá
Společnost dialyzovaných a transplantovaných a Dialcorp, s.r.o.





SLOVO ÚVODEM



Foto: Daniel Srb

Vážení a milí čtenáři,

stravování je při dialýze jedním ze základních pilířů udržení dobré kondice. Což samozřejmě platí nejen pro dialyzované. Když ale při dialýze vhodně volíte stravu, dodržíte příjem tekutin, máte dobře nastavenou léčbu a také se dostatečně hýbate, máte velkou šanci, že se budete cítit dobře. Rozhovor s nutriční terapeutkou Mgr. Miroslavou Matějkovou je nejen o tom, že strava při dialýze nemusí být nudná. Za pozornost určitě stojí i náš další rozhovor, v němž kolegyně Jana Bosáková vyzpovídala odborníci na cévní přístupy MUDr. Marcelu Slávikovou. Co nás v poslední době hodně zaujalo, je přístroj pro domácí hemodialýzu, který je nyní dostupný i u nás a rozšiřuje tak paletu možností léčby pro pacienty se selháním ledvin. Také vám s radostí sdělují, že pomalu rozjiždíme elektronickou podobu Stěžně na internetové adrese www.CasopisStezen.cz. Mějte úžasné léto!

Jana Ptáčková

Z OBSAHU

Jarnímu pobytu na Pastvinách přálo počasí Napsali jste nám	4
Nový web Stěžně SpolDaT aktuálně	7
Zemřel prof. Vladimír Kočandrlé Aktuálně	8
LedWIN – běh na podporu dialyzovaných pacientů Aktuálně	9
Moderní kuchyně při dialýze Stravování	10
O cévních přístupech s MUDr. Marcelou Slávikovou Rozhovor	18
Dětská dialýza ve FN Motol Hemoialýza	21
Jak si dělat hemodialýzu doma a jednoduše Představujeme	22
Nebojte se cestování s hemodialýzou Cestování	25
Co znamená asistovaná peritoneální dialýza? Peritoneální dialýza	26
Modlitba zní: „Děkuji“ Duše	28
Pozvánka na výstavu Člověk v náhradách aneb Technika slouží medicíně Relax	30
Osmisměrka o ceny Relax	31

TIRÁŽ

STĚŽEŇ – čtvrtletník pro dialyzované a transplantované | Založen 1989 | Číslo 2, ročník 28, vyšlo dne 25. 7. 2017 | Neprodejné | Vydává Společnost dialyzovaných a transplantovaných, z. s. (SpolDaT), Ohradní 1368/4, 140 00 Praha 4-Michle | IČ: 00409359 | ISSN: 1210-0153 | MK ČR E 22459 | tel.: 261 215 616 | e-mail: stezen@spoldat.cz | www.stezen.cz | **Odpovědný redaktor:** MUDr. Radkín Honzák, CSc. | **Šéfredaktorka:** Mgr. Jana Ptáčková, tel.: 728 444 008, e-mail: stezen@spoldat.cz | **Editor a technický redaktor:** Daniel Srb – publikus.cz, tel.: 777 326 772, e-mail: daniel@srb.cz | **Redakční rada:** Jana Bosáková, Mgr. Michaela Černá, Ing. Pavel Exner, Věra Šťastná, Lenka Vašková | **Inzerce:** Mgr. Jana Ptáčková, tel.: 728 444 008, e-mail: stezen@spoldat.cz | **Objednávky zaslání časopisu:** Jana Bosáková, tel.: 702 046 642, e-mail: bosakova@spoldat.cz | **Grafická úprava:** Michal Schneidewind – vasgrafik.cz | **Tisk:** Grafotekna plus, s.r.o., Lyskova 1594/33, 155 00 Praha 13-Stodůlky (www.gtplus.cz) | **Distribuce:** ADLEX, spol. s r.o., Xaveriova 1888/45, 150 00 Praha 5-Smíchov (www.adlex.cz).

Veškeré články publikované v tomto časopise mají pouze informativní charakter a nejsou právně závazné. Doporučení týkající se zdravotního stavu, dietních a režimových opatření je nutné konzultovat s ošetřujícím lékařem nebo sestrou. Redakce si vyhrazuje právo na úpravu všech textů. Neoznačené texty a fotografie jsou redakční. Za věcnou správnost informací v příspěvcích rubriky **Napsali jste nám** odpovídají jejich autoři. Jakékoli užití a šíření části nebo celku časopisu Stěžně bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Nevýžadané rukopisy a fotografie se nevracejí. Autorem fotografie na titulní straně je Všeobecná fakultní nemocnice v Praze.

Časopis je vydáván za podpory Ministerstva zdravotnictví ČR



SpolDaT na Facebooku: www.facebook.com/spoldat





Jarnímu pobytu na Pastvinách přálo počasí



2x foto: Jiří Kriz

Jana Bosáková

Společnost dialyzovaných a transplantovaných pořádá rekreační pobyty pro dialyzované a transplantované dvakrát ročně a jinak je tomu i letos. O jarní pobyt, který se konal koncem května, byl obrovský zájem. Jedním z důvodů mohlo být i to, že byl pobyt poprvé prodloužený na deset dní.

Dle slov hlavní organizátorky pobytů Jany Bosákové využila desetidenní pobyt v plné délce většina z přibližně třiceti zúčastněných, jen několik jich muselo odjet předčasně za prací nebo povinnostmi. Na základě pozitivních ohlasů se uvažuje o tom, že by byly jarní rekondiční pobyty i v budoucnu desetidenní, ale to bude ještě upřesněno.

Počasí bylo koncem května skvělé, takže byl pobyt pro všechny příjemný a dalo se uspořádat

mnoho výletů, užít si přírodu a krásy blízkého i vzdálenějšího okolí. Deštivé a chladné počasí bylo jen jeden den, hádáte správně, který to byl – ten jediný, na nějž byl dopředu naplánován celodenní autobusový výlet. Na přečerpávací nádrž Dlouhé stráně tedy účastníci dorazili v podmínkách, kdy nebylo skoro vidět na krok, takže si prohlédli jen kryté útroby nádrže a vyrazili na další část výletu a to do Velkých Losin. V lázeňském parku bylo o poznání lépe, takže došlo i na relax, káfičko a na konec ještě i na návštěvu známé losinské papírny.

Ostatní dny začínaly vždy cvičením, o které byl takový zájem, že se muselo dělit na dvě části – z důvodu velkého horka nebylo možné cvičit venku. Často se vyrazelo na půldenní výlety do okolí, za zmínku stojí určitě výlet na Dolní Moravu na Stezku v oblacích, koncert dětského sboru z Nového



Města nad Metují v kostele v Neratově, prohlídka Žamberka a Letohradu, bowling nebo tradiční nordic walking procházka na Zemskou bránu. Večerní programy byly někdy se cvičením, někdy více relaxační, také se opékaly špekáčky, zpívalo se. Jeden večer proběhlo také seznámení s novým typem domácí hemodialýzy (více na stranách 23–25, pozn. redakce).

Pobyty se zúčastnilo skoro 30 lidí, z toho necelou polovinu tvořili dialyzovaní a transplantovaní. Přijelo rovněž několik dětí, které také vytvořily dobrou partu a zapojovaly se do programu. Na dialýzu se jezdilo do Rychnova nad Kněžnou, kde je díky vstřícnému přístupu firmy Dialcorp, která zdejší dialýzu provozuje, možné mít zvláštní noční směnu a tedy mít celý den volno.

Garantka pohybových aktivit Andrea Mahrová vyzdvihuje jeden velmi silný moment, kdy díky podpoře skupiny vystoupali na stezku v oblácích i dva hůře mobilní účastníci, jeden z nich s amputací obou dolních končetin. ■

Termín dalšího rekondičního pobytu je

2.–9. 10. 2017. Pozor, došlo k mírnému posunutí původně avizovaného termínu. Aby měli všichni rovné podmínky, je možné se na podzimní rekondiční pobyt hlásit až od 1. 8. – telefonicky, e-mailem nebo dopisem. Kontakty najdete na straně 2 tohoto čísla (první vnitřní obálka).

Senioři hráli na náměstí v Luhačovicích pétanque

Stanislav Vajdák

Další ročník tradičního turnaje Senior Cup ve hře pétanque proběhl v úterý 23. května na Lázeňském náměstí v Luhačovicích. Turnaje se zúčastnilo 168 mužů a žen z celkem 42 seniorských organizací a spolků Zlínského kraje. Nejstarší hráčce bylo 86 let, nejstaršímu hráči bylo 83 let.

Co je to pétanque?

Pétanque je původem francouzská společenská hra pro dvě 1–3členná družstva, které se snaží umístit koule co nejbližší k cíli, který tvoří dřevěná kulička, tzv. prasátko. Princip hry je velmi jednoduchý, ale dokonalé zvládnutí techniky a taktiky vyžaduje pravidelný trénink. Výraznou předností tohoto sportu je to, že ho může hrát prakticky každý (ženy s muži, starci s dětmi, i tělesně postižení se mohou zúčastňovat všech turnajů) a prakticky kdekoli (terén hřiště je libovolný).

Zdroj: Wikipedia

Akci pořádal Zlínský kraj za podpory města Luhačovice a Fakulty humanitních studií Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, jejíž studenti pomáhali s organizací turnaje. Podle radní Zlínského kraje Michaely Bláhové, která nad akcí převzala záštitu, má taková akce velký význam zejména proto, že sdružuje seniory z celého kraje, podporuje jejich setkávání a také motivuje lidi důchodového věku k pohybu. ■



Foto: Stanislav Vajdák



Sportovní klub dialyzovaných a transplantovaných vás zve na
24. letní hry dialyzovaných a transplantovaných sportovců ČR

**Přední Výtoň na Lipně
19.–25. 8. 2017**

Foto: Archiv SK DaT



Ubytování a stravování je zajištěno včetně plné penze v areálu Penzionu Vyhlička na Přední Výtoni.

Cena je 420 Kč/den pro pacienty a členy SK DaT, **460 Kč/den pro ostatní, dětská cena do 12 let 380 Kč/den.** V případě pouze 2 osob v chatce je potřeba doplatit 100 Kč/den za prázdné lůžko.

Doprava individuální.

Program je sportovní, poznávací i relaxační – sporty, soutěže, výlety (Český Krumlov, Teplá Vltava s Mrtvým luhem nebo Vltava na lodičkách z Vyššího Brodu, Vítkův kámen, Schwarzenberský kanál, Stezka korunami stromů Lipno aj). V Přední Výtoni je sportovní areál s tenisovými kurty, hřištěm na metanou, fotbalovým hřištěm a hřištěm na volejbal. V areálu Penzionu je stolní tenis, bowling a v okolí cyklotrasy. Mezi Přední Výtoní, Lipnem a Frymburkem je pobřežní trasa na in-line brusle. Na Lipně je kromě aquaparku i možnost zapůjčení sjezdových horských kol a využití sjezdové dráhy pod lanovkou na Kramolín. Tamtéž lze zapůjčit elektrokolo pro ty méně zdatné. Řada akcí probíhající v oblíbené rekreační lokalitě je na www.lipnoservis.cz.

Odjíždíme v pátek, od kdy je pod Lipnem mistrovství republiky na divoké vodě.

Zdravotní zajištění a dialýza: Po dobu pobytu bude přítomen lékař a sestra, hemodialýza bude zajištěna v dialyzačním centru v Českém Krumlově.

Příhlášky a dotazy: MUDr. Lukáš Svoboda, lukas.svoboda@bbraun.com
Mgr. Michal Dušek, michal.dusek@bbraun.com

www.skdat.cz

Adresa pořadatele: Sportovní klub dialyzovaných a transplantovaných,
Nemocnice Na Homolce, Roentgenova 2, 150 30 Praha 5

Cenově zvýhodněné pobyty na Pastvinách

Penzion Pastviny se nachází v Orlických horách nedaleko pastvinské přehrady. Penzion je skvělým výchozím bodem pro poznávání Orlických hor a díky dlouholetým zkušenostem zde vycházejí vstříc dialyzovaným pacientům. Dialýzu lze aktuálně domluvit v HDS B. Braun v Ústí nad Orlicí.

Volné termíny:

- 16. 7.–23. 7.
- 23. 7.–30. 7.
- 2.–9. 10. (rekondiční pobyt pořádaný SpolDaT, viz inzerát na vnitřní obálce časopisu) – **Pozor, změna termínu podzimní rekondice!**

Zvýhodněná cena pro dialyzované a transplantované (s průkazem ZT, ZTP, ZTP/P) je 2450 Kč (tj. 350 Kč za den). Zvýhodněnou cenu za dialyzovaného nebo transplantovaného pacienta je potřeba uhradit na účet SpolDaT, rodinní příslušníci hradí ubytování na místě dle ceníku penzionu.

V případě dotazů či zájmu o pobyt kontaktujte **Janu Bosákovou: bosakova@spoldat.cz, tel.: 702 046 642**, která vám též poskytne pokyny k provedení platby.

Provozovatelem penzionu je od loňského roku společnost PaliGastro s.r.o.

www.pastviny.penzion.com

Ještě nedostáváte Stěžen pravidelně?

Časopis Stěžen je díky finanční podpoře Ministerstva zdravotnictví zasílán zájemcům zdarma. Chcete-li, aby čtyřikrát ročně dorazil i do vaší poštovní schránky, napište nám na stezen@spoldat.cz nebo klasickou poštou do redakce svou přesnou adresu a my vás do seznamu adresátů zařadíme.

Prosba o finanční podporu

Ačkoliv je časopis dotován, tato částka nepokryje vždy všechny náklady. Pokud se vám tedy náš časopis líbí, můžete ho podpořit dobrovolným příspěvkem. Může to být například 50 Kč, které pokryjí roční poštovné. Proto také nacházíte v tomto čísle přiloženou složenku.

Z výše uvedených důvodů zde není záměrně uvedena částka. Variabilní symbol uveďte prosím 05.

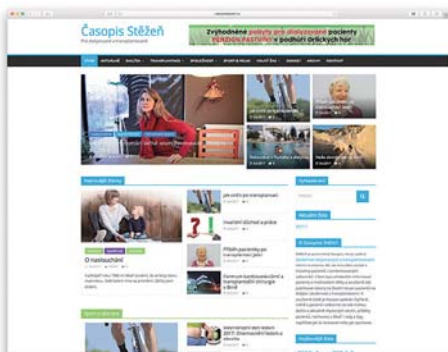
Příspěvek také můžete poslat na účet Společnosti číslo: 10006-37832011/0100 Za příspěvky předem děkujeme.



Nový web Stěžně

Pro lepší dostupnost informací pro dialyzované a transplantované pacienty jsme se rozhodli udělat nový modernější web našeho časopisu. Zatím jsou tam k nalezení jen nejnovější čísla, ale postupně budeme doplňovat i články z archivu, který je aktuálně ještě stále k nalezení na starém webu (stezen.cz). Věříme, že pro vás bude webová verze časopisu přínosem.

Nový web najdete na adrese www.CasopisStezen.cz.



Zemřel prof. Vladimír Kočandrle



Foto: archiv IKEM

Ve čtvrtek 30. března 2017 zemřel kardiovaskulární a transplantační chirurg prof. Vladimír Kočandrle, který zásadním způsobem přispěl k zahájení a rozvoji českého programu transplantací srdce, ledvin a slinivky břišní. Sedm let stál v čele Institutu klinické a experimentální medicíny.

Prof. Vladimír Kočandrle se narodil 13. července 1933 v Ostravě. Po studiích na lékařské fakultě Univerzity Karlovy (1957) svou kariéru odstartoval v Jablonci nad Nisou jako sekundární lékař. V roce 1961 nastoupil do pražského Ústavu klinické a experimentální chirurgie (později IKEM). Z vědeckého aspiranta se postupně za 30 let svého působení vypracoval na přednostu Centra výzkumu transplantací orgánů. V letech 1983-1990 zastával funkci ředitele IKEM. Operoval 37 let. V roce 1966 se podílel na první československé transplantaci ledviny, od konce 70. let se pak připravoval na transplantaci srdce. Tu provedl jeho tým úspěšně 31. 1. 1984 Josefu Divinovi, kterému tak prodloužil život o téměř 14 let. V pořadí třetí transplantovaný pacient s novým srdcem - Rudolf Sekava, který byl

operován v roce 1984, je stále nejdéle žijícím pacientem po transplantaci srdce. Pod vedením profesora Vladimíra Kočandrleho byla v IKEM provedena v roce 1983 také první úspěšná transplantace slinivky břišní. Po odchodu z IKEM působil ve Walter Reed Army Medical Center v USA, kde mimo jiné zavedl v letech 1991-1993 program kombinovaných transplantací slinivky břišní a ledvin. S chirurgií skončil v roce 1994 po svém odchodu z Ústřední vojenské nemocnice. Dále se věnoval publikování odborných textů, politice a také své rodině. (tz)

Ukázka z vyprávění prof. Kočandrleho o tom, jak se dostal k transplantacím, když se mu v létě 1964 podařilo dostat se na roční studijní pobyt do Chicaga

„V inspirujícím prostředí lékařské fakulty chicagské univerzity, která maximálně podporovala výzkum, jsem začal pracovat na experimentálním oddělení, kromě jiného i na transplantacích tenkého střeva u psů. Po získání diplomu ECFMG (Educational Council for Foreign Medical Graduates) jsem měl možnost účastnit se společně s prof. Prohaskou – a později i samostatně – klinické činnosti a operací. V říjnu 1964 John J. Bergan (později editor prvního registru transplantací ledvin) provedl na Northwestern University první příbuzenskou transplantaci ledviny v Chicagu. Operace jsem se mohl zúčastnit a dojem, který na mě udělala, významně ovlivnil mou budoucí odbornou orientaci. Především jsem si však uvědomil, že to, co se v této oblasti medicíny provádí v USA, je možné, i když v daleko obtížnějších materiálních, technických i jiných podmínkách, uskutečnit i u nás. A tento můj dojem se v průběhu let změnil v pevné přesvědčení.“

Převzato z knihy Kaleidoskop vzpomínek na 50 let transplantací ledvin v Krči. Vyдалo nakladatelství Triton v roce 2016

Pozvánka na setkání pacientů po transplantaci jater

Výbor základní organizace pacientů po transplantaci jater si dovoluje vás pozvat na přátelské setkání, které se koná ve dnech 29. září až 2. října 2017 v penzionu Pastviny.

Závazné přihlášky volejte nebo zasílejte do konce července 2017 Lence Blahutové, tel.: 604 428 273, e-mail: Blah.Lena@seznam.cz. Zde také dostanete odpověď na své případné dotazy.
Stránky pacientů po transplantaci jater: pastviny.blogspot.cz



LedWIN – běh na podporu dialyzovaných pacientů

V neděli 4. června se konal v areálu TJ Sokol Podolí na Praze 4 druhý ročník open air festivalu zdravého životního stylu Den zdraví, pořádaný městskou částí Praha 4 za podpory řady partnerů. Součástí festivalu byl také první ročník charitativního běhu a chůze pod názvem LedWIN.

V běhu se závodilo na trati, která měřila pět kilometrů, trať pro chůzi měla dva kilometry. Dobrovolné startovné a další příspěvky budou použity na pomůcky a rekondiční pobyty dialyzovaných pacientů. Podrobnější informace a více fotek najdete na www.casopisstezen.cz.
Stránky běhu: www.ledwin.cz



Foto: Stěžen – Jana Ptáčková

Na přelomu června a července proběhly ve Španělsku světové hry transplantovaných



Přes dva tisíce transplantovaných sportovců z padesáti čtyř zemí světa hostila začátkem léta španělská Malaga. XXI. světové hry transplantovaných sportovců trvaly týden a po celou dobu probíhala klání celkem v 17 disciplínách, jako je plavání, tenis, badminton, cyklistika, volejbal, golf, šipky či bowling. Světové hry transplantovaných se konají jednou za dva roky, příští hry se budou konat v roce 2019 ve Velké Británii.



Moderní kuchyně při dialýze

Miroslava Matějková je mladá sympatická nutriční terapeutka působící ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze. Koncem roku 2016 jí vyšel soubor receptů určených pro dialyzované pacienty, a tak nás zajímalo, jaký má ke stravování pacientů na dialýze přístup.



Co všechno je náplní vaší práce?

V rámci naší nemocnice spadám pod Oddělení nutričních terapeutů, které vede Bc. Lucie Růžicková a mám na starosti Kliniku nefrologie a hematookologie. V praxi to znamená, že se věnuji edukacím pacientů v oblasti výživy, jsem součástí nutriční ambulance, kde na podkladě doporučení od lékařů sestavuji jídelníčky pro pacienty. Další neméně důležitou součástí mé práce je pravidelný kontakt s kuchyní a to např. rozpis a výběr potravin pro individuální diety nebo jen pravidelné hlášení diet pro naše hospitalizované pacienty.

Jaký je váš přístup k pacientům?

Jsem z těch lidí, co nemají rádi, když je něco naprosto striktní. Takže se snažím neprikazovat pacientům, co musí a co nesmí jíst. Je známé, že když vám někdo něco zakáže, o to větší chuť na to máte. Já se především snažím, aby pacienti pochopili principy diety při dialýze, a když to zvládnou, není problém, aby si v malém množství dopřáli i potravinu obsahující více draslíku a fosforu.

Raději než dávat lidem hotové jídelníčky jdu opačnou cestou a nechávám dialyzované pacienty, aby si psali, co celý den jedli, a pak vše společně konzultujeme. Ukazuji jim třeba, kde by mohli udělat změnu, vyměnit jednu surovinu za druhou tak, aby byl jejich příjem nežádoucích látek menší.

Jak pacientům takový přístup vyhovuje?

Samozřejmě to nevyhovuje každému, někdo má s přijetím nových stravovacích pravidel větší problém, někdo menší.

Ne každý si chce pořád počítat složení jídla. Takže pro některé z nich je opravdu jednodušší jim jídelníček sestavit. Snažím se s každým jednat individuálně. Jednak proto, aby navržený jídelníček co nejvíc odpovídal jeho laboratorním hodnotám a aktuálním podmínkám a jednak proto, aby pro něj bylo stravování co nejjednodušší a nepůsobilo zbytečný stres.

Jaká je v případě výživy nemocných pacientů role rodiny? Mezi dialyzovanými je řada starších lidí, zapojují se zde partneři, děti?

Ano, podíl rodiny na řešení výživy pacienta velmi vítám. Někteří pacienti jsou vůči požadovaným stravovacím pravidlům negativističtí a s pomocí rodiny se to dá mnohem lépe zvládnout. Mám ráda, když přijde s mužem na konzultaci manželka, dcera nebo dokonce vnučka. Nechci muže podceňovat, jsou mezi nimi tací, co k dietě přistupují velmi pečlivě a jídlo si podle tabulek poctivě počítají, ale převládají případy, kdy stravu připravují doma ženy. Když se pravidla stravování dozví více členů rodiny, je to mnohem efektivnější a lépe je pak přijímána léčba.

Setkala jste se u dialyzovaných pacientů s nějakým dalším výživovým omezením?

Ano, mám třeba jednu pacientku, která je vegetariánka, byla v proteinové malnutrici (*nedostatek bílkovin, pozn. redakce*), takže jsme stále počítali bílkoviny. Hledaly jsme spolu potraviny, které by vyhovovaly všem stranám a shodly jsme se na výrobku ze sóji nebo z vaječ-

né bílkoviny (tofu, šmakoun). Obecně je u bezmasé stravy nižší příjem bílkovin, který se však dá vyřešit jiným způsobem, je ale potřeba si mnohem více hlídat spotřebu jednotlivých minerálů např. draslíku. U anurických pacientů s vegetariánským stravováním je třeba přizpůsobit příjem tekutin tomu, že jich již samotná strava obsahuje více než ta běžná. Se správným přístupem se dají zvládnout i takovéto stravovací výjimky. Mnohem horší je to u např. veganů, kde nejsou zastoupeny ani mléčné výrobky.

V případě významného nedostatku bílkovin se dá využít suplementů (nutričně bohaté drinky apod.), ale jsem radši, když se správných hodnot dosáhne kvalitní stravou.

Co vás na vaší práci nejvíc baví?

Především mě baví komunikace s lidmi a to, když lidé pochopí, jak je pro ně výživa důležitá, začnou se řídit pravidly a začnou se dostavovat výsledky.

Strava pro dialyzovaného nemusí být mdlá, ale může být hezká, chutná a ovoněná bylinkami.

Hovězí steak na medu a bylinkové brambory se sýrem

Ingredience

100 g hovězí svíčkové nebo roštěnce nebo kýty, 10 g másla, 5 g medu, čerstvě mletý pepř, 200 g louhovaných* brambor, snítka libečku, 10 ml řepkového oleje (5 ml na vytření zapékačské misky), 30 g cibule, 15 g pažitky, 20 g čerstvého sýra

Postup

1. Brambory omyjeme, oloupeme, nakrájíme na výseče a necháme louhovat doporučený počet hodin.* Brambory slijeme a dáme vařit s libečkem v nové vodě. Po uvaření do měkka je zbavíme přebytečné vody a osušíme.
2. Troubu předehřejeme na 200 °C. Maso necháme 10–15 min. odležet při pokojové teplotě. Připravíme si malý pekáček na dopečení steaku a na brambory zapékačskou mísu s víkem. Tu vytřeme olejem. V malé misce rozetřeme čerstvý sýr s nasekanou pažitkou. Na pánvi s olejem osmahneme na drobno pokrájenou cibuli a přidáme k ní uvařené brambory. Chvilí společně restujeme a poté směs vsypeme do zapékačské misky, ve které ke směsi přimícháme i čerstvý bylinkový sýr. Přiklopíme a necháme zapéct cca 15 min.
3. Rozpálíme pánev a vložíme do ní maso. Nesolíme ani jinak nekořeníme, abychom neztratili zbytečně šťávu. Z obou stran zprudka opečeme zhruba 3 min., aby se maso zatáhlo. Poté vložíme do pekáče, posypeme hoblíčky čerstvého másla a přelijeme medem. Necháme dopéct.
4. Pro zvýraznění chuti lze před tepelnou přípravou maso potřít olejem se směsí jemně sekaných čerstvých bylinek, jogurtu, medu a citronové šťávy. Dochutit můžeme také čerstvě namletým pepřem.

* Při zvýšené hladině draslíku v krvi, dle doporučení nutričního terapeuta

Nutriční hodnoty celého pokrmu

Energie: 2338 kJ, bílkoviny: 29,1 g, tuky: 31,7 g, sacharidy: 49,8 g, draslík: 1219 mg, vápník: 75 mg, fosfor: 258 mg, sodík: 928 mg. Louhováním brambor dochází ke snížení množství draslíku až o 50 %, tudíž dojde k významnému snížení obsahu draslíku v pokrmu (cca 768 mg).

Pomáhat onkologickým a nefrologickým pacientům mě baví určitě víc, než kdybych se věnovala redukci tělesné hmotnosti. Asi bych nemohla dělat třeba ve fitness centru, taková práce by mě neuspokojovala. Tady jsou výsledky lépe velmi brzy vidět a jsou i lépe měřitelné.

Máte jen pacienty dialyzované, nebo i v predialýze? Jaký je rozdíl ve stravování před zahájením dialyzační léčby a během ní?

Mám pacienty v obou fázích onemocnění ledvin. Stravování je v těchto fázích zcela odlišné – v predialýze je potřeba dodržovat dietu s omezeným příjmem bílkovin, při dialýze je tomu naopak – je třeba mít přísun bílkovin co největší. Pro mnoho pacientů je to těžké pochopit a zvyknout si na tuto změnu.

Proč tomu tak je?

V predialýze, kdy ledviny již naplno nefungují a v těle se hromadí odpadní látky, vzniká minerálo-

vá dysbalance a je potřeba, aby příjem bílkovin byl v určitém souladu se sníženou funkcí ledvin a celkovým zdravotním stavem pacienta.

Když je ale pacient na dialýze, funkci ledvin přebírá přístroj a velké množství aminokyselin (aminokyseliny jsou stavební látky bílkovin) odchází z těla s dialyzátem. Když pacient ztrácí bílkoviny, dochází k degradaci svalové hmoty a dalším komplikacím.

Jak jste se vlastně dostala k práci nutriční terapeutky?

Nejprve jsem vystudovala střední školu pro zdravotní sestry, protože jsem chtěla pracovat ve zdravotnictví. Po střední škole jsem se moc chtěla dostat na obor fyzioterapie, ale na tento obor jsem se na žádné škole nedostala. Poslední obor, který jsem zkusila, byl právě diplomovaný nutriční terapeut, a tam se to podařilo.

Brala jsem to zprvu jako ohromné zklamání, ale někdy v polovině prvního ročníku mě to začalo

Mohu zařazovat koření a bylinky, když jsem dialyzovaná?

Pro zvýraznění chuti je možné zařazovat různé druhy koření i při dialýze. Při přípravě pokrmů mějte vždy na paměti, že takové koření či bylinky mohou obsahovat draslík a fosfor. Zvláště nevhodné jsou z tohoto důvodu různé kořenicí směsi a dochucovadla, např. polévkové koření, grilovací koření, pikantní omáčky – některé obsahují až 500 mg fosforu.

Doporučuje se zařazovat čerstvé (nebo mražené) zelené natě a bylinky, jako např. kopr, petrželka, libeček, oregano, saturejka, pažitka, estragon, řeřicha, majoránka, máta, meduňka, bazalka aj. Jsou vhodné pro zvýraznění chuti sladkých (např. máta) a slaných pokrmů. Ideální na dochucení mas, ryb, do salátů, těstovin, pomazánek atd.



Foto: Pixabay

Domácí kuřecí burger s bylinkovým dresinkem

Ingredience (2 burgery)

150 g kuřecích vykostěných stehen, 10 ml řepkového oleje, citronová šťáva, jeden stroužek česneku, čerstvě mletý pepř, 2 hamburgerové housky/bulky, 20 g směsi listů (rukola, polníček, sekaný ledový salát), 5 g červené cibule, 5 g bílé cibule, 20 g zakysané smetany, 50 g salátové okurky, 10 g kopru

Postup

1. Maso omyjeme, osušíme a v pánvi na rozpáleném oleji orestujeme. Až se zatáhne, aby neztratilo přebytečnou šťávu, vložíme do alobalu, opepříme, pokapeme citronovou šťávou, poklademe na kousky nasekaným česnekem a pečeme do měkka.
2. Cibuli nakrájíme na kroužky a saláty natrháme. Okurku oloupeme, nahrubo nastrouháme a smícháme se zakysanou smetanou. Dochutíme čerstvým nasekaným koprem a namletým pepřem.
3. Bulky podélně rozkrojíme a opečeme nasucho v pánvi do křupava. Servírujeme obložené masem, kroužky cibule, listy salátu a bylinkovým dresinkem.

Nutriční hodnoty celého pokrmu

Energie: 2208 kJ, bílkoviny 40,6 g, tuky 9,1 g, sacharidy 72,7 g, draslík 876 mg, vápník 101 mg, fosfor 408 mg, sodík 742 mg

najednou bavit. Tím, že jsem měla za sebou vzdělání zdravotní sestry a řadu poznatků, které jsme se učili, jsem už znala z toho medicínského pohledu, tak mi to v kombinaci s výživou najednou začalo hrozně moc dávat smysl. Souběžně s vyšší odbornou školou jsem vystudovala i na bakaláře a nakonec získala i magisterský titul.

Po škole jsem nastoupila do Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, kde jsem nyní již sedmým rokem.

Přenesla jste některé poznatky o výživě i do vašeho vlastního stravování? Vaříte doma?

Dokud jsem bydlela u rodičů, tak mě vaření moc nezajímalo, ani jsem nebyla nucena vařit. Ale během studia jsem začala o jídle mnohem víc přemýšlet, co třeba děláme doma špatně, jak by se dalo vařit mnohem víc zdravě. Bavilo mě si o tom číst – někdo si čte romány, já si tou dobou hodně četla o výživě – ale nešlo jen tak přijít za rodiči a začít jim říkat, jak vařit lépe. Nakonec jsem pochopila, že musím všechno začít sama zkoušet a metodou pokus-omyl jsem se naučila vařit.

Myslím, že v současné době jím celkem zdravě, dříve to bylo určitě horší. Ale nedodržuji nějaký striktní režim. Když třeba potřebuji zlepšit náladu, zobnu si bez výčitek nějakou tu sladkost. Stejně tak když se sejdeme jako rodina u nějaké slavnostnější události, dám si i běžná jídla nebo si

Recepty pro dialyzované pacienty



Repro: Sanofi

vychutnám jídla od mých babiček, protože sama vařím trochu jinak.

Co vás přivedlo k vydání receptů pro dialyzované?

Byla to dlouhodobá práce. Původně vycházely jednotlivé oboustranné karty s recepty, ale když už jich bylo větší množství, domluvili jsme se se společností Sanofi, která vydání zajistila, a od konce roku 2016 je tak sešit receptů pro dialyzované k dispozici.

Jana Ptáčková

Jak brožurku s recepty získat?

Kontaktujte **sanofi-aventis s.r.o.**
Evropská 846/176a, 160 00 Praha 6
tel.: 233 086 111, fax: 233 086 222
www.sanofi.cz

Pozn.: Recepty byly přepočítány s využitím programu Nutriservis Profesional

Zavolejte a dozvíte se podrobnosti o nabídce
BEZPLATNĚ dovolená! Sicílie Vás očekává!

SILVIA SRAMEK

 **+39.339.149.3100 +39.0923.836.440**

nebo pište na

info@dialisimucaria.it

**Bezplatná dovolená na Sicílii (Itálie) pro
Hemodialyzované pacienty**

**Platba za dialyzační léčbu evropským
průkazem zdravotního pojištění EHIC.**

1

**TÝDENNÍ DOVOLENÁ
UBYTOVÁNÍ
ZDARMA***

PLATNÁ

OD 1/1/2017 DO 30/06/2017
OD 1/10/2017 DO 31/12/2017

2 až 4

**TÝDENNÍ DOVOLENÁ
UBYTOVÁNÍ A LETENKA
ZDARMA***

PLATNÁ

OD 1/1/2017 DO 30/06/2017
OD 1/10/2017 DO 31/12/2017

1 až 4

**MĚSÍČNÍ POBYT
UBYTOVÁNÍ A LETENKA
ZDARMA PRO PACIENTA A
JEDNOHO PRŮVODCE***

PLATNÁ

OD 1/1/2017 DO 30/06/2017
OD 1/10/2017 DO 31/12/2017

*Nabídky platné v době od 1/1/2017 do 30/06/2017 a od 1/10/17 do 31/12/2017. Do vyčerpání volných míst. Nabídky zahrnují výhradně pobyty v apartmánech a přeplacení zpáteční letenky do výše 100 eur v období a pro konkrétní nabídku, na kterou se vztahují. Za pobyt platí každý případný průvodce (příbuzný,...) následovní ceny: € 10,00 na noc v měsících Leden, Únor, Listopad a Prosinec 2017; € 15,00 v měsících Březen, Duben a Říjen 2017; € 20,00 v měsících Květen a Červen 2017. Děti do věku 5 let zdarma. Veškeré ostatní služby, včetně těch, jenž nejsou zahrnuty přímo v nabídce, se považují za extra.



Lékaři specialisti v oboru nefrologie a
kvalifikovaný zdravotní personál;
Umělé ledviny Fresenius 5008;
vícejazyčný personál (anglicky a německy,
španělsky; nizozemsky, rusky, česky, slovensky);
Bezplatný převoz z a do dialyzačního střediska;
Během dialýzy, možnost snídaně nebo něčeho
k zakousnutí odpoledne.


FAVIGNANA VALDERICE ALCAMO

SICILIA

www.dialisimucaria.it

Hemodialyzační střediska dr. Mucaria:

Viale Europa 23 - 91019 - Valderice (TP - Itálie) - Tel. **+39 0923 836440** - Fax +39 0923 833333
Corso Generale Medici 148 - 91011 Alcamo (TP - Itálie) - Tel. **+39 0924 502366**



STŘEDISKO

DIALISI MUCARIA

Zavolejte a dozvíte se podrobnosti o nabídce
BEZPLATNÉ dovolené! Sicílie Vás očekává!

SILVIA SRAMEK

 **+39.339.149.3100 +39.0923.836.440**

nebo pište na

info@dialisimucaria.it

Bezplatná dovolená na Sicílii (Itálie) pro
Hemodialyzované pacienty

**Platba za dialyzační léčbu evropským
 průkazem zdravotního pojištění EHIC.**

1-4

**TÝDENNÍ POBYT
 APARTMÁN PRO VÁS
 ZDARMA***

PLATÍ
 OD 1/7/2017 DO 30/09/2017

1-4

**MĚSÍČNÍ POBYT
 APARTMÁN PRO VÁS +
 LETENKA ZDARMA PRO VÁS
 A JEDNOHO PRŮVODCE***

PLATÍ
 OD 1/7/2017 DO 30/09/2017

*Nabídky platné v době od 1/7/2017 do 30/9/2017. Do vyčerpání volných míst. Nabídky zahrnují výhradně pobyty v apartmánech. Za pobyt platí každý případný průvodce (přibuzný...) € 30,00 v měsících Červenec, Srpen a Září 2017. Děti do věku 5 let zdarma. V nabídce 1 až 4 měsíce je zahrnuto přeplacení zpáteční letenky do výše € 100,00 pro Vás a do výše € 100,00 pro jednoho průvodce (přibuzného...), max € 200,00 pro oba. Veškeré ostatní služby, včetně těch, jenž nejsou zahrnuty přímo u nabídky, se považují za extra.



**Lékaři specialisti v oboru nefrologie a
 kvalifikovaný zdravotní personál;**

Umělé ledviny Fresenius 5008;

**vícejazyčný personál (anglicky a německy, španělsky; nizozemsky,
 rusky, česky, slovensky);**

Bezplatný převoz z a do dialyzačního střediska;

**Během dialýzy, možnost snídaně nebo něčeho k zakousnutí
 odpoledne.**

**SICILIA****www.dialisimucaria.it****Hemodialyzační střediska dr. Mucaria:**

Viale Europa 23 - 91019 - Valderice (TP - Itálie) - Tel. **+39 0923 836440** - Fax +39 0923 833333

Corso Generale Medici 148 - 91011 Alcamo (TP - Itálie) - Tel. **+39 0924 502366**



O cévních přístupech s MUDr. Marcelou Slavíkovou



Mezi dialyzovanými pacienty je téměř legendou, vždyť cévním přístupům pro hemodialýzu rozumí jako málokdo. Jsme tedy moc rádi, že nám paní doktorka Marcela Slavíková poskytla pro Stěžeň rozhovor právě na téma cévních přístupů.

Foto: Jan Slavík

Proč jste si vybrala specializaci na cévní přístupy a jak dlouho se jí věnujete?

Po absolvování studia jsem pracovala na chirurgickém oddělení malé nemocnice na severu Čech. Po přestěhování do Prahy jsem nastoupila do IKEM, kde jsem se pod vedením MUDr. Marcely Kestlerové začala věnovat mimo jiné i zakládání arteriovenózních (A-V) zkratů pro dialyzované nemocné. Postupem času se toto zaměření stalo mojí stěžejní prací. Od roku 1996 pracuji na II. Chirurgické klinice Všeobecné fakultní nemocnici v Praze (VFN). V roce 2010 jsem se stala jedním ze zakládajících členů nově vzniklé České společnosti pro cévní přístupy, která spojuje všechny odborníky, kteří se starají o co nej kvalitnější pomoc při zakládání A-V zkratů a o udržení jejich co nejdelší funkčnosti.

Co vlastně cévní přístup znamená pro dialyzovaného pacienta?

Bez cévního přístupu by nemohla být prováděna očišťovací metoda zvaná hemodialýza. Cévním přístupem pro dialyzované nemocné může být žilní katetr anebo arteriovenózní zkrat (fistule, píštěl, zkrat, shunt). Žilní katetr je zaváděn lékařem na dialyzačním středisku do centrálních žil. U A-V zkratu jde o operaci, při které se provede spojení mezi tepnou a žilou. Do žíly proudí část tepenné krve a po určitém čase, po rozvinutí zkratu, lze používat tuto žílu k punkcím a napojení na dialyzační přístroj.

Jaké známe typy cévních přístupů, a který z nich je možné považovat za nejlepší?

Nejvýhodnější je zakládání A-V zkratů na horních končetinách s užitím vlastních žil. Proto je také nutné u pacientů, kteří mohou dospět k dialyzační léčbě, tyto žíly chránit a nepoškodovat je punkcemi a zaváděním kanyl. Jestliže jsou povrchní žíly nevhodné k založení nativního A-V zkratu, je nutno použít umělou cévní náhradu, která bude poté napichována místo vlastní žíly.

Z čeho se vyrábějí umělé cévní protězy?

Nejčastěji se používají protězy z PTFE (polytetrafluoroetylénu) a pro naše potřeby jsou 6 mm široké.

Jak se zakládá cévní přístup?

Nativní A-V zkrat je takový, kde je použita vlastní žíla. Konec této žíly se našije ke straně tepny co nejnižší na předloktí, aby bylo možno k punkcím používat co nejdelší úsek žíly. Tento výkon se provádí v místním znecitlivění a ambulantně. Nejčastěji po šesti týdnech, kdy se žíla již dostatečně rozšířila

Po operaci je nutno dodržovat některé zásady. Na operované horní končetině se nesmí měřit tlak krve, nesmí se zde odebírat krev a žádný oděv, hodinky, nákupní tašky apod. nesmí danou končetinu zaškrcovat.

a zpevnila, je možno rozšířenou žílu napichovat. A-V zkrat s cévní náhradou je zakládán ve svodné anestezii, kdy je „umrtvena“ celá horní končetina a nemocný je hospitalizován na 1–2 dny. Před operací si musí každý operovaný vzít léky na vysoký krevní tlak. Cévní protězy

napichujeme až po zhojení ran a po odeznění otoku tj. asi po třech týdnech.

Jakým způsobem by se měli pacienti o svůj cévní přístup starat? Na co by měli být obzvláště opatrní?

Po operaci je nutno dodržovat některé zásady. Na operované horní končetině se nesmí měřit tlak krve, nesmí se zde odebírat krev a žádný oděv, hodinky, nákupní tašky apod. nesmí danou končetinu zaškrcovat. Horní končetina se nesmí stahovat, aby se neomezoval volný průtok krve. Totéž platí i v noci, kdy pacient nesmí na operované končetině spát a u oběžných nemocných je pak vhodné i odpažení horní končetiny od těla. Je také vhodné mít několik dnů po operaci končetinu ve zvýšené poloze. Je nutno se vyhnout činnostem, u kterých by mohlo dojít ke zranění a přetížení horní končetiny. V dalším průběhu se pacienti naučí kontrolovat průchodnost svého zkratu, ať již pohmatem, nebo poslechem a i pohledem, nedochází-li například k zarudnutí nad zkratem, k otoku, bolestivosti a podobně. Každou změnu neprodleně hlásí na svém dialyzačním středisku. U cévních náhrad je nutno zkrat napicho-



vat v co nejdelším úseku, střídát místa vpichů, aby nedošlo k rozvoji pseudovýdutí a udržovat co největší čistotu, protože cévní protéza je velmi náchylná k infekci. Je-li jí postižena, ve většině případů se musí celá odstranit.

Jakým způsobem může dojít k poškození cévního přístupu?

Musí se dát pozor na jakékoliv zranění např. od domácích mazlíčků, kdy i drobné škrábnutí může mít vážné následky. Při větším zranění, kdy je porušen kryt kůže, může dojít k masivnímu, životu ohrožujícímu krvácení. Je nebezpečné i strhávání „stroupků“ a podobně.

V jakých případech není možné cévní přístup založit?

V některých případech nelze A-V zkrat založit a to tehdy, není-li vhodné tepenné a žilní řečiště nebo když jsou uzavřeny centrální žíly, třeba po dlouhodobém zavedení katetrů do centrálních žil. V některých případech pak je nutno založit A-V zkrat na dolní končetině. V neposlední řadě u pacientů s nedostatečnou srdeční činností.

Jaké jsou nejčastější komplikace cévního přístupu? Jak jim lze předcházet?

Nejčastějšími komplikacemi A-V zkratů je jejich zužování, které může mít za následek až uzávěr shuntu. Dále to jsou výdutě, vyklenutí na žíle zkratu, infekce, krvácení a podobně. Proto je tak nutná stálá kontrola průchodnosti zkratu ať již jen pohledem, poslechem a pohmatem, ale i ultrazvukovým vyšetřením. Jestliže je zjištěno zúžení žíly zkratu, provádí se následně angioplastika postiženého místa. Ta se provádí na radiointervenčním oddělení zavedením balónku a jeho roztahením v zúženém místě. Jde o ambulantní výkon s použitím kontrastní látky.

Objevily se v posledních letech v oboru cévních přístupů nějaké novinky?

Největší pokroky jsou zaznamenány hlavně při intervenčních výkonech na A-V zkratech, při řešení

zúžení odvodné žíly nebo zprůchodnění uzavřeného A-V zkratu. Je možno použít různé druhy dilatačních balónků, stentů a stentgraftů, které slouží k vyztužení postižené cévy.

Naše úzká spolupráce s radiodiagnostickým pracovištěm, nefrologickým oddělením, s anesteziologií a v neposlední řadě se sonografickým pracovištěm výrazně prodlužuje životnost založených A-V zkratů. Pro založení kvalitního A-V zkratu je nutno šetřit žíly na horních končetinách, protože nativní A-V zkrat má nejlepší dlouhodobé výsledky.

Jaké procento pacientů v ČR má tzv. umělý cévní přístup?

Na našem pracovišti evidujeme 17 % pacientů s umělou cévní náhradou.

Někteří pacienti s permanentním katetrem se brání zavedení cévního přístupu, jaký zásadní rozdíl je v permanentním katetru a cévním přístupu?

K tomu, že někteří pacienti preferují dialýzu přes permanentní žilní katetr, chci říci to, že je permanentní katetr určen jen pro nemocné na přechodnou dobu, než jim bude založen A-V zkrat anebo pro nemocné, u kterých A-V zkrat nelze založit.

Nebezpečí dlouhodobého zavedení katetru je jednak v infekci, která může ohrozit i život, ale hlavně v nebezpečí zúžení anebo dokonce uzávěru žíly, ve které je katetr zaveden a tím i nemožnosti založit na této straně A-V zkrat.

Jakým způsobem vy sama při své náročné práci odpočíváte a relaxujete? Co vám dělá radost?

Mojí velkou radostí je zahrádka, kde opravdu relaxuji. Kromě toho hraji golf, plavu, jezdím na kole a v zimě lyžuji. Snažím se udržet ve formě, abych vše dobře zvládala a přitom si dělala i radost.

Jsem ráda, že mohu vykonávat práci cévního chirurga, těší mě, když vše dobře funguje a že mohu být nápomocna všem lidem v dialyzačním programu. Přejí vám dobře a dlouho trvající zkraty.

Jana Bosáková



Dětská dialýza ve FN Motol

Chronický hemodialyzační program u dětí byl ve Fakultní nemocnici v Motole zahájen v září roku 1980 jako na prvním pracovišti v tehdejší Československu. Do té doby jsme prováděli pouze akutní peritoneální dialýzu.

V současnosti máme na našem oddělení celkem pět lůžek a kromě hemodialýzy provádíme i další eliminační metody: hemodiafiltraci, peritoneální dialýzu, plazmaferézu, kontinuální metody, hemoperfuzi a jako jediné pracoviště v ČR i imunosorbci.

Děti k nám docházejí zpravidla pětkrát týdně na tři až čtyři hodiny, během výkonu může být přítomen někdo z členů rodiny. Aby děti nezameškaly školu, navštěvují je pravidelně učitelky jak ze základní, tak i mateřské školy, případně herní terapeut. Velmi úzce spolupracujeme s nutriční terapeutkou a sociální pracovníci, k dispozici je též psycholog. Napojení dětí na přístroj je podobné jako u dospělých



Foto: archiv Evy Vlachové

Chronická peritoneální dialýza u našeho nejmladšího pacienta – sedmidenní chlapec, hmotnost 2100 g

realizován buď přes fistuli nebo dlouhodobý centrální žilní katetr. Chronickou peritoneální dialýzu provádíme od roku 1991. Spádovou oblastí je celá Česká republika a všechny děti mají k dispozici přístroj (cycler). Na dialyzační program navazuje transplantací program, přičemž průměrná čekací doba na transplantaci činí půl roku. Transplantujeme ledviny od mrtvých i od živých dárců.

Eva Vlachová

MÍŠA NĚMEC 9 LET
 DIALÝZA
 NĚMEC BY SE TOLIK PÍT.
 DIALÝZA ČISTÍ KREV.
 ČUŘÁ SE DOBAŽENÍM.
 DRŽÍ SE DĚTĚ A VĚŘTE ŽE
 TO DRŽÍ.
 NADĚJE JE JSEM PŘÍŠT
 JE.
 CO JE TRA NSPLANT
 TRAPSLATUJOU LEM
 OD JIVÉ OSOBY

TOMÁŠOV ŽIVOT
 AHU RODING
 JE NA SVĚTĚ HESK.
 MAM 2 VA / RODING
 MAM 3 ŽEZTRIA
 TATU A MAMU JE
 MI SMIL DOBRE JE TO TAM
 MAMASKVELE
 VARI MAN TAKI
 HABIK ACH.
 *
 *
 *
 CHODIM DO SKOLY
 KAMAMU JE ROBTN
 CHO DUM NA
 KROUZEK
 VEDTA KERANIEY
 JE TO TAM
 DUBRI CHODIM
 TAK NA VYALIZU
 CHODIM NA MI
 3 TYDNE TRVA
 4 HODINY
 TAK AHU-
 TOM/K

Jak si dělat hemodialýzu doma a jednoduše

O tom, že je již i u nás možné provádět si hemodialýzu doma, jsme ve Stěžni už psali. Nyní bychom vám ale rádi představili přístroj, který dává domácí hemodialýze zcela nový rozměr, zpřístupňuje ji širokému spektru dialyzovaných pacientů a nyní je dostupný i pro české pacienty. Tuto novou formu hemodialýzy nám představili Mgr. Ondřej Bydžovský z firmy BioNEXT a primář interního oddělení VFN na Strahově MUDr. Vladimír Polakovič a my se o získané poznatky rádi podělíme.

Než představíme samotný přístroj NxStage, připomeňme v krátkosti, co předcházelo tomu, že mohou mít dnes pacienti v ČR dialýzu doma. Oproti zahraničí, kde má domácí hemodialýza v řadě zemí dlouhou tradici a někde ji využívá i 10 % dialyzovaných, bylo u nás v minulosti jen několik ojedinělých případů, kdy se pacienti dialyzovali doma, a to vždy za pomoci přístrojů, které se používají běžně na dialyzačních střediscích.

Pan Ondřej Bydžovský z firmy BioNEXT, která nový přístroj v ČR nabízí, má letité zkušenosti z kontaktu s pacienty na peritoneální dialýze a tak zná výhody, které přináší možnost zůstat při dialýze doma a řídit si léčbu z větší části sám. Peritoneální

dialýza byla ještě před krátkou dobou jedinou možností domácí dialýzy, proto oslovil zahraniční firmu NxStage, aby zjistil, zda by mohli jejich přístroje pro domácí hemodialýzu používat i pacienti v ČR.

Než ale došlo k tomu, že mohli mít hemodialýzu doma první pacienti, bylo potřeba připravit vše po legislativní stránce a domluvit se s pojišťovnami. Nicméně výsledkem všech těchto kroků je to, že již od loňského roku je domácí hemodialýza zahrnuta v úhradové vyhlášce a pojišťovny ji hradí a v letošním roce mají první pacienti také již uvedený přístroj NxStage. Nezpochybnitelný podíl na tom má také Dialýza Strahov, která má historicky s domácí hemodialýzou v rámci České republiky největší zkušenosti a logicky se tedy stala jedním z prvních pracovišť, kam byl přístroj NxStage nabídnut. Z tohoto pracoviště také pochází první pacient, který jej u nás začal používat.

Výhody domácí hemodialýzy

Jednou z největších předností je, že odpadá cestování na středisko a podřizování se jeho režimu. Nemocní tak nezdídká chodí běžně do zaměstnání, tráví čas s rodinou a dialýzu si dělají podle toho, jak se jim to časově nejlépe hodí a také tam, kde se jim to hodí, třeba na chatě nebo na dovolené. Vše samozřejmě v mezích lékaři předepsaného režimu. Ještě významnějšími výhodami jsou ty zdravotní. Díky tomu, že při domácí hemodialýze je frekvence dialýz pětikrát i vícekrát v týdnu, odpaďají komplikace spojené s hromaděním draslíku, fosforu a dalších nežádou-



Foto: BioNEXT

Jaké benefity přináší dialýza doma pacientům

- ✓ Lepší kvalita života – po psychologické stránce (klid domácího prostředí) i po fyzické (lepší kondice)
- ✓ Možnost rozložit si dialýzy během týdne dle sebe
- ✓ Více kratších dialýz týdně je fyziologičtější a k tělu šetrnější
- ✓ Lepší regulace krevního tlaku
- ✓ Lepší zvládání diety díky častějšímu čištění organismu
- ✓ Možnost cestovat (společnost BioNEXT chystá i uvedení cestovní varianty hemodialýzy, kdy si na cestu sbalíte jen samotný přístroj a dialyzační roztok zaveze firma na místo vašeho pobytu v plastických vacích)



2x foto: BioNEXT

cích látek nebo hromaděním vody v těle. Lépe se tak reguluje tlak, stravování může být trochu volnější a pacientům je obecně lépe.

Jak NxStage funguje

Oproti klasickým dialyzačním přístrojům byl tento od počátku vyvíjen pro používání v domácnosti. Proto nejsou nutné žádné stavební úpravy, stačí jen najít místo, kam přístroj, který zabere plochu kolem necelého metru čtverečního, postavit. Samozřejmě je nutno někde skladovat materiál, kterého ale není nezvládnutelné množství a firma ho zavazí pravidelně pacientům domů.

Spodní část přístroje tvoří úprava vody se zásobníkem dialyzačního roztoku, kam se vloží vak s koncentrátem, ze kterého přístroj připraví až 60 litrů dialyzačního roztoku. Toto množství může vystačit až na tři dialýzy, dle nastavení léčby. Příprava roztoku trvá 6–7

Pacienti s domácí hemodialýzou nepodřizují svůj život dialýze, ale dialýzu svému životu.

hodin, lze jej nechat připravovat například přes noc. K přípravě roztoku se využívá voda z vodovodu, jsou možné různé způsoby připojení, například podobně, jako když napojujete pračku. Úprava vody obsahuje výměnnou čisticí sadu pro přípravu superčisté vo-

dy. Ta se připravuje sice jinou metodou, než je z běžné dialýzy známá reverzní osmóza, ale výsledek je stejný, navíc přístroj hlídá i kvalitu výstupní vody – když nevyhovuje, dialýza nemůže začít. Čisticí sadu s filtry je třeba měnit cca jednou za několik týdnů, podle kvality vody. Přístroj si vše hlídá, takže dá včas vědět, že před další dialýzou máte sadu vyměnit.

Nad zásobníkem dialyzačního roztoku je samotný dialyzační přístroj, kam se vkládá kazeta s hadičkami a předpřipojeným dialyzátorem. Celé zasunutí jednorázového setu je tak jednoduché, že zabere jen krátkou chvíli. Další ovládání probíhá pomocí několika málo tlačítek. Zavěsí se vak s fyziologickým roztokem a spustí se přibližně dvacetiminutové úvodní testování všech funkcí, kontrola i senzorů

úniku tekutin a krve. Po této době přístroj ohlásí, že je připraven a pacient se může k dialýze připojit. Nastaví se parametry dialýzy jako je rychlost krevní pumpy, cel-

ková i hodinová ultrafiltrace a množství a průtok dialyzačního roztoku. Průtoky dialyzačního roztoku jsou oproti průtokům krve třetinové a díky tomu do sebe dialyzační roztok vtáhne mnohem větší množství zplodin a nežádoucích látek z krve. Proto také

stačí na dialýzu mnohem menší množství vody (při klasické dialýze se spotřebuje 150 až 200 litrů vody, zde jen několik desítek).

V případě komplikací během dialýzy hlásí přístroj alarmy ve formě čísel, k nimž jsou v manuálu návody na řešení. Pokud by během dialýzy nastala nevolnost, je možné dialýzu rychle ukončit a vrátit krev zpětným proplachem. I kdyby se z jakéhokoliv důvodu nepodařilo krev vrátit, tato krevní ztráta by nebyla tak významná jako u klasické dialýzy, protože objem setu je pouhých 160 ml (oproti 350 ml v klasickém dialyzačním přístroji).

Mnoho těch, kdo mají zkušenosti s dialýzou, nyní určitě napadne, jak je to s napichováním jehel pro dialýzu. Řada pacientů zvládne napichování sama, u někoho se to naučí někdo z rodiny. Existuje ale i varianta, že po domluvě přijde napíchnutí provést zdravotní sestra. Odpojit se pak pacient zvládne již sám. Domácí hemodialýzu lze také provádět pomocí permanentního katetru. Výhodou přístroje je také to, že přístroj není nutné desinfikovat, sety jsou uzavřeným systémem na jedno použití.

S domácí hemodialýzou jsou samozřejmě spojená určitá rizika, ale většina z nich se eliminuje kvalitním zaškolením v počátcích této léčby a neustálou podporou pacienta i v době, kdy už se dialyzuje

samostatně. Také u cévního přístupu je riziko relativně malé – pacienti, kteří si provádějí dialýzu sami, jsou ze zkušenosti opatrní a o cévní přístup se starají velmi pečlivě. V průběhu dialýzy hlídá většinu rizik sám přístroj, a pokud cokoliv nevyhovuje, spustí alarm nebo dialýzu zastaví. Přesto je z důvodu bezpečnosti vyžadováno, aby byl vždy s pacientem během dialýzy někdo doma.

Odborné zázemí pro přístroj NxStage tvoří v tuto chvíli Dialýza na Strahově, kde se různým typům dialýzy věnují velmi dlouho a mají mnoho zkušeností se všemi typy dialýzy. Hemodialyzační střediska, která chtějí svým pacientům domácí hemodialýzu nabídnout, mohou využívat konzultací a případně dalších nutných zákroků či vyšetření právě na Strahově.

Pokud by měl kterýkoliv z pacientů zájem o léčbu s přístrojem NxStage, měl by se na tuto možnost informovat u svého ošetřujícího lékaře, informace o přístroji NxStage lze najít také na webu firmy BioNEXT www.bionext.cz.

Jana Ptáčková

Výhody přístroje NxStage

- ✓ Přístroj je jednoduchý pro učení, ovládání a používání – od počátku byl vyvíjen a navržen pro domácí užití a obsluhu pacienty
- ✓ Přístroj je pohodlný a flexibilní pro domácí použití – instalace je jednoduchá a rychlá, provoz je levný a má výrazně nižší dopad na domácí rozpočet pacientů
- ✓ Léčba s přístrojem je bezpečná – celý koncept je postaven na předcházení rizik spojených s dialyzační léčbou prováděnou pacienty nebo jejich rodinnými příslušníky v prostředí mimo zdravotnická zařízení
- ✓ Léčba s přístrojem je účinná – je možné zvolit předpis léčby, který splňuje požadavky na její účinnost a současně vyhovuje životnímu stylu pacienta a přináší mu možnost pokračovat v plnohodnotném životě



Foto: BioNEXT

Nebojte se cestování s hemodialýzou

Cestování patří k létu a jednou za čas prospěje změna prostředí a pobyt v přírodě nebo dokonce u moře snad každému z nás. To, že je člověk nucen chodit třikrát týdně na dialýzu, nemusí být pro cestování překážka.

Dnes již naštěstí existuje řada institucí, které dialyzovaným pacientům pomohou zajistit takzvanou rekreační dialýzu a usnadnit tak zajištění pobytu v cílové destinaci. Níže přinášíme několik tipů, kde hledat inspiraci pro vaše pobyty s dialýzou. Rekreační dialýzu poskytuje v České republice valná většina dialyzačních středisek, takže samozřejmě nic nebrání tomu oslovit středisko, které pomohou nejvíce vyhovuje místu vašeho pobytu, individuálně.

Lázně Velké Losiny nabízejí lázeňský pobyt s dialýzou ve spolupráci s dialyzačním střediskem v Šumperku. Pobyt obsahuje vybrané lázeňské procedury i koupání v termální bazénu. Bližší informace na www.lazne-losiny.cz.

Penzion Pastviny v Orlických horách nabízí pobyty pro dialyzované s možností domluvení dialýzy. Bližší informace poskytne Jana Bosáková, e-mail: bosakova@spoldat.cz, tel.: 702 046 642.

Dialyzační středisko Dialcorp Praha v Ohradní ulici v Praze 4 nabízí nejen rekreační dialýzu, ale má k dispozici také jeden dvojlůžkový pokoj. Bližší informace poskytne Jana Bosáková, e-mail: bosakova@spoldat.cz, tel.: 702 046 642.

Hamzovo dialyzační centrum v Luži v okrese Chrudim nabízí rekreační dialýzu a pomůže i s vyhledáním ubytování – www.cad-dialyza.cz, e-mail: rekreacniodialyza@cad-dialyza.cz.

Dialýza Beroun – navštivte Český kras a dialyzujte se v Berouně. E-mail: rekreace@dialyzaberoun.cz.



Foto: Pixabay

Sicílie – hemodialyzační střediska dr. Mucaria nabízí cenově výhodné pobyty u moře se zajištěním dialýzy v moderním středisku. www.dialisimucaria.it (stránky jsou i v češtině).

Tunisko – proplácení dialýzy v Tunisku by mělo být již letos možné, nicméně se určitě nejprve domluvíte se svou zdravotní pojišťovnou. S případnými dotazy na pobyty v Tunisku se obraťte na Miladu Horákovou, e-mail: milada@fertour-prague.com.

Centrum prázdninových dialýz společnosti B. Braun Avitum umí zajistit dialýzu v Česku i v zahraničí nejen pro pacienty B. Braun. Využít můžete síť více než 80 dialyzačních středisek ve třinácti evropských zemích.

Dialyzační střediska Fresenius nabízejí ve svých střediscích také rekreační dialýzu, informace najdete na www.nephrocare.cz.



Co znamená asistovaná peritoneální dialýza?

Domácí zdravotní péče neboli home care je služba, která umožňuje pacientům zůstat ve svém vlastním prostředí, přestože nemohou z různých důvodů léčbu zvládat sami. Smyslem služby je udržet nemocného co nejdéle v domácím prostředí za podpory kvalifikovaných zdravotních sester. Ty k němu docházejí, pomáhají s léčbou a jsou speciálně vyškoleny, aby pacienty řádně edukovaly, třeba i opakovaně, a umožnily jim tak pozdější samostatnost při provádění peritoneální dialýzy. Tato varianta je ideální v případě, že pacient nezvládá léčbu vlastními silami, ale vzhledem k jeho jinak dobrému zdravotnímu stavu by bylo zbytečné ho hospitalizovat. Tato možnost léčby přináší pacientům mnoho výhod. Nejdůležitější je, že mohou zůstat ve svém vlastním prostředí a v dosahu rodiny.

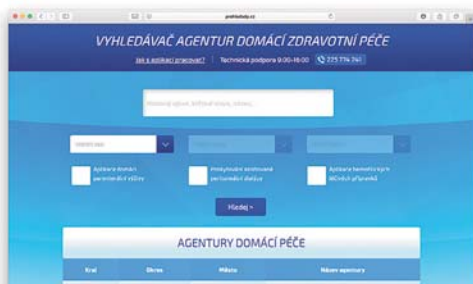


Foto: iStock



Vyhledávač agentur domácí péče

Společnost Baxter Czech vytvořila vyhledávač agentur domácí péče, který mohou využívat lékaři i pacienti. Je přístupný na internetové adrese www.prehledadp.cz. V této webové aplikaci je možné agentury třídit podle nabízených služeb – asistované peritoneální dialýzy, aplikace parenterální výživy nebo hemofilických léčivých přípravků, ale mimo jiné i podle místa, kde klient danou péči potřebuje.



Systém poskytování zdravotní péče se vyvíjí. Pacienti již nemusí vždy zůstat na terapii v nemocnici nebo jiném zařízení. Vzrůstá také počet nemocných, kteří chtějí pobývat v domácím prostředí, ale mají obavy, že na to sami nestačí. I pro ně je peritoneální dialýza dostupná, a to díky službám agentur domácí péče. Sestry mohou docházet za pacienty domů, do domova seniorů, léčebny dlouhodobě nemocných, či dokonce do denního stacionáře. Existuje tedy prostor pro to, aby peritoneální dialýzu využívalo více pacientů, pokud jim bude poskytnuta pomoc při jejím provádění.

Jak to v praxi funguje?

Pokud pacient napojování dialyzačních vaků nezvládá sám nebo za pomoci rodiny, je tu možnost využít odborné pomoci agentur domácí péče a požádat o takzvanou asistovanou peritoneální dialýzu. Kdyby se tak nestalo, musel by takový nemocný být převeden na hemodialýzu. Při léčbě doma odpadnou cesty sanitkou do zdravotnického zařízení, čekání na sanitku, několikahodinová připojení k hemodialyzačnímu přístroji i často opakované vytváření cévního přístupu pro hemodialýzu. Pacientovi zůstane výhoda významně menšího dietního omezení a léčba je i šetrnější, protože dochází k menším výkyvům ve vnitřním prostředí. Kromě toho se také snižují náklady na zdravotní péči.

„Je nutno zdůraznit, že asistovanou peritoneální dialýzu může předepsat pouze praktický lékař na základě doporučení od nefrologa nebo přímo nefrolog. Pacientovi se služby agentury domácí péče hradí ze zdravotního pojištění. Za předepsanou zdravotní pé-

či tedy nic neplatí,“ říká Ilona Francová, vrchní sestra z agentury Home Care Promedica, s. r. o., která zaměstnává dvanáct vyškolených sester, jež se mohou starat o pacienty s peritoneální dialýzou. A dodává: „Sestry prošly speciálním školením na obě metody peritoneální dialýzy, tedy kontinuální ambulantní peritoneální dialýzu (CAPD) i automatizovanou peritoneální dialýzu (APD). Asistovanou peritoneální dialýzu nabízí naše agentura už od roku 2013.“

Zdravotní sestra přichází za pacientem a pomáhá s provedením výměny dialyzačního roztoku. Na jednu proceduru se počítá 50 minut času sestry a drobný spotřební materiál (sterilní rukavice, rouška a odpadkový box). Výkon je dle indikace nefrologa možno provádět až pětkrát denně, standardně se provádí čtyřikrát denně. Speciálním materiálem potřebným k léčbě zásobuje pacienta přímo nefrologické pracoviště.

(pr)

Miloš Neslušan

Hlavní výhody asistované peritoneální dialýzy:

- ✓ léčba v pacientově domácím prostředí
- ✓ odpadájí pravidelné cesty na dialýzu
- ✓ pacient má významně menší dietní omezení
- ✓ léčba peritoneální dialýzou je pro tělo šetrnější, protože nedochází k tak velkým výkyvům ve vnitřním prostředí
- ✓ asistence sestry při úkonech spojených s připojováním a odpojováním

Modlitba zní: „Děkuji“



Foto: Pixabay

Minulé psaní končilo výzvou k vám, čtenářům, k sepsání 101 denních radostí. Zkusili jste si je napsat? Jaké to bylo? Co jste zjistili? Ano, jsem zvědavá a někdy i zvědavá. Příznávám, máte pravdu. Navíc si přeji, abyste se mi ozvali a napsali, co jste objevili.

Relativně často v rámci koučování používám metodu s názvem Deníček díků. Sama jsem si ji vyzkoušela a funguje mi. Prošla jsem si časem jejího odmítání, přijímání i oslavování. Pomohla mi objevit a pochopit více samu sebe. Metoda je to vskutku kouzelná a jednoduchá. Spočívá v tom, že si zakoupíte libovolný deníček a na závěr každého dne do něj vepíšete tři poděkování sami sobě.

Začala jsem koupit klasického zápisníčku pro prvňáčky. Avšak záhy jsem zjistila, že mi nevyhovuje. Zakoupila jsem deník nový, patričně jsem jej „vytunila“ (nazdobila obal) a začala jsem znovu. Začátky byly krušné, zápisky byly strohé: 8. 4. snídane s mužem, ochota kamarádky, pochvala od kamarádky, 9. 4. pohled od rodičů, koncert dcery, místo na parkování ve městě. Takto stroze jsem pokračovala téměř měsíc. Poděkování mne samé k sobě mi nešlo z duše, nešlo z úst. Záznamy prvních 20 dnů mi jasně ukázaly, co je třeba řešit. Rozhodla jsem se změnit své vnitřní nastavení a odhodlala se svůj postoj měnit. Uvědomila jsem si, jak často děkuji lidem kolem sebe, blízkým, i těm neznámým, avšak sobě neříkám nic.

Záznam z 28. 4. již zní: „Děkuju si, že už vím, že si mám děkovat, díky za to poznání, děkuji si za každé díky, které si řeknu a projevím vůči sobě“. Každý

řádek v deníčku od té chvíle je nadepsaný slůvkem díky, děkuji. Stal se zázrak, událo se kouzlo. Svět kolem mne se začal polehoučku, zvolna proměňovat. Přestala jsem bezmyšlenkovitě děkovat. Začala jsem slůvko děkuji používat vědomě, s obsahem, s pohledem do očí člověku, kterému patří. Díky této změně jsem si uvědomila, kolik je v mém životě radosti, jak je bohatý a plný lásky. Kolik báječných lidí mám kolem sebe.

Pro dokreslení předkládám jeden příběh z nedávna:

V jednom splašeném dni, kdy mne stále předbílaly hodinové ručičky, jsem ujížděla do obchodního centra koupit kamarádovi chlazený jogurt. Krabičku s dobrotami jsem ve spěchu položila na střechu auta. Sedla jsem za volant a vyrazila z podzemních garáží. Kličkovala jsem městem a v hlavě měla vír myšlenek, co všechno mám toho dne ještě stihnout. Na čtvrtých semaforech mne zastavila červená. Při čekání na zelenou ke mně přiběhl řidič z auta stojícího za mnou a krabičku mi ze střechy podal. Málem mi vypadly oči z důlků, zdvořile jsem poděkovala a při opouštění křižovatky jsem hodného řidiče zdravila zdviženým palcem. Smála jsem se a děkovala nejen jemu. Děkovala jsem sobě, že jsem jela po městě klidně a spořádaně. Děkovala jsem krabičce s jogurtem, že se důkladně přidržovala na střeše. Raději jsem nedomýšlela, co se mohlo stát, kdyby se odpoutala a vydala se do světa. Rozesmátá jsem přišla na návštěvu do nemocnice a svým smíchem nakazila i kamaráda, který se už těšil na svůj jogurt. Na

chvíli jsme tak spolu opustili zdi nemocničního oddělení. Díky, že jsem měla tak ztřeštěný den a byla tak roztržitá. Díky, za dobrého muže, který dárek zachránil před zkáзой. Díky kamarádovi za jeho smích, je mi potvrzením, že i ve dnech, kdy sami sebe potkáváme ve dveřích, stojí za to se hecnout.

Slova díky sobě, svým myšlenkám, svému tělu či svým činům jsou projevem zdravé lásky k sobě. Díky každodennímu poděkování na konci dne před ulehnutím víme, jaký radostný a krásný den jsme prožili a můžeme se těšit na den příští.

Chcete také mít svůj deníček díky? Je to jednoduché, až půjdete do města, kupte si sešit a večer než půjdete spát, začněte psát.

Dovolte mi závěrem citovat velkého učitele a moudrého čínského muže Lao-c':

*„Povinnost bez lásky činí mrzutým,
zodpovědnost bez lásky činí bezohledným,
spravedlnost bez lásky činí tvrdým,
pravda bez lásky činí vychytralým,
laskavost bez lásky činí malicherným,
znalost bez lásky činí neústupným,
vlastnictví bez lásky činí lakomým,
víra v cokoli bez lásky činí fanatickým.“*

Už jsem zase zvědavě zvědavá. Pokud se chcete o svůj Deníček díky nebo cokoli jiného podělit, neváhejte mi napsat e-mail, adresa kouc@ivakufi.cz je tu pro vás, trpělivě čeká na vaše slova a myšlenky.

Iva Kufr



3x foto: Národní technické muzeum v Praze



Pozvánka na výstavu **Člověk v náhradách** aneb **Technika slouží medicíně**



V Národním technickém muzeu v Praze začala v květnu velmi zajímavá výstava, která seznamuje návštěvníka

s historií i se současností protetiky, ukazuje možnosti, perspektivy i meze náhrad lidského těla a zachycuje jedinečnost výsledků propojení jednotlivých oborů medicíny, vědy a techniky. Výstava vznikla ve spolupráci s Univerzitou Karlovou a Národní lékařskou knihovnou.

Na výstavě se návštěvníci seznámí s realitou současných možností medicíny. Poznaj, jak lidé pomocí přístrojů posouvají omezení svého těla a co a jak je možné plnohodnotně či částečně v lidském těle v současnosti nahradit. Uvidíš, k jakým úspěchům došlo v posledních desetiletích díky spolupráci odborníků z oblasti lékařství, elektroniky, kybernetiky, mechaniky, statiky či designu a na základě využití moderních technologií a materiálů.

Mohou porovnat současné možnosti s historií oboru i poznat jeho další směřování. Na přípravě výstavy se podílely desítky špičkových odborníků z jednotlivých představených oborů.

Výstava ve dvanácti sekcích a stovkách exponátů srozumitelnou formou prezentuje celé spektrum funkčních i estetických náhrad lidského těla od protéz končetin, zubních, cévních či prsních implantátů přes náhrady funkce ledvin, jater, slinivky, srdce či plic, po nervovou stimulaci či kompenzaci hlasu, sluchu a zraku. Uvidíte zde sluchadlo Bedřicha Smetany i nejnovější kochleární implantáty nahrazující sluch; experimentální srdeční čerpadlo, zkoušené v 70. letech v Brně i současná „umělá srdce“ HeartWare a HeartMate; dřevěné nohy a ruce i současné bionické protézy; Alwallovu umělou ledvinu, která zachraňovala životy prvním dialyzovaným pacientům v Praze 50. let i nejnovější dialyzační přístroje, schopné zčásti nahradit funkci ledvin i jater, jejichž pokročilá technologie dovoluje napodobit očišťovací funkci ledvin téměř jako u živého orgánu. Výstava potrvá až do 4. března 2018. Podrobnosti najdete na webu www.ntm.cz/clovek_v_nahradach.

Vyluštěte osmisměrku na protější straně a při troše štěstí získáte volnou vstupenku na tuto výstavu pro dvě osoby.



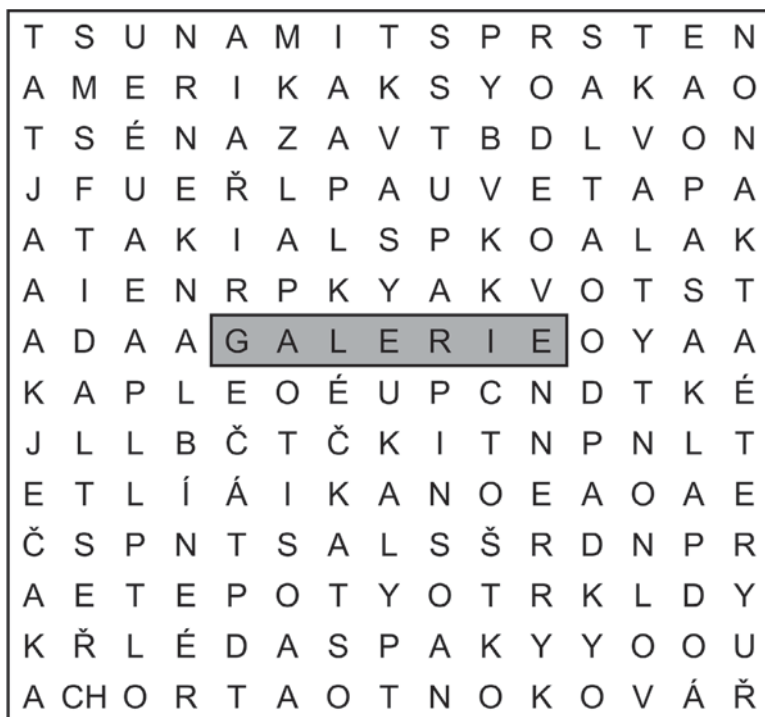
Osmisměrka o ceny

Tentokrát můžete získat volné vstupenky do Národního technického muzea v Praze, kde probíhá výstava Člověk v náhradách, o které píšeme na vedlejší stránce.

Tajenku nám zašlete do 10. září 2017 poštou na adresu redakce nebo e-mailem na stezen@spoldat.cz, jako předmět uveďte slovo „tajenka“.

„Mistrovo umění je neuvěřitelné,“ rozplývá se v galerii host. „Mohl byste mi ale, prosím vás, vysvětlit, co znamená ten obraz vpravo nahoře?“

„To není obraz, pane,“ odvětlí průvodce. „(tajenka)!“



ADEPT, AFÉRA, ALBÍN, AMERIKA, ARKUS, ATLAS, BEATA, ČEJKA, ČÍPEK, ESTÉT, ETAPA, ÉTERY, EUKALYPT, FANGO, CHŘEST, KANOE, KANON, KAPLE, KAPSA, KOALA, KONTO, KOTVA, KOVÁŘ, KVALT, KVASY, LADIT, LÉČKA, LÍTOST, MINUTA, NANDU, ODPADKY, ODPAL, PARAPLE, PEKAŘ, PLATY, PRSTEN, PTÁČE, RANDE, RODEO, RUČITEL, SKALINA, SLAST, SONDY, STOVKA, STUPA, ŠEPTAT, ŠOTCI, TANKY, TATRANKA, TROCHA, TSUNAMI, VOLNO, ZANĚST

Výherci knížek z minulého čísla:

Knížky od nakladatelství Grada získávají: **Petr Škarda, Věra Pojmanová a Oldřiška Valová**. Gratulujeme.



**Hamzovo
dialyzační centrum**
Česká aliance pro dialýzu

**Srdečně Vás zveme do
HAMZOVA DIALYZAČNÍHO CENTRA
v areálu Hamzovy odborné léčebny
pro děti a dospělé v Luži.**

Součástí Hamzova dialyzač-
ního centra jsou dva
dialyzační sály s kapacitou
15 lůžek a nefrologická
ambulance.

**První superspecializované
centrum pro dialyzované
pacienty s rehabilitační péčí
v České republice
(dialýza a speciální odborná
rehabilitace na jednom místě)**



www.cad-dialyza.cz



SMLUVNÍ ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNY
111, 205, 211, 213, 207, 201, 209

KOORDINÁTOR PROJEKTU ČAD
Ing. Hana Janošová
M +420 601 565 978
T +420 469 325 384
E janosova@cad-dialyza.cz