

KOMFORT

Jak zdravotnická technika zlepšuje péči o pacienta | číslo 02 | LÉTO 2019 (čtvrtletník nejen pro odbornou veřejnost) | www.linet.cz

VZDĚLÁVÁNÍ

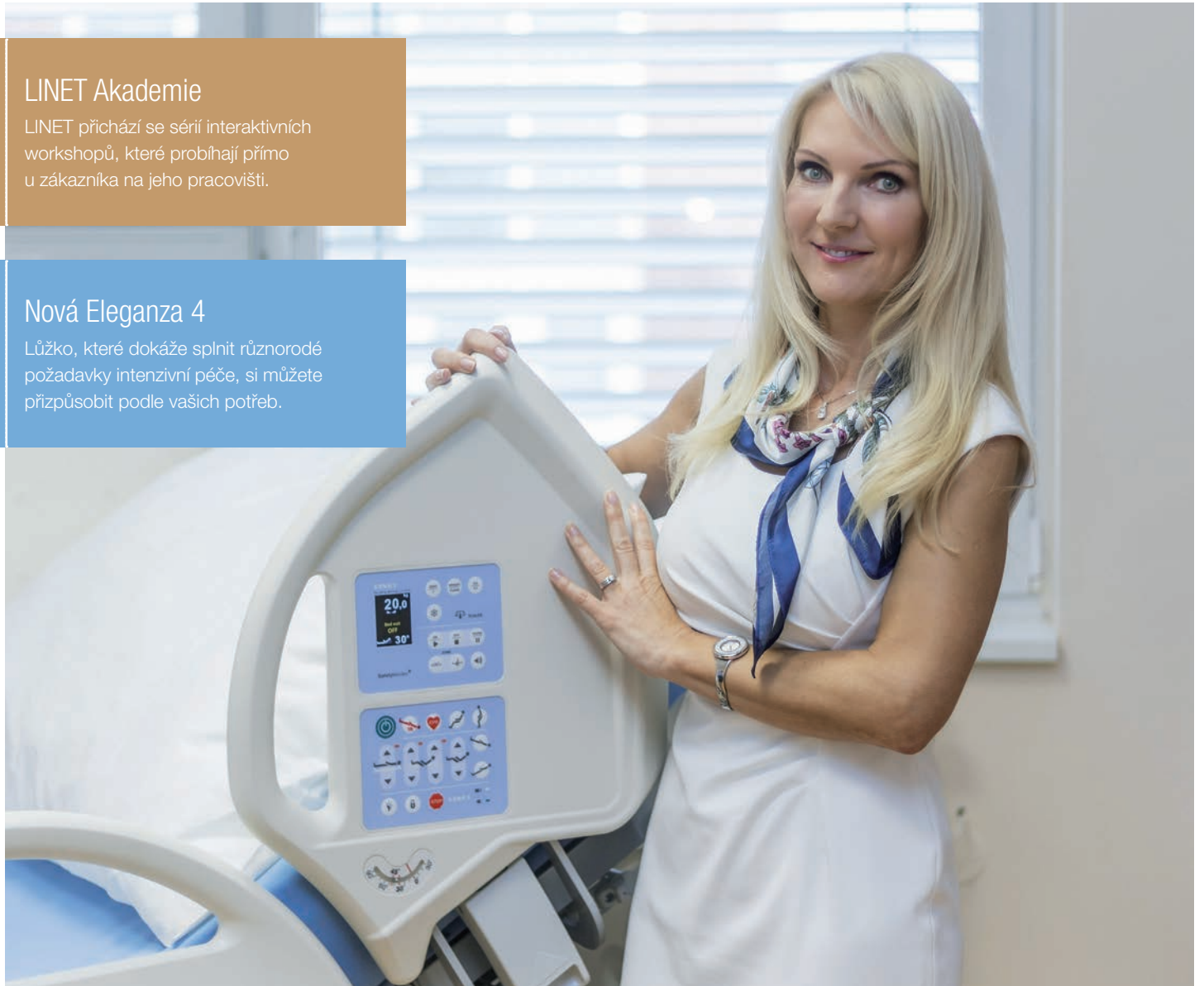
LINET Akademie

LINET přichází se sérií interaktivních workshopů, které probíhají přímo u zákazníka na jeho pracovišti.

ZDRAVOTNICTVÍ

Nová Eleganza 4

Lůžko, které dokáže splnit různorodé požadavky intenzivní péče, si můžete přizpůsobit podle vašich potřeb.



ROZHOVOR S PREZIDENTKOU ČAS
Sestry, buďte hrdé na svoji profesi



BÝT
PŘEDMĚTEM
TOUHY, NIKOLI
POUHÉ VOLBY

Editorial

Sestry na prvním místě

Věděli jste, že je na světě 19 milionů sester? Je to globálně největší profesní skupina v oblasti zdravotnictví a já dodávám jedna z nejdůležitějších. My v LINETu se sestrami spolupracujeme od úplného počátku, protože naše lůžka a další produkty jsou určeny právě pro ně. Aby jim ulehčily práci a aby se mohly bez zbytečné zátěže věnovat tomu nejdůležitějšímu – péči o své pacienty. Se sestrami spolupracujeme při vývoji, zajímá nás, jak naše lůžka používají, poskytujeme podporu a tréninky pro efektivní využití veškerého potenciálu našich technologií.



Že sestry maximální podporu potřebují a zaslouží si ji, je přesvědčená prezidentka České asociace sester Martina Šochmanová, která nám poskytla exkluzivní rozhovor. Za pravdu jí dávají sestry „od lůžek“, jež jsme oslovili v rámci hlavního tématu. A shodují se, že „je to dřina“. Ale pečovat o pacienty na lůžku taková dřina být nemusí, je přesvědčen tým LINETu pro intenzivní péči, který stojí za vývojem nového lůžka Eleganza 4. Toto lůžko je díky své variabilitě vhodné jak pro jednotky ARO, tak pro sledování a rychlou rekonvalescenci pacientů po méně náročných operacích. Konfigurace lůžek je velice

snadná a umožňuje navolit si přesně takové vybavení a funkce, které sestry na konkrétním pracovišti potřebují.

A není to jen „hardware“, který práci sestrám usnadňuje. Díky našemu týmu klinických koučů jsme založili LINET Akademií, vzdělávací centrum zaměřené na efektivní využití moderních technologií v praxi. Sestrám a dalším zdravotníkům nabízíme interaktivní školení a workshop, jak přímo na pracovišti nebo v našich vlastních prostorech v LINETu. Vzdělávací program je zaměřený jak na ergonomii práce sester, tak na pacienta a jeho rychlejší rekonvalescenci.

„Ochutnávku“ našich produktů i vzdělávacích aktivit vám ušijeme na míru, stačí kontaktovat kolegy z obchodu. Nebo se na Vás budeme těšit na odborných akcích na stánku LINETu!

Přeji příjemné čtení a krásné léto!

Tomáš Kolář, LINET

Pediatrický kongres opět v Olomouci

Po devíti letech se vrací pediatrický kongres zpět do Olomouce, kde ve dnech 26.–28. 9. 2019 v Clarion Congress Hotelu proběhne již 14. ročník, letos i s mezinárodní účastí. Pořadatelé připravili nabitý program plný zajímavých příspěvků napříč všemi pediatrickými obory. LINET na této akci nemůže chybět, na svém stánku představí své portfolio pediatrických lůžek. Velká pozornost je u těchto lůžek věnována bezpečí malých pacientů, zároveň jsou však schopná nabídnout také sofistikované funkce.



Obsah

Více čtete uvnitř časopisu



Rozhovor s prezidentkou České asociace sester 4

Budte hrdé na svoji profesi, vzkazuje sestrám prezidentka České asociace sester PhDr. Martina Šochmanová, MBA. Nejen o tom, jak přilákat zájemce o práci sestry či jaké akce ČAS připravuje, si můžete přečíst v našem exkluzivním rozhovoru.



Seznamte se s novou Eleganzou 4 8

Novinka od LINETu z oblíbené řady Eleganza, tentokrát s číslem 4, dokáže splnit různorodé požadavky intenzivní péče. Eleganza 4 nabízí čtyři rozdílné modely a každá varianta je zaměřena na speciální potřeby konkrétních oddělení.



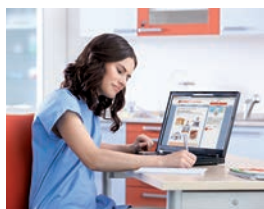
Práce JIP sestry přímo z první linie 10

O své zkušenosti sestry na jednotkách intenzivní a kritické péče se podělily Mirka Musilová, nyní členka týmu klinických koučů LINET, a Jana Vančurová z ARO FN Motol.



V odděleních dlouhodobé péče přibývá pacientů 12

Jsou oddělení následné péče skutečně odkladištěm pacientů i vysloužilé zdravotnické techniky? Nemusí tomu tak být. V Benešově investovali do rozsáhlé rekonstrukce i obměny lůžkového fondu, v Brně vzniklo na zelené louce zcela nové privátní zařízení.



LINET Akademie 16

Tým klinických koučů LINET připravil sérii interaktivních školení a workshopů zaměřených na ergonomii práce sester i na rychlejší rekonvalescenci pacienta. Jen během června kursy absolvovalo přes 200 sester.



Nová generace SafetyMonitoru je na světě 18

Budoucnost moderní lékařské či ošetrovatelské péče patří chytrým technologiím. Do digitálního světa vstupuje i LINET se svojí novou generací unikátního monitorovacího systému SafetyMonitor.

Kalendárium



KONGRES

26.–28. 9. 2019

XIV. Pediatrický kongres s mezinárodní účastí Olomouc, Clarion Congress Hotel

KONGRES

2.–4. 10. 2019

XXVI. kongres ČSARIM, Kongres České společnosti anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny Brno – Výstaviště, Pavilon E

KONGRES

10.–11. 10. 2019

XI. výroční kongres poskytovatelů sociálních služeb Tábor, Hotel Palcát

Díky LINETu se to dalo vydržet



„Nedávno jsem kvůli úrazu strávil týden v nemocnici v Itálii. Zranění příjemné nebylo, ale díky posteli od LINETu se to tam dalo vydržet,“ napsal nám Jan Pitner z Č. Budějovic. Email pokračoval: „Ležet v nemocnici je nemilé, ale přináší to i nové zkušenosti. Má osobní a doslova na vlastní kůži získaná je, že v Česku existuje společnost, která vyrábí opravdu skvělé postele.“ Těší nás, že naše lůžko pomohlo panu Pitnerovi v jeho obtížné situaci a velice si vážíme jeho poděkování.

Sestry, buďte hrdé na svoji profesi!

Říká exkluzivně pro časopis Komfort Martina Šochmanová

„Buďte hrdé na svoji práci,“ vzkazuje sestřám prezidentka České asociace sester PhDr. Martina Šochmanová, MBA. I přes veškeré problémy, se kterými se jako prezidentka ČAS musí potýkat, zůstává optimistkou a ze všech sil bojuje za zlepšení pracovních i finančních podmínek pro sestry. S Martinou Šochmanovou jsme se sešli na jejím pracovišti v pražském IKEMU, kde nám poskytla exkluzivní rozhovor.



Kolik podle Vašeho odhadu chybí v současné době sester?

Podle údajů statistického úřadu jsou to téměř 3 tisíce sester. Nejvíce chybí především v akutní péči, tedy v režimech s nepřetržitým provozem. Práce na noční směny je psychicky i fyzicky náročná,

logicky je zde největší odliv pracovníků. Na druhou stranu je třeba říci, že se v současné době snaží Ministerstvo zdravotnictví navyšovat platy, máme možnost přidávat diferencovaně, tedy právě těm skupinám, které nám nejvíce chybí a které mají největší fyzickou a psychickou zátěž.

Na nedostatek pracovníků si v současné době stěžují všichni...

Ano, nedostatek kvalitních zaměstnanců netrápí jen zdravotnictví, týká se to všech oborů napříč všemi sektory. Zdravotnictví je ale přeci jen specifické, nelze tak snadno nahradit pracovníka někým jiným. A pokud na trhu chybí kvalifikovaní lidé, musí se hledat další cesty, jak je získat. Nedostatek sester je celosvětový problém. Pokud se podíváte do jakéhokoli zdravotnického zařízení kdekoli na světě, nikdy tam nenajdete jen pracovníky z daného regionu, vždy narazíte i na zaměstnance z jiných zemí. Stejně je tomu i u nás, bylo by naivní si myslet, že si vystačíme sami. Těžko u nás nastoupí sestry z Rakouska nebo z Anglie, budou to lidé z východního regionu. Bez pomoci ze zahraničí situaci nezládneme. Není to řešení, ale rozhodně jedna z cest, kterou se musíme vydat.

Nemůže být jedním z důvodů nedostatku sester také délka a náročnost jejich studia?

Vzdělání rozhodně není příčina nedostatku sester. O tom se velmi diskutovalo, říkalo se, že sestry musí studovat velmi dlouho, a proto je jich nedostatek, ale v tom to opravdu není. Od loňského roku se nabízí i zkrácená forma vzdělání, o kterou však není zájem. Pravidla pro vzdělání sester se v poslední době změnila. Medicína jde velmi rychle dopředu a nároky na sestry se neustále zvyšují. Není možné, aby se na svoji budoucí profesi připravovaly stejně jako před dvaceti třiceti lety, musí také držet krok a musí se stále vzdělávat.

Jak tedy přilákat zájemce o práci sestry? Je o tuto profesi mezi dnešní mladou generací zájem?

Je na nás, abychom dokázali takový zájem vzbudit. Pokud mladí lidé neustále slyší, jak je práce sestry náročná a podhodnocená, není divu, že se zajímají o něco jiného. Myslím, že je na čase, abychom ukázali, že tato práce je především velmi krásná, má velký smysl, posouvá vás dál, je to něco, co pravdu stojí za to dělat.

Práce je namáhavá nejen psychicky, ale i fyzicky. Mají nemocnice více peněz, aby investovaly do kvalitnějšího vybavení, které práci sester ulehčí?

Já jsem velmi ráda, že už se tak děje. Sama jsem mnoho let pracovala v intenzivní péči, takže vím, jak je manipulace s pacienty fyzicky namáhavá. Elektricky polohovatelná lůžka jsou obrovským přínosem pro sestry i pro pacienty. Managementy nemocnic čím dál více tuto potřebu vnímají a vědí, že investice do kvalitního lůžka se jim prostě vrátí.

Co podle Vás sestry nejvíce trápí?

Trápí je samozřejmě jejich přetíženost; když to hodně zjednoduším, pokud máte málo prodavaček, v nejhorším případě se obchod zavře. Pokud je nedostatek sester, nemocnici zavřít nemůžete, musíme zajistit péči o pacienty. Sestru musí nahradit opět sestra, jiná kolegyně, a proto jsou přetížené. Je to takový začarovaný kruh. Sestry by také chtěly lepší finanční ohodnocení a lepší pracovní podmínky. Finanční ohodnocení se postupně začíná zlepšovat, pracovní podmínky také, k tomu přispívají právě třeba vaše lůžka.

Jste prezidentkou České asociace sester. Vysvětlete, proč tato asociace vznikla?

Je to profesní organizace. Česká asociace sester zastupuje sestry v pracovních skupinách, při jednání na ministerstvech, podílí se na legislativních procesech, vytváří směr, kam se bude ošetrovatelství ubírat. Každá sestra by měl chtít být součástí takové asociace. Snažíme se, aby vznikla komora sester, stejně jako mají svoji komoru lékaři či farmaceuti. Chceme, aby došlo k narovnání těchto povolání a aby sestry nebyly znevýhodněné.

Myslíte, že se podaří vyjednat pro sestry výsluhy?

O otázce výsluh se stále diskutuje, já osobně toto téma neustále připomínám. Už před rokem se nám podařilo vyvolat poměrně vzrušenou diskusi a byla bych nerada, aby se o tom přestalo mluvit. V současné době statistický úřad zpracovává přesnější finanční odhady. Já jsem přesvědčená, že je to dobrý benefit, nechci z něj ustoupit a budu se pořád snažit ho prosazovat.

Jaké akce připravuje pro své členy Česká asociace sester?

Akcí pořádáme celou řadu, ať už se jedná o semináře nebo odborné konference, ze široké nabídky si vybere opravdu každý, doporučuji sledovat naše webové stránky www.cnna.cz. Česká asociace sester se zapojila do celosvětové kampaně Nursing now na podporu ošetrovatelské profese a ošetrovatelství vůbec. Projekt probíhá v letech 2018–2020 a bude ukončen u příležitosti 200. výročí narození Florence Nightingale.

Údajně také ve spolupráci s Českou televizí natáčíte seriál o práci sester?

Ano a z toho mám obrovskou radost! Rozhodně to nebude žádné pokračování Ordinace v růžové zahradě. Seriál ukazuje reálnou každodenní práci sester. Hodně mi vadí, jak seriály prezentují naši profesi úplně jinak, než jaká je ve skutečnosti. A proto jsem chtěla veřejnosti ukázat, co sestry doopravdy dělají, a podařilo se mi tuto myšlenku prosadit i u vedení České televize. Seriál se bude jmenovat Sestřičky, je točený v reálném prostředí a kamera stojí účastníkům doslova za zády. Diváci uvidí práci sester v různých odděleních, například na intenzivní péči v neonatologickém oddělení. Nebudu ale prozrazovat vše, seriál by měl přijít na obrazovky již letos na podzim a rozhodně ho všem doporučuji, bude to stát za to!

Představte si, že byste chytila zlatou rybku, která by Vám splnila tři přání. Co byste si jako prezidentka ČAS přála?

Tři přání? Každá sestra zapojená v ČAS bude mít jednou takový plat, než má nyní. Bude mít oproti současnosti 14 dnů dovolené navíc a pracovní prostředí nemocnice bude vypadat jako zázemí moderních firem, kde si může po práci jít třeba zaplavat, odpočinout a zregenerovat síly. Na zlatou rybku se ale spoléhat nemůžeme. Musíme se snažit zlepšit podmínky pro sestry vlastními silami, a také proto je tu Česká asociace sester a také proto se v ní angažuji. Není mi jedno, kam se bude naše povolání sestry bylo prestižní, respektované a významné pro celou společnost. Je to běh na dlouhou trať, ale určitě se to podaří. Já jsem založením optimista, snažím se v práci i v životě najít to lepší.



PhDr. Martina Šochmanová, MBA
Prezidentka
České asociace sester



Od roku 2015 je prezidentkou České asociace sester, svůj post v letošním roce obhájila. Má bohatou praxi jako zdravotní sestra ve státním i privátním sektoru. Od roku 2009 pracuje v pražském IKEMu jako náměstkyně ředitelky pro ošetrovatelskou péči.

Má ráda aktivní odpočinek, v zimě lyže, v létě kolo nebo kolečkové brusle. Ze všeho nejraději si vyčistí hlavu na procházkách v lese. Na dovolenou k moři na dva týdny povalování na pláži ji určitě nepřemluvíte. Ostatně letošní dovolenou ještě ani naplánovanou nemá.

Co byste sestrám vzkázala?

BUĎTE HRDÉ NA SVOJI PROFESI, BUĎTE SEBEVĚDOMÉ, VAŽTE SI TOHO, CO DĚLÁTE, CO UMÍTE. DĚLÁTE NÁDHERNOU PRÁCI.

Práce sester v intenzivní péči

Vyšší prestiž a enormní zátěž



Rok 2020 bude podle Výkonné rady Světové zdravotnické organizace (WHO) vyhlášený „Rokem sestry a porodní asistentky“. „Slavit“ ho bude přes 19 milionů sester, takové množství lidí pečuje a pomáhá nemocným po celém světě.

Většinu z nich jsou sestry v nemocnicích, ale některé sestry vykonávají vysoce specializované činnosti, a dokonce – pokud to situace vyžaduje – musí být schopny zastoupit lékaře například při zahájení resuscitace. Už Florence Nightingale, zakladatelka moderního ošetrovatelství a jejíž výročí – 200 let od narození – si budeme „Rokem sestry“ připomínat, zavedla dělení pacientů na kritické a mimo ohrožení života. V souvislosti s tím vznikly i prvotní specializace pro „sesterskou“ profesi.

Českých sester (a porodních asistentek) je v současné době téměř 83 tisíc, přičemž sester u lůžek v akutní péči v nemocnicích je cca 46 tisíc. Vedle této „malé armády“ stojí ještě další specializované útvary sesterských profesí, zaměřených na určitou

činnost anebo určité pacienty – kromě perioperačních, dětských sester jsou tu také komunitní sestry pro domácí péči, sestry v interních a chirurgických oborech a sestry v psychiatrii. Je to celkem 9 specializací, přičemž zdaleka nejpočetnější skupinu tvoří sestry v intenzivní péči. Podle Národního centra ošetrovatelství a nelékařských zdravotnických oborů je jich celkem 8 939. Tato specializace je považována za jednu z nejnáročnějších.

RIZIKA JSOU DENNÍM CHLEBEM

Intenzivní sestra má vyšší kompetence, ale i odpovědnost. „Specializace pro intenzivní péči dává sestrám kompetence při záchraně života, tedy při selhání základních životních funkcí,“ popsala Světluše

Chabrová, zkušená sestra z prostředí ARO z FN Plzeň, která má dnes na starosti vzdělávání sester. Sestry tu pracují s vyspělou zdravotnickou technikou a sofistikovanými přístroji. S vypjatými okamžiky, o něž není v intenzivní péči nouze, ale i s vyšší mírou odpovědnosti je však spojená mnohem vyšší hladina stresu a množství zátěžových, až hraničních situací.

Navíc i práce na JIP a ARO je stále o fyzické náročnosti a celkové zátěži organismu. Podle Petry Tůmové, staniční KARIM RES Ústřední vojenské nemocnice, Praha, mezi nejtěžší úkony patří polohování a manipulace s pacientem, ale také činnosti, jako je transport lůžka. Takové činnosti vykonává sestra na JIP nebo ARO denně nebo několikrát denně a podle zkušené staniční Petry Tůmové spadají do kategorie těžších fyzických úkonů.

Vedle fyzické zátěže jsou tu další vážná rizika. Sestry na JIP pracují s infekčními pacienty, s nebezpečnými látkami a jsou vystaveny v mnohem větší míře např. RTG

záření nebo dalším rizikovým okolnostem. V ohrožení jsou i kvůli poranění a možné infekci při poranění při manipulaci s jehlami a kanylami. Tématem jsou i nozokomiální nákazy, které ohrožují sice především pacienty, ale jsou nebezpečné i pro personál.

TATO PRÁCE NENÍ PRO KAŽDÉHO

A co je z hlediska samotných sester na práci v intenzivní péči nejnáročnější? Psychická zátěž, zvládání krajních situací. „Jsme svědky a účastníky tragédií, kdy lidé umírají, jsou vystaveni utrpení a bolesti. Opravdu to není práce pro každého,“ popisuje Mirka Musilová, sestra pro intenzivní péči, která nyní pracuje pro LINET jako klinická koučka. „V těchto extrémních momentech je potřeba zachovat chladnou hlavu, nepropadnout panice a soustředit se na záchranu člověka,“ dodává. Sestra je tady jednou z nejdůležitějších částí celého týmu, na jehož jednotlivých členech i souhrně závisí záchrana životů a zdraví pacientů.

Aby si ale sestry zachovaly svoji výkonnost, schopnosti, rychlý úsudek a zároveň neztratili účast a zájem o pacienta, o kterého jde při péči především, je nezbytnou nutností duševní hygiena. „Snadno se to řekne, ale hůře dělá,“ poznamenává na základě vlastních zkušeností Mirka Musilová. „V zahraničí je běžné, že mají sestry povinně přestávky a přesně definovaný systém střídání směn a odpočinku. K tomu je navíc nezbytné nepřestávat myslet na sebe. Mít koníčky, vlastní „nepracovní“ sociální zázemí – rodiny či přátele,“ vypočítává účinné zbraně proti psychickému přetížení i tzv. syndromu vyhoření.

SESTRA: NEDOSTATKOVÉ „ZBOŽÍ“

Není divu, že pro povolání s tak vysokou mírou rizika a fyzické a psychické zátěže je charakteristický dlouhodobý a prakticky celosvětový nedostatek kvalitních pracovníků. V České republice podle posledních informací chybí 2 až 3 tisíce sester, 2 tisíce jich podle statistik UZIS ubylo od roku 2010. Největší nedostatek kvalitních sester panuje v těch nejnáročnějších oblastech, jako je třeba intenzivní nebo akutní péče. Zatímco nedostatek sester je všeobecně přijímaný fakt, o jeho příčinách se vedou složité diskuse. Někteří zasvěcení prisuzo-



vali úbytek odchodům pracovníků (včetně těch vysoce kvalitních a zkušených) do zahraničí, jiní se domnívají, že má na odliv zájemců o toto povolání vliv náročný a měnící se systém vzdělávání. V čem se ale všichni odborníci shodnou, jsou důvody finanční, extrémní zátěž sester a nedostatečné společenské uznání.

JAK Z TOHO VEN?

Čísla jsou alarmující, pravdou ovšem je, že celkový počet sester ve zdravotnickém systému ČR odpovídá průměru v ostatních evropských zemích. Hlavním problémem kapacity sester totiž není ani tak jejich celkový počet, ale dostupnost kapacit v nemocniční péči, zejména ve směnném provozu akutní lůžkové péče.

Jednou z cest, jak kromě dostatečného odměňování a uznání tento nepříznivý stav zvrátit, je mimo jiné snížení extrémní fyzické zátěže a vytvoření v nemocnicích důstojného pracovního prostředí. Třeba jak naznačuje Martina Šochmanová v exkluzivním rozhovoru pro Komfort: Prostředí

nemocnice by mohlo vypadat a působit, jako zázemí moderních firem. Od sofistikovaného designu a funkčního vybavení pro samotnou práci až po poskytnutí prostoru pro regeneraci a odpočinek.

Zatímco bazény nebo vířivky značka LINET „zatím“ neposkytuje, prostorem, kde může nabídnout řešení, je ucelený koncept podpory péče o pacienty na lůžku, včetně funkcí výrazně redukcujících fyzickou zátěž personálu. Kromě „hardware“, zahrnující funkční vybavení, tzn. ucelenou řadu vybavení lůžek (včetně novinky Eleganza 4), matrací, křesel, stolků a serverů, poskytuje LINET také koncepční řešení včetně klinické podpory, edukace, tréninků a workshopů. Jedním z příkladů takového komplexního řešení pro oblast intenzivní péče je koncept včasné mobilizace, využívající inovační a funkční potenciál lůžek a dalšího vybavení LINET pro urychlení procesu mobilizace a rychlejší rekonvalescence. Nebo koncept Moving and Handling, zaměřený na šetrné a ergonomické polohování a práci s pacientem na lůžku.

Nová Eleganza 4

dokáže splnit různorodé požadavky intenzivní péče

Kroky aktivní mobilizace

Díky speciálním funkcím pomáhá Eleganza 4 řešit zásadní problém mobilizace v intenzivní péči. Rychle – bezpečně – samostatně.



Krok 1: Pacient se dostává do polohy vsedě na okraji lůžka pomocí madla v postranici.



Krok 2: Pacient je v pozici, kdy pevně sedí na okraji lůžka a nohy jsou na zemi. Oporou jsou mu ergonomické madlo a speciální integrované madlo Mobi-Lift®.



Krok 3: Díky tlačítku na Mobi-Lift® madlu si pacient nastavuje výšku lůžka, což ho doslova postaví na nohy. Sestra pouze asistuje.



Funkcemi nabitě lůžko pro urgentní péči? Integrované váhy a rentgen pro imobilní pacienty? Nebo potřebujete lůžko pro sledování pacientů po operacích, případně pro jejich rychlou rekonvalescenci? To vše dokáže nabídnout nové lůžko oblíbené řady Eleganza, tentokrát s číslem 4. Univerzální konstrukce a podvozek umožňují totiž vybavit lůžko různými funkcemi přesně podle potřeb daného oddělení a také podle finančních možností.

Nové elektricky polohovatelné lůžko Eleganza 4 bylo vyvinuto ve spolupráci s klinickými odborníky pro podmínky intenzivní péče. „Díky jednotné platformě podvozku jsme schopni nabídnout na JIP a ARO čtyři rozdílné modely podle účelu použití: Basic, Safety, Mobility a Professional. Každá varianta je zaměřena na speciální potřeby konkrétních oddělení,“ vysvětluje brand manažerka LINETu Jarmila Vindušková. Tato flexibilita respektuje také finanční možnosti nemocnic, protože i ve variantě Basic jde o top lůžko pro intenzivní péči.

100% PŘÍSTUP BEZ KOMPLIKACÍ

Většina zákroků v intenzivní péči se odehrává v oblasti hlavy pacienta. Navíc je

nutné, aby sestry a zdravotnický personál mohl dělat svou práci efektivně a rychle. Tyto parametry byly při vývoji lůžka zohledněny v první řadě. Unikátní koncept postranic se zabudovaným kontrolním panelem usnadňuje a zefektivňuje práci personálu během běžné práce stejně jako v kritických momentech.

Díky panelu a jeho intuitivnímu ovládání sestra okamžitě nastaví požadovanou funkci, ve většině případů stiskem jediného tlačítka. Ovládání je rychlé a bezpečné. Postranice a hlavové čelo je možné jednoduše sklopit pod lůžko, takže přístup k pacientovi obzvláště v kritických situacích je okamžitý a naprosto neomezený. Podobně praktické a taky bezpečné jsou nožní ovladače pro nastavení výšky lůžka:

sestra si může nohou nastavit požadovanou výšku a zároveň má volné ruce pro péči o pacienta. Všechny uvedené funkce slouží pro maximální ergonomii a ulehčení práce zdravotnického personálu.

PACIENT V CENTRU POZORNOSTI

Bezpečnost byla vždy prioritou produktů LINET, proto je i Eleganza 4 vybavena celou řadou funkcí, které chrání pacienta v nejrůznějších situacích. Automatická brzda lůžka i-Brake, postranice s bezpečnými mezerami nebo noční podsvětlení jsou jen příklady toho, jak lze z lůžka udělat maximálně bezpečný prostor. Bed Exit Alarm dokáže monitorovat pohyby

pacienta na lůžku a případně opuštění lůžka. Užitečné jsou i funkce automatického zastavení zádového dílu ve 30 a 45 stupních, tedy nejčastěji používaných a zdravotně prospěšných polohách. Kromě toho je lůžko technologicky připraveno tak, aby bylo schopno komunikovat s nemocničním informačním systémem a například informovat o bezpečnostním stavu lůžka.

Eleganza 4 je komfortní pro pacienta hned z několika pohledů: pomáhá mu zlepšit zdravotní stav, zvyšuje jeho komfort na lůžku a také sebevědomí. Poloha kardiálního křesla pomáhá pacientům s respiračními problémy a zároveň je pohodlná pro čtení nebo při jídle. Pro větší samostatnost má pacient k dispozici integrovaný ovladač v postranici nebo běžný patientský ovladač.

PRO SESTRU I PACIENTA

Lůžko Eleganza 4 má řadu funkcí, které se starají o pohodlí nejen pacienta, ale samozřejmě také zdravotnického personálu. Integrované váhy dovolují vážit pacienta na lůžku, což odbourává stres z případné manipulace s pacientem a fyzickou náročnost takových úkonů. Stejně tak je to v případě rentgenování pacienta přímo na lůžku.

Eleganza 4 má navíc integrované 5. kolečko, které zmírňuje nárazy během transportu a zároveň zásadně usnadňuje námahu při převozu lůžka. Samozřejmostí je pak kompatibilita lůžka i s vysokými antidekubitními matracemi.



Pozázkrová péče



Středně intenzivní péče



Neurologie



Intenzivní péče

Eleganza 4 – lůžko pro různé nároky v intenzivní péči

Eleganza 4 Care BASIC



Vaše volba:

- Různé varianty ovládacího panelu
- Integrovaná polička na lůžkoviny
- Mobi-Lift®

Eleganza 4 Care SAFETY



Vaše volba se zaměřením

- na bezpečnost:
- Noční podsvětlení
 - i-Brake alarm
 - Bed Exit Alarm

Eleganza 4 Care MOBILITY



Vaše volba se zaměřením

- na mobilizaci:
- i-Brake
 - Nožní ovladače
 - 5. kolečko
 - Konektivita

Eleganza 4 Care PROFESSIONAL



Vaše volba se zaměřením

- na profesionálně vybavené lůžko pro intenzivní péči:
- 5. kolečko s i-Drive power
 - Plný kryt podvozku
 - Možnost rentgenování na lůžku
 - Konektivita a SafetyMonitor



Mirka Musilová

Klinická koučka LINET



Ve FN Motol jsem pracovala 10 let, 5 let na JIP gynekologicko-porodnické klinice, dalších 5 let na ARO. Vyzkoušela jsem si také práci v zahraničí, 4 roky jsem strávila v Saudské Arábii na kardiologickém JIPu. Nyní se snažím svoje zkušenosti z JIP a ARO zúročit v LINETu jako klinická koučka.

Jana Vančurová

Sestra ARO FN Motol



Na ARO pracuji odjakživa, začala jsem hned po maturitě na Bulovce, odkud jsem po 10 letech přestoupila na ARO ve FN Motol. Ani mi to nepřijde, ale letos to už bude 16 let. Koníčky? Moje děti, fotografování a práce na zahradě, to mi vždy dodá potřebnou energii.

Je to dřina

Shodují se sestry v intenzivní péči

Podívejte se na práci sestry intenzivní péče z první linie. O své zkušenosti sestry na jednotkách intenzivní péče a ARO se s námi podělila Mirka Musilová, nyní členka týmu klinických koučů LINET a Jana Vančurová z ARO FN Motol.

Co je na práci sestry na JIP a ARO podle vás nejtěžší?

Mirka Musilová: Na prvním místě fyzická zátěž, která se vztahuje ke každodenním činnostem jako je hygienická péče nebo polohování pacientů. Na druhém místě pak je to zátěž psychická. Jsme vystavené celé řadě situací, se kterými se člověk z jiné profese nesetká, při resuscitaci jde doslova o vteřiny, jsme svědky úmrtí pacientů, často se setkáváme s negativním přístupem ze strany příbuzných či samotných pacientů. Na dobré pracovní pohodě také nepřidá stále narůstající administrativa.

Jana Vančurová: Nejtěžší je, myslím, nepřenášet si práci a to, s čím se v ní setkáváme, do soukromého života, udržet

rozum a city na svém místě a nevyhořet. Občas mě překvapí chování příbuzných, i když chápu, že jsou ve velkém stresu.

Zmiňujete fyzickou náročnost, jaké činnosti, které sestra JIP vykonává, jsou nejnáročnější?

MM: Podle mě je to určitě hygiena pacienta, sestra je zodpovědná za hygienickou péči o pacienty, zvláště o ty, kteří jsou upoutáni na lůžku (v bezvědomí nebo s nutností sedace). Vyčerpávající jsou 12hodinové služby a práce na noční směny. Během služby se sestra mnohdy nestihne ani pořádně najíst, nebo si odskočit na WC. Sama se pamatuji, jak mi při nočních službách bývalo nad ránem opravdu fyzicky



špatně a byla jsem vyčerpaná.

JV: Celkově je 12 hodinová směna fyzicky náročná, nejvíce se zapotíme při hygieně pacienta, ale díky našim sanitářům, jejichž práce je velmi opomíjená, to vše zvládneme snáz.

Pokud byste mohly, co byste změnily, aby byla práce JIP sestry „komfortnější“?

MM: Povolání JIP sestry je dřina, rozhodně si myslím, že jsou na místě pravidelné přestávky a adekvátní zázemí, kde si mohou odpočinout a načerpat síly.

JV: Dobré zázemí pro sestry je pro sestry důležité. Přestože toho moc nenasedíme, i tu chvíli na jídlo si, myslím, zasloužíme strávit v kulturním prostředí. Například naše kuchyňka cca 10 m² je určená pro 18 – 20 sester ...

Je možné popsat, jak by měla vypadat ideální sestra JIP?

MM: Sestra na JIP oddělení by měla mít výborný vědomostní základ, být schopna zachovat si chladnou hlavu a kriticky uvažovat, zároveň ale být lidská a empatická. Spíše žena ve věku cca 25 – 40 let, která žije aktivní život, má zájem o svůj další rozvoj, ale zároveň nežije jen prací, věnuje se svým

koníčkům. Je povahovým nastavením spíše optimista s nadhledem a určitě týmový hráč, bez týmového ducha si tuto práci neumím představit.

JV: Naprosto souhlasím, důležité je, aby uměla „vypnout“ a uměla se věnovat i sama sobě.

Je podle vás práce na JIP prestižnější, než práce na jiných odděleních?

MM: Práce každé sestry, ať už na ARO, JIP, standardním oddělení nebo ambulance, je výjimečná a má svoji důležitost a jedinečnost. Práce sestry na ARO nebo

JIP vyžaduje už ze své povahy určité osobnostní předpoklady, takováto sestra by měla být schopná se rychle rozhodovat a reagovat na vzniklé situace. Také musí být schopná poradit si s nejrůznější technikou, jako jsou monitory, ventilátory, dialyzační přístroje a celá řada dalších. Jednotky intenzivní péče mají různé úrovně jako je například kardiologie JIP, nemluvě o odděleních ARO.

JV: Myslím, že by měla být vnímána jako prestižnější, zachraňujeme životy a umět ovládat všechnu tu techniku není jednoduché.

Jak moc je pro sestry důležité lůžko, na kterém pacienti leží?

MM: Lůžka na odděleních JIP a ARO jsou všeobecně hodně propracovaná, fakt, že jsou elektricky polohovatelná je rozhodně velkou výhodou. Lůžka, která jsou vybavená laterálním náklonem určitě pomáhají snížit fyzickou zátěž personálu, ale je důležité lůžko dobře znát a umět jeho funkce správně využívat.

JV: Lůžko musí být funkční, bytelné, stabilní, přístupné ze všech stran. Jediná značka, která mi utkvěla v paměti je LINET.



Nabídka pro Střední a Vyšší zdravotnické školy

Získejte lůžko s laterálním náklonem s 50 % slevou!



Naučte své studenty pracovat s moderní technikou. Práce zdravotníka nemusí být dřina! Laterální náklon dokáže například snížit vynaloženou námahu při výměně ložního prádla na lůžku v průměru o 30 %!

- ✓ Elektricky polohovatelné lůžko
- ✓ Polohování pacienta s minimálním fyzickým úsilím
- ✓ Prevence dekubitů s kvalitní matrací

Nabídka platí do 30. 6. 2020
pro Střední a Vyšší zdravotnické školy.

Kontaktujte nás
Zdeněk Grimm, Tel.: 606 709 044,
E-mail: zdenek.grimm@linet.cz



V odděleních dlouhodobé péče přibývá pacientů

Jak je o ně postaráno?

„Eldéenka“ – tento lidový název se vžil pro označení oddělení, která se starají o pacienty, jejichž zdravotní stav už nevyžaduje nepřetržitou nemocniční péči, ale které není možné ošetřovat v domácím prostředí. Mnoho pacientů v těchto zařízeních umírá, možná proto nemají LDN u laické veřejnosti příliš dobrou pověst. Situace rozhodně ale není tak černobílá, jak by se mohlo na první pohled zdát. Najdeme zařízení s různou úrovní služeb, s narůstající poptávkou i tlakem veřejnosti se kvalita poskytovaných služeb zvyšuje.

Kvalitní péči bude v blízké budoucnosti potřebovat také díky stárnutí populace stále větší množství pacientů. Řada provozovatelů ošetrovatelské péče ať už v státním, či soukromém sektoru tuto potřebu vnímá a reaguje na ni. V benešovské Nemocnici Rudolfa a Stefanie investovali prostředky v řádu desítek milionů korun na kompletní rekonstrukci stávajícího oddělení následné péče, v Brně pak

na zelené louce vzniklo moderní privátní zařízení Vividus Medical s kapacitou 90 lůžek na dvou odděleních.

MODERNÍ SOUKROMÉ ZAŘÍZENÍ ZA DOSTUPNOU CENU

„Vividus Medical v Brně-Řečkovických je zdravotnické zařízení, které poskytuje dlouhodobou péči odbornosti 9H9, tedy ošetrovatelskou lůžkovou péči,“ popisuje

zaměření nového ústavu jeho ředitelka Mgr. Hana Cahová. Jedná se o privátní zařízení, které po necelém půl roku své existence nemá o klienty nouzi, základní péče je hrazená zdravotními pojišťovnami, pacienti připlácí s ohledem na rozsah doplňkových služeb částku v řádu několika stokorun denně. „Celková kapacita je 90 lůžek na dvou identických odděleních, v současné době je v provozu oddělení A, tedy 45 lůžek, a postupně otevíráme oddělení B,“ doplňuje Hana Cahová. Podle ředitelky je zhruba 40 % pacientů trvale ležících, k dispozici mají 2–3 lůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením, televizorem a lednicí. O dodávku lůžkového mobiliáře se kompletně postaral LINET, všechna lůžka jsou elektricky polohovatelná a pomáhají jak pacientům, tak i zdravotnickému personálu.

„Všem našim pacientům, kteří jsou schopni alespoň částečné spolupráce, poskytujeme i rehabilitační cvičení a dohled fyzioterapeuta, a to ve vyšší míře, než je doporučeno, nicméně nejsme odborné do léčovací rehabilitační zařízení, které by se na fyzioterapeutickou rehabilitaci specializovalo. Do našeho zařízení tedy přijímáme pacienty, u nichž je indikována základní zdravotní péče a kteří vyžadují komplexní ošetrovatelskou péči a pokračující rehabi-

litaci. Cílem je pak v optimálním případě nácvk sebeobsluhy a zlepšení soběstačnosti v základních úkonech,“ vysvětluje

ředitelka Hana Cahová. Pro pacienty jsou připravené také služby kadeřnice či pedikérky.



Eva Lažanová
vrchní sestra, Oddělení
dlouhodobé ošetrovatelské
péče Benešov

V Benešově investovali do rekonstrukce



„Oddělení následné péče funguje v naší nemocnici již více než 15 let, nyní se ale přesunulo z původních prostor do nových, větších, modernějších,“ říká MUDr. Michal Bláha, primář Oddělení dlouhodobé ošetrovatelské péče, jak se nyní tato část benešovské

Nemocnice Rudolfa a Stefanie nazývá. Nemocnice využila uvolněné místo po zdravotní škole a díky rekonstrukci v novém pavilonu prostornější pokoje pro pacienty a také moderní zázemí pro zdravotnický personál. Interiér působí vzdušným svěžím dojmem, pocit domácího prostředí podtrhují květiny, které najdeme doslova na každém rohu. Z celkové kapacity oddělení 78 lůžek jich 24 zůstalo v původním areálu a 54 se přestěhovalo do nového. Ruku v ruce s rekonstrukcí došlo i k obměně lůžkového fondu. Dosluhující lůžka byla vyměněna za elektricky polohovatelná lůžka Eleganza 1, která si pochvaluje i vrchní sestra Eva Lažanová. „Nová elektrická lůžka jsou fajn, hlavně oceňuji možnost výškového nastavení, které pomáhá pacientům při vstávání. S lůžky se také lépe manipuluje,“ vyzdvihuje některé přednosti nových lůžek vrchní sestra.

„Naše oddělení zajišťuje následnou péči pacientům, kteří po zvládnutí akutního stavu nedosáhnou dostatečné soběstačnosti k tomu, aby mohli být propuštěni do domácího ošetřování, vyžadují doléčení za hospitalizace a další rehabilitaci. Dále také pacientům, jejichž stav se zhorší v domácím prostředí. Cílem péče je zlepšení zdravotního stavu a kondice tak, aby byl umožněn návrat domů či přechod do sociálního zařízení,“ vysvětluje primář MUDr. Michal Bláha pro jaký typ pacientů je oddělení určeno. Nejčastěji se jedná o pacienty na doléčení po zápalech plic, po srdečních selháních, neurologické pacienty po mozkových příhodách či ortopedické pacienty po úrazech s osteosyntézou. Většinou jsou to pacienti ve věkové kategorii 80 plus.

O pacienty se stará tým čítající okolo 20 sester a sanitárních pracovníků, navíc je zajištěná 24hodinová lékařská péče. Nedostatek zdravotnického personálu primáře Bláhu v současné době netrápí. „Na oddělení máme plný stav, nikdy jsme neřešili závažnější problém. Čím to? Naše oddělení má dobré jméno a možná k tomu přispívá i pověst primáře, který netrhá lidem hlavu,“ usmívá se Michal Bláha. Vzápětí ale zvažní a dodává: „Personální nedostatek pociťujeme u lékařů, pro mladé lékaře není práce na oddělení následné péče dostatečně lukrativní. Trápí mě také nedostatek fyzioterapeutů, což je ale systémový problém. Pojišťovna pro oddělení této úrovně přítomnost fyzioterapeuta vůbec nepožaduje, hradíme jej tedy z vlastních zdrojů. Správná rehabilitace je přítom pro pacienty na našem oddělení klíčová.“ Pro pacienty jsou zajištěné i další služby – návštěva kadeřnice, pedikúra či masáže nebo kosmetika. Velkému zájmu se těší individuální i skupinový arteterapeutický program, který pomáhá při procvičování paměti a jemné motoriky. Pacienti mají také možnost vypůjčit si knihy z knihovny, o duchovní stránku se stará farář, který dochází na oddělení každý pátek.



Jako sestra jsem začínala na ortopedii v Praze na Vinohradech. V benešovské nemocnici pracuji už 25 let, začínala jsem na neurologii a na následnou péči jsem přešla v roce 2006.

Práce u nás je určitě jiná než na všech jiných odděleních, ale i po těch letech mě stále baví. Myslím, že jsme každý předurčený pro jiný druh práce, chirurgické obory jsou z mého pohledu hodně rychlé, akční, kdežto interna je rozváznější, hloubavější, a to mi vyhovuje.

V každém případě je to u nás náročné na psychiku, pečujeme především o staré a nemocné lidi, perspektiva uzdravení je nižší, máme více úmrtí a nevidíme tolikrát, že by lidé odcházeli domů uzdravení. S tím se musíme umět naučit vyrovnat. K tomu se přidává i fyzická náročnost, která se odvíjí od stavu pacientů, staráme se o pacienty ležící, pečujeme o rány, zabráňujeme dekubitům. S tím nám ale pomáhá zdravotní technika, která usnadňuje právě fyzicky náročnou manipulaci s pacienty. A psychologický stres pomáhá obrušovat i nové, hezčí prostředí rekonstruovaného areálu. V horkých letních dnech sice chybí klimatizace, ale to se určitě ještě dodělá. Těší mě, že máme stabilizovaný tým, samozřejmě musím počítat s odchody na mateřskou, ale naštěstí je o práci na našem oddělení velký zájem.

Královna Plesu sester věnovala lůžko Sentida 7-i pelhřimovskému Domovu pro seniory



Odborná porota letošního Plesu sester zvolila jako nejkrásnější a nejsympatičtější dámu RNDr. Kateřinu Hortovou vedoucí Laboratoře reprodukční biologie Biotechnologického ústavu AV ČR. Každoročně věnuje LINET Královně plesu hodnotný dar, letošní vítězka získala lůžko Sentida 7-i v kombinaci s matrací v celkové hodnotě 100 000 korun. Stejně jako loňská Královna plesu se i Kateřina Hortová rozhodla v souladu s tradicí lůžko darovat.

Jako rodačka z Pelhřimova jsem se rozhodla věnovat lůžko místnímu Domovu pro seniory, se kterým mám navíc velmi dobrou osobní zkušenost. Před několika lety se tu hezky postarali o moji babičku,“ vysvětlila Kateřina Hortová, proč právě do Pelhřimova směřuje Sentida 7-i. „Jsem ráda, že toto moderní polohovatelné lůžko plně vychytávek pomůže nejen seniorům, ale usnadní práci také ošetrovatelskému personálu,“ dodala letošní Královna Plesu sester.

Předání lůžka se stalo velkou událostí v životě Domova pro seniory. Slavnostního ceremoniálu se kromě obyvatel domova, zdravotníků zástupců LINETu zúčastnil také starosta Pelhřimova, Ladislav Med. „Nestává se v dnešní době často, aby někdo věnoval takový hodnotný věcný dar. Jsem rád, že mohu být přítomen takové události a rád bych paní Hortové za její pomoc osobně poděkoval,“ ocenil starosta.

Předáním lůžka však celá akce pro Domov pro seniory nekončí. Hned následující den

zavítala do Pelhřimova také klinická koučka společnosti LINET Zdeňka Chalabalová, která představila zdravotnickému personálu, jak efektivně využít všechny funkce, které polohovatelná lůžka LINET nabízejí. „Při praktickém nácviku každodenních činností, jako je polohování, stání lůžka, převlékání či hygiena klientů, se budou mít všichni možnost doslova „na vlastní záda“ přesvědčit, že práce sestry nemusí bolet,“ vysvětluje výhody takového proškolení Zdeňka Chalabalová. Sentida 7-i je

skutečně unikátní lůžko doslova nabitě moderními technologiemi, a proto byla část školení věnována podrobné prezentaci dotykového ovladače, který je v tomto segmentu unikátní. „Je vidět, že zdravotnický personál v tomto Domově pro seniory je zkušený a naše lůžka velmi dobře znají,“ potěšilo Zdeňku Chalabalovou. „Vždy je ale užitečné připomenout si všechny možnosti, která lůžka LINET nabízejí a usnadňují tak práci i zlepšují komfort pacientů,“ dodává klinická koučka Zdeňka Chalabalová.



Na lůžka s jeřábem



Tam, kde dispozice budovy neumožňují stěhovat vybavení standardní cestou, musí nastoupit těžká technika. V Domově pro seniory Pilníkov pomáhal se stěhováním nových lůžek jeřáb.

Budova stará více než 100 let původně sloužila jako dům pro sestry řádu sv. Hedviky. V současné době zde sídlí Domov pro seniory, který poskytuje pobytové služby 42 klientům starším 60 let z Královéhradeckého kraje.

„Náš domov se nachází v budově z roku 1912 a i přes různé přístavby nejsou některé prostory dostatečně veliké,“ říká ředitelka domova Markéta Gábrišová. Při stěhování nábytku či vybavení se tak v Pilníkově musejí potýkat s mnohdy zdánlivě neřešitelnými logistickými problémy. Jedním z takových úkolů bylo i nastěhovat do vybraných pokojů nová lůžka Latera od LINETu.

„S ohledem na právě probíhající stavební úpravy to nešlo po zemi, museli jsme lůžka na oddělení dostat vzduchem,“ usmívá se Markéta Gábrišová. Na místo tedy dorazil jeřáb, a i přes nepřízeň počasí postupně všechna lůžka přemístil na terasu, odkud se již dala přesunout na místo určení. Jak již samotný název napovídá, hlavním benefitem lůžek Latera je laterální náklon, který umožňuje polohování klientů s minimálním fyzickým úsilím.



Konference Sociální služby v Evropě za účasti LINETu

Jak přistupují k sociálním službám a péči o seniory ve Švédsku, Norsku nebo Portugalsku? Jaké jsou jejich zkušenosti, co se osvědčilo a co je trápí? Nejen o těchto tématech jednalo na 350 účastníků dvoudenní konference Sociální služby v Evropě 2019. Tradiční akce se letos konala ve dnech 16.–17. května 2019 v jihomoravském Mikulově samozřejmě i za účasti LINETu, který jako evropský leader a s globální působností představil novinky a úspěšné produkty pro kvalitní péči v souladu se soudobými trendy.

Prezident pořádající Asociace poskytovatelů sociálních služeb Jiří Horecký pozval na letošní ročník konference celou řadu zajímavých hostů. První den konference byl vyhrazený příspěvkům řečníků ze Skandinávie, druhý kongresový den se věnoval novým trendům v péči o seniory v Evropě a aktuální situaci dlouhodobé péče v ČR.

„Demografické statistiky a vyhlídky jsou neúprosné, seniorů odkázaných na některou z forem péče bude v ČR v následujících letech stále více přibývat,“ uvedl

Zdeněk Grimm, ředitel obchodu LINET pro ČR a SR. „Zatímco nyní žije v Česku zhruba 400 000 osmdesátníků, v roce 2030 jich bude více než 800 000 a v polovině století již přes 1,2 milionu,“ doplnil Zdeněk Grimm neúprosná data. LINET na konferenci představil špičkové produkty určené pro oblast pečovatelsví - ergonomické multifunkční transportní křeslo Sella a inteligentní designové pečovatelské lůžko Sentida 7-i s novou koncepcí variabilně nastavitelných dělených postranic SafeFree® Flex.

LINET rozjíždí Akademii

Instalací lůžka vše teprve začíná



Elektricky polohovatelná lůžka prokazatelně pomáhají snižovat fyzickou námahu zdravotnického personálu a přispívají k rychlejší rekonvalescenci pacientů. Aby mohl zdravotnický personál naplno využívat všechny možnosti, které lůžka LINET nabízejí, musí ho umět dokonale ovládat. Proto LINET přichází se svojí akademií, sérií interaktivních školení a workshopů, která probíhají přímo u zákazníka na jeho pracovišti.

„**D**odáním lůžka zákazníkovi naše spolupráce zdaleka nekončí, naší snahou je důkladně proškolenit každého, kdo s lůžky pracuje,“ říká Zdeněk Grimm, ředitel obchodu LINET pro ČR a SR. Již při instalaci lůžka seznámí servisní technik přítomný personál se všemi ovládacími prvky a základními vlastnostmi lůžka. „Toto základní proškolení ale často absolvuje jen část z těch, kteří s lůžky pracují, výhodou LINET Akademie je, že proškolíme každého přesně v té oblasti, kterou potřebuje, a pomůžeme mu tak usnadnit jeho práci,“ vysvětluje Zdeněk Grimm. Další nespornou

výhodou je, že všechna školení probíhají ve skupinách maximálně 10 osob. Cena kurzů se pohybuje od 3 200 do 5 200 Kč v závislosti na zvolené variantě.

LINET Akademie nabízí tři možnosti, ze kterých si zákazník může vybrat – produktové školení, workshop Moving & Handling a program Včasná mobilizace s LINETem.

NAUČTE SE 100% VYUŽÍVAT MODERNÍ TECHNOLOGIE

Toto produktové školení je připravené ve dvou variantách – Program Standard a Program Premium, které se od sebe liší

svojí délkou, časová dotace Programu Standard je 60 minut, Program Premium trvá dvě hodiny. V rámci obou programů dorazí klinický kouč LINETu k zákazníkovi a přímo na jeho pracovišti představení základní principy ergonomicky správné péče, nácvik polohování a využití klinických poloh lůžka při prevenci dekubitů. Komplexnější program Premium je navíc zaměřený na efektivní používání lůžek pro intenzivní péči a také detailní seznámení s lůžky Latera a Sentida 7-i.

PRÁCE SESTRY NEMUSÍ BOLET

Dvouhodinový workshop Moving & Handling naučí, jak efektivně využít funkce polohovatelného lůžka pro ergonomickou manipulaci s pacientem. Účastníci kurzu se prakticky procvičí každodenní rutinní činnosti, jako je polohování, stlaní lůžka, převlékání a hygiena pacienta, a sami se přesvědčí, jak jim polohovatelné lůžko usnadní práci. Práce zdravotnického per-

sonálu je nesmírně fyzicky namáhavá, díky elektrickému polohování dochází k odlehčení nejvíce namáhaných partií a snižuje se tak riziko úrazu či zranění zdravotnických pracovníků.



DÉLKU HOSPITALIZACE MŮŽETE OVLIVNIT

Správná a včasná mobilizace pomáhá zlepšit zdravotní stav pacienta a urychlit jeho rekonvalescenci, proto LINET přichází se speciálním čtyřstupňovým Programem včasné mobilizace, který vychází z mezinárodních standardů (ACCNA – American association of critical care) pro intenzivní péči. Dvouhodinový program je určený zejména pro pracovníky JIP a ARO, kterým zkušený klinický kouč LINET názorně vysvětlí sofistikované funkce lůžek určených primárně pro tuto oddělení. Lůžko vybavené pokročilými funkcemi se stává pomocníkem, který dokáže „rozhýbat“ pacienta velmi přirozeným, šetrným, ale hlavně bezpečným způsobem.

LINET Akademie

Získejte praktické dovednosti a klinické informace

Interaktivní školení a tréninky pro efektivní využití moderní zdravotnické techniky

- ✓ **NAUČTE** se změnit rutinní praktiky a používat moderní technologie
- ✓ **NATRÉNUJTE** správnou manipulaci s pacienty a klienty
- ✓ **OSVOJTE** si základní postupy správné ergonomické péče
- ✓ **PŘÍSPĚJTE** k rychlejší rekonvalescenci pacientů
- ✓ **PEČUJTE** o vlastní zdraví s podporou elektricky polohovatelných lůžek

Cena kurzů se pohybuje od 3 200 do 5 200 Kč, maximální počet účastníků je 10 osob.



Zdeňka Chalabalová Klinická koučka LINET



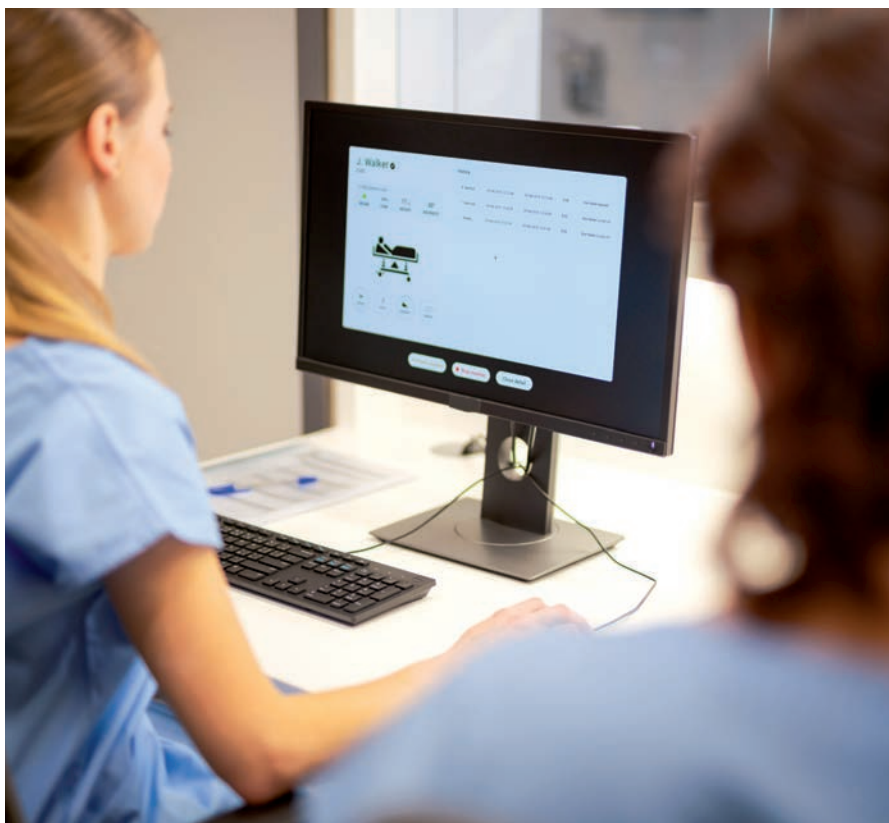
Ze své dlouholeté praxe sestry ve vojenské nemocnici sama dobře vím, jak je tato práce fyzicky namáhavá. Tuto námahu lze omezit, pokud sestra dokáže využít všechny funkce, které jí elektricky polohovatelné lůžko nabízí. Jako klinická koučka proto už několik let školím zdravotnické pracovníky a názorně jim předvádím, jak si mohou usnadnit své každodenní činnosti, jako je stlaní lůžka, polohování pacientů či jejich hygiena.

V LINETu jsme nyní různá školení sjednotili do „jednoho balíčku“ a z naší LINET Akademie si vyberete trénink přesně podle vašich potřeb. Hlavní výhodou je kromě příznivé ceny především to, že dorazíme až k zákazníkovi a vše si procvičíme přímo u něj na jeho pracovišti ve skupině maximálně 10 osob. S LINET Akademií jsme začali letos na jaře a začíná o ni být velký zájem, jen v červnu absolvovalo přes 200 sester školení v programu Standard či Premium.



Nová generace SafetyMonitoru je na světě

Chytrý systém zvyšuje bezpečnost pacientů



Budoucnost moderní lékařské či ošetrovatelské péče patří chytrým technologiím. Do digitálního světa vstupuje i LINET se svojí novou generací unikátního monitorovacího systému SafetyMonitor, který vyhodnocuje výstupy ze senzorů lůžka a okamžitě upozorní, jakmile se děje něco nestandardního. Díky SafetyMonitoru tak může zdravotnický personál rychle reagovat na aktuální situaci.

„**N**ášim cílem bylo zvýšit bezpečnost a spokojenost pacientů, ale zároveň ulehčit život zdravotnickému personálu, který je dlouhodobě přetížen a hrozí riziko chyby či přehlédnutí potenciální rizikové situace,“ vysvětluje důvod vzniku SafetyMonitoru produktový manažer LINETu Lukáš Košnar. Spolu s ostatními členy inovačního týmu, Martinem Ričem a Janem Purkrábkem, představili SafetyMonitor české veřejnosti na květnovém Týdnu informací v pražském Fóru Karlín, největší celorepublikové akci na podporu inovačních projektů.

SafetyMonitor je uživatelsky velmi jednoduché a intuitivní zařízení, které prokazatelně zefektivňuje práci sester. O tom ostatně svědčí i výsledky pilotního

projektu, kdy byl SafetyMonitor úspěšně testován ve Fakultní nemocnici Královské Vinohrady – spokojeno s novým produktem bylo 84 % uživatelů. Díky SafetyMonitoru získá zdravotnický personál přehledné a komplexní informace, systém monitoruje nejen přítomnost pacienta na lůžku, ale i pozici a pohyb lůžka na oddělení. Na případný problém je tak zdravotnický personál okamžitě upozorněn a může ihned zareagovat.

„Instalace SafetyMonitoru se neomezí pouze na Česko a Evropu, plánujeme také vstup na trh v USA. Předtím samozřejmě proběhnou pilotní instalace ve vybraných nemocničních zařízeních,“ nastiňuje plány dalšího rozvoje Lukáš Košnar.

Pre veľký úspech pokračujeme!

Artspect usporadúva v novembri 2. ročník medzinárodnej konferencie v sociálnych službách

Obrovský úspech u všetkých účastníkov zaznamenala minuloročná konferencia pre manažérov a pracovníkov v sociálnych službách, ktorú organizovala spoločnosť Artspect, slovenský partner a distribútor výrobkov značky LINET. Ani tohto roku nebude najväčšia kongresová udalosť v sociálnych službách na Slovensku chýbať.



„**B**olo to vôbec prvýkrát, čo sme sa rozhodli zorganizovať akciu takého veľkého rozsahu a teraz už môžem priznať, že sme sprvu sami netušili, s akou odozvou sa stretieme. Taký pozitívny ohlas zo všetkých strán nás milo prekvapil,“ usmieva sa po niekoľkých mesiacoch Robert Klein. Úspech však tiež zaväzuje. Zatiaľ čo bezprostredne po skončení konferencie nechcel Robert Klein o usporadúvaní ďalšej akcie ani počuť, aj vďaka pozitívnej spätnej väzbe a častých otázkach zo strany odbornej verejnosti zmenil názor a už v januári začal tím Artspectu pracovať na druhom ročníku, ktorý sa bude konať v dňoch 26. – 27. 11. 2019 v krásnom prostredí Vysokých Tatier. „Prvý ročník si kládol za cieľ začať a rozpútať vecnú diskusiu medzi jednotlivými subjektmi tak z privátneho, ako aj verejného sektora. V druhom ročníku sa chceme zamerať predovšetkým na inova-

tívne trendy v ošetrovateľskej starostlivosti o dlhodobo chorých,“ spresňuje hlavnú tému konferencie Robert Klein.

„V minulom roku sa nám veľmi osvedčil formát panelových diskusií namiesto klasických prezentácií, preto budeme v tejto forme diskusie pokračovať aj tohto roku. Už teraz prisľúbil účasť celý rad zaujímavých hostí, dorazia zástupcovia všetkých poisťovní, teda VŠZP, Dôvery aj Unionu. Z ďalších rečníkov by som zmienil napríklad generálneho riaditeľa IZP MZ SR MSc. Martina Smatanu, ministerskú sestru PhDr. Darinu Danyiovú, dipl. s., či Ing. Radka Barana z APSSČR, zástupcu za oblasť Moravy a Sliezska. Očakávam zaujímavé diskusie aj názorové strety,“ sľubuje atraktívny program výkonný riaditeľ Artspectu. Okrem panelových diskusií bude pripravená aj séria interaktívnych workshopov určených najmä pre opatrovatelky, opatrovateľov, sestry a sociálnych

PROGRAM KONFERENCIE

26. – 27. 11. 2019, Grand Hotel Bellevue, Vysoké Tatry

Hlavné témy panelových diskusií:

1. Dlhodobá starostlivosť – vízie a úskalia.
2. Implementácia štandardov, prístup zvyšujúci kvalitu služieb. Štandard ošetrovateľskej starostlivosti o pacienta s poruchami správania.
3. Úskalia dlhodobej starostlivosti o klienta s poruchou správania v špecializovaných zariadeniach.
4. Špecifiká dlhodobej starostlivosti o pacienta s demenciou.

Workshopy:

1. Prevencia a ošetrovanie dekubitov.
2. Rehabilitačné prístupy v starostlivosti o pacientov s poruchami správania.
3. Manažment riadenia rizík.
4. Moving and handling.
5. Reminiscencia.
6. Polohovanie a transport pacientov/klientov.

pracovníkov. „Určite odporúčam zaregistrovať sa na unikátny workshop Moving & Handling, keď s vami skúsení klinickí koučovia LINET-u precvičia nový spôsob ergonomického polohovania pacientov,“ približuje jeden zo zaujímavých workshopov Robert Klein.

Priestor na neformálne stretnutia a diskusie ponúkne spoločenský galavečer s bohatým kultúrnym programom a veľkým prekvapením nielen pre dámy. Zlatým klincom večera bude vyžrebovanie výhercov z radov účastníkov konferencie, ktorí sa zúčastnia na konferencii aj galavečera. Šťastný výherca získa dar od spoločnosti LINET – sofistikované dizajnové lôžko Sentida 7-i na ošetrovateľskú starostlivosť. „Kapacita konferencie je už takmer naplnená, zostáva posledných pár voľných miest. Rozhodne odporúčam čo najskôr sa zaregistrovať na e-mailovej adrese konferencia@artspect.sk,“ upozorňuje Robert Klein všetkých záujemcov o účasť na 2. ročníku medzinárodnej konferencie v sociálnych službách.

NADAČNÍ FOND LINET ROZDĚLUJE I LETOS 1 MILION KORUN

Stejně jako v předchozích čtyřech letech věnuje LINET v letošním hospodářském roce 2019/20 celkem 1 milion korun na podporu rodin v tíživé životní situaci. Finanční prostředky budou použité na podporu konkrétních projektů ve spolupráci s Kontem Bariéry, dar je určený lidem se sníženou nebo zcela omezenou soběstačností, kteří chtějí zůstat v domácím prostředí.

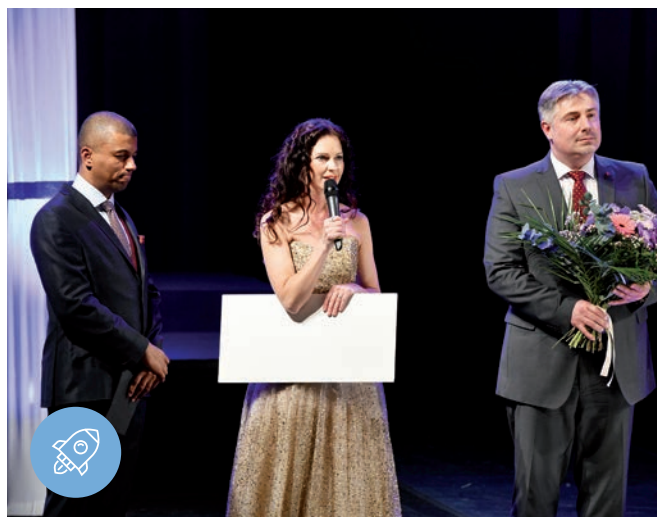
Jedním z příjemců pomoci je i pan Václav Pekárek, který díky Nadačnímu fondu LINET získal komfortní pečovatelské lůžko Movita včetně vrstvené antidekubitní matrace CliniCare 30. „Velmi Vám děkuji za vstřícnost, rychlost, a především ochotu pomoci lidem učinit život o něco snesitelnější, důstojnější a šťastnější,“ ocenila pomoc Nadačního fondu LINET paní Anna, manželka pana Pekárka.

Žádat o podporu z Nadačního fondu LINET je možné u manažerky projektu na e-mailové adrese: petra.tomsova@linet.cz. Rada Nadačního fondu LINET žádosti pravidelně vyhodnocuje a rozhoduje o rozdělení příspěvků. Finanční příspěvky i hmotné dary bude LINET poskytovat do konce března 2020.



KRÁSA POMÁHÁ DĚTEM

Již 14 let organizuje Lenka Kocmanová-Taussigová, Miss sympatie a vicemiss z roku 2002, projekt Krása pomáhá dětem. Zajímavý kulturní program spojený s módní přehlídkou je vždy připraven pro štědré dárcy, kteří chtějí podpořit dobrou věc. Za 14 let konání tohoto charitativního projektu se podařilo získat ve prospěch nemocných dětí téměř 5 milionů korun.



V rámci letošního galavečera, který proběhl v pátek 22. března 2019 v Severočeském divadle, organizátoři předali šeky v hodnotě 305 tisíc korun na dětská oddělení Krajské zdravotní a. s. Finanční dar převzal místopředseda představenstva společnosti Mgr. Radek Scherfer. „Děkuji Ing. Lence Kocmanové Taussigové za dlouholetou podporu dětských oddělení,“ poděkoval jménem představenstva a vedení Krajské zdravotní, a. s., Mgr. Radek Scherfer.

K letošním dárcům se připojil i LINET, díky jehož příspěvku pořídí Masarykova nemocnice v Ústí nad Labem stretcher SPRINT 100.

NOVÝ DESIGN PRO VÝSTAVY A KONGRESY

Premiéra v Dubaji, trofej ze Singapuru. Řeč je o novém designu výstavního stánku, který LINET používá na mezinárodních odborných akcích – veletrzích a kongresech. Vzdušnost, produkty na bílém pozadí a dominantní velkoplošná obrazovka zaobleného tvaru pro interakci s LIVE shows – živými odbornými prezentacemi. To jsou charakteristické rysy, které poprvé návštěvníci ocenili v lednu na veletrhu Arab Health ve Spojených Arabských Emirátech. V dubnu v Singapuru na kongresu intenzivní medicíny ANZICS stánek LINET Group, který hostil mimořádně atraktivní prezentace laterálního náklonu, získal ocenění za nejlepší firemní prezentaci. V květnu LINET se stánek budoval na Paris Healthcare Week, na veletrhu Hospitalar v Sao Paulu v Brazílii, v Šanghaji na veletrhu CMF a v Johannesburgu na veletrhu Africa Health. Vždy šlo o největší veletržní akce v těchto zemích a celých regionech. Zatím posledním úspěchem je prezentace LINETu za podpory nového designu stánku v USA v Nashvillu na odborné akci WOCN věnované léčbě rány a stomiím.

„Těší nás, že LINET bude snadno rozpoznatelný na jakémkoli kongresu či veletrhu. Přidanou hodnotou je vydařená vizuální podoba z dílny našeho dlouhodobě spolupracujícího designéra Ivana Dlabáče,“ uvedla Jana Kučerová, marketingová specialista LINETU. Stánky LINETu jsou kromě zmíněných prvků vybavené také interaktivními dotykovými panely, kde návštěvníci získají informace o všech produktech portfolia LINET.



NEMOCNICE ČR 2019 – KONEC HLASOVÁNÍ SE BLÍŽÍ

Do konce srpna probíhá hlasování o nejlepší nemocnici ČR za rok 2019. Již 14. ročník celostátního projektu „Nemocnice ČR 2019“ pořádá HealthCare Institute, o.p.s., a společnost LINET je tradičním partnerem – každoročně poskytne nejlepší nemocnici novinku ze svého portfolia. Loňský absolutní vítěz, Vojenská nemocnice Olomouc, získal transportní lůžko Sprint 100, vítěz letošního ročníku se může těšit na novou Eleganzu 4.

Projekt „Nemocnice ČR“ má za cíl oceňovat nemocnice pozitivně vnímané v očích pacientů a zaměstnanců a je zaměřen na bezpečnost a spokojenost v nemocnicích. Loňského hlasování se zúčastnilo více než 100 tisíc hospitalizovaných i ambulantních pacientů a přes 6 tisíc zaměstnanců českých nemocnic.

Výsledky letošního ročníku projektu budou zveřejněny na konferenci Efektivní nemocnice 2019 – Strategie zdravotních pojišťoven a nemocnic, která se bude konat ve dnech 3.–4. 12. 2019 v Clarion Congress Hotelu v Praze Vysočanech.



Už je tady léto!

Dlouhé a slunečné dny přímo vybízejí k trávení času venku, na koupalištích, hudebních festivalech, grilovačkách. Ale co když už je tepla až příliš? Vyzkoušejte naše tipy na letní osvěžení.



Nechte se zmrazit

Už jste slyšeli o léčbě chladem, tzv. kryoterapii, která má celou řadu blahodárných účinků pro tělo i duši? Kryoterapie je stále populárnější a není se čemu divit. Extrémní chlad působí pozitivně na imunitní systém, omlazuje, zlepšuje náladu, pomáhá od bolesti, urychluje léčbu měkkých tkání a kloubů a skvěle vám nastartuje organismus.

JAK TO PROBÍHÁ?

Při příchodu do kryocentra se podrobíte zdravotní prohlídce. Do polárie vstupujete v šortkách, nátělníku, s ochrannou rouškou, v rukavicích, s čelenkou přes uši a silnými podkoženkami. V první místnosti o teplotě -60°C setrváte asi 30 vteřin a poté se přemístíte do kryokomory o teplotě -120 až -130°C , kde setrváte 2 až 4 minuty. Po opuštění kryokomory přejdete do cvičební části, kde strávíte 15 až 20 minut na cvičebních strojích.

Po opuštění kryokomory se cítíte nabití energií a plni síly, doporučuje se tedy na rozdíl od většiny ostatních fyzioterapeutických procedur absolvovat ji před začátkem pracovního, sportovního nebo duševního výkonu.



Vyrazte na hory

Léto je ideálním obdobím pro túru po hřebenech hor. Zatímco v nížinách byste se koupali ve vlastním potu, na hřebeni možná obléknete i větrovku.

Vydejte se třeba do Krkonoš, které vás okouzlí nádhernými výhledy do údolí, na horských boudách a můžete dopřát tradiční krkonošské kyselo, osvěžit se točeným pivem anebo třeba po cestě posvačit všudypřítomné borůvky. Ať už vyrazíte na celý víkend, nebo jen na jednodenní pochod, nepamenejte, že na horách se opravdu rychle mění počasí. Počítejte tedy s tím, že můžete vyrazit v tílku a cestou zpět být vděční za větrovku s kapucí. Důležitou výbavou vaší horské výpravy je samozřejmě i kvalitní, „vyšlápnutá“ obuv.

Celé Krkonoše jsou protkané množstvím značených turistických tras. Co si ale opravdu nenechat ujít? Rozhodně nevynechejte úchvatný výhled na Sněžné jámy. Pokud máte slabost pro vodopády, v Krkonoších si přijdete na své. Krásný je labský vodopád, ke kterému se dostanete buď po hřebeni, nebo vystoupáte labským údolím ze Špindlerova Mlýna. Nezapomeňte ani na Pančavský vodopád, který je svou výškou 148 m nejvyšším v České republice.



Kupte si vodní meloun

Bez melounu si léto nedokážeme vůbec představit. Nebudeme se trápit rozhodováním, zda je meloun ovoce či zelenina, v tom mají jasno asi jen botanikové, nám bohatě stačí, že je meloun doslova nadupaný vitamíny a minerály, přitom má navzdory své sladké chuti minimum kalorií.

Na melounech si pochutnávali už ve starověkém Egyptě, o čemž svědčí hieroglyfy na zdech starověkých budov. V našich zeměpisných šířkách známe nejlépe vodní meloun tvořený z 90 % vodou – ideální společník pro horké letní měsíce. Vodní melouny mají vysoký obsah antioxidantu lykopen, který pomáhá v prevenci srdečních chorob, a odborníci se shodují na jeho nezanedbatelném vlivu při boji proti zánětům a nádorovým onemocněním.

Konzumací vodních melounů zabraňujete také chmurám a depresím, obsahují totiž nezanedbatelné množství vitamínu B6, který se mimo jiné podílí také na produkci serotoninu a dopaminu, které jsou zodpovědné za naši náladu a chování. Nízká hladina vitamínu B6 hraje roli i v poruchách krátkodobé paměti, studenti by se tedy měli ve zkouškovém období ládovat melouny co to jenom jde. A tajný tip na závěr: vodní melouny fungují jako přírodní viagra, zvyšují libido a zlepšují krevní oběh. Pánové, rozhodně neváhejte!



Vydejte se do podzemí

Když už teploty několik dní přesahují třicítku a vy nevíte, kde se před horkem schovat, zbývá poslední možnost – utéct pod zem. Věděli jste, že v Česku se nachází více než 2 000 jeskyní, zdaleka ne všechny jsou ale veřejnosti přístupné. Návštěva jeskyní je ideální tip na výlet pro horké letní dny, nezapomeňte si s sebou přibalit teplé oblečení, v jeskyni je běžně o 20 i 30 stupňů chladněji než venku.



VYROBTE SI LEDOVOU TŘÍŠŤ Z MELOUNU

- Na 4 drinky budete potřebovat 300 g melounu, 800 ml silného černého čaje, 1 limetku a třtinový cukr dle chuti
- Tento nápoj je třeba začít připravovat den předem. Nejdříve si uvaříme silný černý čaj (dle chuti osladíme třtinovým cukrem). Po zchlazení ho nalijeme do tvořítek na led a dáme ho přes noc zmrazit. Druhý den ráno vložíme ledové kostky do výkonného mixéru společně s nakrájeným melounem a mixujeme. Hotovou tříšť přelijeme do většího džbánu a přidáme do ní na plátky nakrájenou limetku.

Mezi nejznámější určitě patří punkevní jeskyně Moravského krasu. Jsou otevřené celoročně, ale pozor, pokud si nechcete nechat ujít plavbu na podzemní říčce Punkvě, určitě si návštěvu rezervujte dlouho dopředu. Rozhodně nevynechejte i další jeskynní komplexy v této oblasti – Sloupsko – šošůvské jeskyně včetně jeskyně Kůlna, kde byly nalezeny části lebky neandrtálského člověka staré asi 45 tisíc let, Kateřinskou jeskyni či jeskyni Balcarku s bohatou a barevnou krápníkovou výzdobou. V Kateřinské jeskyni se navíc občas konají i nádherné koncerty s unikátní atmosférou a akustikou. V Olomouckém kraji nedaleko Litovle najdete Javoříčské jeskyně, které vytvářejí komplikovaný komplex chodeb, dómů a propastí. V těchto jeskyních vás okouzlí překrásná krápníková výzdoba, jedna z nejbohatších v Česku.

Na Moravě, zejména té jižní, na vás ale čekají i další zajímavé podzemní prostory. Už tušíte? Ano, příjemný chlázek a posezení si užijete v každém vinném sklípku, kterých najdete v každé vesničce nespočetně. Takže vzhůru do podzemí a na zdraví!

Křížovka

Za správně vyluštěnou křížovku máte velkou šanci získat balíček ZAJÍMAVÝCH DÁRKŮ LINET!

Tajenku zasílejte do 23. 9. 2019 na adresu petra.tomsova@linet.cz.

Začátek tajenky: **Ovládání nového lůžka pro intenzivní péči Eleganza 4 je snadné a intuitivní. Díky ovládacímu panelu v postranici sestry...**



	FILMOVÁ HVĚZDA	2. DÍL TAJENKY	INICIÁLY KAISERA	VĚNOVAT	OVANUTÍ	PŘITAKÁNÍ	A SICE		POLETOVÁNÍ (ŘÍDCE)	4. DÍL TAJENKY	SPZ OLOMOUCE	TÍM ZPŮSOBEM	TRNOVNIK		ZPŮSOBIT BOLEST	ANGLICKÝ ZÁPOR	OTEC (ŘÍDCE)	5. DÍL TAJENKY	ŽENSKÉ JMÉNO	
ASIMILACE (JAZYK.)								SLOTA						POTY						
MILOSTNĚ TOUŽÍVAT								OTLAČENÍ INICIÁLY LAURELA						DRUH HOTELU ANGLICKÝ ČERVENÝ						
JAKMILE			TAMTA OPUŠTĚNÁ			HÝKAVCI PERIFRÁZE					NAPOMÍNAT JIHNOUT						LATINSKY "O" RYBA			
POHODNÝ				PŘITAKÁNÍ SOLMIZ. SLABIKA			NÁSTRAHA INICIÁLY KIPLINGA				ONEN K PAPIR K POKRYTÍ STĚN				ZNAČKA KRUŽÍTEK ZEVNITŘ PRYČ					
	NĚMECKY "TO" PORUCHA				OU NEBOŤ		VYRÁBĚT LÁTKU BŮH LÁSKY						POHOVKA DLUHÁ CHVÍLE						SVORNÍKY	
ŽENSKÉ JMÉNO								ALKAN EVROPAN						VOLNÁ KRAJINA MODEL FORDU						
PRAMÁTI LIDSTVA				NÁZEV SYKAVKY DOVED- NOST			TYP HERCE KOŽESINA NA KRK				TOUŠ CHEM. SLOUČE- NINY				NEOBLE- ČENY CÍL STŘELBY					
ZNAČKA KOSME- TIKY			UMĚLECKÁ BESEDA OBETKATI			BOROVÝ LES STĚNY				POSAZOVAT SE DOMÁCKY MIROSLAV					DIREKT MADRIDSKÝ FC					
JENOM (NÁŘEČNĚ)					OKO (BÁSN.) SOUHLAS			HESLA SET						NÁZEV ZN. POLOMĚRU ŠVÝCAR. REKA			TVÁ OSOBA POSVÁTNY BYK			
KOCOUR (NÁŘEČ.)				DOMÁCKY ADAM PAPOUŠEK			FYZICKÁ ENERGIE PŘÍRUČNÍ VOZÍK							OBLAST ZOLŮV ROMÁN					MAČKAT V NÁRUČI (ZASTAR.)	
PTÁCI S VELKÝM ZOBÁKEM							SMĚS KŮŘENÍ ITALSKÉ HL. MĚSTO					NACHYTAT KAPALINY								
	HASNICE	ODDĚLENÍ NEMOCNIC ITALSKÝ OSTROV				S CHUŤÍ ZPĚVNÍ PTÁCI					VŘENÍ POLYNĚSKÝ NÁPOJ				CIZÍ OVOCE DRNKACÍ NÁSTROJ					
DRUH LOSOSA					KŮRA (ZASTAR.) ÚDAJE					ČINIT ŽENA (MORAV.)						NÁS REŽISÉR INDICKÝ FEUDÁL				
JANINSKÝ PAŠA				VE SVĚM BYTĚ SEBE- OBRAŇA				POKYN NÁDOBA NA VODU						POLNÍ MÍRA SLOVEN. "JAKSI"			TLAK KRVĚ INICIÁLY BOUDOVOÉ			
ZNAČKA RUBIDIA			POKLADNA ANGLICKY "KŘÍŽ"					KUJNÉ NEROSTY PLES						ŽENSKÉ JMÉNO FRANCOUZ- SKY "S"						
PLÁCATI NA ZADEK (DĚTSKÝ)							JEŽIBABA SCEDIT						CIRKUS. UMĚLEC DRUH PAPOUŠKA							
	ANGLICKY "ANNA"	ZKR. AGENTURY SPZ NÁCHODA				ŽENSKÉ JMÉNO DRUH PEPŘE						MUŽSKÉ JMÉNO ASIAT								
NEJMENŠÍ BUVOL					JM. PUGA- ČEVOVÉ LATINSKY "K"						CIZÍ Ž. JMÉNO NIZOZEM. ŽERT*									
1. DÍL TAJENKY								3. DÍL TAJENKY												
NASTUPO- VAT DO AUTOBUSU								VERDIHO OPERA												POMŮČKA: AARA, ANOA, AVEC, INKA, KARB, LIČI, RRA, TARR, UI

