



Nemocnice Rudolfa a Stefanie
Benešov, a.s.

Benešovská nemocnice INFORMUJE

Kvalitu vašich kostí prověří denzitometrické vyšetření

JANA HELM MUSILOVÁ

Benešov – Denzitometrie je zobrazovací a měřicí metoda určená ke stanovení hustoty kostní tkáně a určení množství minerálů v kostech. Představuje spolehlivý způsob, jak stanovit hustotu kostí a odhadnout tak riziko osteoporózy. Jedná se o zcela bezbolestné vyšetření, které pro pacienta nepředstavuje žádnou zátěž.

„Denzitometrické vyšetření se používá nejenom k diagnostice osteoporózy, ale i ke sledování průběhu její léčby. Indikace k tomuto vyšetření je u pacientů s anamnézou zlomeniny způsobenou neadekvátně malou úrazovou silou, pacientů se zlomeninou obratle neúrazového původu a u žen po menopauze, které jsou v tomto období k osteoporóze velmi náchylné,“ vysvětlil MUDr. Jan Barták, působící na denzitometrickém pracovišti Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov.

Osteoporóza, nebo také „řidnutí kostí“, je nejčastější metabolické onemocnění kostního systému člověka, kterým trpí přibližně sedm až osm procent naší populace. Postiženy bývají především ženy ve vyšším věku, ale výskyt u mužů není výjimkou. Osteoporóza je charakteristická úbytkem kostní hmoty a poruchami mikroarchitektury kostní tkáně. To vše má za následek náchylnost kostí ke zlomeninám, které jsou jedním z ukazatelů onemocnění osteoporózou. Pokud není porucha včas diagnostikována a léčena, může dojít k opakovaným

zlomeninám při běžných aktivitách života, které mohou vést, vzhledem k vysokému věku postiženého, až k invaliditě.

„Při podezření na osteoporózu by Vás měl Váš praktický lékař vyšetřit a zeptat se na přítomnost rizikových faktorů pro vznik osteoporózy ve Vašem životě. Spolehlivým způsobem jak stanovit hustotu kostí a odhadnout tak riziko osteoporózy je denzitometrické vyšetření. Pro vyloučení jiných příčin řídnutí kostí je vhodné odebrat i vzorek krve pro laboratorní rozbor. Lidé, kteří jsou ve věku, kdy je možný výskyt osteoporózy a objevují se u nich i další rizika s onemocněním spojená, by mohli vyšetření podstupovat screeninkově, tzn. vyhledávacím způsobem,“ uvedl MUDr. Barták.

Rentgenová denzitometrie, kterou používají v benešovské nemocnici, je považována za standard pro vyšetřování a sledování osteoporózy.

„Rentgenový denzitometr pracuje na základě velmi slabých rentgenových záření se dvěma různými energiemi. Každá energie záření je jinak pohlcována kostí, jinak tukem a svalovinou, což zajišťuje přesné odlišení kosti od okolní měkké tkáně. Hustota kostí se většinou měří ve dvou místech – převážně v oblasti bederní páteře a horní části kosti stehenní. Pacient je během vyšetření, které trvá maximálně 15 minut, položen na lůžko, je oblečen, odkládá si jen hodinky, řetízky apod.“ popsal lékař denzitometrického pracoviště benešovské



nemocnice.

Výsledkem denzitometrického vyšetření, jsou dva údaje vypovídající o hustotě vašich kostí, a to tzv. T – skóre a Z – skóre.

„T – skóre představuje odchylku výsledků měření od tabulkové hodnoty kostní minerální denzity mladých zdravých jedinců stejného pohlaví. Hodnota -1 se považuje za normální, zatímco hodnoty mezi -1 a -2,5 jsou náznakem prvního stádia řídnutí kostí, tzv. osteopenie. Osteoporóze pak odpovídá T – skóre nižší než

-2,5. Z – skóre vyjadřuje totéž, jen porovnává výsledky s průměrnými hodnotami u osob stejného pohlaví i věku,“ přiblížil výsledky vyšetření MUDr. Barták.

Pokud je při vyšetření

nález normální, je doporučována kontrolní denzitometrie za pět let. V případě, že je nález pozitivní a prokáže řídnutí kostí, měl by se nechat pacient znovu vyšetřit za dva roky.



Kam na denzitometrii?

Denzitometrické pracoviště Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, Pavilon D, 2. patro
tel.: 317 756 385, 317 756 491
Ordinační hodiny:
St 12:30 – 16:30
Čt 07:30 – 12:00
Pá 07:30 – 12:00

Nutné předchozí objednání. Vyšetření se provádí na doporučení lékaře!

Zdravé stravování není žádná věda. Stačí pevná vůle a dodržování správných zásad

Benešov – Nutriční terapeutky, Bc. Martyiny Srbové z benešovské nemocnice jsme se zeptali na správnou zdravou výživu, a jak vidí stravování v rychlých občerstveních.

V čem vidíte problém rychlých občerstvení a fastfoodů z pohledu zdravé výživy?

Největší problém fastfoodu je v tom, že pokrmy, které zde nabízejí, se obvykle připravují smažením na velkém množství tuku, a tedy obsahují vysoké množství přepalovaného tuku s vysokým podílem nasycených mastných kyselin, které jsou pro naše

zdraví škodlivé, jelikož se podílejí na vzniku kardiovaskulárních onemocnění. Kromě toho smažením vzniká akrylamid, který může být karcinogenní, tedy se může podílet na vzniku nádorových onemocnění. Dalšími problémy jídel ve fastfoodech jsou malá pestrost jídel, vysoký obsah soli a energie v těchto pokrmech a nízký podíl vlákniny. Nízký podíl vlákniny v pokrmech z fastfoodu je z důvodu, že se maso ve většině případů kombinuje s bílým pečivem, které nemá podíl vlákniny nijak vysoký. Tyto pokrmy mají vysoký glykemický in-

dex, který nám udává, jak rychle se zvedne hladina cukru (glykémie) po požití daného pokrmu. V případě, že mají pokrmy vysoký glykemický index, hladina cukru v krvi po jejich konzumaci kolísá, rychle se zvedne hladina cukru v krvi a poté rychle klesne, proto míváme po konzumaci jídel z fastfoodu brzy hlad a často také chuť na sladká jídla. Také párek v rohlíku, pizza a další pokrmy rychlého občerstvení nejsou vhodným jídlem pro častější konzum. Stejně jako všechna jídla z rychlého občerstvení obsahují nadbytek energie, tuku a soli.

A co ty neznámější fastfoody, jak jsou na tom?

Jako další problém bych uvedla, že nabídka zdravých jídel v nejnavštěvovanějších fastfoodech není nijak rozšířená. Sice zde najdeme některé druhy salátů, ale ani ty bohužel nejsou zdravé, ač se tak mnohdy tváří, jsou totiž vylepšené o tučné dresinky, majonézy, nebo jsou doplněny masem, které je smaženo v trojobalu. Nabídka ryb je dá se říct mizivá, když už zde najdeme v nabídce rybu, tak bývá bohužel také v trojobalu. Někteří výrobci začali nabízet plněné tortily, které se

tváří zdravě, ale ani u nich si příliš nepomůžeme, také jsou doplněny tučným dresinkem a tučným masem. Také nabídka tekutin v těchto zařízeních není nijak vhodná pro častou konzumaci. Najdeme zde především kolu, spritu a další druhy sladkých limonád. Pokud si člověk objedná menu, které je složeno z hranolek, hamburgeru a k tomu si dá ještě sladký nápoj, tak přijme obrovské množství nejen energie, tuku a soli, ale také cukru. Málokdy se setkáme s člověkem, který si ve fastfoodu k hamburgeru s hranolkou dá k pití vodu.



NUTRIČNÍ terapeutka Martina Srbová. Foto: Petr Bálek

Zprávy z Bangladéše: Prapti se o něco zlepšila, nejlepší výsledky má ze společenských věd, nejraději ale počítá

Gobindopur - Před čtyřmi roky adoptovali na dálku členové managementu Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešové malou Prapti Azim z Bangladéše. Ta díky jejich finanční podpoře úspěšně ukončila 4. třídu a postupuje do 5. ročníku základní školy Gobindopur.

Ve svých studijních výsledcích se Prapti o něco zlepšila a z celkové průměrné známky D

(podprůměrný výsledek) povýšila na známku C (průměrný výsledek). Svým adoptivním rodičům tak udělala velkou radost a jsou velice rádi, že ji mohou ve studiu podporovat.

Prapti ve čtvrté třídě studovala etiku, bengálštinu, angličtinu, matematiku, všeobecné vědy, společenské vědy a kreslení. Z těchto předmětů má nejlepší výsledky ze společenských věd - B- (tzn. nadprůměrný studijní výsledek). Nejraději má ale stále matematiku.

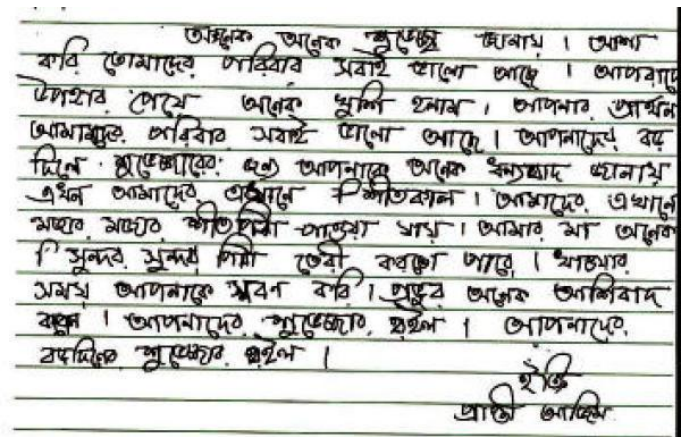
Mezi její koníčky patří zahradičení a skákání přes švihadlo. Má ráda červenou barvu a svou kočku, se kterou si ráda hraje a krmí ji.

Díky podpoře managementu Nemocnice Rudolfa a Stefanie může Prapti chodit do školy, získávat nové zkušenosti a přátele a doufejme, že se jí tak jednou splní i její sen stát se zdravotní sestrou. (jhm)



Dear Dear Aunty,
 Many greetings to you.
 Hope you and your family
 all are well. I am very
 happy by receiving
 gift packet and Christmas
 greetings. We all family
 members are well. Now
 in our Bangladesh it is
 winter and weather is
 cold. I have just finished
 my annual final exam.
 Thank you so much and
 wish you Merry Christmas.
 Your loving
 Prapti Azim

Department of Education Bangladesh Union Adventists Scholastic Report				
				Final
School: Gobindopur SOAS				
Name: Prapti Azim				
Class: IV				
Date of birth:				
Subjects	Daily	Exam	Grade	Letter Grade
Moral	68	73	72	B+
Bangla	58	62	62	C-
English	56	58	57	D+
Math	78	76	73	C+
Sp. English				
Gen. Science	78	78	74	C-
Social Science	76	74	75	B-
Health				
Gen. Knowledge				
Drawing		50	50	D
P.T.				
Others				
Total Grade/Number			464	
Average Grade			66.0	C
Grading System : 85-89 = B+; 70-74 = C+; 55-59 = D+; 95-100 = A+; 80-84 = B; 65-69 = C; 50-54 = D; 90-94 = A-; 75-79 = B-; 60-64 = C-; 45-49 = D-; 00-44 = F				
Remarks : She is remarkable				
Signature of Class Teacher				13-12-2011 Date



NEMOCNIČNÍ LÉKÁRNA

Staňte se našimi klienty a čerpejte řadu výhod

- přenosná klientská karta zdarma
- široký sortiment léků a zdravotních potřeb
- měsíční cenové akce
- exkluzivní slevy na vybrané značky (Avene, Weleda, Klorane a další)
- možnost zakoupení dárkových poukazů
- kvalitní zdravotní obuv pro děti i dospělé
- za nákup body, za body odměny a slevy na nákup
- pro všechny parkování zdarma
- ochotný a příjemný personál

Nemocniční lékárna
 Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešové, a.s.
 Máchova 400, 256 30 Benešov

Otvírací doba: Po - Pá 7:00 - 16:00
 Tel: 317 756 563
 e-mail: lekarna.vorejna@hospital-bn.cz
 www.hospital-bn.cz/nemocnicni-lekarna

Zdravé stravování není žádná věda. Stačí pevná vůle...

Dokončení ze strany 1

A jak tomu přispívá naše úspěšná doba?

Problémem je určitě také to, že lidé často jedí ve spěchu, nebo za pohodu, což rozhodně není příznivé, protože častokrát nemají dohled nad tím, kolik toho snědli. Tento způsob konzumace jídel není pro naše tělo vhodné ani z fyziologického hlediska. Na jídlo je potřeba si udělat čas a sníst ho v klidu. Velmi často chodí do těchto zařízení děti, pro něž je konzumace těchto jídel zvláště nevhodná, kvůli všem již zmíněným nedostatům těchto výrobků. Také je výhodou, že zdravější varianty jídel ve fastfoodech jsou dražší, než ty nezdravé, což řídící ke koupí levnějšího jídla.

fastfood bych navrhla přidat do nabídky více pokrmů nesmažených, více salátů bez tučných dresinků, majonézové dresinky nahradit jogurtovými, přidat do nabídky více pokrmů ze zeleniny a pečivo bílé nahradit celozrnným, stejně tak hranolky smažené vyměnit alespoň za hranolky pečené v troubě na maslo mnohdy v tuku. Nabízet rovněž výhodněji zdravé pokrmy před těmi nezdravými a rozšířit nabídku nápojů bez cukru.

Může být rychlé jídlo zdravé?

Určitě může být i zdravé, v nabídce fastfoodů je obvykle těžké najít zdravé jídlo, ale když budeme hledat, tak najdeme. Když už si chceme dát zdravé jídlo ve fastfoodu, například si vybereme salát, tak je vhodné obsluhu poprosit o to, aby ho nedoplňovali dresinkem, i touto maličkostí ušetříme velké množství kalorií. Stejně tak v případě tortill je vhodné obsluhu poprosit o to, aby nám do ní nedávala

dresink, sice to možná pro někoho nebude chuťově úplně příznivé, ale alespoň to bude zdravější. Lze si vyrobit vlastní jogurtový dresink a tím pokrm doplnit. V tomto případě si můžeme tortillu bez výčitek dát. Také je vhodné vybírat pokrmy, které nejsou s masem smaženým v trojjobalu, ale pouze například smaženým nebo vařeným a samozřejmě nejlépe masem bílým libovým - tedy kuřecím, krávkám, králíkem nebo rybami, pokud se chceme najíst rychle a zdravěji, tak je vhodné navštívit polévku, nebo podniku nabízející sendviče, v některých těchto podnicích si dokonce můžeme vybrat, jaké suroviny chceme do sendviče dát. Různé druhy tortill jsou také lepší variantou před hamburgery s hranolkami.

Dá se fastfood udělat i doma?

Úplně nejlepší volbou je si jídlo připravit sám doma na druhý den. Mnoho lidí si myslí, že nám to zabere



hodně času, ale ani to není pravda. Připravení celozrnné bagety s kuřecím masem, tuňákem, drůbeží šunkou nebo nízkotučným sýrem a zeleninou nám moc času nezabere. V případě větších časových možností, je možné si s sebou do krabičky připravit těstovinové nebo

zeleninové saláty s masem, rybou, nízkotučným sýrem či tofu nebo šmakounem, což je výrobek z vaječného bílku, který je v dnešní době běžně k dostání ve větších obchodech s potravinami. I doma si můžeme připravit zdravý burger. Nedávat do něj majonézu, ale nahradit

me ji nejlépe jogurtem, který si můžeme ochutit například česnekem nebo bylinkami. Na přípravu burgeru použijeme kvalitní hovězí maso a přidáme zeleninu, zabalíme jej do celozrnného pečiva a z nutričního hlediska máme rychlé a zdravé jídlo.

Poradíme vám se zdravým stravováním a redukcí váhy

Benešov – Nutriční poradnu v Nemocnici Rudolfa a Stefanie najdete v přízemí pavilonu B, tel. 317 756 590, nutriční.poradna@hospital-bn.cz – vede nutriční terapeutka Bc. Martina Srbová.

Nutriční poradna poskytuje komplexní poradenství v oblasti výživy, odborné zhodnocení stravovacích zvyklostí i vytvoření individuálních jídelních plánů na základě tělesné analýzy na osobní váze TANITA.

V nemocnici nabízíme komplexní poradenství v oblasti výživy, odborné zhodnocení stravovacích zvyklostí, individuální jídelní plány, tělesnou analýzu na osobní váze TANITA, edukaci specifických diet podle druhu onemocnění (obezita, podvýživa, diabetes, nemoci žaludku, slinivky, střev, žlučníku, choroby srdečně-cévní).

Úvodní konzultace je obvykle zaměřena na získání informací o klientovi (zdravotní stav, rodinná anamnéza, pohybová aktivita, apod.). Součástí je i měření na osobní váze s tělesnou analýzou. Zjišťována je hmotnost, bazální metabolismus, množství tuku a svalů a další nezbytné hodnoty. Všechny výsledky jsou

s klientem probrány a navrženy změny ve stravování, eventuálně je vytvořen sedmidenní individuální jídelní plán, který je předán při další návštěvě klienta. Při každé další kontrole se provede přeměření na osobní váze s tělesnou analýzou,

rozbor jídelníčku a řešení chyb ve stravování dle potřeb klienta.

V případě vytvoření individuálního jídelního plánu klient zaplatí zálohu ve výši poloviny ceny při vstupním vyšetření, zbytek pak při vyvednutí svého plánu. Z dů-

vodu velké náročnosti při vytváření individuálního plánu, je záloha nevratná. V případě zájmu o edukaci jsou klientovi podrobně vysvětleny všechny vhodné i nevhodné potraviny pro dané onemocnění, společně s předáním edukačního materiálu. (pb)



STRAVOVÁNÍ nás sice udržuje při životě, ale může nám také život zkrátit. Ilustrační foto: Deník/ Drahomír Stulík

Na co si dát ve fastfoodech pozor?

PŘEPÁLENÉ TUKY – použitý tuk se při dlouhém a často opakovaném smažení přepaluje. Přepálené tuky s obsahem škodlivých transmastných kyselin jsou pro tělo těžko stravitelné, mohou způsobovat trávicí obtíže a při časté konzumaci se podílejí na vzniku nádorového bujení. Zvyšují také „špatný“ LDL cholesterol a snižují hladinu „dobrého“ HDL cholesterolu. Vysoká hladina cholesterolu vede v pozdějším věku k onemocnění srdce a cév. Nadměrný příjem tuku, který tělo nestací spotřebovat během dne pohybem, se tiše ukládá do tukových zásob. Takže pomalu dochází k zvyšování tělesné hmotnosti.

NADBYTEK CHOLESTEROLU – látka tukové povahy, nacházející se v živočišných potravinách. Pro organizmus je nepostradatelný, ale na druhou stranu ho v krvi nesmíme mít nadbytek. Doporučená denní dávka příjmu jsou max. 300 mg. Ve stáncích rychlého občerstvení jsou k dostání většinou pokrmy smažené a mastné, které cholesterolu obsahují velké množství. Například v smaženém klobáse, v kuřecích křidélkách, nebo v párcích je obsažena až polovina doporučené denní dávky. Cholesterol ve velkém množství zanáší a zužuje cévy, které se mohou ucpat a způsobit infarkt.

PŘESOLENÉ POKRMY – pokrmy z fast foodu jsou oblíbené pro jejich výraznou chuť, to způsobuje přítomnost látek zvýrazňující chuť, přítomnost tuku, ale je to také zásluhou soli, které je v těchto jídlech nadbytek. Množství soli na den, které by dospělý člověk neměl přesáhnout, je kolem 5-6 g (jedna čajová lžička). Pro děti by stačila polovina této dávky na den. Děti si v dětském věku mohou vytvořit návyk na slanou chuť a v dospělosti to může vést k přesolování pokrmů, vysokému krevnímu tlaku, potíží s ledvinami, zadržování hmotnosti a hrozí také riziko rozvoje srdečně-cévních onemocnění.

BOHATÝ ZDROJ ENERGIE – v objemově malé porci jídla se sladkou limonádou, je díky nadbytku tuků a jednoduchých sacharidů stejné množství energie, jako v celém obědu s kvalitně upraveným mase a zeleninou. Po svačině z fast foodu jsme zasyčeni jen na krátkou chvíli a tělo vyžaduje další jídlo. Pokrm není vyvážený a neobsahuje potřebné živiny a vitamíny pro zdravý vývoj. Přijmeme tak daleko více energie, než je potřeba. Nadbytek energie, kterou nevyužijeme během dne, se ukládá v podobě tukových zásob a vede k obezitě.

CUKR – druhy nápojů, které fastfoody nabízejí jsou převážně ty s vysokým obsahem cukru (kola, fanta, sprite a další). Nesmíme zapomenout na fakt, že v jedné skleničce koly vypijeme asi 10 kostek cukru, čímž přijmeme velkou část z množství cukru, jež je povoleno na den – maximálně 60 gramů cukru na den.

Tipy a rady nejen na léto: Děti versus rychlé občerstvení

- * dobře zvolte místo, kam s dětmi na fast food zajdete. Dnes už se dají najít místa, kde vaří čerstvě, rychle, jednoduše a přitom kvalitně
- * nejezte ve spěchu
- * fastfood sobě i dětem dopřávejte jen výjimečně, ne pravidelně
- * navštěvujte místa, kde si můžete nakombinovat suroviny dle vlastní chuti
- * naučte děti, že za své peníze mají vyžadovat kvalitu. Naučit se to musí od vás

- * zásobte děti originálními a chutnými svačinami z domova
- * místo hranolek k hamburgeru objednejte salát bez majonézy
- * převážně v lacinějších bistrech asijského typu pozor na glutamát
- * pokud dítě již má zvýšenou hladinu cholesterolu, zařaďte do jeho jídelníčku čerstvé ryby, dvakrát do týdne semínka a ořechy a použijte panenské rostlinné oleje

Jak vidí zásady správného stravování nutriční terapeutka?

Bc. Martina Srbová

DOPORUČUJE:

- ✓ Jíst v pravidelných časových intervalech, po 2-3 hodinách, v 5-6 porcích
- ✓ Poslední jídlo konzumujte nejpozději 2-3 hodiny před spankem.
- ✓ Dbejte na pitný režim a pestrost stravy
- ✓ 2x týdně luštěniny (fazole, hrách, čočka, cizrna, sója)
- ✓ 3x týdně ryby (pečené, vařené, dušené, pomazánky, polévky)
- ✓ Denně vypít přibližně 2l tekutin, závisí na věku, fyzické aktivitě a klimatických podmínkách (Vhodné jsou voda, ředěné přírodní ovocné šťávy, neslazené čaje – bylinkový, zelený, černý, ovocný)
- ✓ Denně minimálně jeden mléčný výrobek, nejlépe zakysaný – jogurt, sýr, kefír, acidofilní mléko, podmáslí, přírodní sýry typu žervé, lučina, Cottage, tvrdé sýry (mléko a tekuté mléčné výrobky do 2 % tučnosti, jogurty do 3 % tučnosti a sýry do 30 % t. v. s.)
- ✓ Upřednostňujeme celozrnné pečivo před bílým.
- ✓ Denní konzumace vlákniny by měla být minimálně 30 g, najdeme ji v zelenině, ovoci, luštěninách, celozrnných výrobcích a ořích
- ✓ Přibližně 200 g ovoce za den a alespoň 400g zeleniny
- ✓ Z masa vybíráme libové



druhy, bez viditelného tuku, například krůtí, králíčí, rybí, kuřecí, hovězí, vepřové (především kýta a pečeně).

NEDOPORUČUJE:

- ✓ Přijímat jednoduché sacharidy nad 10 % z celkového denního příjmu energie (slazené nápoje, sušenky, marmelády, čokolády, sirupy, cukrářské výrobky)
- ✓ Přijatá sůl by neměla přesáhnout 5 g na osobu na den. (Nekonzumujte pečivo se solí na povrchu, instantní výrobky, tavené sýry, masoxo a sójové omáčky, směsi koření se solí)
- ✓ Vyhýbejte se živočišným tukům a zvolte raději rostlinné oleje (olivový, řepkový slunečnicový, lněný)
- ✓ Příjem cholesterolu by neměl přesáhnout 300 miligramů na den (což představuje například jedno vejce, velké množství cholesterolu obsahují vnitřnosti – mozeček, játra, ledviny, srdce)
- ✓ Z technologických úprav není vhodné smažení, volte raději vaření, dušení, pečení v páře

Na dárcce krve čekalo v transfuzní stanici milé zpestření

Benešov – Ve středu 11. května se v transfuzním a hematologickém oddělení benešovské nemocnice uskutečnila akce „Daruj krev s Mary Kay“.

Na 53 dárců, kteří tento den přišli dobrovolně darovat krev, čekalo zpestření v podobě tří nezávislých kosmetických poradkyň, které případně zájemce zdarma nalíčily a poradily s výběrem vhodných kosmetických přípravků a líčení. Každý dárcce také obdržel poukázku na bezplatnou hodinku krásy s Mary Kay.

Celorepublikový projekt „Daruj krev s Mary Kay“ kosmetické firmy Mary Kay se letos konal již po sedmé a zapojilo se do něj celkem 18 nemocnic včetně Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s. (jhm)



LASEROVÉ ORL OPERACE

- » **UNIKÁTNÍ TECHNOLOGIE** - hybridní vlnová délka » **LEPŠÍ HEMOSTASA**
- » **VYSOKÁ BEZPEČNOST** » **MENŠÍ POOPERAČNÍ BOLESTIVOST**
- » **PŘÍZNIVĚJŠÍ HOJENÍ** » **ZKRÁCENÁ DOBA HOSPITALIZACE** - často jednodenní chirurgie » **OPERACE DĚTÍ I DOSPĚLÝCH**

- **Laserem asistovaná endoskopická adenotomie** (odstranění nosních mandlí)
 - **Laserová tonsilektomie** (operace krčních mandlí)
 - **Operace kožních a slizničních lézí**
 - **Odstraňování tumorů**
 - **Operace v dutině nosní a vedlejších nosních dutinách**
 - **Operace hlasivek**

ORL oddělení, pavilon CH, Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov
Primář oddělení: MUDr. Jaroslav Kraus, Ph.D., MBA
Tel.: 317 756 360, e-mail: orl@hospital-bn.cz

**UNIKÁTNÍ
NOVINKA!**

Laser Leonardo™



Nemocnice Rudolfa a Stefanie
Benešov, a.s.

www.hospital-bn.cz



Nemocnice Rudolfa a Stefanie
Benešov, a.s.

Srdečně Vás zveme na preventivně – zábavnou akci

v rámci **Středočeských dnů zdraví a DNE ZDRAVÍ**
Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov

středa 8.6.2016, 12:00 - 16:00
Masarykovo náměstí

..... JAK JSTE NA TOM SE SVÝM ZDRAVÍM?

- Zdravý život: Měření tlaku, tuku a BMI, hygiena rukou, nutriční poradna a další
- Nové trendy a služby v nemocnici
- Prezentace nemocniční lékárny
- Poradna porodnického a neonatologického oddělení
- Jak se starat o pohybové ústrojí - oddělení rehabilitace
- Ukázky Záchrané služby Středočeského kraje s prohlídkou sanitního vozu
- Prezentace Střední zdravotní školy Benešov

..... DOPROVODNÝ PROGRAM

- Zábavný program pro rodiny s dětmi DDM Benešov
- Mažoretky Wild cats Benešov
- Hudební skupina Czech it
- Dr. Klaun

..... SOUTĚŽE O HODNOTNÉ CENY!

Akce se koná pod záštitou hejtmána Středočeského kraje
Ing. Miloše Petery.

NOVÁ METODA - LASEROVÉ OŠETŘENÍ HEMEROIDŮ NAVIGOVANÉ ULTRAZVUKEM

**SUPER
NOVINKA!**

Trápí vás hemeroidy? Vyzkoušejte horkou novinku proktologické ambulance Nemocnice Rudolfa a Stefanie, která představuje velmi šetrnou ambulantní léčebnou metodu k ošetření symptomatiky vnitřních hemoroidů.

- **Ambulantní**
- **Neinvazivní**
- **Rychlá**
- **Bezpečná**
- **Bezbolestná**
- **Bez pracovní neschopnosti**

Po ošetření není nutné žádné zásadní omezení běžných každodenních aktivit ani mimořádná dietní opatření.

Plný efekt ošetření se dostaví za 4-6 týdnů. Výsledek léčby je ověřen při následné kontrole s odstupem 6-8 týdnů od vstupu na ošetření.

Proktologická ambulance, pavilon E - suterén
Nemocnice Rudolfa a Stefanie Benešov, a.s.
www.hospital-bn.cz

MUDr. Zdeněk Špale, tel.: 317 756 401
Máchova 400, 256 01 Benešov



Nemocnice Rudolfa a Stefanie
Benešov, a.s.