

ACTREENOVINY

ČASOPIS NEJEN PRO VOZÍČKÁŘE / ROČNÍK 2022 / ČÍSLO 1



ROZHOVOR:
ZDRAVOTNÍ
SESTRÍČKA
NA VOZÍKU

PARALYMPIÁDA:
NÁDECH EXOTIKY
I COVIDOVÁ
OPATŘENÍ

TIPY A TRIKY
NA CESTY
OD AMBASADORŮ
B. BRAUN PRO ŽIVOT

B | BRAUN
SHARING EXPERTISE

HLEDÁTE SVÉHO LÉKAŘE?

Přijďte do ambulancí
B. Braun Plus



CHIRURGIE | STOMICKÁ PORADNA
PORADNA HOJENÍ RAN
UROLOGIE | ORTOPEDIE | FYZIOTERAPIE
NUTRIČNÍ PORADNA | NEFROLOGIE

ZAVOLEJTE NÁM A OBJEDNEJTE SE +420-777 363 343



www.lepsipece.cz/ambulance



Vážení čtenáři,

vítám vás v dalším čísle vašich oblíbených ActreeNovin. Budu ráda, když se toto vydání stane vašim společníkem pro nadcházející léto a začtete se do něj třeba na výletě nebo s kávou na letní terásce.

Velkou inspirací při přípravě tohoto čísla pro nás byla zdravotní sestřička Lucie Gachi, která svou práci zvládá na vozičku, a to rovnou ve třisměnném provozu v nemocnici Mostiště. Uchvátila nás energie, s jakou se poprala jak se svou diagnózou, tak s potřebou začít doma s pěti dětmi i v práci fungovat naprosto jinak, zcela nově. Snad i váš její příběh inspiruje a dodá vám patřičnou kuráž!

V tomto čísle jsme neopomenuli ani ambasadory B. Braun pro život – Katku, Davida a Martina. Vydali jsme se s nimi až do dalekého Tokia. Rozpovídali se o tom, jaké je Japonsko i jeho lidé, jaké překážky jim přinesl covid-19 při přípravě i cestou na paralympiádu a jaké jsou jejich další sportovní plány.

V ActreeNovinách vám představíme též projekt Černí koně. Jde o organizaci, která pro handicapované děti vyrábí handbiky. Ty jsou kompletně placeny ze sponzorských darů a malým pacientům pomáhají znovu objevit jak radost z pohybu, tak radost ze setkání na celorepublikových mistrovstvích.



Prožijte léto podle svých představ
a děkujeme vám za přízeň a inspiraci.

S úctou

Mgr. Iveta Šmídová, MBA
Patient Care Head
Ostomy & Continence Care CZ/SK

ZDRAVOTNÍ SESTŘIČKA NA VOZÍKU



Měl to být hezký letní výlet s rodinou. Ostrá bolest v zádech však vše změnila. Lucii Gachi ještě ten den operovali disekci aorty a po operaci se dozvěděla, že bude mít poškozenou míchu. Od té doby necítí nic od prsou dolů. Zdravotní sestra a maminka pěti dětí se po rehabilitaci na spinální rehabilitační jednotce v Kladrubech vrátila do práce, kde jí však nabídli administrativní pozici. Chyběl jí kontakt s pacienty. Instagram ji inspiroval k tomu, že přesvědčila kolegy z oddělení následné intenzivní péče, aby se i přes svůj handicap mohla opět začít starat o pacienty. Jak se jí podařil návrat do role zdravotní sestry? Dočtete se v rozhovoru.

Jak se těšíte na léto, máte nějaké plány?

Na léto se těším, protože bude teplo a budu jezdit na handbiku. Mám ho od loňského roku a jezdím s ním moc ráda. Miluju tu svobodu pohybu, pohyb v přírodě a i to, že se s ním dostanu na místa, kam bych se s vozíkem nedostala.

Jak jste se ocitla na vozíčku? Povíte nám svůj příběh?

Bylo to v sobotu před pěti lety. Zrovna mi začínala dovolená. Rozhodla jsem se, že s dětmi pojedeme na výlet vlakem do Brna. Děti byly nachystané a já se šla oblékat, když mi najednou projela tělem bolest, kterou jsem neuměla k ničemu přirovnat.

Odjela jsem hned do nemocnice na neurologii, kde mě prohlédli a dali mi infuzi. Lékařce se ta bolest zdála divná a zavolala ještě i kolegyni z interny. Ta měla podezření na disekci aorty. Udělali mi CT, které ji potvrdilo. Aorta byla celá prasklá. Pak už to byl fofr. Vzali mě na jednotku intenzivní péče (JIP), volali do Brna na kardiochirurgii a zařídili sanitku, která mě tam odvezla.

Ještě ten den mě operovali. Po operaci jsem byla čtyři dny v umělém spánku. Když mě úplně vzbudili, hned se mě ptali, jestli

cítím nohy. Nemohla jsem s nimi pohnout. Nakonec jsem se dozvěděla, že zřejmě budu mít poškozenou míchu. Po třech týdnech od operace jsem jela na spinální jednotku, kde magnetická rezonance ukázala ischemii hrudní míchy. Řekli mi, že mne tedy pošlou do Rehabilitačního ústavu v Kladrubech. Necitlivost mám zhruba od prsou dolů.

Co to pro vás tenkrát znamenalo?

Pro mě to v tu chvíli hlavně znamenalo to, že jsem byla sedm měsíců pryč od rodiny. Měla jsem doma pět dětí, kterým v té době bylo 18, 16, 13, 10 a 2 roky. Malý dvouletý syn byl ještě kojeneček, i když jen tehdy, když jsem byla doma. Chodila jsem už totiž do práce.

Děti to ale s manželem perfektně zvládly. Další věc bylo bydlení. Máme naprosto bariérový dům, ještě na polosamotě, tři kilometry za městem. Když jsem se vrátila domů, ještě nebylo nic upravené, protože přes léto má manžel hodně práce a nemohl to stihnout. Takže zhruba tři měsíce jsem byla v domě, kde jsem si spoustu věcí nemohla udělat sama.

Jak vypadal váš život před nemocí?

Pracovala jste jako sestřička už tenkrát?

Žila jsem trošku v poklusu. Práce, opravy domu, děti vozit do školy, ze školy... Když to bylo možné, zorganizovali jsme nějaký výšlap na hory, ty mám moc ráda. Pracovala jsem jako zdravotní sestra od svých osmnácti let, kdy jsem dokončila školu. Vlastně ani nic jiného neumím. Posledních dvanáct let před nemocí jsem pracovala na ARO. Jak „bylo po všem“, v Kladrubech mi nabídli práci administrativní pracovníce, kterou jsem dělala 2,5 roku. Velice mi však chyběla práce u lůžek pacientů.

Jednou jsem na Instagramu našla profil sestřiček z Ameriky, které byly na vozíku, pracovaly

na akutních lůžkách a šlo to. Říkala sem si, že když to jde tam, proč by to nešlo tady.

Jak jste se přizpůsobila podmínkám, které vyžaduje vaše práce? Zvládáte ji i na vozíčku?

Začátek nebyl úplně jednoduchý. Spousta lidí se na mě dívala, jestli jsem se nezbláznila. Jak bych asi na vozíku mohla takhle pracovat. Občas to napadlo i mě, ale nechtěla jsem to jen tak vzdát.

V mé bývalé práci si úplně nedokázali představit, jak by to bylo možné. Poptala jsem se tedy ještě v nemocnici, kde jsem pracovala dříve. V době, kdy jsem byla na ARO, jsem docházela na výpomoc na nově otevřené oddělení následné intenzivní péče (NIP). Tam byli tak hodní, že i když si to takky neuměli úplně představit, řekli, že to zkusíme. A mohla jsem nastoupit. Jsem jim za to moc vděčná.

Co se týče přizpůsobení – všechno má kolečka. Dá se s tím tudíž popojet, lze to popostrčit, abych se s vozíkem dostala na místo. Občas mi někdo pověsí infuzi nebo podá léky ze skříňky, která je vysoko, jinak jde všechno.

Máte stejnou náplň práce jako ostatní kolegyně/kolegyně?

Ano, náplň práce mám úplně stejnou. Mám na starosti tak jako ostatní tři až čtyři pacienty, o které se celý den nebo noc kompletně starám.

Co byste ráda vzkázala ostatním pacientům a čtenářům?

Že se nic nemá vzdávat, ať se stane cokoli.

Kateřina Fišarová

Foto z archivu Lucie Gachi

PARALYMPIÁDA: NÁDECH EXOTIKY I COVIDOVÁ OPATŘENÍ



HANDBIKE: KATEŘINA ANTOŠOVÁ

Začátek cesty měl lehce absurdní nádech způsobený covidem – dvanáctihodinový let včetně série testů a vstupních povolení. „Japonsko jsem začala vnímat až druhý den ráno. Letos byl můj cíl prostý – přežít ve zdraví cestu a na závodech důstojně reprezentovat Českou republiku,“ vzpomíná Katka. První závod byla časovka na 16 km. Nejlepší byla Němka Annika Zeyenová. Katka skončila pátá. Na trati neudělala podle svého názoru žádnou chybu – jen pro představu, finišovala proti větru rychlostí 41,8 km/h. Její druhý závod s hromadným startem vypadal na plánu dost podobně, ale zkušenosti jí říkaly, že to určitě nebude tak jednoduché. Přibyl totiž další kopec. Cestou dolů handbike nabíral rychlost 80 km/h! „Ale dala jsem to. Skončila jsem v kategorii čtvrtá a šestá celkově,“ doplňuje. Poslední noc mohli účastníci strávit v olympijské vesnici, a tak si Katka užila kromě výhledu na jezero a horu Fuji i noční Tokio. „Vlastně jsem se těšila domů. O medaili z paralympiády mohu i nadále jen snít, ale jsem šťastná, že jsem přežila, dokončila oba závody a přivezla nejvíc bodů z českých cyklistů,“ komentuje své skóre na paralympiádě Katka.



LUKOSTŘELBA: DAVID DRAHONÍNSKÝ

Cesta do Tokia trvala Davidovi a jeho asistentovi Jakobovi neuvěřitelných čtrnáct hodin. Po přistání v Tokiu je čekala kontrola viz kvůli covidu-19 a pak už nabrali směr olympijská vesnice. „Měl jsem naštěstí ještě týden k dobru na aklimatizaci, než mi začaly závody, a mohl jsem si tak zvyknout na všudypřítomnou skoro 90% vlhkost, začít trénovat a užít si atmosféru paralympiády v Tokiu,“ vzpomíná zlatý lukostřelec David. Cestu za druhou zlatou medaili v Davidově sportovní kariéře mu zkrátili soupeři z Brazílie, Íránu a vůbec nejnepříjemnější soubor ho čekal ve finále s tureckým reprezentantem, kdy rozhodl až poslední šíp.

Další cenný kov získal s kolegyní v soutěži mix týmů, ve které nestačili pouze na čínský tým, a tak si na krk pověsili stříbrnou medaili. Opatření kvůli pandemii koronaviru obecně omezila cestování mimo olympijskou vesnici, což byla škoda. David toho tedy moc neviděl. Největší radost však měl z toho, že se mu opět povedlo na paralympiádě skvěle reprezentovat Českou republiku a také že splnil sen svého táty. Ten, než prohrál svůj boj s rakovinou, si pro Davida přál zlatou medaili.



PING PONG: MARTIN LUDROVSKÝ

Martinova cesta bola kvôli covidovým opatreniam náročná. Aj tak to však nevzdal. Let prebehol takmer bez komplikácií. Prvé problémy nastali po prilete do Japonska. Sedem dlhých hodín trvalo, kým vybavili všetky potrebné doklady pre vstup do paralympijskej dediny. Potom sa už, našťastie, žiadne prekážky nevyskytli. „Miestni sú neuveriteľne milí a pozitívni ľudia, všade nás vrelo vítali a mávali nám,“ hovorí nadšený Martin.

„Vďaka dôkladnému dodržiavaniu covidových opatrení zo strán športovcov aj organizátorov sme to všetci prežili v zdraví a ja som mohol domov priniesť bronzovú medailu v družstvách.“

A ako to bolo u Martina ďalej? Po paralympiáde si dal chvíľu pauzu a po poriadnej oslave bronzu sa pustil znovu do práce a tréningov, tentokrát na majstrovstvách sveta, ktoré sa uskutočnia tento rok v novembri v španielskej Granade.

Kateřina Fiřarová
Foto Ester Horoviřov

Covidov opatřeni se v loňských letech dotkla i olympiády a paralympiády. Na tu letn se tak ambasadoři B. Braun pro život Kateřina Antořov, David Drahonnsk i Martin Ludrovský vydali ař o rok později. Dom se vrteli s medailemi, zážitky i chut do dalřch tréninků. Ptáte se, jak pandemie koronaviru ovlivnila organizaci tak velk akce? A jak na ambasadory působili mstn obyvatel? Odpovědi najdete v jejich dojmech a zápiscích z cest.

PARALYMPIC GAMES





DESKY, KTERÉ RADÍ UROLOGICKÝM PACIENTŮM

Propuštění z nemocnice nebo z dlouhodobé rekonvalescence je pro mnoho paraplegiků obdobím, kdy si musí zvyknout na nový životní styl a kdy se před nimi zároveň otevírá mnoho nezodpovězených otázek. S určitou formou pomoci přišla Česká asociace paraplegiků (CZEPA) ve spolupráci se společností B. Braun. Za projektem stojí myšlenka jednoho místa. V deskách mají klienti všechny informace/materiály, které si potřebují uchovat. Ať už se jedná o zdravotní dokumentaci, vzorky katétrů, informační letáčky apod.

„Pacienti velmi oceňují přehledné desky s potřebnými informacemi. Uleví se jim tak od častého shánění informací z různých zdrojů, které může být vyčerpávající,“

komentuje službu produktová manažerka B. Braun Ing. Lucie Kožnerová. Během letošního roku distribuovala organizace CZEPA do rehabilitačních ústavů a přes jejich peer mentory více než 100 desek.

KLADRUBY PŘIVÍTALY SETKÁNÍ SPINÁLNÍCH JEDNOTEK

Po tříleté odmlce se opět, tentokrát již podvanácté konala Odborná konference a setkání spinálních jednotek, tentokrát v Rehabilitačním ústavu Kladruby. Odborným garantem konference byl prof. MUDr. Pavel Pařko, DrSc. Letošním tématem byla „celoživotní péče o pacienty s míšní lézí“, které byla věnována řada přednášek a posterů. Týmy ze všech spinálních jednotek v České republice si tak mohly předávat své zkušenosti z praxe s cílem posunout péči o pacienty dále.

Diskuse se zúčastnili lékaři, rehabilitační pracovníci, ale také „pacientské“ organizace Centrum Paraple, Czepa i Paracentrum Fenix. O důležitosti urologické péče pohovořila MUDr. Kachlířová z odborné ambulance Urologie Ukrajinská – Partnerského centra B. Braun.



HANDBIKY, KTERÉ NAVRACEJÍ DĚTEM RADOST ZE ŽIVOTA



Černí koňe je název organizace, která pomáhá handicapovaným dětem s dětskou mozkovou obrnou, svalovou dystrofií, Downovým syndromem nebo po operaci mozku žít „zase naplno“.

Je prokázáno, že absence pohybu brzdí mentální vývoj, což se později projevuje nižším inteligentním kvocientem, sociálním zaostáváním a výrazně menší psychickou odolností.

Název společnosti Černí koňe vystihuje skutečnost, že ten, kdo je ostatními považován za outsidera, v sobě může objevit sílu vrátit se zpátky do hry. V čele organizace stojí Tomáš Pouch, který má sám zkušenost s vlastním handicapem a zdoluhavým procesem smíření se s nemožností přirozeného pohybu. Začal proto s Černými koňmi vyrábět dětské handbiky – šlapadla na „ruční pohon“ určená pro nejmenší. Tyto handbiky jsou plně hrazeny ze sponzorských darů, nestojí tak rodinu dítěte ani korunu a umožní malým sportovcům zapojit se do celorepublikových závodů, kde mezi dětmi často vznikají přátelství na celý život.

tipy a triky na cesty

OD AMBASADORŮ
B. BRAUN PRO ŽIVOT

JAK SE CÉVKOVAT NA CESTÁCH
A CO NEZAPOMENOUT ZABALIT?
JE TŘEBA BÝT DOBŘE PŘIPRAVEN.

Nezapomeňte si vzít na cestu dezinfekci.

Přibalte si cévky se sáčkem.

Vyzkoušejte si cévkování doma v omezeném prostoru, jako byste byli například v letadle. Se samotným procesem cévkování budete možná trochu zápasit, ale když to zvládnete doma, v letadle to nebude problém.

Při dalekých cestách určitě cévkování neodkládejte a dodržujte tříhodinový rozestup.

Na cestu si s sebou přibalte deku nebo si ji vyžádejte. Je to skvělý pomocník při cévkování. Deku si přehodíte přes nohy a je to! Nikam nemusíte a nikdo nic nepozná. Svě o tom ví Katka, která takto praktickovala cévkování při své cestě do Tokia.

Při cestování rozhodně nezapomeňte hodně pít. Vzduch v letadle bývá suchý a dehydratace může způsobit zánět močových cest.

Proti otokům nohou u sebe mějte kompresní punčochy.


A to nejdůležitější, hlavně si předem dobře rozmyslete počet cévek, které na cesty budete potřebovat. Průměrný denní počet je pět až sedm cévek, podle potřeb pacienta.

NEJLEPŠÍ PÉČI

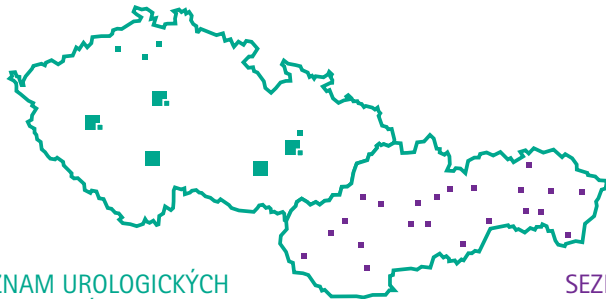
NAJDOU PACIENTI
V AMBULANCÍCH
B. BRAUN PLUS
A PARTNERSKÝCH
CENTRECH



Ambulance B. Braun Plus najdete v Brně, Táboře, Olomouci a Plzni. Pokud byste to do nich měli daleko, navštivte naše partnerská centra, která najdete po celých Čechách a na Slovensku. Nabízejí perfektní zázemí i stabilní, profesionální a empatickou péči erudovaných odborníků. Případně využijte Actreen infolinku, přes níž vám odborný personál pomůže vyřešit váš problém.

 ACTREEN LINKA B. BRAUN
+420-777 363 343 | PRAC. DNY 9-16 H.
INFORMAČNÍ LINKA
PRO CÉVKUJÍCÍ SE PACIENTY

Kvalitní péče o pacienty je pro urologické ambulance B. Braun Plus prvořadá. Odborný personál vždy ochotně pomůže a poradí, a to jak v případech akutních obtíží, jako je například bolestivé a častější močení, pálení nebo řezání při močení, tak i u chronických onemocnění, mezi něž patří například chronická onemocnění ledvin, močového měchýře, únik moči a mnoho dalších.



SEZNAM UROLOGICKÝCH
AMBULANCÍ B. BRAUN PLUS
A PARTNERSKÝCH CENTER V ČR



SEZNAM
URODYNAMICKÝCH
CENTIER NA SLOVENSKU

NEZADRŽIAVAJTE, ČO VAŠE TELO NEPOTREBUJE

Intermitentná katetrizácia močového mechúra je metóda liečby chronickej močovej retencie. Ide o pravidelné jednorazové vyprázdňovanie močového mechúra pomocou močovej cievky, čo sa najviac približuje fyziologickému stavu vylučovania moču z organizmu. Zavádzanie cievky u pacientov ohrozených infekciou sa aplikuje v nemocnici. Zvládne ju však po zaučení aj sám pacient doma, kde môže výkon aplikovať zdravotník alebo rodinný príslušník. Katetre pro intermitentnú katetrizáciu sú k dispozícii pre mužov aj pre ženy.

Pravidelnosť je pre zdravie kľúčová

INTERMITENTNÁ KATETRIZÁCIA

- sa najviac približuje fyziologickému stavu vylučovania moču z organizmu (štandardne 4–6 krát denne),
- odstraňuje nežiaduci zvyškový moč,
- chráni pacienta pred častými infekciami močových ciest.

Hlavným dôvodom je ochrániť pacienta pred zlyhaním obličiek, následným absolvovaním dialýzy a prípadným úmrtím.

Je veľmi dôležité dodržiavať inštrukcie lekára a vykonávať predpísanú intermitentnú katetrizáciu pravidelne. Bez konzultácie s lekárom ju nesmiete svojvoľne ukončiť či zameniť za inú pomôcku ako permanentný katéter, vložky, plienky, urinálne kondómy.

ŽIVOT BEZ OBMEDZENÍ

Život pacientov s retenciou moču, ktorým bolo odporúčané cievkovanie, môže vyvolať obavy, ale vďaka moderným Actreen katétrom ide o jednoduchý a bezbolestný spôsob vyprázdnenia močového mechúra. Cievky Actreen môžete diskretné použiť všade tam, kde by ste vyprázdňovali močový mechúr prirodzenou cestou.

URODYNAMICKÉ CENTRÁ


Spoločnosť B. Braun Medical s.r.o. spolu s urológmi vytvorili sieť urodynamických centier. Urodynamické centrá sú sieť kooperujúcich špecializovaných pracovísk, kde odborný personál ponúka služby v oblasti inkontinencie a čistej intermitentnej katetrizácie, ako aj dôslednú edukáciu pacienta na samocievkovanie. Neoddeliteľnou súčasťou projektu je edukačná podpora centier a dôsledná edukácia pacienta na samocievkovanie, a to ako na teoretickej, tak aj na praktickej úrovni.

Koncepciu projektu odborne podporuje Slovenská urologická spoločnosť a vychádza z 25-ročných skúseností spoločnosti B. Braun Medical s.r.o. v Českej republike a Slovenskej republike ako dodávateľa špičkových zdravotníckych technológií. Počet urodynamických centier s dobrou dostupnosťou na Slovensku neustále narastá.



Potahované močové katétry Actreen® jsou zdravotnické prostředky.

Před použitím každého z uvedených zdravotnických prostředků si prosím pečlivě přečtěte návod k použití, neboť tento obsahuje informace o rizicích spojených s používáním zdravotnického prostředku a další důležité informace.

 B. BRAUN ACTREEN LINKA
+421-910 123 449 | PRAC. DNI 9-16 H.
SME TU PRE VAŠE OTÁZKY
A RADI VÁM PORADÍME S CIEVKOVANÍM



ACT
green

Komplexní portfolio potahovaných močových katétrů Actreen®

Maximálně bezpečné a šetrné pro pacienty,³
vytváří méně odpadu a šetří náklady na likvidaci odpadu.^{2,4}



Eco-friendly
materiál²



Nízká
hmotnost¹



Snadno
recyklovatelné²



Nakládání
s neinfekčním odpadem

Potahované močové katétrů Actreen® jsou zdravotnické prostředky.

Před použitím každého z uvedených zdravotnických prostředků si prosím pečlivě přečtete návod k použití, neboť tento obsahuje informace o rizicích spojených s používáním zdravotnického prostředku a další důležité informace.



Zdroje: 1. Xiong Wang and al. Toughened High-Flow Polypropylene with Polyolefin-Based Elastomers, Polymers (2019).
2. F. Bouton EVEA, 16 May 2017. Environmental comparison between Actreen® Hi-Lite range and competitor products. External Report. Data on file.
3. Rew M., Lake H. A survey of short- and long-term pre-lubricated intermittent catheters. Br J Nurs. 2013 Oct 10-23;22(18):12, 14-18. doi: 10.12968/bjon.2013.22.Sup18. page 12.
4. https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_Dasri_BD.pdf (30. 10. 2020)