

KOMFORT LINET

Jak zdravotnická technika zlepšuje péči o pacienta | číslo 02 | ZIMA 2023 (časopis nejen pro odbornou veřejnost) | www.linnet.cz



Smart nápady à la LINET

Pura pro jednodenní medicínu

JSME PŘIPRAVENI NA eHEALTH?
Před digitalizací se neschováme



DESIGNED
TO HELP
YOU CARE

Editorial

Srdečně Vás zdravím s novým vydáním časopisu Komfort a doufám, že jeho hlavní téma pro vás bude zajímavé a inspirativní. Digitalizace je totiž trendem, kterému nikdo z nás neuteče.



Moderní technologie, mezi něž patří také naše lůžka, jsou nedílnou součástí tohoto trendu. Digitalizace neboli „smart řešení“ byla pro LINET při vývoji lůžek vždy jedním z ústředních témat. Vždyť naše lůžka musí umět komunikovat s pacientem, zdravotníky, ošetrovateli, biomediky i managementem zařízení. Musí umět hlídat bezpečí pacientů, pomáhat sestřám, zefektivňovat provoz.

Proto jsem rád, že máme v tomto směru co nabídnout. V našem smartcare týmu pracují odborníci napříč firmou, ve vývoji, servisu i produktovém managementu, kteří jsou v denním kontaktu s poskytovateli péče. Naši pozici inovátora chceme dostat.

V aktuálním Komfortu jsme se podívali i na další trendy dnešní doby, kterými jsou jednodenní chirurgie a také rozšíření laterálního náklonu lůžek coby zdatného pomocníka v práci sester a pečovatелů.

V Komfortu samozřejmě nechybí ani poradna Triky a tipy, tentokrát zaměřená na multifunkční křeslo Pura. Ne náhodou, protože právě Pura je jako stvořená pro ambulantní péči a jednodenní zákroky.

Představíme vám několik zařízení, do nichž jsme měli možnost dodat naše lůžka a další vybavení. Chtěli bychom se tak s vámi podělit o radost, kterou máme vždy, když naše produkty dobře slouží.

A protože zima se neodvratně blíží, najdete v Komfortu také pár tipů, jak si toto období zpříjemnit.

Přeji vám krásné Vánoce a hodně zdraví a spokojenosti po celý příští rok.

Tomáš Kolář
výkonný ředitel, LINET Group SE

LINET podpořil Konto Bariéry v celkové hodnotě 350 tisíc korun

Také v letošním roce pomáhá Nadační fond LINET lidem se sníženou nebo zcela omezenou soběstačností, kteří pobývají v domácím prostředí. Nadaci Konto Bariéry, kterou LINET dlouhodobě podporuje, věnoval celkem 350 tisíc korun. Zhruba dvě třetiny prostředků využije nadace formou hmotných darů, další část je určena na nákup rehabilitačních a kompenzačních pomůcek. O hmotné dary a finanční podporu na nákup kompenzačních pomůcek je možné požádat na adrese petra.tomsova@linet.cz.

LINET

Veselé Vánoce

a šťastný nový rok 2024



Obsah

Více čtete uvnitř časopisu



Jsme připraveni na eHealth?

4

Digitalizaci ve zdravotnictví a službách nezastavíme, ale zvládneme ji? Zajímavý pohled na naši připravenost přináší studie společnosti KPMG.



Smart nápady z LINETu

7

Digitalizace je pro LINET důvěrně známé téma, protože na smart řešeních nejen lůžek, ale i dalšího zařízení pracuje už pěknou řádku let.



SafeSense® 3

8

Personál je okamžitě informován o důležitých faktorech pro zabránění vzniku dekubitů či pádu. Chytré řešení pro bezpečnost klientů a efektivní provoz.



Pura

12

Vycházející hvězda jednodenní medicíny. Multifunkční křeslo Pura bylo vyvinuto pro běžné ošetrovatelské a diagnostické procedury, nejrůznější chirurgické zákroky i rekonvalescenci.



Centrum duševní rehabilitace

16

Nejmodernější pracoviště svého druhu ve střední Evropě se otevřelo klientům letos v červnu v Berouně, a kromě dechberoucích interiérů chce přinést i odlišný pohled na péči o duševně nemocné.



Nová Essenza boduje

18

V nemocnicích nejvíce oceňují integrovanou matraci, na standardních odděleních nemocnic a v pečovatelsství je tahákem jednoznačně laterální náklon. Nyní přístupný doslova pro všechny.

Kalendárium



KONFERENCE

22.–26. 1. 2024

26. Colours of Sepsis
Ostrava

15.–16. 2. 2024

Zdravotní péče v sociálních
službách, Tábor



Nejlepší nemocnicí 2023 se stala Nemocnice AGEL Třinec-Podlesí

Již 18. ročník celostátní soutěže o nejlepší českou nemocnici má svého vítěze a hlavní cena, SPRINT 200, tak poputuje do třínecké nemocnice AGEL. Moderní transportní lůžko předal řediteli nemocnice MUDr. Radkovi Neuwirthovi ředitel obchodu pro střední Evropu LINETu Zdeněk Grimm.

LINET je již tradičním partnerem tohoto projektu, který pořádá HealthCare Institut o.p.s. Výsledky se každoročně vyhláší v rámci konference Efektivní nemocnice, a tak tomu bylo i letos na konci listopadu v pražském hotelu Clarion Congress.

Cílem celorepublikového projektu je sestavit žebříček nemocnic podle jejich finanční kondice, míry bezpečnosti a také spokojenosti ambulantních i hospitalizovaných pacientů a zaměstnanců nemocnic. Hodnocení probíhá v několika kategoriích. Absolutním vítězem posledních tří ročníků se stala Nemocnice České Budějovice.

Jsme připraveni na eHealth?



Digitalizace se táhne jako červená nit zdravotnictvím už dlouhá léta. Covid bezesporu prokázal prospěšnost elektronické komunikace, jako třeba eRecept nebo telemedicína, ale celkově jako by náš národní eHealth přešlapoval na místě. Potvrzují to i výsledky rozsáhlé studie KPMG o připravenosti ČR na digitalizaci zdravotnictví.

Mimo jiné z ní vyplývá, že se potýkáme s nevyhovující legislativní úpravou i nekonceptním řízením ze strany státu. Pokud se něco v digitalizaci povedlo, pak to byly dílčí aktivity poskytovatelů zdravotních služeb či tvůrců jednotlivých aplikací a řešení. Studie nabízí i zajímavé srovnání úrovně eHealth s Německem, Dánskem a Nizozemskem.

JAK JSME NA TOM

Za ukazatel digitalizace je považován The Digital Economy and Society Index (DESI), který bere v úvahu lidský

kapitál, konektivitu, integraci digitálních technologií a digitálních veřejných služeb. Dánské království se v roce 2021 umístilo na prvním místě a zároveň mezi roky 2016–21 vykázalo společně s Irskem nejvyšší růst. Nizozemsko skončilo na 4. místě, Německo na 11. a Česká republika na 18. místě se skóre 47,4, což je pod úrovní celkového skóre EU (50,7). ČR zůstává pod průměrem EU jak ve skóre roku 2021, tak v tempu růstu. Viz tabulka č. 1.

Podobně jako DESI hodnotí nedostatečně naši připravenost dotazníkové

šetření mezi zdravotnickým personálem a managementem nemocnic, kterého se zúčastnilo přes 500 profesionálů. 80 % respondentů hodnotí dosavadní pokrok v oblasti digitalizace našeho zdravotnictví na sedmibodové škále mezi body 1 až 4, tedy jako spíše nízký. Viz tabulka č. 2.

CHYBÍ NÁRODNÍ INFRASTRUKTURA

Studie poukazuje na skutečnost, že dosud nevznikla žádná národní infrastruktura a neexistují ani národní řešení k podpoře jednotlivých oblastí digitalizace zdravotnictví. Česká republika dlouhodobě zamýšlí zřídit specializovanou organizaci, která by od ministerstva zdravotnictví převzala kompetence k řízení a implementaci digitalizace. Stejně jako třeba v Nizozemsku ale setrváváme ve fázi rozptýlené základny dat v různorodých a omezeně kompatibilních systémech.

Neuspokojivé je i hodnocení zákona o elektronizaci zdravotnictví a Národní

strategie elektronického zdravotnictví ČR. „Absence legislativních pravidel pro rozšíření a úhrady zdravotnických aplikací konzervuje bariéru nedostatečného rozšíření digitální podpory zdravotních služeb, zachovává monopol státní správy v prosazování digitalizace a neposkytuje dostatek motivace jiným aktérům,“ uvádí studie. Zcela chybí úpravy oblastí, na které se dříve nemyslelo, jako například umělá inteligence, big data, národní zdravotní záznam či podpora inovací.

ÚSPĚŠNÉ, ALE IZOLOVANÉ PROJEKTY

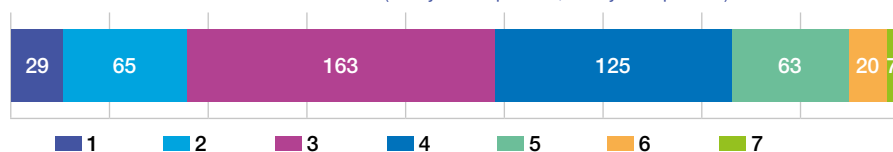
Pokrokem jsou naopak projekty digitalizace vznikající izolovaně v rámci soukromých iniciativ, případně ve spolupráci s městy či kraji. V uplynulém desetiletí proběhly až stovky projektů telemonitoringu, telekonzultací nebo teleedukací v komunikaci mezi poskytovateli zdravotních a sociálních služeb s pacienty nebo klienty. Jako příklady uvádí studie distanční terapii a online telerehabilitaci Rehabilitačního ústavu Kladruby, mobilní aplikaci MOU MEDDI Masarykova onkologického ústavu Brno, telemonitoring pacientů Centra telemedicínských služeb – Fakultní nemocnice Ostrava, službu IKEMonline nebo akční plán Kraje Vysočina zaměřený na digitalizaci zdravotních služeb.

Jednotlivá zařízení řeší digitalizaci separátně, reagují na vlastní potřeby a projekty jsou financovány zpravidla dotačně z různých zdrojů. Tedy většinou bez spoluúčasti ministerstva zdravotnictví jako dosavadního garanta digitalizace, bez podpory k rozšíření na celostátní úroveň.

Tabulka č. 1 | DESI 2021 – Srovnání zemí

DESI 21	ČR	Dánské království	Německo	Nizozemské království	EU
Celkové skóre / pořadí	47,1 / 18	70,1 / 1	54,1 / 11	65,1 / 4	50,7

Tabulka č. 2 | Zhodnoťte ze svého pohledu dosavadní pokrok v oblasti digitalizace (eHealth) českého zdravotnictví (1 nejmenší pokrok, 7 největší pokrok)



BARIÉRY VS. PŘÍLEŽITOSTI

Za největší bariéry digitalizace zdravotnictví respondenti považují nekonceptční přístup ze strany státu k eHealth, hrozby kybernetické bezpečnosti, nedostatek finančních zdrojů a nedostatečnou politikou a osvětovou podporu tématu. Naopak jako největší příležitosti jsou vnímány sdílení dat mezi poskytovateli zdravotních služeb, novelizace zákona o elektronizaci zdravotnictví, zavedení elektronického zdravotního záznamu občana a přenos mezinárodních zkušeností. Oceňovaný je také rozvoj telemedicíny, inovací a mobilních zařízení.

A co si od digitalizace slibujeme? Pro poskytovatele zdravotních služeb je to zvýšení efektivity, omezení administrativní náročnosti a lepší informovanost lékařů díky sdílené dokumentaci. Pro veřejnou správu a zdravotní pojišťovny jde vedle snížení nákladů také o zlepšení dostupnosti a organizace zdravotní péče. Občanům by digitalizace měla přinést komfort v přístupu k péči, silnější motivaci k péči o zdraví a také vyšší kvalitu péče.

INSPIRACE V DÁNSKU

V Dánském království už přes 20 let působí specializovaná agentura MedCom a současná vyspělost země v digitalizaci je výsledkem dlouhodobého procesu a spolupráce zainteresovaných stran. V roce 2018 spustili server sundhed.dk, který jako národní program pro osobní zdravotní údaje poskytuje potřebná data napříč zdravotním systémem. Každý občan má identifikační číslo, kterým se přihlásí na portál, kde se může objednat na vyšetření, má okamžitý

ČR vs. Dánsko a Nizozemsko

ČR má nejvyšší počet lůžek

na obyvatele (2× více než Dánsko a Nizozemsko), tj. 658 lůžek na 100 tis. obyvatel, evropský průměr je 530 lůžek na 100 tis. obyvatel. Naopak máme nejnižší počet zdravotníků na obyvatele.

ČR vynakládá nejméně % HDP

na zdravotnictví a zároveň jde na zdravotní péči 3× méně výdajů.

Pacienti v ČR tráví v průměru v nemocnicích necelých 10 dní

(oproti Dánsku a Nizozemsku až 2× delší dobu).

ČR má s oběma zeměmi

srovnatelnou délku let ve zdraví, ale nejnižší průměrnou délku dožití.

Plyne z toho, že ČR by měla být motivována zlepšovat kvalitu a dostupnost péče a směřovat k její udržitelnosti.

přístup ke své zdravotní kartě a může absolvovat i telekonzultace.

Zatímco v roce 2015 využívalo digitální aplikace jen 20 % lidí, v roce 2021 to bylo již 66 %. Aplikace MinSundhed (mé zdraví) eviduje 5 milionů stažení. Mezi úspěchy dánského eHealth patří například aplikace na domácí léčbu ran. V nemocnici Bispebjerg zvýšila služba telehealth pro pacienty s ranami efektivitu léčby i jejich spokojenost. Za léčbu odpovídají specializované domácí sestry, které koordinuje centrum hojení ran v nemocnici. Úspěšně v zemi fungují také projekty domácí chemoterapie, domácí monitoring žen s těhotenskými komplikacemi nebo telepsychiatrie.

Nutno dodat, že Dánsko v posledních letech vynakládá v přepočtu na obyvatele nejvyšší absolutní výdaje do zdravotnictví a stejně tak má nejvyšší podíl HDP na zdravotnictví ze sledovaných zemí.

Studii zpracovala společnost KPMG Česká republika pro Alianci pro telemedicínu a digitalizaci zdravotnictví a sociálních služeb (ATDZ), 2022.



Na digitální téma s Jiřím Horeckým

Pokud chcete znát zasvěcený a praktický pohled na problematiku digitalizace ve zdravotnictví a sociálních službách, máte jasnou volbu. Ing. Jiří Horecký, Ph.D., MBA, se v těchto oblastech pohybuje již hezkou řádku let. Je dlouholetým prezidentem Asociace poskytovatelů sociálních služeb a stál také u vzniku Aliance pro telemedicínu a digitalizaci zdravotnictví a sociálních služeb ČR.

Studie o připravenosti ČR na digitalizaci pro nás nevyznívá příliš lichotivě. Co je podle vás osobně aktuálně největší bariérou pro rozvoj digitalizace?

Jednoznačně můžeme hovořit o absenci srozumitelného zadání ze strany státu, kde chybí jasná vize a plán k jejímu naplnění nebo alespoň přiblížení. Ostatně toto rezonovalo jako největší bariéra i v rámci provedeného rozsáhlého šetření v kruhu odborné veřejnosti. Následuje legislativní prostředí a pak další menší bariéry, jako jsou například digitální dovednosti nebo kybernetická bezpečnost.

Co se podle vás naopak za poslední roky povedlo?

Řada dílčích aktivit a projektů, jako například e-Recept nebo e-Neschopenka. Dále máme některé regionální příklady dobré praxe v oblasti digitální komunikace a sdílení dat. A pak samozřejmě telemedicína, jejíž rozšíření bylo akcelerováno pandemií covidu-19.

Proč je právě na digitalizaci zdravotnictví kladen takový důraz?

Digitalizace dokáže zefektivnit systém zdravotnictví. Odhady Evropské komise



Jiří Horecký

jsou v řádech miliard eur, Světová banka pak uvádí až 15%. Dalším přínosem je lepší a rychlejší přístup

pacientů k péči a veliký potenciál spatřuji v preventivních programech v momentě, kdy budeme umět a smět pracovat se všemi daty.

Jak konkrétně pomáhá digitalizace řešit problém nedostatek personálu v nemocnicích a sociálních zařízeních?

Digitalizace ve zdravotních a sociálních službách v tuto chvíli primárně zvyšuje bezpečnost pacientů, klientů a zaměstnanců. Dále snižuje rizika, zvyšuje komfort a kvalitu života příjemcům péče apod. Ale primárně nevede ke snižování lidských zdrojů. Snad s několika výjimkami, jako je třeba snižování administrativní zátěže v důsledku digitálních řešení.

Digitalizace není jen o elektronizaci dat, ale také o moderních technologiích. Jaký vidíte jejich přínos?

To by bylo na samostatný článek. Současné technologie mají obecně spíše asistivní než substituční charakter. A důležitým aspektem je také jejich cena, a tím i širší dostupnost.

Jaké aplikace nebo technologie týkající se zdraví využíváte vy osobně?

Až na některé chytré aplikace nevyužívám zatím žádné, ale uvažuji o pravidelném měření a monitorování některých mých biologických dat.

Ve spojení s digitalizací se mluví hlavně o zdravotnictví. Jak si máme představit digitalizaci v sociálních službách?

Digitalizaci v sociálních službách v tuto chvíli myslíme digitální komunikaci a sdílení dat, chytré monitorovací a dohledové systémy, které mohou využívat i umělou inteligenci, a některé technologie či robotická řešení. Ta se zatím spíše testují a přicházejí pozvolna.

Můžete stručně zhodnotit, co se na tomto poli nedaří, co se naopak povedlo?

V sociálním sektoru má MPSV ČR poměrně veliké ambice, je však otázkou, jak rychle se je podaří realizovat. Jako klíčový úspěch a nutný předpoklad pro další budoucí rozvoj vnímám například rozhodnutí o vytvoření jednotného sociálně-zdravotního systému pro vykazování, sdílení a vyhodnocování dat, který zde velmi chybí.

Nevytratí se s digitalizací lidský aspekt, který je například právě v pečovatelské nezastupitelný?

Technická vyspělost a úroveň technologie tak, jak je známe a vidíme, nyní neumožňuje nahrazení člověka. Jak bude vypadat digitalizace ve zdravotnictví a sociálních službách za deset, ale spíše dvacet a více let, si nedokážeme úplně přesně představit, a bylo by velmi riskantní se na tyto budoucí naděje a možnosti v rámci plánování budoucího rozvoje spolehat.

Aliance pro telemedicínu a digitalizaci zdravotnictví a sociálních služeb

vznikla před dvěma lety s cílem sdružovat klíčové stakeholdery v této oblasti. Partneři aliance jsou proto přední představitelé z vývoje a poskytování nových technologií, inovativních řešení, IT společnosti, zástupci průmyslu v oblasti zdravotnictví a sociálních služeb a rovněž poskytovatelé zdravotních a sociálních služeb.

ATDZ chce podporovat odbornou diskusi, přinášet informace k využívání národních i evropských zdrojů, nabízet příklady dobré praxe nebo znalosti z jiných zemí aktivním propojením na evropské a světové struktury v oblasti digitalizace.

www.atdz.cz

Smart nápady = digitalizace à la LINET

Digitalizace je pro LINET důvěrně známé téma, protože na smart řešeních nejen lůžek, ale i dalšího zařízení pracuje už pěknou řádku let. „Digitalizací chceme zvýšit bezpečnost pacientů a klientů, snížit fyzickou i administrativní zátěž zdravotníkům a pečovatelům, a v neposlední řadě péči zefektivnit,“ říká Lenka Kočková, v LINETu zodpovědná za Smartcare segment.

Co konkrétně vyvinul LINET v oblasti digitalizace?

Díky Smartcare řešení umí naše lůžka v reálném čase přenášet data týkající se bezpečné polohy pacienta, jeho pohybu, ale také aktuální hmotnosti na obrazovku na sesterně i do nemocničních systémů. V první řadě jde o asistenční systém SafeSense®, který využívá senzorickou podložku pro monitoring pohybu pacienta na lůžku a podložku pro detekci zvýšené vlhkosti. Výhodou je, že variantu „standalone“ je možné aplikovat na jakékoli lůžko. Monitorovací systém SafetyPort zase pracuje se senzory, které jsou již integrované v samotném lůžku. Díky komunikačnímu modulu poskytuje systém přehled o stavu lůžka a přehledné reporty o dodržování bezpečnostních postupů třeba pro prevenci pádů.

Je o tyto systémy zájem?

Aktuálně máme na Smartcare připojeno kolem 3 000 lůžek. Z toho třetina připadá na instalace podložek SafeSense®, a to jak v sociálních, tak i zdravotnických zařízeních. SafetyPort byl primárně vyvíjený pro americký trh, ale v současnosti máme instalace i ve Španělsku, Itálii, Velké Británii a poptávky z dalších zemí Evropy. Velký zájem projevují i špičková centra z Brazílie.

Plyne z toho, že je Amerika v digitalizaci napřed?

Asi tomu tak bylo dříve, ale myslím, že i díky covidu se Evropa rychle dotáhla. Spojené státy udávají trendy v oblasti kyberbezpečnosti, což zřejmě souvisí s tím, že hackerské útoky na nemocnice jsou tam častější a ofenzivnější.



Lenka Kočková

A horká LINETÍ novinka?

Připravujeme lokalizační řešení Smarttrack, založené na technologii RTLS (Real-time Location system), který bude umět

sledovat polohu nejen lůžek a matrací, ale i dalšího nemocničního zařízení, jako jsou infuzní pumpy, stretchery nebo třeba kolečková křesla, a to v reálném čase. Systém bude pracovat s bluetooth tagy, tedy tzv. chytrými lokátory.

Jak jsou vaše systémy připraveny na pokračující digitalizaci nemocnic?

Smartcare produkty jsou plně interoperabilní, tedy propojitelné s nemocničními systémy, jako je nurse call, elektronická karta pacienta a další. Do těchto systémů může být automaticky přenášeno přes 40 dat z lůžek. Personál tak je v reálném čase upozorněn na bezpečnostní riziko pacienta, ať už na dashboardu v sesterně, nebo napojením na nurse call. Systém umí automaticky přenášet také aktuální hmotnost pacienta do jeho elektronické karty, čímž se předchází chybovosti při přepisu dat.

Nabízí se využití pro vzdálený servis lůžek.

Přesně tak. Systém vzdáleně monitoruje polohu a technický stav lůžka a hlásí, kdykoli je něco v nepořádku. Technik či biomedicínský inženýr může lůžko okamžitě lokalizovat, problém vyřešit, a minimalizovat tak dobu, kdy je lůžko mimo provoz.

SafetyPort

= automatizovaný přenos a vizualizace údajů o pacientech a lůžkách



Data o pacientovi a lůžku, sbíraná pomocí zabudovaných senzorů v lůžku LINET, jsou přenášena na dashboard v sesterně a do dalších nemocničních systémů. Sledování dat je přizpůsobeno potřebám jednotlivých oddělení či týmů. SafetyPort sleduje například nastavení postranic, polohu zádového dílu, zabrzděné lůžko, interval a způsob polohování pacienta nebo reakční dobu na Bed Exit Alarm, tedy upozornění na opuštění lůžka pacientem. Sestry mají přehled o aktuálním stavu pacientů i lůžek, biomedicínský inženýři mohou sledovat údaje o údržbě a vytíženosti, management zase všechny důležité trendy v čase. Vedení nemocnice získává nástroj ke sledování plnění cílů místo manuálního zaznamenávání dodržování standardů bezpečnosti pacientů.

Díky velkému množství detailních technických dat budeme v budoucnu schopni nabídnout zákazníkovi i prediktivní údržbu, tak abychom byli vždy o krok napřed.

Co smart řešení přináší sestřím a pečovatelům?

Automatický přenos dat jednoznačně snižuje administrativní zátěž personálu, který může čas věnovat pacientovi či klientovi. Díky jednoduchému přehledu a upozornění v reálném čase mohou zdravotníci a ošetřovatelé reagovat tam, kde je to potřeba. Například na nočních směnách, kdy je personálu méně, jsou smart systémy neocenitelným pomocníkem.

Digitální SafeSense® 3 pro prevenci pádů i dekubitů



Nedostatek sester a ošetřovatelů je realitou. A počet lidí, kteří potřebují péči, rychle roste. Asistenční systém SafeSense® 3, který sleduje pohyb pacienta nebo klienta na lůžku, dokáže zvýšit jejich bezpečnost a zároveň významně zefektivnit práci personálu.

Díky SafeSense® 3 je personál okamžitě informován o důležitých faktorech pro zabránění vzniku dekubitů či pádu. Výsledkem je snížení počtu rutinních kontrol a zkrácení reakční doby ze strany personálu.

STOP DEKUBITŮM

Systém monitoruje pohyb pacienta na lůžku a zaznamenává ho v čase. Pro

každého pacienta je možné nastavit individuální interval pro polohování, takže personál má jasný přehled o tom, který pacient potřebuje změnu polohy. Ošetřovatel si může stanovit priority a omezit neefektivní kontroly na všech pokojích.

Podložka Wetness Pad detekuje vlhkost matrace a systém upozorní ošetřovatele na potřebu hygieny u pacienta. Nejenže se

Dekubity a pády patří k největším ohrožením fyzického zdraví i psychické pohody obyvatel sociálních zařízení.

Cca 37,5 % obyvatel v domovech s pečovatelskou službou je ohroženo dekubity a bude nutné je proto pravidelně polohovat.*

Cca 50 % obyvatel sociálních zařízení padá nebo je vystaveno vysokému riziku pádu. Vážný pád často znamená pro rezidenta doživotní imobilitu.**

tím zvyšuje ochrana před vznikem dekubitů, ale také diskrétnost, protože pacienti se často mohou stydět a čekají s oznámením problému až na pravidelnou kontrolu personálem.

NEBEZPEČNÉ PÁDY

Funkce Bed Exit informuje personál pokaždé, když se pacient snaží opustit nebo opustí lůžko. Zásadní výhodou je v tomto případě rychlá reakce na případný pád a snížení jeho negativních následků. Alarm pro přivolání sestry je možné individuálně načasovat, takže ošetřovatel je upozorněn jen v případě potřeby. Možný je i tichý režim.

JAK TO FUNGUJE

Podložka je buď přímo integrována do lůžek LINET nebo může být používána jako samostatné řešení. SafeSense® 3 je možné připojit na systém pro přivolání sester nebo i nemocniční a pečovatelskou síť a pomocí aplikace CareMonitor lze pak pacienty nepřetržitě monitorovat a získávat přehledy důležité pro plánování péče a dokumentaci. Personál sleduje aktivity na tabletech, chytrých telefonech nebo PC. Novinkou jsou příchozí notifikace na mobil, což je užitečné, například pokud je ošetřovatel mimo sesternu.

Zdroj: * wissner-bosserhoff, vlastní průzkum 2020

** Prevention of Falls in Care, 1st Revision, 2013



Pro bezpečí klientů v Roudničce

Celkem osmnáct klientů s těžším zdravotním postižením našlo letos v říjnu svůj domov v nově otevřeném zařízení v Roudničce v Hradci Králové. Žijí zde ve třech domácnostech a o jejich bezpečnost se kromě ošetřovatelů stará také řada technologických novinek včetně monitorovací podložky SafeSense® 3.



TĚMĚŘ JAKO DOMA

Jde o tři samostatné domácnosti, každá pro šest klientů, kteří mají k dispozici moderní a pohodlné ubytování, kvalitní péči, služby a rozmanité aktivity, co nejvíce podobné běžným domácnostem. Pro obyvatele byly připraveny převážně jednolůžkové ložnice, kuchyně, obývací pokoj s jídelním koutem, společenská místnost a hygienické zázemí. Veškeré prostory jsou přizpůsobeny pro pohyb a potřeby imobilních osob nejen na vozíku, ale i na pečovatelském lůžku. „Obslužné a technické prostory včetně terapeutických dílen, fyzioterapie nebo zázemí pro personál jsou umístěny mimo bytové jednotky tak, aby nebyl narušen rodinný charakter domácností,“ popisuje Alena Goisová, ředitelka Domova Dědina, pod který Domov Roudnička spadá.

BEZPEČNÉ PROSTŘEDÍ

Pokoje klientů jsou vybaveny elektricky polohovatelnými lůžky s pasivními, případně aktivními antidekubitními

matracemi. Speciální lůžka Sentida sc je možné nastavit jen do 23 cm nad zem, aby následky případného nechtěného pádu byly minimální. Pro jistotu a bezpečí klientů slouží i dělené postranice.

Běžné vybavení každého pokoje je doplněno přivolačným systémem, a to i na toaletách a v koupelnách.

K dispozici jsou sprchová lehátka, pojízdná sprchová židle a rovněž mobilní sprchový systém umožňující koupání přímo na lůžku.

TECHNOLOGICKÉ NOVINKY

Celkem šest lůžek je vybaveno asistenčním systémem Safe Sense 3, který má usnadnit pečovatelským pracovníkům dohled hlavně v nočních hodinách. Sensorová podložka v reálném čase monitoruje pohyb klienta na lůžku, a pokud je pohyb v nastaveném intervalu nedostatečný, pečovatel dostane připomínku na vybrané chytré zařízení. „Nemusí vždy obcházet všechna lůžka a preventivně polohovat všechny klienty, což je velice fyzicky náročné. Může jedním pohledem zjistit, komu se má primárně věnovat, a pokud by zapomněl, asistenční systém ho na nedostatečný pohyb a potřebu polohování u konkrétních rezidentů upozorní,“ vysvětluje Jiří Provažník ze společnosti LINET, která dodala jak lůžka, tak podložky. V Roudničce budou pomáhat

také další funkce SafeSense® 3, a to bed exit alarm při opuštění lůžka klientem a podložky na detekci vlhkosti v lůžku.

NONSTOP SLUŽBA

Roudnička je speciálně upravena pro lidi vyžadující vysokou míru podpory s přidruženým tělesným postižením. Služba je poskytována 24 hodin denně 365 dní v roce. Přímou péči zde zajišťuje třináct pracovníků v sociálních službách, dvě všeobecné sestry a jeden fyzioterapeut. Součástí péče jsou také aktivizační činnosti, volnočasové aktivity nebo zprostředkování kontaktů se společenským prostředím a rodinami.

Dosud podobný typ sociální služby na Hradecku zcela chyběl. Roudnička spadá pod Domov Dědina z Opočna na Rychnovsku, který provozuje podobná zařízení v Českém Meziříčí, Opočně, Přepychách a Klášteře nad Dědinou. Kromě toho má také chráněná bydlení v Jaroměři, Náchodě, Třebchovicích pod Orebem a Novém Městě nad Metují.



Co ukrývá prostěradlo



Aneb jak vybrat vhodnou matraci

Výběr matrace pro osobní potřebu bývá oříškem, o to více je problematické zvolit správnou matraci pro různá oddělení nebo přímo pro konkrétního pacienta. Přitom vhodná matrace je stěžejní pro podporu léčby a prevenci vzniku nebezpečných dekubitů.

akutní péče nemocnic nebo klientů sociálních služeb – zejména seniorů a imobilních osob.

Air2Care 4 je sedák, Air2Care 6 standardní matrace a verze Air2Care 8 má nosnost až 250 kg. Světovým unikátem je, že matrace 6 a 8 jsou rovněž k dispozici jako integrované systémy. To znamená, že vzduchová pumpa i ovládání jsou součástí lůžka. Výhodou je zejména větší míra komfortu pro ležícího. Integrovaný kompresor je tichý a jeho provoz neruší při klidovém režimu, zejména během spánku.

Přehled antidekubitních matrací LINET

-  Integrovaná matrace
-  Matrace

Pasivní matrace

Hybridní matrace

Aktivní matrace



Základní řada
EffectaCare
PrimaCare



Prograsivní řada
MediMatt



Prémiová řada
ViskoMatt



CliniCare 100 HF



Alternující (2 cely)
Air2Care



Alternující (3 cely)
Virtuoso



S konstantně nízkým tlakem
OptiCare
OptiCare X

PASIVNÍ MATRACE JAKO ZÁKLADNÍ PÉČE

Účinnost pasivní neboli pěnové matrace je založena na maximální redistribuci, tzn. rozložení tlaku na co největší plochu. Toho je možné dosáhnout zejména použitím kvalitních PU a viskoelastických pěn. Například prémiová řada viskoelastických matrací ViskoMatt kombinuje mimořádné vlastnosti paměťové pěny pro redistribuci tlaku, studenou pěnu jako stabilní oporu a patentovaný potah vytvářející optimální kontaktní prostředí.

AKTIVNÍ MATRACE PRO PREVENCI I LÉČBU

Jak název napovídá, aktivní vzduchové matrace pracují na principu aktivity. Pohyb vzduchu zajišťuje kompresor (pumpa), který se stará buď o vytvoření tzv. alternujícího systému nebo systému s proudícím vzduchem se stálým tlakem.

U alternujících (střídavých) matrací dochází k neustálému nafukování a vyfukování sousedních částí segmentů

matrace. To, co se složitě popisuje, funguje velice jednoduše. V místě kontaktu pokožky s podložkou dochází k odlehčení tlaku, přičemž je zachována celková opora ležícího těla.

Konstrukce těchto segmentů, tzv. cel nebo komor, může být dvoucelová nebo třícelová, matrace mohou mít i několik vzduchových vrstev. Pro nejrizikovější pacienty je určena nejvyšší řada matrací Virtuoso PRO, s třícelovým alternujícím systémem a možností individuálního nastavení tlaku v jednotlivých celách. To pomáhá k odlehčení oblastí těla s již rozvinutými dekubity nebo s vysokým rizikem jejich vzniku.

PRO KOHO JE ALTERNACE?

Třícelové alternující matrace jsou používány zejména na jednotkách intenzivní péče u pacientů s vysokou mírou imobility. Stejnou technologii alternujícího tlaku má ale i nová řada dvoucelových matrací Air2Care, které byly vyvinuty s ohledem na potřeby pacientů v rámci

INTEGROVANÉ SYSTÉMY PRO INTENZIVNÍ PÉČI

Integrovaný kompresor má i další skupina matrací, a to ty s konstantně nízkým tlakem. OptiCare a OptiCare X jsou součástí lůžek nejvyšší řady – Multicare a Multicare X. Jejich výhodou je vedle integrace také mikroklima management a možnost tzv. pronáčního módu pro ventilované pacienty v pronáční poloze.

ŠIKOVNÝ OBOJZIVELNÍK

Jak spojit výhody pasivních a aktivních matrací? Jak při změně stavu pacienta použít vhodnou matraci bez nutnosti jeho přesunu na jinou? Takovou možnost nabízí hybridní modely, které fungují jako pasivní matrace, pokud jsou ale připojeny ke kompresoru, systém se může změnit na aktivní. Aktivní mód pak slouží k efektivní prevenci dekubitů a v případě snížení rizika se matrace změni zpět v komfortní pasivní podložku s optimalizovanou redistribucí tlaku.

Ráno do nemocnice, večer domů

Přestože jednodenní medicína u nás zatím úplně nezdomácněla, zdá se, že její vzestup nelze zastavit. Přináší benefity pro pacienty a může ušetřit miliardy korun.

V Česku se dnes provádí v rámci jednodenní medicíny zhruba 6 % výkonů, což nás podle OECD řadí na předposlední místo v Evropě. Například v Anglii je už přes třetinu operací jednodenních. Přesto se i u nás množství jednodenních zákroků zvyšuje. „Počet pacientů, kteří podstoupili zákrok v režimu jednodenní péče, vzrostl mezi prvním pololetím 2021 a stejným obdobím roku 2023 o 30 %“, uvedla čísla za klienty VZP její mluvčí Viktorie Plířová. V prvním pololetí 2021 tak prošlo jednodenní péčí 18 600 pacientů VZP, za letošní půlrok už 24 800.

Při vhodném nastavení jednodenní péče, správném výběru výkonů a pacientů dokáže tento systém generovat i miliardové úspory ročně. A přináší řadu dalších nesporných výhod. Znamená menší psy-

chický stres pro nemocného spojený s pobytem v nemocnici, a tím i rychlejší návrat k normálnímu způsobu života. Snižuje se riziko nákazy infekcemi, k nimž při pobytu v nemocnici často dochází. Zkracuje se čekací doba na plánované operace, zvyšuje se efektivita využití operačních sálů a v neposlední řadě také lékařů a sester.

Jednodenní péče je plánovaná operativa, kdy pacient přichází na výkon a do 24 hodin po zákroku odchází do domácí péče. První balíčky s jednodenní péčí začaly v českém systému vznikat v roce 2005, větší rozmach přineslo až širší využívání miniinvasivních výkonů, především laparoskopie. Dnes se jednodenní péče využívá hlavně v chirurgii, ortopedii, gynekologii, urologii, kardiologii a snad nejvíce a nejdéle dobu v očním lékařství. Nově Ministerstvo zdravotnictví motivuje skrze úhradovou vyhlášku, aby se i jednodenní péče v Česku rozvíjela podobně jako ve vyspělých zemích světa.

Konference jednodenní

chirurgie, první svého druhu v ČR, proběhla v Praze na konci listopadu. Organizovala ji International Association of Ambulatory Surgery (IAAS) za účasti chirurgů a anesteziologů z USA, Velké Británie, Nizozemska, Portugalska, Norska, Belgie a také České republiky. LINET měl možnost prezentovat své multifunkční křeslo Pura, vyvinuté právě pro potřeby jednodenní medicíny.



PRIVAMED rozšiřuje intervenční kardiologii

Čerstvou novinkou v plzeňské nemocnici PRIVAMED je rozšíření spektra prováděných vyšetření a léčby v zaběhnuté intervenční kardiologii. Od listopadu je pracoviště v provozu pět dní v týdnu místo dvou a zároveň se přesunulo v rámci areálu nemocnice do nových, moderních prostor Polikliniky PRIVAMED.

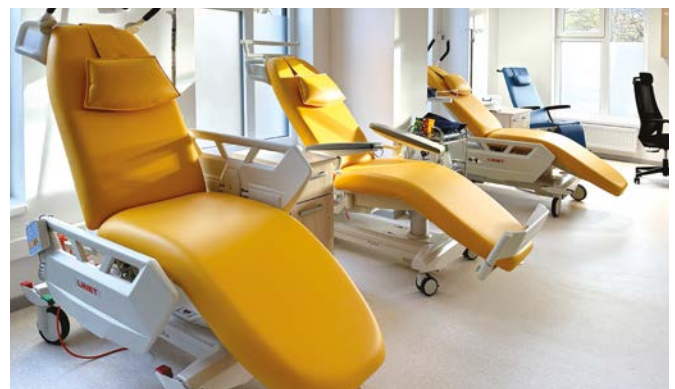
„Letos se nám podařilo vybudovat nový samostatný kardiologický katetrizační sál s kompletním přístrojovým vybavením a otevřít denní stacionář. Samozřejmě jsme posílili tým o špičkové lékaře a zkušený personál,“ uvedla Ing. Zuzana Těřálová, technická ředitelka PRIVAMED a.s. Nemocnice tak rozšířila služby i o výkony na věnčitých tepnách u nemocných s ischemickou chorobou srdeční a též vyšetření nemocných se srdečními vadami. Spolu s novým sálem intervenční kardiologie a stacionářem otevírá totiž také ambulanci intervenční kardiologie.

Intervenční kardiologie funguje v plzeňské nemocnici již od roku 2018, kdy navázala

na řadu let probíhající úspěšný program cévních intervencí. Výkony jsou prováděny s krátkou hospitalizací nebo v jednodenním režimu právě díky novému stacionáři. Jeho nepostradatelnou součástí jsou i komfortní křesla PURA. „Toto multifunkční křeslo vyniká svou variabilitou, perfektním zpracováním detailů a příjemnými uživatelskými vlastnostmi. Lehce se s ním manipuluje a rychle a snadno upravuje nastavení dle potřeb pacientů i personálu,“ vysvětluje Zuzana Těřálová.

Celkem šest nových křesel Pura společnosti LINET koupila nemocnice pomocí evropských dotací. Slouží nejen na denním stacionáři oddělení intervenční kardiologie, ale také na JIP a interně.

Nemocnice PRIVAMED v Plzni je nestátní zdravotnické zařízení s řadou špičkově vybavených oddělení. Bývalá Městská nemocnice prošla během více jak 28 let viditelným vývojem. Mezi nejvýznamnější investice v jejím areálu, kromě pravidelné obnovy přístrojového vybavení, patří pavilon Centra jednodenní chirurgie a ortopedie, nové moderní prostory pro laboratoře a v letošním roce otevřená poliklinika.



Triky a tipy na využití křesla Pura

Díl 6.: Efektivita jednodenní medicíny

Pura byla stvořena pro oblast jednodenní medicíny, která se těší stále větší oblibě. Svou výbavou je Pura vhodná pro běžné ošetrovatelské a diagnostické procedury, nejrůznější chirurgické zákroky i rekonvalescenci. Pobyť pacienta ve zdravotnickém zařízení se zefektivňuje. Seznamte se s naší vycházející hvězdou jednodenní medicíny.

+

Převoz bez námahy

Technologicky pokročilá konstrukce podvozku je ideální pro bezpečný a fyzicky nenáročný převoz pacientů. Podvozek je vybavený 5. kolečkem a centrální brzdou. Transport usnadňují další detaily, jako ergonomické madlo nebo nárazníky.



+

Stabilita a velikost

Křeslo je velmi stabilní a zároveň kompaktní pro pohyb v ambulancích i nemocnicích.



JEDNO KŘESLO STAČÍ

Všechny procedury v ambulantní péči nebo jednodenní chirurgii bez přesouvání pacienta.



příjem a převoz



operační stůl
nebo křeslo pro menší procedury





Zaměřeno na bezpečnost

Křeslo má postranice pro bezpečí pacienta. Díky technologii Soft Drop je spuštění postranic plynulé a tiché, což je pohodlné pro personál a příjemné pro pacienta. Pro spuštění potřebují postranice jen 6,5 cm po straně křesla, takže dovolují neomezený přístup k pacientovi.



Variabilita polohování

Rychle a snadno lze ovladačem nastavit výšku křesla pro ergonomickou práci s pacientem. Jednoduché je i nastavení nejrůznějších poloh zádové a nožní části křesla podle potřeby: od terapeutických procedur přes chirurgický zákrok až po komfortní rekonvalescenci. Včetně Trendelenburgovy polohy.

PURA PRO VYŠETŘENÍ A LÉČBU

Křeslo ve výbavě s područkami zajišťuje pohodlí při dialýze, onkologické léčbě nebo dárcovství krve.



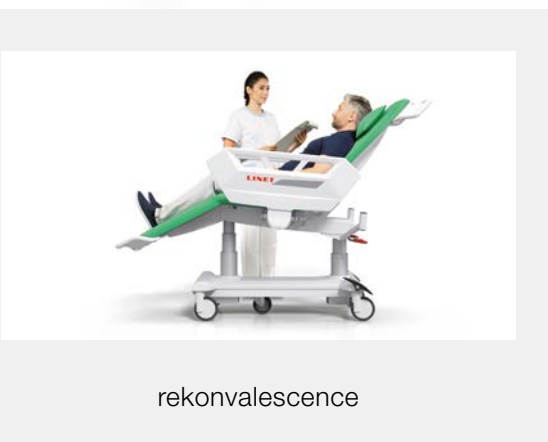
Snadná mobilizace

Nízká poloha křesla je ergonomická pro bezpečné a pohodlné usedání do křesla nebo při vstávání.



Komfort

Měkké polstrování, pohodlné loketní opěrky a unikátní nastavitelná opěra nohou pro komfortní pobyt v křesle.



rekonvalescence

křeslo



stretcher



lůžko



operační stůl



Velká výměna v Nemocnici Na Františku

Jednotky intenzivní péče, ale také standardní oddělení akutní péče Nemocnice na Františku získaly letos po prázdninách díky dotačnímu programu nové vybavení z LINETu. Konkrétně šlo o více než stovku lůžek včetně Multicare X, stretchery, pasivní a aktivní matrace i noční stolky.

„Výměna tak velkého objemu lůžek znamenala pro naši nemocnici skutečně mimořádnou situaci, kdy se lůžka za provozu měnila doslova pod hospitalizovanými pacienty. Jen díky pečlivému naplánování a profesionalitě celého týmu se podařilo tuto záležitost úspěšně dokončit ke spokojenosti nejen našeho nemocničního personálu, ale i našich pacientů,“ uvedla tisková mluvčí nemocnice Lucie Krausová.

Jednalo se o výměnu lůžkového fondu v rámci Výzvy č. 98 – Rozvoj, modernizace a posílení odolnosti páteřní sítě poskytovatelů zdravotní péče s ohledem na potenciální hrozby. Nová lůžka tak získala oddělení JIP

a akutní péče, tedy interna, chirurgie či ortopedie. Ve veřejné zakázce uspěla společnost LINET, s jejímiž nemocničními lůžky mají už v nemocnici zkušenosti z minulosti.

Dodávka obsahovala i bariatrická lůžka Image 3 XXL, tedy se zvýšenou nosností a širší ložní plochou. „Souvisí to nejen s prováděním bariatrických operací v naší nemocnici, ale i se současným trendem vývoje obyvatelstva, kdy pro komfort a pohodlí hospitalizovaných pacientů je potřeba mít také rozměrnější lůžka, která odpovídají tělesným proporcím,“ vysvětlila vedoucí obchodního oddělení nemocnice Marie Sigmundová.

Nemocnice Na Františku, příspěvková or-



ganizace MČ Praha 1, je známá svou ortopedií s navazujícími rehabilitačními službami, ale také vynikajícími pracovišti akutní péče. Například mamologický program na operace nádorů prsu patří v počtu operovaných pacientek mezi největší v Česku. Nemocnice je známá také proktologickým programem se školicím centrem Longovy metody, využívané k šetrné léčbě hemoroidů.

Chceme být místem setkávání všech generací

Zcela nové Sociální zařízení Kraje Vysočina v Jihlavě přináší mnohem více než standardní pobytovou sociální službu pro seniory. Klienti by se zde měli cítit jako doma a zařízení by chtělo být místem pro setkávání napříč generacemi.

„Výjimečné je propojení s naší Kárárnou, kde vyrábíme vlastní výborné dezerty a umožňujeme setkávání našich klientů, jejich rodin a široké veřejnosti.

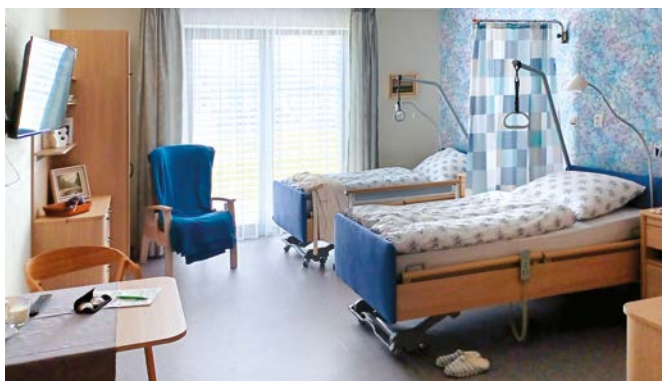
Novinkou je i firemní mateřská školka přímo v areálu centra a společné aktivity našich seniorů s nejmenšími dětmi,“ popisuje Martina Matějková, ředitelka SCKV. Pro seniory včetně těch z okolí zde pořádají různá školení, semináře, společenské akce, a dokonce cvičení v senior Fitness 55+. Funguje tady i Alzheimer poradna Vysočina, určená seniorům a všem pečujícím o osoby s demencí.

Všechny nové pokoje jsou vybaveny lůžky Sentida 3 ve speciální úpravě Hotel Design, tedy s exkluzivními potahy čel. Cílem bylo, aby interiér nepřipomínal nemocnici, ale domov. Zároveň však lůžka musela být plně funkční

pro ošetrovatelskou péči. „Lidé u nás zůstávají dlouho, týdny, měsíce, roky, a jejich zdravotní stav se zhoršuje, což vyžaduje stále vyšší péči. Tato lůžka krásně vypadají, pokoje s nimi jsou útulné, atmosféra domácí a přátelská. Zároveň jsou ale postele bezpečné a personálu se s nimi dobře pracuje,“ uvedla Martina Matějková.

Zařízení má k dispozici také lůžka Latera Thema s laterálním náklonem, která využívají pro imobilní klienty, případně klienty s dekubity. „Při správném používání laterálního náklonu často dochází ke zlepšení zdravotního stavu uživatelů. Také při paliativní péči jsou tato lůžka nezbytná,“ doplnila Martina Matějková.

Nový areál Sociálního centra Kraje Vysočina v Jihlavě má kapacitu 132 lůžek, z toho 76 pro uživatele s demencí. V příštím roce plánuje otevřít odlehčovací službu se 6 lůžky a denní stacionář pro 16 seniorů.



Sanatorium Koch s příběhem

Kochovo sanatorium v Bratislavě, které vzniklo ve 30. letech minulého století, patřilo k nejmodernějším nemocnicím v Československu. Na špičkovém vybavení a nadstandardní péči si zakládá také dnešní soukromé Sanatorium Koch zaměřené na komplexní zdravotní péči v oblasti gynekologie a porodnictví. Letos proto vybavilo pokoje designovými lůžky Movita v tmavém dekoru okapi ořech.

„Pokud chceme být nadstandardní, tak kromě kvalitní zdravotní péče to znamená, že se u nás klientky cítí jako doma a že vybavení pokojů, koupelen apod. je jako nové. Více než 12letý provoz zanechá samozřejmě na některých místech povrchu lůžek svoje stopy,“ vysvětluje Peter Cupaník, ekonomický ředitel GPN Koch. Bylo proto rozhodnuto o výměně stávajících lůžek Terno Plus z LINETu, přičemž noční stolky nebylo nutné dokupovat, protože stále vypadají zcela nově.

„Po předchozí dobré zkušenosti s těmito postelemi jsme si přáli stejnou značku, která zaručuje vysoký standard. A ten Movita splňuje,“ uvedl Peter Cupaník. Výměna celkem 35 lůžek proběhla bez problémů a společnost Artspect, výhradní distributor značky LINET na Slovensku, dostal pochvalu za profesionální instalaci, školení i servis. Zajímavostí je, že dosavadní lůžka byla kromě drobných vad na kráse plně funkční, proto je sanatorium darovalo

zařízení sociální péče v Bratislavě, kde mohou nadále sloužit.

Služby Sanatoria Koch zahrnují gynekologii, porodnictví, předporodní péči i mamografii. Zařízení disponuje celkem třemi operačními sály k provádění císařských řezů a gynekologických operací. Má dva kompletně vybavené porodní boxy včetně porodních lůžek AVE 2. „Jsme s nimi absolutně spokojeni, jsou vysoce funkční a jejich provoz je bezpečový,“ řekl Peter Cupaník. Další tři předporodní pokoje lze okamžitě podle potřeby adaptovat na porodní. Nemocnice má celkem 120 zaměstnanců.

Sanatorium nechal v Bratislavě postavit začátkem 30. let minulého století profesor MUDr. Karel Koch, uznávaný slovenský

chirurg. Jedná se o unikátní architektonické dílo, které prošlo v novém miléniu citlivou rekonstrukcí a bylo vybaveno nejmodernější technikou pro současné potřeby gynekologické a porodnické péče.



Bezpečnost na 1. místě ve zdravotnictví

Bezpečnost pacientů i zdravotníků, inovace a kvalita procesů, to byla nosná témata celoslovenské odborné konference, která se konala koncem září v Bratislavě. Jejím cílem bylo, aby se problematika bezpečnosti stala hlavní, nebo alespoň velmi důležitou součástí kvalitní a moderní zdravotní péče na Slovensku.

U takových témat nemohl chybět LINET, který zde prezentoval nové lůžko Essenza 300. „Měli jsme s sebou lůžko v top výbavě včetně laterálního náklonu, motorizovaného podvozku easyDrive a integrované antidekubitní matrace,“ uvedla klinická koučka Kateřina Přepchalová, která ergonomické a bezpečnostní prvky lůžka předváděla přímo v praxi.

Dvoudenní konferenci pořádal ProCare a Svet zdravia, největší soukromý poskytovatel zdravotní péče na Slovensku.



Centrum duševní rehabilitace: zdraví, lidský přístup a vstřícnost

Nejmodernější pracoviště svého druhu ve střední Evropě se otevřelo klientům letos v červnu v Berouně, a kromě dechberoucích interiérů chce přinést i odlišný pohled na péči o duševně nemocné. „I zdravotní péče ve vysokém standardu může být dostupná a levná,“ říká navíc Sotirios Zavalianis, majitel zdravotnického holdingu AKESO, který nové centrum vybudoval za 1,2 mld. korun.



Prostory stacionáře v japonském stylu.

Na otázky praktického fungování Centra duševní rehabilitace (CRD) odpovídají Mgr. Pavel Scholz, Ph.D., náměstek pro projektové řízení zdravotnického holdingu AKESO (PS), a MUDr. Martin Hollý, MBA, náměstek ředitele pro oblast duševního zdraví (MH).

Čím je nové centrum unikátní nejen v rámci ČR, ale i Evropy? Velikostí, moderním vybavením, terapiemi?

PS: Určitě kombinací uvedeného. Budova má rozlohu 25 tisíc m² a je protkána nejmodernějšími technologiemi a vybavením, aby funkčně i dispozičně splňovala podmínky pro moderní psychiatrii. V plném provozu pojme více než 200 pacientů v lůžkové části a nabídne zhruba 300 pracovních míst zdravotnickému a dalšímu personálu.

MH: V rámci tohoto prostředí chceme nabízet trochu jinak pojatou péči, která před uklidňující medikací a klidem na lůžku upřednostňuje široké spektrum intervencí, a to od fototerapie či terapie nutričních hodnot přes různé skupinové terapie až po možnost využít fitness či sauny.

Měli jste podobnou inspiraci v zahraničí?

PS: Inspiraci jsme hledali konkrétně ve Skandinávii a Švýcarsku. Ale ani tam není situace ideální. Šli jsme tedy vlastní cestou, protože jsme nechtěli „slepě“ kopírovat zahraniční modely.

Duševní choroby jsou na vzestupu a tento trend bude pokračovat už jen kvůli stárnutí populace. Byly to důvody ke vzniku centra?

PS: Částečně ano. Nicméně hlavní

důvody vedoucí ke stavbě centra, a právě v Berouně, jsou reálné zkušenosti s našimi pacienty v Nemocnici Hořovice a Rehabilitační nemocnici Beroun. Ukázaly, že v berounském regionu a okolí nemají občané dostupnou psychiatrickou péči. Lokalita našeho CDR je tedy z hlediska umístění v areálu Rehabilitační nemocnice Beroun naprosto správná.

Jak se daří získat dostatečný počet zdravotnického personálu?

PS: Projekt Centra duševní rehabilitace byl zahájen už v roce 2016, ale o konkrétním personálním složení se bavíme zhruba poslední rok. Už máme klíčové týmy odborníků a dalšího nelékařského personálu, které se postupně rozrůstají. Nicméně všeobecných sester je obecně nedostatek. Navíc je obor psychiatrie poměrně stigmatizován, takže při výběru specializace pro sestru nebývá první volbou. Proto se snažíme na školách vstupovat do výuky dvouhodinovou prezentací a nabídnout studentkám a studentům prohlídku našeho centra a seznámení se s týmy. Chceme je motivovat nejen řadou benefitů, bezpečným a moderním prostředím či možností seberealizace, ale i tak, že se budeme podílet na jejich vzdělávání.

Jednáte o spolupráci se zdravotnickými školami i s lékařskými fakultami a rádi byste získali akreditaci ke specializačnímu vzdělávání lékařů. V jaké fázi se tento projekt nachází?

PS: Zatím se nám v rámci ošetrovatelství podařilo s ministerstvem zdravotnictví vyjednat vzdělávací kurz Ošetrovatelská péče v psychiatrii, který platí od 1. prosince tohoto roku. Absolventi programu se stanou platnými odborníky v této oblasti. Počítáme se tím, že dvacítká zájemců, kteří se od února 2024 do studia zapojí, budou následně garantovat odbornost v psychiatrické péči a ošetrovatelském segmentu CDR. Na program jsme velmi pyšní a ano, v plánu máme rovněž akreditované vzdě-

lávací programy pro lékaře, psychology i další odborníky.

Co považujete za převratné v přístupu centra k léčbě pacientů s duševními poruchami?

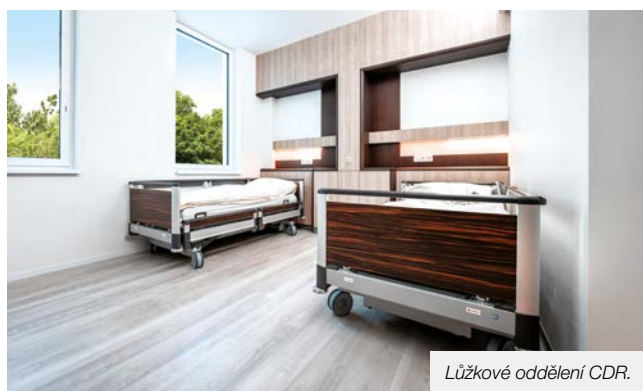
MH: Samotná budova působí léčivě, a to díky cirkadiánnímu osvětlení a technologiím, které mají člověku zpříjemnit léčbu a pobyt. Pokoje jsou maximálně dvoulůžkové, přičemž celé jedno patro je jednolůžkové. Z terapeutických metod máme mimo jiné unikátní fototerapii či terapii za použití virtuální reality. Postupně se spouštějí další, například nutriční terapie, kde se lidé učí vařit za únosných nákladů



Atrium nového centra v Berouně.



Prostory muzikoterapie.



Lůžkové oddělení CDR.

na potraviny. Chybět nebudou ergoterapie, kdy pacienti tvoří z hlíny či textilu nebo malují. Máme také moderní zázemí sálou s kapacitou 270 lidí pro další terapeutické a aktivizační služby, jako je dramaterapie či muzikoterapie.

PS: Péče na odděleních s kapacitou kolem 22 lůžek bude často probíhat v komunitách. Pod vedením psychoterapeuta se vytvoří skupiny, v nichž si pacienti budou vzájemně sdílet zkušenosti, hledat společné řešení problémů a pomáhat si v uzdravení. Na lůžkovém oddělení mají všichni prostory na relaxaci, společenské hry či další individuální terapie. K dispozici jsou wellness, kino, divadlo a další aktivity pro efektivní trávení času.

Bude na péči centra navazovat stacionární, ambulantní nebo terénní péče o pacienta?

MH: CDR v tomto ohledu již teď začíná plnit funkci doplnění sítě psychiatrické péče, konkrétně v oblasti jižní a západní části Středočeského kraje, kde tyto služby dlouhodobě chyběly. Přístupem cíleným na individualizovanou péči, včasnou psychiatrickou rehabilitaci a propojením s mimonemocničními službami (zdravotními i sociálními) se zamezí neúčelným hospitalizacím či rehospitalizacím.

Zvýšením dostupnosti komplexní lůžkové péče v našem regionu se změní kvalita a nákladovost psychiatrické péče jako takové. Omezí se převozy do vzdálených lůžkových zařízení, zkrátí se

V CDR aplikují model

Safewards z Velké Británie, který pracuje se dvěma pojmy – konflikt a kontrola. Člověk vyvíjí konflikt v podobě verbální či fyzické agrese, tenze, sebepoškození či čehokoliv, co může vést k újmě, a kontrola spočívá v intervenci, kterou personál používá ke zvládnutí konfliktu.

Model nepracuje s omezením pacienta na lůžku či podáním uklidňujících medikace. Snaží se vypořádat spouštěče konfliktu. Když už k němu dojde, zvolí se vhodná kontrola, která nevede ke zhoršení situace.

Safewards obsahuje deset intervencí, mezi nimiž jsou i pomůcky pro zklidnění: boxovací pytel, mačkácké míčky, hudba, ale také jen papír s tužkou, kdy se člověk ze svých pocitů vypíše či vykreslí. Dalšími jsou pozitivita a ocenění. Velkým nešvarem na psychiatrických odděleních totiž bývá, že při předávání služby se o lidech sdělují jen problémy, pozitivní fakta už moc ne.

hospitalizace a lepší se reintegrace pacientů po hospitalizaci do jejich původního sociálního prostředí.

Proč jste si pro vybavení všech pokojů vybrali právě lůžka Image 3 z LINETu?

PS: Protože s nimi má bohaté zkušenosti jak Rehabilitační nemocnice Beroun, tak i Nemocnice Hořovice, které zdravotnický holding AKESO provozuje. Lůžka nabízejí vyšetřovací polohu ve výšce 80 cm, která je z pohledu ergonomie pro práci ideální. Lůžko je jednoduše polohovatelné elektrickými ovládacími prvky, takže se nám daří využívat všech funkcí ke spokojenosti pacientů i personálu. Mobilizační poloha 40 cm v kombinaci s madlem usnadňuje manipulaci s pacientem a lůžko umí i nízkou polohu například pro transport či omytí. Postele jsou sice trochu tvrdší, ale i tak velmi příjemné a celkově jsme s nimi velmi spokojeni – dal bych 9 z 10, protože se vždy dá něco zlepšit. V této souvislosti se budeme snažit vyvinout nové lůžko, které by bylo specializované přímo pro potřeby psychiatrie.

Nová Essenza boduje

Laterální náklon pro všechny

Nová řada lůžek Essenza 300 se zákazníkům představila teprve před pár měsíci, ale o rozpačitém začátku se rozhodně nedá mluvit. Stovky instalací v českých nemocnicích i sociálních zařízeních zatím potvrzují, že výbavou se Essenza trefila do potřeb zdravotníků i pečovatелů.



Pečovatelská Essenza v domácím designu s variabilně nastavitelnými dělenými postranicemi.

„Od počátku výroby Essenzy, tedy února letošního roku, jsme zákazníkům dodali téměř osm stovek těchto lůžek. V nemocnicích nejvíce oceňují integrovanou matraci, v čemž má Essenza, coby lůžko pro standardní péči, světové prvenství. Na standardních odděleních nemocnic a v pečovatelsství je tahákem jednoznačně laterální náklon, který je teď přístupný doslova pro všechny,“ vysvětluje ředitel obchodu pro střední Evropu Zdeněk Grimm.

PROČ LATERÁLNÍ NÁKLON?

Odpověď zní jasně: snižuje námahu potřebnou k otočení klienta o 67%!⁽¹⁾ A zatížení bederní páteře ošetřovatele při manipulaci s pacientem o 20%!⁽¹⁾ O extrémní fyzické náročnosti práce zdravotnického a pečovatelského personálu není pochyb. Tito lidé jsou nejvíce ohroženi

v počtu muskuloskeletálních poruch souvisejících s prací⁽²⁾ a 47% z nich se potýká s bolestí zad.⁽³⁾ Proto je vítána jakákoliv pomůcka nebo pracovní postup, který jim práci usnadní. Laterální náklon takovým pomocníkem rozhodně je.

Přesouvání klientů z lůžka, manipulace s nimi na lůžku či jejich převážení, to jsou každodenní činnosti sester a pečovatелů. Tyto fyzicky náročné aktivity mohou přesáhnout až 20% pracovního času.⁽⁴⁾

REVOLUČNÍ ESSENZA

Laterální náklon není pro LINETí lůžka novinkou, už v roce 2007 přišlo na svět lůžko Latera s bočním náklonem. Následovala lůžka Multicare a Eleganza, která byla

ve výbavě s laterálním náklonem určena zejména pro jednotky ARO a JIP. Prokázala se totiž prospěšnost laterálního náklonu pro mobilizaci imobilních pacientů a taky v oblasti plicní ventilace.

Revoluci do rozšíření využití laterálního náklonu přinesl vývoj lůžka Essenza 300, jejíž univerzální platforma umožňuje nekonečné kombinace řešení a přizpůsobení lůžka konkrétnímu oddělení: od akutních přes dlouhodobou péči až po sociální služby. Essenza 300 LT tak má například právě laterální náklon do 15 stupňů, který je pro klienty bezpečný a zároveň umožňuje ergonomickou manipulaci s pacientem s nižší námahou. „Jednoduše řečeno, zákazník si nemusí kupovat super sofistikované lůžko pro intenzivní péči, aby měl laterální náklon. Může si pořídit standardní lůžko Essenza 300 LT, které náklonem disponuje,“

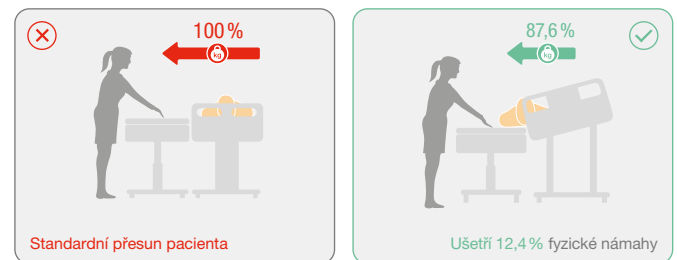


Laterální náklon se stává standardem nejen v akutní péči, ale také v pečovatelské sféře. V obou případech nabízí personálu špičkovou ergonomii práce.

Laterální náklon zjednodušuje každodenní postupy



Laterální náklon usnadňuje přesun pacienta



vysvětluje dostupnost laterálního náklonu Zdeněk Grimm.

NEKONEČNO MOŽNOSTÍ

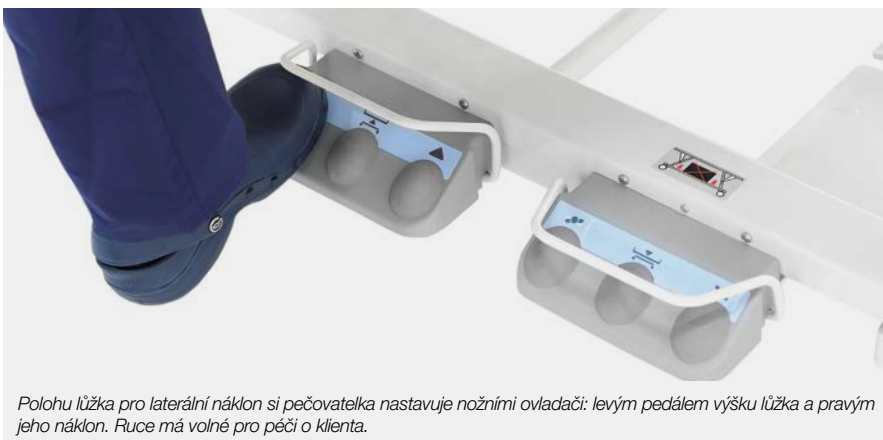
Dostupné jsou dvě základní řady: Essenza 300, s nízkou výškou jen 28 cm nad zemí, a Eleganza 300 LT, s laterálním náklonem. To jediné je potřeba rozhodnout, ale pak už lze vybírat z řady nabízených funkcí a výbavy přesně na míru potřebám daného zařízení nebo oddělení: motorizované 5. kolečko EasyDrive, asistenční systém SafeSense³, integrovanou aktivní matraci nebo

design postranic. Elektricky polohovatelná Essenza má k dispozici také mobilizační madlo Mobi-Lift, řadu bezpečnostních funkcí a extenzi ložné plochy v pánevní oblasti Ergoframe.

PRVNÍ NA SVĚTĚ

Velký ohlas sklízí v nemocnicích nová Essenza díky možnosti integrované aktivní matrace. V tom má jako lůžko i pro standardní oddělení světový unikát. Alternující technologie Air2Care s automatickým nastavením tlaku na základě

individuální hmotnosti poskytuje ochranu rizikovým pacientům. Integrované řešení má řadu praktických výhod: nepotřebujete externí kompresor, protože matrace se nastavuje přes ovládací panel, takže nikde nic nepřekáží. Chod integrované matrace je také tišší, což zvyšuje komfort pacienta. Kromě zabudovaného řešení je samozřejmě možné vybírat z širokého portfolia matrací LINET podle potřeb pacientů či klientů s různou mírou rizika vzniku dekubitů.



Polohu lůžka pro laterální náklon si pečovatelka nastavuje nožními ovladači: levým pedálem výšku lůžka a pravým jeho náklon. Ruce má volné pro péči o klienta.

ZDROJE:

- 1 MCX LINET Report Lateral tilt - Effect of lateral tilt on patients turning. 2019 Bowers B, Lloyd J, Lee W, Powell-Cope G, Baptiste A. Biomechanical evaluation of injury severity associated with patient falls from bed. Rehabil Nurs. Listopad-prosinec 2008;33(6):253-9. doi: 10.1002/j.2048-7940.2008.tb00237.x. PMID: 19024240.
- 2 Number and rate of nonfatal work injuries in detailed private industries. U.S. BUREAU OF LABOR STATISTICS, 2020. Dostupné on-line: <https://www.bls.gov/charts/injuries-and-illnesses/number-and-rate-of-nonfatal-work-injuries-by-industry-subsector.htm>
- 3 OSHA. Musculoskeletal disorders in the healthcare sector. European Agency for Safety and Health at Work. 2020. Citováno: 12. prosince 2022. Dostupné on-line: <https://osha.europa.eu/en/publications/musculoskeletal-disorders-healthcare-sector>
- 4 Al Johani, W. A., & Pascua, G. P. Impacts of manual handling training and lifting devices on risks of back pain among nurses: An integrative literature review. Nurse Media Journal of Nursing. 2019 9(2), 210-230. doi:10.14710/nmjn.v9i2.26435.

VYHRANÝ SPOR V ITÁLII



LINET ochránil svůj patent automatické brzdy i-Brake® na italském trhu

ve sporu se společností Malvestio. Ta musí podle předběžného opatření zastavit výrobu, distribuci a prodej lůžek, které obsahují automatickou brzdou vycházející z patentovaného řešení LINETu. LINET následně podal žalobu, v níž se domáhá potvrzení porušení patentu a finanční náhrady škody. „Důsledně si hájíme všechny naše aktivní patenty, průmyslové vzory i registrované ochranné známky,“ vysvětluje Šárka Houzáková, která má v LINETu na starosti oblast duševního vlastnictví. LINET vlastní zhruba 50 patentových řešení, 30 průmyslových vzorů a 100 ochranných známek a do výzkumu a vývoje inovativních řešení investuje značné částky.

NEJEN LŮŽKA, ALE I OBCHODNÍCI LINETU SI ZAHRÁLI V NOVÉM ČESKÉM FILMU

Není výjimkou, že filmaři při natáčení scén z nemocnic často sáhnou po lůžkách LINET, která jsou nejen funkční, ale taky krásná. Ve filmu Němá tajemství ale kromě lůžek účinkuje dokonce celý obchodní tým LINET ČR, který vyměnil na okamžik svou profesi za komparzní roli.

O to více potěší, že psychologické drama Němá tajemství, s Janou Plodkovou a Mariánem Mitašem v hlavních rolích, sklízí od své premiéry na začátku září divácký úspěch a příznivé odborné recenze. Na respektovaném portálu csfd.cz je nejlépe hodnoceným českým hraným kino-filmem za posledních deset let.



PŘÁTELSKÁ SETKÁNÍ SE STALA TRADICÍ

Závěr léta se již několikrát rok za sebou stal tím pravým časem pro přátelské setkání odborníků z LINETu s řediteli sociálních služeb a biomedicínskými inženýry z celé republiky. Ti se letos sjeli do Slaného v hojném počtu. Nosným tématem byla budoucnost chytrých technologií v segmentu zdravotnictví a pečovatelství. Zajímavá byla diskuze u nového lůžka Essenza s laterálním náklonem, který si mohli účastníci vyzkoušet doslova na vlastní kůži. Laterální náklon jako významný pomocník v každodenní práci zdravotníků i ošetřovatelů si totiž stále úspěšněji razí cestu do nemocnic i zařízení sociální péče.



PRVNÍ LŮŽKA LINET V UZBEKISTÁNU

K zemím na pomyslné mapě světa, kde používají lůžka LINET, přibyl Uzbekistán. Lůžka pro standardní i akutní péči, transportní lůžka, matrace a křesla pro jednodenní chirurgii budou sloužit ve zrekonstruovaném Regionálním kardiologickém centru v Namanganu. Zároveň s dodávkou proběhla samozřejmě instalace a školení zdravotníků, aby dovedli využívat všech výhod produktů v praxi. „Je skvělé, že jsme se dostali na další trh, kde bychom rádi působili. O dalších projektech jednáme, takže se těšíme na budoucí spolupráci v této zemi,“ říká Jiří Plecítý, global key account director LINETu.

PRO NEDONOŠENÉ DĚTI V KAMBODŽI

Kambodža má jednu z nejvyšších mateřských a dětských úmrtností na světě, a právě tímto směrem je upřena pomoc řady humanitárních organizací. Pod záštitou neziskové organizace Vita et Future proto lůžka pro porodnickou a gynekologickou péči LINET zamířila do Centra excelence v Phnompenhu, které je prvním svého druhu v zemi a slavnostně bylo otevřeno letos v červnu.

Snaha pomoci řešit vysokou úmrtnost rodiček i novorozenců je společnou iniciativou Antonína Pařízka z Perinatologického centra VFN v Praze a 1. lékařské fakulty UK, sdružení českých lékařů Perinatologové míří do Kambodže, České asociace výrobců a dodavatelů zdravotnické techniky, Ministerstva zahraničních věcí ČR a společnosti LINET.



PORODNÍ LŮŽKA ZA POLÁRNÍM KRUHEM



Nastávající maminky v Norsku, pokud tedy nebudou rodit doma, mají 90% šanci, že jejich miminko přijde na svět na porodním lůžku AVE 2. Tak velké je zastoupení moderních lůžek z LINETu v norských porodnicích. Není proto divu, že je lze najít dokonce až za polárním kruhem.

Aktuálně bude LINET v norských porodnicích instalovat zhruba 50 inovativních AVE 2. Zároveň vyhrál dvě velké výběrová řízení ve Stavangeru a Oslu na dalších 40 lůžek. V Norsku se AVE 2 opravdu líbí!

VE VÝROBĚ LINETU PRACUJÍ ROBOTI

Při výrobě plastových dílů začali letos v závodě v Železovicích pomáhat roboti. Robotické pracoviště se používá pro vyfukované díly lůžek Eleganza, ale plánuje se i pro další produkty, především nové lůžko Essenza. Noví roboti mají konkrétně na starosti ořez vyfukovaných plastů. Dva manipulační roboti odebírají vyfuknutý díl pomocí speciálních přísavek a vakuového systému. Předávají ho ořezovému robotu, který díl „uhladí“ do dokonalosti. Výsledkem je úspora času, odstranění náročného ručního ořezávání a lepší kontrola kvality.



Zimu si můžeme udělat krásnou

Zamračené krátké dny a chladno. Jaro v nedohlednu. Pojdme ten pocit změnit i my, kteří máme raději slunce a teplo. Zima nabízí celou řadu chvil, zážitků a možností, které mohou těm letním směle konkurovat. Využijme zimní měsíce k tomu, na co v létě nemáme čas. Třeba zpomalit.



Dávat je lepší než dostávat

Už několik měsíců se na nás, ať chceme, nebo ne, valí předvánoční stres. Přeplněná nákupní centra a spousta peněz za dárky, které se často minou účinkem. To se ale nestane, když pomůžeme potřebným. A Vánoce s pocitem, že jsme pomohli, dostanou úplně jinou atmosféru.

Zajímavé formy pomoci nabízí celá řada neziskových organizací, které můžeme podpořit kdykoliv během roku, ale adventní čas je ideální příležitostí vybrat si „srdcovku“. Pomoci můžete formou nákupu konkrétních produktů nebo voucherů na dobročinných e-shopech. Můžete se zapojit i do sbírek konkrétních dáreků pro děti, nemocné, maminky samoživitelky nebo třeba seniory. Pokud se vám do pomoci podaří vtáhnout i své děti, dáte jim ten nejhezčí vánoční dárek. Pocit uspokojení z toho, že jsem pomohl potřebnému!



Sáňkování rozesměje každého

Vzpomínáte na tu radost v dětství při sáňkování? Můžete ji prožít snadno znovu, samozřejmě za předpokladu, že nám nasněží. Ne všichni mají kopec za domem, ale dnes je možné najít sáňkařské tratě ve všech koutech naší republiky. Mají je větší města a samozřejmě všechna horská střediska.

V těch máte tu výhodu, že zde sánky půjčují, a navíc se nahoru na kopec můžete nechat vyvézt lanovkou. Nejdelší osvětlená sáňkařská dráha je ve Špindlerově Mlýně – možná vám jedna jízda dlouhá tři kilometry bude stačit. Podobně skvěle se svezete v Jánkách Lázních nebo na Dolní Moravě pod Králickým Sněžníkem. A pokud by adrenalinu bylo málo, vyzkoušejte snowtubing na gumových člunech ve sněhových korytech. Skvělé tipy najdete na kudyznudy.cz



Inspirace jménem Hygge

Dánové jsou prý nejšťastnější lidé na světě, nejméně trpí stresem a depresemi. V pravidelném šetření OSN, World Happiness Reportu, se dlouhodobě umísťují na špičce. Může za to životní kultura hygge (hjuge), která se v Dánsku intenzivně žije. Tak proč se neinspirovat?

Hygge znamená pohodový způsob života a umění zpříjemnit si šed' každodenních dní. Ten, kdo žije hygge, si umí vychutnat okamžiky a radovat se z drobností.

Základní ingredience šťastného života podle hygge:

- **Atmosféra:** ztlumte světla a zapalte svíčky nebo krb.
- **Přítomnost:** vypněte mobilní telefon a buďte tady a teď.
- **Potěšení:** dopřejte si kávu, čokoládu, sušenky nebo kousek dortu.
- **Pohodlí:** uvolněte se, noste oblečení, které je vám pohodlné.
- **Vděčnost:** radujte se i z obyčejných maličkostí během dne.
- **Soulad:** nesoutěžíme, už teď tě máme rádi.
- **Příměří:** žádná dramata, politiku nechejte na zítra.
- **Rovnost:** buďte vstřícní k ostatním.
- **Pospolitost:** setkávejte se s rodinou a přáteli a vytvářejte nové příběhy.

Zkusíme v naší uspěchané době zpomalit, vychutnat si běžnou chvíli a být jednoduše šťastní?

(Mike Wiking: *Hygge: Prostě šťastný způsob života*)



LEHKÝ BRAMBOROVÝ SALÁT S JABLKY A OŘECHY

POTŘEBUJEME:

- brambory 500 g, sterilovaná kukuřice 250 g
- jablka 2 ks, červená cibule 1 ks, vlašské ořechy 10 ks
- dijonská hořčice 1 lžička, med 1 lžička, voda 100 ml, jablečný ocet 1 lžička
- sůl, čerstvě namletý pepř, petrželka

POSTUP:

1. Očištěné brambory uvaříme ve slupce v osolené vodě a necháme vychladnout. Nemusíme loupat a nakrájíme je na větší kousky.
2. Brambory orestujeme na pánvi jen s trochou oleje pro hezčí barvu, cca 5 minut.
3. Cibuli oloupeme a nakrájíme na tenká půl kolečka. Omytá jablka zbavíme jádřinců a nakrájíme na tenké plátky.
4. V míse smícháme brambory, jablka, cibuli, kukuřici a nahrubo nasekané vlašské ořechy.
5. Připravíme zálivku z vody, medu, dijonské hořčice a jablečného octa. Podle potřeby osolíme a opeříme.
6. Vše promícháme a na závěr přidáme nasekanou petrželku.

Letos bez majonézy?

Bramborový salát, klasika českých Vánoc. Doslova každá rodina má svůj vlastní recept. Nemusíte hned měnit vaši tradici, ale co vyzkoušet jiný bramborový salát třeba mezi svátky?



KŘÍŽOVKA

Za správně vyluštěnou křížovku máte velkou šanci získat balíček

ZAJÍMAVÝCH DÁRKŮ LINET!

Tajenku zasílejte do 29. 2. 2024 na adresu petra.tomsova@linet.cz.

Asistenční systém SafeSense 3 ... (tajenka) ... a zaznamenává ho v čase.



POMŮCKA: ALEA, ASE- SOR, DIN, MEINL, PIER	SEKNOUT	VNĚJŠÍ ČÁST PŘÍSTAVU	OSLAVNÁ BÁSEŇ	DĚTSKÁ POSTAVA	SOUDNÍ PŘÍSEDIČÍ		ZÁPOR	DRUH PŘIPOJENÍ K INTER- NETU	KLOUBNÍ NEMOC	CHEM. ZN. HOLMIA	UNAVENÁ	VOJENSKÉ ÚTOKY		LEST	ZRAKOVÉ ORGÁNY	INICIÁLY ZPĚVÁKA KOLÁRE	PŘÍMO	KOSTKA LATINSKY	ATLETICKÉ NÁRAJÍ
ANTICKÉ MĚSTO						NADHOZENÍ BÝVALÉ OZNAČENÍ LETOPOČTU							MĚSTO POD TATRAMI						
POLOVIČA- TOST													PŘESTOŽE 2. DÍL TAJENKY						
ČÁSTI VOZU SLOVEN.				INICIÁLY ZPĚVÁKY PILAROVÉ ASI			SLOVENSKÉ ZVRAT. ZÁJ. INIC. ZPĚV. TUČNEHO			NÁZEV NÁPOJE JM. ZPĚV. ZAGOROVÉ						OBEC JAMA ZASTAR.			
URANOVÉ DOLY ZKR.			NACISTICKÁ ORGA- NIZACE ESTETIKA			ZNAČKA MILILITRU 1. DÍL TAJENKY			SEDĚT DĚTSKY OSLOVENÍ MUŽE						PLAVECKÝ STYL PRŮZOR VE ZDI				
SCHOPNOST ROZPOU- ŠTĚNÍ TEPLEM							JEDEN Z PRSTŮ MOŘSKÁ RYBA							ZNAČKA PRÁČHO PRÁŠKU VÝKLENKY				CIZO- LOŽSTVÍ	OSTEN
	NÁSTROJ NA BROU- ŠENÍ	KAREL NĚM. ZIMNÍ SPORTOVNÍ NÁČNÍ					ČÁST MORAVY LANÉ SLOVEN.						NÁPLŇ PSACÍ/CH PER KRÉM						
OMYL					ŽENSKÉ JMÉNO 16. 3. ÚLOHA					VYROBCE ČINELŮ ZNAČKA SPORÁKŮ								INIC. ZPĚV. ROTTROVÉ CVIČEBNÍ UBOR	
CHARAKTE- RISTICKÁ VLASTNOST				DATA VOJENSKÁ HODNOST ZKR.						ÚČETNÍ SCHODEK MĚKKÁ TONINA								OZN. CITL. FILMU INIC. REŽIS. LIPSKÉHO	
PŘÍSLOVCE ČASOVÉ			LASICOVITÁ ŠELMA ČESKÝ PISNÍČKÁŘ					SPOJ. BRĚHU MN. Č. KAMENNÁ HRÁZ KNÍŽ.							UŠNÍ. NOSNÍ. KŘČNÍ ZKR. ZUBNÍ POTAH				NÁDOBA U STUDNY
OBŘÍ STROMY							BRÁNA VZDÁLE- NOST MEZI ROSTLINAMI								HORSKÉ JEZERO INIC. POLIT. KOHLA				
	HUDEBNÍ STYL	DIV. ÚLOHA DOKON. REPRODUK. HUDBY					SKLADY NA OBILÍ PRACOVAT S PLUHEM						NAR. HOKEJ. LIGA ZKR. HRNEČEK S TALÍŘKEM					STANICE TECHNICKÉ KONTROLY LOTERIE	
TÉLOCVIČNÝ PRVEK					ZBYTEK PO HOŘENÍ OBYVATEL HOR							PSOVITÁ ŠELMA PŘÍTAKÁNÍ						SLOVENSKÁ PŘEDLOŽKA ČÍSLOVKA ŘADOVÁ	
OLEJ ANGLICKY				STRAŠÍ- DELNÁ HRA MUŠKETÝR						ZEMINA NA KOŘEN. VZACNÝ PLYN					DRUH PSA ZNAČKA ČESKÝCH NÁKL. AUT				
CITO- SLOVCE NÁMAHY			NEVZNA- VAČ. KŘEŠT. ZOLŮV ROMAN						NAPOLO BAŽINA						IN. FOTBAL. ROSIČKÉHO IN. MODER. ČECHA			ANGLICKÁ PŘEDLOŽKA	CHEM. ZN. TANTALU
GRAFICKÁ TECHNIKA							ZVRATNÉ ZÁJMENO DRUH PAPOUŠKA				KŘÍŠIT UTĚSNIT								
	DOKTOR SOCIÁLNĚ POLIT. VĚD ZKR.	AFROASJAT ČÁSTICE HMOTY					POBIDKA SPOLEČEN- SKÝ PÁNSKÝ OBLEK						KACHNÍ CITOSLOVCE PŘÍTOK LABE				ŘECKÉ PISMENO		
OBRUBA HOVOR.						EVROPAN TUHÝ KOMUNÁLNÍ ODPAD ZKR.													
SMRŠTĚNÍ					TRASA INICIÁLY HEREČKY LAURINOVÉ					OZNAČENÍ KYSLOSTI INIC. VYTV. ČERNEHO				NĚMECKÁ PŘEDLOŽKA V		ZVUK TROUBENÍ TRUBKY			
INICIÁLY REŽISÉRA ONDRÁČKA				BÝVALÝ MOBILNÍ OPERÁTOR					MÍT ÚSPECH										
INICIÁLY SPISOVA- TELE MERLEHO				ČÁST BÁSNĚ					PŘED- ČITANÁ										

