



Porodnice v novém prostředí

Gynekologický pavilon je v rekonstrukci, ale oddělení fungují dál. Porodnice je v chirurgickém pavilonu a nabízí své služby jako aromaterapie, napáčky, bufetové snědaně či rodinný pokoj.

Strana 4



Roboticky asistovaná chirurgie – sen se stává skutečností

• Zatímco chirurgové dříve spoléhali pouze na svůj zrak a pevnou ruku, dnes jim mnohdy pomáhá při složitých zákrocích často v nepřístupných místech, například hluboko v malé pánvi a blízkosti nervové cévních svazků, robotická technologie.

Znamená méně bolesti, rychlejší zotavení a větší přesnost, tedy mnohem menší riziko poranění nějakého velmi drobného nervu nebo některé cévy, což může mít zásadní vliv na pooperační kvalitu života.

„Chceme našim lékařům umožnit pracovat s nejmodernější možnou technologií a našim pacientům tím pádem chceme nabízet tu nejbezpečnější a nejlepší dostupnou péči ve všech výkonech, které patří do spektra krajské nemocnice,“ uvedl předseda představenstva MUDr. Roman Mrva.

To jsou hlavní důvody, proč benešovská nemocnice nyní již připravuje podklady pro veřejnou zakázku na nákup chirurgického robota. Nemocnice



Ilustrační foto. Zdroj: UVN

před několika měsíci obhájila projekt před ministerskou komisí a od srpna má smlouvu s VZP na úhradu klíčových roboticky asistovaných výkonů.

„Je to milník, který posouvá možnosti operativy zejména v oborech urologie, gynekologie a chirurgie na novou úroveň a naši nemocnici staví na úroveň těch nejlepších krajských a fakultních nemocnic. Umožníme tím našim lékařům a jejich pa-

cientům používat tu nejmodernější možnou metodu léčby tam, kde je to indikované, navíc s obrovským přínosem do Casemix indexu nemocnice,“ uvedl předseda představenstva MUDr. Roman Mrva. (Casemix představuje průměrnou složitost všech případů léčených v dané nemocnici a hraje důležitou roli při úhradách poskytované péče – pozn. red.)

(pokračování na str. 3)

Chrápání není jen zvuk

Rozhovor s lékařkou, která nespí na vavřínech, spánkovou specialistkou a ORL lékařkou MUDr. Terezou Haasovou. Vysvětlí, co je obstrukční spánková apnoe a proč není radno chrápání podceňovat.

Strana 8



Rozhovor s novou primářkou

Lékařka MUDr. Libuše Pagáčová se stala primářkou transfúzního a hematologického oddělení před půl rokem. Co se jí na oddělení líbí a změnila by něco?

Strana 12

Vstupní pavilon získal cenu v anketě Stavba Středočeského kraje

• Nový Centrální vstupní pavilon v Nemocnici Rudolfa a Stefanie Benešov, který vznikl společně s přístavbou chirurgického pavilonu a dvěma spojovacími nadzemními koridory, uspěl v soutěži Stavba roku Středočeského kraje 2025.

Ze slavnostního vyhlášení si 11. září odnesli cenu za mimořádné konstrukční a technické řešení Ing. arch. Zbyněk Skala, předseda představenstva MUDr. Roman Mrva a technický ředitel PhDr. Jan Kolbaba.

Projekt stavby byl rozdělen do několika etap, začalo se v roce 2022, poslední část skončila loni v říjnu. „Cena byla udělena za mimořádné urbanistické, architektonické i konstrukční řešení pavilonu v areálu nemocnice, který se moderními a jednoduchými výrazovými prostředky stal přirozenou součástí

místa.“ Ocenění si podle poroty zaslouží i vedení nemocnice za dlouhodobou vizi, kterou postupně jednotlivými stavbami naplňuje a vytváří tak špičkové moderní zdravotnické zařízení.

Podle autora Ing. arch. Zbyňka Skaly (STA, projektový ateliér, s.r.o.) je na celém konceptu nejdůležitější přetvoření pavilonového systému na multiblokový. „Byli jsme v situaci, kdy do středu stávající struktury, a navíc do parku vkládáte něco, co má zcela změnit fungování celé nemocnice. Z hlediska konceptu takové přetvoření bylo možné pouze



CENTRÁLNÍ VSTUPNÍ PAVILON vznikl v parku a je těžištěm celého areálu. Prosklený koridor v korunách stromů je navíc malou vnitřní kolonádou.

Foto: Tomáš Souček

mimořádně silným a jednoduchým nápadem založeným na „co nejmenším počtu tahů“. Z hlediska realizace

se naopak podobalo mimořádně složitě a přesné operaci v centru mozku,“ uvedl architekt. (pokračování na str. 3)



TIGA

plně vybavený
traktor jen **49 990 Kč**

VOŘÁK
www.sekacky-pily.cz

Křižíkova 2267 • Benešov • tel.: 317 722 089
www.sekacky-pily.cz

české
travní traktory



**DEN
OTEVŘENÝCH
DVEŘÍ
06.12.2025**
8.00 - 14.00 hod.



Sezimácká střední

Vyšší odborná škola,
Střední škola,
Centrum odborné přípravy,
Sezimovo Ústí



www.sezimackastredni.cz



**VYŠŠÍ ODBORNÁ ŠKOLA
A STŘEDNÍ ZEMĚDĚLSKÁ ŠKOLA, BENEŠOV**

VYBER SI SVŮJ OBOR

WWW.ZEMSBN.CZ

AGROPODNIKÁNÍ



Maturitní obory: Podnikání v precizním zemědělství |
Mechanizace v precizním zemědělství | Chov koní a jezdeckví
Učební obory: Zemědělec - farmář | Jezdec a chovatel koní

VETERINÁŘSTVÍ



Maturitní obory: PET specialista | Veterinární technik
Vyšší odborná škola: Veterinární asistent

ZAHRADNICTVÍ



Maturitní obory: Tvorba a údržba zeleně | Design městské
zeleně
Učební obory: Zahradník

LYCEUM



Přírodovědné lyceum - Věda a výzkum (bilingvní studium)
Všeobecné lyceum - AI v zemědělství | Humánní a veterinární
medicína

BUĎ S NÁMI O KROK NAPŘED!



Roboticky asistovaná chirurgie – sen se stává skutečností

(pokračování ze str. 1)

Trend roboticky asistovaných operací nejen v malé pávni dnes doslova dominuje. „V onkologii, ale i v gynekologii, ventrální kýlní problematice, a dále třeba i v oblasti řešení transorální spánkové apnoe je v indikovaných případech jasnou metodou volby,“ doplnil MUDr. Roman Mrva.

Pořízení robota kladně hodnotí především sami lékaři. „To, že benešovská nemocnice byla schválena ministerstvem zdravotnictví jako jedna z nemocnic, která robotiku může používat, je obrovský krok dopředu z hlediska perspektivy tohoto zdravotnického zařízení do budoucna,“ reagovala primárka urologie MUDr. Romana Richterová. Podle ní může přístroj přilákat i nové mladé lékaře, kteří jsou dnes zvyklí pracovat s technologiemi.

Robotický systém nejspíše nahradí laparoskopické operace, avšak neznamená to, že pacienta operuje pouze robot. „Často si lidé myslí, že pacienta přivezeme na sál, přijede k němu robot a začne jej operovat zcela sám bez přítomnosti lékaře či sestry, ale tak to prozatím není. Na sále je lékařský a zdravotnický tým jako u jiné laparoskopické operace. Pacient se musí připravit, uspat, napolohovat. Porty musí zavést operátor nebo asistent. Na místě je sálková sestra a asistent, který mění nástroje v robotické ruce a tak dále,“ upozornila MUDr. Romana Richterová.

Jak to tedy je? Lékař-operátor sedí na operačním sále mimo pacienta u ovládací konzole, dívá se na obrazovku, kde ve 3D v reálném čase sleduje operované místo a ovládá robotická ramena pomocí joysticků. Robot je tak prozatím stále výhradně řízen chirurgem.

Robotická chirurgie má mnoho výhod, jako je větší přesnost, zlepšený komfort pro chirurga, lepší vizualizace v operované oblasti či minimálně invazivní přístup pro pacienta. Zákroky se provádějí malými řezy. „Hlavní operátor na pacienta téměř nesáhá, prsty rukou má zanořené do ovládacích „páček“ a těmi ovládá robotickou ruku s nástrojem. Jde vlastně o pohyb prstů operátora jejich natahování, krčení a točení. Takto operuje přes robotická ramena, která jsou schopna většího otočení než lidská ruka, o třistašedesát stupňů dokola, což je velká výhoda,“ popsala MUDr. Romana Richterová a srovnává - u klasické laparoskopické operace stojí lékař nad pacientem, má nástroje přímo v ruce, což může být někdy vyčerpávající, takže robotická chirurgie šetří lékařům záda a eliminuje fyzickou námahu spojenou se stáním u operačního stolu.

„Robotická operativa doznala značného rozvoje zejména při operaci pro karcinom prostaty, takzvané radikální prostatektomie, tedy odstranění celé prostaty s jejím pouzdrzem a semennými vajíčky. Pozitivum robotiky je, že vidíme

operovanou část v prostorovém obraze, máme lepší přehlednost a můžeme se lépe vyhnout nervovému zakončení, protože jednou z velkých komplikací této operace je únik moči a erektilní dysfunkce, pokud dojde k poškození nervů,“ upozornila uroložka.

Než začnou lékaři používat robotiku, musí projít systémem zkoušek, které zajišťuje dodavatel robotického systému. „Pokud nesplníme přísná kritéria, tak na něm nesmíme pracovat. Takže školení probíhá nějakou dobu, odhaduje se na šest týdnů, možná déle, podle zkušenosti nebo zručnosti. Zaškolení se provádí na trenežerech se speciálními programy. Učíme se ovládat robotickou ruku, představte si to jako videohru, kdy střiháme, šijeme, předáváme si vlákno anebo je zobrazena céva, která nám najednou praskne, protože jsme na ni vyvinuli větší sílu, nežli je potřeba. Jsou to programy, které navozují reálné situace,“ dodala MUDr. Romana Richterová s tím, že u prvních operací bude přítomen i garant – lékař, který bude na operačním sále přítomen a který má již s robotickou operativou dlouholeté zkušenosti. Tento garant bude dohlížet a v případě nečekaných situací lékaře navede nebo přímo sám do výkonu zasáhne.

Pořízením robotického systému se začne psát nová kapitola chirurgie v benešovské nemocnici. Jako první po nákupu začnou operovat urologové

Robotická chirurgie je moderní, minimálně invazivní metoda provádění operací, kde chirurg ovládá robotické nástroje z konzoly, nikoli přímo v těle pacienta. Výhody zahrnují vyšší přesnost, lepší 3D obraz, zvětšení a filtraci třesu rukou, což vede k menší bolestivosti, kratší rekonvalescenci a lepším kosmetickým výsledkům.

a gynekologové, postupně by se systém měl začít využívat i pro všeobecnou chirurgii a ORL.

„Na robotickou operativu se těšíme a jsme rádi, že se do této technologie budoucnosti budeme moci zapojit,“ říká gynekolog MUDr. Ondřej Čech. „Pro nás to znamená další rozšíření operativy například o závažné operace při sestupu pánevních orgánů. Pak také třeba u hodně obézních pacientek je možnost udělat díky robotice malý řez při velké operaci, tedy při hysterektomii umožňuje vyndání dělohy, aniž bychom museli udělat velký řez na břiše pacientky,“ dodal lékař.

„Podpora inovací v krajských nemocnicích je pro nás prioritou. Robotické operace jsou bezesporu cestou budoucnosti a významným krokem ke zkvalitnění lékařské péče. Tato technologie umožňuje provádět zákroky s vysokou přesností a zároveň šetří organismus pacienta, což by mělo přinést rychlejší zotavení a kratší hospitalizaci. Jde o zásadní posun pro celé středočeské zdravotnictví,“ uvedl Ing. Pavel Pavlík, statutární náměstek hejtmanky pro oblast zdravotnictví.

MARKÉTA ZIKMUNDOVÁ

Vstupní pavilon získal cenu v anketě Stavba Středočeského kraje

(pokračování ze str. 1)

Nový vstupní pavilon ve středu nemocnice má jenom civilní obsah, nejsou zde žádné zdravotnické provozy. „Prosklený koridor v korunách stromů je navíc malou vnitřní kolonádou. Lidé sem mohou unikat z nemocničního prostředí. Pacienti, personál i návštěvy si mohou v hale či v parku na lavičce domlouvat schůzky. Doktoři tráví víkendy ve službách mohou ve dne i v noci unikat do knihovny s terasou. V ústředním přednáškovém sále se mohou konat mezinárodní konference. To vše život v nemocnici změkčuje a dělá ho snesitelnějším,“ popisuje Ing. arch. Zbyněk Skala.

„Mezi moje časté zkušenosti ze soutěží tohoto typu patří i to, že to nejpodstatnější z návrhu není často vidět na fotkách a lze to jen obtížně



NA SLAVNOSTNÍM VYHLÁŠENÍ 11. ZÁŘÍ převzali ocenění předseda představenstva MUDr. Roman Mrva, Ing. arch. Zbyněk Skala a technický ředitel PhDr. Jan Kolbaba (zleva). Foto: Středočeský kraj

sdílet s vnějším světem. Proto je pro mě vždy nejdůležitějším ohodnocením přijímání stavby v tom místě samotném,“ poznamenal architekt.

Je také autorem stavby Komplexního rehabilitačního centra v naší nemocnici, která před čtyřmi lety dokonce získala titul Stavba roku Středočeského kraje 2021. Porota tehdy ocenila zejména citlivé zasazení do krajiny, funkční a moderní design. „Na architektuře v nemocnicích mě pořád láká možnost vyhranit se právě vůči nemocničnímu prostředí. Líbí se mi ten moment, kdy sem vložíte jindy zcela banální civilní prvek a pozorujete, jakou má v tomto konkrétním prostředí sílu. Jak dokáže přeměnit okolí nebo vytvořit civilní oázu – jakýsi mikrosvět,“ dodal architekt.

(zik)

Nemocniční NOVINY časopis Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s., nemocnice Středočeského kraje.

Adresa vydavatele: Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s., nemocnice Středočeského kraje, Máchova 400, 256 01, Benešov Vychází čtyřikrát do roka. 6. ročník. Vyšlo 24. září 2025.

Odpovědný redaktor: Markéta Zikmundová, DiS., tel.: 317 756 579, e-mail: marketa.zikmundova@hospital-bn.cz

Tisk, DTP, adresnou distribuci a inzerci zajišťuje Regionální vydavatelství, s.r.o. Grafická úprava a zlom: Jana Benetková, e-mail: benetkova@regvyd.cz

Kontakt inzerce: Dana Brejchová, tel.: 603 588 338, e-mail: brejchova@regvyd.cz Vít Vrbický, tel.: 603 786 170, e-mail: vrbicky@regvyd.cz

PORODNICE FUNGUJE V NOVÉM PROSTŘEDÍ

• Gynekologický pavilon G je nyní zcela uzavřen a po dva roky bude procházet kompletní rekonstrukcí a modernizací. Porodnice i gynekologie ale fungují dál v jiných nových prostorách chirurgického pavilonu, které prošly rekonstrukcí teprve nedávno. Rodičky si prostředí pochvalují.

Porodní pokoje, bufetové snídaně a večere, klasické dvoulůžkové pokoje, ale i rodinný pokoj jako nadstandardní služba, to vše i nadále nabízí porodnice, která je nyní přestěhovaná do prvního patra chirurgického pavilonu CH 2. „Je to tady menší, ale nové a útulné. Líbí se mi, že je okno v porodním pokoji, skvělé jsou bufetové snídaně. Nemohu si na nic stěžovat,“ uvedla maminka, která porodila v benešovské porodnici o letních prázdninách.

Porodnice má i nadále pro rodičky k dispozici vaginální bylinnou napářku, aromaterapii, masážní olejíčky, nahřáté polštářky s pohankou, míče i systém Multitrack. Společně s porodnicí funguje na patře i novorozenecké oddělení.

„Prostory, ve kterých jsme dočasně přestěhovaní, jsou zrekonstruované, nejedná se tedy o žádné provizorium, dál nabízíme vstřícné a empatické prostředí pro naše pacientky respektující jejich potřeby,“ ujis-

tila primárka gynekologicko-porodnického oddělení MUDr. Kateřina Hlaváčková.

„Takto velkou přestavbu děláme proto, abychom vybudovali moderní zrekonstruované pracoviště, které bude odpovídat současným trendům a potřebám těhotných a rodiček i gynekologických pacientek,“ dodala MUDr. Kateřina Hlaváčková.

Pokud by si chtěl někdo prohlédnout, jak prostory vypadají, nemusí ani chodit do nemocnice, ale může si spustit na webových stránkách www.hospital-bn.cz novou virtuální prohlídku na stránkách porodnického oddělení. Zároveň se připravují i zcela nové webové stránky porodnice, na nichž těhotné ženy naleznou veškeré informace zcela přehledně.

Velká přestavba gynekologicko-porodnického pavilonu by měla skončit v květnu 2027. Gynekologické oddělení s ambulancemi a lůžkovou částí funguje v interním pavilonu I. V rámci přestavby dojde k výměně rozvodů elektřiny, vody, vzduchotechniky, vybudovaná bude klimatizace. V budově vznikne také nový centrální operační sál.

MARKÉTA ZIKMUNDOVÁ



VE DVOULŮŽKOVÝCH POKOJÍCH je samostatné sociální zařízení, přebalovací pult, televize či rychlovarná konvice.

4x foto: Hana Hamerníková



PORODNICI SI MŮŽETE NOVĚ PROHLÉDNOUT virtuálně na webových stránkách nemocnice.

Autor: Viznem studio



RODINNÝ POKOJ je vybaven manželskou postelí i rozkládacím gaučem. Jedná se o nadstandardní službu.



KUCHYŇKA NABÍZÍ ŠIROKÝ VÝBĚR potravin formou bufetu. Maminky si tak mohou vybrat ke snídani či večeři, na co mají chuť.



PORODNICE MÁ K DISPOZICI dva porodní pokoje, nadále nabízí maminkám například bylinnou napářku, aromaterapii či masážní olejíčky.

Dvoje dvojčata v jednom týdnu



Koncem srpna přišla na svět v naší porodnici hned dvoje dvojčata. Jedněmi z nich byl Jiřík a Honzík, kteří se narodili 25. srpna manželům Císařovým z Bystřice, Jiřík v 7:01 a Honzík o minutu později, oba vážili stejných 2 560 g.

Maminka Barbora bude potřebovat mnoho sil a pomoci. Doma totiž na nový přírůstek do rodiny čekali sourozenci – desetiletá Barborka a sedmiletá dvojčata Růženka a Albert.

„Všechny své děti jsem porodila v benešovské porodnici, jsem tu

moc spokojená. Doufala jsem, že překlenu šestatřicátý týden těhotenství, abych mohla rodit zase tady v Benešově. A je shoda okolností, že před deseti lety jsem tu rodila, když probíhala rekonstrukce porodnice jako nyní,“ poznamenala maminka Bára.

V naší porodnici se ročně narodí průměrně pater dvojčata, takže v jednom týdnu hned dvoje je opravdu výjimečné. Rodičům moc gratulujeme a přejeme pevné zdraví celé rodině.

(zik)

Foto: Markéta Zikmundová

Spolupráce nemocnice se Střední odbornou školou a Střední zdravotnickou školou pokračuje



STUDENTI NA PRAXI procházejí odděleními napříč nemocnicí. Například chirurgickým oddělením, ale i ORL.

Foto: Markéta Zikmundová



OBOR PRAKTICKÁ SESTRA studují nejen dívky, ale i chlapci. Na praxi docházejí i na interní oddělení.

Foto: Markéta Zikmundová

Hned začátkem školního roku odstartovala další vzájemná spolupráce mezi školou a benešovskou nemocnicí při výuce oboru praktická sestra. Studenti 4. ročníku od 8. 9. 2025 začali souvislou odbornou praxí a pokračovat budou společně se 3. ročníkem praktickým vyučováním.

Výuka, exkurze a klinické hodiny jsou realizovány napříč celou nemocni-

cí. Velmi děkujeme za spolupráci všem, kteří se snaží společně s námi předat studentům praktické dovednosti a znalosti potřebné k jejich budoucí profesi.

Střední odborná škola a Střední zdravotnická škola Benešov vzdělává studenty ve čtyřech oborech (asistent zubního technika, praktická sestra, sociální činnost a veřejnosprávní činnost). Naši absolventi vykonávají za-

jímavá a užitečná povolání, setkáte se s nimi na úřadech státní správy a samosprávy, na policii, na celnici i v advokátní kanceláři, pracují v domovech seniorů, v dětských domovech, v ústavech sociální péče, podají vám pomocnou ruku v ordinacích specialistů i praktických lékařů, v nemocnicích, v komunitních službách a laboratořích zubních techniků.

Touto cestou bychom vás rádi pozvali na dny otevřených dveří: 20. listopadu 2025, 6. prosince 2025, 14. ledna 2026 a také na Přehlídku středních škol do KD Karlov 15. října 2025, které se budou účastnit i zástupci benešovské nemocnice.

KOLEKTIV STŘEDNÍ ODBORNÉ ŠKOLY
A STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÉ ŠKOLY

INZERCE

LÁZNĚ LIBVERDA jsou malebné lázně ležící u Liberce, 2 hodinky od Benešova. Nabízí celou řadu skvělých léčebných a wellness pobytů. Bohatý výběr procedur i vyžití ve volném čase.

WELLNESS I LÉČENÍ V LÁZNÍCH LIBVERDA



LÁZEŇSKÁ LÉČBA

Léčíme:

- pohybový aparát,
- neurologické obtíže,
- onkologická onemocnění,
- kardiologické indikace,
- cukrovku.

Již od 14 dní, nabízíme i pokoje bez doplatku při včasné rezervaci. Dopřát si však můžete i apartmá a bufetové stravování, záleží na Vašich požadavcích.

SENIORSKÝ POBYT

6 nocí | **od 12.000 Kč– 11.400 Kč (s kódem „LIBVERDA“)**

Ubytování, polopenze, vstupní lékařská konzultace, 10 léčebných procedur, káva a zákusek.

VÁNOČNÍ NEBO SILVESTROVSKÝ POBYT SVÁTKY V POHODĚ

Min. 3 noci | **od 8.100 Kč**

Ubytování, polopenze, slavnostní menu a speciální program, punč, voucher na kávu a zákusek, procedury dle pobytu – např. relaxační koupel, masáž mušlemi nebo klasická, oxygenoterapie, animační program.

Nabídku dalších výhodných pobytů najdete na našem webu nebo nám zavolejte pro zaslání katalogu.

+420 482 368 100–102 | info@lazne-libverda.cz | www.lazne-libverda.cz



při předložení voucheru
KÁVA ZDARMA
NEMOC. BENEŠOV

RV2402473/03

DÍKY NOVÝM PŘÍSTROJŮM SE ZRYCHLÍ ODBĚR KRVE

• Transfuzní a hematologické oddělení uvedlo v září 2025 do provozu pět odběrových vah a separátory. Nové přístrojové vybavení přináší výhody dárcům krve. Například jehla je opatřena hrotem ostřeným laserem a díky tomu je zavedení méně bolestivé.



ODEBRANÁ KREV je zpracovávána na plně automatických krevních lisech, na kterých po odstředění vaků dochází k rozdělení na jednotlivé složky, plazmu, červené krvinky a odpad, takzvaný bufy-coat.

„Naše oddělení je ve stávající budově od roku 2012, přístrojové vybavení se částečně stěhovalo z původních prostor, část byla pořízena nově. Během času se postupně vyměnily všechny analyzáto-ry a ostatní přístroje. Poslední výměna proběhla nyní na přelomu srpna a září na úseku dárců krve a transfuzní výro- by,“ uvedla laborantka Jiřina Kloudová.

Pořízeno bylo pět kusů odběrových

vah a separátory, na kterých po odstředění vaků dochází k rozdělení na jednotlivé složky, plazmu, červené krvinky a odpad, takzvaný bufy-coat, který obsahuje zbytek plazmy a červených krvinek, bílé krvinky a krevní destičky.

„Na toto vybavení jsme se moc těšili, protože z původních pěti vah byly dvě pro neopravitelnost trvale vyřazeny z provozu. Dárci krve se tak mohou těšit,

že se proces odběru zase zrychlí,“ doplnila Jiřina Kloudová.

„Nové přístrojové vybavení transfuzního oddělení přináší benefity personálu i dárcům. Jejich pohodlí a bezpečnost během odběru je vždy naší prioritou,“ upozornil regionální obchodní manažer a specialista na aplikace TCT z Fresenius Kabi Mgr. Michal Bauernöpl.

Odběrová souprava pro odběr krve je opatřena jehlou s hrotem ostřeným laserem. Díky tomu je zavedení jehly pro dárce méně bolestivé. Jehla je také osazena speciálním krytem, který při vytahování z žíly dárce jehlu automaticky překryje. Personál je tak chráněn před případným poraněním. Kryt také zne- možňuje opakované použití jehly.

Odběrové váhy CompoGuard jsou vybaveny velkou in-line miskou pro optimální uložení odběrové soupravy a přesné vážení odebrané krve. Integrovaná funkce uzavření krevního vaku zatavením hadičky zaručuje, že vak s plnou krví je před vyjmutím z misky spolehlivě uzavřen.

Součástí odběrových vah jsou také optické antény, které umožňují vizuální kontrolu alarmů. Obsluha provádějící odběr je v případě potřeby automaticky nasměrována ke správnému lůžku dárce. Kvalita výsledného produktu je podpo-

řena i aktivním zapojením dárce. V případě potřeby optimalizace průtoku krve během odběru je dárce prostřednictvím displeje váhy vyzván k mačkání pěsti nebo balónku v ruce.

Odebraná krev je zpracovávána na plně automatických krevních lisech CompoMat G5 Plus. Tyto lisy pracují s patentovaným systémem automatického otevírání kanyly krevního vaku CompoFlow. „Nahrazení konvenčního ručního zalamování systémem CompoFlow snižuje riziko hemolýzy vzniklé nesprávným zpracováním a zvyšuje komfort obsluhy. První zkušenosti ukazují na vyšší výťažnost jednotlivých složek krve v porovnání s původními přístroji,“ dodal Mgr. Michal Bauernöpl.

TEXT A FOTO: MARKÉTA ZIKMUNDOVÁ



NA TRANSFUZNÍM ODDĚLENÍ je od září v provozu pět nových odběrových vah pro dárce krve. Díky nim by se měl proces odběru zrychlit.

Firemní dětská skupina navýší kapacitu

Jedním z benefitů, který benešovská nemocnice poskytuje svým zaměstnancům, je zajištění hlídání dětí už od jednoho roku. Jesle NeBe se otevřely v roce 2012 s kapacitou deset dětí. Nyní prostory takzvané dětské skupiny NeBe projdou rekonstrukcí a počet dětí se zdvojnásobí na dvacet. Projekt je financován částečně z dotace Národního plánu obnovy (dotace EU) a z větší části z vlastních zdrojů.

„Důvod rekonstrukce a navýšení kapacity je hlavně legislativní, protože kvůli změně legislativy musí nemocnice v rámci požární bezpečnosti provést úpravy budovy, v níž je dětská skupina v provozu. V rámci rekonstrukce jsme se zároveň rozhodli zvýšit kapacitu, což je jistě příznivá zpráva hlavně pro zaměstnance,“ řekl technický ředitel PhDr. Jan Kolbaba.

Podle provozní Evy Holešové je dětská skupina stále naplněná. Děti sem docházejí pravidelně i nepravidelně dle potřeb rodičů. „Přestože je kapacita pro maximálně deset dětí na den, celkem je jich přihlášených více, protože některé děti k nám chodí jen dvakrát třikrát týdně, podle toho, kdy mají jejich rodiče službu či ordinanční hodiny. Tím se prostřídají a vždy jich máme do počtu deseti dětí,“ vysvětlila Eva Holešová.

Provozní doba je ve všední dny od 6:30 do 16 hodin, po domluvě i déle. V dětské skupině pracují tři zaměstnankyně, s navýšením kapacity přibudou další dvě.

Dětem je k dispozici hrací koutek bohatě vybavený hračkami a televizí s DVD přehrávačem, jídelna, šatna, sociální zařízení a ložnice s postýlkami. „Máme

podobná pravidla jako mateřská škola, držíme se plánu výchovy, s dětmi vyrábíme tematická přání, obrázky pro rodiče, chodíme na procházky. Před budovou máme krásné hřiště s pískovištěm, domečkem a prolézačkami,“ poznamenala Eva Holešová.

Dětskou skupinu mohou využít zaměstnanci pro své děti ve věku od jednoho do tří let a pak pokračují v jiném předškolním zařízení. Po rekonstrukci ale dojde ke změně, kdy dětská skupina bude určena i pro



DĚTSKÁ SKUPINA, která zajišťuje hlídání dětí už od jednoho roku pro naše zaměstnance, projde rekonstrukcí a počet dětí se zdvojnásobí na dvacet.

starší děti předškolního věku. Rodiče tak budou moci nechat svého potomka ve firemní dětské skupině až do šesti let. Další novinkou je, že nemocnice poskytne tento benefit i prarodičům, tedy pro hlídání jejich vnoučat.

Využití nemocniční dětskou skupinu mohou na základě legislativních změn nově i lidé, kteří v nemocnici nepracují, pokud je volná kapacita. Ti však hradí plnou cenu školkovného. Pro zaměstnance platí velmi zvýhodněné školné v rámci benefitů pro zaměstnance.

Nabídka péče o děti v dětské skupině je hodnocena především ze strany zaměstnaných matek velmi kladně, protože jim umožňuje brzký návrat do zaměstnání z rodičovské dovolené, popřípadě možnost práce na částečný úvazek.

S rekonstrukcí se začne již nyní na podzim a skončí se v prosinci. Rekonstrukcí projdou prostory, které byly nevyužívané a zastaralé. V části budovy fungují kanceláře a malá ubytovna. Díky stavebním úpravám se prostory kompletně oddělí od provozu dětské skupiny. Vznikne nová třída s hernou, spaním, šatnami i sociálním zařízením. Modernizací by měly následně projít také stávající prostory dětské skupiny.

Náklady na rekonstrukci činí přibližně 11 milionů korun. Nemocnice získala třímilionovou dotaci v rámci Národního plánu obnovy, komponenty 3.3 Modernizace služeb zaměstnanosti a rozvoj trhu práce. Zbytek bude hrazen z vlastních zdrojů.

TEXT A FOTO: MARKÉTA ZIKMUNDOVÁ

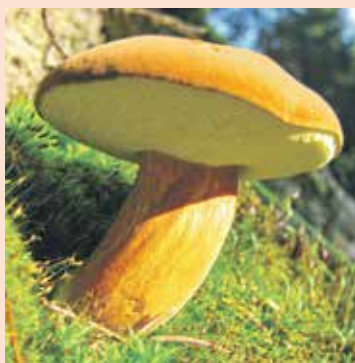
Při podezření na otravu houbami zajistěte vzorek

• Česká republika je tradičně spojována se sběrem hub a houbařská sezona je v plném proudu, proto je dobré si připomenout, že tato kratochvíle nese i svá rizika!

Co na svém počátku vypadá jako příjemný odpolední program v přírodě, může velmi rychle při nedostatečné opatrnosti končit například i na našem urgentním příjmu.

Otravy houbami můžeme rozdělit na otravy pravé a nepravé. Nepravé otravy, jak již název napovídá, jsou způsobeny houbami primárně jedlými. Tyto kusy však mohly být například již sebrány zkažené, případně vznikla chyba při jejich skladování nebo nedostatečné tepelné úpravě. Při návštěvě lesa bychom tedy měli dbát na sběr pouze mladých a zdravých hub, dále zamezit jejich zapaření (například uložením do prodyšných tašek či košíků, nikoli do igelitových tašek) a v co nejkratší době je zpracovat – sušit pouze houby suché, ty vlhké a měkké tepelně zpracovat alespoň při 100 °C. V opačném případě se mohou dostavit průjemy a zvracení, zpravidla do hodiny po požití.

Podobné projevy vidíme po pozření hříbu satana, některých žampionů či holubinek. Jedná se o tzv. gastro-



HŘIB HNĚDÝ, jedlý.

enterický typ otravy. Ten stejně jako u otrav nepravých nemá závažnější průběh, většina toxinů se zpravidla vyloučí z těla zvracením, vhodné je následně užít aktivního uhlí, které na sebe naváže zbytek škodlivých látek, nutné je doplnění tekutin.

Opatrní bychom měli být u rizikových jedinců, hlavně u malých dětí a seniorů, jimž hrozí zejména dehydratace. Tyto méně závažné otravy bývají



MUCHOMŮRKA ZELENÁ, jedovatá.

spojeny povětšinou s houbami hřibovitými, které lze rozpoznat podle rourek na spodní straně klobouku.

Zpozornět bychom měli u sběru druhů s lupeny na spodině klobouku, kdy hrozí riziko záměny s velmi jedovatými houbami (například s muchomůrkou zelenou). V těchto případech dochází k potížím až po řadě hodin. Mimo zvracení a průjem se objevují i bolesti hlavy, křeče či zežloutnutí.

Tyto otravy vyžadují specifickou léčbu za hospitalizace.

Závěrem si pojďme shrnout pár praktických doporučení, které bychom jako houbaři měli znát a jejichž dodržení minimalizujeme riziko vzniku komplikací se sběrem spojených:

- Sbírat pouze takové druhy, které bezpečně známe, v případě nejistoty houby nekonzumovat,
- dbát na správné skladování a rychlé zpracování,
- při obtížích krátce po požití hub užít aktivní (černé) uhlí,
- vhodné je zajištění vzorku hub (či alespoň fotografií) k mykologickému určení.

MUDR. TOMÁŠ OLŠAN, INTERNÍ ODDĚLENÍ
FOTO: WIKIPEDIA.ORG

Pozor!

V případě podezření na možnou otravu kontaktujeme TIS – Toxikologické informační středisko – na telefonu 224 915 402 nebo 224 919 293, případně rovnou voláme Zdravotnickou záchrannou službu – 155.

INZERCE

SÍLA BYLIN PRO VAŠI POHODU

Přírodní produkt ANTISTRESS zmírňuje stres a depresi, usnadňuje usínání a krotí neklidnou mysl.

Žádejte ve svých lékárnách.

WACHO s.r.o, tel.: +420 724 781 351, www.wacho.cz



RV2501567/01

Rozšiřujeme tým,
přidej se k nám!

Zájemci mohou zasílat životopisy na mbednarova@toppower.cz
Více informací na: www.toppower.cz/kariera



RV2501562/01

Vykovej si kariéru ve Strojmetalu!

Pohni tím, co má směr.

STROJMETAL
aluminium forging
Member of MTX GROUP

Náborový příspěvek
50.000,- Kč

Zavolej nebo se zastav osobně.

☎ 702 178 567 🕒 Každý čtvrtek v 9:00 ve Strojmetalu v Kamenici

Více →
informací:



RV2501407/01

RV2501496/01



MONTÁŽ - SERVIS - REVIZE

PŘESTAVBY VOZIDEL PRO POHON PLYNEM
DIAGNOSTIKA, VÝMĚNY NÁDRŽÍ, REPASE REDUKTORŮ+VSTŘIKOVAČŮ

ÚSPORA 50% OPROTI BENZÍNU

☎ 318 821 098 ☎ 602 793 709

SEDLČANY • Na Skalách 955 • Po-Pá 8:00-17:00



JIŽ 32 LET S VÁMI AUTomania
... chytrý jede ke zkušenému

Nemocnici Benešov
najdete na webu i
sociálních sítích



Nemocniční
lékárna
Využít u nás můžete
benefitní karty



Mezi padesátkou nejlepších

Nová stavba centrálního vstupního pavilonu a přístavby chirurgického pavilonu naší nemocnice slaví úspěchy. Po získání ceny za mimořádné konstrukční a technické řešení v rámci Stavby roku Středočeského kraje 2025 má otevřená vrátka na získání dalšího titulu. V rámci 32. ročníku Grand Prix Architektů – Národní cena za architekturu se stavba dostala do shortlistu padesáti nejlepších. V rámci druhého kola porotování čeká 20. října architektury osobní prezentace projektu před mezinárodní porotou v anglickém nebo českém jazyce. Po prezentaci následuje zasedání poroty a je rovnou vyhlášen vítěz Národní ceny za architekturu 2025 a další laureáti. (zik)

Grand Prix
Architektů
Národní cena
za architekturu
2025



CENTRÁLNÍ VSTUPNÍ PAVILON spojuje nadzemním koridorem interní a chirurgický pavilon.

Foto: Tomáš Souček

CHRÁPÁNÍ NENÍ JEN ZVUK, NĚKDY JDE O ŽIVOT

• Chrápání. Někdo se mu směje, jiný se kvůli němu stěhuje do vedlejšího pokoje. Ale málokdo tuší, že může být i varovným signálem vážného onemocnění.



U STŘEDNĚ TĚŽKÝCH A TĚŽKÝCH APNOIKŮ je standardem léčba přístrojem CPAP, který během spánku pomocí masky vhání vzduch do dýchacích cest a brání jejich kolapsu.

Vedoucí lékařka spánkové laboratoře z naší nemocnice MUDr. Tereza Haasová každý den dokazuje, že za nočním „koncertem“ se často skrývá víc než jen nepříjemný zvuk.

CHRÁPÁNÍ JAKO PRVNÍ VAROVÁNÍ

„Chrápání samo o sobě nemoc není. Ale pokud je nepravdivé, doprovázené pauzami v dechu, dušením se ve spánku nebo ranní bolestí hlavy, může jít o spánkovou apnoe,“ vysvětluje lékařka. Časté noční močení, ranní suchost v ústech, denní únava, mikrosnípky, ale i úzkosti či depresivní ladění, to vše mohou být příznaky poruchy, která narušuje kvalitu spánku i života.

TYPICKÝ PACIENT? PŘÍCHÁZÍ NA POPUD PARTNERKY

V ordinaci se velmi často objevují muži po padesátce, obézní, unavení, s nově zjištěnou cukrovkou nebo vysokým krevním tlakem. „Nejčastěji přijdou, protože je partnerka přestala jen přetáčet na bok, ale začala se regulérně bát, že se partner ve spánku udusí,“ říká MUDr. Tereza Haasová. Zhruba třetinu pacientů ale tvoří ženy a ani štíhlí lidé nejsou výjimkou. „Spánek je zrcadlem našeho zdraví a je potřeba se do něj občas podívat,“ dodává.

CO SE DĚJE PŘI SPÁNKOVÉ APNOI?

Spánková apnoe znamená, že se během noci opakovaně zastaví nebo výrazně omezí dýchání. „Tělo se dusí, okysličením klesá, organismus je ve stresu a probouzí se, i když si to člověk neuvědomuje. Spánek je mělký, neosvěžující a člověk se ráno budí vyčerpaný jako po

probdelé noci,“ popisuje lékařka. Dlouhodobě taková situace ohrožuje srdce, zvyšuje riziko infarktu, mrtvice i dopravních nehod vlivem mikrosnípků.

JAK PROBÍHÁ VYŠETŘENÍ A LÉČBA?

Vyšetření začíná pečlivou anamnézou, rozhovorem o spánku i celkovém zdraví. „Zajímá mě i zaměstnání, řidiči a pracovníci ve směnných provozech jsou zvláště riziková,“ upozorňuje specialista. Následuje ORL vyšetření, pak se plánuje domácí monitorování spánku nebo noční pobyt přímo ve spánkové laboratoři v nemocnici.

U léčby záleží na závažnosti. U lehkých forem se stačí vyvarovat spaní na zádech, někdy pomůže chirurgický zákrok. U středně těžkých a těžkých apnoiků je standardem léčba přístrojem CPAP, který během spánku pomocí masky vhání vzduch do dýchacích cest a brání jejich kolapsu. „Pacienti se zpočátku obávají, ale po pár nocích často přicházejí s nadšením. Konečně se totiž vyspali. A to platí i pro jejich partnery,“ dodává MUDr. Tereza Haasová.

BEZ ÚPRAVY ŽIVOTNÍHO STYLU TO ALE NEJDE TAK DOBRĚ

„U obézních pacientů je klíčová redukce hmotnosti. Víím, jak náročné to je. Pomáháme i s nastavením léčby. Dnes máme léky, které dokážou snížit váhu o patnáct až pětadvacet procent, a tím zlepšit i apnoe,“ vysvětluje. Kouření, alkohol, sedativa, ale i špatné spánkové návyky mohou situaci dále zhoršovat.

JDEME DÁL: UNIKÁTNÍ VYŠETŘENÍ VE SPÁNKU NA SÁLE

Naše pracoviště se v tomto měsíci zařadilo mezi pouhá dvě v republice, která zavedla inovativní diagnostický postup – podrobné vyšetření horních cest dýchacích v uměle navozeném spánku přímo na operačním sále, a to v kombinaci s titrací tlaku na masce.



VEDOUcí LÉKAŘKA SPÁNKOVÉ laboratoře MUDr. Tereza Haasová začíná vyšetření pečlivou anamnézou, rozhovorem o spánku i celkovém zdraví pacienta. 2x foto: Markéta Zikmundová

chacích v uměle navozeném spánku přímo na operačním sále, a to v kombinaci s titrací tlaku na masce.

„Tento přístup nám umožňuje zcela výjimečným způsobem zmapovat dýchací cesty u pacientů, u kterých se dlouhodobě nedaří kompenzovat apnoické události běžnou cestou. Dokážeme tak přesněji určit, proč léčba nefunguje, a přizpůsobit ji individuálně danému pacientovi,“ vysvětluje lékařka. „Je to velký krok vpřed v péči o složité a chronické případy,“ upozornila MUDr. Tereza Haasová.

„SPÁNKOVKA“ ŘEŠÍ CELOU ŠKÁLU PORUCH

Vedle spánkové apnoe se ve spánkové laboratoři řeší i nespavost, neklidné nohy, poruchy spánkového rytmu či nadměrná spavost. „U dětí bývá nejčastější příčinou apnoe zvětšená nosní a krční mandle. U dospělých jde o komplexní problém, často vyžadující spolupráci ORL lékaře, plicního specialisty, neurologa i psychiatra,“ popisuje lékařka.

SPÁNEK JE CITLIVÝ UKAZATEL FYZICKÉHO I PSYCHICKÉHO ZDRAVÍ

Na závěr spánková specialista připomíná, že spánek ovlivňuje celá řada faktorů – genetika, stres, jídlo, světlo, kvalita vztahů, hormonální změny i pracovní režim. „Nespavost trvající déle než dva měsíce je vždy důvodem k řešení – ideálně nejprve s praktickým lékařem,“ upozorňuje.

A CO CHYTŘÉ HODINKY ČI PRSTENY?

Podle MUDr. Terezy Haasové mají motivační efekt. „Lidé začínají o spánku přemýšlet, což je moc dobře. Ukazují například srdeční tep nebo okysličený krev. Je to zajímavý doplněk, ale diagnózu musí vždy potvrdit odborník.“ (red)

ZLATÁ PRAVIDLA SPÁNKOVÉ HYGIENY:

- Chodte spát i vstávejte ve stejný čas – i o víkendu.
- Vyvětrejte ložnici a zatemněte.
- Večer se vyhněte modrému světlu, alkoholu, kofeinu a těžké aktivitě.
- Postel má být jen na spánek a sex – ne na práci nebo mobil.
- Nechodte spát hladoví ani přejedení.

A co dodat? Pokud se cítíte přes den bez energie, budete se nevysspat nebo váš partner upozorňuje na pauzy v dechu, není ostuda vyhledat pomoc. Kvalitní spánek totiž není luxus – je to základ zdraví.

Zapojili jsme se do programu V Práci Dobrý

• Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov začala spolupracovat na novém programu Národního ústavu duševního zdraví (NUDZ), který je zaměřen na komplexní podporu a posilování duševního zdraví na pracovišti.

Jde o pilotní projekt s názvem V Práci Dobrý, do kterého se z celé republiky zapojilo několik organizací včetně naší nemocnice. Cílem programu je vytvořit spokojená a zdravá pracoviště, kde se zaměstnanci cítí dobře a angažovaně. Součástí programu je několik klíčových aktivit. Tým z NUDZ nyní bude analyzovat situaci v naší nemocnici, kdy se budou zkoumat aktuální potřeby organizace a možnosti podpory zaměstnanců.

„Součástí je anonymní dotazníkové šetření mezi zapojenými zaměstnanci a hloubkové rozhovory s několika vybranými klíčovými pracovníky a zá-

stupci vedoucích pozic. Následně se zaměstnanci vzdělávají ve schopnosti rozpoznat stres a psychickou zátěž a efektivně s nimi pracovat a získávají znalosti a dovednosti v péči o vlastní duševní zdraví. V programu je také zařazeno vzdělávání pro vedoucí pracovníky, které se zaměřuje na způsoby vytváření odolné a psychologicky bezpečné kultury organizace,“ popsala psycholožka a specialista prevence Jaroslava Turková z NUDZ.

V závěru po zohlednění všech získaných dat se společně formulují doporučení směrem ke strategii, která podporuje wellbeing neboli celkovou či

osobní pohodu zaměstnanců a zvyšují efektivitu lidí v organizaci. „Do projektu jsme se zapojili, protože duševní zdraví zaměstnanců je pro nás klíčové. Dříve bylo toto téma často tabu, my ho ale chceme otevřít a podpořit. Věříme, že nám program přinese nástroje, které pomohou předcházet vyhoření a lépe zvládat stres v našich životech. Chceme vytvořit prostředí, kde se lidé nebojí otevřeně mluvit o tom, jak se cítí, a kde můžeme být podporou jeden druhému,“ uvedl ředitel řízení lidských zdrojů Mgr. Martin Nosek.

Všechna data poskytnutá v závěru projektu pracovišti budou anonymizo-



V NEMOCNICI SE MOHOU zaměstnanci obracet například na krizového intervenanta, kterým je vrchní sestra interního oddělení Eva Hrkalová.

Foto: Markéta Zikmundová

vána. Veškerý sběr dat je odsouhlasen etickou komisí Národního ústavu duševního zdraví. (zik)

NÁRODNÍ ÚSTAV DUŠEVNÍHO ZDRAVÍ SE ZABÝVÁ I PREVENCÍ A LÉČBOU DUŠEVNÍCH ONEMOCNĚNÍ

Národní ústav duševního zdraví (NUDZ) je moderní výzkumné a klinické centrum zaměřené na oblast duševního zdraví. Specializuje se na vědecké a výzkumné aktivity, které se soustředí na identifikaci, prevenci a léčbu duševních onemocnění.

Iniciativa Na rovinu působí v rámci Výzkumného programu Veřejné duševní zdraví v NUDZ. Tvoří ji

odborný tým pracovní skupiny Prevence a výzkum stigmatu, externí spolupracovníci z řad odborné veřejnosti, dobrovolníci a lidé s vlastní zkušeností s duševním onemocněním. Tato pracovní skupina se zaměřuje na výzkum stigmatizace lidí s duševním onemocněním, implementaci a evaluaci antistigma aktivit a zvyšování gramotnosti

v oblasti duševního zdraví. Cílovými skupinami výzkumů a implementací jejich výsledků jsou poskytovatelé a zaměstnanci sociálních služeb, poskytovatelé a zaměstnanci zdravotních služeb, veřejná správa, studenti oborů na sociálně-zdravotním pomezí, lidé s duševním onemocněním nebo v riziku jeho rozvoje, jejich rodinní příslušníci, obecná populace

a média. V období 2017–2022 trval pětiletý projekt Destigmatizace, který se zaměřoval na implementaci a evaluaci destigmatizačních aktivit ve všech regionech České republiky a v roce 2023 navázal tříletý projekt na Prevenci a podporu duševního zdraví u dospělé populace v ČR. Projekty jsou součástí reformy péče o duševní zdraví v České republice.



**Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s.,
nemocnice Středočeského kraje**

- » 125 LET TRADICE ŠPIČKOVÉ ZDRAVOTNICKÉ PÉČE
- » SEHRANÉ TÝMY
- » NEJMODERNĚJŠÍ PŘÍSTROJOVÉ VYBAVENÍ
- » ŠIROKÉ MOŽNOSTI SPORTOVNÍCH AKTIVIT V OKOLÍ

www.hospital-bn.cz



**NEPŘETŘŽITĚ INVESTUJEME
DO VZDĚLÁVÁNÍ
PERSONÁLU**

PŘIJMEME:

- | | |
|-------------------------------|---|
| » LÉKAŘE NA ODDĚLENÍ: | » VŠEOBECNÉ SESTRY |
| - Neurologie | (těž praktické sestry či zdravotnické záchranáře) NA ODDĚLENÍ NAPŘÍČ NEMOCNICÍ |
| - Transfúzní a hematologické | |
| » LÉKAŘE DO AMBULANCÍ: | » ZDRAVOTNÍ LABORANTY |
| - Plícní | |
| - Kardiologie | » RADIOLOGICKÉ ASISTENTY |
| - Neurologie | |
| - Endoskopie | » SANITÁŘE/DĚLNÍKY |
| - Diabetologie | VE ZDRAVOTNICKÉM ZAŘÍZENÍ |
| - Onkologie | |
| - Spánková laboratoř | |
| - Oční | |

**PRO VYBRANÉ ZDRAVOTNICKÉ POZICE POSKYTUJEME
MOTIVAČNÍ NÁBOROVÉ PŘÍSPĚVKY
50 000 Kč - 800 000 Kč**

Kompletní seznam aktuálních volných pozic s přesným popisem a detailní nabídkou pro uchazeče včetně široké škály benefitů najdete na www.hospital-bn.cz v sekci kariéra.

Pro více informací můžete rovněž kontaktovat úsek řízení lidských zdrojů,
tel: 317 756 565, pam@hospital-bn.cz

NABÍDKA NEMOCNIČNÍ LÉKÁRNY

AKCE

**CERAVE
SLEVA 20 %
NA CELÝ SORTIMENT
do 31. 10. 2025**



WELEDA

**NOVINKA
SLEVA 10 %**



**SLEVA 20 %
ŘÍJEN, LISTOPAD**



Nemocniční lékárna

**Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s.,
nemocnice Středočeského kraje
MÁCHOVA 400, 256 01 BENEŠOV**

TELEFON: 317 756 564

e-mail: lekarna.verejna@hospital-bn.cz

OTEVÍRACÍ DOBA:

pondělí – pátek: 7:00 – 16:00 hod.

**sobota, neděle + svátek: 8:00 – 14:00 hod.
OTEVŘENO!!!**

POHOTOVOSTNÍ OKÉNKO:

sobota, neděle + svátek: 14:00 – 18:00 hod.

www.hospital-bn.cz/oddeleni/nemocnicni-lekarna



E-recept si brzy zarezervujete i z domova

• Nemocniční lékárna benešovské nemocnice se zařadí mezi lékárny, které nabízejí klientům rezervaci e-receptu přes webové stránky. Pacient tak do lékárny bude moci zamířit, až když bude mít své léky nachystány.

„Aktuálně pracujeme na novém webu lékárny, který bude součástí stránek nemocnice hospital-bn.cz. Na něm zákazníci naleznou přehledně důležité informace týkající se otevírací doby, aktuálních akčních nabídek, nabízených služeb a nově přibude i možnost online rezervace e-receptů a e-poukazů. Tu mohou pacienti využít zejména na objednání individuálně připravovaných léčivých přípravků nebo léčiv, která běžně nemáme skladem,“ uvedl vedoucí Nemocniční lékárny PharmDr. Jan Král.

Výhodou rezervace e-receptu je především jistota dostupnosti léků a odpadá nutnost opakovaných návštěv lékárny. Rezervovat si e-recept mohou klienti klidně i z domova nebo práce. „Věřím, že to v některých případech ušetří jednu cestu k nám, protože se stává, že pacient přijede a zjistí, že je potřeba léčivo objednat nebo připravit, a musí mnohdy dlouhou cestu absolvovat znovu,“ dodal vedoucí lékárny.

Nemocniční lékárna je svými zásobami jednou z největších v regionu a její sortiment je velmi široký. Má zásoby tabletových forem léčiv, mastí, kapek, doplňků stravy, zdravotnických prostředků, obuvi, ale i homeopatik a poměrně značné množství kosmetiky.

Podle vedoucího lékárny chtějí mít stále dostatek léčiv, aby pacienti nemuseli svůj lék shánět jinde. „Když například někoho propouští z hospitalizace s předepsanými léky, většinou si je přijde vyzvednout k nám. Právě



NEMOCNIČNÍ LÉKÁRNA NABÍZÍ ŠIROKÝ SORTIMENT od tabletových forem léčiv, mastí, kapek, doplňků stravy až po zdravotnické prostředky, obuv a kosmetiku. Prostory lékárny si mohou lidé prohlédnout i na GoogleMaps. Foto: GoogleMaps

jednou z věcí, kterou se odlišujeme od jiných lékáren, je, že máme skladem velké množství surovin, ze kterých vyrábíme individuálně připravované léčivé přípravky. Stává se, že v okolních lékárnách určitou surovinu nemají,

PROVOZNÍ DOBA NEMOCNIČNÍ LÉKÁRNY

Otevřeno:

Po–pá: 7:00–16:00 hod.
So, ne + svátek: 8:00–14:00 hod.

Pohotovostní okénko:

So, ne + svátek: 14:00–18:00 hod.

a tak se k nám lidé rádi vrací, protože ji u nás seženou,“ upozornil PharmDr. Jan Král.

Výhodou pro pacienty je, že lékárníci jsou v kontaktu s lékaři v nemocnici, a tak vědí, které léky doktoři potřebují a jaká léčiva často pacientům předepisují. Pacienti tedy leckdy nemusí vůbec čekat na výrobu například nosních kapek nebo i jiných vyráběných léčiv.

S čím se ale v posledních letech lékárníci potýkají, jsou globální výpadky některých léčiv. „Naštěstí většinou existuje jiná alternativa, kdy se účinná látka nachází v jiných léčích od jiného

výrobce. Ale stává se, že pacienti nechtějí, abychom jim léky zaměňovali, což chápeme a respektujeme to,“ řekl PharmDr. Jan Král.

Lékárna se skládá ze dvou částí, z veřejné a nemocniční. Zásobuje tedy i samotná oddělení. V neveřejné, horní části areálu skladuje léčiva a zdravotnický materiál pro lůžka. Lékové formy jsou zde především pro parentální aplikaci, tedy většinou injekční nebo infuzní přípravky. V Nemocniční lékárně pracuje 25 zaměstnanců – lékárníci, farmaceutické asistentky, sanitárky a administrativní pracovníci. (zik)

Děkujeme za podporu!

Děkujeme všem, kteří podporují naši nemocnici, ať už se jedná o dárky pro naše malé pacienty, nebo o dobrovolnictví. Například jsme před letními prázdninami dostali na 750 zvířátek, která vyrobili žáci Základní školy Čechtice formou

3D tisku. Začátkem června dorazila také na dětské oddělení tradičně Markéta Sehnalová z nadačního fondu Křídla dětem a předala výtěžek jarní sbírky s tím, že se bude i letos konat opět sbírka vánoční. Pro potěšení našich pacientů nás

začal pravidelně navštěvovat i Dr. Klaun z organizace Chance 4 Children, a to nejen na dětském oddělení, ale především na oddělení dlouhodobé ošetrovatelské péče. S pásmem písní, ale i kouzly vždy zpestří hospitalizaci našim pacientům. (red)



Jak je Evropská unie užitečná studentům?

POMÁHÁ V NESNÁZÍCH

- neodkladné zdravotní ošetření kdekoli v EU
- konzulární pomoc po celém světě

DBÁ NA ZDRAVÍ VŠECH

- světově nej přísnější normy pro bezpečnost potravin

CHRÁNÍ ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ I SPOTŘEBITELE

- zákaz testování kosmetiky na zvířatech
- dvouletá záruční lhůta na zboží

USNADŇUJE CESTOVÁNÍ

- po Evropské unii jen s občanským průkazem
- vlakové jízdenky zdarma pro 18leté: Discover EU
- finanční náhrada za zpoždění nebo ztracený kufr

OCHRAŇUJE OSOBNÍ ÚDAJE

- ochrana soukromí na internetu

POMÁHÁ UDRŽET SPOJENÍ S BLÍZKÝMI

- bezplatný roaming na území Evropské unie
- WiFi4EU: hotspoty pro bezplatné připojení



#EUjsmeMy

Proč je dobré být v EU?



RV250113/22

CAJDAŠROT.CZ

PRAHA ↑

TÁBOR ↓

zde nás najdete po-so 8-17 hod.

BENEŠOV – ULICE HLAVNÍ

Tel.: 602 378 663
www.cajdasrot.cz

PROVOZOVNY:

PRAHA – UL. HLAVNÍ

LIBOCHOVICE – UL. HAVLÍČKOVA

NERATOVICE – UL. MLÁDEŽNICKÁ
(naproti vlakovému nádraží)

ZLATNÍKY – HODKOVICE

UL. BŘEŽANSKÁ

VÝKUP ŽELEZA A BAREVNÝCH KOVŮ ZA NEJVYŠŠÍ CENY!

ŽELEZO	od 3,70 – 5,50 Kč/kg
MĚĎ	od 175 – 189 Kč/kg
HLINÍK	od 34 – 53 Kč/kg
NEREZ	od 18 – 19 Kč/kg
MOSAZ	od 113 – 125 Kč/kg
MĚDĚNÉ KABELY	od 58 – 110 Kč/kg
EL. MOTORY	od 15 – 23 Kč/kg
POČÍTAČOVÉ ZÁKLADNÍ DESKY A ELEKTROSOUČÁSTKY	od 60 do 5100 Kč

**DALŠÍ POČÍTAČOVÉ
KOMPONENTY PO DOMLUVĚ**

RV2501143/01

OBEZITU ČI DIABETES DNES VIDÍME UŽ U TŘICÁTNÍKŮ

• Lékařka MUDr. Libuše Pagáčová pracovala pětadvacet let v pražském Institutu klinické a experimentální medicíny IKEM, ale po letech změnila zaměstnání. Před půl rokem se stala primářkou transfuzního a hematologického oddělení Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov.

„Oddělení jsem znala díky auditům klinických laboratoří, které jsem tady prováděla. Vždy se mi benešovská hematologie moc líbila, a to nejen prostředím, ale i lidé, kteří tu pracují,“ říká.

• Jako auditorka můžete srovnávat pracoviště. Benešovské oddělení znáte již dlouho?

Jezdila jsem sem na audity NASKL několik let. Jako posuzovatel jsem objížděla oddělení po celé republice, takže si člověk udělá trochu představu. Máte pracoviště, kde si řeknete, že jste ráda, že máte audit za sebou, ale také jsou pracoviště, kde si pomyslíte, že by se vám tady líbilo i pracovat, protože jsou tu milí lidé a krásné prostředí. Benešovské oddělení jsem znala ještě před rekonstrukcí. Když jsem pak přijela dělat audit do nového, což je více než třináct let, tak jsem jim to krásné pracoviště až záviděla.

• A nakonec tu pracujete.

Celá léta jsem váhala, jestli dojíždět někam z Prahy. Benešovští kolegové mě

nyní oslovili, protože je tady potřeba personál, a já jsem na to kývla.

• Kde jste pracovala předtím?

Po promoci v roce 1988 jsem zůstala pracovat na fakultě v Ústavu patologické fyziologie 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy. Pak přišly dvě mateřské dovolené a od roku 1994 jsem nastoupila do pražského IKEMu, kde jsme měli aferetickou jednotku, kterou jsem vedla. Tam jsme dělali nonstop krevní destičky k operacím a transplantacím a léčebné výkony jako např. léčebné erytrocytaferézy, leukocytaferézy, trombocytaferézy, separace mononukleárních buněk, imunoabsorpce a další výkony. Byla to zajímavá a speciální práce i kolem transplantovaných pacientů. Zároveň po atestaci v roce 2000 jsem pracovala i v hematologické ambulanci právě pro tyto pacienty. To bylo takové pestré období.

• Proč jste pak změnila zaměstnání?

Už jsem byla unavená ze služeb a nonstop příslužeb na telefonu a po pětadvaceti

ceti letech jsem měla pocit syndromu vyhoření. Chtěla jsem mít něco klidnějšího. Manžel pracuje v Nemocnici Na Homolce a hledali jsme společně různé inzeráty, až jsem v roce 2019 nastoupila Na Homolku, kde jsem působila pět a půl roku. Funguje tam krevní banka, laboratoře a hematologická ambulance. Ale po covidu už to nebylo ono, pět dní jsem od rána do večera seděla jenom v ambulanci. Chyběla mi ta transfuzka, kterou mám ráda. Navíc tam nebyly moc dobré pracovní podmínky. Pak přišla nabídka z Benešova.

• A rovnou jste nastoupila jako primářka. Je to pro vás jiné?

V IKEMu jsem byla vedoucí autotransfuzní jednotky v rámci laboratorního komplexu, což byl vlastně takový malý primariát, takže s tím zkušenost mám. Podmínky jsou tady hezké. Zнала jsem lékaře, laboratoř i prostředí a musím říci, že mě to neklamalo. Jak jsem si myslela, že jsou tady příjemní lidé, tak to trvá, žádný průšvih nebyl, všechno vždycky měli v pořádku, hezky se

o oddělení starají. Musím říci, že jsem nikdy za svůj život v takto hezkém prostředí nepracovala. Neměla jsem nikdy takto velkou kancelář nebo vyšetřovny a ambulanci jako nyní. Je to tady na vysoké úrovni. Všichni mají zájem o práci, snaží se, aby vše skvěle fungovalo, jsou jeden tým, nehází si klacky pod nohy. Je to tady jiná mentalita a je to prima. Od personálu, kolegů až po vedení nemocnice.

• Chystáte se zavést nějaké novinky?

Jsem takové povahy, že když je něco zaběhlé a hezky funguje, tak zbytečně do něčeho nevtřím. Nechci oddělení rozložit, protože je nás málo. Když člověk chce dělat novinky, tak musí mít dostatek personálu. Nemůžu teď něco měnit i z důvodu toho, že jsou tu i starší zaměstnanci a ti by se s tím třeba neztožnili, protože jsou zvyklí na zavedený systém. Na druhé straně nám stačí novinky, které přicházejí v podobě legislativy, jsou nové normy auditů, nová doporučení, zavádění nových přístrojů atd. Myslím si, že nám to jako novin-ky zatím úplně stačí. Hlavně bychom potřebovali nové kolegy, aby oddělení fungovalo dál, protože tady máme stě-žejní pracovníky důchodového anebo předdůchodového věku, jako jsem i já. Snažíme se toto období překlenout a čekáme na mladou krev, ať už lékaře, nebo vysokoškoláky nelékaře. Určitě by bylo pro region potřeba, aby byla zachována kontinuita tohoto oddělení.

• Oddělení není jen laboratoř, ale v provozu je i hematologická ambulance. Tam máte jistě pacientů dost.

Na akcích je velký zájem o měření cukru

• Naše nemocnice se v září stala součástí hned několika akcí pořádaných různými organizacemi. Propagační stánek nabízel účastníkům měření hladiny cukru v krvi, a kdo měl zájem, ze stejné kapky krve laborantky zjistily do pár minut, jakou má dotýčný krevní skupinu.

První akcí byl 13. září Den prevence, který pořádalo město Benešov, a zájem byl opravdu veliký. K našemu stánku přišlo téměř 200 lidí, kteří chtěli především zjistit hodnoty glykémie. Spousta příchozích se ale také dotazovala, zda mohou darovat krev, pokud mají konkrétní zdravotní potíže, nebo jaké je věkové rozpětí dárců krve či krevní plasmy. Několik návštěvníků také přiznalo, že o dárcovství dlouho uvažovalo, ale nikdy se neodhodlalo přijít. Právě proto vyrazíme s naším stánkem do terénu, abychom vysvětlili, co znamená dárcovství krve, že nejsou na místě žádné obavy.

Hned 20. září jsme dorazili do Poříčí nad Sázavou, kde se konal 4. roč-

ník benefičního street food festivalu. Výtěžek z akce je věnován Nadačnímu fondu zlatá hvězda Benešov, který podporuje hendikepované děti z Benešova a Hospici dobrého pastýře v Čerčanech. V neděli 21. září jsme pak tradičně byli se stánkem na benešovském náměstí v rámci Benešovského běžeckého festivalu.

Zapojíme se také do dobročinné akce s názvem Vlašim – srdeční záležitost, která se bude pořádat 28. září ve vlašimském zámeckém parku. Zúčastní se ho složky integrovaného záchranného systému a program bude doplněn o hudební vystoupení Vlasta Horváth Trio a kapely Nejdál. Nejedná se však jen o jednodenní akci, ale



U STÁNKU NAŠÍ NEMOCNICE se lidé z jedné kapky krve dozvědí, jakou mají hodnotu glykémie i jakou mají krevní skupinu.

Foto: NRSB

o půlroční cyklus aktivit, jako jsou tematické přednášky, výtvarné soutěže či tradiční memoriál Pavla Sátrý – běh pro zdravé srdce. Nejdůležitější

součástí projektu je pořízení přístrojů AED defibrilátorů na veřejně dostupná místa, jako jsou sportoviště či školy. (zik)

Hematologická ambulance má hodně pacientů a všude včetně Prahy je pacientů víc než stačí kapacity ambulan-
cí. K nám do Benešova jezdí pacienti z Prahy, dokonce sem dojíždějí i mí pacienti. Je spousta pacientů nových, protože zjistili, že jim nabídneme dřívější termín než v Praze a jsou ochotní sem přijet. Nejsme ale nyní schopni ambulo-
vat trvale ve dvou lékařích, protože se různě zastupujeme. Kdyby nás bylo víc, mohli bychom zvýšit kapacitu ambulance i odběru dárců krve.

• **Proč je podle vás více lidí, kteří vyhledávají hematologické vyšetření?**

Celkově je populace nemocnější. Choroby, které se dříve vyskytovaly až u pacientů starších padesáti let, jako je hypertenze, vysoký cholesterol, obezita, diabetes, dnes vidíme už u třicátníků. Lidé mají sedavé zaměstnání, používají počítače, mobily, mají málo pohybu a covid k tomu také přispěl. Všechny tyto choroby se pak projevují v krevních obrazech, takže spousta pacientů přijde k nám s tím, že má špatný krevní obraz třeba v důsledku své nemoci. Dalším důvodem je i to, že panuje větší osvěta v prevenci. Obvodní lékaři posílají pacienty na vyšetření dřív. V minulosti lidé nechodili na krev, nebyli odebíráni léta, takže se pak zjistilo vyšší stádium nemoci, které se teď zachytí v prvních stádiích nebo předstádiích. Vyšetřují se i věci, které se ani nevyšetřovaly, jako trombofilní rizika (např. leidská mutace).

• **Dárcům krve děláte pravidelně krevní obraz. Tím mají své zdraví hlídané?**



MUDr. LIBUŠE PAČÁKOVÁ je novou primářkou transfuzního a hematologického oddělení. Pracoviště znala díky auditům klinických laboratoří, které tady několik let prováděla, a vždy se jí tady líbilo.

Jednou z výhod dárcovství určitě je, že dárcům vždy měříme tlak a děláme jim krevní obraz. Probíráme s nimi, jak se cítí, děláme občas i fyzikální vyšetření, ale samozřejmě není to úplně plnohodnotná prevence. Neměříme například cholesterol, ale určitou osvětu děláme. Když je někdo obézní, tak mu doporučíme zhubnout, že se mu zlepši tlak. Když vidíme, že někdo kouří a má leukocytózu, upozorníme ho, že by měl omezit kouření.

Jsou i případy, že přijde prvdárce a my z něj uděláme hematologického pacienta.

• **Co se z krevního obrazu zjistí?**

Málo krvinek, velmi často anémie, potom třeba naopak vysoké počty bílých krvinek, někdy nedostatek krevních destiček. To vše může být počátkem závažnějších onemocnění, takže řešíme příčinu. Někdy potom zjistíme, že má skutečně hematologické onemocnění nebo jiné interní onemocnění.

• **Stále je dárců krve málo po celé republice. Je vždy období prázdnin složitější?**

Dárců krve strmě nepřibývá. My jsme nyní pořídili nové váhy, slibujeme si zrychlení odběrů a větší komfort pro dárce i personál. Dárce potřebujeme, protože bez nich by to nešlo. Přes léto se vyřazují kvůli dovoleným. Když jsou například v Maďarsku, Itálii, Řecku nebo i pokud pobývají mimo Evropu, nemohou darovat měsíc. Kdo jezdí do exotických destinací, kde se vyskytuje malárie, tak dokonce na půl roku. Teď nám to ještě komplikuje západonilská horečka. Po celý rok to jsou ale i různé preventivní výkony, drobné operační výkony, klíšata, opary. Např. kolonoskopie či gastro-
skopie znamená stop na čtyři měsíce.

• **Dárci u vás darují krev dobrovolně bez nějakých odměn. Krev darují i někteří zaměstnanci. Plánujete pro ně i nějaké odměny?**

Dárci by v podstatě neměli darovat kvůli výhodám, dárci by se měli rozhodnout pro dobrý skutek. Všude se bojuje proti placenému dárcovství, proti dárcovství s výhodami, aby lidé nechodili darovat jen proto, aby z toho něco měli. Spíše se klade důraz na altruismus.

Myslím si, že většina našich dárců to tak má, což mě velmi těší, a děkuji jim. V nemocnici děláme dobré skutky všichni, všichni se snaží, takže si myslím, že kdo z personálu může, tak darovat přijde i bez odměny.

TEXT A FOTO: MARKÉTA ZIKMUNDOVÁ

Z ohlasů našich pacientů

Dobrý den, přeji všem v nemocnici! I když opožděně, chci poděkovat za záchranu mého syna P. T., kterého jsem přivezla večer na urgentní příjem s akutními bolestmi břicha o víkend z 22. na 23. 3. 2025. Děkuji touto cestou celému urgentnímu příjmu za vstřícný a profesionální přístup všech zaměstnanců. Velké díky patří MUDr. Zdeněkovi Skypalovi a panu primáři MUDr. Ondřeji Maškovi, kteří mého syna operovali. Děkuji těmto dvěma pánům doktorům za jejich profesionální přístup. Děkuji celému dětskému oddělení pod vedením primáře MUDr. Michaela Richtera, všem sestřičkám a ostatnímu personálu. Patří vám všem velké díky.

MAMINKA I. T.

Dobrý den, chtěl bych touto cestou poděkovat všem na transfuzním oddělení nemocnice, kteří se zasloužili o zkapacitnění odběrných míst na odběr krve. Dne 2. 9. 2025 jsem byl na odběru a byl jsem mile překvapen rychlostí odběru, vše jsem měl vyřízeno během hodiny. S pozdravem a přáním hezkého dne

J. R.

Děkuji za záchranu života mého syna. Děkuji personálu MOJIP za péči a profesionalitu, kterou věnovali mému synovi po anafylaktické reakci ze dne 16. 8. na 17. 8. 2025. Klobouk dolů a přeji další úspěchy ve vaší práci.

D. P.

Dobrý den, ráda bych udělila pochvalu. Byla jsem letos na rehabilitaci od 9. 7. do 30. 7. Byla jsem nadmíru spokojená. Děkuji všem za jejich péči, obětavost s lidským přístupem, který jsem snad ještě nikde nezažila. Tímto děkuji paní primářce MUDr. Mrnové, lékařkám na oddělení MUDr. Lukáčové a MUDr. Machálkové, fyzioterapeutkám a neméně sestřičkám, sanitárkám a všem, kteří se o nás starali. Jsem ráda, že jsem měla tu možnost být na rehabilitaci právě u vás.

A. C.

Vážení. Dne 14. 7. 2025 jsem byl hospitalizován na prvním patře interního oddělení. Byl jsem překvapen, s jakou ochotou a lidskostí přistupují sestřičky, sanitárky a sanitář k pacientům. Cítil jsem se na oddě-

lení velice dobře. Tímto bych jim rád všem poděkoval, a panu doktorovi Trnčíkovi. Děkuji

B. V.

Hezký den! Bude to rok, kdy jsem u Vás byla hospitalizována s plicní embolií a trombózou. Znovu mi dal život šanci!!! Děkuji znovu všem lékařům z traumatologie, všem ostatním oddělením včetně LDN, kteří mi věnovali veškerou péči. Děkuji i pomocnému personálu.

J. Š.

Ráda bych poděkovala celému týmu onkologie nemocnice za profesionální a lidský přístup. Lékařky i sestřičky jsou empatické, ochotné vše vysvětlit a pomáhají zvládnout náročné období. Velmi si vážím jejich práce a podpory, kterou jsem během léčby dostala. Víím, že i nadále jsem ve správných rukou.

H. D.

Dobrý den, ráda bych poděkovala celému Gynekologicko-porodnickému oddělení. Byl to již druhý porod u vás a já jsem opět maximálně spokojená a nadšená.

PODĚKOVÁNÍ A RECENZE

můžete zasílat k rukám ředitele nemocnice na adresu:

Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s., nemocnice Středočeského kraje, Máchova 400, 256 01 Benešov

nebo na e-mailovou adresu: **pochvala@hospital-bn.cz**

Pochvaly zveřejňujeme na webových stránkách nebo sociálních sítích.

Pokud jste nebyli spokojeni, můžete napsat na e-mail: **stiznost@hospital-bn.cz**



Od vedení těhotenských poraden až po novorozence, všude krásný přístup a lidé na svých místech. Ani rekonstrukce rozhodně neubírá na komfortu a pohodlí. Ještě jednou moc děkujeme celému personálu!

T. Z.

Křížovka

POMŮCKA: ADO, ATA, ERA	OZNAČENÍ ČESKÝCH LETADEL	TĚMĚŘ	STÁT V ASII		ZVOLNA	SPZ ČESKÉ BUDĚJOVICE	ZKR. NÁRODNÍ LÉKAŘSKÉ KNIHOVNY		SPZ OSTRAVY	NESLYŠNO	FILIPÍNSKÝ KMEN		TITUL JAPON- SKÉHO CÍSAŘE	ŠPANĚL. SIDLO	ZBOŽÍ	ČÁSTEČNĚ VADNOUT	SCHOPNÉ POHYBU VZDUCHEM
OBCHODNÍ TISKÁRNÍ KOLIN (ZKR.)				MEZINÁ- RODNÍ KÓD PITCAIRNU				OSOBNÍ ZAJÍMENÍ KÓD LETECKÉ SPOLEČNOSTI EKVADORU				ČÁST PRAHY					
KÓD JAZYKA KARAČAJSKO- BALKAR- SKÉHO				LETEM OBKROUŽIT CHEM. ZN. YTERBIA								EVROPANI OBDIVOVA- TEL VŠEHO MÓDNÍHO					
	POLOOSTROV ČERNEHO MOŘE NĚM. PÓL					DĚLÍTKO FLOTILA			SKRÝT OPILÝ								
OBÁLKA NA KNIHY							VODIČI PSŮ	OVŠEM OHEŇ				ATMOSFÉRA SPZ BEROUNA					
PYTĚLÁCKÉ NÁSTRAHY				MÍČ (U NĚMCOVÉ) CITOSLOVCE BZUČENÍ						TEČKA SLOH				ZKR. RUSKÉ AKADEMIE VĚD USRKNOT			
POPĚVEK			TAJENKA NÍŽINA												BYLINNÝ ODVAR CITOSLOVCE MLASKNUTÍ		
	ÉTOS KÓD NOVÉHO ZÉLANDU BUDOVY				SABAT NÁŠ SOCHAŘ							VELKÁ MOUCHA ZN. PROMÉTHIA KROMÉ				BOTANICKÝ NÁZEV JAVORU	PROTO
ŘÍMSKY 1501				STONKY S LISTY SPZ OKRESU HODONÍN							ŽVÝKAT SUDÁNSKÁ ŘEKA						
PILPUL								VZNÁŠENÍ SE INIC. SMOLJAKA									
SPZ AMBERG (NĚMECKO)			ČESKÁ PŘEDLOŽKA						KOSTRA					ALE (Z LATINY)			
SPZ VÝŠKOV			ZN. CHROMU			NÁZEV HLÁSKY				NIGERIJSKÉ SIDLO				KUSY LEDU			

V tajence najdete začátek citátu spisovatele Oscara Wilda: „... všichni ostatní jsou už zabraní.“

Recepty

MRKVOVO DÝŇOVÁ PODZIMNÍ POLÉVKA

Ingredience:

- Rajčata konzervovaná 150 g
- Mléko polotučné (1,5 % tuku) 150 ml
- Zeleninový vývar (čistý) 800 ml
- Zázvor 20 g
- Mrkev 300 g
- Dýně průměr 350 g
- Dýňová semínka nesolená 15 g
- Dochucovadla: sůl, pepř, kari

Máslovou dýni, mrkev a zázvor oloupeme a nakrájíme na kousky (zázvor na menší kousky). Dáme do hrnce s olejem a na středním plameni společně opékáme asi 10 minut. Potom přidáme do hrnce rajčata, ochutíme solí, pepřem a kari kořením. Zalijeme zeleninovým vývarem nebo vodou a vaříme do změknutí zeleniny. Následně zjemníme mlékem a rozmixujeme polévku na hladký krém. Při podávání můžeme polévku posypat semínky a zakápnout šťávou z citronu. Energetická hodnota celkem: 1931 kJ, bílkoviny 19 g, tuky 12 g, sacharidy 72 g, cukry 49 g, vláknina 20 g, sůl 7 g.

ZELENINOVÉ KARBANÁTKY S CIZRNOU

Ingredience:

- Sůl 4 g
- Olej řepkový 10 ml
- Vejce celé 55 g
- Sezamová semínka 40 g
- Vločky ovesné 70 g
- Cizrna sterilovaná 265 g
- Mrkev 200 g
- Květák 300 g
- Dochucovadla: bílý pepř a curry

Květák a mrkev očistíme, nakrájíme a uvaříme do poloměkka. Slijeme a necháme vychladnout. Takto připravenou zeleninu rozmáčkáme, přidáme rozmixovanou a předem uvařenou cizrnu (lze použít i konzervovanou), vejce, ovesné vločky, sůl, bílý pepř a curry. Vše promícháme a necháme chvíli odpočinout. Z těsta tvarujeme karbanátky, které posypeme sezamem a postříkáme olejem (nejlepší je použít olej ve spreji). Pečeme v troubě na 180 stupňů dozlato (cca 40 min. dle velikosti). Podáváme například s vařenými brambory a jogurtovým dipem a doplníme libovolnou zeleninou. Energetická hodnota celkem: 4812 kJ, bílkoviny 53 g, tuky 50 g, sacharidy 118 g, cukry 19 g, vláknina 42 g, sůl 1 g.

HUSÍ PRSA NA JABLKÁCH S BRAMBOROVÝMI LOKŠEMI

Ingredience:

- Brambory 600 g
- Mouka pšeničná hladká 80 g
- Mouka pšeničná celozrnná 80 g
- Sůl 4 g
- Husí prsa bez kůže 600 g
- Jablko 250 g
- Cibule 250 g
- Dochucovadla: kmín, pepř

Jablka oloupeme a nakrájíme na plátky. Cibuli očistíme a nakrájíme na půlkolečka. Cibuli i jablka vložíme do pekáčku. Maso osolíme, ochutíme kmínem a trochou pepře a vložíme do pekáčku k cibuli a jablkům. Podlijeme trochou vody a pečeme na 160 °C, dokud není maso hotové. Pečeme přiklopené a na závěr na chvíli odklopíme a zvýšíme teplotu. Brambory uvaříme ve slupce. Vystydle brambory oloupeme a nastrouháme najemno, přidáme hladkou mouku (polovinu můžeme nahradit celozrnnou) a lehce osolíme. Vypracujeme těsto a rozválíme na cca 2–3mm placky. Opékáme na pánvi nasucho na středním plameni z každé strany cca 3 min. Bramborové lokše plníme nakrájeným nebo natrhaným masem a jablky a podáváme s podušeným

červeným zelím. Energetická hodnota celkem: 8804 kJ, bílkoviny 129 g, tuky 54 g, sacharidy 256 g, cukry 43 g, vláknina 28 g, sůl 5 g.

HRUŠKOVÝ MAKOVEC BEZ MOUKY

Ingredience:

- Mák 140 g
- Vločky ovesné 140 g
- Vejce celé 165 g
- Tvaroh polotučný 200 g
- Cukr bílý (řepný, třtinový) 40 g
- Kypřicí prášek do pečiva 8 g
- Tuzemák 40 ml
- Hruška 320 g
- Rozinky 20 g

Jemné vločky smícháme s mákem, cukrem a kypřicím práškem. V jiné míse promícháme tvaroh s vejcem a přidáme trochu rumu. Část hrušek (lze použít i jablka) nastrouháme a část si nakrájíme na podélné plátky. Promícháme dohromady sypkou a tekutou směs, přidáme rozinky (které předem namočíme do rumu) a nastrouhané hrušky. Těsto nalijeme do vymazané a vysypané formy a poklademe plátky hrušek. Pečeme při 180 °C cca 40 min. Energetická hodnota na 1 porci: 250 kJ, bílkoviny 7,8 g, tuky 0,3 g, sacharidy 6,3 g, cukry 4,3 g, vláknina 0,5 g, sůl 0,5 g.

Přidej se k nám!

VOLNÁ MÍSTA

- Zámečnick
- Svářeč
- Operátor CNC
- Manipulant - doprava, řidič
- Konstruktor
- Technolog

psmolikova@baest.cz
+420 722 711 200
www.baest.cz



RV250 1424/01

CHRÁNÍME VAŠÍ SÍŤ I MAJETEK

Naše nabídka:

- ✓ Chytré kamerové systémy s pokročilou analýzou
- ✓ IT správa pro firmy
- ✓ Zabezpečení sítě a ochrana proti kybernetickým hrozbám
- ✓ Datové rozvody
- ✓ Chytrá domácnost
- ✓ Silnoproud

LOS & PÁV

PETR LOS
Jiřího Horáka 1698/2, 25601 Benešov
IČO: 70720231, DIČ: CZ800806055
+420 777 622 555
los.petr@seznam.cz
www.losnet.cz

MARTIN PÁV
Popovice 105, 25701 Popovice
IČO: 88915018, DIČ: 8904120621
+420 774 938 986
info@impstudio.cz
www.fmpstudio.cz

eWeLink McLED HIKVISION JABLOTRON



RV250 1457/01

**SBĚRATELSKÉ PŘEDMĚTY
A STAROŽITNOSTI**

VÝKUP CELÁ ČR



PORCELÁN, SKLO, NÁBYTEK, KNIHY, HRAČKY, BANKOVKY, MINCE, ODZNAKY, VOJENSKÉ VĚCI, CELÉ SBÍRKY A POZŮSTALOSTI

VOLEJTE - PŘIJEDEME

SBĚRATELSKÝ SVĚT, PRAHA, p. Galaš tel. 603 386 609

RV2402 604/36

SLÁDEK GROUP, a.s.
Stavební firma SLÁDEK GROUP, a.s.,
se sídlem Jana Nohy 1441, 256 01 Benešov

přijme do trvalého pracovního poměru

- zedníky
- obkladače
- malíře, natěrače
- izolatéry
- tesaře

Přijmeme do trvalého pracovního poměru stavbyvedoucího, asistenta stavbyvedoucího.

Nabídky zasílejte na e-mail: sekretariat@sladekgroup.cz, tel.: 606 318 822.

RV2501 447/01

SCHREIBER CZECH REPUBLIC v BENEŠOVĚ
vyrábí jogurty, jogurtové nápoje a smetanový sýr.



Schreiber

Hledáte stabilní práci v **Benešově**?
PŘIJMEME KANDIDÁTY do oddělení:
TECHNOLOGIE ŘÍZENÍ BALICÍCH LINEK ÚDRŽBY

Pro více informací nás kontaktujte:
Mail: czpersonalni@schreiberfoods.com
Telefon: +420 771 286 699
Web: schreiber.jobs.cz
Konopištská 905, Benešov



RV2501 469/01



Medical
Technologies

PŘEDNÍ VÝROBCE ZDRAVOTNICKÉ TECHNIKY VÁS ZVE NA:

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ



Čtvrtek 9. 10. 2025



BENEŠOV
Křižíkova 1489



13:00 - 18:00

více info na:



www.btlbenesov.cz



RV2501364/01

 **BACKER
COMPUTER**

**—
INTERNET
TELEVIZE
TELEFON**

Už více jak
20 LET



800 40 30 20



www.backer.cz

RV2501271/01