

## **Program podpory zdraví**

Orlickoústecká nemocnice přijala program podpory zdraví a zdravého životního stylu pro své spádové území. Zdravotničtí pracovníci jsou připraveni ochotně pomoci při navrácení zdraví a prevenci dalších nemocí posilováním schopností pacientů ovlivňovat svůj zdravotní stav.

Zavedení programu podpory zdraví je dlouhodobý proces. Jednotlivé aktivity zařazené do programu a jejich účinnost (úspěch) vyhodnocují pořadatelé na základě zpětné vazby a 1x ročně předávají zprávu manažerovi kvality.

### **Program podpory zdraví pro pacienty a jejich blízké:**

#### **Kurzy kardiopulmonální resuscitace pro rodiče:**

Zajišťuje dětské oddělení, pediater + dětská sestra, kurzy probíhají cca 3x za měsíc, v rozsahu 2 hodin teoretické + praktické části na elektronických resuscitačních modelech, zpětná vazba je zjišťována pomocí dotazníku a rozhovorem. V roce 2016 se kurzů zúčastnilo 487 rodičů.

Dále v tomto roce proběhlo 8 setkání dětských sester s rodiči v Mateřských centrech, kde proběhla přednáška s diskusí a praktickým nácvikem resuscitace na téma „Umíte zachránit své dítě?“. Zúčastnilo se 136 maminek a tatínek.

#### **Projekt: „Přijďte se podívat, jak se u nás hezky stoná“.**

V rámci realizace tohoto projektu jsou na dětském oddělení každým rokem pořádány akce pro děti z mateřských škol, žáky speciálních škol a nižších ročníků základních škol v regionu. Děti jsou formou herní terapie seznámeny s prostředím nemocnice, s prací lékařů a sestřiček, s přípravou na vyšetření, edukovány o zásadách racionální výživy, poskytování první pomoci, prevenci úrazů, o běžných dětských onemocněních. Byly zařazeny i programy na seznámení s canisterapií, besedy s SDH k edukaci pomoci při požáru, improvizovaný zásah a vyprošťování zraněných osob.

V roce 2016 se všech akcí zúčastnilo celkem více než 350 dětí a 70 dospělých doprovodů.

Edukace je vždy obohacena o kulturní program, pohádku, divadlo, setkání se sportovci, výtvarnou dílnu či vystoupení zdravotního klauna.

V rámci programu Plavba za zdravím aneb Škola v přírodě pokračovala revitalizace zahrady za dětským oddělením.

#### **Sdružení rodičů a dětí s onemocněním Diabetes mellitus I.typu „Cukřiči“.**

Sdružení vzniklo na dětském oddělení v rámci dětské diabetologické poradny. Pravidelně dochází ke společným setkáním „Cukřičků“- malých pacientů diabetiků, jejich rodičů, kamarádů, přátel a zaměstnanců dětského oddělení. Herní formou je prováděna edukace o režimu, stravování a aplikaci léků s cílem dosáhnout co nejlepší kompenzace onemocnění.

---

Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Kyjevská 44, 532 03 Pardubice • tel.: +420 466 011 111, +420 467 431 111 • fax: +420 466 650 536

OR: vedený Krajským soudem v Hradci Králové, oddíl B, vložka 2629 • IČ: 275 20 536 • DIČ: CZ27520536 • Č.b.ú.: 43-6084130247/0100

email: info@nempk.cz • http: www.nempk.cz

Orlickoústecká nemocnice, Čs. armády 1076, 562 18 Ústí nad Orlicí • tel.: +420 465 710 111 • fax: +420 465 525 215

V roce 2016 se uskutečnily i opakované edukace dětskou diabetologickou sestrou zaměstnanců vzdělávacích zařízení, které navštěvují děti s onemocněním Diabetes mellitus – ZŠ Třebovice, MŠ Letohrad, Dětský domov Dolní Čermná. V říjnu se uskutečnil pro děti a jejich rodiče sportovně edukační víkend plný výletů, soutěží a vzdělávacích programů – „Edukace hrou“ v CHKO, Žďárské vrchy.

### **Edukace rodičů a dětí s onemocněním Celiakie.**

Při gastroenterologické poradně dětského oddělení se 15.4.2016 uskutečnilo již **9. Setkání rodičů a dětí s onemocněním Celiakie.**

Při setkání probíhá edukační činnost zábavnou formou, v letošním roce ve spolupráci s Nadací zdravotní klaun a „Jógou smíchu“. Zúčastnilo se celkem 33 dětí a jejich rodinných příslušníků. Nezbytnou součástí je i ochutnávka a výměna kuchařských zkušeností bezpečných pokrmů a dobrot. Rodiče i děti získali motivační rady a předali si vzájemně zkušenosti.

### **Předporodní kurzy**

Pro nastávající maminky (rodiče) nabízíme výběr z těchto možností:

A. Seznámení s obvyklým průběhem porodu, možnostmi porodních poloh a pomůcek, prohlídka porodnice – 3x za měsíc v rozsahu 2 hodin (porodní asistentka zajišťuje prohlídku oddělení + teoretickou přípravu k porodu, následuje přednáška porodníka). V roce 2016 se zúčastnilo 348 párů.

B. Povídání s anesteziologem - (tlumení porodní bolesti, narkóza u porodu,..), následuje zácvik v křížení dítěte – teorie i praxe, nácvik na modelech. V roce 2016 bylo proškoleno 245 maminek.

C. Kojení a péče o miminko – pod vedením laktační specialistiky získá maminka informace o významu mateřského mléka, technice kojení s praktickými ukázkami, prevenci a řešení problémů při kojení, péči o miminko - 2 x za měsíc cca 2 hod. V roce 2016 navštívilo kurz 245 maminek.

### **Cvičení pro těhotné**

Cílem cvičení je udržet nastávající maminky v dobré duševní a tělesné kondici a zároveň zmírnit změny, které těhotenství způsobuje. Cvičení pro těhotné zajišťují porodní asistentky.

V roce 2016 chodilo cvičit 230 maminek.

### **Plavání pro těhotné**

Cíl stejný jako u cvičení.

V roce 2016 se plavání zúčastnilo 190 maminek.

### **Laktační poradenství:**

Cílem je praktická pomoc při rozvoji a udržení laktace po propuštění do domácího ošetřování na požádání maminky nebo praktického lékaře pro děti a dorost.

Laktační poradenství je prováděno i při hospitalizaci dítěte na oddělení kojenců. V roce 2016 proběhlo 99 telefonických konzultací, individuálně přijelo řešit problém 47 maminek.

### **Den hygieny rukou:**

Od roku 2012 se nemocnice pravidelně v květnu aktivně účastní Světového dne hygieny rukou. Jedná se o projekt Světové zdravotnické organizace (WHO). Odstartovala se tak dlouhodobá kampaň „Chraňte život čistýma rukama“.

Návštěvníci, pacienti i zaměstnanci si v našem stánku „na vlastní kůži“ vyzkouší a vizuálně (pod UV lampou) zkontrolují správný postup hygienické dezinfekce rukou.

Cílem této akce je rozšiřování osvěty v oblasti hygieny rukou.

### **Den STOP dekubitům:**

18.11.2016 se nemocnice připojila ke Světovému dni STOP dekubitům. Cílem akce bylo zvýšení informovanosti veřejnosti o prevenci. Připraveny byly ukázky polohovacích pomůcek a správného polohování, poradenství v oblasti výživy, péče o pokožku či řešení inkontinence, konzultace s fyzioterapeutem a zdravotně sociální pracovníci.

### **Klub stomiků:**

V rámci stomické poradny bylo v roce 2016 zorganizováno 3x setkání stomiků pod vedením stomické sestry – velikonoční tvoření, opékání buřtů a vánoční setkání. Cílem těchto setkání je i edukace stomiků o novinkách a vzájemné předávání zkušeností. Ve stomické poradně bylo v roce 2016 registrováno 95 stomiků, 51 mužů a 44 žen. Celkem bylo provedeno 368 vyšetření/ošetření.

### **Nutriční poradenství:**

Nutriční terapeutky poskytují nutriční poradenství a edukaci v oblasti léčebné výživy pacientům se specifickými požadavky na výživu v důsledku jejich konkrétního onemocnění. Široké veřejnosti nabízíme následující služby: Redukce hmotnosti, analýza složení těla na přístroji Bodystat, výuka zdravého životního stylu. Nutriční poradna je k dispozici jedenkrát týdně. V roce 2016 byla zavedena linka výživy.

### **Dětský pitníček**

V roce 2014 se nemocniční lékárna zapojila do projektu „dětský pitníček“. Projekt podporuje nutnost správných návyků v oblasti pitného režimu u dětí.

### **Endoskopické pracoviště se zabývá problematikou prevence a onemocnění zažívacího traktu:**

Od roku 2009 je Endoskopické pracoviště zařazeno do Národního programu prevence kolorektálního karcinomu – prevence nádoru tlustého střeva. V lednu 2014 bylo v České republice zahájeno adresné zvaní té části populace, která spadá do rizikového věku, tj. 50 let a více, a dosud se neúčastnila screeningového programu zaměřeného na včasné zjištění rakoviny tlustého střeva a konečníku.

---

Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Kyjevská 44, 532 03 Pardubice • tel.: +420 466 011 111, +420 467 431 111 • fax: +420 466 650 536

OR: vedený Krajským soudem v Hradci Králové, oddíl B, vložka 2629 • IČ: 275 20 536 • DIČ: CZ27520536 • Č.b.ú.: 43-6084130247/0100

email: info@nempk.cz • http: www.nempk.cz

Orlickoústecká nemocnice, Čs. armády 1076, 562 18 Ústí nad Orlicí • tel.: +420 465 710 111 • fax: +420 465 525 215

V roce 2016 bylo na pracovišti provedeno 1780 vyšetření kolonoskopie, 1457 vyšetření gastrokopie, 253 vyšetření polyektomie. 260 pacientů bylo ošetřeno v rámci Národního programu prevence nádoru tlustého střeva.

**ORL oddělení zajišťuje pravidelné přednášky pro Český klub nedoslýchavých Help** v Ústí nad Orlicí. Tématicky se věnují prevenci, diagnostice a léčbě poruch sluchu. Jsou prezentovány možnosti a novinky v problematice sluchové protetiky.

#### **Urologické oddělení:**

Program „Zdravá prostata mužů našeho regionu“. Program je zaměřen na prevenci rakoviny prostaty. Od září 2016 proběhly 3 konzultace.

#### **Den Orlickoústecké nemocnice:**

V říjnu 2016 se konal II. Den otevřených dveří Orlickoústecké nemocnice. Cílem této akce bylo propojit zdravotnickou osvětu se zábavou. Zdravotníci poskytovali návštěvníkům odborné rady, poradenství o výživě a zdravém životním stylu, zajišťovali různá vyšetření, ukázky produktů, prohlídky oddělení a mnoho dalšího.

- Nabízíme preventivní programy pro širokou veřejnost se zaměřením na všeobecnou, onkologickou a kardiovaskulární prevenci. Tyto programy nejsou hrazeny ze ZP.
- Nemocnice se podílí na zajišťování sportovních akcí v regionu.
- Zabýváme se tvorbou a dostupností edukačních materiálů pro pacienty.
- Zdravotničtí pracovníci se účastní odborných seminářů a kurzů pro laickou veřejnost.

#### **Program podpory zdraví pro zaměstnance nemocnice:**

- Zabýváme se zlepšováním pracovních podmínek a prostředí pro zaměstnance.
- Zajišťujeme závodní preventivní péči - vstupní a preventivní prohlídky.
- Zajišťujeme vstupní a periodické školení BOZP.
- Sledujeme pracovní úrazy a nemoci z povolání.
- Provádíme pravidelné kontroly pracovišť (prověrky BOZP).
- Provádíme kontroly a revize určených oblastí.
- Zajišťujeme pitný režim pro zaměstnance v době vysokých teplot.
- Propagujeme „nekuřáctví“ ve firmě.

---

Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Kyjevská 44, 532 03 Pardubice • tel.: +420 466 011 111, +420 467 431 111 • fax:  
+420 466 650 536  
OR: vedený Krajským soudem v Hradci Králové, oddíl B, vložka 2629 • IČ: 275 20 536 • DIČ: CZ27520536 • Č.b.ú.: 43-  
6084130247/0100  
email: info@nempk.cz • http: www.nempk.cz

Orlickoústecká nemocnice, Čs. armády 1076, 562 18 Ústí nad Orlicí • tel.: +420 465 710 111 • fax: +420 465 525 215

- Zajišťujeme závodní stravování, denní nabídka umožňuje výběr s ohledem na zásady zdravé výživy.
- Zaveden program PEER (psychosociální intervence)
- Pořádáme semináře pro zaměstnance s aktuální tematikou.

Zpracovala: Mgr. Miluše Kopecká, NOP a MK  
Datum: 12.1.2017

Schválil: MUDr. Jiří Řezníček, ředitel

---

Nemocnice Pardubického kraje, a.s., Kyjevská 44, 532 03 Pardubice • tel.: +420 466 011 111, +420 467 431 111 • fax:  
+420 466 650 536

OR: vedený Krajským soudem v Hradci Králové, oddíl B, vložka 2629 • IČ: 275 20 536 • DIČ: CZ27520536 • Č.b.ú.: 43-  
6084130247/0100

email: [info@nempk.cz](mailto:info@nempk.cz) • <http://www.nempk.cz>

Orlickoústecká nemocnice, Čs. armády 1076, 562 18 Ústí nad Orlicí • tel.: +420 465 710 111 • fax: +420 465 525 215