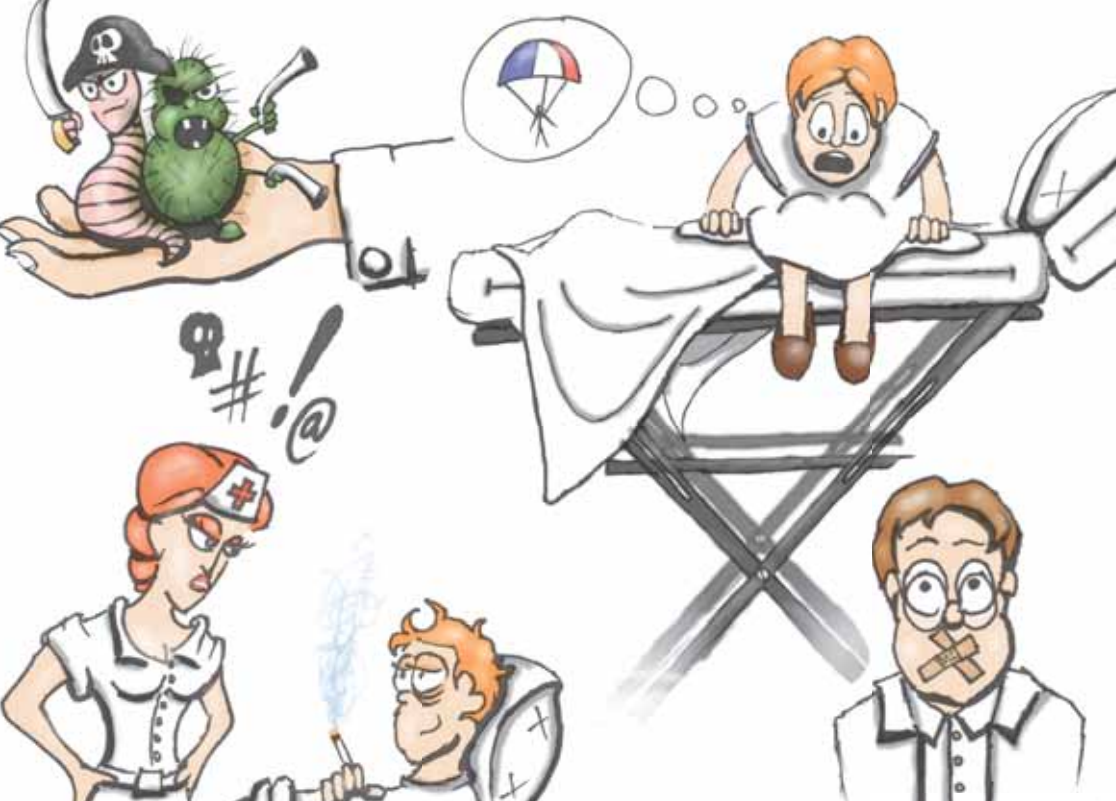
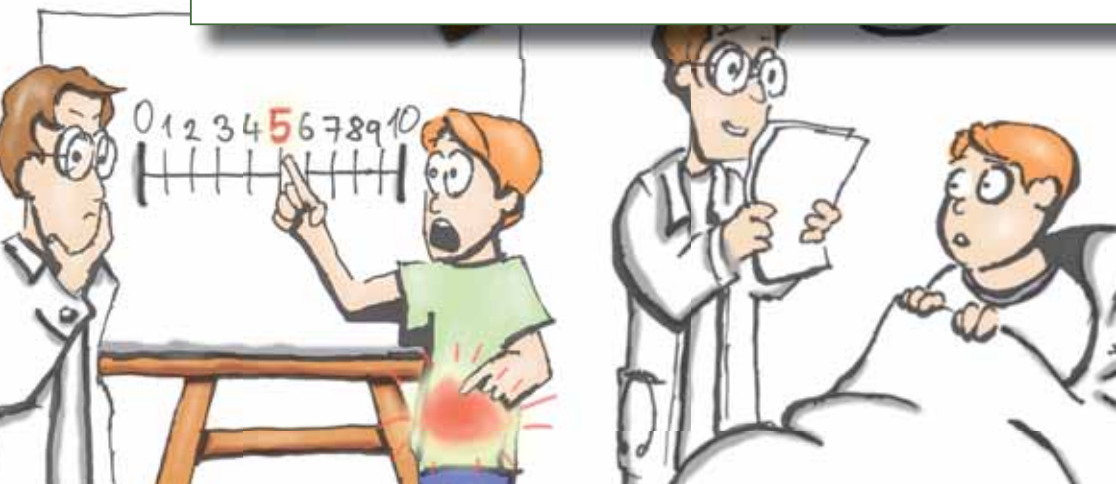




RÁDCE PACIENTA

příručka ke zlepšení bezpečí pacienta





Redakční rada:
Stanislava Pánová
Helena Sajdlová
Milena Kalvachová

Vydalo Ministerstvo zdravotnictví ČR, Palackého nám. 4, Praha 2,
ve vydavatelství Bomton agency, s.r.o. Václavské nám. 43, Praha 1

Lektorovali:
David Marx
Bohumil Seifert
Hana Cabrnochová
Tomáš Raiter
Ivana Kořínková

Technická redakce: Jakub Oktávec
Redakční spolupráce: Iva Truellová, Eva Křemenová,
Vlasta Vrchotová, Kristina Masalová
Ilustrace, sazba a zlom: Vratislav Šmelhaus
Korektura: Jan Kotěra

Vydání druhé, Praha 2010

© Ministerstvo zdravotnictví ČR



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY

Milí spoluobčané,

již podruhé vychází vydání Rádce pacienta, který se setkal s příznivou odezvou veřejnosti. Jsem velmi rád, že máte zájem celému systému zdravotní péče lépe porozumět a pochopit svou nepostradatelnou roli v něm. Důležité informace a rady jsme v tomto vydání zaktualizovali a doplnili kontakty na patientské organizace, které jsou umístěny v zadní části knihy.



Stejně jako ve vydání prvním naleznete zde informace o tom, na co máte, jako pacienti, nárok z veřejného zdravotního pojištění, jak si ohlídat svá práva při kontaktu se zdravotními službami, jaké jsou na druhé straně vaše povinnosti a další.

Je zde mnoho důležitých rad, kterými můžete značně zvýšit své bezpečí ve zdravotnickém zařízení. Také informace o některých preventivních programech a dlouhodobých strategiích Ministerstva zdravotnictví ČR mohou mít pro každého z Vás přímý praktický význam.

Pevně věřím, že rádce naplní svůj cíl a pomůže nejen občanům při jejich každodenní snaze o zlepšení zdraví, ale také zdravotnickým pracovníkům.

Přeji všem čtenářům pevné zdraví, kterému, jak věřím, může i tato četba napomoci.

Leoš Heger

Ministr zdravotnictví ČR

OBSAH

1 CO JE VLASTNĚ BEZPEČÍ PACIENTA?	7
2 DESATERO O BEZPEČÍ PACIENTA	9
1. Identifikace	9
2. Znejte se	10
3. Upozorňujte, kdykoli je to třeba	10
4. Dodržujte pravidla hry	10
5. Ptejte se	11
6. Vzdělávejte se	12
7. Hygiena	13
8. Dělejte si poznámky	14
9. Vezměte si s sebou doprovod	14
10. Nebojte se	15
3 NA CO MÁTE PRÁVO?	17
Na co máte právo?	17
Povinná mlčenlivost zdravotníků	22
4 VÁŠ REGISTRUJÍCÍ LÉKAŘ	25
Váš registrující lékař	25
Můžete si jej zvolit	25
Osobní data	26
Co by měl o Vás Váš registrující lékař vědět?	27
Jak poznáte, že je Váš registrující lékař kvalitní?	29
S čím k lékaři přicházíte?	30
Bolest	30
Zvýšená teplota, horečka	31
Důvod návštěvy u lékaře	31
Musíte se u praktického lékaře registrovat?	31
Nemůžete najít registrujícího lékaře?	32
Váš odborný lékař	33
Poznámky	34-36
Vaši lékaři	37
5 VAŠE NEMOCNICE	39
Vaše nemocnice	39
Můžete si ji zvolit	39
Podle čeho se rozhodnout?	40
Co si vzít s sebou	43
Co si raději nevzít...	43
Příjem do nemocnice	44
O čem máte zdravotníky informovat?	45
Co nesmíte?	46
Ubytování v nemocnici	47

Příjem dítěte do nemocnice	47
Co vzít s sebou?	47
Práva dítěte	48
Práva zákonných zástupců dítěte	49
Průběh hospitalizace	50
Informovaný souhlas	50
Rozhovor s operátorem	52
Informovaný souhlas s operačním výkonem	53
Autotransfuze	53
Rozhovor s anesteziologem	54
Čekací doby na operaci	55
Léky v nemocnici	56
Strava v nemocnici	58
Kdo se o Vás stará?	58
Další členové ošetrovatelského týmu	59
Pohyblivost pacienta	61
Pády	62
Hygiena a infekce v nemocnici	64
Propuštění z nemocnice	65
Léky „na cestu“	65
Recept	66
Rozhovor s lékařem při propouštění	67
Dopravní zdravotní služba	68
Domácí péče	68
 6 DŮLEŽITÉ INFORMACE	 71
Důležité informace	71
Prevence a preventivní programy	71
Skreeningové programy	73
Celonárodní preventivní programy	78
Resortní bezpečnostní cíle	79
Národní antibiotický program	80
Dárcovství krve	81
Darování orgánů	84
Sdružení pacientů	85
Poznámky	87
 7 DŮLEŽITÉ KONTAKTY	 89
Ministerstvo zdravotnictví ČR	89
Subjekty poskytující informace o kvalitě	89
Krajské úřady	89
Střediska zdravotnické záchranné služby	91
Profesní lékařské a sesterské organizace	92
Zdravotní pojišťovny	92
Profesní komory	94
Pacientské organizace a sdružení	94



1

CO JE VLASTNĚ BEZPEČÍ PACIENTA?

CO JE VLASTNĚ BEZPEČÍ PACIENTA?



Bezpečí je pocit, který nás provází, když se pohybujeme ve známém prostředí, kde nám nehrozí žádná újma, kde nás okolí chápe a podporuje.

Cítíte se takto ve zdravotnickém zařízení? Pokud ne, hned si položte druhou otázku: „Mohu to nějak ovlivnit?“ Správná odpověď zní: „Ano, mohu to velmi ovlivnit!“

Do zdravotnického zařízení většinou nepřicházíme dobře naladěni. Jsme nemocní, máme potíže, bolesti a obavy. Tomu, aby pomoc zdravotníků byla opravdu účinná a bezpečná, můžeme mnohdy napomoci sami. Tím, že budeme dobře informováni, že budeme vědět, co se s námi děje, že víme, o čem můžeme rozhodnout, a že rozumíme tomu, o čem rozhodujeme. Že sami zkontrolujeme, co zkontrolovat můžeme a umíme.

Zahraniční studie:

Až u 10 % hospitalizací dochází k poškození pacientů!

VÍTE, ŽE...



2

DESATERO O BEZPEČÍ PACIENTA

DESATERO O BEZPEČÍ PACIENTA

1. IDENTIFIKACE

Zdravotníci se snaží poskytovat tu nejlepší péči vždy konkrétnímu člověku. Přesto se může stát, že dojde k záměně. Tomuto riziku lze předejít tzv. identifikačními náramky, označováním operovaných míst přímo na těle pacienta před výkonem a dalšími bezpečnostními prvky. Pacient, pokud je bdělý, by měl prověřit, zda-li je konkrétní úkon (např. podání léku, vyšetření) určen právě jemu.

Neustále upozorňujte na svou totožnost, kdykoli necítíte jistotu, že jste byli správně identifikováni – při podání léku, předpisu receptu, absolvování vyšetření, jakémkoliv výkonu. Při celkové anestezii požadujte ujištění, že personál ví, kdo jste a na jakou operaci jdete. Ptejte se na konkrétní způsob prevence záměny ve vaší nemocnici. Buďte obezřetní především v situacích, kdy o Vás přechodně pečuje někdo, kdo Vás nezná.

Pokud máte alergii na léky nebo potravinu, sděľujte to zdravotníkům opakovaně a zjišťujte, zda-li mají patřičné poznámky zaznamenané ve Vaší zdravotnické dokumentaci.



TO JE
PRO MĚ?

2. ZNEJTE SE

Zdravotník se bude ptát na Váš zdravotní stav, na to, jaké nemoci a operace či vyšetření jste kdy měli, jaké nemoci se vyskytují ve Vaší rodině, kdo z vašich nejbližších (např. rodiče, sourozenci, prarodiče) měl či má například rakovinu, vysoký krevní tlak, srdeční infarkt či mozkovou mrtvici.

Budte na tyto otázky připraveni, poznámky si můžete udělat na str. 23.

3. UPOZORŇUJTE, KDYKOLI JE TO TŘEBA

Hlaste jakékoli změny, jakoukoli nepohodu, nebojte se říci si o pomoc. Máte-li nějaká omezení nebo problémy, o kterých by zdravotník měl vědět, sami na ně aktivně upozorňujte (např. alergie, bolest, omdlávání, poruchy zraku, sluchu, dietní omezení, kardiostimulátor a další).

4. DODRŽUJTE PRAVIDLA HRY

Hlavním cílem zdravotníků je snaha o Vaše uzdravení. Všechny činnosti a doporučení směřují k tomu, abyste se ve zdravotnickém zařízení cítili bezpečně, abyste byli ušetřeni rušivých vlivů okolí. Proto jsou vypracovávána pravidla, kterými je žádoucí se řídit.

Bývají viditelně vyvěšena na odděleních nebo v čekárnách ambulancí.

Pokud pravidla, tzv. provozní či domácí řád, nikde nenajdete, vyžádejte si je od personálu. Většinou bývají k dispozici při příjmu do nemocnice a pacient podepisuje, že se jimi bude řídit. Týkají se např. režimu návštěv, kouření, konkrétních omezení či doporučení. Pokud máte nějaké individuální požadavky, poraďte se s personálem. Některá pravidla, jako například trpělivost při čekání v ordinaci nebo dochvilnost, pokud jste objednáni na konkrétní čas, však upravit nelze. Pak už záleží jen na Vás.



CO JE TO?

5. PTEJTE SE

Mlčení se nikdy nevyplácí! Nebojte se zeptat – jde přece o Vaše zdraví! Máte právo na podání srozumitelné informace. Mimo jiné tím pomůžete i zdravotnickému personálu a připomenete, pokud na něco zapomněl. Ptejte se, kdykoli Vám není něco jasné. Zvláště, máte-li se rozhodnout o operaci nebo nějakém náročném výkonu.

6. VZDĚLÁVEJTE SE

Mnoho lékařských společností vydává kromě odborných publikací též texty věnované pacientům. Existuje řada dostupných tištěných prospektů a brožur, které popisují jednotlivá onemocnění nebo obsahují informace o léčbě. Ptejte se svého lékaře, jakou literaturu nebo jiný zdroj informací by Vám doporučil. Také patientská sdružení (viz příloha „Důležité kontakty“ na konci brožury) se intenzivně věnují vzdělávání pacientů. V neposlední řadě jsou to i stránky Ministerstva zdravotnictví ČR, kde můžete nalézt mnoho informací nebo odkazy na různé instituce ve zdravotnictví: www.mzcr.cz.

Zajímejte se o vše, co může souviset s Vaším zdravotním stavem, a to i v době, kdy jste zdraví. Lze nalézt spoustu informací, díky kterým můžete předejít nemocem nebo komplikacím (dále viz kapitola „Prevence“ na str. 69). Ve svém vlastním zájmu si z dostupných zdrojů nastudujte vše o své nemoci. Budete se pak lépe rozhodovat a zdravotníkům lépe rozumět. A také budete moci lépe ohlídat svá práva a povinnosti.





7. HYGIENA

Hygiena hraje ve zdravotnickém zařízení obzvláště velkou roli, neboť nemocniční nákazy představují jednu z nejčastějších komplikací při poskytování zdravotní péče. Netýká se to jen dokonalé hygieny rukou, ale také např. výměny rukavic, podložek na vyšetřovacích lehátkách, ložního prádla či manipulace s jednorázovým zdravotnickým materiálem.

Sledujte, zda personál, který Vás ošetřuje, dodržuje svou povinnost dezinfikovat si ruce, kdykoli na Vás sahá, zda si při provádění výkonu u nového pacienta navlékl nové rukavice. Také Vy sami buďte ve zdravotnickém zařízení při hygieně pečliví. Často se sprchujte (pokud Vám to Váš zdravotní stav dovolí), myjte si často ruce.

MÁTE
ČISTÉ
RUCE?

Dále viz kapitola: Hygiena a infekce v nemocnici

8. DĚLEJTE SI POZNÁMKY

Často se stává, že si pacient při rozhovoru s lékařem nevzpomene na vše důležité. Zvláště když má pacient bohatou zdravotní historii, může být rozpomenutí se na všechny potíže, prodělané nemoci, data výkonů a užívané léky opravdu nelehké.

Je užitečné si dopředu poznamenat vše, co byste chtěli svému lékaři sdělit. Dělejte si také poznámky při rozhovoru s lékařem, zvláště tehdy, informuje-li Vás o tom, co máte udělat, kam jít na vyšetření, co jíst, co nejíst atd. Příslušné formuláře k vyplnění najdete na stranách 26 – 28.



9. VEZMĚTE SI S SEBOU DOPROVOD

Pacient má často větší jistotu, pokud jej doprovází osoba, které důvěřuje, ať už je to nejbližší příbuzný nebo blízký člověk.

Máte právo, aby se doprovázející osoba účastnila všech výkonů, s výjimkou těch, kde by mohlo nastat ohrožení jejího zdraví nebo kde to hygienické požadavky neumožňují (např. RTG, operační sál). Vámi určená osoba s Vámi může jít do ordinace a promluvit si s lékařem místo Vás nebo společně s Vámi.

10. NEBOJTE SE

Někdy je obtížné se ptát a někdy je obtížné některé informace sdělit. Tím, že pacient přistupuje ke zdravotním službám aktivně, pomáhá nejen sobě, ale i zdravotnickému personálu. Nic není cennější než lidské zdraví, je tedy zcela na místě se ptát, informovat, prověřovat.

Nebojte se oslovit personál, kdykoli něco potřebujete. Jakékoli zhoršení potíží ihned hlase. Je nezbytné, aby lékař věděl o všech lécích, které užíváte, i o těch, které jste si „naordinovali“ sami. Nebojte se sdělit i takové informace, s nimiž se nesvěřujete ochotně. Uvědomte si, že lékař není Váš soudce. Pokud zatajíte své neřesti, které ovlivňují Vaše zdraví, jako např. kouření, konzumaci alkoholu apod., nemůže pak lékař správně nastavit Váš vyšetřovací ani léčebný plán. Lékař pracuje s informacemi, které mu sdělíte, a na nich pak staví. A platí doslova, že podle zkreslených plánů dobrý dům nepostavíš...





3

NA CO MÁTE PRÁVO?

NA CO MÁTE PRÁVO?

➡ **Zvolit si svého lékaře nebo zdravotnické zařízení, máte právo na výběr dopravní zdravotní služby**

Toto téma je detailněji rozebráno v kapitolách „Váš registrující lékař“, „Vaše nemocnice“ a „Propuštění z nemocnice“. Tato Vaše práva vycházejí z platných zákonů, které jsou mimo jiné k dispozici na www.mzcr.cz.

Zákon č. 20/1966 Sb., o péči o zdraví lidu, a zákon č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, v platných zněních.

➡ **Na informace o svém zdravotním stavu**

Lékař je povinen Vám sdělit vše, co se týká Vašeho zdraví. Je povinen Vám srozumitelně podat informaci o výsledcích Vašich vyšetření, o možných způsobech léčby a prognóze onemocnění. Máte právo určit jakoukoliv osobu nebo osoby, které mohou být informovány o Vašem zdravotním stavu, a to při přijetí k poskytování zdravotní péče nebo kdykoliv po přijetí. Určení osoby nebo osob můžete kdykoliv změnit. Jména Vámi určených osob budou součástí zdravotnické dokumentace.



JAK NA TOM JSEM?

Zakázat poskytování informací o Vašem zdravotním stavu komukoli

Můžete též vyslovit zákaz podávání informací o Vašem zdravotním stavu jakékoliv osobě nebo osobám, a to při přijetí k poskytování zdravotní péče nebo kdykoliv po přijetí. Tento zákaz můžete kdykoliv odvolat. Tento Váš zákaz bude součástí zdravotnické dokumentace.

Na poskytování zdravotní péče s Vaším souhlasem

Kromě výjimek uvedených v zákoně (např. ochranné léčení nařízené soudem v případech, kdy pacient ohrožuje sebe nebo své okolí, při léčení nařízeném z důvodu onemocnění infekční chorobou v rámci ochrany obyvatelstva) Vám může být proveden zdravotní úkon pouze tehdy, vyslovíte-li s ním souhlas. Další situací, vyčleněnou z tohoto režimu, je bezvědomí pacienta, kdy nelze jeho souhlas získat a nečinnost zdravotníků by mohla ohrozit zdraví nebo život pacienta.

➡ Odmítnout léčbu

Toto základní právo pacienta je logické, protože kdo jiný by měl rozhodovat o Vašem těle než Vy. Uvědomte si tuto skutečnost vždy, kdykoli máte absolvovat nějaký zdravotní výkon, a ujistěte se o tom, že máte dostatek informací, abyste se mohli v klidu a svobodně rozhodnout. Stejně jako v předchozím případě existuje výjimka, kdy pacient není schopen odmítnutí realizovat: v případě těžkého stavu s poruchou vědomí.



JÁ TO
NECHCI!

➡ Nahlížet do své zdravotnické dokumentace

Kromě toho, že zdravotníci mají povinnost Vám umožnit nahlédnutí do Vaší zdravotnické dokumentace (za přítomnosti zdravotnického pracovníka), můžete si také požádat o výpis, opis nebo kopii této dokumentace. Ceník za jejich pořízení by měl být veřejně dostupný a měl by odpovídat obvyklým cenám. Seznamte se s ním před tím, než o zhotovení výpisu, opisu nebo kopie písemně požádáte. Zdravotnické zařízení má na jejich pořízení 30 dnů.

➡ Vybrat si zdravotní pojišťovnu

Zdravotní pojišťovna, u níž jste pojištěni, a prostřednictvím které měsíčně hradíte zdravotní pojištění, za Vás nakupuje

zdravotní péči ve zdravotnických zařízeních, která jsou jejími smluvními partnery. Zdravotnická zařízení pak účtují Vámi zvolené pojišťovně zdravotní péči, kterou Vám poskytla, a to v šíři, v níž ji mají s pojišťovnou nasmlouvanu. Pojišťovna dále hradí nad rámec smluvních ujednání všem zdravotnickým zařízením (tedy i nesmluvním) péči nutnou a neodkladnou, jež byla poskytnuta pacientovi v ohrožení života a zdraví. Pokud nejste se službami své zdravotní pojišťovny spokojeni, můžete ji jednou za 12 měsíců změnit, a to vždy jen k 1. dni kalendářního čtvrtletí. Více informací Vám poskytne text zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, v platném znění.

Změnit lékaře

Máte právo na změnu lékaře, u něhož jste registrováni. Můžete tak učinit jednou za 3 měsíce (dále viz kapitola „Váš registrující lékař“ na str. 25).

Na poskytnutí zdravotní péče bez úhrady

Zákon č. 48/1997 Sb., stanoví, v jakých případech má pacient právo na zdravotní péči bez přímé úhrady.

➡ Podat stížnost

Pokud nejste se zdravotní péčí spokojeni, můžete podat stížnost řediteli zdravotnického zařízení. Pokud nebudete s jejím vyřízením spokojeni, můžete se obrátit na příslušný krajský úřad a v případě fakultních nemocnic, psychiatrických léčeben a některých odborných léčebných ústavů na Ministerstvo zdravotnictví ČR, které je jejich zřizovatelem. Nebudete-li spokojeni s vyřízením stížnosti z úrovně krajského úřadu, můžete se také obrátit na Ministerstvo zdravotnictví ČR (Odbor kontroly MZ ČR – dále viz kapitola „Důležité kontakty“). Dále můžete podat stížnost na konkrétního lékaře, zubního lékaře nebo farmaceuta České lékařské komory, České stomatologické komory nebo České lékárnické komory nebo se můžete obrátit na Vaši zdravotní pojišťovnu. Pokud se domníváte, že všechny předešlé kroky nebyly dostatečné, máte právo postupovat cestou občansko-právní. Většina zdravotnických zařízení má na svých internetových stránkách uveden postup pro podávání stížností. Pokud pacient zemřel, náleží práva na podání stížnosti jeho osobám blízkým.

POVINNÁ MLČENLIVOST ZDRAVOTNÍKŮ

Každý zdravotník je povinen zachovávat mlčenlivost o všech skutečnostech, o kterých se dozvěděl v souvislosti s péčí o Vás, o Vašem zdravotním stavu, hospitalizaci, diagnóze, prognóze (předpověď dalšího průběhu onemocnění). Už sama skutečnost, že je pacient léčen určitým lékařem či v určitém zdravotnickém zařízení, představuje předmět mlčenlivosti. Zákon umožňuje, aby lékař kromě pacienta informoval o povaze onemocnění a potřebných výkonech též osoby určené pacientem.

Nenuťte zdravotníky povinnost mlčenlivosti porušovat.

Počítejte s tím, že např. informace o konkrétním

- pacientovi nelze poskytnout po telefonu, protože zdravotník nemá možnost ověřit si Vaši totožnost.



**POKUD
CHCETE**

Pokud chcete, aby byl informován o Vašem zdravotním stavu někdo jiný, musíte k tomu dát písemný souhlas.

POZNÁMKY



4

VÁŠ REGISTRUJÍCÍ LÉKAŘ



VÁŠ REGISTRUJÍCÍ LÉKAŘ

MŮŽETE SI JEJ ZVOLIT

Každý si může zvolit svého registrujícího lékaře (praktický lékař pro dospělé, praktický lékař pro děti a dorost, zubní lékař, gynekolog), tedy lékaře, který o Vás pečuje v případech zdravotních obtíží, v rámci preventivních prohlídek a pravidelně Vás sleduje, pokud trpíte nějakým chronickým onemocněním. Praktický lékař pro dospělé a praktický lékař pro děti a dorost vedle práce v ordinaci zajišťuje pro své registrované pacienty také návštěvní službu v případech, kdy nejsou schopni se do jeho ordinace sami dostavit.



ZA JAK
DLOUHO
JEJ MOHU
ZMĚNIT?

Pokud nejste s péčí svého lékaře spokojeni, můžete jej změnit jednou za tři měsíce. Časté střídání registrujícího lékaře nelze doporučit. Může být ohrožena návaznost při péči o Vás.



OSOBNÍ DATA

Jméno:

Příjmení:

Bydliště:

Telefon:

E-mail:

Věk:

Krevní skupina:

Jsem: ☐ diabetik ☐ epileptik

☐ alergik ☐ kuřák

Mám: ☐ vysoký krevní tlak ☐ kardiostimulátor

☐ kovový implantát

Trpím:

.....

CO BY MĚL O VÁS VÁŠ REGISTRUJÍCÍ LÉKAŘ VĚDĚT?

Datum narození:.....

Hmotnost:..... Výška:.....

Krevní skupina:.....

Proti čemu jsem očkován:

.....

Prodělané infekční choroby:

dětského věku:

ostatní:

Alergie: léky, jód, pylové, astma, kožní, včelí bodnutí, potravinové,
jiné

.....

.....

Počet potomků:

Počet porodů/potratů (u žen):

Datum první menstruace:Menopauza:.....

Jakými chorobami jsem trpěl/a – trpím:.....

1.....

2.....

3.....

4.....

Jaké operační výkony jsem absolvoval/a:

.....

.....





Datum a důvod posledních hospitalizací:

1.
2.
3.
4.
5.

Jaké léky užívám:

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Rodiče, pokud žijí, věk, chronická onemocnění,
pokud zemřeli, v kolika letech a na jaké onemocnění.

Čím trpěli:

Otec:
.....

Matka:
.....

JAK POZNÁTE, ŽE JE VÁŠ REGISTRUJÍCÍ LÉKAŘ KVALITNÍ?

Registrujícího lékaře lze zhodnotit už z jeho chování. Věnuje se Vám, vysvětluje, povídá si s Vámi, trpělivě Vás vyslechne? Čekáte dlouho v čekárně, nebo si Vás objedná na určitou hodinu? Nabízí Vám aktivně preventivní vyšetření, na která máte nárok? Má přehled o tom, kde a kdy jste byli hospitalizováni, jaké nálezy máte od jiných lékařů, pamatuje si, co máte za obtíže? Pak je to určitě ten pravý.

NEZAPOMEŇTE !

Váš lékař by měl mít smlouvu se zdravotní pojišťovnou, u které jste pojištěn. Ale v případě poskytnutí tzv. nutné a neodkladné zdravotní péče (péče zachraňující život a zdraví) Vás musí ošetřit každý lékař, tedy i ten, který smlouvu s Vaší pojišťovnou nemá. Pokud nejste s péčí svého registrujícího lékaře spokojeni, můžete jej změnit jednou za tři měsíce. Časté střídání registrujícího lékaře nelze doporučit, může být ohrožena návaznost při péči o Vás. Pokud jej změníte, informujte ho o této změně. Nově zvolený registrující lékař si vyžádá informace z Vaší zdravotnické dokumentace, důležité pro zajištění návaznosti zdravotní péče, a původní lékař je povinen mu tyto informace poskytnout.



Váš lékař by měl být dostupný podle místa bydliště
a měla by Vám vyhovovat jeho ordinační doba.

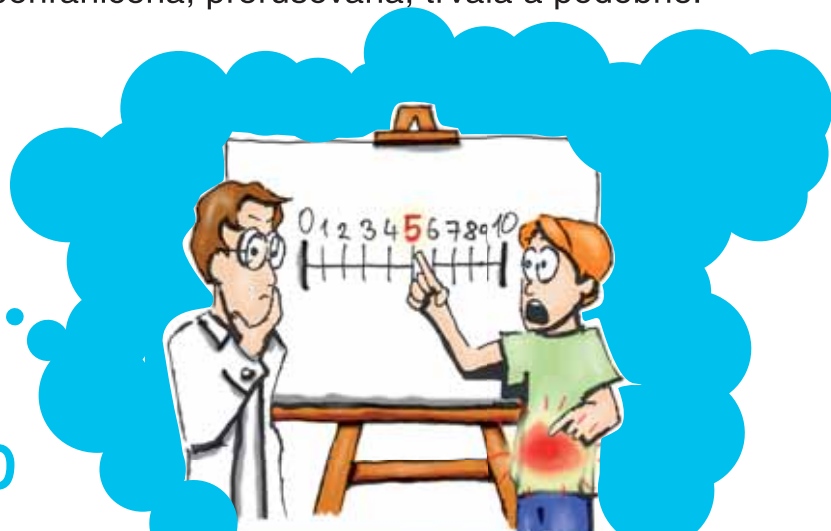
S ČÍM K LÉKAŘI PŘICHÁZÍTE?

Za lékařem většinou přicházíte, když máte zdravotní potíže. Lékař se Vás bude při pohovoru ptát na to, kdy potíže začaly, jak často je máte, zdali jsou stále stejné, nebo se stav zhoršuje.

BOLEST

Bolest je nejčastějším důvodem návštěvy lékaře. Dobře lékaři popište její umístění, charakter a intenzitu. Pokuste se sami určit, jak je Vaše bolest intenzivní. Zkuste si intenzitu sami určit na této stupnici: 0 = žádná, 10 = nesnesitelná. Tato škála bolesti znamená užitečnou pomůcku, která lékaři pomáhá u téhož pacienta například sledovat intenzitu bolesti v čase.

Pokud je tedy bolest Vaším hlavním problémem, bude výhodné se s touto metodikou detailněji seznámit. Váš lékař Vám v tom pomůže. Bolest může být svým charakterem bodavá, řezavá, palčivá, pulzující, tlaková, neohraničená, přerušovaná, trvalá a podobně.



ZVÝŠENÁ TEPLOTA, HOREČKA

Je důležité zaznamenat její vývoj v čase a její hodnoty. Nezapomeňte, že pokud Vaše teplota přesahuje 38 stupňů Celsia a trvá déle než dva dny, měli byste vždy zavolat či vyhledat svého lékaře.

DŮVOD NÁVŠTĚVY U LÉKAŘE

Jaký je důvod Vaší návštěvy? Máte akutní potíže, jdete na kontrolu, preventivní prohlídku, pro recept, pro potvrzení? Ujasněte si předem, proč k lékaři přicházíte, a hlaste důvod návštěvy zdravotní sestře. Má to značnou důležitost zvláště v případech, kdy máte podezření na infekční onemocnění.

MUSÍTE SE U PRAKTICKÉHO LÉKAŘE REGISTRovat?

Nejste povinni se registrovat, ale tuto praxi nelze doporučit. Ze zákona o veřejném zdravotním pojištění totiž vyplývá, že úhrada řady zdravotních výkonů je vázána jen na registrujícího lékaře – např. pravidelné preventivní prohlídky, komplexní vstupní prohlídky, návštěvy doma u vážně nemocných a špatně pohyblivých pacientů atd. Bez registrace by Vám toto vše nemohlo být poskytnuto.

To, co je výše uvedeno, platí i v případě registrujícího zubního lékaře a gynekologa (s výjimkou návštěvní služby).



CO SI VZÍT
K LÉKAŘI
S SEBOU?

- ➡ průkaz zdravotní pojišťovny
- ➡ průkaz totožnosti (občanský průkaz, pas, případně řidičský průkaz)
- ➡ předchozí nálezy, lékařské zprávy od specialistů, případně propouštěcí zprávy z nemocnice

Je velmi důležité, aby Váš registrující lékař vždy obdržel všechny zprávy, které Vám napsali ostatní lékaři. Jinak jeho informace o Vašem zdravotním stavu nikdy nebudou kompletní.

Víte, že se máte hlásit u svého praktického lékaře pro dospělé a v případě dětí u praktického lékaře pro děti a dorost 3. den po propuštění z nemocnice?

NEMŮŽETE NAJÍT REGISTRUJÍCÍHO LÉKAŘE?

Pokud nemůžete najít registrujícího lékaře, který by Vás mohl vzít do péče, obraťte se na příslušnou zdravotní pojišťovnu, jež je podle odst. 1 § 46 zákona o veřejném zdravotním pojištění, povinna zajistit Vám příslušnou péči prostřednictvím zdravotnických zařízení, s nimiž má uzavřené smluvní vztahy. Také je možné informovat se o možnosti registrace na internetových stránkách Sdružení praktických lékařů a České stomatologické komory, které uveřejňují seznamy lékařů s momentálně volnou kapacitou pro příjem nových pacientů (dále viz kapitola „Důležité kontakty“).

Uvědomte si, že právě Vaší zdravotní pojišťovně posíláte peníze na svou zdravotní péči.

VÁŠ ODBORNÝ LÉKAŘ

Ne všechno může vyřešit registrující lékař. Pokud je potřeba specializované vyšetření, např. kardiologické nebo ortopedické, doporučí registrující lékař pacientovi návštěvu ambulantního specialisty. Spolu s doporučením k přijetí specializovaným lékařem zasílá registrující lékař též písemné odůvodnění a důležité zdravotní údaje včetně výsledků předem provedených vyšetření a informace o provedeném léčení. I v tomto případě má pacient právo na svobodnou volbu zdravotnického zařízení, tedy ambulantního specialisty.

Zapište si informace, které Vám podá odborný lékař, na následující straně.

Doporučujeme neobcházet Vašeho registrujícího lékaře a nejprve se vždy poradit s ním. Vzniknou pochopitelně situace, kdy při specifických či náhle vzniklých potížích vyhledáte přímo odborníka – např. chirurga, neurologa, kardiologa apod.

Nezapomeňte o výsledku návštěvy specialisty informovat svého registrujícího lékaře, který Vás k odbornému vyšetření odeslal, a předejte mu písemnou lékařskou zprávu.

POZNÁMKY

Návštěva dne:

U lékaře; jméno a odbornost:

.....

.....

Důvod:

.....

.....

Předepsané léky:

.....

.....

Reakce na léky a výsledek:

.....

.....

.....

POZNÁMKY

Návštěva dne:

U lékaře; jméno a odbornost:

.....

.....

Důvod:

.....

.....

Předepsané léky:

.....

.....

Reakce na léky a výsledek:

.....

.....

.....

POZNÁMKY

Návštěva dne:

U lékaře; jméno a odbornost:

.....

.....

Důvod:

.....

.....

Předepsané léky:

.....

.....

Reakce na léky a výsledek:

.....

.....

.....

VAŠI LÉKAŘI

Můj registrující praktický lékař pro dospělé

jméno, příjmení:

telefon:

ordinační hodiny:

Můj registrující praktický lékař pro děti a dorost

jméno, příjmení:

telefon:

ordinační hodiny:

Můj registrující zubní lékař

jméno, příjmení:

telefon:

ordinační hodiny:

Můj registrující gynekolog

jméno, příjmení:

telefon:

ordinační hodiny:

Můj ošetřující specialista, obor

jméno:

telefon:

Můj ošetřující specialista, obor

jméno:

telefon:

Moje nemocnice

telefon:

adresa:

Pohotovost

telefon:

adresa:



5

VAŠE NEMOCNICE

VAŠE NEMOCNICE



MŮŽETE SI JI ZVOLIT

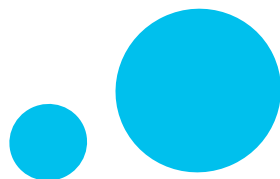
Každý pacient má právo zvolit si zdravotnické zařízení (více viz kapitola „Na co máte právo?“), kde bude hospitalizován. Nemá však nárok na výběr nemocnice, do níž jej převezme zdravotnická záchranná služba. Je samozřejmě potřeba vědět, zda ve zvoleném zdravotnickém zařízení provádějí vyšetření či výkony, které pacient potřebuje podstoupit. Zajímejte se o kvalitu poskytované zdravotní péče, počty provedených zdravotních výkonů, názory ostatních pacientů. Vzdálenost od Vašeho bydliště často není rozhodující.

A KTERÁ JE
TA NEJLEPŠÍ?

PODLE ČEHO SE ROZHODNOUT?

Stejně jako to děláte při nákupu některých spotřebních předmětů nebo při rozhodování o větší investici, měli byste věnovat odpovídající pozornost i výběru zdravotnického zařízení a nespokojit se jen s tím, které je zrovna nejbližší. Vždyť zdraví je to nejcennější, co máme. Váš praktický lékař Vám jistě doporučí nemocnici, s níž má dobré zkušenosti. Neměli byste však slepě spoléhat jen na doporučení jiných, a měli byste se pokusit sami si zjistit co nejvíce informací o zdravotnických zařízeních, která při výběru přicházejí v úvahu. Dobrý zdroj informací přináší internet, podívejte se, má-li Vámi zvolené zařízení internetové stránky a co na nich prezentuje, nebo vyhledejte stránky, na kterých můžete porovnat různá zdravotnická zařízení podle nějakých objektivních kritérií.

Je-li nemocnice kvalitní, má národní či mezinárodní akreditaci, nebo se o ni alespoň uchází. To, jak nemocnice přistupuje k pacientům, zda je informuje a zda je zapojuje do rozhodování o léčbě, poznáte také podle toho, zda zveřejňuje na svých stránkách výsledky výzkumu zaměřeného na spokojenost pacientů, nebo má dokonce certifikát



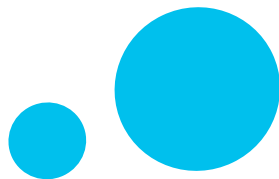
„SPOKOJENÝ PACIENT“ udělovaný ministerstvem zdravotnictví. Nemocnice, které mají akreditaci a věnují se patientským výzkumům obvykle splňují velmi náročné požadavky na kvalitní a bezpečnou péči o pacienty, sledují různé rizikové oblasti a mohou díky tomu rychle odstraňovat nedostatky. Seznam akreditovaných nemocnic je zveřejněn na stránkách www.sakcr.cz a seznam nemocnic, které mají nebo aspoň usilují o certifikát „SPOKOJENÝ PACIENT“, je na stránkách www.hodnoceni-nemocnic.cz nebo na portálu kvality Ministerstva zdravotnictví: <http://portalkvality.mzcr.cz>

Mohou Vám být užitečné též informace od lidí z Vašeho okolí, kteří v nemocnici byli. Navštivte zvolenou nemocnici osobně, všimněte si, zda je tam čisto, jak se chová personál, požádáte-li o nějaké informace. Ptejte se také ostatních pacientů, jakou mají s tímto zařízením zkušenost.

Právě takové informace od statisticky průkazného počtu pacientů sbírá projekt KVALITA OČIMA PACIENTŮ. Tento výzkum měří kvalitu zdravotní péče prostřednictvím spokojenosti pacientů. Pro pacienty poskytuje objektivní a dobře srovnatelné informace o hodnocení kvality jednotlivých zdravotnických pracovišť. Výsledky projektu dokážou porovnat mezi sebou nejen kvalitu celých zdravotnických zařízení, ale i jednotlivých odborných pracovišť v různých zařízeních po celé republice. Chystáte-li se na konkrétní výkon, můžete si na stránkách projektu www.hodnoceni-nemocnic.cz porovnat výsledky hodnocení všech pracovišť, na kterých se tento výkon provádí a které se zapojily do projektu KVALITA OČIMA PACIENTŮ (www.kvalitaocimapacientu.cz). Pacienti na každém lůžkovém oddělení zdravotnického zařízení hodnotí celkem 50 indikátorů kvality, které tvoří osm dimenzí kvality lůžkové péče:

1. Přijetí pacienta do zařízení
2. Respekt – ohled – úcta k pacientovi
3. Koordinace a integrace péče o pacienta
4. Informace a komunikace s pacientem
5. Tělesné pohodlí pacienta
6. Citová opora pacienta
7. Zapojení rodiny a blízkých do léčby pacienta
8. Propuštění pacienta ze zařízení

Podrobnější informace o tomto šetření naleznete také na portálu kvality Ministerstva zdravotnictví www.mzcr.cz nebo na stránkách projektu www.hodnoceni-nemocnic.cz.



CO SI VZÍT S SEBOU

- ➡ Doklad totožnosti a průkaz pojištěnce.
- ➡ Starší záznamy o svém onemocnění (kopie lékařských zpráv), lékař z nich lépe a rychleji získá informace o Vašem zdravotním stavu.
- ➡ Seznam aktuálně užívaných léků (můžete si poznamenat na str. 28).

CO SI RADĚJI NEVZÍT...

- ➡ Větší množství peněz a cenností, šperky, kreditní karty, cennou elektroniku. Nemocnice ručí za odložené věci, ale jen za ty, které se obvykle do nemocnice přinášejí. Nepočítejte s tím, že zdravotnické zařízení převezme odpovědnost za vyšší sumy peněz a cenností, pokud si je neuložíte do trezorů k tomu určených.



PŘÍJEM DO NEMOCNICE

Ve většině případů je pacient přijímán na základě doporučení registrujícího lékaře nebo ambulantního specialisty. Nastanou samozřejmě situace, kdy jste nuceni přijet do nemocnice akutně, bez doporučení lékaře. Přijímající lékař Vás seznámí s důvodem přijetí a s plánem zdravotní péče v průběhu hospitalizace. Vyšetří Vás a bude se ptát na vše, co se týká Vašeho aktuálního zdravotního stavu, co přesně Vás do nemocnice přivádí a jaké nemoci jste prodělali. Přichází čas na Vaše otázky.

Ptejte se na vše, co Vás zajímá.

Přijímací sestra Vás odvede na pokoj, seznámí Vás s chodem oddělení. Dodržíte-li speciální dietu, můžete požádat o setkání s nutričním terapeutem (dietní sestra).

Pokud Vás nemocnice vybavila identifikačním náramkem, nesnímejte jej po celou dobu hospitalizace. Oblečení pacientů se dle zvyklostí konkrétní nemocnice ukládá do šatny nebo do skříní přímo na pokoji pacientů.

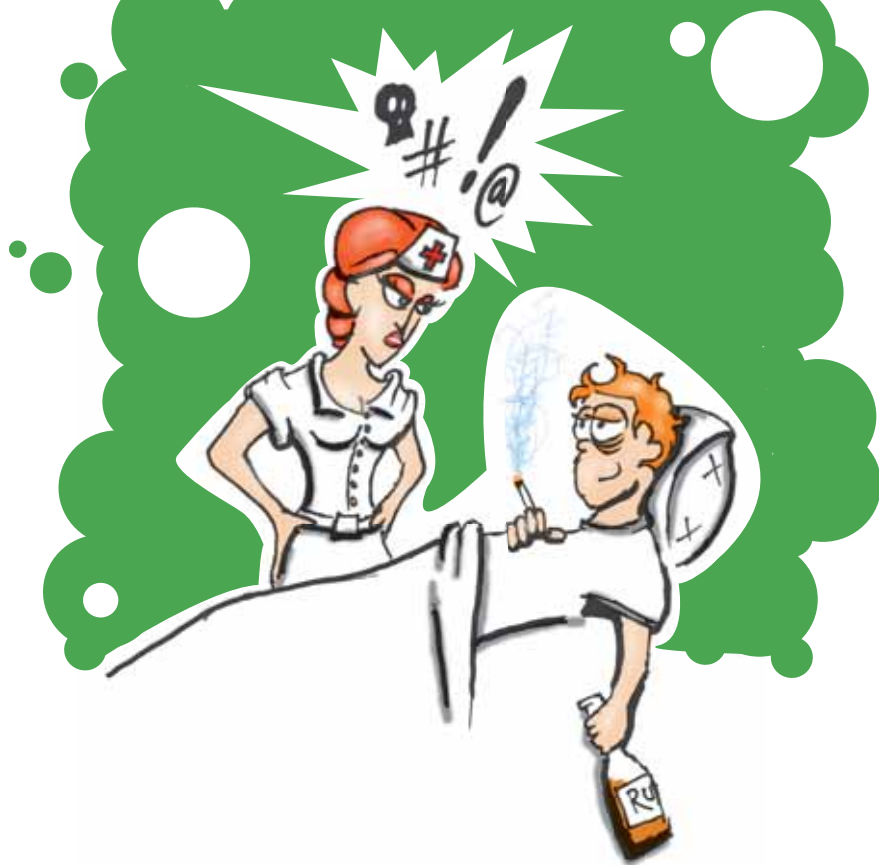


U varianty se šatnou si vyžádejte potvrzení o odevzdání, včetně popisu oblečení, který si pečlivě zkontrolujte. Případnou ztrátu či poškození nelze reklamovat, pokud tyto údaje chybějí. Sestra Vám rovněž nabídne uložení cenností do nemocničního trezoru proti vystavenému potvrzení o převzetí.

O ČEM MÁTE ZDRAVOTNÍKY INFORMOVAT?

Zdravotníky informujte o lékové, potravinové či jiné alergii, jíž trpíte. Zvláště pokud se mění personál, raději upozorňujte znovu. Zdravotníky dále informujte o všech užívaných lécích. Bez vědomí personálu sami žádné léky neužívejte.

Je důležité, aby měl personál informace o tom, co zvládnete z hlediska sebeobsluhy (při pohybu, osobní hygieně, jídle, při vstávání, používání toalety, oblékání apod). Upozorněte na svá další omezení, zvyky a potřeby, aby ošetřující personál počítal s asistencí, pokud ji potřebujete.



CO NESMÍTE?

Respektujte zákaz kouření v objektu nemocnice s výjimkou míst k tomu určených. Alkoholické nápoje není vhodné konzumovat v průběhu hospitalizace, z tohoto důvodu je i zákonem upraven zákaz prodeje alkoholických nápojů ve zdravotnickém zařízení.

Pokud si s sebou do nemocnice vezmete mobilní telefon, respektujte zákaz používání mobilních telefonů v blízkosti některých přístrojů či provozů. Při telefonování berte ohled na ostatní pacienty.

UBYTOVÁNÍ V NEMOCNICI

Pokud chcete využít možnosti nadstandardních podmínek ubytování, ptejte se hned při příjmu, zda taková možnost existuje. Nadstandardní pokoj je zpravidla jednolůžkový a je vybaven televizorem, někde ledničkou či internetovou přípojkou. Personál by Vám měl předložit oficiální ceník. Pokud jste si nadstandard neobjednali a pokud není k dispozici jiný volný pokoj, platba za ubytování na nadstandardním pokoji po Vás nesmí být požadována.

PŘÍJEM DÍTĚTE DO NEMOCNICE

CO SI VZÍT S SEBOU?

Před plánovanou hospitalizací se informujte u registrujícího praktického lékaře pro děti a dorost na požadované dokumenty a nezbytné osobní věci, které je třeba si vzít s sebou do nemocnice.

Při příjmu dítěte se požaduje předložení průkazu totožnosti zákonného zástupce a legitimace zdravotní pojišťovny, u níž je dítě pojištěno.



PRÁVA DÍTĚTE

➡ Dítě má právo být hospitalizováno spolu s doprovodem. O přijetí a umístění doprovodu však rozhoduje zdravotnické zařízení. Pobyt doprovodu dítěte ve věku do 6 let hradí zdravotní pojišťovna, u které je pojištěno doprovázené dítě. Pobyt doprovodu dítěte staršího šesti let je hrazen ze zdravotního pojištění jen se souhlasem revizního lékaře. Není však ještě zaručeno, že doprovodu bude přiděleno lůžko na oddělení. Rozhodnutí lékaře o tom, zda doprovod bude nebo nebude přijat na lůžko, nijak neomezuje právo dítěte na přítomnost doprovodu a právo doprovodu na přítomnost u dítěte. I doprovod, který k hospitalizaci přijat nebyl, má právo s dítětem mladším osmnácti let v nemocnici zůstat, a to v souladu s provozním řádem nemocnice.

➡ Dítě má právo být hospitalizováno spolu s dětmi, nemá být přijímáno na oddělení dospělých.

➡ Dítě má právo být informováno o poskytované zdravotní péči, a to přiměřeným způsobem s ohledem na věk a úroveň rozumového chápání.“

PRÁVA ZÁKONNÝCH ZÁSTUPCŮ DÍTĚTE

➡ Zákonní zástupci mají právo být plně informováni o tom, co se s jejich dítětem děje, včetně úplného poučení, nahlížení do zdravotnické dokumentace, pořízení výpisů, opisů nebo kopií této dokumentace.

➡ Vyšetřovací a léčebné výkony u dítěte se provádějí se souhlasem zákonného zástupce. Výjimku představuje neodkladné provedení výkonu nezbytného k záchraně života nebo zdraví dítěte, kdy tento výkon bude proveden, i když s ním zákonní zástupci nebudou souhlasit.

➡ Při propuštění požadujte zprávu o propuštění, včetně návrhu dalšího léčebného postupu pro registrujícího lékaře, informujte se o potřebě kontrol v případě dobrého zdravotního stavu i v případě jeho zhoršení. Při propuštění má dítě nárok na vybavení léky na tři dny, stejně jako dospělý.

PRŮBĚH HOSPITALIZACE

INFORMOVANÝ SOUHLAS EXISTUJE JAKO:

- ➡ předpokládáný (pacient nedá najevo svůj nesouhlas),
- ➡ ústní (provede se záznam do zdravotnické dokumentace),
- ➡ písemný (pacient poté, co je zdravotnickým pracovníkem informován o navrženém zdravotním výkonu a možných rizicích a jsou mu zodpovězeny všechny dotazy, podepisuje tzv. informovaný souhlas). Podpisem informovaného souhlasu se zdravotnický personál nemůže zbavit odpovědnosti za případné pochybení při poskytování zdravotní péče.

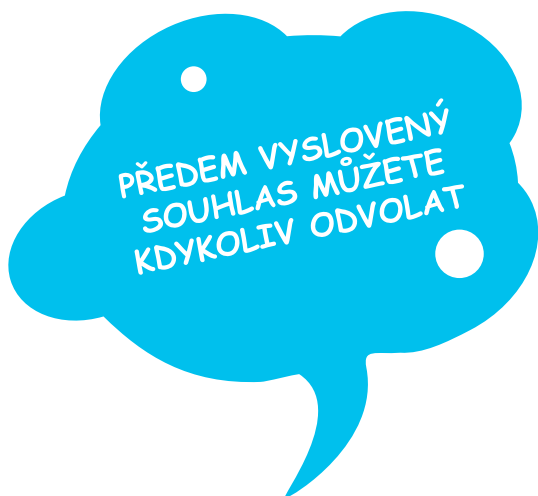
O tom, zda bude vyžadován ústní nebo písemný informovaný souhlas, rozhoduje vždy zdravotnické zařízení.

Písemný informovaný souhlas pacient podepisuje vždy před operací, zdravotním výkonem či vyšetřením, při nichž mohou nastat závažné komplikace. Jde o poměrně obsáhlý text, v každém případě však musí být srozumitelný laikovi.

Zdravotnický pracovník Vás musí informovat o účelu a povaze poskytované zdravotní péče a každého zdravotního výkonu. Musí podat též informaci o jeho důsledcích, alternativách a rizicích.

Zdravotnický personál by měl vždy brát ohled na aktuální zdravotní stav pacienta, na jeho věk a rozumovou vyspělost, a těmito skutečnostem by mělo být přizpůsobeno podání informace.

Dopřejte si čas a v klidu si jej přečtěte. V některých nemocnicích probíhá výuka studentů medicíny a ošetrovatelství a budete mít možnost vyjádřit svůj souhlas i s tím, aby do Vašich zdravotních záznamů nahlíželi studenti medicíny či ošetrovatelství při praktické výuce (i pro ně platí povinnost zachovávat mlčenlivost o všech skutečnostech souvisejících s poskytováním zdravotních služeb). Pokud si to nepřejete, sdělte to personálu, který o Vás pečuje, i když na druhé straně je nepochybně užitečné a žádoucí, aby se studenti seznámili s co nejširším spektrem onemocnění a pacientů.



Můžete odmítnout provedení zdravotního výkonu, o čemž následně podepíšete tzv. reverz, který obsahuje poučení o možných následcích neprovedení výkonu.

Nelze připustit, aby písemný informovaný souhlas popisující průběh operace a též jednotlivých zdravotních výkonů předala pacientovi na chodbě zdravotní sestra a požadovala po něm podpis. Například o navržené operaci musí pacienta vždy informovat lékař a pacienta nelze nutit k podpisu informovaného souhlasu. Pokud odmítnete podepsat, avšak zdravotní výkon nebo operaci přesto požadujete, provede se o tom zápis do zdravotnické dokumentace.

dále viz kapitola: „Na co máte právo“

ROZHOVOR S OPERATÉREM

Váš operatér Vám vysvětlí důvody výkonu, nastíní Vám možnosti řešení a rizika. Zároveň by Vám měl sdělit předpokládanou délku pobytu v nemocnici po operaci, průběh po operaci a prognózu návratu do pracovního procesu, případně omezení v běžném způsobu života. Pokud Vám operace způsobí nějaká omezení nebo vyvolá např. potřebu dalšího léčení či užívání léků, měli byste se o všech těchto skutečnostech dozvědět před operací. Ptejte se na to, zda existuje neoperační alter-

nativní řešení a jaké výhody má řešení, které Vám v nemocnici nabídli. K povinnostem lékaře náleží vysvětlit Vám všechna rizika výkonu, který podstupujete.

Při jakémkoliv výkonu platí dvojnásob: Stále potvrzujete svoji identitu, hlase své plné jméno, příjmení a rok narození.

INFORMOVANÝ SOUHLAS S OPERAČNÍM VÝKONEM

Jak už bylo řečeno výše, dopřejte si dostatek času na rozmyšlenou. Poradte se se svými blízkými, a pokud čemukoli nerozumíte, nechte si to vysvětlit. Pokud s provedením operace nesouhlasíte, můžete ji odmítnout. V případě, že je ohrožen Váš život, a jste-li v bezvědomí nebo z jiného důvodu nemůžete vyslovit souhlas s poskytováním zdravotní péče, může být život zachraňující výkon proveden bez Vašeho souhlasu.

AUTOTRANSFUZE

Jedná se o předoperační odběr krve, kdy před plánovaným výkonem pacientovi, pokud to jeho zdravotní stav dovolí, odeberou několik jednotek krve (1 jednotka = 500 ml krve), jež jsou mu pak aplikovány zpět



během operace. Krev se samozřejmě musí odebrat v takovém časovém období před operací, aby nenastalo překročení doby použitelnosti. Odběry se zpravidla zahajují 2–3 týdny před operací. Nejkratší doba odběru krve pro autotransfuzi před operací obnáší 4 dny.

ROZHOVOR S ANESTEZIOLOGEM

Před operačním výkonem musí vždy proběhnout také rozhovor anesteziologa s pacientem. Zeptá se Vás na předchozí a současné choroby, na užívané léky, alergie, alkohol, návykové látky, průběh předchozí anestezie (komplikace při anestezii, obtížná intubace, alergie na anestetika, nevolnost po anestezii apod.), předchozí podání krevních derivátů a případné komplikace. Informovaný souhlas s podáním anestezie taktéž náleží k platným součástem zdravotnické dokumentace.

Opět se zeptejte na cokoli, např. jaké možnosti anestezie existují a který typ je pro Vás nejvhodnější. S anesteziologem můžete konzultovat svou léčbu bolesti po výkonu.

ČEKACÍ DOBY NA OPERACI

Ze zákona máte stejný nárok na kvalitní a dostupnou zdravotní péči jako každý jiný pojištěnec, který se účastní systému veřejného zdravotního pojištění v České republice. Neodkladná péče musí být poskytnuta ihned. Na některé typy plánovaných výkonů však může existovat tzv. čekací listina, tzn., že výkon Vám nemůže být proveden ihned.

Hlavní důvody čekacích dob na výkony: v první řadě je to kapacitní omezení pracoviště, na druhém místě limitace úhrad výkonů zdravotnickému zařízení zdravotními pojišťovnami. Pokud je čekací doba neúměrně dlouhá, žádejte vysvětlení u své zdravotní pojišťovny. V žádném případě by však nemělo docházet k tomu, aby Vás při čekání na výkon předběhl někdo jiný. Výjimku představuje zhoršení zdravotního stavu jiného pacienta, jemuž musí být z tohoto důvodu proveden zdravotní výkon přednostně. Ministerstvo zdravotnictví za tímto účelem zpracovalo metodiku, jež je k dispozici na www.mzcr.cz, a zdravotnická zařízení, která chtějí mít spokojené pacienty, by se jí měla řídit.

Zda Vaše nemocnice postupuje v této oblasti spravedlivě a otevřeně, zjistíte snadno. Podívejte se na její webové stránky. Některé nemocnice zde mají vyvěšen elektro-

nický kalendář, kde si svou pozici (většinou přidělený kód nebo číslo) můžete ověřit a sledovat možný termín své operace. V některých nemocnicích používají metodu písemně vedených plánovacích kalendářů. Termín operace by se však neměl měnit, pokud je Vám přidělen, ledaže by se objevil důvod na Vaší straně. Čekací doby se mohou lišit podle druhu výkonu nebo zdravotnického zařízení, kde se bude výkon provádět.

LÉKY V NEMOCNICI

➡ Nezapomeňte si na str. 28 poznamenat seznam a rozpis trvale užívaných léků. Během hospitalizace nemocnice odpovídá za podání veškerých léků – tedy i těch, které užíváte dlouhodobě a nemají souvislost s Vaším současným pobytem.

➡ Žádné léky neberte sami, bez vědomí zdravotníků. Myslete na to, že léky, které jsou Vám předepsány, mohou být negativně ovlivňovány léky, jež jste si „naordinovali“ sami!

NEBRAT LÉKY SÁM !

- Léky smí samostatně podávat k tomu kvalifikovaný zdravotnický pracovník – lékař, zdravotní sestra.
- Léky musí sestra podávat z původního balení přímo na pokoji.
- Ptejte se, jaké léky Vám sestra přináší.
- Ptejte se, proč tyto léky dostáváte.
- Máte právo na informace o lécích, které Vám byly naordinovány, a jejich případných vedlejších účincích. Tyto informace žádejte po svém ošetřujícím lékaři.



STRAVA V NEMOCNICI

Výživa je pro dobrou tělesnou kondici a odolnost organismu velmi důležitá. Pouze pacient s dobrým stavem výživy se dokáže rychle uzdravovat, snadněji se mu hojí rány a je více odolný vůči komplikacím (infekce, proleženiny). V nemocnici můžete mít naordinovanu speciální dietu. Lékař tím reaguje na skutečnosti, které zjistil při vyšetřeních.

Pro konzultaci o Vaší stravě v průběhu hospitalizace i po ní máte možnost využít nemocničního nutričního terapeuta. Vyžádejte si jej u svého ošetřujícího lékaře. Pokud máte potíže s příjmem potravy (kousání, špatná sebeobsluha, nechutenství), ihned je oznamte sestře. Je velmi důležité, abyste tuto důležitou součást terapie nepodcenili.

KDO SE O VÁS STARÁ?

➡ Každý zdravotnický pracovník, který o Vás pečuje, by měl být zřetelně označen svým jménem, příjmením, funkcí a pracovištěm, z něhož pochází. Při prvním kontaktu s Vámi by se měl představit. Pokud tak neučiní, požádejte jej o to.

➡ Na oddělení o Vás pečuje Váš ošetřující lékař. Ten by Vás měl každý den navštívit, promluvit s Vámi, vyšetřit Vás, vysvětlit další postup, naplánovat vyšetření, eventuálně léčbu.

► Jemu nadřízený je vedoucí lékař oddělení. Můžete se s nimi seznámit při velké vizitě, která probíhá zpravidla 1–2x týdně. Kromě ošetřujícího lékaře o Vás v odpoledních a nočních hodinách, stejně jako o víkendu, bude pečovat službu konající lékař. Váš ošetřující lékař si může vyžádat také konzultaci odborníka jiného oboru, tedy lékaře - konziliáře.

► S lékařem úzce spolupracuje zdravotní sestra. Pro každou směnu by Vám měla být přidělena „Vaše“ sestra. Na začátku směny by se Vám měla představit. Její nadřízená je staniční sestra, event. vrchní sestra, na ně se můžete obracet s případnými připomínkami k práci ošetřovatelského personálu.

DALŠÍ ČLENOVÉ OŠETŘOVATELSKÉHO TÝMU

► Fyzioterapeuti obvykle docházejí na oddělení a pomáhají pacientům v rámci doléčování. Mohou Vám poradit vhodné cvičení před a po výkonu, pro zmírnění Vašich obtíží s pohybovým aparátem apod.

► Sociální pracovník poskytuje odborné poradenství z oblasti sociálního zabezpečení při Vašem propouštění do domácí péče, informuje o typech domácí péče a institucích, které tuto péči zajišťují, spolupracuje s rodinou

a agenturami domácí péče při hledání pomoci pro nemocného v domácím prostředí, řeší individuální problémy pacientů v sociální oblasti, například s bydlením, s péčí o děti, s hledáním pracovního uplatnění.

➡ Psychiatr, psycholog, duchovní – Vaše psychická pohoda je důležitou součástí léčby, proto ji nepodceňujte. Řada onemocnění přichází jako důsledek dlouhodobého psychického strádání a u některých zdravotních stavů může pomoci rozhovor s odborníkem či s duchovním.

➡ Individuální kontakt s těmito službami Vám zprostředkuje Vaše ošetřující sestra, případně ošetřující lékař.

➡ Dobrovolníci představují v některých zdravotnických zařízeních vhodný doplněk spektra služeb. Většinou se starají o volný čas pacientů, o jejich psychickou pohodu a mohou zajišťovat asistenci nevyžadující odborné vzdělání. V žádném případě však nenahrazují práci ošetrovatelského a pomocného personálu. Setkat se s nimi můžete jak ve velkých tak i v menších nemocnicích, na různých typech oddělení pro děti i pro dospělé. Dobrovolníky poznáte podle označení na jmenovce s fotografií, často mají na sobě i barevný pracovní oděv s označením „Dobrovolník“ (vestu nebo tričko). O možnosti využití služeb dobrovolnického programu na oddělení se dozvíte z informačních brožur, od ošetřujícího personálu nebo také na www.mzcr.cz - dobrovolníci ve zdravotnictví.

POHYBLIVOST PACIENTA

Snížená fyzická aktivita v průběhu hospitalizace (např. po chirurgickém výkonu, po dlouhodobém upoutání na lůžku) může rychle navodit úbytek svalové hmoty s následným snížením pohyblivosti. Fyzická nečinnost rovněž zvyšuje riziko nepředvídaných pádů.

Pacienti se sníženou pohyblivostí vyžadují speciální péči.

Vzdálenost mezi lůžky na pokoji má být minimálně 70 cm, pokud je pacient na invalidním vozíku či se pohybuje za pomoci berlí, chodítka apod., měl by obývat pokoj, kde je vzdálenost mezi lůžky větší.



**KLID NA LŮŽKU MŮŽE
VÉST KE ZTRÁTĚ SVA-
LOVÉ SÍLY O 5 – 7 %
ZA TÝDEN**

Požádejte o speciální vybavení lůžka, výhodné pro Vaše bezpečí jsou postranice – máte pak na lůžku větší jistotu. Nemocniční postele jsou již vybaveny hrazdou, přídavnými jídelními stolky, signalizačním zařízením na přivolání personálu. Lze upravit i výšku lůžka.

Řekněte si o asistenci, kdykoli si nejste jisti, že pohyb zvládnete sami.



PÁDY

Pády pacientů znamenají bohužel časté komplikace hospitalizace. Jaké jsou nečastější příčiny pádů v nemocnici?

- Pacienti mnohdy nechtějí personál obtěžovat s prosbou o pomoc při vstávání z lůžka (nejčastěji dochází k pádům při cestě na toaletu).
- Lůžko je příliš vysoko, pacienti nedosáhnou nohama na zem.
- Kluzká nebo mokrá podlaha.
- Špatně osvětlená chodba.
- Nedostatek prostoru mezi lůžky.
- Překážky v cestě – noční stolky, křesla, chodítka apod.
- Oslabení v důsledku ztráty svalové síly, závratě, bolesti, stavy po celkové anestezii, užívání léků, které ovlivňují rovnováhu.



V nemocnici noste přezůvky s protiskluzovou podrážkou, nechodte jen v ponožkách a nechodte potmě. Všimněte si, zda chodbu při vytírání označují výstražnými kužely, a ptejte se na toto opatření. Nebojte se požádat personál o pomoc.

**PŘEDCHÁZEJTE
ZBYTEČNÝM PÁDŮM
A ZRANĚNÍM!**

Ruční dávkovač s dezinfekčním prostředkem s obsahem alkoholu by měl být umístěn v nemocnici na každém pokoji, kde jej lze použít místo mytí rukou. Je velmi účinný.

Pokud jste upoutáni na lůžko, požádejte personál, aby Vám umožnil mytí rukou dle Vaší potřeby nebo si nechte přinést dezinfekční vlhké ubrousky. Vaše lůžko by mělo být stále čisté. Požádejte personál o okamžitou výměnu, kdykoliv dojde k jeho znečištění biologickým materiálem (krev, moč, hlen apod.). Návštěvy upozorněte na nutnost umytí si rukou, pokud jsou s Vámi v kontaktu, a na dodržování hygienických pravidel – návleky na boty, případně užití pláště na některých odděleních.

Podle zahraničních odhadů je na světě každý den léčeno cca 1,4 milionu lidí kvůli infekci, kterou získali během pobytu v nemocnici (tzv. nozokomiální infekce). Mytí a dezinfekce rukou představují hlavní nástroj k omezení tohoto rizika.

Myjte si ruce pokaždé:

- když přicházíte do kontaktu s ostatními
- před jídlem
- po použití toalety

PROPUŠTĚNÍ Z NEMOCNICE

Při propuštění z nemocnice pacient obdrží propouštěcí zprávu, která obsahuje informace o průběhu léčení, o provedené operaci, následném režimu, kontrolách apod. Tato zpráva je určena pro registrujícího lékaře i jiného lékaře, který pacienta na hospitalizaci vyslal.

Kopii propouštěcí zprávy si můžete od lékaře vyžádat a vzít si ji s sebou domů.

LÉKY „NA CESTU“

Při propuštění sestra pacientovi na základě předepsání lékařem připraví léky, které mu vystačí do návštěvy praktického lékaře, tedy na 3 dny. Každý druh léku by měl být balen odděleně a obal by měl být popsán názvem a informací, jak jej užívat. Pacient rovněž obdrží zdravotnické prostředky, hrazené zdravotní pojišťovnou, pokud je potřebuje.

Ujistěte se, že víte, jak budete léky v domácím prostředí užívat, a že jsou správně označeny. Co nejdříve, nejpozději třetí den po propuštění z nemocnice navštivte svého praktického lékaře nebo příslušného odborného lékaře, aby Vám případně předepsal další léky a navrhl další léčbu. Předajte mu též propouštěcí zprávu.

RECEPT

➡ Budte opatrní, pokud Vám předepišují léky různí lékaři, neboť léky se stejnou léčivou látkou se mohou jmenovat různě. Pokud navštěvujete více lékařů, mohou Vám být předepsány podobné léky a jejich vzájemné působení a hromadění Vám mohou poškodit zdraví. Noste sebou neustále seznam léků, které užíváte, abyste tomu předešli. Pokud si nejste jisti, poraďte se se svým lékárníkem.



➡ Ještě v ordinaci lékaře si na receptu zkontrolujte jméno a identifikační číslo pojištěnce (obvykle rodné číslo).

➡ Ověřte si názvy léků a ujistěte se, že správně rozumíte dávkování.

➡ Ověřte si i předepsaný počet balení, na němž jste se s lékařem dohodli, a to tak, aby Vám léky vydržely do případné kontroly.

➡ Můžete dostat předpis na léky až na dobu tří měsíců nebo tzv. opakovací recept, na který si můžete léky v lékárně vyzvedávat za uvedených podmínek opakovaně.

➡ Informujte se u svého lékárníka na možnost vydání plně hrazeného léku (bez doplatku) nebo levnějšího léku se stejným účinkem. Lékárník má oprávnění Vám tento lék vydat.

ROZHOVOR S LÉKAŘEM PŘI PROPOUŠTĚNÍ

➤ **Je velmi důležité, abyste při Vašem propouštění z nemocnice věnovali náležitou pozornost rozhovoru s lékařem.**

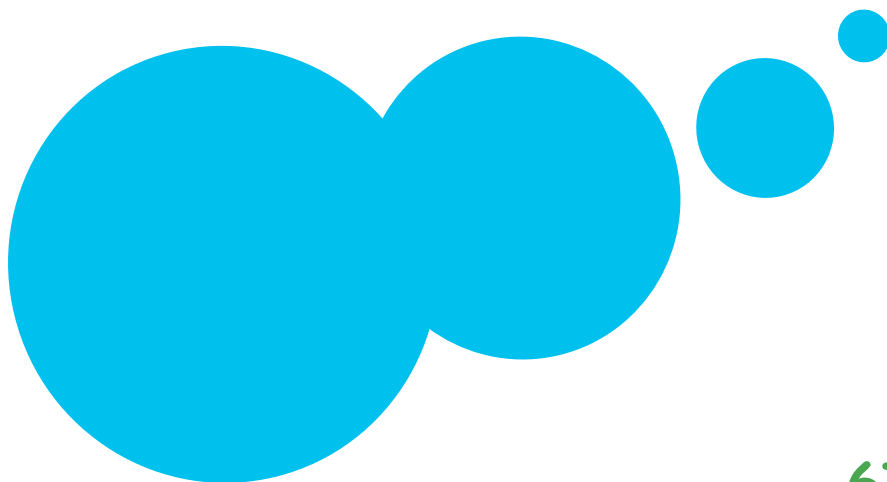
➤ Zeptejte se jej na vše, co potřebujete vědět o Vašem dalším režimu:

➤ Jaké nové léky berete, jak se užívají a zda je může předepsat praktický lékař

➤ Jak postupovat a koho kontaktovat, pokud se objeví zdravotní potíže

➤ Jaká bude následná péče, kdy máte přijít na kontrolu

➤ Zda máte dodržovat nějaká speciální dietní, pohybová či režimová opatření



DOPRAVNÍ ZDRAVOTNÍ SLUŽBA

Zdravotní pojišťovna hradí dopravu pacienta do zdravotnického zařízení, ze zdravotnického zařízení do místa trvalého nebo přechodného pobytu nebo do ústavu sociálních služeb, a to v případě, kdy zdravotní stav pacienta neumožňuje dopravu běžným způsobem. Rozhodne o ní ošetřující lékař, stejně jako o případném doprovodu.

Při propouštění se poradte s lékařem, jak má být zajištěn Váš transport, zda jste schopni se dopravit domů sami, nebo zda Vám doporučí převoz vozidlem dopravní zdravotní služby.

Pozor! Pokud si zvolíte transport do vzdálenější nemocnice, pak je z prostředků veřejného zdravotního pojištění uhrazena pouze doprava do podobného zdravotnického zařízení v blízkosti bydliště a rozdíl hradí pacient.

DOMÁCÍ PÉČE

Po hospitalizaci v nemocnici může nastat situace, kdy pacient ještě potřebuje pravidelnou zdravotní péči, avšak nemusí být nutně hospitalizován. Za tímto účelem jsou zřizovány služby domácí ošetrovatelské péče, určené klientům všech věkových skupin. Domácí péče je pro pacienta mnohem pohodlnější než pobyt v nemocnici a tento způsob čerpání zdravotních služeb se stal ve světě velmi žádaným.

Poradte se se svým praktickým lékařem, pokud máte pocit, že byste tento typ péče potřebovali. Plná úhrada této služby z veřejného zdravotního pojištění je podmíněna indikací praktickým lékařem. Služba je ve většině regionů dostupná. Službu je vhodné použít v případech, kdy pacient není schopen navštěvovat pravidelně zdravotnické zařízení a potřebuje zejména:

- kontrolovat zdravotní stav – měřit krevní tlak, hladinu cukru apod.
- podávat injekční a neinjekční léky (inzulin, léky na bolest, ředění krve apod.)
- ošetřovat kožní defekty (bércové vředy, proleženiny, pooperační rány)
- předcházet proleženinám
- pečovat o hydrataci (zavodnění), sledovat příjem a výdej tekutin
- podávat infuzní léčbu – tzv. infuzní kapačky (léčba bolesti, zajištění hydratace)
- aktivizovat po stránce fyzické i psychické
- provádět odběry krve a ostatního biologického materiálu
- ošetřovatelskou rehabilitaci
- pečovat o permanentní katetr (dlouhodobě zavedená močová cévka), vycévkovat, ošetřit stomii (vývod), aplikovat klyσμα



6

DŮLEŽITÉ INFORMACE

DŮLEŽITÉ INFORMACE



CO ZNAMENÁ
PREVENCE?

PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY

Prevence znamená předcházení nemocem a jejich důsledkům. Díky pravidelným kontrolám si můžete ušetřit spoustu zdravotních problémů. Je však třeba, aby preventivní prohlídka byla provedena opravdu řádně a s veškerou péčí. Obsah a časové rozmezí preventivních prohlídek jsou stanoveny ve vyhlášce č. 3/2010 Sb. Preventivní prohlídka nesmí probíhat jen formou pohovoru pacienta s lékařem.

Vyžadujte od lékaře všechna vyšetření, na která máte nárok. Pomozte svému lékaři tím, že jej budete pravdivě informovat.

Ze zdravotního pojištění jsou Vám hrazeny preventivní prohlídky, které provádějí registrující lékaři.

PRAKTICKÝ LÉKAŘ PRO DĚTI A DOROST

Provádí preventivní prohlídku v prvním roce života devětkrát do roka, u novorozence již v prvních dvou dnech po propuštění z porodnice, dále pak ve 14 dnech, v 6 týdnech, ve 3 měsících, ve 4 – 5 měsících, v 6 měsících, v 8 měsících, v 10 – 11 měsících, ve 12 měsících, v 18 měsících věku, ve třech letech a dále vždy jedenkrát za dva roky. Poslední preventivní prohlídku může provést před dovršením 19. roku věku, tedy nejpozději před dnem 19. narozenin.

PRAKTICKÝ LÉKAŘ PRO DOSPĚLÉ

Provádí preventivní prohlídku vždy jedenkrát za dva roky (první prohlídku tedy provede za 2 roky od poslední preventivní prohlídky provedené praktickým lékařem pro děti a dorost).

ZUBNÍ LÉKAŘ

Provádí preventivní prohlídku u dětí a dorostu ve věku do 18 let dvakrát ročně, u těhotných žen dvakrát v průběhu těhotenství, u dospělých jedenkrát ročně.

GYNEKOLOG

Provádí preventivní prohlídku při ukončení povinné školní docházky v 15 letech a dále jedenkrát ročně.

SKREENINGOVÉ PROGRAMY

Nejde zas o tak složité slovo. Skreening neboli vyhledávání rizikových nemocí v populaci znamená velmi užitečnou věc. Každoročně u nás tento Ministerstvem zdravotnictví ČR a odborníky organizovaný program odhalí tisíce nádorových onemocnění, jejichž nositelé by jinak vůbec netušili, že nějaká mají. Odhalíme díky tomu nádory, které se ve své počáteční fázi dají ještě velmi dobře léčit. A pacienti nemusí umírat...

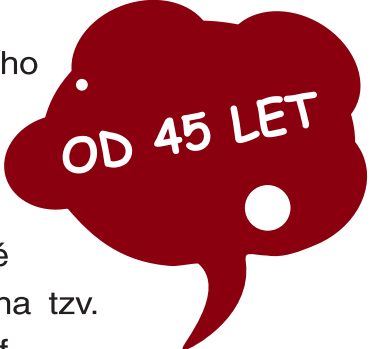
Ve vyspělé Evropě navštěvují občané tyto programy velmi disciplinovaně, účastní se jich až 80 % populace. U nás je situace mnohem horší. Nejsme příliš ochotni převzít zodpovědnost za své zdraví – hlídat se. Zkuste to napravit a odměnou Vám bude delší život.

V současné době máte možnost navštívit tři tyto programy hrazené z veřejného zdravotního pojištění, přičemž další se připravují:

1. SKREENING KARCINOMU PRSU

V České republice každoročně onemocní rakovinou prsu více než pět tisíc žen. Díky fungujícímu skreeningovému programu se však většinu těchto onemocnění daří nalézt včas, s velkou nadějí na vyléčení. Skreeningové vyšetření byste měla podstoupit, pokud dovršíte věk 45 let. Navštíví-

te-li v tomto období svého registrujícího praktického lékaře nebo registrujícího gynekologa, napíše Vám doporučení na akreditované (schválené příslušným úřadem) skreeningové pracoviště, kde Vám bude provedena tzv. skreeningová mamografie (mamograf – speciální přístroj, využívající k vyšetření prsu tzv. měkké rentgenové záření).



OD 45 LET

Vyšetření není nijak zatěžující a nevyžaduje žádnou speciální přípravu. Jeho výsledek pracoviště nahlásí zpět Vašemu lékaři a ten podle nálezu zajistí vše potřebné. Pokud je vše v pořádku, měla byste nadále na toto vyšetření chodit ve dvouletém intervalu. Veškeré potřebné informace o vyšetření, mapu akreditovaných center i odbornou poradnu naleznete na stránkách www.mamo.cz.

2. SKREENING KARCINOMU DĚLOŽNÍHO HRDLA

Další ze skreeningových programů věnovaných ženám pro vyhledávání jednoho z nejčastějších a zároveň i nejvíce nebezpečných gynekologických nádorů.

Toto vyšetření již asi znáte. Váš registrující gynekolog Vám při vyšetření v zrcadlech provede stěr z děložního hrdla, natře jej na sklíčko a skreeningová laboratoř jej prohlédne pod mikroskopem. Výsledek pak opět odešle Vašemu



VŠECHNY
DOSPĚLÉ ŽENY
JEDNOU
ROČNĚ

gynekologovi, který již zajistí vše potřebné. Na toto vyšetření byste měla přijít jednou ročně. Opravdu je velmi důležité chodit pravidelně, neboť se tak můžete tomuto zákeřnému onemocnění, na které ročně zbytečně umírá přes 400 žen, úspěšně vyhnout. Další informace naleznete na stránkách www.cervix.cz.

3. SKREENING KARCINOMU TLUSTÉHO STŘEVA (KOLOREKTÁLNÍHO KARCINOMU)

Na tomto programu lze velmi dobře poznat, kolik lidských životů by mohlo být ušetřeno, kdyby jej klienti navštěvovali. V České republice na kolorektální karcinom ročně umírá přes osm tisíc mužů a žen. Včasné screeningové vyšetření a jednoduchý zákrok přitom mohou tomuto smrtelnému onemocnění zcela zabránit. Vyšetření spočívá v následujících úkonech. Ve svých padesáti letech zbystřete a každoročně žádejte u svého registrujícího praktického lékaře nebo registrujícího gynekologa vyšetření na tzv. okultní (skryté) krvácení v zažívacím traktu. Spočívá v odběru vzorků stolice do speciálních obálek nebo lahviček. Krev ve stolici může být totiž prvním signálem přítomnosti nádoru. Od 55 let máte možnost zvolit místo opakovaného vyšetření stolice tzv. primární screeningovou kolonoskopii. Při ní Vám gastroenterolog zavede do konečníku tenkou ohebnou rourku (endoskop) a prohlédne Vám detailně sliznici tlustého střeva. Vyšetření sice



bude vyžadovat Vaši trpělivost, ale za pocit jistoty to rozhodně stojí. Vyšetření se pak opakuje v intervalu 10 let. Žádanku Vám vystaví Váš registrující praktický lékař nebo registrující gynekolog, případně se můžete za odborným gastroenterologem do tzv. centra pro skreenignovou kolonoskopii vydat sami. Seznam těchto specializovaných ambulancí a další informace o skreeningovém programu naleznete na stránkách:

www.kolorektum.cz.

JIŽ V PORODNICI JE VŠEM NOVOROZENCŮM PROVÁDĚN NOVOROZENECKÝ SKREENING

Každý novorozenec ihned po narození projde spektrem vyšetření, při nichž se zjišťuje, zda netrpí některou ze závažných vrozených či dědičných chorob. Odběrem několika kapek krve z patičky na speciální papírek 48-72 hodin po narození se v současné době vyšetřuje 13 vzácných chorob, mezi které patří např. vrozené selhání funkce štítné žlázy (kongenitální hypotyreóza), vrozené selhání funkce nadledvin (kongenitální adrenální hyperplazie), onemocnění látkové výměny (fenylyketonurie a devět dalších poruch) a vrozená porucha vazkosti hlenu dýchacích cest (cystická fibróza). Novorozenecký skreening umožní vyhledat novorozence se zvýšeným rizikem onemocnění, provést včasnou diagnostiku tohoto onemocnění v období, kdy klinické příznaky ještě nejsou zjevné, a zajistit tak včasnou léčbu, dříve než onemocnění způsobí nenapravitelné škody.

U dětí s pozitivním testem na vrozené selhání funkce štítné žlázy (kongenitální hypotyreóza) je navíc prováděn screening sluchu (metodou tranzientní otoakustické emise, popř. vyš. BERA).

U dětí se rovněž provádí novorozenecký screening vrozené katarakty – šedého zákalu. Screening na vrozenou kataraktu je jednouché vyšetření, jež se provádí u novorozenců 3. až 4. den po porodu, ještě před propuštěním z novorozeneckého oddělení.

Během pobytu v porodnici je u všech dětí prováděno screeningové vyšetření kyčelních kloubů, na které navazují další odborná vyšetření kyčelních kloubů ortopedem v 6.–9. týdnu a 12.–16. týdnu věku dítěte.

Více naleznete na webových stránkách:

www.novorozeneckyscreening.cz.

CELONÁRODNÍ PREVENTIVNÍ PROGRAMY

V zájmu zlepšení zdraví populace každý stát organizuje cílené aktivity v boji proti některým nemocem a rizikům, která, pokud nejsou řešena, způsobují značné ekonomické ztráty a znamenají značnou zátěž pro zdraví populace a tím i pro státní rozpočet. Ministerstvo zdravotnictví se věnuje hned několika oblastem, jež tuto pozornost zasluhují. Jsou to především:

- Prevence obezity
- Prevence dětských úrazů a násilí na dětech
- Akční plán protidrogové politiky
- Akční plán boje proti malnutrici (podvýživa)
- Akční plán pro vzácné nemoci
- Akční plán kvality a bezpečnosti zdravotní péče
- Prevence zubního kazu u dětí

Cílem těchto programů je navrhnout aktivity, vedoucí ke snížení výskytu onemocnění, včasnějšímu rozpoznání nemoci a především k jejich předcházení. Velká pozornost je věnována i informování laické veřejnosti v těchto oblastech. O všech těchto programech a jejich aktivitách se můžete dočíst na webových stránkách ministerstva zdravotnictví: www.mzcr.cz.

PREVENCE ZUBNÍHO KAZU

V současnosti má dětská populace v České republice v průměru střední stupeň kazivosti dočasného a stálého chrupu. Stav chrupu má velký význam nejenom zdravotní, ale i sociální nebo, chcete-li, společenský. Proto by se orálnímu zdraví měla věnovat vysoká pozornost již od útlého věku.

KDY POPRVÉ S DÍTĚTEM K ZUBNÍMU LÉKAŘI?

Mamince nic nebrání v tom, aby už půl roku po porodu, když jde na prohlídku k zubnímu lékaři, vzala dítě s sebou. Příště pak lékař s oběma třeba nacvičí správné čištění zubů. Do doby, než tak učiní, poskytne jí potřebné rady praktický lékař pro děti a dorost při celkové preventivní prohlídce dítěte a v případě potřeby jí doporučí patřičná preventivní opatření. Je důležité již od útlého věku dítěti začít vštěpovat správné hygienické návyky a dodržovat výživová doporučení, která Vám lékař poradí. Doplnění fluoru jako důležité součásti prevence zubního kazu patří zcela do rukou lékaře a můžete s ním tuto okolnost projednat.

Nezapomínejte, že péče o dočasný chrup má vliv na zdravý vývoj chrupu trvalého.

RESORTNÍ BEZPEČNOSTNÍ CÍLE

Od roku 2010 Ministerstvo zdravotnictví ČR (MZČR) vyhláší opatření, která vedou k zajištění bezpečnosti pacientů a kvality zdravotní péče. Jedním z nich je vyhlášení Resortních bezpečnostních cílů (RBC), které vychází z analýzy

nejrizikovějších procesů ve zdravotnictví a z doporučení Světové zdravotnické organizace (WHO) i Evropské unie (EU). Cílem RBC je snížit nejčastější rizika při poskytování zdravotní péče. Pro zdravotnická zařízení to znamená, že mají vypracovaný návod, jak správně postupovat např. při identifikaci všech pacientů (totožnost pacientů), objednávání, skladování a podávání léčiv s vyšší mírou rizika, předcházení pádů pacientů, hygieně rukou, komunikaci s pacientem apod.

I vy sami byste měli sledovat, zda jste oslovováni správným jménem, jaké léky jste obdrželi, zda jste rozuměli tomu, co vám lékař nebo sestra sdělila např. před výkonem či vyšetřením, ohledně léků, před propuštěním apod. Více k RBC najdete na <http://www.portalkvality.mzcr.cz>

NÁRODNÍ ANTIBIOTICKÝ PROGRAM

Cílem tohoto programu je vysvětlit občanům, že nevhodné a časté používání antibiotik způsobuje odolnost (rezistenci) mikrobiálních původců infekcí a vede ke ztrátě účinnosti těchto unikátních léčiv. Rezistence k antibiotikům představuje globální ohrožení zdraví veřejnosti. Kvůli ní nabývají některé infekční nemoci znovu na významu, i když si většina z nás nepřipouští, že by nás mohly ohrožovat. Světová zdravotnická organizace (WHO) a Evropská unie (EU) vyhlásily prevenci a kontrolu rezistence k antibiotikům za zdravotnickou prioritu nejvyššího významu. Doporučují vládám jednotlivých zemí organizovat programy zaměřené na komplexní prevenci a kontrolu rezistence. Úkolem programu je pře-

devším zajištění dlouhodobě dostupné, účinné a bezpečné antibiotické léčby pacientů s infekčními onemocněními. Toho lze dosáhnout zejména podporou správného používání antibiotik, omezením jejich nadužívání, prevencí šíření rezistentních mikrobů ve zdravotnických zařízeních i v běžné populaci. Uvážlivé používání antibiotik je společnou zodpovědností lékaře a pacienta. Antibiotika nemají být užívána pro léčbu infekcí virového původu (např. nachlazení, kašel a chřipka) a pacient by je neměl v takových případech vyžadovat. Pokud je onemocnění vyvoláno bakteriemi, pak jsou často antibiotika k uzdravení nezbytná a musí být pacientem zodpovědně užívána podle doporučení lékaře. Každý z nás tedy může přispět k zachování účinnosti antibiotik pro budoucí generace.

DÁRCOVSTVÍ KRVE

Dárcovství krve je dobrovolná činnost občanů, mající velký celospolečenský význam. K tomu, aby mohl člověk darovat krev a tím pomoci jinému člověku, musí splnit několik podmínek:

- ➡ věk 18 – 65 let
- ➡ min. hmotnost 50 kg
- ➡ dobrý zdravotní stav



Další informace o zvláštním druhu dárcovství krve, tzv. autotransfuzi, si můžete přečíst na str. 51.

KDO NEMŮŽE DAROVAT KREV?

Pokud chcete být dárce, nesmíte patřit mezi:

- osoby s vyšším rizikem výskytu infekčních chorob (AIDS, žloutenky)
- HIV pozitivní osoby nebo osoby, které jsou s nimi v trvalém kontaktu
- osoby, které prodělaly žloutenku typu B a C, nebo osoby, které jsou s nimi v trvalém kontaktu
- osoby, které prodělaly žloutenku typu A nebo mononukleózu – rok po uzdravení
- osoby, které prodělaly boreliózu – 6 měsíců po uzdravení
- osoby s nádorovým onemocněním
- osoby, které pobývaly v letech 1980-1996 déle než šest měsíců ve Velké Británii a ve Francii
- diabetiky v případě užívání inzulínu
- konzumenty drog
- alkoholiky
- osoby s onemocněním srdce
- osoby po transplantaci
- osoby s onemocněními krve
- osoby s chronickým onemocněním ledvin
- osoby s chronickým onemocněním zažívacího traktu

- ➡ osoby s asthma bronchiale
- ➡ hypertoniky (lidé s vysokým krevním tlakem); krev dávat mohou, pouze pokud jsou na monoterapii (jednom léku) a mají krevní tlak max. 180/100
- ➡ alergiky – trvale léčené (alergici bez léčby, kteří nemají akutní obtíže, krev darovat mohou)
- ➡ osoby s autoimunitními chorobami
- ➡ epileptiky
- ➡ osoby s roztroušenou sklerózou
- ➡ osoby s glaukomem, zánětem sítnice
- ➡ osoby, které jsou 6 měsíců po endoskopickém vyšetření
- ➡ osoby, které dostaly transfuzi v posledních 6 měsících
- ➡ osoby, které jsou 6 měsíců po tetování, piercingu
- ➡ gravidní a kojící ženy (+ devět měsíců po porodu či půl roku po ukončení kojení)
- ➡ osoby trvale užívající nějaké léky i volně prodejné (vyjma hormonální antikoncepce a vitamínů)

Dále nesmíte darovat krev

- ➡ v době menstruace
- ➡ 6 měsíců po pobytu v malarických oblastech
- ➡ 6 měsíců po pobyt v endemických oblastech bez příznaků onemocnění
- ➡ měsíc po přisátí klíštěte

- 14 dní po průjmovitém onemocnění
- 14 dní po dobrání antibiotik
- alespoň 14 dní po lehčí virové infekci (rýma, kašel...)
- 14 dní po zhojení oparu
- tuberkulóza - 2 roky po datu potvrzeného uzdravení
- toxoplazmoza - 6 měsíců po datu potvrzeného uzdravení
- syfilis - 1 rok po datu potvrzeného uzdravení
- horečka Q - 2 roky po datu potvrzeného uzdravení
- revmatická horečka bez následků - 2 roky po datu potvrzeného uzdravení

DAROVÁNÍ ORGÁNŮ

Podle platných právních předpisů lze orgány pouze darovat, nikoli prodávat. Po smrti se souhlas s darováním orgánů a tkání předpokládá, není tedy potřeba ho vyjadřovat. Za zemřelou osobu se považuje osoba, u níž nastala mozková smrt (k většině případů dochází následkem těžkého úrazu nebo krvácení), protože k použitelnosti orgánů a tkání je nutné udržovat srdeční činnost a krevní oběh.

Orgány a tkáně některých osob nejsou k transplantaci vhodné vůbec, například pokud měl zemřelý rakovinu, AIDS, žloutenku nebo jinou infekční chorobu. Orgány se neodebírají také v případech, kdy si lékař není jistý příči-

nou smrti, v situacích, kdy by byl zmařen účel pitvy, nebo pokud jde o zemřelého ve výkonu trestu odnětí svobody.

Ještě za svého života se může každý občan ČR přihlásit do Národního registru osob nesouhlasících s posmrtným odběrem tkání a orgánů, jehož zřizovatelem je Ministerstvo zdravotnictví ČR. K tomu je potřeba vyplnit příslušný formulář, který naleznete na www.nrod.cz. Umožňuje zákaz využití všech nebo jen některých orgánů. Dále zákon umožňuje vyslovit nesouhlas ve zdravotnickém zařízení před ošetřujícím lékařem a jedním svědkem, což musí být zapsáno do zdravotnické dokumentace pacienta a kopie má být zaslána zmíněnému registru.

SDRUŽENÍ PACIENTŮ

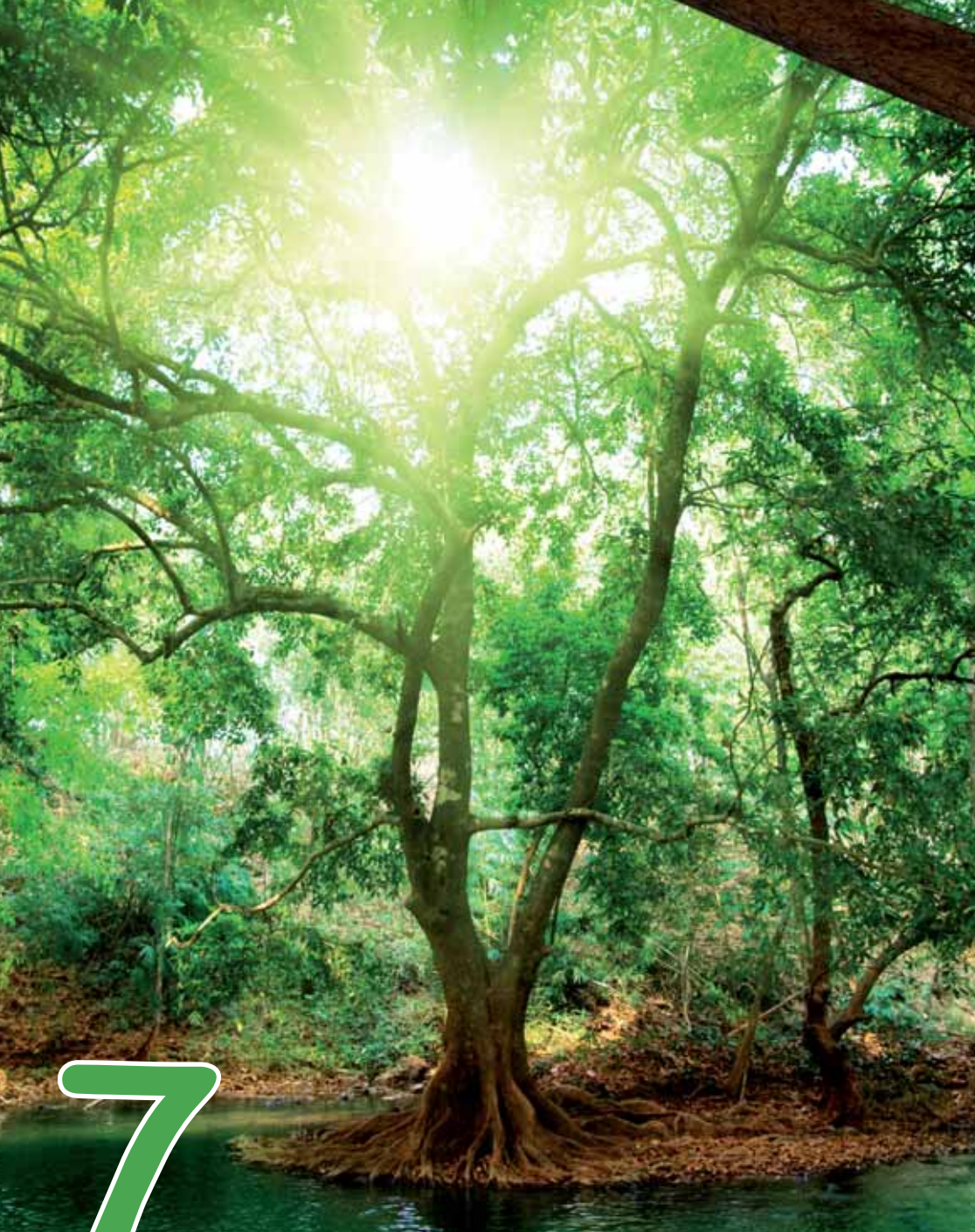
V případech, kdy pacient trpí některým z onemocnění, má možnost využít mnoha informačních zdrojů, kde se může o své chorobě dozvědět více. Existuje řada portálů, informačních brožurek a dalších zdrojů informací. Zeptejte se svého lékaře, chcete-li tyto informace získat.

Pro mnoho pacientů dnes již pracují patientská sdružení a organizace. Jejich seznam lze najít na internetových stránkách ministerstva zdravotnictví: www.mzcr.cz. Obsahuje výčet nestátních neziskových organizací, které v daném roce získaly od ministerstva zdravotnictví státní dotace, a zavázaly se tak poskytovat edukaci osobám se zdravotním postižením nebo chronickým onemocněním. Tyto služ-

by není možno vázat na členství v dotované organizaci, ale jsou poskytovány všem pacientům, kteří se na organizaci obrátí. Díky tomu, že uvádíme organizace a projekty, jež byly v daném roce dotovány, je seznam, obsahující kontaktní údaje, každým rokem aktualizován.

Pro pacienta je velmi výhodné, může-li si např. s podobně postiženými lidmi vyměňovat zkušenosti, zúčastnit se pobytových akcí, kurzů, výcviků a získávat díky tomu cenné rady pro snazší život se svou chorobou. Jejich seznam naleznete v příloze „Důležité kontakty“, umístěné na konci této brožury.

POZNÁMKY



7

DŮLEŽITÉ KONTAKTY

DŮLEŽITÉ KONTAKTY

Ministerstvo zdravotnictví ČR

www.mzcr.cz

Odbor kontroly MZČR

kon@mzcr.cz

Ústav zdravotnických informací a statistiky

www.uzis.cz

Subjekty poskytující informace o kvalitě

SAK ČR

www.sakcr.cz

Kvalita očima pacientů

www.hodnoceni-nemocnic.cz

Národní referenční centrum

www.jaksekdeleci.cz

Krajské úřady

www.statnisprava.cz/rstsp/ciselniky.nsf/i/d0045

Magistrát hl. města Prahy

www.praha-mesto.cz

posta@cityofprague.cz

Jihočeský kraj

www.kraj-jihocesky.cz

podatelna@kraj-jihocesky.cz

Jihomoravský kraj

www.kr-jihomoravsky.cz

www.jizni-morava.cz

podatelna@kr-jihomoravsky.cz

Karlovarský kraj

www.kr-karlovarsky.cz

epodatelna@kr-karlovarsky.cz

knihapraniaistiznosti@kr-karlovarsky.cz

Kraj Vysočina

www.kr-vysocina.cz

posta@kr-vysocina.cz

Královéhradecký kraj

www.kr-kralovehradecky.cz

posta@kr-kralovehradecky.cz

epodatelna@kr-kralovehradecky.cz

Liberecký kraj

www.kraj-lbc.cz

info@kraj-lbc.cz

Moravskoslezský kraj

www.kr-moravskoslezsky.cz

epodatelna@kr-moravskoslezsky.cz

posta@kr-moravskoslezsky.cz

Olomoucký kraj

www.kr-olomoucky.cz

posta@kr-olomoucky.cz

Pardubický kraj

www.pardubickykraj.cz

posta@pardubickykraj.cz

Plzeňský kraj

www.kr-plzensky.cz

posta@kr-plzensky.cz

Středočeský kraj

www.kr-stredocesky.cz

www.stredocech.cz

podatelna@kr-sc.cz

info@stredocech.cz

Ústecký kraj

www.kr-ustecky.cz

posta@kr-ustecky.cz

urad@kr-ustecky.cz

Zlínský kraj

www.kr-zlinsky.cz

podatelna@kr-zlinsky.cz

Střediska zdravotnické záchranné služby

Tísňová linka 155

Integrovaný záchranný systém linka 112

Zdravotnická záchranná služba Jihočeského kraje

www.zzsjsck.cz, rrzsjck@zsjck.cz

Zdravotnická záchranná služba Jihomoravského kraje

www.zzsjsmk.cz

info@zsjmk.cz

Územní zdravotnická záchranná služba Karlovarského kraje

www.zachrankakv.cz

dispecink@zachrankakv.cz

sekretariat@zachrankakv.cz

Zdravotnická záchranná služba Kraje Vysočina

www.zzsvysocina.cz

info@zzsvysocina.cz

Zdravotnická záchranná služba Královéhradeckého kraje, p. o.

www.zzskhk.cz

info@zzskhk.cz

Zdravotnická záchranná služba Libereckého kraje

www.zzslk.cz

marketing@zzslk.cz

Územní středisko záchranné služby Moravskoslezského kraje

www.uszsmsk.cz

uszsmsk@uszsmsk.cz

Zdravotnická záchranná služba Olomouckého kraje

www.zzsol.cz

info@zsol.cz

Zdravotnická záchranná služba Pardubického kraje, p.o.

www.zzspak.cz

zzspak@zzspak.cz

Zdravotnická záchranná služba Plzeňského kraje

www.zzspk.cz

info@zzspk.cz

Územní středisko záchranné služby Středočeského kraje

www.uszssk.cz
info@uszssk.cz

Zdravotnická záchranná služba Ústeckého kraje, p.o.

www.zzsuk.cz

Zdravotnická záchranná služba Zlínského kraje

www.zzszlin.cz

Zdravotnická záchranná služba hlavního města Prahy – územní středisko záchranné služby

Korunní 98, 101 00, Praha 10

www.zzshmp.cz
reditel@zzshmp.cz

Profesní lékařské a sesterské organizace

Česká lékařská společnost J. E. Purkyně

– zde najdete kontakty na jednotlivé lékařské společnosti sdružené v této společnosti.

www.cls.cz, czma@cls.cz
tel.: 224 266 223, Sokolská 31, 120 26 Praha 2

Česká asociace sester

www.cnna.cz
kancelar@cnna.cz, tel.: 222 523 827, Londýnská 15, 120 00 Praha 2

Zdravotní pojišťovny

Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR – 111

www.vzp.cz, info@vzp.cz, tel.: 221 751 111
klientské centrum infolinka 844 117 777, 221 752 175,
Orlická 4/2020, 130 00 Praha 3

Vojenská zdravotní pojišťovna ČR – 201

www.vozp.cz, info@vozp.cz, tel.: 266 311 911
Drahobejlova 1404/4, 190 03 Praha 9

Česká průmyslová zdravotní pojišťovna – 205

www.cpzp.cz, posta@czzp.cz , tel.:599 090 200
Jeremenkova 11, 703 00 Ostrava – Vítkovice

Oborová zdravotní pojišťovna zaměstnanců bank, pojišťoven a stavebnictví – 207

www.ozp.cz
email: <https://portal.ozp.cz/>
tel.: Infolinka: 261 105 555, Roškotova 1225/1, 140 00 Praha 4

Zaměstnanecká pojišťovna Škoda – 209

www.zpskoda.cz, zpskoda@zpskoda.cz, tel.: 326 579 111, 326 579 120,
infolinka 800 209 000, Husova 302 293 01 Mladá Boleslav

Zdravotní pojišťovna Ministerstva vnitra ČR – 211

www.zpmvcr.cz, info@zpmvcr.cz, tel.: 272 095 111
centrum služeb 844 121 121, Na Močínkách 2, 101 00 Praha 10

Revírní bratrská pokladna, zdravotní pojišťovna – 213

www.rbp-zp.cz, e-mail: <https://portal.rbp-zp.cz/cpod825ano.phtml>
tel.: 800 176 945, 596 256 111,
Michálkovická 108, 710 15 Slezská Opava

Zdravotní pojišťovna METAL-ALIANCE – 217

www.zpma.cz, sekretariát@zpma.cz, tel.: 312 247 678, infolinka: 844 125
124, Čermáková 1951, 272 01 Kladno

Zdravotní pojišťovna MÉDIA – 228

www.mediazp.cz, info@media.cz, bezplatná linka 800 228 228
Karlovo náměstí 10, 120 00 Praha 2

Svaz zdravotních pojišťoven ČR

www.szpcr.cz, info@szpcr.cz , tel.: 234 462 108, 234 462 103
nám. W. Churchilla 2, 113 59 Praha 3

Profesní komory

Česká lékařská komora

www.lkcr.cz; tel.: 257 211 329

Česká stomatologická komora

www.dent.cz; tel.: 234 709 611

Česká lékárnická komora

www.lekarnici.cz, komora@lekarnici.cz, tel.: 261 006 502

Pacientské organizace a sdružení

Projekt Kvalita Očima Pacientů (KOP)

tomas.raiter@hodnoceni-nemocnic.cz, info@hodnoceni-nemocnic.cz,
www.hodnoceni-nemocnic.cz

Koalice pro zdraví

www.koaliceprozdravi.cz, info@koaliceprozdravi.cz, tel.: 261 174 079

Asociace poraden pro zdravotně postižené

www.apzp.cz, tel.: 266 753 426

Afázie

Klub Afasie

www.klubafasie.com, info@klubafasie.com, tel.: 776 754 080

Sdružení pro augmentativní a alternativní komunikaci SAAK

www.alternativnikomunikace.cz/saak/, caak@brailnet.cz
tel.: 222 51 82 80, 604459699

Alzheimerova choroba

Česká alzheimerovská společnost

www.alzheimer.cz, martina.roksova@gerontocentrum.cz
tel.: 286 883 676, 283 880 346

Prácheňské sanatorium o.p.s.

www.alzheimercentrum.cz, metodik@alzheimercentrum.cz, tel.: 608 555 549

Autismus

www.autismus.cz

**Asociace pomáhající lidem s autismem
– APLA Praha, Střední Čechy, o.s.**

www.praha.apla.cz

Apla Jižní Morava

www.brno.apla.cz, kancelar@apla-jm.cz

tel.: 548220345, 775199800, 775199801

Apla Jižní Čechy

www.jc.apla.cz

Apla Severní Čechy

www.apla-sc.info

Apla Královéhradecký kraj

www.hk.apla.cz, apla.hk@seznam.cz, tel.: 731 651 511

Apla Vysočina

vysocina.apla.cz

Autistik

www.volny.cz/autistik, autistik@volny.cz, tel.: 605 400 865

Bechtěrevova nemoc

Klub bechtěreviků Praha

www.klub-bechtereviku.com, klub-bechtereviku@seznam.cz

tel.: 321 722 158, 605 256 826

Celiakie

Sdružení celiaků ČR

www.celiac.cz, info@celiac.cz, poradna@celiac.cz, tel.: 602 273 173

Cévní mozková příhoda

Sdružení CMP – cévní mozková příhoda

www.sdruzenicmp.cz, scmp@volny.cz, tel.: 241 721 518,

GSM: 776 721 519, 777 610 827

Cystická fibróza

Klub nemocných cystickou fibrózou, o.s.

www.cfklub.cz, info@cfklub.cz, tel.: 257 211 929

www.cystickafibroza.cz – informační portál

Diabetes

Svaz diabetiků ČR

www.diabetes.cz, info@diabetes.cz, tel.: 222 513 344, 222 513 333

Dialýza, transplantace

Společnost dialyzovaných a transplantovaných nemocných

www.znovu.cz/sdat/index.htm, prezidium@spoldat.cz, poradna@spoldat.cz
tel.: 261 215 616

Downův syndrom

Klub rodičů a přátel dětí s Downovým syndromem

www.downsyndrom.cz, downsyndrom@centrum.cz, tel.: 284 684 968

Mandlové oči

www.mandloveoci.cz

Sekce Downův syndrom, SPMP ČR

www.icn.cz/dbnno

Duševní nemoci, psychické zdraví

ČAPZ – česká asociace pro psychické zdraví

www.capz.cz, info@capz.cz, tel.: 224 212 656

Česká arteterapeutická asociace

www.arteterapie.cz

Kolumbus, o.s. – pro uživatele psychiatrické péče ČR

www.os-kolumbus.org, balaban.michal@seznam.cz, tel.: 475 207 775

VIDA, o.s. – celonárodní organizace lidí s duševním onemocněním

www.vidacentrum.cz, styblikova@vidacentrum.cz, tel.: 233 372 668

FOKUS

www.fokus-cr.cz, info@fokus-cr.cz, tel.: 233 551 241

SYMPATHEA, o.p.s.

– celonárodní společnost příbuzných duševně nemocných

www.sympathea.cz, sympathea@sympathea.cz, tel.: 776 061 541

Sdružení na pomoc mentálně postiženým

www.braillnet.cz/spmp, tel.: 248 159 12

Sdružení pomoci duševně nemocným ČR

www.spdn-cr.org

Muskulární dystrofie

Asociace muskulární dystrofiků v ČR

www.md-cz.org, amd@md-cz.org, tel.: 272 933 777

Občanské sdružení rodičů dětí se svalovou dystrofií DMD/BMD

www.parentproject.cz, parentproject@parentproject.cz, tel.: 737 374 297

Epilepsie

Společnost E – pro pacienty s epilepsií

www.spolecnost-e.cz, info@spolecnost-e.cz, tel.: 241 722 136

Neslyšící a nedoslýchaví

Svaz neslyšících a nedoslýchavých v ČR

www.snn-cr.cz, snn-cr@snn-cr.cz, tel.: 221 890 417

ASNEP

– asociace organizací neslyšících, nedoslýchavých a jejich přátele

www.asnep.cz, asnep@volny.cz, tel.: 235 521 412

Česká unie neslyšících

www.cun.cz

Českomoravská jednota neslyšících

www.cmjn.cz – sdružuje oblastní unie neslyšících:

Unie neslyšících Brno

www.neslysici.net, unb@cmjn.cz, tel.: 541 245 321, psací tel.: 541 238 685

Plzeňská unie neslyšících

www.pun.cz, posta@pun.cz, tel.: 377421124

Oblastní unie neslyšících Olomouc

www.ounol.cz, ounol@ounol.cz, tel.: 585 225 597

Jihlavská unie neslyšících

www.jihlava-un.eu, jihlava.un@seznam.cz, tel.: 773 586 003

Spolek neslyšících Břeclav

www.snbreclav.cz, snbreclav@seznam.cz, tel.: 519 332 251

Český klub nedoslýchavých HELP

www.home.tiscali.cz/ckn_help/, cknh.zdenek@tiscali.cz

tel.: 377 420 934, 339 34 934

Sdružení uživatelů kochleárních implantátů (SUKI) Praha

www.suki.cz, info@suki.cz, tel.: 606 823 706

Český klub ohluchlých Praha

<http://ohluchli.sweb.cz>, cko-praha@volny.cz, tel.: 251566108

Pevnost – České centrum znakového jazyka

www.pevnost.com, pevnost@pevnost.com, tel.: 283 892 700, 728 58 68 57

Neurologické poruchy

Sdružení mladých sklerotiků

www.klubsms.cz, rscentrum@vfn.cz, tel.: 224 96 65 15

UNIE ROSKA v ČR – česká MS společnost

www.roska.eu, roska@roska.eu, tel.: 266 712 511

Asociace POLIO

www.polio.cz, lubra@volny.cz, tel.: 222 962 074, 723 138 611

Sdružení pro augmentativní a alternativní komunikaci SAAK

www.alternativnikomunikace.cz/saak/, caak@brailnet.cz

tel.: 222 51 82 80, 604459699

Občanské sdružení RETT-COMMUNITY

www.rett-cz.com/cz, info@rett-cz.com, tel.: 608818175

Společnost Parkinson, o.s.

www.parkinson-cz.net, kancelar@parkinson-cz.net, tel.: 272 739 222

Nevidomí, slabozrací

Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých ČR

www.sons.cz, sons@sons.cz, info@sons.cz, tel.: 221 462 462

Tyflocentrum o.p.s.

www.tyflocentrum.cz, info@tyflocentrum.cz

Pacienti s rakovinou

Liga proti rakovině Brno

www.onko.cz, liga@onko.cz, tel.: 543136205, 543134300, 543134301

Liga proti rakovině Praha

www.lpr.cz, lpr@lpr.cz, tel.: 224 919 732

Nádorová telefonní linka: 224 920 935

ALEN - neziskové sdružení žen postižených rakovinou

www.alen.tym.cz, tel.: 224 916 216, 732 273 834

Aliance českých organizací žen s rakovinou prsu, o.p.s.

www.breastcancer.cz, aliance@breastcancer.cz, tel.: 222 733 733

LYMFOM HELP, o.s.

www.lymfomhelp.cz, info@lymfomhelp.cz, tel.: 724 370 065

Mamma HELP centrum

www.mammahelp.cz, mammahelp@mammahelp.cz, tel.: 272 731 000, 272 732 691, 739 632 883

Mamma HELP, Přerovského povstání 1, www.mammahelp.cz

Mamma HELP, U Vinohradské nemocnice 2256/4, www.mammahelp.cz

Mamma HELP, Vonkova 432, www.mammahelp.cz

ARCUS – onkocentrum

<http://arcus-oc.org/>, info@arcus-oc.org

DIAGNÓZA CML o.s. – chronická myeloidní leukémie

www.sdruzenidiagnozacml.cz, janapel@centrum.cz, tel.: 728 308 360

Klub pacientů mnohočetný myelom

www.mnohocetnymyelom.cz/mvc/, koordinatorka@mnohocetnymyelom.cz,

tel.: 603 310 523

Klub ŽAP – Klub žen s nádorovým onemocněním

www.klubzap.cz, tel.: 283 920 891

Plicní choroby

Sdružení pacientů CHOPN – chronická obstrukční plicní nemoc

www.spchopn.cz, sdruzeniipacchopn@volny.cz, tel.: 603 884 672

Sdružení pacientů s plicní hypertenzí

www.plicni-hypertenze.cz, info@plicni-hypertenze.cz, tel.: 731743466

ČIPA, o.p.s. – česká iniciativa pro astma

www.cipa.cz/infolinka, cipa@volny.cz, tel., fax: 224266229

Poranění mozku

Cerebrum 2007, o.s.

– Sdružení osob po poranění mozku a jejich rodin

www.cerebrum2007.cz, info@cerebrum2007.cz

tel.: 773 540 589 (v odpoledních hodinách)

Sdružení pro augmentativní a alternativní komunikaci SAAK

www.alternativnikomunikace.cz/saak/, caak@brailnet.cz

tel.: 222 51 82 80, 604459699

Poruchy krvetvorby

Český svaz hemofiliků

www.hemofilici.cz, info@hemofilici.cz, tel.: 777 078 509

HAIMA – Unie pro pomoc dětem s poruchou krvetvorby

www.haima.cz

– obsahuje odkazy na jednotlivá místa v ČR, kde HAIMA pracuje:

Praha – Vera.Reichlova@lfmotol.cuni.cz, tel.: 224 436 575, 777 650 600

Brno – msterba@muni.cz, tel.: 541 525 267, 547 223 269

České Budějovice – KamilaZelinkova@seznam.cz, tel.: 724 687 684

Hradec Králové

Olomouc – mihalv@fnol.cz, tel.: 777 328 099, 585 412 736

Ostrava – Eva.Obdrzalkova@fnspo.cz, tel.: 696 983 631

Plzeň – <http://dante.lfp.cuni.cz/haimaplz>, Grejcarova@atlas.cz

tel.: 197 402 378, 604 777 419

Poruchy příjmu potravy

Občanské sdružení Anabell – pro nemocné anorexií a bulimií

www.anabell.cz, posta@anabell.cz, tel.: 542 214 014

Poruchy růstu

Paleček – občanské sdružení lidí malého vzrůstu

www.palecek.nebesa.cz, palecek@nebesa.cz

Psoriáza

Společnost psoriatiků a atopických ekzematiků ČR

www.brailnet.cz/spae/

Rehabilitace

Česká hiporehabilitační společnost

www.chs.unas.cz, czhs@seznam.cz

Československá rehabilitační společnost dr. Vojty

www.vojtovaspolecnost.cz, info@vojtovaspolecnost.cz

tel.: 386 352 003, 220877001

Revmatická onemocnění

REVMA-LIGA

www.revma.cz/liga, revmaligaspolecna.blog.cz, revmaliga@revma.cz

Senioři

Rada seniorů České republiky

www.rscr.cz, rscr@rscr.cz, tel.: 234 462 073-7

Život 90 – humanitární činnost a řešení problémů seniorů

www.zivot90.cz, poradna@zivot90.cz, tel.: 222 333 500

Střevní choroby

Občanské sdružení pacientů s idiopatickými střevními záněty

www.crohn.cz

České ILCO – sdružení stomiků v ČR

www.ilco.cz, info@ILCO.cz, tel.: 972 625 818, 606 952 818

Tělesně postižení sportovci

Český tenisový svaz vozíčkářů

www.cwta.cz, cwta@cwta.cz, tel.: 541 219 897, 777 684 578

Kontakt bB Praha

www.kontaktbb.cz, kontakt@kontaktbb.cz, tel.: 233 354 361, 724 551 241

Transplantace srdce

Druhá šance – informační portál pro občany po transplantaci srdce

www.druha-sance.cz, mdruhasance@seznam.cz, tel.: 777 778 482

Vzácné nemoci

DEBRA ČR

www.debra-cz.org

**Občanské sdružení rodičů dětí a dospělých postižených
Gaucherovou chorobou**

www.gaucherova-choroba.cz

Sdružení C-M-T (Charcot-Marie-Tooth diagnóza)

www.c-m-t.cz, c-m-t@post.cz, tel.: 495 851 145

Sdružení META, o.s. – pacienti se střádavým onemocněním

www.sduzenimeta.cz, info@sduzenimeta.cz, tel.: 777 214 258

Společnost pro mukopolysacharidosu

www.mukopoly.cz, spmps@seznam.cz

tel.: 585 315 787, tel.: 585 315 787, tel./fax: 585315787

Společnost pro pomoc při Huntingtonově chorobě

www.huntington.cz, info@huntington.cz, tel.: 723 348 327

Prader-Willi syndrom

www.prader-willi.cz, ospws@email.cz, tel.: 603 540 357

Zdravotně postižené děti

Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR

www.arpzpd.cz, asociace@arpzpd.cz, tel.: 224 817 438, 224 817 393

Nadační fond a Sdružení Klíček

www.klicek.org, klicek@klicek.org, tel.: 327 544 043, 775 204 109

www.detivnemocnici.cz

tel.: 224 817 438, 224 817 393

Sdružení Šance – sdružení rodičů a přátel hematologicky a onkologicky nemocných dětí, o.s.

www.sancecz.org, sance@sancecz.org

Sdružení rodičů a přátel diabetických dětí v ČR

www.diadeti.cz, info@diadeti.cz, tel.: 257 532 297

Sdružení pro alergické a astmatické děti

<http://saad.davi.cz>

BOLÍTO Praha

www.bolito.cz, zajicek@bolito.cz, tel.: 267 163 382

Sdružení na pomoc dětem s handicapem Motýlek

www.motylek.org, motylek@motylek.org, tel.: 281 912 081, 775 964 765

Sdružení na pomoc chronicky nemocným dětem

www.chronici.cz, info@chronici.cz, tel.: 233 334 213

Občanské sdružení rodičů dětí se svalovou dystrofií DMD/BMD

www.parentproject.cz, parentproject@parentproject.cz, tel.: 737 374 297

Sdružení pro komplexní péči při dětské mozkové obrně

<http://dmoinfo.cz>, sdmo@dmoinfo.cz, tel.: 222 310 803

Zdravotně postižení, tělesně postižení

Národní rada zdravotně postižených ČR

www.nrzp.cz, nrzp@nrzp.cz, tel.: 266 753 421

Svaz tělesně postižených v ČR

www.svaztp.cz, helena.klasnova@svazp.cz, tel.: 224 819 083, 606 342 879

Centra pro zdravotně postižené podle krajů:

- Královéhradecký kraj – www.czphk.cz, www.daneta.cz
- Moravskoslezský kraj – www.czp-msk.cz
- Kraj Vysočina – www.zdravotnepostizeni-vysocina.cz
- Ústecký kraj – www.krcentrum.com
- Liberecký kraj – www.czp.az4u.info
- Plzeňský kraj – www.czppk.cz
- Pardubický kraj – www.czp-pk.cz
- Jihočeský kraj – www.czpjkc.cz
- Zlínský kraj – www.czp-zk.cz
- Centrum pro zdravotně postižené kraje Praha – www.czppraha.cz

Svaz paraplegiků – Centrum Paraple

www.paraple.cz, paraple@paraple.cz, tel.: 274 771 478, 274 777 973

Liga za práva vozíčkářů

www.ligavozic.cz, info@ligavozic.cz, tel.: 537 021 493, 777 010 331

Klub vozíčkářů Petýrkova – asistenční služba KVP

www.volny.cz/kvpnet, info@kvp.cz, tel.: 272 933 662 (dispečink),
272 935 460 (kancelář)

Pražská organizace vozíčkářů

www.pov.cz, pov@pov.cz, tel.: 224 827 210, 736 485 859

Sdružení přátel Konta Bariery

www.muzes.cz, info@muzes.cz, tel.: 224 174 843

Společnost postižených civilizačními chorobami v ČR

www.spcch.cz, centrum@spcch.cz, spcch@spcch.cz, tel.: 224 812 225

Formika o.s. – agentura podporovaného zaměstnání

www.formika.org, formika@formika.org, tel.: 271 910 016, 775 350 115

ParaCENTRUM Fenix

www.paracentrum-fenix.cz, info@paracentrum-fenix.cz, tel.: 547 210 382

**PROSAZ – Společnost pro sociální rehabilitaci
občanů se zdravotním postižením**

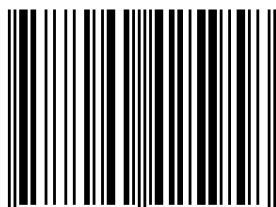
www.prosaz.cz, tel.: 251 614 469, 777 701 805

SAOP – sdružení pro aktivní odpočinek a integraci postižených

www.dic-saop.cz

Velmi oceníme, pokud nám napíšete o existenci dalších patientských sdružení, abychom je mohli při dalším vydání Rádce pacienta doplnit.

Děkujeme Vám.



9 788090 425958