

MEDIUM

časopis spoločnosti MED-ART

I N F O R M A Č N O - O D B O R N Ý Š T V R Ť R O Č N Í K
pre oblasť farmácie a veterinárnej medicíny, medicínsko-technických pracovníkov, odborníkov z oblasti výživy ľudí a zvierat

3/2015



MED-ART

ďakujeme, že nám pomáhate pomáhať...

Aké sú **KRITÉRIÁ VÝBERU** verejnej lekárne?



**ČÍTAJTE
A VYHRAJTE!**
súťaž na
strane 34

eHealth
v roku 2015 už
v pilotnej prevádzke



Diabetes mellitus u detí



Pilulka dobrej nálady



Ako urýchliť hojenie rán?



MoliCare Mobile®

Navliekacie plienkové nohavičky

sa nosia a tiež vyzerajú ako bežné spodné prádlo.

Vďaka **systemu 3-násobnej ochrany** sú vysoko spoľahlivé. Priedušný materiál a optimálny tvar nohavičiek zabezpečí pohodlie každému pacientovi.

Špeciálna látka Odour Neutralizer pohltí rýchlo a spoľahlivo zápach.



MoliMed®

Inkontinenčné vložky a vkladacie plienky

pri ľahkom úniku moču – vložky špičkovej kvality sú farebne rozdelené podľa stupňa savosti, čo uľahčuje výber správnej veľkosti. Trojvrstvé absorpčné jadro udržuje povrch pomôcky stále suchý, krútené vlákno na povrchu odvedie tekutinu rýchlo do stredu jadra, kde ju pomocou superabsorbentu (SAP) premení na gél. Tým sa zabráni jeho spätnému presiaknutiu na povrch.



Špeciálny Odour Neutralizer taktiež účinne neutralizuje vznikajúci zápach a tak vložky zaručujú diskretnosť pri ich nosení.



Pre mužov trpiacich ľahkým únikom moču je určený variant **MoliMed® for men**.



Pre informácie volajte bezplatnú telefónnu linku: 0800 100 150



05



Z OBSAHU 3/2015

vyberáme

05 TRADIČNÉ HODNOTY VYZNÁVAJÚ RODINY Z CELÉHO SLOVENSKA

Presvedčili sme sa o tom spoločne s našimi zákazníkmi na 1. detskom festivale a veľtrhu 2015, ktorý na konal na výstavisku Agrokomplex v Nitre. Marketingoví organizátori MED-ARTu a obchodní zástupcovia na festivale uvítali a sprevádzali približne 200 klientov z celého Slovenska.

14 TIME MANAŽMENT

Ak za čas, ktorý vám bol pridelený, nezačnete byť užitoční pre druhých a nevytvoríte žiadne hodnoty, ktoré ostatní potrebujú, tak ako chcete naplniť svoj osobný i pracovný potenciál? Najdôležitejšie veci robte ako prvé.

18 PILOTNÁ PREVÁDZKA eHealth

Rok 2015 je rokom pilotného spustenia eHealth, to znamená, že informačné a komunikačné technológie vstúpia razantnejšie do nášho zdravotníctva.

22 RAKOVINU LIEČIA PROTÓNOVÝM LÚČOM

V súčasnosti už majú aj slovenskí onkologickí pacienti možnosť podstúpiť šetrnejšie liečenie protónovým žiarením.

25 LIŠAJNÍK ISLANDSKÝ V PEDIATRICKEJ PRAXI

sa úspešne využíva pri podráždení sliznice v ústach a v hrdle a s tým spojeným suchým dráždivým kašľom a strate apetítu.

29 PILULKA DOBREJ NÁLADY

Allegra COMFORT je vhodná najmä pre ľudí trpiacich dlhodobým stresom, výkyvmi nálad, nutkaním prejsť sa, pri odvykaní si od závislostí a pri úzkostiach či strachu.

30 XV. KONGRES KVL SR

Tradične na vysokej odbornej i spoločenskej úrovni a opäť pod patronátom spoločnosti MED-ART.

32 ZÁSADNÁ ZMENA V PROCESSE HOJENIA

Alaptid vykazuje vynikajúcu imunomodulačnú aktivitu. Výrazne sa uplatňuje pri hojení kožných defektov. Jeho efekt je nielen granulačný, ale tiež výrazne epitelizačný.



partneri čísla:



■ vydavateľ/redakcia: MED-ART, spol. s r. o., Hornočermánska 4, 949 01 Nitra, e-mail: sekretariat@med-art.sk, tel.: 037/77 53 702, fax: 037/65 13 790 ■ časopis MEDIUM je vydávaný za aktívnej pomoci vedenia spoločnosti MED-ART, spol. s r. o.: PharmDr. Ján Holec, Mgr. Hilda Némethová, Ing. Jana Machalová, MVDr. Rudolf Andraško ■ redakcia: šéfredaktorka: Beáta Račeková ■ redakčná rada: PharmDr. Petra Haár Némethová, Ing. Zlatica Látečková, PharmDr. Zlatica Bártová ■ externí dopisovatelia: Mgr. Ing. Jozef Krajčí, RNDr. Alena Ondejčíková, Mgr. Dagmar Machničová, Ing. Pavol Machnič, PharmDr. Martin Milly ■ vizuálna koncepcia, layout a tlač: APEL, spol. s r. o., Nitra, www.apel.sk ■ distribúcia: prostredníctvom obchodných zástupcov, vodičov a poštových zásielok zabezpečuje MED-ART, spol. s r. o.

NEPREDAJNÉ

Publikované články vyjadrujú názory autorov, a preto nemusia byť totožné so stanoviskom redakcie a vydavateľa. Nevyžiadané rukopisy a obrazový materiál nevraciamy. Kopírovanie, znovupublikovanie alebo rozširovanie ktorejkoľvek časti časopisu sa povoľuje výhradne so súhlasom vydavateľa. Redakcia nezodpovedá za obsah a pravdivosť jednotlivých inzerátov.

UPLYNULO 25 ROKOV...

Spomínam si, ako sme zakladali MED-ART, Lekárnickú komoru i ako sme sa stretávali po nežnej revolúcii v skupinkách, ktoré podporovali hnutie Verejnosc proti násilii. Pamätám si, ako sme zorganizovali prvé stretnutie s ministrom zdravotníctva o zásobovaní lekárni. Zorganizovali sme viaceré stretnutia i úvodné stretnutie o budúcej Lekárnickej komore. Boli sme presvedčení, že nadchádza okamih, keď sa všetko rozhodne v prospech slobodného lekárnického povolania. Boli to roky 1989 až 1991. V atmosfére revolučného diania týchto rokov vznikali spoločné akcie, na ktoré sme chodili spontánne, niekedy s rozpakmi, ale s obrovskou dávkou vášne. Pridávali sa k nám desiatky kolegov. Po krajoch vznikali prvé skupinové stretnutia, prvé kontakty na krajskej, okresnej i miestnej úrovni. Tu sme si vzájomne formovali postoje k budúcemu slobodnému povolaniu. Na úrovni okresných lekárenských služieb sa skonštituovali skupiny Verejnosti proti násilii (VPN). Rovnako sa to dialo aj u kolegov lekárov a zdravotných sestier. Bol to impulz, ktorý odštartoval myšlienku založiť stavovské organizácie v jednotlivých zdravotníckych odboroch. Začiatkom roku 1990 sa zišlo pár nadšencov, vtedy ešte ostýchavo a skusmo. Rozprávali sme sa o možnom vzniku stavovskej organizácie, o privatizácii lekárni. Prvými iniciátormi tejto myšlienky vtedy boli Anton Bartúnek, Peter Németh, Iveta Kapustová, dr. Karpaty, Ján Valjant, Milan Tamer a Ján Holec. Dohodli sme sa, že s touto myšlienkou oslovíme aj hlavného odborníka pre lekárnictvo doc. Milana Lehkého, okolo ktorého sme sformovali kolégium lekárov zakladateľov. U neho na katedre sa k nám pridala aj dr. Balažoviechova. Zakrátko prišiel zo Zvolena Ján Kamas a zo Žiliny Pavol Krátky. V takomto zložení sme diskutovali o názve, stanovách i znaku budúcej komory. Na jar v roku 1990 sme zvolali stretnutie, na ktorom sa zúčastnilo už niekoľko stoviek kolegov lekárov. Stretnutie sme nazvali úvodným snemom. Tu bol zvolený historicky prvý výbor. Predsedom sa stal Anton Bartúnek, členovia boli Peter Németh, Iveta Kapustová, Pavol Krátky, Ján Holec, Peter Mihálik, František Tamer a Ján Kamas. Chodili sme na porady k ministrovi zdravotníctva a na jeho pôde sme často dlho do noci spolu s lekármi diskutovali o návrhu zákona o komorách. Diskusia trvala skoro rok, až vyústila v novembri 1990 do prvého ustanovujúceho snemu Slovenskej lekárnickej komory. Nebolo to jednoduché, pretože lekárnická obec často nedôverovala a preto spochybňovala predkladané návrhy. Dnes, s odstupom času, túto reakciu treba vnímať s pochopením. Boli to len obavy lekárov z budúcnosti, neznalosť minulosti a histórie bývalej komory.

Začiatkom 90-tych rokov bolo na Slovensku približne 2 000 lekárov, podporu sme dostali od cca 3/4 členstva, teda asi od 1 600 lekárov. Takáto obrovská dôvera zaväzovala. Novovzniknutý výbor absolvoval množstvo rokovaní v parlamente na pôde jednotlivých výborov národnej rady.

Koniec roku 1991 bol korunovaný tým, že zákon o komorách poslanci ako predvianočný darček lekárom a lekárom schválili. Začiatkom roku 1992 vyšiel v zbirke zákonov a bol uverejnený ako zákon SNR 13/1992 Zb. Zákon Slovenskej národnej rady o Slovenskej lekárskej komore, Slovenskej komore zubných lekárov a Slovenskej lekárnickej komore. Takýmto spôsobom prešla odbornosť lekárov obdobím legislatívnych skúšok. Výsledky vidieť až dodnes. Lekári sú svojprávní, napriek tomu, že ani dnes nie je všetko ideálne, ale verím, že korektný prístup ku kolegom sa vyplatil. Korektný a kolegiálny prístup si musíme pripomínať a uvedomovať i v dnešných časoch. Tento odkaz platí hlavne pre dnešných i budúcich funkcionárov komory. Komora by mala zostať priestorom na intelektuálnu sebareflexiu a mala by zastupovať našu snahu a záujem o odbor lekárnictva.

Uplynulo 25 rokov a to je čas, kedy treba urobiť hrubú čiaru za minulosťou, pretože život je neustála zmena, je to výzva, ako sa vyrovnávať s nádejami a víziami aj v 21. storočí.

Teraz sa už s nádejou pozerám na novoformujúce sa združenie lekárov. Takýmto je práve združenie, do ktorého sa pridala aj spoločnosť MED-ART – združenie „Vaša Lekáreň“, ktoré má ambíciu pomôcť a udržať zdravý kmeň tých, ktorí chápu lekárnictvo ako rodinný biznis. Združenie „Vaša Lekáreň“ kladie otázky, hľadá odpovede a následne ich realizuje na hraniciach medzi lekárntvom a ekonomikou, pričom nezabúda ani na sociálno-zdravotný rozmer a postoj k pacientom. Ako povedal jeden môj známy: „jeden breh je na most málo“.

Milí kolegovia,

musíme sa do budúcnosti ďalej pýtať, čo chceme a aký je náš cieľ. „Možno inak, nie však akokoľvek...“ „Možno inam, nie však kamkoľvek...“ Ak dnes, v tomto novom storočí, myslíme, hovoríme a konáme inak ako daktori... (aj iní majitelia s. r. o.), tak to „inak“ nech znamená slobodne, tvorivo, zodpovedne, a pritom nie „akokoľvek“.

Napriek ťažkostiam, ktoré prináša vždy nová doba, chcem vysloviť veľkú vďaku za vek slobody, ktorý nám a našim deťom priniesla nežná revolúcia. Aj keď mnohé kroky a roky neboli ideálne a boli ťažké, príbeh slobodného lekárnického povolania je príbehom úspešným. Kalí ho len nespokojnosť s tým, kam sa svet uberá teraz...

Možnosť nápravy máme stále v rukách a mali by sme ju realizovať. Jednou z ciest je aj združovanie lekárov prostredníctvom lekárnických združení. Môžeme sa rozhodnúť, aké zoskupenie si zvolíme, akého dodávateľa liekov si zvolíme. Nezabudnime mať na mysli, že vždy treba podporovať pracovitých a poctivých manažérov lekárnictva. Ak slušných ľudí nepodporíme, tak sa môžu vrátiť aj staré časy. A to je čaro, ale zároveň aj riziko demokracie.

Príbeh rozvoja dejín lekárnictva nebol nikdy jednoduchý, prešiel si svojimi trpkosťami i prehrami, a často i pocitmi márnosti.

Žičlivo sa pozerám na mladých lekárov, pretože mám to šťastie žiť spolu s mladou generáciou. Teším sa z jej úspechov. Už teraz zreteľne vidieť novú generáciu lekárov – našich potomkov a nasledovníkov, ktorí úspešne žijú slobodu lekárnického stavu. Mali by si len dávať pozor na gaunerov, ktorí vyciavajú náš lekárnický stav!

Ďakujem všetkým starším kolegom lekárom, ktorí v rokoch 1990 až 1992 stáli pri zrode našich dnešných čias. Prijmite všetci skôr narodení moju úctu a vďaku za vašu neviditeľnú, ale potrebnú prácu, pretože sa vám možno zatiaľ nedostalo poďakovania a nedočkali ste sa satisfakcie. Ja za seba by som rád poďakoval aj zakladateľovi MED-ARTu, dnes už nebohému Petrovi Némethovi. On bol vtedy svojou prácou nenápadný, ale dennými výkonmi výrazný. Nech v myšliach nás, čo sme s ním zakladali lekárnickú komoru, je spomienka na neho príjemným príbehom. Bol majákom a výborným partnerom a patrí mu hold. Inicivoval, tvoril a burcoval novú legislatívu a ešte dnes otvára myseľ pamätníkov.

Veď úloha majáka je nám všetkým dobre známa. Svojím svetlom varuje pred nebezpečenstvom, pomáha lodiam vyhnúť sa úskaliam a dostať sa bezpečne do prístavu. Na signál majáku existuje jediná správna odpoveď: „Zmeniť kurz!“

A novým smerom by mala byť odbornosť, empatia s pacientom, združovanie na ekonomickom a kolegiálnom princípe.

PharmDr. Ján Holec
generálny riaditeľ MED-ART, spol. s r. o.



autor príspevku: Juraj Borot



1. DeTSKÝ Festival 26.06. – 28.06. 2015 a VEĽTRH 2015



TRADIČNÉ HODNOTY

VYZNÁVAJÚ RODINY Z CELÉHO SLOVENSKA

Nastali rýchle časy a nezdá sa, že plánujú odísť. O to dôležitejšou sa stáva voľba jednotlivca pri rozhodovaní o svojom životnom štýle a určovaní životných priorít. Jednou z veľkých otázok dnešných dní ako pre ženy, tak i pre mužov, je: rodina verus práca a profesionálny úspech. Nech sa tieto dva póly zdajú akokoľvek nezlúčiteľné a vzdialené, mnohí dokazujú, že to tak byť nemusí – ak vám nechýba flexibilita, zanievanie pre obe priority, sebadisciplína a množstvo energie. Jednoducho, dá sa to: vytvoriť šťastnú rodinu a taktiež budovať svoju kariéru.

Presvedčili sme sa o tom spoločne s našimi zákazníkmi na 1. detskom festivale a veľtrhu 2015, ktorý na konal na výstavisku Agrokomplex v Nitre.

MED-ART počas festivalu pripravil pre pozvaných účastníkov a ich rodinných príslušníkov neskoré raňajky a obed. Súčasťou posedenia v reštauračných priestoroch bolo aj sladké prekvapenie pre najmenších. O tom, že si naši obchodní partneri dokážu nájsť čas pre svoje ratolesti, či ešte posadené v kočiaku alebo už v teenager-skom veku, sme sa utvrdili aj na tejto akcii. Naši marketingoví organizátori a obchodní zástupcovia na festivale uvítali a sprevádzali približne 200 klientov z celého Slovenska.

Festival má ambíciu stať sa vysnívaním miestom návštev detí, mládeže, ale aj celých rodín. Okrem vystavovateľov komodít pre deti boli súčasťou festivalu aj hudobné vystúpenia deťmi obľúbených protagonistov, bohaté workshopy, rôzne atrakcie, športy, besedy, autogramiády so známymi športovcami, hercami a moderátormi.



Deti aj rodičia si prišli na svoje a všetko, čo hľadali v rámci detského sveta, rodinnej pohody a zábavy, tu aj našli. Aj vďaka MED-ARTu, ktorý si ctí tradičné hodnoty rodiny. ■

KVALITA JE VÝSLEDKOM NÁŠHO KAŽDODENNÉHO ÚSILIA

ROČNÉ HODNOTENIE TELEOPERÁTOROV CALL CENTRA

Sme firma profesionálov na správnych miestach, ktorí sú pripravení zefektívňovať pracovný proces a výkon. Svoj úspech stavíme na kvalitnom technologickom zabezpečení a interných procesoch, ktoré počas 24-ročnej histórie firmy neustále vyvíjame. Náš úspech nespočíva len v technickom vybavení, ale hlavne v kvalite našich zamestnancov, pretože práve ľudia, ich zručnosti a nadšenie sú základom úspechu MED-ARTu v konkurenčnom prostredí.

MED-ART sa čoraz intenzívnejšie snaží popri kvantitatívnych výsledkoch zvyšovať i kvalitatívne. To znamená, že **naším cieľom je nielen ponúknuť komplexné portfólio produktov a služieb v najvyššej možnej kvalite, ale aj neustále pracovať na profesnom raste zamestnancov**, aby sme dokázali odborne a pružne reagovať na všetky požiadavky našich zákazníkov a zabezpečiť im adekvátnu starostlivosť.

Kvalita je výsledkom nášho každodenného úsilia. Pri našej práci sú vysoké štandardy kvality jedinou možnou voľbou. S týmto cieľom sme opäť po ročnom období hodnotili prácu Call centra na úseku telemarketingu ako celku a zároveň každého člena tímu individuálne. **Oddelenie má momentálne 38 teleoperátorov**, z toho 4 teleoperátori okrem kontaktovania zákazníkov majú aj funkciu supervízora. Ich úlohou je metodicke viesť, motivovať a kontrolovať tímy na strediskách, poskytovať odbornú podporu na zlepšenie ich výsledkov, optimalizovať interné systémy a procesy Call centra. 34 teleoperátorov na dennej báze počas pracovného týždňa v čase prevádzky od 7.00 do 18.30 h je pripravených **priať každú objednávku ihneď**. V čase zvýšeného dopytu zákazníkov, čo je v časovom rozmedzí od 9.30 do 11.30 h a od 14.00 do 17.00 h, kedy môže byť okamžitá dostupnosť Call centra znížená, **snažia sa kontaktovať zákazníka späť v čo najkratšom možnom čase**.

Hodnotenie výkonu kvantity a kvality každého teleoperátora prebiehalo za účasti priamych nadriadených a riaditeľa závodu. Vzájomný rešpekt, vyjadrenie vlastných postrehov a názorov, ako aj konštruktívnych návrhov bolo výsledkom a naplnením nášho spoločného cieľa. Dobrý výkon bol ocenený, pri rezervách sme hľadali ich dôvody a snažili sa nájsť riešenia na ich

Technické a osobnostné parametre sleduje a pravidelne hodnotí dispečer call centra v MED-ARTE Mgr. Monika Buranská spolu s riaditeľom predaja MVDr. Ivanom Fiebigom a regionálnymi supervízormi.



odstránenie. **Pre MED-ART je každý zamestnanec dôležitý a rozvoj jeho schopností a zručností je najlepšia investícia do budúcnosti**. Riadiaci manažment preto neustále dbá o sústavné vzdelávanie zamestnancov špecializácie – humánnej, veterinárnej či v oblasti zdravotníctva a odbornú úroveň skvalitňuje formou rôznych externých či interných školení a tréningov. Samozrejme, dôraz sa kladie aj na samovzdelávanie a samoštúdium, aby každý teleoperátor bol schopný kvalifikovane poskytnúť odberateľovi informáciu o ponúkanom produkte a reagovať profesionálne na jeho požiadavky. **Ved' dobré meno MED-ARTu je odrazom práce každého z nás. Neuspokojíme sa s priemerom**, ale snažíme sa odovzdávať zo seba to najlepšie a vďaka tomu sa MED-ART môže tešiť zo svojich úspechov.





autor príspevku: Mgr. Miriam Marková



ODBORNE, OBCHODNE I NA ĽUDOVÚ NÔTU

CELOSLOVENSKÝ SEMINÁR PRE VÝDAJNE ZDRAVOTNÍCKYCH POTRIEB

V dňoch 20. – 21. júna 2015 zorganizovala spoločnosť MED-ART v rámci sústavného vzdelávania medicínsko-technických pracovníkov celoslovenský seminár pre výdajne zdravotníckych potrieb. Podujatie sa uskutočnilo v príjemnom prostredí hotela Sitno vo Vyhniači.

PREZENTÁCIA VYSTAVOVATEĽOV

Odborným prednáškam predchádzala vo výstavnej miestnosti prehliadka zdravotníckych pomôcok a špeciálneho zdravotníckeho materiálu. Viac ako desiatka vystavovateľov tu prezentovala svoje produkty, poskytovala informácie o tovare, jeho zložení i spôsobe použitia.

NOVINKY PRE PRAX

Úvodnú prednášku odborného programu predniesol Ing. Prívracký, konateľ firmy **Untraco SR**, ktorá je výhradným dodávateľom výrobkov značky Abena na náš trh. Oboznámil prítomných s históriou i súčasnosťou firmy. Informoval aj o novinkách v sortimente či zmenách v predpisovaní niektorých zdravotníckych pomôcok.

Veľkým prínosom bola aj interaktívna ukážka merania pacienta pre správne určenie veľkosti kompresívnych pančúch značky **Maxis**. Účastníci školenia mali možnosť vyskúšať si svoje praktické zručnosti s individuálnym meraním a následne podľa príslušnej rozmerovej tabuľky určiť správnu veľkosť kompresívnych pančúch. Určenie správnej veľkosti je totiž najdôležitejším faktorom úspešnosti neinvazívnej liečby kŕčových žíl.

Ing. Stanislavská, zástupkyňa firmy **Generica**, ktorá je najväčšou slovenskou spoločnosťou zameranou na výrobu dietetických doplnkov, predstavila niekoľko nových produktov na zlepšenie trávenia, intoleranciu laktózy, opuchy nôh a pod.

Ing. Fiebig z firmy **NRSYS – I HEALTH** predstavil novinky v elektronickej komunikácii a elektronickom objednávaní.

V rámci sústavného vzdelávania medicínsko-technických pracovníkov predniesli zástupkyne **SK MTP** aktuálne informácie o zmenách zákonov týkajúcich sa tejto oblasti.

V závere odborných prednášok Ing. Bálint z firmy **Bukóza Export-Import** prezentoval nový produkt na slovenskom trhu: inkontinenčné absorpčné podložky INKA, vyrobené z vlákien prírodnej celulózy so spodnou nepriepustnou fóliou a protišmykovou úpravou.

SPRIEVODNÉ AKTIVITY

Po ukončení odborného programu mali účastníci seminára možnosť využiť niekoľko sprievodných aktivít ako napríklad hotelový wellness, ktorého súčasťou bol i vodný aerobic, mohli si vyskúšať svoje kuchárske umenie v škole varenia FOODIE, kde sa tentokrát pripravovali grécke špeciality, či absolvovať vychádzku na Kamenné more, ktoré je najnavštevovanejším turistickým miestom v obci.

Úvod večerného programu patril ľudovej hudbe a priaznivcom cimbalovej muziky, ktorú neskôr vystriedala spoločenská hra Bingo, súťaž v hádaní filmových pesničiek, ochutnávka vín a diskotéka, ktorá sa preniesla až do neskorých nočných hodín.



Po náročnom dni naplnenom množstvom nových a užitočných informácií každému účastníkovi seminára dobre padlo večerné rozptýlenie pri pohári vína a ľudovej hudbe.

Sme presvedčení o tom, že toto podujatie splnilo svoj cieľ, prinieslo všetkým zúčastneným mnoho nových poznatkov a informácií v oblasti ponuky a predaja zdravotníckeho materiálu a zdravotníckych pomôcok a zároveň pomohlo udržiavať priaznivé odberateľsko-dodávateľské vzťahy.

Seni Active

BUĎTE AKTÍVNI KAŽDÝ DEŇ

seni



SENI ACTIVE – priedušné elastické
absorpčné navliekacie nohavičky



DISKRÉTNOSŤ

podobajú sa bežnej spodnej bielizni, sú diskrétné a pohodlné

JEDNODUCHÉ NASADZOVANIE

bočné švy, ktoré stačí roztrhnúť, zabezpečujú ľahké vyzliekanie

PRE AKTÍVNYCH

odporúčajú sa najmä tým, ktorí vedú aktívny život a zapájajú sa do rôznych pohybových aktivít



pokožka môže voľne dýchať



prevencia vzniku nepríjemného zápachu



minimalizácia rizika podráždenia pokožky



pocit sucha





autor príspevku: Ing. Andrea Hašková
marketingový špecialista Bella Sk



SENI CUP 2015

V ZNAMENÍ SKVELEJ ATMOSFÉRY A VÝNIMOČNÝCH VÝKONOV

Radosť zo stretnutí, futbalové zápasy v priateľskej atmosfére a duchu fair-play a výborná zábava – to už tradične patrí k futbalovému turnaju Seni Cup, ktorého deviaty ročník sa konal v krásnej Žiarskej doline 21. a 22. mája 2015. Seni Cup každoročne organizuje spoločnosť Bella Sk pre hráčov s mentálnym postihnutím, ktorí žijú v zariadeniach sociálnych služieb.

Ani rozmarné počasie neodradilo pozitívne naladených účastníkov z 12 družstiev, aby zabojovali o poháre, medaily, diplomy, ale aj pekné a hodnotné vecné ceny. Tie súťažiacim venovala spoločnosť MED-ART.

Tento rok opäť nesklamali chlapci z Domova n. o. Velké Pole, ktorí sa už po niekoľkokrát stali víťazmi turnaja a odniesli si hlavnú cenu – sadu profesionálnych futbalových bránok.

Zo striebornej priečky sa tešil sympatický zmiešaný žensko-mužský tím z DSS Giraltovece, ktorému do zariadenia pribudol multifunkčný hrací stôl. Bronz putoval do neďalekého Liptovského Hrádku, odkiaľ prišli chlapci z CSS EDEN, a odmenou za ich výborný športový výkon bol hudobný mikrosystém Philips.

Odmenení boli aj najlepší individuálni bojovníci: najlepší brankár, najlepší hráč, najobetavejší hráč a najlepšia hráčka turnaja – tie boli vyhodnotené hneď dve. Avšak ani tí, ktorí sa umiestnili na nižších priečkach, neodišli naprázdno. Každý hráč si odnášal z turnaja medailu, diplom, futbalový šál, balíček s hygienickými výrobkami a každé družstvo získalo zároveň futbalovú loptu a športové potreby.

Súčasťou turnaja bol aj skvelý večerný



Odmeny pre najlepších opäť venovala spoločnosť MED-ART.

program s príznačným názvom „Bavíme sa navzájom“, v ktorom hráči z jednotlivých zariadení predviedli svoje výnimočné schopnosti – spev, tanec, pred-

nes poézie či ukážky z bojových umení. Svojimi výkonmi vytvorili skvelú atmosféru, ktorá pokračovala aj po vyhodnotení kultúrneho programu. Naň totiž nadviazala diskotéka, ktorá sa skončila až po polnoci.

Seni Cup má teda za sebou úspešný deviaty ročník. Organizátori z Bella Sk sľubujú, že ten ďalší, desiaty, jubilejný, bude bohatý na prevkapania a účastníci sa už teraz majú na čo tešiť. A ostatní sa už tešia na výnimočné športové i mimošportové výkony všetkých šikovných chlapcov a dievčat zo zariadení sociálnych služieb.



Vítazný tím z Domova n. o. Velké Pole

AKTUÁLNE Z ČINNOSTI SLEK

PROGRAMOVÉ ZAMERANIE „NASTAVUJE ZRKADLO“ VŠETKÝM ORGÁNOM

Najvýznamnejšie aktivity SLeK v tomto období predstavujú príprava osláv 25. výročia ustanovujúceho snemu SLeK a schválenie Programového zamerania Rady SLeK. V dňoch 12. – 14. novembra 2015 si SLeK pripomenie štvrtstoročie svojej modernej existencie. Boli to roky poznačené úspechmi aj neúspechmi, ktoré celkovo vyúsťujú v existenciu štandardnej, modernej a aktívnej stavovskej samosprávy – mimoriadne limitovanej nekvalitnou legislatívou.

12. novembra sa v sídle komory uskutoční **Historický seminár**, na ktorom budú pozvaní hostia z radov bývalých komorových funkcionárov diskutovať o historických medzníkoch života SLeK a povolania farmaceuta ako aj o aktuálnych výzvach a víziách rozvoja komory. Na podujatí bude predstavená publikácia s rozhovormi a spomienkami bývalých prezidentov komory a budú odhalené ich portréty v zasadacej miestnosti v sídle SLeK.

13. novembra sa uskutoční **slávnostný snem SLeK**. Na tomto sneme odznie prednáška bývalého sudcu Ústavného súdu Českej republiky J. Nykodýma o základných právnych aspektoch ukotvenia stavovskej samosprávy. Základným bodom slávnostného snemu bude **odovzdanie nového ocenenia s názvom Artemide – uznanie SLeK za spoločenský prínos lekárnikovi**. Je pomenované po lekárnikovi Artemide Zattim, ktorý vstúpil do dejín svojim nezištným postojom zvlášť k chudobným pacientom. Artemide nebol kvalifikovaným lekárnikom od začiatku svojej činnosti – štúdiu absolvoval až neskôr, práve kvôli tomu, aby nedostatok kvalifikácie nebránil jeho nezištnej činnosti. Jeho filozofia chápania vzdelania nie ako kariérny úspech, ale ako prostriedok k nezištnej pomoci a konaniu dobra je motiváciou k pomenovaniu tohto ocenenia, ale zároveň k odštartovaniu **Roku farmaceuta ako pomáhajúcej profesie**.

14. novembra sa zavŕšia Oslavy 25. výročia založenia SLeK pracovným snemom.

O nominácie konkrétnych lekárnikov na toto ocenenie boli požiadané patientske organizácie, mestá obce aj verejnosť prostredníctvom médií. Obraciame sa tiež na jednotlivé MLeK, RLeK, či konkrétnych lekárnikov, aby taktiež prispeli nomináciou kolegov, ktorí možno nie sú verejne známi, ale v prostredí kde žijú a pracujú robia dobré meno lekárnickému stavu a sú prínosom pre spoločnosť.



PharmDr. Ondrej Sukeľ
prezident Slovenskej lekárskej komory

PROGRAMOVÉ ZAMERANIE RADY SLEK NA ROKY 2015 – 2018

Rada Slovenskej lekárskej komory na svojom zasadnutí 18. júla 2015 schválila materiál v deviatich programových oblastiach, v ktorom definuje konkrétne body, na ktoré sa Rada ako najvyšší orgán komory plánuje zamerať v tomto funkčnom období. Materiál je zároveň námetom na aktivitu aj nižším komorovým štruktúram (MLeK, RLeK), ktoré by mali byť nápomocné v jeho napĺňaní a iniciatívne komunikovať s Radou a Prezidiom o detailoch jednotlivých úloh. Všetkým orgánom programové zameranie „nastavuje zrkadlo“ a zároveň bude v roku 2018 podkladom na odpočet činnosti pred delegátmi snemu. Každá programová oblasť má svojho garanta – člena prezídia, na ktorého je možné sa obrátiť s konkrétnosťami v rámci plnenia jednotlivých úloh.

Základné úlohy v jednotlivých oblastiach sú nasledovné:

Financie SLeK, rozpočet:

1. motivácia k členstvu v Slovenskej lekárskej komore
2. zvýhodnenie členov SLeK pri nákupe tovarov a služieb tretích subjektov
3. zvýhodnenie členov SLeK pri podujatiach sústavného vzdelávania
4. posilnenie vnútornej kontroly finančných tokov
5. vypracovanie podnikateľskej ponuky tretím subjektom v oblasti prenájmu priestorov a reklamnej plochy s cieľom posilnenia viaczdrojového financovania SLeK
6. analýzu stavu členskej základne a prípravy reformy platenia členských príspevkov s cieľom
 - a) zníženia finančného zaťaženia členov
 - b) vybudovania presvedčenia pridanej hodnoty členstva v komore
 - c) zjednotenia výšky členských príspevkov bez ohľadu na spôsob výkonu povolania
 - d) motivácie členov – držiteľov povolenia – prispievať svojim zamestnancom na úhradu členských príspevkov

Všeobecná vnútorná správa:

1. nové vnútrokomorové dokumenty
 - a) organizačná štruktúra Sekretariátu SLeK



LEKÁREŇ

- b) poriadok odmeňovania zamestnancov SLeK
- c) zásady schvaľovania pracovných ciest členom orgánov SLeK
- 2. vytvorenie pracovného miesta pracovníka so zameraním na organizáciu sústavného vzdelávania s perspektívou vytvorenia samostatného pracoviska s agentúrnou náplňou práce v úzkej spolupráci s dcérskou spoločnosťou Edufarm.
- 3. návrh zmeny funkcionality internetovej stránky komory
- 4. zjednotenie vizuálnej a grafickej identity všetkých komorových orgánov, dokumentov a procesov

Sústavné vzdelávanie:

- 1. analýza právneho prostredia so zameraním na:
 - a) oprávnenosť pridelenia kreditov za podujatia organizované komerčnými subjektmi
 - b) oprávnenosť posudzovať nie iba časovú ale aj kvalitatívnu stránku toho-ktorého podujatia
 - c) možnosť komory získavať finančné prostriedky na podporu vzdelávania od subjektov pôsobiacich na farmaceutickom trhu bez daňového zaťaženia farmaceutov
- 2. revízia a úpravu príslušných vnútrokomorových dokumentov
- 3. vypracovanie vlastnej softvérovej platformy pre poskytovanie AD testov
- 4. iniciatívny návrh štandardov konkrétnych programov sústavného vzdelávania a ich predloženie Ministerstvu zdravotníctva
- 5. aplikácia týchto štandardov do praxe aj bez schválenia MZ SR
- 6. spolplatnenie podujatí sústavného vzdelávania nečlenom SLeK

Nemocničné lekárstvo:

Ciele a úlohy nemocničného lekárstva v SR na obdobie 2015 – 2018 vychádzajú z dokumentu Európskej asociácie nemocničných lekárníkov (EAHP): Európske vyhlásenia nemocničného lekárstva 2014, na príprave a prijatí ktorých sa aktívne zúčastňovali aj zástupcovia Sekcie nemocničných lekárníkov SLeK.

- 1. rokovanie Sekcie nemocničných lekárníkov so zástupcami MZ SR – odborom farmácie v roku 2015, so zámerom vytvoriť pracovnú skupinu MZ SR a SLeK pre nemocničné lekárstvo a navrhnuť implementáciu určených cieľov do praxe
- 2. rokovanie s MZ SR – odborom farmácie o novelizácii zákona č. 362/2011 Z. z. o liekoch a zdravotníckych pomôckach a vyhlášky č. 129/2012 Z. Z. o požiadavkách na správnu lekárenskú prax
- 3. legislatívna stimulácia rozvoja klinickej farmácie (prístup farmaceuta do zdravotnej dokumentácie pacienta, rekonziliácia)
- 4. rozvíjanie a podporu oddelení na prípravu cytostatík nemocničných lekární v zmysle platnej legislatívy a dosiahnutie hradenia výkonov prípravy cytostatík pre ambulantných pacientov zdravotnými poisťovňami
- 5. každoročné konanie „Pracovných dní nemocničných lekárníkov“ prostredníctvom Sekcie nemocničných lekárníkov SLeK.

Vzťahy s inými inštitúciami:

- 1. zoznam prioritných oblastí, v ktorých je potrebné hľadať iné riešenia, než v súčasnosti používané

- a) správna lekárenská prax
- b) individuálna príprava liekov
- c) kategorizácia, cenotvorba, ohodnotenie výkonov lekárníkov
- d) kompetencie farmaceutov v klinickej oblasti (očkovanie, monitoring terapie, hodnotenie interakcií liekov, predpisovanie vybraných liekov)...
- 2. rešerš odbornej literatúry a zahraničných skúseností v týchto oblastiach
- 3. aktívna spolupráca s akademickou obcou v oblasti zadávania tém záverečných prác druhého a tretieho stupňa VŠ štúdia a rigorózneho konania
- 4. 1 – 2 workshopy ročne s účasťou zástupcov partnerských subjektov k aktuálnym otázkam lekárstva

Vzťahy s verejnosťou:

- 1. realizácia osvetových kampaní (minimálne 1 ročne) zameraných na pozitívnu prezentáciu lekárníkov
- 2. organizácia neformálnych mediálnych stretnutí. Ich cieľom bude oboznámenie novinárov s kľúčovými témami lekárstva a „naučiť“ ich do budúcnosti komunikovať v týchto témach primárne s komorou
- 3. spolupráca prezídia komory, Edufarmu, šéfredaktorom a redakčnou radou na určovaní tém a zamerania Lekárnických listov
- 4. proces „rebrandingu“ a vybudovania vizuálnej identity komory

Interná legislatíva

- 1. Zavedenie 5 stupňov vnútorných predpisov
 - a) Štatút a Volebný poriadok (schvaľovaný a novelizovaný Snemom komory 2/3 väčšinou)
 - b) ďalšie vnútorné predpisy schvaľované Snemom komory – Rokovací poriadok, Hospodársky poriadok, Disciplinárny poriadok
 - c) Smernice Rady komory
 - d) Záväzná usmernenia Prezídia komory
 - e) Pokyny Prezidenta komory
- 2. štandardný postup pri schvaľovaní dokumentov každej úrovne (Zodpovedný predkladateľ, pripomienkovanie, dopady na rozpočet...)

Externá legislatíva:

- 1. zriadenie Legislatívnej komisie SLeK a aktívne pripomienkovanie v rámci MPK
- 2. určenie tém, ktorými sa bude zaoberať legislatívna komisia a prezídium v rámci proaktívneho navrhovania zmien právnych predpisov
- 3. 1x ročne legislatívny seminár, na ktorom sa odprezentuje aktuálna a nová legislatíva a jej dopady na lekárenskú prax
- 4. je potrebné, aby komora nebola iba pripomienkujúcim subjektom, ale aby aktívne prinášala témy podložené jednak našimi skúsenosťami, ale aj zahraničnými pozitívnymi vzormi. V spolupráci s PGEU je potrebné vypracovať analýzu základných procesov lekárstva v Európe a hľadať cesty ich aplikácie v SR.
 - a. vlastníctvo lekární
 - b. regulácia vzniku lekární (demografické, geografické, kvalifikačné a iné kritéria)
 - c. regulácia cien liekov a marží lekární
 - d. personálne otázky prevádzky lekární
 - e. sústavné vzdelávanie
 - f. kompetencie farmaceutov...

spracovala: Beáta Račeková
zdroj: internet

dočítali sme sa...

VÝDAVKY FARMACEUTICKÝCH SPOLOČNOSTÍ

na propagáciu, marketing a nepeňažné plnenia

MEDZIROČNE KLESLI

Členské spoločnosti Asociácie inovatívneho farmaceutického priemyslu (AIFP) vynaložili v uplynulom roku na marketing, propagáciu a nepeňažné plnenie pre poskytovateľov zdravotnej starostlivosti spolu 15 659 201,69 €. Vyplýva to z údajov, ktoré spoločnosti odoslali na Ministerstvo zdravotníctva SR tak, ako im to ukladá zákon č. 362/2011 Z. z. o liekoch a zdravotníckych pomôckach.

Suma predstavuje spoločné výdavky 26 členských spoločností AIFP. Pri minuloročnom zverejňovaní dosiahla spoločná suma 25-tich členov AIFP viac ako 20 miliónov eur. V priemere tak výdavky farmaceutických spoločností **klesli približne o 21 percent.**

„Transparentné zverejňovanie marketingových výdavkov považujeme za správne. Okrem toho, že nám to ukladá zákon, sa k transparentnému zverejňovaniu zaviazali všetky členské firmy AIFP“, uviedla výkonná riaditeľka AIFP Katarína Slezáková a dodala, že AIFP chce v odbornej diskusii s ministerstvom zdravotníctva prispieť k ešte väčšej transparentnosti celého procesu zverejňovania.

Slezáková zdôraznila, že podľa AIFP je dôležité, aby verejnosť chápala, že **výdavky farmaceutického priemyslu na propagáciu, marketing a nepeňažné plnenia pre poskytovateľov zdravotnej starostlivosti sú súčasťou štandardného procesu informovania o nových liekoch a liečebných postupoch, ktorý je nevyhnutný.** Je dôležité o tomto procese transparentne informovať verejnosť.

Celkový pokles týchto výdavkov bude podľa AIFP pokračovať aj naďalej, pretože farmaceutický priemysel globálne znižuje svoje výdavky v tomto smere.

Optimalizácia užívania antibiotík by mohla ročne ušetriť až 54 miliárd amerických dolárov. Zdôraznili to predstavitelia Medzinárodnej farmaceutickej federácie (FIP) počas zasadnutia Výkonného výboru Svetovej zdravotníckej organizácie v Ženeve.

VÝZNAM VEREJNÝCH LEKÁRNIKOV V BOJI PROTI ANTIMIKROBIÁLNEJ REZISTENCII

Ako jedno z najefektívnejších riešení v dosahovaní tohto potenciálu boli pritom identifikovaní práve poskytovatelia lekárskej starostlivosti prostredníctvom opatrení, ako napr. dozor či podpora racionálnej preskripcie.



FIP v tejto súvislosti opätovne dáva do pozornosti záväzok lekárníkov a ich asociácií, ku ktorému sa prihlásili počas Svetového dňa lekárníkov (29. september 2014), bojovať proti antimikrobiálnej rezistencii. Generálny sekretár Svetovej lekárskej asociácie Otmar Kloiber zdôraznil, že **riešenie problematiky antimikrobiálnej rezistencie nespočíva v nových antibiotikách, ale v ich lepšom využívaní.**

V rámci reformy farmaceutického vzdelávania vyčlenila Medzinárodná farmaceutická federácia finančnú podporu vo výške 2 miliárd amerických dolárov na obdobie najbližších 5 rokov. Jej cieľom je zabezpečiť, aby poskytovatelia lekárskej starostlivosti boli schopní v dostatočnom počte a s primeranými schopnosťami reagovať na súčasné a budúce potreby populácie. FIP zdôrazňuje, že správne plánovanie a rozvoj vzdelávania je tým najlepším spôsobom pre zabezpečenie kompetentných a adekvátnych zdravotníckych pracovníkov každej krajiny. ■



NAJČASTEJŠÍM KRITÉRIOM

VÝBERU VEREJNEJ LEKÁRNE JE DOSTUPNOSŤ

Podľa výsledkov prieskumu Farmaceutickej fakulty UK v Bratislave a Univerzitného vedeckého parku si pacienti najčastejšie vyberajú lekárňu podľa dobrej dostupnosti. Na druhom mieste zohráva pri výbere úlohu prítomnosť kvalifikovaného a priateľského personálu, nasledovaná dobrou skúsenosťou s lekárňou.

Prieskum realizovali obe inštitúcie v období od októbra do decembra minulého roka na vzorke 2 844 respondentov z celého Slovenska. Takmer 80 % opýtaných v Bratislavskom samosprávnom kraji (BSK) ako dôvod výberu verejnej lekárne uviedlo lokalitu (79,3 %), v ostatných krajoch bola lokalita prvoradou pre 73,1 % respondentov. Ďalším faktorom pri výbere bol kvalifikovaný a priateľský personál (BSK – 48,2 %, ostatné kraje – 49,4 %). Dobrá skúsenosť s lekárňou bola ako dôvod výberu uvádzaná až na treťom mieste (BSK – 32,5 %, ostatné kraje – 32,0 %).

Priemerné mesačné výdavky za lieky a iný tovar v lekárni predstavovali u väčšiny respondentov menej ako 10 eur (47,0 % v BSK; 42,9 % v ostatných krajoch) alebo menej ako 30 eur (38,7 % v BSK; 40,7 % v ostatných krajoch).

Zaujímavým zistením je, že jedným z hlavných dôvodov návštevy lekárne bol nákup volnopredajného lieku a výživových doplnkov. V Bratislavskom kraji to bol dokonca najčastejší dôvod návštevy lekárne (78,6 %),



nasledovaný potrebou vybrať lieky na recept (71,5 %) a nákupom iného tovaru – kozmetiky a rastlinných produktov (31,1 %). V ostatných krajoch SR bolo poradie mierne odlišné. Na prvom mieste bola potreba vybrať lieky na recept (70,2 %), tesne nasledovaná nákupom volnopredajného lieku a výživových doplnkov (69,0 %), na treťom mieste nákupom iného tovaru (27,0 %).

Ako uviedla PharmDr. Daniela Mináriková, PhD. z Katedry organizácie a riadenia farmácie FaF UK v Bratislave ostatné služby verejných lekární a poradenstvo pacienti využívali len málo.

Podľa Dr. Minárikovej rozdiely vidieť aj medzi pacientmi z jednotlivých krajov. Typický pacient v Bratislavskom kraji je kritickejší ako pacient z ostatných krajov, aj keď miera jeho spokojnosti je stále veľmi vysoká. Na rozdiel od pacientov v ostatných krajoch je náročnejší na manažment liečby a je s ním menej spokojný. Tieto skutočnosti môžu byť podľa Dr. Minárikovej spôsobené tým, že vzorka respondentov v BSK bola štatisticky významne mladšia a vzdelanejšia, čo kopírovalo socio-demografické charakteristiky kraja.

„Vzhľadom na geografickú sieť verejných lekární v Bratislavskom samosprávnom kraji je nutné, aby poskytovatelia lekárenskej starostlivosti zohľadňovali uvedené skutočnosti, pretože len takto sa vytvára predpoklad poskytovania kvalitnej lekárenskej starostlivosti vedúcej k spokojnosti pacientov, ktorí majú vplyv na finančno-ekonomickú prosperitu daných zdravotníckych subjektov,“ skonštatovala Dr. Mináriková.

Spoločnosť Novartis oznámila dokončenie série transakcií s Glaxo Smith Kline plc (GSK), zahŕňajúcich získanie niekoľkých onkologických produktov a substancií v štádiu vývoja od GSK. Zároveň oznámila vytvorenie spoločného podniku spájajúceho divízie volnopredajných liekov oboch spoločností, ktorý sa stane popredným svetovým lídrom v danom segmente.

SPOLOČNOSŤ NOVARTIS OZNÁMILA ZAVRŠENIE TRANSAKCIÍ S GSK

Transakcie zahŕňali aj predaj divízie vakcín (s výnimkou vakcín proti chrípke) spoločnosti GSK. Spomínané úkony boli prvýkrát oznámené v apríli 2014 ako súčasť globálnej transformácie portfólia spoločnosti Novartis.

Od konca roku 2013 sa spoločnosť Novartis zapojila do série transakcií za účelom zvýšenia zamerania spoločnosti na tri hlavné odvetvia obchodu v globálnom meradle: inovatívne liečivá, starostlivosť o zrak a generiká.

Onkologická divízia spoločnosti Novartis v súčasnosti spravuje portfólio 22 onkologických a hematologických liekov určených na liečbu viac ako 25 druhov ochorení na celom svete. Novartis tiež disponuje opt-in právami vo vzťahu k súčasnému a budúcemu onkologickému výskumu a vývoju spoločnosti GSK (okrem onkologických vakcín), ktorý môže byť zdrojom nových substancií a cieľov liečby.

Divízia vakcín spoločnosti Novartis (okrem vakcín proti chrípke) bola odpredaná spoločnosti GSK.

V predchádzajúcom čísle nášho časopisu sme si objasnili, že život je vymeraný časom a kvalita stráveného času určuje kvalitu nášho života. Uvedomili sme si, že pracovať viac neznamená vytvoriť aj viac hodnoty a jasne sme si definovali osobu workoholika. Našli ste sa?

Na otázku, kam investovať svoj čas, sme si zodpovedali tromi najklúčovejšími časovými investíciami/oblasťami a rozmenili sme si mernú časovú jednotku jedného roka na „drobné“.

Ukázali sme si tiež na jednoduchých príkladoch z bežného života, kde všade môžeme čas ušetriť, aby sme ho mohli investovať do oblastí, na ktorých nám záleží najviac.

Dnešná doba nás tlačí k umelému pocitu pohodlia, ktorý si môžeme dovoliť vďaka splátkovému kalendáru. Za málo dostaneme viac a tak **komfort sa stáva naším duševným väzením**, ktoré udržuje pri živote mnohé naše dogmy a ilúzie. Podrobili nás kultúrnemu vymývaniu mozgov, aby sme uverili, že tou jedinou správnou a najlepšou cestou je akceptovanie hierarchie a nestatu zodpovednosti, ktoré sú príznačné pre prácu v továrni. **To však podporuje duševný úpadok**, čo bráni človeku, aby sa stal vodcom a tak je radšej pohodlnou ovcou. **Žiť ako leader si vyžaduje zahodiť mapu, ktorú pre vás napísal niekto iný a vytvoriť si vlastný súbor pravidiel.** Lenže život bez mapy si vyžaduje úplne iný prístup, na ktorý nie sme zvyknutí. Ide o prístup plnej osobnej zodpovednosti, kde výhovorky a sťažnosti už viac nemajú svoje miesto. Môžeme sa teda naučiť svoj čas využívať efektívnejšie a zodpovednejšie? Môžeme a nasledovný zoznam otázok nám k tomu rozhodne dopomôže.

POLOŽTE SI KLÚČOVÉ OTÁZKY KAŽDÝ DEŇ

Ako môžem najhodnotnejšie využiť svoj čas práve teraz? **Čas sa dá jedine miňať a viac ho v živote nedostanete.** Váš osud neurčuje nejaká neznáma mocnosť, ale to, akým spôsobom využívate svoj osobný i pracovný čas. Ak za čas, ktorý vám bol pridelený, nezačnete **byť užitočný pre druhých** a nevytvoríte žiadne hodnoty,

TIME MANAŽMENT

VYUŽÍVAJTE SVOJ ČAS EFEKTÍVNE

Time manažment nie je len pre podnikateľov. Všetci chceme mať pocit, že svoj čas využívame na zmysluplné činnosti, ktoré nás naplňajú uspokojením, radosťou a posúvajú nás niekam vpred. Kto ovláda svoj čas, ovláda aj svoj osud. Ste si vedomí, ako so svojim časom hospodárite?

...pokračovanie z č. 2/2015



ktoré ostatní potrebujú, tak ako chcete naplňovať svoj osobný i pracovný potenciál? **Najdôležitejšie veci robte ako prvé**, o zvyšok sa nestarajte. Vždy sa pýtajte, ako najhodnotnejšie môžete využiť svoj čas práve teraz, vzhľadom na okolnosti, ktoré máte (objem času, nástroje, objem duševnej energie, iné). A nezabúdajte pri tom hlavne na tých, na ktorých vám v živote záleží najviac.

Je to, čo práve robím, skutočne dôležité?

„Všetko, čo stojí za to, si vyžaduje veľa času a veľa koncentrovaného úsilia.“

Je preto dôležité kontrolovať, či činnosti, ktoré práve vykonávate, vás posúvajú vpred za vašimi snami a túžbami. Ak nie, tak môžete ľahko sklznúť do režimu vyhovárania sa a sťažovania pre nedostatok životných príležitostí. O to viac, keď ako prvú pracovnú vec ráno urobíte to, že si otvoríte emaily, správy, slovenskú telenovelu, noviny alebo sociálne siete. Už ste zistili, aký status dnes zavesili vaši kamoši? A čo tie nové zápletky v telenovele? Máte prehľad?

Prečo by som dnes mal/-a stihnúť všetko práve ja, keď ani mohutný strom nevyrástol za jeden deň? Nikdy nebudeme mať dost času, aby sme stihli všetko. Vždy je ale dost času, aby sa urobili tie najdôležitejšie veci. Je vám jasné, ktoré to sú?

„Ten, kto zlyhá vo svojom plánovaní, plánuje svoje zlyhanie.“

Koľko času venujete dôslednému plánovaniu? Vašou spätnou väzbou o tom, či svoj čas naozaj využívate efektívne, je objem zarobených peňazí za rok a objem hodín, ktoré ste na tento zárobok museli investovať. Preto vás nasledovná otázka môže trochu šokovať.

Ako by som mohol/-a zarobiť 500 eur za deň? Prečo by ste si to nemali zaslúžiť práve vy? Problém je v tom, že ak toto bohatstvo k sebe nepritiahnete vy, tak ho určite k sebe pritiahne niekto, kto nemusí mať čisté svedomie ani úmysel. Vzhľadom na povahu dnešného sveta sa bojuje oň. aj o rôzne zdroje bohatstva, medzi ktoré patria aj peniaze. Tie sa potom koncentrujú v rukách nadnárodných korporácií a osôb, ktoré tieto peniaze používajú na tvorbu ešte nečestnejších a zničujúcejších mechanizmov. Tie nás okrádajú o zdravie, vitalitu a iné cenné bohatstvá (pôda, voda, kvalitné zdroje



výživy, peniaze, ktoré patria vám i vašej rodine, samotnú rodinu). Táto posledná otázka je zároveň výzvou k vašej čestnosti, užitočnosti a nenahraditeľnosti. **Svet nie je spravodlivý a nikdy nedostanete to, čo si zaslúžite, ale iba to, čo si poctivo a dôsledne odkomunikujete.** Prijmete túto životnú výzvu, ktorá môže rozhodnúť o osude nielen vás, ale aj vašich detí? A čo osud našej krajiny?

AKO LEPŠIE PLÁNOVAŤ SVOJ ČAS (A ŽIVOT)

Plánovanie, organizovanie, riadenie a ovládanie. Plnenie, tvorenie, budovanie a realizovanie. Tieto a mnohé ďalšie činnosti si vyžadujú jednu kvalitnú vlastnosť. ňou je sebadisciplína, čiže robenie toho, čo viete, že máte urobiť, vtedy, keď to treba urobiť, či sa vám to chce alebo nechce.

„Ten, kto disciplínu netrénuje, nemá šancu na úspech.“

Prevalí ho žiadostivosť jašteričieho mozgu (najmä amygdala), ktorý si pýta napĺňanie základných potrieb, ktoré sa majú splniť teraz – hneď teraz a čo najskôr. Naučiť sa odkladať svoje okamžité uspokojenie je jeden z kľúčových elementov osobnej zodpovednosti, kedy krátkodobé uspokojenie nevymieňate za dlhodobé problémy. Z tohto pohľadu by ste preto mali venovať pozornosť plánovaniu nasledovných oblastí:

1. **ročné udalosti** (plány na rok, projekty, systémy, kľúčové body zlomu)
2. **mesačné udalosti** (zoznam činností a krokov, ktoré potrebujete urobiť na to, aby sa vaše body zlomu pre tento rok mohli uskutočniť)
3. **týždenná práca** (výber konkrétnej práce, ktorú chcete zvládnuť za jeden týždeň, pretože ju považujete za najdôležitejšiu)
4. **denná práca** (rozloženie svojho časového úsilia na tie najdrobnejšie činnosti, ktoré nakoniec vedú k naplneniu týždenných, mesačných i ročných plánov).

A hoci umeniu plánovania sa nedá naučiť za pár týždňov (ale skôr rokov), treba si uvedomiť, že čas ide ďalej tak či onak. Je len na vás, či za pár rokov túto schopnosť dokonale ovládnete a bude vyhovovať vašim potrebám (snom). Žiaden univerzálne vhodný nástroj na plánovanie pre všetkých neexistuje, preto istá miera experimentovania toho, čo platí na vás (čo sa v čase mení), je žiadaná. Na nasledovnom obrázku si môžete pozrieť, ako vyzerá také plánovanie nášho života.



Na obrázku nájdete naraz veľký celoživotný plán (podkladový plagát), na ktorom je v rohu napísaný dátum 24. 6. 2006 o 20:00. Až strašidelné je, ako sa vaše jednotlivé plány plnia, keď sú niekde napísané a vy na nich jednoducho pracujete. Ďalej

môžete vľavo vidieť tri posledné roky týždenných plánov (52 ks/rok), kde sú evidované všetky prioritné úlohy týždňom za týždňom. Hore je otvorený denník najdôležitejších udalostí, ktorý slúži na zaznamenávanie každej zmysluplnej udalosti, ktorá nemusí byť len pracovného charakteru. Ďalej vidieť fascikel s plánovaním a aktuálnymi projektovými úlohami a na stole nechýbajú provokačne stopky i plán denných činností s ceruzkou. Nie je toto náhodou vlastná mapa pre úspešný život? Sledovanie vývoja niektorých životných udalostí je zaujímavá sebaanalýza, ktorú odporúčame každému. S tvorbou vlastnej životnej mapy nečakajte na nikoho. Začnite s jej prípravou už dnes.

Za najkľúčovejší považujem plán denných činností, ktorý rozhoduje o mikrokrokoch, ktoré sa urobia alebo aj nie a čomu sa bude venovať pozornosť. Tento papier rozhoduje, kam nasmerujem svoju pozornosť a na ktorú cestu sa vydám. Papier je vždy rozdelený na tieto 4 časti, kde:

- vľavo hore je časová os denných udalostí (stretnutia a iné veci viazané na čas)
- vpravo hore sú činnosti, ktoré treba urobiť
- vľavo dole sú TOP činnosti, ktoré by sa mali urobiť prioritne (ide o body zlomu, ktoré rozhodujú o kvalite života)
- a vpravo dole sú zoznamy ľudí, ktorých treba v nejakej veci kontaktovať

Cieľom denného plánovania je okrem iného vytvoriť si dostatočne objemný časový blok (3-5 hodín), ktorý vám umožní vytvoriť niečo zmysluplné. **Ak vás niečo vyrušuje, prácu nedokončíte.** Ak prácu nedokončíte, budete potrebovať možno až o 400 % viac času na jej dokončenie, čo znamená, že svojim časom mrháte. Dôvod je ten, že kým sa zahĺbite do činnosti a dostanete do zóny (flow – stav straty pojmu o čase, stav, kedy ste najproduktívnejší), tak to môže trvať až 30 minút. Ak ste sa vrátili k činnosti až o dlhší časový úsek (napríklad o týždeň), tak toto zahĺbenie sa do činnosti môže trvať až 2 a viac hodín. Preto, **ak si už svoj cenný časový blok vytvoríte, musíte byť pre zvyšok sveta nedostupný.** Nezdvíhajte telefón, nesledujte e-mail, nekomunikujte. Izolujte sa do seba a ak treba, pustite si pokojnú hudbu, skloňte hlavu a uprite svoj zrak i celú myseľ na tú najdôležitejšiu úlohu, o ktorej viete, že jednoducho zmení váš život.

S BUDÍKOM SA NEDISKUTUJE

Predstavte si, že dnes je deň, kedy vám ide lietadlo. Zvoní budík a vy ho vypnete. Čo si poviete v duchu? Poviete si, že: „aaaale, ešte si chvíľu zdiemnem, veď to stíham s prehľadom“, alebo radšej vyskočíte z postele a začnete robiť hneď, čo treba? Aj vám letí lietadlo, no nie na dovolenku, ale za úspechom. A keď naň ráno nenaskočíte čo najskôr, máte smolu. Nasadne doň niekto druhý a odvezie sa za úspechom namiesto vás. Aký budete mať potom pocit zo zvonenia svojho budíka? Budete to považovať za signál úspechu alebo signál otravovania, ktoré vás budí zo sladkého spánku? **Aj vstávanie na budík patrí do hry z názvom sebadisciplína. Čím skôr zazvoní, tým lepšie pre vás.**

Budík však nemusí signalizovať len ranné vstávanie. Budík je užitočný spoločník aj pre prípad, že nechcete v čase dňa zabudnúť na ďalšie dôležité aktivity. Každý, kto sa poctivo a poriadne zahĺbi do svojej práce, sa dostáva do zóny, v ktorej sa pojem o čase stráca. A tak by to malo byť aj s vami, **pokiaľ sa chcete stať lepšou verziou samého seba.**

Moderní farmakoterapie pro první linii

autori: Jiří Slíva, Veronik Müller Závalová, Jitka Patočková

rok vydania: 2015



Táto publikácia poskytuje jednoducho písaný a prehľadný opis existujúcich možností farmakoterapie najčastejších ochorení, s ktorými sa stretávajú lekári v prvej línii, teda najmä všeobecní praktickí lekári.

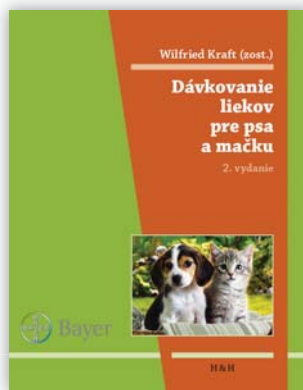
V každej skupine liekov sú uvádzané jednak účinné látky s najčastejším dávkovaním a dostupnou liekovou formou, súčasne sú v príslušných tabuľkách uvádzané prípadné obmedzenia u tehotných alebo dojčiacich žien alebo u osôb s obličkovým a pečevným zlyhaním. Ďalej je poskytnutý základný

pohľad na mechanizmus účinku, indikácie a kontraindikácie. Každá kapitola zahŕňa aj komentár, ktorý zvyčajne zasadzuje danú liekovú skupinu do širších súvislostí, sú tu prípadne prezentované riziká liečby a pod. Táto publikácia je užitočnou pomôckou pre rýchlu orientáciu v prívlovej vlne nových liekov a nových indikácií, a konečne i updatov odporúčaných postupov.

Dávkovanie liekov pre psa a mačku

autori: Ilka U. Emmerich, Wilfried Kraft, Fritz R. Ungemach

rok vydania: 2013



Klasická literatúra v praxi malých zvierat v najnovšom aktualizovanom vydaní! Úspech doterajších vydaní hovorí sám za seba: pre mnohých praktikov sa stala vrecková knižka s najdôležitejšími návrhmi dávkovania spoľahlivým sprievodcom v praxi malých zvierat. Keď budete vyzbrojení hlbokými znalosťami o dávkovaní a účinkoch liekov používaných vo veterinárnej alebo humánnej medicíne, o ich možnostiach použitia a rizikách, zaručene vždy sa vám podarí optimálne zosúladiť medikamentóznou

liečbu s ochorením vášho pacienta. Osvedčená tabuľková abecedná zostava účinných látok registrovaných aj v SR/ČR garantuje prehľadnosť aj pri rýchlej aplikácii!

ODBORNÁ LITERATÚRA

NIELEN NA SKRÁTENIE DLHÝCH JESENNÝCH VEČEROV

Čítanie odbornej literatúry s pracovnou motiváciou je minimálne plnohodnotnou alternatívou čítania beletrie, aj keď ho zároveň z určitého hľadiska možno považovať za ešte náročnejší a kultúrne významnejší typ čítania. Najmä v dnešnej dobe, vyžadujúcej kvalitné a hodnotné odborné informácie. Prinášame vám niekoľko tipov z farmaceutického odboru.

Úspešná lekáreň

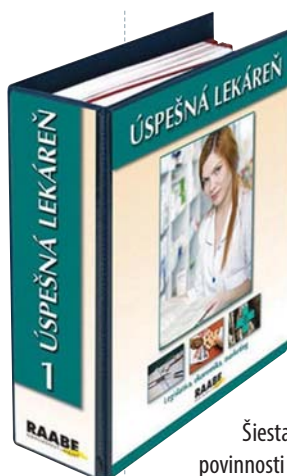
autori: RNDr. Jozef Slaný, CSc., Odbor farmácie MZSR, Bratislava, Mgr. Viera Astalošová, ŠŮKL, KL 4 v Žiline

rok vydania: 2013

Pri tvorbe publikácie akceptoval vydavateľ reálne potreby lekárníkov z praxe. Úlohou publikácie je pomôcť vám v dobe hekticky sa meniacich predpisov a nariadení a ozrejmiť mnoho vecí, ktoré sa každodenne objavujú. Nájdete v nej kompletne znenia legislatívnych predpisov ovplyvňujúcich každodennú činnosť lekárne aj s komentárom, ekonomické poradenstvo, riešenia pracovnoprávných otázok, rady a tipy na odstránenie problémov vo vašej lekární, marketingové poradenstvo pre úspešnú lekáreň a v neposlednom rade aj informácie týkajúce sa vzdelávania. Publikácia je členená do ôsmich kapitol.

Prvou je „**Čitateľský servis**“, v ktorom nájdete upozornenia na každú horúcu novinku, aktuálny legislatívny prehľad, odpovede na otázky, adresár s dôležitými kontaktmi a prehľad vzdelávacích podujatí na najbližšie obdobie.

Druhou kapitolou je „**Lekáreň a legislatíva**“, kde okrem komentárov k najdôležitejším legislatívnym zmenám a právnym predpisom nájdete aj otázky týkajúce sa obchodnoprávnej, občianskoprávnej, pracovnoprávnej a trestnoprávnej problematiky.



Tretia kapitola „**Prevádzka lekárne**“ vás upozorní na povinnú dokumentáciu, povinné vybavenie lekárne, vaše povinnosti ako poskytovateľa lekárenskej starostlivosti a rozbere vybrané problémy z každodennej praxe.

V štvrtej časti „**Pracovnoprávne vzťahy**“ nájdete všetko, čo súvisí s pracovnoprávnou legislatívou, prijímaním a uvoľňovaním zamestnancov, pracovným procesom, komunikáciou so zamestnancami a pod.

Piata kapitola sa venuje téme „**Ekonomika lekárne**“, či už z pohľadu možností jej financovania zo strany zdravotných poisťovní, ako aj z pohľadu riešenia vybraných ekonomických problémov v lekární.

Šiesta kapitola „**Zákazník**“ sa venuje zákazníčkovi, kde rozoberieme povinnosti lekárnika voči zákazníkom, ochranu osobných údajov, povinnosti a práva zákazníka.

Siedma kapitola je venovaná „**Marketingu a komunikácii**“, kde nájdete zaujímavé informácie, či už o vplyve prostredia na úspech lekárne, vernostnom systéme, efektívnej komunikácii s pacientom, alebo možnostiach reklamy.

Záverečná, ôsma, kapitola rozoberá problematiku, ktorá sa týka výlučne vás ako lekárnika (vzdelávanie, etika, e-Health).



ZÁKLADNÉ MATERIÁLNE VYBAVENIE LEKÁRNE

POSVIETĽME SI NA GERMICÍDNE ŽIARIČE

Germicídne žiariče uvádza vyhláška Ministerstva zdravotníctva č. 129/2002 o požiadavkách na správnu lekárenskú prax vo svojej prílohe č. 1 (požiadavky na materiálne vybavenie...) ako základné materiálne vybavenie laboratória na individuálnu prípravu liekov vo verejnej lekární. Nedefinuje však jeho technické parametre, zodpovednému pracovníkovi lekárne tak nezostáva nič iné ako sa riadiť odporúčaniami výrobcov týchto zariadení.

Germicídny žiarič ako zdravotnícka pomôcka triedy IIa je zariadenie produkujúce ultrafialové žiarenie v spektre UVC (100 – 280 nm) s vlnovou dĺžkou 253,7 nm. **Toto žiarenie sa využíva v zdravotníctve na dezinfekciu vzduchu alebo povrchov iných zdravotníckych pomôcok.** Žiarenie tejto vlnovej dĺžky narušá dusíkaté väzby v nukleových kyselinách, čím spôsobuje deštrukciu DNA a smrť patogénnych mikroorganizmov exponovaných dávkami tohto žiarenia. Tento jav objavil v roku 1801 Johann Wilhelm Ritter, člen Bavorskej akadémie vied v Mníchove.

PRE POTREBY LEKÁRENSTVA

môžeme germicídne žiariče rozdeliť na dva typy:

- germicídne žiariče s priamou expozíciou UVC žiarením (otvorený žiarič)
- germicídne žiariče s nepriamou expozíciou UVC žiarením (uzavretý žiarič)



Germicídne žiariče s priamou expozíciou sú pri nesprávnom použití pre ľudský organizmus veľmi nebezpečné. Nežiaducou expozíciou umelým optickým žiarením môže dôjsť k poškodeniu zraku, popáleniu pokožky. Pri pravidelnej expozícii k rakovine kože. Je potrebné, aby boli spínané programovateľnými spínačmi hodinami so súčtovým – prevádzkovým časom. Takto sa pri správnom nastavení predíde nežiaducej expozícii UVC žiarením osôb na pracovisku a možnému poškodeniu zdravia. Bezpodmienečne je nutné dodržiavať pokyny výrobcu na montáž a použitie žiaričov a dodržiavať všetky nariadenia vlády 410/2007z. z. Vypracovanie prevádzkového poriadku pre pracovisko s UVC zdrojmi, školenie personálu, výstražné nálepky a pod.

Germicídne žiariče s nepriamou expozíciou UVC žiarením sú zariadenia používané len na dezinfekciu vzduchu, ktorý je zariadením nasávaný, dezinfikovaný a vyfukovaný konštantnou rýchlosťou typicky 100 m³/h von zo zariadenia. Takéto zariadenia sú vhodné do priestorov s prítomnosťou osôb, keďže nedochádza k expozícii priestoru UVC žiarením. Jedná sa len o dezinfekciu vzduchu, povrch miestnosti a nástroje je potrebné dezinfikovať iným spôsobom, napríklad chemicky. Žiariče je potrebné spínať zabudovanými programovateľnými spínačmi hodinami so súčtovým – prevádzkovým časom.

Najrozšírenejšie typy zdrojov UVC žiarenia – výbojok na našom trhu sú PHILIPS TUV 15 W – 55 W a OSRAM HNS 15 W – 55 W. Garantovaná životnosť zdrojov od týchto výrobcov je typicky 9 000 h. V špičkových germicídnych žiaričoch PROLUX G[®] je to až 18 000 h. Za tento čas by nemala intenzita žiarenia poklesnúť pod 80 % jej pôvodnej hodnoty. Pri dennej hodinovej pre-

vádzke životnosť zdrojov UVC vysoko prekračuje životnosť samotného žiariča. Treba však počítať s tým, že s ich klesajúcou účinnosťou je potrebné predlžovať expozičný čas.

Účinnosť priameho germicídneho žiariča klesá so štvorcovou vzdialenosťou od dezinfikovaného predmetu či prostredia. Citelný pokles intenzity

nastáva zhruba od troch metrov u 30 W zdroj v UVC. Pri žiaričoch s priamou expozíciou je teda potrebné zohľadniť expozičný čas v závislosti od vzdialenosti miesta, ktoré je potrebné dezinfikovať. U žiaričov s nepriamou expozíciou je objem dezinfikovaného vzduchu v žiariči konštantný a rozdielna je len intenzita UVC žiarenia vo vnútri žiariča. Pri priamom žiariči na deaktiváciu 90 % baktérií Clostridium tetani, pôvodcu ochorenia Tetanu, výbojkou o výkone 30 W vo vzdialenosti 1 m od zdroja je potrebná expozícia dve minúty a 24 sekúnd.

Germicídny žiarič vyžaduje pravidelnú údržbu a pravidelnú ročnú revíziu, ktorá preukáže, či je zariadenie bezpečné a funkčné. Jeho účinnosť rapídne klesá pri znečistenom povrchu výbojky. Keďže ide o elektrické zariadenie, je potrebná elektrická revízia bezpečnosti elektrického zariadenia. Prevádzkovanie zdrojov UVC žiarenia je možné len za predpokladu, že boli splnené všetky požiadavky nariadenia vlády 410/2007 z. z.

dodávateľ germicídnych žiaričov

a inej zdravotníckej techniky:

- neurologické prístroje • operačné lampy
- sterilizačné prístroje • EKG prístroje
- ultrazvukové prístroje • operačné stoly
- audiometre • monitory vitálnych funkcií
- rádiodiagnostika • zdravotnícke ležadlá
- vaskulárne laboratórium

ZOLS[®]

Farská 10, 949 01 Nitra • e-mail: zols@zols.sk
tel./fax: 037/656 60 06 • mobil: 0918/67 46 86

www.zols.sk

PILOTNÁ PREVÁDZKA eHealth

KVALITNÁ, BEZPEČNÁ A EFEKTÍVNA ZDRAVOTNÁ STAROSTLIVOSŤ AJ PRE SLOVENSKÝCH PACIENTOV

Na ministerstve zdravotníctva bola 16. júna 2015 konferencia „eHealth – aktuálny stav a najbližšie výzvy“, na ktorej sa zúčastnili zástupcovia nemocníc, lekárov, profesijných a stavovských organizácií, vzdelávacích inštitúcií v rezorte zdravotníctva a ďalší odborníci, ktorých sa zavedenie eHealth na Slovensku týka. Súčasťou konferencie bola pilotná prezentácia služieb a aplikácií eHealth, vyvinutých v rámci projektov spolufinancovaných Európskou úniou z prostriedkov Európskeho fondu regionálneho rozvoja prostredníctvom Operačného programu Informatizácia spoločnosti.

Úvod | Otázky a odpovede | Napíšte nám | Mapa stránok | RSS

Hľadaj

eHealth
elektronické zdravotníctvo

Elektronické zdravotníctvo

Program eHealth

eHealth vo svete

• Základné informácie o elektronickom zdravotníctve (eHealth), jeho poslaní a cieľoch.

• Podrobné informácie o Programe implementácie eHealth na Slovensku.
• Dôležité dokumenty týkajúce sa implementácie eHealth, informácie o projektoch a ich očakávaných výstupoch.

• Dôležité dokumenty a stránky o eHealth v Európe a vo svete.

VŠIMNITE SI...

17.06.2015

Rok 2015 - rok pilotnej prevádzky eHealth

Tlačová správa, 16.6.2015 - Na ministerstve zdravotníctva bola 16. júna 2015 konferencia „eHealth - aktuálny stav a najbližšie výzvy“, na ktorej sa zúčastnili zástupcovia nemocníc, lekárov, profesijných a stavovských organizácií, vzdelávacích inštitúcií v rezorte zdravotníctva a ďalší odborníci, ktorých sa zavedenie eHealth na Slovensku týka. Súčasťou konferencie bola pilotná prezentácia služieb a aplikácií eHealth, vyvinutých v rámci projektov spolufinancovaných Európskou úniou z prostriedkov Európskeho fondu regionálneho rozvoja prostredníctvom Operačného programu Informatizácia spoločnosti.

Rýchla voľba

- Projekt eSO1
- eSZ-RFaRS
- Otázky a odpovede
- Overenie zhody IS PZS a IS ZP

Rok 2015 je rokom pilotného spustenia eHealth, to znamená, že informačné a komunikačné technológie vstúpia razantnejšie do nášho zdravotníctva. „Keď hovoríme o pilotnom spustení eHealth, hovoríme aj o znížení nákladov na administratívne činnosti, odstránení duplicit vo vyšetreniach, o nulovom vykazovaní fiktívnych výkonov, minimalizovaní nesprávnej preskripcie, znížení sekundárnych nákladov na zdravotnú starostlivosť v dôsledku chýbnej diagnostiky“, skonštatoval minister zdravotníctva Viliam Čisliák.

Nemocnice, ambulancie, lekáreň, laboratóriá – tieto prvky zdravotného systému budú oveľa intenzívnejšie pracovať s informačnými zdrojmi, **vzájomne si odovzdávať potrebné údaje** a významný posun pocíťia občania. Hlavné domény eHealth, ktoré sa dostanú do praxe, sú:

■ **Národný portál zdravia** – občania tu nájdu overené informácie o zdraví, chorobách, liekoch, zdravotníctve a pod. Portál bude slúžiť aj ako vstupná brána pre služby elektronického zdravotníctva.

■ **Elektronická zdravotná knižka** – ďalšia základná doména eHealth, do ktorej sa občania prihlásia cez národný portál. V elektronickej zdravotnej knižke si nájdu svoje zdravotné záznamy, môžu si skontrolovať, kto k nim pristupoval, dokonca aj to, kto sa k nim len pokúsil dostať, aj keď neúspešne.

■ **Elektronická preskripcia, dispensácia a medikácia** – umožní postupne nahradiť papierový recept elektronickým, poskytne lekárom a lekárnikom podporu pri predpisovaní či podávaní liekov prostredníctvom dostupnej medikáčnej histórie pacienta, ako aj sprístupnením expertnej databázy, napr. na sledovanie liekových interakcií.



■ **eAlokácie** – táto služba má v cieľovom stave umožniť elektronickou formou alokácie zdrojov medzi jednotlivými poskytovateľmi zdravotnej starostlivosti – či už ide o plánovanie vyšetrení pacienta lekárom, objednávanie laboratórnych vyšetrení a očkovaní, alebo o pripomenutie plánovaných termínov výkonov.

Vďaka nasadzovaným službám eHealth budú môcť **zdravotnícki pracovníci** lepšie naplňať svoje poslanie: poskytovať kvalitnú, bezpečnú a efektívnu zdravotnú starostlivosť pacientom tým, že **budú mať k dispozícii podrobné, dôveryhodné a aktuálne informácie nevyhnutné pre anamnézu, diagnostiku a terapiu**. Lekár bude mať základné informácie o zdraví pacienta (napr. prekonané aj aktuálne ochorenia, výsledky laboratórnych vyšetrení, očkovania, alergie...). Lekár tak ušetrí čas, ktorý by venoval zisťovaniu informácií a **zároveň sa minimalizuje riziko opomenutia niektorých údajov zo strany pacienta**. Takýto postup prispeje k odbúraniu duplicitných vyšetrení, čím sa dostávame aj k ekonomickým benefitom riešenia.

Ak hovoríme o citlivých zdravotných údajoch pacientov, s ktorými bude eHealth pracovať, nemožno opomenúť tému bezpečnosti. Vysoká úroveň bezpečnosti zdravotných záznamov je kľúčovou požiadavkou v budovaní elektronického zdravotníctva. Najdôležitejším opatrením je dôsledné oddele-

nie klinických (napr. stanovená diagnóza) a identifikačných údajov pacienta (napr. meno, adresa...) a ochrana prepojenia medzi nimi individuálnou šifrovou ochranou. Údaje sú takto chránené aj pred samotnými administrátormi systému, ktorí ich nedokážu spojiť. **Po nasadení národného eHealth riešenia dôjde k zvýšeniu bezpečnosti oproti dnešnému stavu**, keď poskytovatelia majú zdravotné záznamy pacientov vo svojich informačných systémoch, často pripojených na internet, pričom ich úroveň zabezpečenia nemusí byť vždy na potrebnej úrovni.

Ministerstvo zdravotníctva SR je dnes v etape tesne pred spustením prvých služieb a aplikácií eHealth do praxe. Podarilo sa vyriešiť žalostný stav projektu, v ktorom zanechala eHealth predchádzajúca vláda. Vďaka okamžite prijatým opatreniam sa práce podarilo reštartovať – v záujme ochrany pacienta, v záujme zlepšenia práce lekárov. Lekári sa totiž pri ochrane zdravia pacientov musia neustále rozhodovať, niekedy je správnosť ich rozhodnutia otázkou života a smrti... Je zrejme, že **ak by existovali o našom zdravotnom stave správne informácie, v správny čas na správnom mieste, naše šance na vyliečenie by boli omnoho vyššie, možnosť omylu lekára menšia a ušetrili by sa aj finančné zdroje** (napr. odstránením duplicitných vyšetrení).

Nástrojom, ktorý vie takúto úlohu optimálne splniť, je eHealth – elektronické zdravotníctvo. ■

 **MEGAFYT**
PHARMA

**TO NAJLEPŠIE
PRE DETI**



detský program



KÚPITE IBA V LEKÁRŇACH

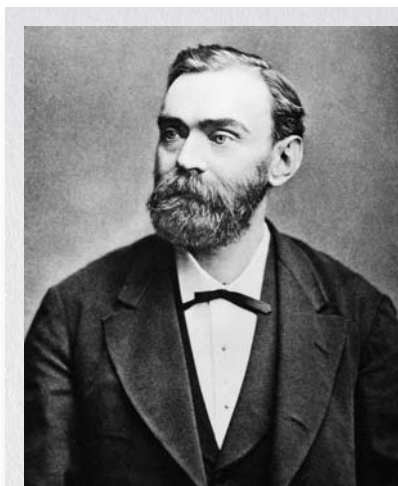
ÚŽASNÁ NOBELOVA CENA

ZA ZÁSADNÝ VEDECKÝ VÝSKUM, TECHNICKÉ OBJAVY A ZA PRÍNOS PRE ĽUDSTVO

Na svete je veľmi málo ľudí, ktorí nepočuli alebo nepoznajú toto pomenovanie a teda ani uznanie udeľované osobnostiam, ktoré sa vpísali do histórie ľudstva nejakým významným dielom pre jeho rozvoj, resp. pokrok, čím ho posunuli dopredu. Takýmto počínom sa stali laureátmi tejto ojedinelej ceny – Nobelovej ceny (ďalej NC).

Cena je pomenovaná po švédskom vedcovi, chemikovi a priemyselníkovi Alfrédovi Bernhardovi Filipovi Nobelovi (21. 10. 1833 – 10. 12. 1896).

Tento vzácný muž, vedec a vynálezca sa narodil do intelektuálnej rodiny v Štokholme. Vzdelanie nadobudol vo viacerých krajinách a aj preto ovládal päť svetových jazykov. Najradšej mal francúzštinu, nakoľko študoval v Paríži chémiu, fyziku, ale bol aktívny a úspešný aj v iných vedeckých disciplínach, čo sa napokon prejavilo aj v oblastiach zaradených do sféry odmeňovania NC. **V roku 1867 vynášiel dynamit.** Po rôznych jeho aplikáciách a ďalších zdokonaľeniach v oblasti techniky výbušnín dal tým podnet k jeho výrobe priemyselným spôsobom. Táto sa bleskovo rozšírila do celého sveta, Slovensko nevynímajúc, keď v Bratislave vznikla jeho pätnásťtovárň: Dynamit-Nobel v roku 1873.



Alfred Bernhard Nobel bol švédsky chemik, inžinier a patril k najvýznamnejším vynálezcom 19. storočia. Svojím závetom založil v súčasnosti najprestížnejšie ocenenie ľudskej činnosti v oblasti fyziky, chémie, literatúry, fyziológie alebo medicíny a mierotvorby Nobelovu cenu.

Bol to veľmi úspešný človek, ktorý svoj život zasvätil vede (**zaregistroval 355 patentov na vynálezy**), čím získal obrovský majetok a azda aj preto zostal slobodným. Jeho neodlučiteľnou družkou však bola prvá ženská nositeľka NC z r. 1905, rakúska kňažna Bertha von Suttner.

Sklamaný tým, že jeho vynálezy a myšlienky sa nevyužívajú na mierové účely, ale najmä vo vojnových konfliktoch, sa vo svojom závete rozhodol, že svoj obrovský finančný majetok vloží do služieb slobodnej vedy. V r. 1895 založil fond, z ktorého získané úroky boli od r. 1901 cez nadáciu venované na komplexné financovanie udeľovania tejto jedinečnej ceny osobnostiam za osobitné zásluhy vo vede, kultúre a politike a od r. 1968 aj v ekonómii.

Doposiaľ bolo udelených 889 NC, z toho 47 ženám. Laureátmi tejto naozaj prestížnej medzinárodnej ceny sa stávajú tí najlepší za **najvýznamnejšie vynálezy a objavy v disciplínach (oblastiach): fyzika** (doposiaľ v počte: 204) a **chémiá** (158) – tieto ceny udeľuje švédská Kráľovská akadémia vied; **literatúra** (111) – Švédská akadémia; **medicína a fyziológia** (211) – Inštitút Karolinska Štokholm, **mier** (130) – najskôr Švédská akadémia, ale po oddelení sa Nórska zo zväzku so Švédskom už Nórsky parlament

v Oslo (od 1905) – všetko od roku 1901. Od roku 1969 pribudla ďalšia disciplína: **ekonómia** (75) – túto udeľuje Švédská národná banka. S ďalšími disciplínami sa už v budúcnosti neráta, čím sú náplň a rozsah NC ukončené.

Nobelova cena predstavuje diplom, odmenu 32 miliónov švédskych korún (cca 1,0 milión US dolárov) a **zlatú medailu** (váha: 200 gramov, 24/18 karát, priemer: 66 mm) od švédskeho autora – sochára a rytca Erika Lindberga. Táto zobrazuje prírodu v podobe egyptskej bohyně Izis, vynárajúcej sa z oblohy s náručou plnou hojnosti, s prísnu tvárou zahalenou závojom. Zvláštnosťou je fakt, že údajne z existenčných dôvodov boli 3 ks NC odpredané. Dve speňažili pozostalí a tretiu si od 86-ročného Američana J. Watsona (NC za medicínu, 1962) kúpil ruský zbohatlík, istý Ališer Usmanov za 4,1 milióna dolárov (2014).

Slávnosť odovzdávania NC sa koná vždy 10. decembra v roku (v deň úmrtia jej zakladateľa) v koncertnej sieni štokholmskej radnice za účasti kráľa a iných významných osobností. Potom v modrej sieni „Bla Hallen“ nasleduje bohatá slávnostná večera s Nobelovým menu, ktorá je od roku 1977 pre kritiku a slová: „chudobní sveta nemajú čo do úst a tu sa takto hoduje...“ od prítomnej laureátky NC Matky Terezy, značne chudobnejšia. Zúčastňuje sa jej približne 1700 hostí s laureátmi NC a všetci sú počas konania slávnosti ubytovávaní pravidelne v neďalekom hoteli Grand v centre mesta.

NC za mier sa odovzdáva v ten istý deň v nórskom Oslo.

Ocenenie NC sa uskutočňuje od r. 1901 a vôbec prvými laureátmi boli: Wilhelm Conrad Röntgen, nemecký vedec (fyzika); Hendricus Jacobus van t'Hoff, holandský vedec (chémiá); Adolf Emil von Behring, Nemec (medicína); René F. Arm. Sully-Prudhomme, francúzsky básnik (literatúra); Jean Henri Dunant, švajčiarsky filantrop a zakladateľ významného Červeného kríža i francúzsky pacifista a politik Frédéric Passy (obaja za mier). Za ekonómiu bola udelená prvá NC v r. 1969 a získali ju Nórske Ragnar A. K. Frisch a Holanďan Jan Tinbergen.



MEDAILA A DIPLOM

Udeľované medaily majú na líci portrét Alfreda Nobela s nápisom udávajúcím roky jeho narodenia a smrti v latinčine: NAT-MDCCC XXXIII OB-MDCCC XCVI. Na rube je motív zodpovedajúci príslušnej cene a nápis: Na „švédskych“ cenách (fyzika, chémia, medicína, literatúra) je nápis *Inventas vitam iuvat excoluisse per artes* (vynálezy zlepšujú život, ktorý je skrášľovaný umením – citát z Vergiliovej Aeneidy), na cene za mier je nápis *Pro pace et fraternitate gentium* (pre mier a bratstvo medzi národmi), na cene za ekonómiu je názov ceny – *Sveriges Riksbank till Alfred Nobels Minne 1968*. Na každej medaile je vyrytý aj meno držiteľa.

Diplom je zvyčajne unikátne grafické dielo, diplomy nemajú jednotnú podobu, iba text uvedený na diplome sa príliš nemení; „švédske“ ceny majú na diplomoch stručné zdôvodnenie, za čo bola cena udelená.

Nezaškodí pripomenúť, že prvou ocenenou ženou vôbec bola 62-ročná Rakúšanka Bertha S. F. von Suttnerová – kňažná Kinská, rodáčka z Prahy (za mier, 1905), najmladšou 17-ročná Pakistanka Malala Yousafzai (za mier, 2014); najstarším oceneným bol 87-ročný Angličan Joseph Rotblat (za mier, 1995) a najmladším 25-ročný Angličan sir Lawrence W. Bragg (fyzika, 1915). Raritou je, že NC v roku 1973 za mier odmietol prevziať vietnamský politik Le Duc Tho.

Z nášho česko-slovenského prostredia boli ocenení: rodák z Bratislavy – vedec, objaviteľ katódového žiarenia a iných efektov Anton E. F. von Lenard z Nemecka (fyzika, 1905); českí rodáci – manželka Gertrúda T. a Ferdinand C. F. Coriovcovi z USA (za medicínu, 1947); Čech Jaroslav Heyrovský (s významným príspevím Slováka Dionýza Ilkoviča (bola použitá jeho významná rovnica pre zrod polarografie a vo vedeckom svete sa pripomína, že mal byť vedený ako spoluautor, žiaľ...) (chémia, 1959); Američan slovenského pôvodu Daniel Carleton Gajdušek z USA (medicína, 1976); český básnik Jaroslav Seifert (literatúra, 1984) a napokon Nemeц českého pôvodu Petr Grünberg (fyzika, 2007).

V kategórii laureátov NC za mier zastávajú významné miesta duchovní predstavitelia. Medzi nich patria títo: švédsky arcibiskup Nathan Söderblom (NC v roku 1930); francúzsky misionár Albert Schweitzer (1952); americký pastor Martin Luther King (1964); albánska misionárka Matka Tereza (1979); prvý anglikánsky arcibiskup čiernej pleti Desmond Mpilo Tutu z JAR (1984); Tibetský/Čínsky XIV. Dalajláma Tändzin Gjamccho (1989); východo-timorský biskup Carlos Filipe Belo (1996) a brazílsky biskup Erwin Kräutler (2010). Okrem nich získalo NC aj zopár kresťanských organizácií.

Udeľovanie Nobelových cien je jedným z najsledovanejších podujatí vo Švédsku, ako aj na celom svete. Banket je hostovaný švédskym kráľom Karlom XVI. Gustavom za spolupráce s Nobelovou nadáciou, ktorý je vzápätí nasledovaný samotným udeľovaním Nobelových cien. Táto udalosť sa každoročne koná v Modrej sále Štokholmskej radnice už od roku 1934.



Je potrebné tiež uviesť, že na počesť A. Nobela, tohto slávneho vedca, vynálezcu a donátora, bol pomenovaný rádioaktívny prvok vyžarujúci častice alfa: nobelium (symbol: Nb), vynájdený chemikmi Nobelovho ústavu vo Švédsku v roku 1957. Som presvedčený, že toto pojednanie Vám, milí naši čitatelia, priblíži dianie okolo udeľovania jednej z najvýznamnejších cien v histórii ľudstva.



Jean Henri Dunant

(* 8. 5. 1828 – † 30. 10. 1910)

bol švajčiarsky spisovateľ, spoluzakladateľ Medzinárodného červeného kríža, iniciátor Ženevskej konvencie a nositeľ Nobelovej ceny za mier z roku 1901.



Wilhelm Conrad Röntgen

(* 27. 3. 1845 – † 10. 2. 1923)

bol nemecký fyzik, ktorý 8. novembra 1895 vytvoril a zaznamenal elektromagnetické vlnenie, ktoré je dnes známe ako „lúče X“ alebo röntgenové žiarenie.



Matka Tereza

(* 26. 8. 1910 – † 5. 9. 1997)

bola rádová sestra albánskeho pôvodu. Peniaze, ktoré získala za vyznamenanie, investovala do nových domov pre umierajúcich, narkomanov a deti.



Daniel Carleton Gajdušek

(* 9. 9. 1923 – † 12. 12. 2008)

bol americký pediater a virológ slovensko-maďarského pôvodu, NC získal za medicínu – objavy týkajúce sa nových mechanizmov vzniku a šírenia infekčných chorôb.

RAKOVINU LIEČIA PROTÓNOVÝM LÚČOM

NOVÁ TERAPIA JE DOSTUPNÁ AJ SLOVENSKÝM PACIENTOM

Poistenci Dôvery budú mať jednoduchší prístup k liečbe v Protónovom centre Praha (PTC). „Ak pacient a jeho choroba budú spĺňať indikačné kritériá, ktoré sú detailne dohodnuté, zjednoduší sa celý administratívny proces a tým aj urýchli nástup pacienta na liečbu,“ povedal šéf poisťovne Martin Kultán. Protónová liečba umožňuje presné zacielenie ožarovania, maximálne zvýšenie dávky a zachovanie zdravého tkaniva v okolí nádoru. Je vhodná pri diagnózach ako nádory hlavy a krku, mozgu a centrálnej nervovej sústavy, nádory v oblasti chrbtice, nádory prostaty, lymfómy či nádory u detí. Pacienti, ktorí absolvovali protónovú liečbu, zaznamenali menej návratov nádoru a pociťovali menej zdravotných komplikácií. Dôvera má dohodnutú zmluvnú spoluprácu s PTC ako jediná zdravotná poisťovňa na Slovensku. Prvá poistenka absolvovala liečbu v centre koncom roka 2013. Odvtedy zdravotná poisťovňa liečbu schválila ďalším 13 poistencom.

Konvenčná liečba rakoviny je veľmi diskutovanou témou z dôvodu nežiaducich účinkov. V súčasnosti majú aj slovenskí onkologickí pacienti možnosť podstúpiť liečenie protónovým žiarením, ktoré je podľa dostupných výsledkov omnoho šetrnejšie ako klasická liečba fotónovým žiarením či chemoterapia.

Napriek pokročilej dobe **účinné lieky proti rakovine**, ktoré by nespôsobovali mnoho negatívnych aspektov, **dotnes neexistujú**. Najúčinnjšími nástrojmi, ktorými lekári liečia nádorové ochorenia, sú **rádioterapia a chemoterapia**. Pri týchto dvoch postupoch je však odnepamäti živá **diskusia o nežiaducich následkoch, ktoré začínajú vypadávaním vlasov a končia vážnym poškodením zdravých tkanív**.

Aj preto mnoho odborníkov z radov onkológov a rádiológov víta relatívne novú liečbu v podobe protónového ožarovania.

LIKVIDUJE IBA NÁDOR, NIE ZDRAVÉ TKANIVO

„V súčasnosti sa jedná o najmodernejšiu liečbu, ktorá postupne nahradí doposiaľ používané metódy ožarovania. **Protónový lúč cielene likviduje iba nádorové bunky a nepoškodzuje zdravé tkanivo,**“ vysvetľuje Vladimír Šulc z ProtonTherapy Center v Prahe na Bulovke.

„Pražské protónové centrum totiž používa metódu skenovania nádoru, tzv. pencil-

beam. Je to ako keby ste pastelkou vyfarbili presne nádor bez poškodenia okolitých zdravých tkanív a orgánov,“ ozrejmuje a dodáva: „**Liečba protónovým žiarením vedie okrem iného k zachovaniu vysokej kvality života počas liečby a po jej ukončení, k zvýšenej možnosti vyliečenia sa onkologicky chorých pacientov a zároveň otvára dvere pre doposiaľ veľmi ťažko liečiteľné nádorové ochorenia,**“ vymenúva výhody tejto liečby Vladimír Šulc.

Nevýhodou je, že pražské protónové centrum **nie je vhodné pre každého onkologického pacienta**. V špecializovanom centre napríklad kvôli veľmi náročnému zameriavaniu nádoru nevedia zatiaľ pomôcť ženám s karcinómom prsníka. Naopak, jedno z najzávažnejších nádorových ochorení, rakovina pankreasu, sa v tomto centre liečiť dá.

DIAGNÓZY, KTORÉ MOŽNO V PROTON-THERAPY CENTER LIEČIŤ:

- pacienti indikovaní k liečbe ožarovaním
- detskí onkologickí pacienti
- nádory pľúc
- nádor na prostate
- nádory hlavy, mozgu a krku
- nádor na pankrease, nádory brušnej dutiny
- rôzne lymfómy
- ďalšie diagnózy po konzultácii s odborníkmi z centra



Veľkou výhodou protónovej liečby je okrem iného aj to, že **na samotné ožarovanie dochádza pacient ambulantne** a podľa doterajších výsledkov pacientov, ktorí liečbu podstúpili, sa táto terapia veľmi dobre znáša. Aj preto je veľmi vhodná pre detských pacientov, ktorí bežnú onkologickú liečbu znášajú mimoriadne náročne. Centrum detských pacientov ožaruje pod anestézou a má pre nich vypracovaný špeciálny detský program.

„Protónová terapia je mimoriadne prínosná pre nádory detského veku, keď zbytočne nepoškodzuje zdravé vyvíjajúce sa orgány alebo mozgové centrum. Excelentné výsledky prináša v liečbe rakoviny prostaty alebo tiež pankreasu. Po protónovej terapii pacienti vysadzujú lieky, nemajú bolesti a sú v dobrej fyzickej kondícii,“ uvádza Šulc.



DOBRA SPRÁVA – SLOVENSKÁ POISŤOVŇA LIEČBU PREPLÁCA

Kedže sa na Slovensku podobné protónové centrum nenachádza, **slovenským pacientom onkologickú liečbu v tomto centre slovenské poisťovne hradia**. Ukladá im to Zákon o zdravotnom poistení. Poistenec však musí splniť niekoľko nevyhnutných náležitostí, aby mohol liečbu podstúpiť.

Vladimír Šulc z ProtonTherapy Center hovorí, že so slovenskými poisťovňami mali doposiaľ iba pozitívne skúsenosti. Pri liečbe pacientov nerobili poisťovne žiadne prietahy a k liečbe sa tak dostali okamžite.



Poisťovňa Dôvera schvaľuje liečbu v protónovom centre v Prahe poistencom, ktorí spĺňajú zákonom stanovené kritériá na schválenie takejto liečby. Liečbu musí navrhnúť vrcholové pracovisko pre daný odbor na Slovensku, pričom to, či je táto liečba pre pacienta vhodná, musí potvrdiť protónové centrum. Žiadosť o udelenie súhlasu podáva poistenec na tlačíve poisťovne. **V prvom rade musí liečbu v tomto centre odporučiť lekár a klient musí byť spôsobilý na liečbu.** Vzhľadom na to, že ide o vysoko špecializované pracovisko, posúdenie spôsobilosti na liečbu je vždy individuálne.

ČO HOVORÍ O LIEČBE V ZAHRANIČÍ ZÁKON O ZDRAVOTNOM POISTENÍ?

Liečba v ProtonTherapy Center je podľa § 9b ods. 10 zákona 580/2004 Z. z. o zdravotnom poistení a o zmene a doplnení zákona č. 95/2002 Z. z. o poisťovníctve v znení neskorších predpisov (ďalej len „zákon č. 580/2004 Z. z.“) možná, ak:

- ochorenie nie je možné liečiť v SR v primeranej lehote pri zohľadnení súčasného zdravotného stavu poistenca a možného vývoja jeho ochorenia
- požadovaná liečba sa v SR nevykonáva
- boli vyčerpané všetky možnosti liečby v SR a od liečby v inom členskom štáte sa očakáva podstatné zlepšenie zdravotného stavu poistenca alebo zabránenie zhoršenia zdravotného stavu poistenca
- poistenec s bydliskom v inom členskom štáte chce pokračovať v liečbe, ktorá sa začala v SR, v mieste bydliska
- ochorenie vyžaduje použitie vysoko špecializovanej a nákladnej zdravotníckej infraštruktúry alebo medicínskeho vybavenia, ktoré nie sú dostupné v SR

Žiadosť o udelenie súhlasu (podľa § 9f zákona č. 580/2004 Z. z.) podáva poistenec na tlačíve poisťovne.




Žiadosť musí obsahovať rozsah a odôvodnenie potreby plánovanej zdravotnej starostlivosti poskytovateľom zdravotnej starostlivosti v SR, potvrdenie zdravotnej indikácie a odôvodnenie potreby poskytnutia navrhovanej liečby v cudzine klinickým pracoviskom príslušného špecializačného odboru, v prípade liečby protónom: odbor radiačná onkológia.

Žiadosť ďalej obsahuje: výpočet predpokladaných nákladov plánovanej zdravotnej starostlivosti v cudzine vypracovaný poskytovateľom zdravotnej starostlivosti v cudzine (podľa tabuliek poisťovne), kde sa má zdravotná starostlivosť poskytnúť, a potvrdenie o možnom prijatí poistenca u poskytovateľa zdravotnej starostlivosti v cudzine po kladnom rozhodnutí zdravotnej poisťovne.



Veľký ochranca pre malých bojovníkov

Sirup s vysokým obsahom slizovitých látok **lišajníka islandského** obalí sliznicu, čím ju chráni a tlmí dráždenie na kašeľ.

-  okamžitá ochrana na prírodnom základe
-  ukludňuje podráždenú sliznicu
-  aj v kombinácii s liekom proti kašľu

Už
od dvoch
rokov



Zdravotnícka pomôcka.





autori príspevku: prof. MUDr. Karol Kráľinský, PhD.,
MUDr. Branko Takáč

LIŠAJNÍK ISLANDSKÝ

(ICELAND MOOS) A JEHO VYUŽITIE V PEDIATRICKEJ PRAXI

EMA (European Medicines Agency) v Londýne, ktorá sa zaoberá rastlinnými liečivými produktami, uviedla vo svojej ostatnej monografii rastliny, ktoré sa používajú ako zdroj liečivých extraktov pre liečbu rôznych ochorení a symptómov v humánnej medicíne. Zaradený je sem aj lišajník islandský pre nasledovné indikácie: iritácia (podráždenie) sliznice v ústach a v hrdle a s tým spojený suchý dráždivý kašeľ a strata apetítu (chuti do jedla).

Jeden z najrozšírenejších druhov alternatívnej medicíny je **fytoterapia**. Za kolísku fytotherapie je považovaná Čína a jej základy siahajú takmer 4 000 rokov pred náš letopočet. Medzi najčastejšie indikácie fytotherapie pacientov všetkých vekových skupín patria **kašeľ a prechladnutie, ochorenia gastrointestinálneho traktu vrátane obštipácie, porucha príjmu potravy (strata apetítu), poruchy spánku, bolesť a zápal, ochorenia močového ústrojenstva, gynekologické problémy** a mnoho iných. Na ich liečbu je odporúčaných niekoľko desiatok rastlín resp. výťažkov z ich koreňa, listov či kvetov a plodov.

Kempe a kol. skúmal pozitívny vplyv prípravku s výťažkom z lišajníka islandského na sliznicu úst a hltana po operácii nosového septa u 61 pacientov. Títo pacienti trpia hlavne suchosťou slizníc ústnej dutiny a hltana a jej zápalom v pooperačnom období, pretože po chirurgickej intervencii môžu dýchať len ústami. **Pozitívny účinok bol dosiahnutý u všetkých operovaných**, dostatočná bola denná dávka 480 mg (10 pastiliek lišajníka islandského), neboli pozorované žiadne nežiaduce účinky v súvislosti s aplikáciou lieku. (2)

Vorberg liečil extraktom z lišajníka islandského 100 pacientov vo veku od 7 do 85 rokov vo forme pastiliek s diagnózami: faryngitída, laryngitída a akútne, resp. chronické ochorenie priedušiek. Zaznamenal **86% úspešnosť bez výskytu nežiaducich účinkov liečby**. (3)

Najväčšiu multicentrickú štúdiu vykonali Hecker a Volp, sledovali toleranciu, klinický efekt a výskyt nežiaducich účinkov dvoch prípravkov vo forme pastiliek s obsahom lišajníka islandského u viac ako 3000 detských pacientov s ochorením horných dýchacích ciest – suchý kašeľ, faryngitída, laryngitída, akútna bronchitída. Štúdiu vykonali v spolupráci s 300 pediatrami prvého kontaktu. Do štúdie bolo zaradených 3 143 detí vo veku od 4 do 12 rokov.



Z lišajníka sa používa rozomletá rastlinná substancia, soft extrakt a tinktúra, z ktorých sa pripravuje čaj, resp. tekuté (sirup) a pevné (tablety, pastilky) produkty k orálnemu alebo oromukozálnemu použitiu. Indikácie sú nasledovné:

- **iritácia (podráždenie) sliznice v ústach a v hrdle** a s tým spojený suchý dráždivý kašeľ
- **strata apetítu** (chuti do jedla)

Pastilky obsahovali 80, resp. 100 mg extraktu z lišajníka, dĺžka liečby bola 1-2 týždne, denná dávka bola 4 – 6 pastiliek denne. Podľa hodnotenia rodičov (dotazník) u 38,7 % detí symptómy ochorenia vymizli, u ďalších 55,4 % detí bolo zaznamenané výrazné zlepšenie, zhoršenie bolo len u 0,8 % hodnotených pacientov. Nežiaduce účinky liečby vo vzťahu k pastilkám boli zaznamenané u 6 detí (0,19 %) – svrbenie kože (2), nauzea (2), bolesť bruška (1) a pálenie záhy (1). **Pastilky boli veľmi dobre tolerované a deti ich aj radi užívali**. (4)

Okrem vyššie uvedených štúdií a indikácií boli tiež publikované práce, ktoré klinicky alebo v experimente dokázali aj iné účinky zlúčenín, ktoré obsahuje lišajník islandský:

- **antioxidačné, antimikrobiálne, genotoxické a protinádorové účinky** (5, 6)
- **hepatoprotektívne a imunostimulačné účinky** (7)
- **imunomodulačné účinky** (8, 9, 10)
- **antiproliferatívne, cytotoxické účinky** (11) a iné

Ich využitie v klinickej praxi však vyžaduje ďalší výskum, jednoznačne potvrdzujúci tieto účinky a ich benefit využitia v humánnej medicíne.

Záverom je dôležité zdôrazniť, že prípravky z lišajníka islandského sa v Nemecku klinicky používajú takmer 150 rokov. Dlhoročné skúsenosti potvrdili ich výbornú toleranciu a bezpečnosť, doteraz neboli dokázané žiadne interakcie s inými liekmi.

Literatúra:

1. Community herbal monograph on Cetraria islandica (L) Acharius s.l., thallus. 6 May 2014, EMA/HMPC/678891/2013.
2. Kempe C., Grüning H., Stasche N., Hörmann K.: Icelandic-mosslozenges in the prevention or treatment of oral mucosairritation and driedoutthroatmucosa. Laryngorhinotologie. 1997 Mar; 76(3):186-8.
3. Vorberg G.: Flechtenwirkstoffellindern Reizzustande der Atemwege. Nebenentzündungshemmenden Eigenschaften wirkt sich der Schleimhautschutz besonders günstig aus. Arztl Prax 1981, 33, 3086.
4. Hecker M., Volp A.: Tolerability of Icelandic Moss Lozenges in Upper Respiratory Tract Diseases – Multicentric Drug Monitoring Study with 3 143 Children. Forsch Komplementarmed Klass Naturheilkd, 2004, 11, 76-82.
5. Grujičić D., Stošić I., Kosanić M., Stanjoković T., Ranković B., Milošević-Djordjević O.: Evaluation of in vitro antioxidant, antimicrobial, genotoxic and anticanceractivities of lichen Cetraria islandica. Cytotechnology. 2014 Oct; 66(5):803-13.
6. Kosanić M., Ranković B.: Lichens as possible sources of antioxidants. Pak J PharmSci. 2011 Apr; 24(2):165-70.
7. Cernescu I.T., Tarțau L., Macavei A., Lupușoru C.E.: Effects of a Cetrariaislandicaextract in monotherapy and in association withmagnesium in anexperimental-inducedhepatopathy model. Rev Med ChirSoc Med Natlasi. 2011 Oct-Dec; 115(4):1195-9.
8. Freysdóttir J., Omarsdóttir S., Ingólfsdóttir K., Víkingsson A., Ólafsdóttir E.S.: In vitro and in vivoimmunomodulating effects of traditionally prepared extract and purified compounds from Cetrariaislandica. Intlmmunopharmacol. 2008 Mar; 8(3):423-30.
9. Pengsuparp T., Cai L., Constant H., Fong H.H., Lin L.Z., Kinghorn A.D., Pezzuto J.M., Cordell G.A., Ingólfsdóttir K., Wagner H., et al.: Mechanistic evaluation of new plant-derived compoundsthat inhibit HIV-1 reverse transcriptase. J NatProd. 1995 Jul; 58(7):1024-31.
10. Ingólfsdóttir K., Jurcic K., Wagner H.: Immunomodulating-polysaccharides from aqueous extracts of Cetraria islandica (Iceland-moss). Phytomedicine. 1998 Oct; 5(5):333-9.
11. Ogmundsdóttir H.M., Zoëga G.M., Gissurarson S.R., Ingólfsdóttir K.: Anti-proliferative effects of lichen-derived inhibitors of 5-lipoxygenase on malignant cell-lines and mitogen-stimulated lymphocytes. J PharmPharmacol. 1998 Jan; 50(1):107-15.

autori príspevku: MUDr. Andrej Morvay,
MUDr. Adriana Morvayová



DIABETES MELLITUS

V DETSKOM VEKU

Diabetes mellitus, cukrovka, je ochorenie rozmanitého pôvodu, pre ktoré je príznačné dlhodobé zvýšenie glukózy v krvi (hyperglykémia). U detí sa v prevažnej väčšine vyskytuje Diabetes mellitus 1. typu, ktorý je spôsobený poruchou vylučovania inzulínu. Inzulín je hormón, ktorý tvoria tzv. β -bunky v podžalúdkovej žľaze (pankreas) a tá ho následne vylučuje podľa potreby tak, aby sa udržala normálna hodnota cukru v krvi (glykémia), to je od 5,5 mmol/l do 7,8 mmol/l.

Cukrovka 1. typu (diabetes mellitus 1. typu) je podmienená imunologicky. Je to autoimunitná choroba, ktorej príčinou je to, že imunitný systém organizmu vytvára protilátky proti vlastným β -bunkám pankreasu (podžalúdková žľaza, ktorá produkuje hormón inzulín) a pomalšie alebo rýchlejšie ich ničí. K cukrovke dochádza vtedy, keď podžalúdková žľaza produkuje málo alebo nijaký inzulín, resp. vtedy, keď pankreas síce inzulín vytvára, ale tkanivové bunky tela naň nesprávne reagujú. Inzulín pomáha svalom, pečeni a tukovému tkanivu vo využití cukru z krvi.

Aj pečeň potrebuje inzulín, aby sa začal proces uchovávanie glukózy vo forme zásoby (glykogénu). Nedostatočne kontrované hladiny cukru v krvi vedú k dlhodobým komplikáciám ako slepota, zlyhanie obličiek, amputácia končatín, srdcovo-cievne ochorenia a podobne. O cukrovke hovoríme vtedy, ak je hodnota cukru v krvi nalačno viac ako 7,00 mmol/l a dve hodiny po jedle viac ako 11,1 mmol/l. Pri hodnote viac ako 10 mmol/l sa glukóza začína vylučovať močom.

PRÍČINY VZNIKU CUKROVKY U DETÍ

Spúšťačom ochorenia je pravdepodobne nejaké vírusové ochorenie. Je možné, že vírusy, ktoré vyvolávajú



Odberové pero je určené pre diabetikov na bezbolestný odber kapilárnej krvi pri meraní glykémie s možnosťou individuálneho nastavenia hĺbky vpichu.

bežnú virózu, by mohli spustiť v organizme deštruktívny proces. Detskí diabetológovia si však myslia, že v budúcnosti sa podarí objaviť špecifický, doteraz nepoznaný, vírus, o ktorom sa zistí, že priamo poškodzuje bunky pankreasu.

V posledných rokoch sú aj na Slovensku pomerne rozšírené antivakcinačné kampane a aktivity. Mohlo by byť aj očkovanie spúšťačom tohto ochorenia?

Bežne sa stretávame s touto otázkou zo strany rodičov. Faktom je, že žiadne vedecky podložené vysvetlenia ani dôkazy, ktoré by podložili tieto súvislosti, neexistujú. Len pre zaujímavosť – v našej ambulancii liečime aj deti s cukrovkou, ktoré nikdy neboli očkované.

Ak je u dieťaťa diagnostikovaná cukrovka a bolo očkované hoci aj v krátkej dobe pred objavením sa ochorenia, je to len náhoda, a cukrovke by sa dieťa nevyhlo ani v prípade nezačiatku očkovania.

PRÍZNAKY CUKROVKY U DETÍ

Pri vyšších hodnotách cukru v krvi sa vylučuje veľké množstvo glukózy do moču; glukóza na seba viaže vodu a dieťa je nútené často a veľa močiť, charakteristické je aj časté močenie



počas noci. Telo sa bráni strate tekutín ich zvýšeným príjmom, takže **dieťa má nadmerný pocit smädu a sucha v ústach, môže sa objaviť acetónový zápach z úst**. Zaznamenávame tiež nadmernú únavu, **pokles hmotnosti pri normálnom stravovaní, zápaly v oblasti genitálií** (zápaly močových ciest, predkožky u chlapcov, kvasinkové infekcie pošvy u dievčat).

Ak rodič spozoruje niektorý z týchto príznakov u dieťaťa, je potrebné navštíviť obvodného pediatra. V priebehu niekoľkých minút obvodný pediater z vyšetrenia vzorky moču zistí, či môže ísť o uvedené ochorenie. V takom prípade je u dieťaťa potrebná hospitalizácia za účelom ďalších vyšetrení a nastavenia na inzulínovú liečbu. Následne je dieťa pravidelne sledované v detskej endokrinologickej ambulancii.

JE PRE VZNIK CUKROVKY V DETSKOM VEKU KRITICKÉ NIEKTORE VEKOVÉ OBDOBIE?

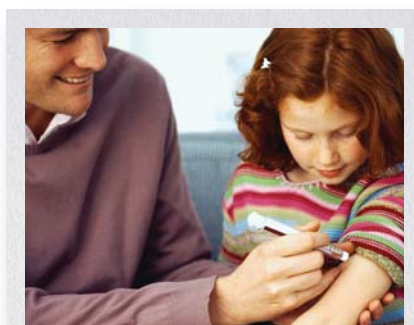
Vo svete sa hovorí doslova o epidémii diabetu, hoci ide najmä o cukrovku 2. typu, ktorej výskyt do veľkej miery súvisí so spôsobom života. Aj počet pacientov s cukrovkou 1. typu však pomerne dramaticky stúpa. Pred 30 rokmi bol výskyt detskej cukrovky 2,8 na 100 tisíc obyvateľov. **Dnes ochorie 17 mladých ľudí na 100 tisíc obyvateľov**. A hoci dlhé roky platilo, že kritický vek pre vznik tohto druhu cukrovky je 12 až 14 rokov, tento rok tvoria asi polovicu z novoodhalených prípadov deti do 7 rokov.

Každoročne sa na celom svete u viac ako 65 tisíc detí vo veku do 15 rokov rozvinie cukrovka 1. typu. Nárast tohto druhu diabetu sa každoročne zvyšuje o 5 % u predškolských detí a o 3 % u školákov a mladistvých. **Predpokladaná dĺžka života detí s diabetom sa znižuje až o 15 rokov**.

LIEČBA CUKROVKY U DETÍ

Liečba cukrovky 1. typu je hneď od začiatku závislá od prísunu inzulínu zvonka, čo znamená, že **od začiatku diagnostikovania ochorenia je potrebné dieťa liečiť podávaním inzulínu** – čo je zatiaľ možné len pichaním podkožne. Inzulín sa bežne podáva podkožne injekčnou striekačkou alebo inzulínovým perom. Neskôr, ale len v prísne indikovaných prípadoch, je možnosť podávania inzulínu aj pomocou inzulínovej pumpy.

Podávanie inzulínu pomocou inzulínovej pumpy treba zväziť u tých pacientov, u ktorých podávanie inzulínu obvyklým spôsobom nevedie k žiaducej kompenzácii cukru.



Od začiatku diagnostikovania ochorenia je potrebné dieťa liečiť podávaním inzulínu – čo je zatiaľ možné len pichaním podkožne.

pripojený 24 hodín denne, pričom špeciálnu umelohmotnú klipsu môže mať zavedenú pod kožu do stehna, brucha, zadku či ruky. Odpojiť sa z nej môže na rôzne dlhý čas, napr. keď sa ide kúpať. Výhodou najnovších púmp je aj možnosť merania hladiny cukru v krvi – použitím senzora, ktorý uskutoční kontinuálne meranie hladín cukru.

Adept na zavedenie inzulínovej pumpy musí spĺňať isté kritériá. Nastavovanie na pumpu je u nás možné jedine v rámci týždňovej hospitalizácie. Lekár môže pacientovi pumpu aj odňať, ak zistí, že nedodržiava režim liečby.

VÝHODY INZULÍNOVEJ PUMPY

Hoci ide o niekoľkonásobne drahšiu liečbu v porovnaní s injekciami inzulínu, inzulínová pumpa prináša najmä u detských pacientov obrovské výhody. **Deti s diabetom majú totiž obzvlášť sklon k vzniku nízkej hladiny cukru v krvi – hypoglykémii**. Ak diabetik zje málo jedla, alebo je neskoro, prípadne je fyzicky aktívny, klesá mu hladina cukru v krvi. Môže sa tak stať v akomkoľvek čase a obzvlášť nebezpečné je to u detí v noci. Práve v tomto nočnom čase, keď je oveľa ťažšie sledovať hladinu cukru v ich krvi, nastáva polovica všetkých výskytov ťažkých hypoglykémii u detí (vyžadujúcich návštevu pohotovosti alebo nemocnice). **Pri liečbe inzulínovou pumpou sa výskyt tohto nebezpečného stavu zníži až o 85 %**.

Detská cukrovka je totiž labilnejšia, čo sa týka kolísania hladín cukru v krvi. V organizme proti účinku hormónu inzulínu totiž pôsobí aj rastový hormón, ktorý sa vylučuje nepravidelne. Dospelí s cukrovkou preto už majú stabilnejšie hladiny cukru v krvi.

Inzulínová pumpa akoby napodobňovala zdravý pankreas, nepretržite vylučuje do organizmu malé dávky hormónu a pred jedlom umožňuje pacientovi pomocou tlačidiel pridať ešte dávku navyše. S inzulínovou pumpou prispôsobuje pacient liečbu svojmu životnému štýlu.



Ak sa rozhodujete ísť cestou liečby pomocou **inzulínovej pumpy**, je potrebné si uvedomiť, že je to technický prostriedok a aj pri jeho používaní je dôležité dodržiavať režim, stravovanie a dopriať si pohybovú aktivitu. Aj pri liečbe diabetu inzulínovou pumpou majú deti vysoké glykémie a dostávajú sa do hypoglykémii.

ZMRAZUJÚCI SPREJ NA BRADAVICE

Zmrazí
až k jadru

wortie



- Mimoriadne účinné zmrazenie
- Revolučne jednoduché použitie
- Nepoškodzuje okolitú pokožku
- Vhodný pre deti vo veku od 4 rokov

nailner® – zbavte sa nechtovej mykózy



- Úplne preniká do nechtu
- Ošetruje nechtovú mykózu a chráni pred napadnutím nechtovou mykózou
- Klinicky testované



ALFAMEDICALTEAM

Your pharmacy partner

Vyžiadajte si návštevu reprezentanta

Tel.: 0917 871 068 e-mail: info@alfamedicalteam.com



PILULKA DOBREJ NÁLADY

EXISTUJE PRÍPRAVOK PROTI STRESU, ÚZKOSTI A STRACHU?

Minulý rok sa v slovenských lekárňach začal predávať výživový doplnok pod názvom Allegra COMFORT, ktorý je tiež známy ako „pilulka dobrej nálady“. Ako Allegra COMFORT funguje a či má zmysel ju pre zlepšenie nálady užívať, sme sa spýtali pána prof. MUDr. RNDr. Vilíma Šimánka, DrSc. z Oddelenia klinickej chémie a biochémie Fakultnej nemocnice v Olomouci, ktorý sa podieľal na jej vývoji a testovaní.



Český vedec, biochemik a lekár z Ústavu lekárskej chémie a biochémie Lekárskej fakulty Univerzity Palackého v Olomouci **prof. MUDr. RNDr. Vilím Šimánek, DrSc.**

- *Allegra obsahuje esenciálnu aminokyselinu L-Tryptofan. Ako tento súvisí s „hormónom šťastia“ – serotonínom a ako ovplyvňuje našu náladu?*

L-Tryptofan (Trp) je esenciálna aminokyselina, ktorú si náš organizmus nedokáže sám vytvoriť, získava ju výhradne stravou. V tele je tryptofan obsiahnutý v telesných bielkovinách a je východiskovou zlúčeninou pre endogénnu syntézu serotonínu (látky prenášajúcej nervový vzruch v mozgu), melatonínu¹ a niacínu³ (vitamínu B3). Serotonín je dôležitý pre rad dejov prebiehajúcich v mozgových tkanivách a jeho nedostatok sa prejavuje zlou náladou, zhoršenými poznávacími schopnosťami a ľahkými poruchami spánku. V bežnom živote ľudia často označujú tieto stavy ako depresiu, **depresia je však ochorenie, ktoré sa lieči antidepresívami a vážne**

je ním ohrozených 10 až 25 % ženskej a 5 až 12 % mužskej populácie.

- *Spomínali ste, že L-Tryptofan prijímame zo stravy. Aké sú teda jeho prirodzené potravinové zdroje? Môžeme trpieť jeho nedostatkom aj pri racionálnej výžive?*

Duševným stavom, ktoré súvisia s nízkou hladinou serotonínu v mozgu, možno predchádzať zvýšenou ponukou L-tryptofanu **v dennej diéte**. Tryptofan sa nachádza v množstve potravín, najmä v červenom mäse, mliečnych výrobkoch (hlavne v syrovátke), vajciach, orechoch atď. Stravou získaný tryptofan, aj keď sa v krvi nachádza v dostatočnom množstve, nemusí byť však dostupný pre mozgové tkanivá. To spôsobuje najmä ovplyvnenie jeho absorpcie cez hemoencefalickú bariéru inými aminokyselinami, ďalej jeho potrebou pre syntézu bielkovín, ale tiež nadmerné užívanie alkoholických nápojov. V pečení etanol urýchľuje premenu tryptofanu na L-kynurenín a ďalšie metabolity. Biodostupnosť L-tryptofanu pre mozgové tkanivá je ovplyvňovaná hlavne aminokyselinami fenylalanínom, tyrosínom, leucínom, izoleucínom a valínom. Pomer medzi tryptofanom a týmito aminokyselinami je možné zmeniť dvoma spôsobmi. Jedným je zvýšenie hladiny tryptofanu v krvi výživovým doplnkom obsahujúcim tryptofan, druhou možnosťou je kombinovať výživový doplnok s vhodne zvolenou diétou. Vhodnou diétou pre zvýšenie biodostupnosti tryptofanu pre mozog sú potraviny s vysokým obsahom škrobu alebo mliečného albumínu. Cukry zvyšujú hladinu inzulínu, ktorý aktivuje využitie veľkých, neutrálnych aminokyselín hlavne pre syntézu svalových bielkovín a tým sa zvýši pomer tryptofanu v prospech jeho transportu cez hemoencefalickú bariéru. Rovnako mliečny albumín je vhodným zdrojom tryptofanu v pomere ku konkurujúcim aminokyselinám.

- *Komu teda odporúčate siahnúť po výživovom doplnku s obsahom L-Tryptofanu?*

Obohatenie dennej diéty prípravkom obsahujúcim tryptofan, ako je nami testovaná Allegra COMFORT, je vhodné najmä pre populáciu ľudí citlivých na faktory vyvolávajúce stres a citovo nestálych jedincov. Allegra COMFORT je vhodná najmä pre ľudí trpiacich dlhodobým stresom, jesennými výkyvmi nálady (tzv. jesenná depresia), nutkaním prejsť sa, pri odvykaní si od fajčenia a iných závislostí a pri úzkostiach či strachu.



Allegra COMFORT je nenávykový prírodný prípravok, ktorý bol posúdený ako bezpečný Štátnym úradom pre kontrolu liekov v Prahe a testovaný na klinických pracoviskách v Českej republike. Obsahuje 30 tabliet s 200 mg čistého tryptofanu farmaceutickej kvality a s vysokým obsahom vitamínu B6, ktorý taktiež priaznivo vplyva na centrálny nervový systém človeka a výrazne prispieva k vyššej dostupnosti tryptofanu pre mozog.

Kvalitné dražované tablety vo forme populárnych lentiliiek sa ľahko prehltajú. Ich obalová vrstva obsahuje menšie množstvo cukru pre rýchly prechod tryptofanu do mozgovej bunky. Ide o český výrobok, nie o dovoz mimo EÚ, vyrábaný v kvalite GMP, teda vo výrobných priestoroch, na výrobných linkách a za kontrolných mechanizmov, ktoré sú nutné pre výrobu liekov.

Denne sa užíva jedna tableta s 200 mg tryptofanu, najlepšie večer, pred spaním a nalačno. Odporúča sa zapíť trochou ovocného džúsu alebo pohárom teplého mlieka osladeného medom, čím sa dostupnosť tryptofanu ešte umocní. Prípravok sa užíva dlhodobo, minimálne jeden mesiac, ideálne aspoň tri mesiace. Prvé pozitívne účinky možno očakávať po desiatich dňoch, v niektorých prípadoch až po mesiaci užívania.

XV. KONGRES KVL SR

TRADÍCIA NA VYSOKEJ ODBORNEJ I SPOLOČENSKEJ ÚROVNI

Už tradične posledný májový víkend 29. až 31. mája 2015 patril Kongresu Komory veterinárnych lekárov, ktorý sa opäť konal v hoteli Grand Jasná v Demänovskej Doline. Medzi pozvanými účastníkmi kongresu boli veterinári lekári Komory veterinárnych lekárov SR, predstavitelia Komory veterinárnych lekárov Českej republiky, zástupcovia Štátnej veterinárnej a potravinovej správy SR, Univerzity veterinárskeho lekárstva v Košiciach, Ministerstva pôdohospodárstva SR a ďalší významní hostia zo Slovenska i zahraničia.

Na kongrese sa zúčastnili aj výrobcovia a distribútori veterinárneho sortimentu, medzi ktorými nechýbala ani spoločnosť MED-ART. Tento rok pripravila pre účastníkov kongresu zaujímavú akciu: všetky objednávky zrealizované účastníkmi kongresu u zúčastnených dodávateľov v akejkoľvek hodnote cez spoločnosť MED-ART boli zaradené do zlosovania o krásny biely retro-bicykel. Bicykel mal svoje čestné miesto vo foyer hotelu Grand celú sobotu.

ODBORNÝ PROGRAM

XV. Kongresu KVL SR prebiehal v týchto sekciách:

- **spoločenské zvieratá** – prednášajúcim v tejto sekcii bol MVDr. Jan Beránek MRCVS z Českej republiky
- **hospodárske zvieratá** – prednášajúci doc. MVDr. Dušan Rajský PhD. a prof. Dr. Kerstin E. Müller z Nemecka
- **sekcia kone** – prednášajúci MVDr. Zdeněk Žert CSc. dipl. ECVS a MVDr. Kristína Žuffová PhD.
- **exotické zvieratá** – prednášajúci MVDr. Ladislav Molnár PhD.
- **sekcia rýb a voľne žijúcich zvierat** – prednášajúci MVDr. Juraj Příhoda CSc. a doc. MVDr. Peter Lazar PhD.

Z prednášok sa nedá nespomenúť: Propedeutika laparotomie: stavba steny brušnej dutiny, prístup do dutiny brušnej, sutura brušnej dutiny, pooperačné hernie, príprava pacienta a chirurga pred vlastným zákrokom, špecifická anestézie pre chirurgiu brušnej dutiny, antibiôza, rúškovanie. Ďalšími zaujímavými prednáškami boli Chirurgia GIT, Chirurgia pohlavného aparátu, Chirurgia dolných ciest močových, Onkologická chirurgia brušnej steny a perianálnej oblasti.



Stretnutie v Jasnej je jedinečnou príležitosťou nielen na rozšírenie si odborných vedomostí, ale aj na utuženie obchodných partnerstiev.

Odborný program doplnili aj tieto témy: Vybrané infekčné aj neinfekčné ochorenia voľne žijúcich zvierat, Osteochondróza u koní, Intraartikulárne zlomeniny u koní, Ochroma žriebät, Odchyt a manipulácia s neštandardným pacientom (primáti, šelmy, antilopy a prežúvavce vo výbehoch), Terapia a prístup k neštandardnému pacientovi v ambulantnej praxi – veľké druhy papagájov, plazy, dravce a Vyšetrenie zveri po ulovení – prvoradý predpoklad zdravotne nezávadnej zveriny.

MED-ART OPĽ ODMEŇOVAL

Po skončení odborného programu sa účastníci kongresu v sobotu zúčastnili slávnostnej recepcie v reštaurácii Happy Endu, ktorá sa nachádza v bezprostrednej blízkosti hotelu Grand. Po náročnom





dni, ktorý strávili na odbornom programe si to určite zaslúžili. Pri dobrom jedle a pohári vína každému dobre padlo porozprávať sa s kolegami a tak počkať na vystúpenie hudobnej skupiny Peter Bič Projekt. A taktiež nastala tá správna chvíľa na vylosovanie nového majiteľa retro-bicykla... šťastie sa usmialo na MVDr. Patrika Lička, ktorému srdečne blahozeláme.

Peknou tradíciou kongresu sa stala benefičná výstava fotografií, ktorá bola ukončená v sobotu večer dražbou. Táto charitatívna akcia podporila tých, ktorí to naozaj potrebujú.

BENEFIČNÁ VÝSTAVA FOTOGRAFÍÍ

V rámci XV. Kongresu KVL SR v Jasnej sa konal už III. ročník benefičnej výstavy fotografií veterinárnych lekárov a verejnej zbierky na charitatívne účely venovanej veterinárnym kolegom v ťažkej životnej situácii.



Počas kongresu bol tiež zaujímavý sprievodný program pre dospelých aj pre deti. Pre dospelých boli lákadlom napríklad beh do kopca, prezentácia automobilov firmy MOTOR CAR, už tradičná jazda na koči v malebnom prostredí Nízkyh Tatier či AGILITY show. Deti mali pri príležitosti MDD pripravené AKTIVITY show – rôzne hry a súťaže pre veľkých a malých s malým darčekom pre každého odvážlivca, obľúbenú AGILITY show – ukážky práce so psíkmi. Pre všetky deti, ktoré sa rady smejú a zabávajú, bola ako stvorená KLAUNIÁDA. Úspechu sa tešilo aj MINIDISCO, BALÓNOVÁ SHOW či FACEPATING, ktorého výsledkom boli zmenené tváre malých ratoleští na nepoznanie. V nedeľu po skončení prednášok sa všetci účastníci nabití novými vedomosťami a skúsenosťami rozišli do svojich domovov, aby novozískané teoretické vedomosti preniesli do svojej praxe.

ŽIADANKA NA LABORATÓRNE VYŠETRENIE

Bezplatný zvoz veterinárnych vzoriek

Spoločnosť VETSERVIS ponúka svojim klientom možnosť doručovania vzoriek do svojho laboratória prostredníctvom spoločnosti MED-ART:



- zber vzoriek kedykoľvek pri dodávke liekov a prípravkov
- možnosť dodania materiálu na odber vzoriek
- doručenie vzoriek na laboratórnu diagnostiku už v deň prevzatia
- vzorky na bakteriologické, mykologické, sérologické, parazitologické, histologické a molekulárno-genetické (PCR) vyšetrenia



Radi odpovieme na všetky vaše otázky.



MED-ART, spol. s r. o., Hornočermánska 4, Nitra
Zelená linka Call centra **0800 900 700**
objednavky@med-art.sk, www.med-art.sk

vetServis
veterinárna laboratórna diagnostika

+421 37 651 97 42, +421 917 726 858
laboratorium@vetservis.sk
www.vetservis.sk

ZÁSADNÁ ZMENA V PROCESSE HOJENIA

ALAPTID – ALEBO AKO ÚSPEŠNE SKRÁTIŤ DOBU GRANULÁCIE

Alaptid bol pôvodne vyvíjaný ako látka určená na liečbu porúch pamäti a Parkinsonovej choroby. V priebehu overovania biologických vlastností bol preukázaný jeho vynikajúci vplyv na rast a množenie embryonálnych buniek a pozitívny efekt na hojenie kožných defektov. Vzhľadom na riziko bakteriálnej infekcie rán, ako komplikácie hojenia, bola štúdiami in vitro vylúčená sekundárna infekcia rany ošetrovanej alaptidom. Štúdia nepreukázala vzostup počtu baktérií v kožnom defekte. Alaptid vykazuje vynikajúcu imunomodulačnú aktivitu, stimuluje najmä lymfocyty. Výrazne sa uplatňuje pri hojení kožných defektov v stratum epidermis a koriiu. Jeho efekt je nielen granuláčny, ale tiež výrazne epitelizačný.



Prípravok Alaptid je určený na zásadnú fázu hojenia defektu, ktorou je takzvaná fáza **proliferácie**. Počas nej sa tvorí nové zdravé tkanivo, ktoré zacelí poškodenú kožu a podkožie. Alaptid veľmi priaznivo skracuje dĺžku tvorby tohto tkaniva a prekrytie epitelom. Jeho účinok znižuje riziko bakteriálnej kontaminácie rany pri dlhotrvajúcom hojení a bráni vytvoreniu jazvy.

Granulácia znamená vyplnenie defektu bohato prekrveným, sýto ružovým až červeným tkanivom, ktoré je základom pre nové spojivo a pokožku. Potom sa počas fázy kontrakcie začína rana uzatvárať, okraje rany sa k sebe približujú. **Epitelizácia znamená** ďalšiu fázu hojenia, pri ktorej sa rana pokrýva vrstvou svetlo ružového tkaniva – epitelu.

Poslednou fázou je **remodelácia rany**, ktorá môže trvať mesiace až roky. Tkanivo je vždy o niečo menej elasticke a pevné v porovnaní s pôvodným, ale vďaka skráteniu celého hojivého procesu pri použití masti Alaptid sú následky poranenia minimálne.

Výsledky histologického vyšetrenia vzoriek kože ošipaných odobratých v kontrolnej skupine a v skupine ošetrovaných zvierat v rámci štúdie overujúcej epitelizačný efekt v kožnom defekte po odstránení epidermy a vrchnej vrstvy škáry – skupina zvierat ošetrovaných masťou s obsahom alaptidu:

- **24 hodín** – bunková infiltrácia polymorfného charakteru (leukocyty, bunky plazmatické, histiocyty), polymorfonukleáry v stratum reticulare škáry, na okrajoch lézie infiltrácia polymorfonukleárov v celom rozsahu vrstvy reticularis, častejšie perivaskulárne infiltrácie, výraznejšie odlúčenie nekrotických oblastí
- **72 hodín** – vo vrchnej vrstve škáry stratum reticulare viditeľné vláknité štruktúry polymorfonukleárnej infiltrácie, začínajúca epitelizácia, v porovnaní s kontrolnou skupinou je epidermis zrelšia
- **120 hodín** – pod nekrotickými ložiskami celularizácie sformovaná vrstva imitujúca stratum papillare koriiu, novovytvorená epidermis je zrelšia a pokrýva väčšinu vrstiev

Makroskopicky boli zaznamenané zmeny v charaktere lézií ošetrených masťou a aktívnu látku a lézií ošetrených placebo 72 hodín po aplikácii. Boli charakteristické najmä výraznejším prekrvením, sekréciou a granuláciou. Mikroskopicky bola preukázaná výraznejšia epitelizácia a novotvorené stratum reticulare škáry u lézií ošetrených masťou s aktívnou substanciou už po 72 hodinách.

TOLEROVATELNOSŤ A BEZPEČNOSŤ MASTI S OBSAHOM ALAPTIDU PRI LOKÁLNOM POUŽITÍ

■ Tolerovateľnosť bola overená v dvojito slepej štúdiu, v ktorej bola **masť s alaptidom použitá u humánných pacientov s ulceráciami** (vred predkolenia, ulcerácie diabetikov, gangrenózne pyodermie). Masť bola aplikovaná po dobu siedmich dní raz denne a bola kontrolovaná tolerovateľnosť, rozmery ulcerácie, epitelizácia a sekrécia z ulcerácie. Pacientami bola masť **veľmi dobre tolerovaná, nebola pozorovaná žiadna známka toxikkej alebo alergickej reakcie**. Všetkým pacientom boli odoberané vzorky krvi na hematologické a biochemické vyšetrenie, výsledky nevykazovali žiadne abnormality. **U žiadneho pacienta nedošlo k bakteriálnej kontaminácii ulcerácie, ani k zhoršeniu jeho zdravotného stavu.**

■ Do ďalšej štúdie boli zaradení **pacienti s vredmi predkolenia**. Vzhľadom na riziko alergie bol vykonaný na skarifikovanej pokožke test tolerancie. **Žiadny z pacientov nevykazoval známky alergie alebo podráždenia kože v spojení s aplikáciou masti**. Podobný test, tiež s negatívnym výsledkom, bol vykonaný aj u pacientov s ekzémami. Ulcerácie boli pred nanesením masti vždy vypláchnuté a osušené. Po siedmich dňoch boli pozorované známky **granulácie na spodine ulcerácie, začínajúca epitelizácia na okrajoch rany a malé ložiská v ulcerácii**.

■ Tolerovateľnosť bola overovaná aj u dvadsiatich pacientov, z ktorých bola u troch diagnostikovaná **atopická dermatitída**. Masť bola nanášaná na neporušenú i skarifikovanú kožu ľavej ruky a na neporušenú kožu pravej ruky, ktorá bola následne fotosenzibilizovaná. Test bol vykonávaný sedem nasledujúcich dní, vrátane laboratorného vyšetrenia hematologických a biochemických parametrov. **U žiadneho z pacien-**



tov sa neobjavili klinické symptómy iritácie, alergickej alebo fotoalergickej reakcie, vrátane pacientov s atopickou dermatitídou.

CHARAKTERISTIKA PRÍPRAVKU

■ Alaptid (spirocyklický synteticky pripravený dipeptid) **stimuluje rast granulačného tkaniva, urýchľuje epitelizačný proces a priebeh hojenia rán.**

■ **Vhodný aj pre alergikov a atopikov** – možno aplikovať na pokožku vystavenú slnečnému žiareniu.

■ **Nekarcinogénny, bez mutagénneho účinku.** Štúdie, stanovujúce karcinogenitu alaptidu, boli vykonávané in vitro testom bunkovej transformácie. Na základe výsledkov je možné konštatovať, že alaptid nepredstavuje karcinogénne riziko.

■ **Netoxický** – pri lokálnej aplikácii na neporušenú kožu sa do krvného obehu nevstrebáva takmer žiadne množstvo z aplikovaného alaptidu, vrstva tuku je dostatočnou ochrannou bariérou. Ak sa však aplikuje do rany, výrazne sa vstrebáva do krvi a lymfy. Ak je alaptid prítomný v krvnom obehu, neviaže sa na proteíny a nepodlieha účinkom peptidáz, dochádza k jeho konjugácii v pečeni. **Veľmi rýchlo sa z organizmu vylučuje obličkami.**

U psov bola vykonaná štvortýždňová aj šesťmesačná toxikologická štúdia. Pri dávkovaní 0,1 mg, 1,0 a 10,0 mg/kg alaptidu podávaného perorálne po dobu štyroch týždňov nebol zistený závažný prejav toxicity. Negatívne vplyvy alaptidu neboli preukázané ani pri šesťmesačnej aplikácii. **Ak dôjde k náhodnému zlízaniu masť z rany, nehrozí intoxikácia.**

VYUŽITIE ALAPTIDU

Kozmetický veterinárny prípravok, ktorý je možné použiť u všetkých teplokrvných nepotravinových zvierat na ošetrovanie kožných a slizničných drobných poranení, popálenín, odrenín, omrzlín, preležanín, poleptanie labiek psov soľou v zimnom období a pod.

Spôsob použitia: Na určené miesto pokožky zvonku naniesť masť vo vrstve 2 - 3 mm, prípadne ľahko previazať obvazom a za občasnej kontroly ponechať na mieste po dobu potrebnú k podpore vyhojenia rany. Doba aplikácie sa riadi rozsahom poškodeného miesta a stavom regenerácie. Obvyklá dĺžka potierania sa pohybuje v rozmedzí 3 až 10 dní, u chronických zanedbaných prípadov aj dlhšie.

ZAUJÍMAVÝ PRÍPAD Z PRAXE: ALAPTID A PES BART



Anamnéza: Dvanásťročný kríženec Bart (pes, samec, kríženec, 14 kg, pravidelne vakcinovaný) utiekol začiatkom októbra 2013 zo dvora. Keď sa asi po hodine vrátil, **na chrbte v línii od ramena k ramenu mal sivý zaprášený pruh.** Po niekoľkých dňoch na mieste zaprášeného pruhu majitelia spozorovali **tvorbu asi 3 cm vysokého opuchu** s rozmermi cca 5 x 15 cm. O tri dni došlo **na oboch ramenách k otvoreniu hnisavých ložísk a výtoku oranžovej hrudkovitej hmoty.** Majiteľka (zdravotná sestra) stav riešila p. o. aplikáciou 1 tablety Paralenu a vyplachovaním ložísk kamilkovým čajom. Pes prestal prijímať potravu, piť, stále zrýchlene dýchal, občas nariekal. V polovici októbra bol pes predvedený na ošetrovanie. Bart bol v dobrom výživnom stave, nariekal, telesná teplota 39,5 °C, dych 25, tep 120, CRT 2 - 3, dehydratácia asi 10 - 15 %. V oblasti kohútika mal sčernenú kožu s rozmermi cca 8 x 10 cm, na oboch ramenných kĺboch otvorené hnisavé ložiská.

Diagnóza: **Nekróza kože a podkožných štruktúr a následná abscedácia po traume neznámeho pôvodu.**

Terapia: Po premedikácii butorfanolom a medetomidinom i. m. bol pes uvedený do celkovej i. v. anestézie propofolom. Ľahkým zatiahnutím za ložisko sčernej kože došlo k odhaleniu zdevastovaného podkožia a svalových štruktúr (foto zachytáva postup ošetrovania). **Odstránilo sa všetko nekrotické tkanivo,** na miesto otvorených abscesov (v podkožných vačkoch) sa vložila drenáž. Infúzna terapia zahŕňala podanie Ringero-roztoku a Duphalytu a robila sa 3x po dvoch dňoch. **Ako antibiotická clona** počas celej terapie (1 mesiac) bol aplikovaný enrofloxacin (5 mg/kg sid) a amoxicilín-klavulanát (18 mg/kg bid). **Ako analgetikum** sa štyri dni po sebe podával tramadol (3 mg/kg na noc), potom nahradený meloxicamom (0,1 mg/kg sid). Rana sa preväzovala každý 3. deň, **ihneď po prvom ošetrovaní však ďalšia tvorba nekrotického tkaniva bola prekvapivo minimálna a ošetrovanie rany pozostávalo iba z opláchnutia riedeným roztokom Alfadinu a aplikácie Alaptidu v hrubej vrstve,** priložila sa navlhčená gáza v niekoľkých vrstvách a všetko sa fixovalo sieťovaným obvazom. K prirastaniu podkožných vačkov na mieste ramenných kĺbov dochádzalo veľmi rýchlo a drenáž sa po týždni vyňala. **Ku kompletnému zahojeniu došlo 2 mesiace po traume.**

Spracovala: MVDr. Dagmar Vršková, PhD., Veterinárna ordinácia XENOPUS, Lelekovice

ČITATEĽSKÁ SÚŤAŽ

PRIDÁTE SA AJ VY?

Získajte nové informácie a spríjemnite si letné dni s našou čitateľskou súťažou. V žrebovaní na vás čakajú skvelé ceny. Zapojiť sa je jednoduché – pridajte sa a presvedčte sa sami. Želáme vám veľa šťastia.

1. Liečba rakoviny protónovým lúčom je dostupná aj slovenským pacientom. Dočítali ste sa, aké sú výhody protónovej liečby?
2. Sp. Bella SK každoročne organizuje futbalový Seni Cup pre hráčov s mentálnym postihnutím, ktorí žijú v zariadeniach sociálnych služieb. Viete, ktorý jubilejný ročník sa uskutoční v roku 2016?
3. Exkluzívne len pre psy nájdete na trhu produkt fy Merial s trojitým účinkom proti blchám, kliešťom a proti krv cicajúcemu hmyzu. Pod akým názvom?
4. Thermoval sú vysoko kvalitné teplomery sp. Hartmann Rico. Vymenujte aspoň 3 druhy.
5. Sp. AlfaMedicalTeam prezentuje na stránkach nášho časopisu výživový doplnok proti stresu, úzkosti a strachu. Pod akým názvom ho odporučíte pacientom?
6. Nobelova cena je ocenenie tých najlepších v oblasti výskumu, technických objavov a za prínos pre ľudstvo. Viete, ktorý deň v roku sa každoročne koná táto svetová udalosť?
7. Sp. Krewel Meuselbach ponúka sirup s vysokým obsahom slizovitých látok lišajníka islandského, ktorý tlmí dráždenie na kašeľ. Pod akým názvom?
8. Viete, ktoré tri kritériá sú podľa prieskumu pre pacientov najdôležitejšie pri výbere a návšteve lekárne?
9. Sp. Zols je dodávateľom germicídnych žiaričov a inej zdravotníckej techniky na slovenskom trhu. Ktoré dva typy germicídnych žiaričov sú určené pre potreby lekárnictva?
10. Ako sa nazýva prípravok sp. Bioveta, ktorý stimuluje rast granulačného tkaniva, urýchľuje epitelizačný proces a priebeh hojenia rán?

Vaše odpovede očakávame **do 10. novembra 2015**. Ak budú správne, zaradíme ich do žrebovania **o 6-dielnu sadu vykrajovačov vianočných ozdôb a zdobiacu ceruzku Delícia** od známeho českého výrobcu Tescoma. Žrebovanie sa uskutoční 15. novembra 2015. Desiati výhercovia budú uverejnení v nasledujúcom čísle časopisu MEDIUM, ktoré bude v distribúcii začiatkom mesiaca december 2015.

Vianočné vykrajovače Delícia sú vynikajúce na prípravu originálnych perníkových ozdôb na vianočný stromček a vianočného pečiva. Súprava obsahuje 6 plastových vykrajovačov, červenú a zlatú stuhu (každá 3 m) a krúžok pre uloženie vykrajovačov. Návod a recept vo vnútri balenia. Plastové diely sú vhodné do umývačky. Zdobiacia ceruzka je vynikajúca na dekorovanie pokrmov bielkovým, maslovým, tvarohovým a čokoládovým zdobiacim krémom, rozpustenou čokoládou aj šľahačkou apod. Dodávaná s 5 tryskami na rôzne dekorovacie techniky vrátane veľmi jemných dekorov a písania. S praktickým stojančekom pre ľahké plnenie a odkladanie ceruzky počas zdobenia a univerzálnym čistidlom. Vyrobená z prvotriedneho silikónu a odolného plastu, vhodná do umývačky.

Výhercovia čitateľskej súťaže z čísla 2/2015:

Natália Mehlová, Košice
Barbora Havalová, Zlaté Moravce
Miroslava Mackovjaková, Poprad
Samuel Dobrocký, Martin
Elena Foltánová, Veľké Uherce
Jana Velesová, Nový Smokovec
Iveta Kučerová, Partizánske
Gabriela Foldiová, Rimavská Sobota
Ingrid Čerešňáková, Klátova Nová Ves
Mária Krššáková, Žiar nad Hronom

Výhercovia získavajú elegantný **košík WIRES od Blomus** vyrobený z chrómovej ocele.

**VŠETKÝM SÚŤAŽIACIM ĎAKUJEME
A VÝHERCOM BLAHOŽELÁME!**



HARTMANN



Thermoval® teplomery

Thermoval sú vysoko kvalitné teplomery od spoločnosti HARTMANN – RICO. V našej širokej ponuke nájdete teplomery digitálne, ale aj najmodernejší infračervený teplomer, ktorý odmeria teplotu už do 3 sekúnd.

3
ROKY ZÁRUKA



Thermoval kids flex digitálny teplomer

- pružná špička teplomera pre presnejšie a šetrnejšie meranie
- technológia pre zrýchlené meranie 10 sekúnd

kód: 157131



Thermoval kids digitálny teplomer

- veselá detská potlač
- technológia pre zrýchlené meranie 10 sekúnd

kód: 157142



Thermoval rapid digitálny teplomer

- technológia pre zrýchlené meranie 10 sekúnd

kód: 157143



Thermoval duo scan infračervený teplomer

- presné výsledky merania do 3 sekúnd
- jemne a pohodlne meria teplotu na čele a v uchu

kód: 146012

HARTMANN



Pre informácie volajte
bezplatnú telefónnu
linku: 0800 100 150



NOVINKA FRONTLINE TRI-ACT®

ODPUDZUJE
kliešte a bodavý hmyz

ELIMINUJE
blchy a kliešte

CHRÁNI
psy deň za dňom

3 v 1
ÚČINNOSŤ

ROZŠÍRENÁ PROTI BODAVÉMU HMYZU



EXKLUZÍVNE
LEN PRE PSY

TROJITÝ ÚČINOK S NOVÝM LIEKOM FRONTLINE TRI-ACT®

Okrem účinku proti blchám a kliešťom účinnosť rozšírená
taktiež proti krv cicajúcemu hmyzu!

mevet
Vyhľadné zastúpenie a distribúcia
pre ČR a SR

MERIAL
A SANOFI COMPANY

