



# NEMOCNICE BOSKOVICE

## „pro Vás a Vaše nejbližší“

**Nemocnice Boskovice je zdravotnickým zařízením okresního typu, které poskytuje péči v širokém spektru diagnostických a léčebných oborů. Zajišťuje primárně zdravotní péči pro pacienty ze spádové oblasti Boskovicka a Blanenska. V poslední době se však stává vyhledávaným zařízením i pro pacienty ze vzdálenějších regionů, kteří si naši nemocnici vybírají nejen pro vysokou kvalitu poskytované péče, ale i pro její příjemnou, až rodinnou atmosféru. Právě budování úzkého vztahu mezi pacientem a zdravotníkem nás odlišuje od velkých nemocnic.**

## Projekt Zdravá chodidla pomáhá hlavně dětem

**Oddělení rehabilitace boskovické nemocnice vytvořilo speciální projekt Zdravá chodidla. Zapojeni jsou do něj děti z blanenského okresu. Jak uvedl primář boskovického rehabilitačního oddělení Otto Vlach, jde o sledování a léčení vad nožiček dětí předškolního věku speciální obuvi s bioaktivní stélkou Boty Hanák.**

Cílem je předcházet zdravotním problémům u předškolních dětí, sledovat jejich fyzický vývoj, který úzce souvisí s jejich psychickým rozvojem. Děti v mateřských školách nosí speciální obuv s biomechanickou aktivní stélkou, která zajišťuje rovnováhu mezi kostmi a svaly, což vede ke správnému postavení celého pohybového aparátu a zároveň přispívá ke správnému dozrávání v oblasti emoční a sociální.

Otcem myšlenky dnes převratného a zcela originálního výrobku, který je nositelem evropského patentu od roku 2006 a světového patentu od roku 2010, je Josef Hanák, který spolupracuje s Přírodovědeckou fakultou na Masarykově univerzitě, jejíž součástí je Ústav ortopedie.

Projektu Zdravá chodidla se účastní pod vedením jednatele boskovické nemocnice Rostislava Vernerera primář Otto Vlach, lékařka Ludmila Dohnáková a obuvník Josef Hanák. Tým spolupracuje i s dalšími odborníky.

„Boty Hanák a bioaktivní stélky Hanák jsou vhodné zejména

při potížích s onemocněním pohybového aparátu, bolestech nohou, plochých nohách, u kládíkových prstů, vbočeného palce (hallus valgus) nebo u bolesti kloubů i páteře. Za tyto potíže často mohou deformace chodidel a nevhodná obuv. Dámská, pánská i dětská obuv Hanák s biomechanickou aktivní stélkou svou novou konstrukcí a tvarováním zajišťuje zdravé chodidlo. Dorovnává již vzniklé deformace nohy, zajišťuje správné odvíjení nohy a tím zamezuje nepříjemným bolestem a deformitám. Zajišťuje také správný vývoj chodidla od útlého věku. Boty Hanák jsou vhodné i pro dospělé, kde mají také výrazný účinek,“ popsal primář Otto Vlach.

Jak doplnil, obuv, která má biomechanickou stélku, způsobuje správné postavení a odvíjení nohy, správně tak tvaruje nožní klenbu a dále působí správné postavení hlezec, kolen, kyčlí, pánve a páteře. Tim postupně dochází i ke správnému držení celého těla. Stélka také odstraňuje únavu nohou, otoky a rovněž bolesti hlavy od páteře. Má pozitivní vliv na zlepšení stavu horních cest dýchacích. Při chůzi dochází k rovnoměrnému rozložení váhy těla na jednotlivé části chodidla (šest bodů), jsou zapojovány a posilovány svalové skupiny nohy udržující nožní klenbu a zároveň podporují činnost krevního oběhu a lymfatického systému celé dolní končetiny, což je velice důležité především pro diabetiky.



## Představí cesty ke spokojenému porodu

**Porodní asistentky z boskovické nemocnice chtějí podpořit Světový týden respektu k porodu, který proběhne od 16. do 22. května. V rámci něj uspořádají pro širokou veřejnost tři akce. První z nich se odehraje v Mladkově, kde se bude v obecním domě v úterý 17. května od 17 hodin konat výtvarná dílna na téma Šijeme panenku Levandulku – pro klidné spání miminek. Ve středu bude následovat v lysickém mateřském centru Jablůčka od 17 hodin beseda se cvičením na téma Jak být fit před porodem a po něm.**

Hlavní akce se uskuteční ve čtvrtek 19. května od 14.30 hodin ve velké zasedací místnosti boskovické radnice. Odpoledne s názvem Cesty ke spokojenému porodu nabídne vystoupení dětí s africkým tancem, přiblíží aromaterapii v těhotenství a po porodu, proběhne také ukáзка úlevového břišního tance. Nebude chybět ani přednáška na téma cvičení v těhotenství i poporodním období. Na závěr porodní asistentky představí porodní sál boskovické nemocnice a bude následovat diskuze na téma těhotenství, porod, šestinedělí. Prostory k setkání volily záměrně mimo nemocnici, aby mohlo být neformální.

Přáním porodních asistentek je, aby budoucí maminky přicházely k porodu připravené a bez obav.

Ke klidnému a přirozenému porodu jsou v boskovické nemocnici dobře připraveni. Uspořádání porodního sálu zajišťuje soukromí po celou dobu porodu. Ženy mohou využít mimo jiné relaxaci ve sprše nebo ve vaně, použít rehabilitační míče, vak, žíněnku, stoličku, aromaterapii, masáže, poslech hudby a další.



**Vážení čtenáři,**

v dnešním článku Vám opět představujeme některé oblasti činnosti našeho oddělení, kterých můžete plně využívat. Doplněn je sdělením na téma maligní melanom. V případě Vašich dalších dotazů můžete využít on-line poradnu na našich internetových stránkách [www.nembce.cz](http://www.nembce.cz), kde Vám na otázky odpovídají přímo naši oddělení.

## Přílišně slunění může skončit maligním melanomem

S blížícím se létem a silnějším slunečním zářením se zvyšuje také riziko onemocnění maligním melanomem. Jedná se o nejzhoubnější nádor kůže u bílé rasy, který se vyskytuje nejvíce ve věkové skupině od čtyřiceti do padesáti let. V poslední době je větší výskyt těchto nádorů zaznamenán také u žen mezi pětadvaceti až devětatřiceti lety. Tento typ diagnózy může postihnout i muže ve starším věku.



Maligní melanomy jsou takzvané pigmentované léze, to znamená, že napodobují mateřská znaménka. Lidé, kteří jich mají více, mají také větší pravděpodobnost, že tímto nádorem mohou onemocnět. Zvýšit pozornost je potřeba v případě, že znaménko začne postupně měnit barvu, zvětšovat se nebo bolet. Dalším ukazatelem je krvácení a vznik vředu na povrchu, což je důležité varovné signály, že se již nejedná o nezhoubnou lézi. Tento nádor nemusí být vždy pigmentovaný, tedy zbarvený. Je proto potřeba si dávat pozor také na veškeré kožní útvary nebo vředy, které se začínou zvětšovat.

V případě, že má člověk podezření, je nejlépe vyhledat odborného lékaře – dermatologa, chirurga, který pomůže speciálního přístroje (dermatoskop) zjistit, jestli je kožní útvar nezhoubný či naopak.

Nejvýznamnějším vyvolávajícím čini-

telem maligního melanomu je UV záření, proto bych lidem, kteří často odletají do teplých krajín radil, aby se před a po sezóně nechali vyšetřit specialistou. Více jsou náchylní lidé s menším množstvím pigmentu, tedy světlejší pokožkou. Rozhodně doporučuji používat odpovídající ochranné prostředky a nevystavovat se slunečnímu záření celý den. Kůže si sluneční expozice pamatuje a takzvaně sčítá. Pokud se někdo UV záření vystavuje dlouhodobě a opakovaně, zvyšuje se pravděpodobnost výskytu melanomu.

Podle Zdeňka Fialy by se veškeré kožní útvary měly vyšetřovat velice pozorně, protože melanom patří i mezi nejzhoubnější nádory všeobecně. Problém je v tom, že roste do hloubky a proto může v krátké době způsobit takzvané metastázy nebo-li dceřinná ložiska v regionálních mízních uzlinách a později

ve vzdálenějších orgánech v játrech, plicích, centrální nervové soustavě, případně smrt.

Pokud se maligní melanom zachytí v časném stádiu, stačí pouze chirurgická léčba. Je přitom vysoká pravděpodobnost, že se pacient zcela vyléčí. V těžších případech nastupuje chemoterapie a další postupy, které se provádí na specializovaných pracovištích.

Je důležité, aby všechny kožní útvary, které jsou odoperovány, byly vyšetřeny histopatologem, protože jen on může s jistotou stanovit, zda se jedná o zhoubný nádor.

Maligní melanom je jedním z nejzhoubnějších kožních nádorů. Jeho výskyt celosvětově stoupá. Vysoká biologická invazivita není způsobena jeho místním invazivním růstem, ale sklonem k velmi časnému vytvoření metastáz (vyslání nádorových buněk do

vzdálených míst) vlnění nebo krevní cestou. Hlavním vyvolávajícím faktorem je pravděpodobně sluneční záření. Také životní styl s častým sluněním a vystavováním kůže přímému slunečnímu záření vede k předčasnému stárnutí kůže a častějšímu vzniku kožních nádorů. I časté návštěvy solárií a opakovaná expozice kůže UV zářením přinášejí riziko vzniku melanomu. Dalším rizikovým faktorem je světlá pleť nebo rezavé vlasy s pihami v obličeji, hovoříme dokonce o tzv. melanomovém fenotypu. Tito jedinci mají být zvláště opatrní při pobytu na slunci v poledních hodinách, ve vyšších nadmořských výškách, ovšem i u vodních hladin a na sněhu. Je známo, že nebyvale vysoký výskyt melanomu byl zaznamenán u britských přistěhovalců ze slabě pigmentované kůže a rýšavými či světlými vlasy, jejichž kůže nebyla schopna čelit vysoké intenzitě slunečního záření.