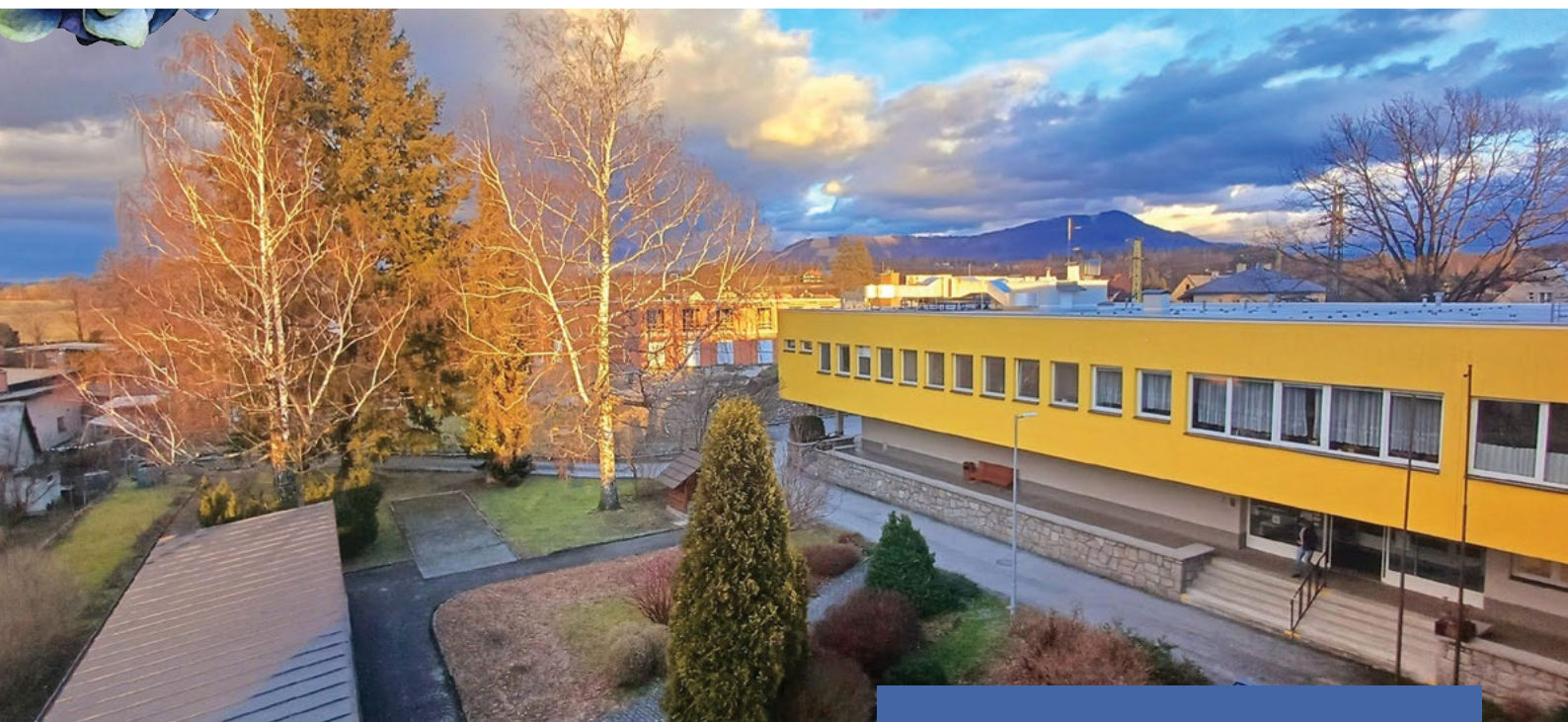


Březen 2026

Domov Hortenzie



**„Příkladem pravé lidskosti je úcta
k životu v každé jeho podobě.“**

*Albert Schweitzer,
německý lékař, teolog a filozof (1875–1965)*



„První květiny jarní v ulicích rozkvetou,
první květiny jarní v očích dívek jsou
a oči ty modré, černé a kovové
jsou z daleka hbití a větrní poslové,
abys věděl, že za městem,
za tvýma rukama sevřenýma
leží veliká zem
a taje.“

Jiří Wolker,
český básník (1900–1924)

SLOVO ŘEDITELE



Milí čtenáři,

dovolte mi, abych Vám hned v úvodu popřál příjemné a klidné jarní měsíce, plné nových začátků, světla a dobré nálady. Jaro je obdobím

obnovy a naděje – a právě s touto atmosférou se k Vám dostává i další číslo našeho čtvrtletního zpravodaje.

Zimní měsíce, které máme za sebou, byly v Domově Hortenzie velmi pestré. Proběhla celá řada krásných akcí, mezigeneračních setkání i inspirativních programů, které Vám na stránkách tohoto jarního čísla rádi představíme. Zároveň však šlo o období mimořádně náročné. Pro naši příspěvkovou organizaci znamenala zima především intenzivní práci spojenou s převzetím nově vybudovaného Domova se zvláštním režimem.

Na realizaci tohoto zařízení jsme se aktivně podíleli a ve spolupráci s projektanty, stavební firmou a za významné podpory našeho zřizovatele, Moravskoslezského kraje, se podařilo vybudovat jedno z nejmodernějších pobytových zařízení v České republice, specializované na klienty s Alzheimerovou chorobou a dalšími typy demencí. Byla to práce náročná, ale práce, která má smysl.

Kolaudace nového Domova se zvláštním režimem proběhla v prosinci 2025 a právě v průběhu zimních měsíců se naplno rozběhly práce na jeho vybavení a přípravě na příchod klientů. To představovalo velký úkol pro celý náš tým – od naboru nových zaměstnanců přes sociální šetření u zájemců o službu, odborná školení až po celou řadu dalších činností nezbytných pro zdárný start nové služby. První klienty přivítáme v novém Domově na začátku března 2026.

Také v tomto čísle jsme pro Vás připravili oblíbené odborné rubriky, rozhovory, kalendář akcí i tradiční doplňovačku s tajenkou. Přeji Vám příjemné čtení a děkuji za Vaši podporu i zájem o dění v Domově Hortenzie.

Marian Žárský,
ředitel Domova Hortenzie



Velikonoce 2026: Jaro v Domově Hortenzie

Jaro pomalu vstupuje do našich dní a s ním přicházejí Velikonoce – čas klidu, radosti a malých zázraků. V Domově Hortenzie se opět rozsvítí barvy kraslic, jídelnou se ponese vůně čerstvého pečiva a v srdcích všech se objeví jemná jarní pohoda.

Velikonoční období má své významné dny, každý s vlastní tradicí a poselstvím. **Zelený čtvrtek (2. dubna 2026)** připomíná poslední večeři Ježíše s učedníky a pojí se s ním začátek přípravy na Velikonoce. **Velký pátek (3. dubna 2026)** je dnem ticha a za-

myšlení nad utrpením. **Bílá sobota (4. dubna 2026)** symbolizuje klid a očekávání nového života. A konečně **Velikonoční neděle (5. dubna 2026)** slaví radost z vzkříšení, naděje a nových začátků, následovaná **Velikonočním pondělím (6. dubna 2026)**, kdy se tradičně navštěvují rodiny a přátelé, a připomínají se hravé zvyky a oslavy jara.

Velikonoce ale nejsou jen o zvycích – jsou o tom, že spolu vítáme jaro a těšíme se z maličkostí, které dělají každý den hezčí. **-red-**



Zahájení provozu nového Domova se zvláštním režimem v Domově Hortenzie Frenštát p. R.

V březnu 2026 bude v Domově Hortenzie Frenštát pod Radhoštěm otevřen nový **Domov se zvláštním režimem**, který rozšíří dostupnost specializovaných sociálních služeb pro seniory. Zařízení je určeno osobám **starším 60 let**, které z důvodu **Alzheimerovy nemoci** nebo jiných typů **demencí** vyžadují **pravidelnou celodenní pomoc** jiné osoby.

Nový Domov vzniká jako reakce na rostoucí potřebu kvalitní a bezpečné péče o osoby, jejichž náročné životní situace již nelze zvládnout v domácím prostředí – a to ani s podporou blízkých osob, terénních služeb či ambulantní péče. Cílem zařízení je nabídnout klientům **důstojné, stabilní a podnětné prostředí**, které respektuje jejich individuální potřeby a podporuje zachování soběstačnosti v maximální možné míře.

Moderní zařízení nabídne zázemí pro 30 klientů. Nový domov je koncipován v duchu tzv. domácnostního modelu péče. Dvoupodlažní budova je rozdělena do šesti menších domácností, z nichž každá má vlastní společenskou místnost s jídelnou. Ubytování tvoří 24 jednolůžkových a 3 dvoulůžkové poko-

je, které poskytují klientům potřebné soukromí i možnost volby. Prostory jsou navrženy tak, aby byly nejen funkční, ale také útulné a přívětivé.

Informace o úhradě za ubytování a stravu	
Jednolůžkový pokoj	20 381 Kč/měs.
Dvoulůžkový pokoj	19 013 Kč/měs.

Otevření Domova se zvláštním režimem představuje významný krok v rozvoji a posílení nabídky sociálních služeb v regionu.

Informace k podání žádosti do Domova se zvláštním režimem:

Zájemci o umístění do Domova se zvláštním režimem mohou podat

Žádost o poskytnutí sociální služby, která je k dispozici u sociální pracovnice Domova Hortenzie nebo ke stažení na webu www.domovhortenzie.cz.

Vyplněnou žádost je nutné doplnit o **Posudek o zdravotním stavu** od ošetřujícího lékaře. Oba dokumenty lze doručit osobně, poštou nebo elektronicky.

Radana Hanková, sociální pracovnice
Domova se zvláštním režimem



Hasiči testují bezpečnost nového Domova

Hasiči z Kopřivnice, Frenštátu p. R. a Trojanovic při taktickém protipožárním cvičení v novém Domově se zvláštním režimem – poslední krok před příchodem prvních klientů.



Náš tradiční Květinový ples se vydařil na výbornou!



Vzpomínky a současnost

Uprostřed čísla najdete rozhovory s Li-
buší Kociánovou, bývalou učitelkou a kli-
entkou Domova Hortenzie, a s Marcelou
Kyselou, zdravotní sestrou tohoto zaříze-
ní. Poznejte dvě životní cesty propojené
lidskou silou a zkušeností.



Festival srdcí v našem Domově

Studenti Hotelové školy nabídli seniorům dobroty a svou pozornost

Velkou radost nám udělalo, že si nás v rámci celorepublikového projektu Festival srdcí vybrala Hotelová škola Frenštát p. R. Rozhodnutí věnovat svůj čas a energii našim seniorům vnímáme jako krásné gesto lidskosti a solidarity.



Studenti společně se svými pedagogy připravili bohaté pohoštění, které sami s láskou upekli a nachystali. Na stolech nechyběly medovíčky, linecké cukroví ani kanapky ve tvaru srdce – symbol projektu postaveného na laskavosti a ochotě pomáhat.

Ještě cennější než dobroty však byla pozornost, úsměvy a přirozená lidská blízkost, kterou mladí lidé seniorům věnovali. Festival srdcí nám znovu připomněl, jak silné a obohacující může být mezigenerační propojení. Děkujeme zástupcům Hotelové školy Frenštát p. R. za jejich iniciativu, péči i čas, který nám věnovali. Velmi si toho vážíme a těšíme se na další setkání.

Kristýna Brablcová, vedoucí aktivizací

Mezigenerační setkávání, které hřeje u srdce

Tříkrálové návštěvy dětí přinášejí radost i slavnostní atmosféru

Začátek roku u nás už tradičně patří milým návštěvám dětí z mateřských škol z Frenštátu a okolí. Letošní tříkrálová vystoupení zahájila MŠ Montevláček Lichnov, následovaly MŠ Markova a MŠ Školská.

Děti si pod vedením svých učitelek připravily krásný program plný koled, básniček i novoročních přání. Jejich vystoupení rozzářilo Domov Hortenzie slavnostní atmosférou a na tvářích klientů vykouzlilo upřímné úsměvy. Nechybělo ani společné zpívání či drobné sladkosti, které senioři dětem s radostí rozdávali.

Velké poděkování patří všem pedagogům i malým koledníkům za jejich energii, odvahu a radost, kterou k nám každoročně přinášejí. Velmi si vážíme, že se k nám školky pravidelně vrací a pomáhají tak udržovat cenné mezigenerační propojení.

Kristýna Brablcová, vedoucí aktivizací





Paní Drahomíra oslavila 92 let



Paní Mária oslavila 89 let



Paní Zdeňka oslavila 85 let



Paní Libuše oslavila 75 let



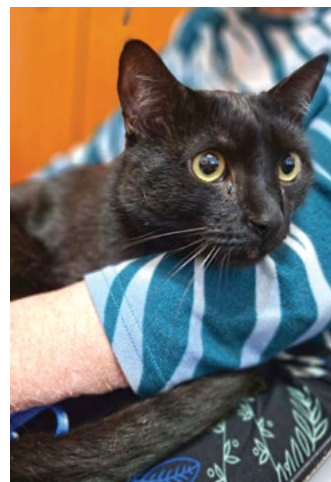
Pan Milan oslavil 84 let



Už řadu let patří středy neodmyslitelně naší kavárně Hortenzie. Oblíbená tradice, která přetrvává.



Ať si jaro pospíš! Práce s květinami nás opravdu těší.



Příběh SYLVY MUSILOVÉ a rozkvět dobrovolnictví v Domově Hortenzie

Někdy stačí jen stisknout kliku a otevřít dveře, abyste změnili život sobě i druhým. V Domově Hortenzie toto kouzlo známe už od roku 2010. Za společnými chvílemi v zahradě nebo předčítáním z oblíbené knihy stojí lidé, kteří se rozhodli věnovat to nejcennější – svou přítomnost a pozornost.

Od prvního letáčku k tisícům hodin

Kořeny dobrovolnictví v našem regionu sahají do roku 2004, kdy ve Frýdku-Místku vzniklo první centrum ADRA v České republice. Úplně první dobrovolnicí se tehdy stala paní **Sylva Musilová**. Její motivace byla prostá a hluboká zároveň: „*S přibývajícím věkem přišlo uvědomění, že můj život byl krásný, a tak jsem začala hledat způsob, jak kousek toho štěstí někomu vrátit,*“ vzpomíná dáma, která na konci loňského roku oslavila úctyhodné **90. narozeniny**.

Paní Sylva docházela do místeckého domova pro seniory celých 18 let – **každý týden věnovala po jedné hodině dvěma stálým klientkám** a stala se pevnou součástí jejich životů. Osobní zkušenost paní Sylvy dokládá, že dobrovolnictví není pouhou jednostrannou pomocí, nýbrž *„vzájemnou a prospěšnou výměnou energií“*.

Hortenzie: Kde lidské pouto rozkvétá

Na tuto silnou tradici navazuje i náš **Domov Hortenzie**, který s frýdecko-místeckou ADROU už léta úzce spolupracuje. Dobrovolníci jsou u nás vítanými hosty, kteří do všedních dnů vnášejí svěží vítr.

V loňském roce 2025 u nás působilo **12 aktivních dobrovolníků**. Společně našim klientům věnovali neuvěřitelných **227 hodin během 165 návštěv**. Za těmito čísly se skrývají stovky úsměvů, partičky karet, společné vzpomínání nebo tiché naslouchání.

„Víme, že skloubit práci, studium a osobní život s dobrovolnictvím není vždy snadné. Proto si každé minuty, kterou u nás tito lidé stráví, nesmírně vážíme,“ říká sociální pracovnice Kristýna Machová.

Kontinuita laskavosti

Dobrovolnictví v Hortenzii se neustále vyvíjí. Loni jsme přivítali pět nových tváří a i když tři dobrovolníci svou činnost ukončili, jedna bývalá dobrovolnice k nám nyní dochází jako externistka s canisterapeutickým psem.

Aby se u nás dobrovolníci cítili dobře, nabízíme jim odborné supervize a zveme je na všechny velké akce. Vyvrcho-



lením je pak předvánoční setkání u rozsvíceného betlému, kde se klienti, dobrovolníci i zaměstnanci potkávají jako jedna velká rodina.

Setkání po letech

Měla jsem tu čest, že paní Sylva Musilová byla mou třídní profesorkou na SEŠ Frýdek-Místek. Počátkem letošního roku jsme paní profesorku se spolužačkou navštívily s gratulací k jubileu a našly ji v příkladné kondici. Tato bývalá aktivní sportovkyně, která v roce 1952 vyhrála se svou třídou středoškolské mistrovství republiky ve volejbalu, stále hýří elánem. Mimochodem, v dětství a mládí často pobývala u svých prarodičů ve Frenštátě p. R., na který má krásné vzpomínky.

Dnes žije v útulném bytě s pečovatelskou službou, má řadu zájmů, věnuje se rodině, čtyřem vnoučatům a třem pravnoučatům. Její život je důkazem, že laskavost, kterou člověk během let rozdává, se mu ve stáří vrací v podobě vnitřního klidu a bystré mysli. Svým žákům vzkázala: *„Vzpomínky na vás jsou krásnými kamínky v mozaice mého života.“*

Příběh paní Sylvy a každodenní obětavost našich dobrovolníků nám připomínají, že nejhlubší smysl lidského života se často skrývá v tiché přítomnosti, podané ruce a ochotě být tu jeden pro druhého napříč generacemi.

S úctou
Eva Lhoťanová

Zásady Domova Hortenzie

Heslo zásad Domova Hortenzie „**S radostí**“ pro službu domov pro seniory a Heslo zásad „**Podpora**“ pro domov se zvláštním režimem je pro nás nejen mottem, ale také závazkem, který se promítá do každodenní práce. Každé písmeno našeho hesla představuje zásadu, která je pro nás klíčová a tvoří základní rámec naší práce. Tyto zásady nejsou jen doporučením nebo formální součástí dokumentů – jsou to hodnoty, které by měl mít každý pracovník vnitřně přijaté a přirozeně je uplatňovat v každodenní péči. Právě jejich naplňování určuje kvalitu poskytovaných služeb a vytváří prostředí, ve kterém se klienti mohou cítit bezpečně, respektovaní a podporováni. Očekáváme, že každý člen týmu má tyto principy jako součást své profesní identity.

„S Radostí“

- **Spolehlivost** chápeme jako schopnost jednat předvídatelně, transparentně a s respektem k dohodám.
- **Rodinu** vnímáme jako přirozenou součást života klienta, a proto usilujeme o partnerský vztah s blízkými osobami.
- **Asistence** pro nás znamená citlivou podporu, která respektuje osobní hranice a podporuje zachování soběstačnosti.
- **Doprovázení** chápeme jako dlouhodobou oporu v běžných i náročných životních situacích.
- **Ohleduplnost** je pro nás samozřejmostí – respektujeme individuální potřeby, tempo i přání každého člověka.
- **Spolupráce** je základním předpokladem kvalitní péče, a to jak mezi pracovníky a klienty, tak mezi námi a rodinami.
- **Týmová spolupráce** je klíčovým prvkem, díky němuž dokážeme poskytovat služby na vysoké úrovni.
- **Invence** je pak schopnost hledat nové cesty, zlepšovat zaběhlé postupy a reagovat na měnící se potřeby. Je nezbytnou součástí moderní sociální práce.

„Podpora“

- **Podpora** – Pečující personál podporuje uživatele v soběstačnosti a poskytuje jen takovou míru pomoci, kterou uživatel sám nezvládne.
- **Ohleduplnost** – Pečující personál přistupuje k uživatelům s úctou, respektem k jejich potřebám a s porozuměním jejich prožívané realitě.
- **Důstojnost** – Pečující personál zachovává důstojnost uživatelů bez ohledu na jejich zdravotní stav, orientaci či komunikační schopnosti.
- **Potvrzování (validace)** – Pečující personál využívá principy validace a respektuje vnitřní svět, emoce a potřeby uživatelů s demencí.
- **Odbornost** – Pečující personál je odborně způsobilý, průběžně vzdělávaný a pracuje podle metod podporujících kvalitní péči o osoby s demencí.
- **Respekt** – Pečující personál respektuje individualitu, hodnotu a lidskost každého uživatele a promítá tento postoj do každodenní péče i komunikace.

- **Aktivizace** – Pečující personál využívá vhodné aktivizační techniky a spolupracuje s odbornými pracovníky na podporu duševní pohody uživatelů.

Tyto hodnoty nejsou jen slova na papíře – jsou to principy, které nás zavazují k profesionálnímu, lidskému a modernímu poskytování péče.

Vzájemná spolupráce, respekt a otevřený dialog

Součástí naší práce je také proces řešení stížností, který slouží jako bezpečný nástroj pro vyjádření nespokojenosti nebo podnětů ke zlepšení. Je však důležité zdůraznit, že nejlepší stížnost je ta, které předchází otevřená komunikace. Pokud o problému nevíme, nemůžeme jej řešit. Proto si velmi vážíme každého podnětu, otázky či připomínky, které nám pomáhají posouvat naše služby dál. Ačkoliv se opíráme o odborné znalosti, metodiky a standardy, jsme zároveň lidé. Můžeme udělat chybu, můžeme něco přehlédnout. O to důležitější je vzájemná spolupráce, respekt a otevřený dialog mezi námi, klienty a jejich rodinami. Jen společně můžeme vytvářet prostředí, kde se žije důstojně, bezpečně a s radostí.

Součinnost našeho týmu, rodin a dobrovolníků

Vzhledem k tomu, jak sociální služby přirozeně fungují, se občas dostáváme do situací, kdy je počet personálu dočasně snížen na zajištění základní péče – například z důvodu nemocnosti, čerpání dovolených či jiných provozních okolností. I v těchto chvílích však usilujeme o to, aby byla poskytována péče co nejkvalitnější a aby měli klienti vždy zajištěny své základní i individuální potřeby. Snažíme se také aktivně zapojovat dobrovolníky a velmi si vážíme spolupráce s rodinami, které nám pomáhají společně zvládat péči o jejich blízké a přispívají k tomu, aby prostředí Domova Hortenzie zůstávalo stabilní, bezpečné a podporující.

*Kristýna Ambrožová,
vedoucí sociálního úseku*



MARCELA KYSELÁ:

Naslouchat, pomáhat, být tu pro druhé

Zdravotní sestra Marcela Kyselá nám prozrazuje, jak se dostala ke zdravotnictví a práci se seniory:

Do Domova Hortenzie mě přivedla náhoda, inzerát od kamarádky. Ale spíš věřím, že to tak mělo být. Dlouho jsem pracovala jako sestra ARO, ale chyběl mi bližší kontakt s lidmi. Chtěla jsem více komunikovat, být nablízku, někdy pohladit, jindy jen mlčet a naslouchat. Jak říká bulharské přísloví: „Člověk má dvě uši a jedna ústa, proto má více naslouchat než mluvit.“

■ Ptám se dál: Co vás na vaší práci nejvíc těší a motivuje?

Positivní zpětná vazba od klientů – říkám tomu zrcadlení. Práce je bez stereotypu a s velkou zodpovědností. Musíme se rychle rozhodovat, často i před záchrankou nebo rodinou. Vážím si týmu, kde panuje pohoda a vzájemný respekt. Mám spolehlivé kolegyně, s nimiž je i legrace, a s vedoucí, i když jsme každá jiná, fungujeme jako dvě ozubená kolečka.

■ Jak obvykle vypadá váš pracovní den?

Každý den začíná předáním služby. Následují odběry biologického materiálu, dopoledne léčebné úkony a ošetrovatelská péče. Nemalou část tvoří pečlivé vedení dokumentace.

Na své ranní směně mám víc administrativy – komunikuji s lékaři, objednávám vyšetření a léky, asistuji při vizitách psychiatricky a urologa a s vedoucí doprovázíme praktickou lékařku.

Věnuji se péči o nehojící se rány, včetně vlhkého hojení. Je to týmová práce. Stejně jako nutriční, rehabilitační, paliativní, edukační a validační péče, kterou sestřičky v Hortenzii zajišťují.

■ Které činnosti považujete za nejdůležitější pro dobrou péči o klienty?

Abychom dobře pečovali, musíme být sami v pohodě – motivovaní, odpočatí, mít možnost se vzdělávat a cítit podporu vedení. Chyby vnímáme jako lekci.

U nás to funguje – široká nabídka školení nás posouvá profesně i lidsky. Velmi oceňuji, že pan ředitel nechal zakoupit trenažér KPR a AED, díky kterému si připomínáme zásady první pomoci.

■ Co je pro vás při práci se seniory nejnáročnější?

Zodpovědnost, o které jsem už mluvila, a občas také komunikace s příbuznými. V takových chvílích je klíčové hodně komunikovat, nesoudit, pomáhat a hledat společné řešení.



Velmi těžké a smutné je pak loučení s klientem – s někým, koho denně vídáte a kdo se stane součástí vaší „rodiny“.

■ Můžete nám povědět nějaký zážitek z práce, který vás opravdu oslovil?

Úsměvné i dojemné bylo, když mi nová klientka ve věku 90+ řekla: „Vždyť já vás znám, vy jste moje učitelka ruštiny.“

Jiný zážitek byl s klientem ve vážném stavu, kterému jsem u sanitky přála brzké uzdravení, a on si přitiskl mou ruku ke rtům. Bohužel se již nevrátil.

A do třetice noblesní dáma, které se přitížilo před Vánoci. Její vnučka jen tiše seděla u lůžka. Tak jsem uvařila čaj a chvíli s nimi poseděla. Ten večer babička zemřela. Asi po 14 dnech přišla vnučka do Hortenzie a přinesla mi krásnou karmínově červenou růži...

■ Jak klientům pomáháte nejen fyzicky, ale i psychicky a emocionálně?

Snažím se řídit a inspirovat citátem Matky Terezy: „V tomto životě nemůžeme dělat velké věci. Můžeme dělat jen malé věci s velkou láskou.“

■ Jak byste popsala zdejší atmosféru?

Jako přátelskou. Dění tu ovlivňuje pestrý program: pečení, lidová tvorba, muzika, návštěva dětí z MŠ, canisterapie nebo ples, společenská setkání či sportovní utkání. Samozřejmě, že se nevyhneme každodenním menším problémům, ale ty jsou od toho, aby se řešily a posunuly nás dál. Domov Hortenzie bych charakterizovala jako dobře promazaný stroj, který je moderní a šlape si to veselým tempem pitoreskní krajinou. Citát závěrem: „Dělejme dobré skutky, i když se nikdo nedívá!“

Souhlasím a děkuji vám za podnětný rozhovor.

Eva Lhoťanová

LIBUŠE KOCIÁNOVÁ: Celý život mezi dětmi, Karvinou a Beskydami

Paní Libuše Kociánová (*1937) prožila život naplněný prací, odpovědností i láskou ke svým žákům. Dnes v Domově Hortenzie s úsměvem vzpomíná na svou učitelskou dráhu.

■ Kde začal váš příběh?

Narodila jsem se do rodiny, která pocházela z Kozlovic. Rodiče se znali už jako sousedé. První roky jsem ale prožila v Kvasicích, kde byl tatínek šafářem u hraběte Thuna. Nakonec jsme se vrátili zpět do Kozlovic, kde si rodiče postavili domek.

■ Jak jste se dostala ke studiu?

Maminka byla švadlena, ale měla nemocné srdce, takže se počítalo s tím, že zůstanu doma a budu pomáhat. Po 9. třídě ale učitelé rodiče přesvědčili, abych pokračovala. Nastoupila jsem do dvouleté školy ve Frýdku-Místku, kde jsme se učili psaní na stroji či těsnopis – ve třídě nás bylo 42.

Po dvou letech nám ale oznámili, že je kritický nedostatek učitelů a že máme pokračovat ve studiu pedagogiky. Odvážilo se nás jen 20, protože přibyla těžká matematika, fyzika či chemie a také metodika. Učili nás kantoři z gymnázia a nic nám nedarovali. Nakonec odmaturovalo 16 z nás.

■ A pak přišla první učitelská zkušenost?

Dodnes jsem neviděla krásnější školu než svou první v Karviné-Dolech. Moderní, prosklená budova plná světla a zeleně, s halami v přízemí i patře, jevištěm a hledištěm. Konaly se tam plesy a slavnosti pro školu i její okolí. Každá třída měla vlastní kabinet. Bohužel škola i stará Karviná kvůli těžbě uhlí zanikly, což odráží románová kronika Šikmý kostel, kterou mám na polici.

■ Začátky asi nebyly jednoduché...

První rok jsem dojížděla z Kozlovic a vstávala před čtvrtou hodinou ráno. Později jsme s kolegyní dostaly byt. Přesto jsem každý týden jezdila domů – po smrti maminky jsem se starala o tatínka a bratra. Práce mě naplnila natolik, že jsem se vzdala vlastní rodiny. Každé prázdniny byly ve znamení důkladného úklidu domu a péče o hospodářství.

■ Na své žáky ale vzpomínáte ráda.

Ano, velmi. Někteří to dotáhli daleko – třeba dva moji žáci, Bandor a Vlček, jsou dnes řediteli škol. Učila jsem také otce hokejisty Petra Sikory. Mnozí se ke mně dodnes hlásí, a to mě vždy potěší.

■ Měla jste jako učitelka nějaké zásady?

Nikdy jsem nekřičela. Žáci věděli, že mají být připraveni a plnit své povinnosti. Vždy jsem jim vše dopředu vysvětlila a co



jsem slíbila, to jsem dodržela. Fungovalo to – i řidiči říkali, že s mou třídou je radost jezdit na výlety.

Možná vás ale překvapím – celý život jsem trpěla obrovskou trémou. Nikdo to ale nepoznal. Inspekce dopadaly dobře a nakonec jsem skolila i 700 učitelů najednou. Bylo to náročné, ale zvládla jsem to.

■ Zůstala jste v Karviné až do důchodu?

Ano, pak už jsem měla svůj byt a pracovala tam do 65 let. Ještě několikrát jsem se na přání školy vrátila, ale nakonec si řekla, že už to opravdu stačí a vrátila se do Kozlovic.

■ Máte i hezké zážitky mimo školu?

V Karviné jsem byla na koncertě Karla Gotta a zažila něco neuvěřitelného. Kolegyně si šla vystát frontu na autogram, ale já jsem jí řekla, že čekat nebudu a půjdu. A najednou mi Karel Gott, i když vůbec nebyl blízko, podal podepsanou fotografii. Dodnes na ten okamžik ráda vzpomínám.

■ Co vás přivedlo do Domova Hortenzie?

Zhoršilo se mi zdraví a po operacích jsem hledala místo, kde mi bude dobře. Jsem tu rok a jsem spokojená. Mám výhled na hory a stromy, čtu, luštím křížovky, sleduji dokumenty. Navštěvují mě synovci i přátelé z Karviné, kteří si tu zároveň užijí krásu Beskyd.

■ Co byste chtěla vzkázat mladším generacím?

Aby si plnily své povinnosti a vážily si práce i vztahů. To je základ všeho.

*Děkuji za rozhovor.
Eva Lhoťanová*

Změny ve Smlouvě o poskytnutí služby sociální péče v domově pro seniory od března 2026

Výše úhrady nákladů za ubytování a stravu

Měsíční částka za úhradu nákladů za ubytování a za stravu je stanovena v Kč/den. Pro výpočet měsíční úhrady je stanoven koeficient 30,42, což je průměrný počet dní za měsíc v roce.

JEDNOLŮŽKOVÝ POKOJ Kategorie A	Cena za 1 den	Cena za 1 měsíc koeficient 30,42
Náklady za ubytování	380 Kč	11 559 Kč
Náklady za stravu	290 Kč	8 822 Kč
Výše úhrady nákladů za ubytování a stravu celkem za 1 měsíc		20 381 Kč

JEDNOLŮŽKOVÝ POKOJ Kategorie B	Cena za 1 den	Cena za 1 měsíc koeficient 30,42
Náklady za ubytování	350 Kč	10 647 Kč
Náklady za stravu	290 Kč	8 822 Kč
Výše úhrady nákladů za ubytování a stravu celkem za 1 měsíc		19 469 Kč

DVOULŮŽKOVÝ POKOJ Kategorie A	Cena za 1 den	Cena za 1 měsíc koeficient 30,42
Náklady za ubytování	335 Kč	10 191 Kč
Náklady za stravu	290 Kč	8 822 Kč
Výše úhrady nákladů za ubytování a stravu celkem za 1 měsíc		19 013 Kč

DVOULŮŽKOVÝ POKOJ Kategorie B	Cena za 1 den	Cena za 1 měsíc koeficient 30,42
Náklady za ubytování	305 Kč	9 278 Kč
Náklady za stravu	290 Kč	8 822 Kč
Výše úhrady nákladů za ubytování a stravu celkem za 1 měsíc		18 100 Kč

V případě **celodenní nepřítomnosti** (kalendářní den, což je od 0:00 do 24:00 hodin) uživatele v Domově Hortenzie, a to z důvodu pobytu mimo Domov Hortenzie v domácím prostředí (např. u rodiny, u blízkých a přátel apod.) nebo pobytu ve zdravotnickém zařízení (např. v nemocnici, v léčebně dlouhodobě nemocných apod.) je uživateli vrácena poměrná část nákladů za stravování ve výši **135 Kč/den**.

Vratky za stravu a příspěvek na péči (přepłatky)

A) Domácí prostředí

V případě celodenní nepřítomnosti (kalendářní den, což je od 0:00 do 24:00 hodin) uživatele v Domově Hortenzie, a to z důvodu pobytu mimo Domov



Hortenzie v domácím prostředí (např. u rodiny, u blízkých a přátel apod.) je uživateli vrácena poměrná část nákladů za stravování ve výši **135 Kč/den**.

Příklad:

- 1) Uživatel odchází mimo Domov Hortenzie do domácího prostředí v pondělí a do Domova Hortenzie se vrátí v neděli. Vratka za stravu je mu vypočtena za 5 dní celodenní nepřítomnosti, tj. úterý až sobota (první a poslední den pobýval částečně v Domově, nejedná se o celodenní nepřítomnost). Je mu vrácena poměrná část nákladů za stravování $5 \times 135 = 675$ Kč.
- 2) Uživatel odchází mimo Domov Hortenzie do domácího prostředí v pondělí a do Domova Hortenzie se vrátí v úterý. Nejedná se o celodenní nepřítomnost, uživateli nenáleží vratka za stravu.

Dále je uživateli vrácena **poměrná část dle skutečně přiznaného příspěvku na péči**.

Příklad: Uživateli je přiznán příspěvek na péči v III. stupni, tedy 14 800 Kč. Uživatel byl celodenně nepřítomen 7 kalendářních dnů. Vy-

počet vrácené poměrné části: $14\ 800 : 31$ (počtem dnů v měsíci) $\times 7 = 3\ 341,93$ Kč. Částka se zaokrouhlí matematicky na 3 342 Kč.

Poměrná část nákladů za ubytování se při pobytu v domá-cím prostředí nevrací.

Uživatel hlásí pobyt mimo Domov vždy 3 pracovní dny před jeho odchodem (z důvodu odhlášení stravy) vedoucímu pracovníkovi osobně nebo telefonicky.

Pokud již uživatel pobývá mimo Domov a rozhodne se vrátit do Domova později než v nahlášeném termínu, učiní tak stejným způsobem, tj. 3 pracovní dny před původním termínem návratu zatelefonuje či jinak ohlásí pracovníkovi Domova tuto změnu. V případě pozdního nahlášení nebude vyplacena vratka za celodenní nepřítomnost.

B) Zdravotnické zařízení

V případě celodenní nepřítomnosti (kalendářní den, což je od 0:00 do 24:00 hodin) uživatele v Domově Hortenzie, a to z důvodu pobytu ve zdravotnickém zařízení (např. v nemocnici, v léčebně dlouhodobě nemocných apod.) je uživateli vrácena poměrná část nákladů za stravování ve výši **135 Kč/den**.

Příklad:

1) Uživatel odchází mimo Domov Hortenzie k hospitalizaci do zdravotnického zařízení v pondělí a do Domova Hortenzie se vrátí v neděli. Vratka za stravu je mu vypočtena za 5 dní celodenní nepřítomnosti, tj. úterý až sobota (první a poslední den pobýval částečně v Domově, nejedná se o celodenní nepřítomnost). Je mu vrácena poměrná část nákladů za stravování $5 \times 135 = 675$ Kč.

2) Uživatel odchází mimo Domov Hortenzie k hospitalizaci do zdravotnického zařízení v pondělí a do Domova Hortenzie se vrátí v úterý. Nejedná se o celodenní nepřítomnost, uživateli nenáleží vratka za stravu.

Poměrná část nákladů za ubytování se při pobytu ve zdravotnickém zařízení nevrací.

Poměrná část přiznaného příspěvku na péči se při pobytu ve zdravotnickém zařízení nevrací.

Při ukončení pobytu na vlastní žádost uživatel uhradí skutečný počet dnů pobytu v daném kalendářním měsíci včetně příspěvku na péči. Při úmrtí příspěvek na péči za daný kalendářní měsíc zůstává zařízení v plné výši, a to ze zákona o sociálních službách.

Úhrada nákladů za ubytování a stravu se platí měsíčně, a to do 30. dne v kalendářním měsíci, za který má být zaplacen. V případě úmrtí před přijetím platby na daný měsíc vzniká nedoplatek za ubytování a stravu, který může být uhrazen. Pokud nedojde k jeho úhradě, stává se tento nedoplatek předmětem pozůstalosti. Pokud dojde k úmrtí po zaplacení úhrady za ubytování a stravu, je vyčíslen přeplatek, který se stává předmětem pozůstalosti.

Písemné vyúčtování vratky za stravu je předáváno u vyplácení této vratky. Vyplacení vratky za stravu a příspěvek na péči je 10. den v měsíci.

Příklad: Uživatel nebude přítomen v Domově v měsíci lednu a vratka za leden mu bude vyplacena 10. února. V případě, že 10. den je v sobotu nebo v neděli, bude vratka vyplacena v pátek.

Výpovědní důvody a lhůty

- **Uživatel** může smlouvu vypovědět kdykoli bez udání důvodu.
- **Ukončení dohodou:** Smlouva může být ukončena písemnou dohodou obou stran, s termínem ukončení uvedeným v dohodě.
- **Poskytovatel** může smlouvu vypovědět písemně i v jiných případech s výpovědní lhůtou 2 měsíců, počínající dnem následujícím po doručení, pokud není dohodnuta jiná lhůta.

Jiné případy výpovědi ze strany poskytovatele:

1. Zánik poskytovatele nebo ukončení služby – poskytovatel nabídne uživateli pomoc při zajištění náhradní služby.
2. Závažné organizační změny, kvůli kterým nelze službu dále poskytovat – služba musí být zajištěna jiným poskytovatelem.
3. Hrubé porušení povinností uživatele, i po písemném upozornění.

Hrubé porušení povinností zahrnuje zejména:

- úmyslné nezaplacení nákladů za ubytování, stravu a sociální péči (pokud není způsobeno zdravotním stavem),
- úmyslné poškození majetku,
- úmyslné kouření na pokoji,
- úmyslné porušení zákazu otevřeného ohně,
- úmyslné rušení nočního klidu,
- úmyslné agresivní verbální či fyzické napadání ostatních uživatelů, zaměstnanců nebo návštěvníků, které ohrožuje zdraví nebo narušuje klid.

Posouzení vlivu zdravotního stavu:

Porušení se vyhodnocuje na základě odborného lékařského vyšetření, které je uživatel povinen podstoupit.

Postup při porušení:

- Při úmyslném porušení je uživatel písemně upozorněn.
- Při opakovaném porušení smlouva končí výpovědí s 2měsíční lhůtou.

Právo uživatele:

Uživatel může vznést námitky proti výpovědi a podat návrh soudu na přezkoumání oprávněnosti výpovědi dle platných zákonů České republiky.

Změna výše příspěvku na péči od 1. 1. 2026

Uživatel platí za poskytovanou službu sociální péče v kalendářním měsíci částku ve výši přiznaného příspěvku na péči (zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, v platném znění):

I. stupeň	1 300 Kč
II. stupeň	5 400 Kč
III. stupeň	14 800 Kč
IV. stupeň	23 000 Kč
IV. +	27 000 Kč

Pavla Stašová,
sociální pracovníce

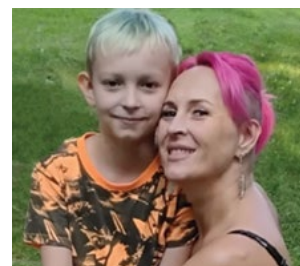
Milí čtenáři,

vítejte v pohádkových Beskydech – mezi lesy, zvířátky a šepotem větru. Tyto příběhy vznikly z lásky k horám a můj syn Mojmír k nim přidal kouzelné ilustrace. V letošním zpravodaji najdete 4 ze 7 pohádek. Celou knížku si pak budete moci pořídit při autogramiádě. Doufáme, že vás naše příběhy pobaví, potěší a možná i něco naučí o lese, jeho obyvatelích a srdci na správném místě.

S láskou

Barbora Kubíková

www.pohadkyzbeskyd.cz



Barbora Kubíková se synem

Kouzelný Javorník

Byl jednou jeden malý, modrooký, hnědovlasý chlapec, který se jmenoval Matěj. Rád chodil na hory, úplně nejraději na Javorník. Viděl na něj totiž z okna svého domu. Pokaždé, když vyrazil na svou oblíbenou túru, posbíral cestou všechny odpadky, co tam zanechali nepořádní turisté. Ve svém batůžku měl vždy připravený sáček, do kterého cestou sbíral nepořádek.



Jednou ráno Matěje probudily paprsky slunce velmi brzy. Byl krásný den, vzduch venku voněl od rosy na kvě-

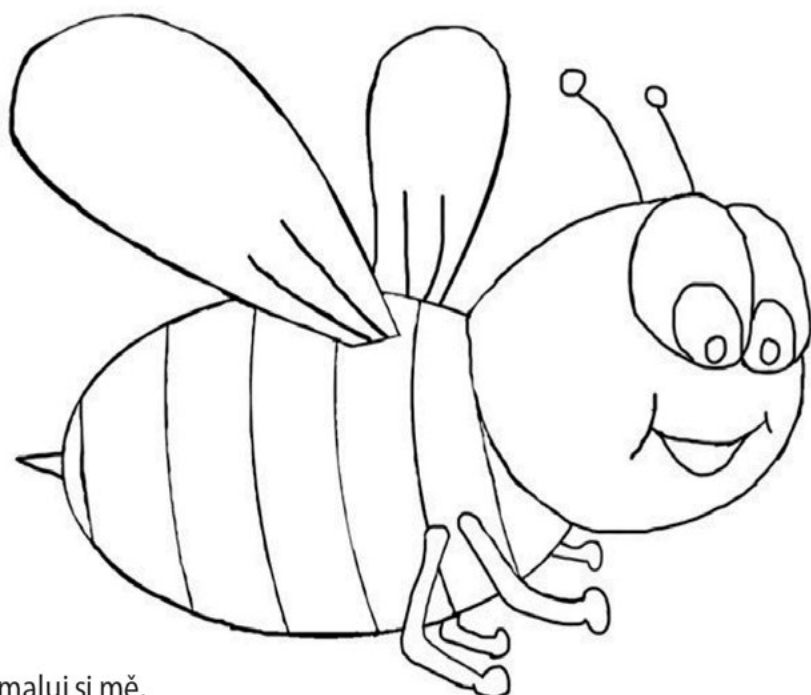


tech, na stromech zpívali ptáčci a už i pilné včelky poletovaly sem a tam a sbíraly pyl na své malinké, roztomilé nožičky. Matěj se rozhodl opět vyrazit na kopec. Oblékl se, vzal si svůj batoh se svačinou a vším potřebným, obul si tenisky a šel.

Potichu si prozpěvoval svou vymyšlenou písničku o lese a kráčel svojí oblíbenou cestou. Chvillemi byla rovná a chvillemi klikatá, vedla kolem potůčku i mezi stromy. Matěj ji znal nazpaměť. Došel až na úplný vrchol. Je tam stará hospůdka a za ní krásná, velká, dřevěná rozhledna.

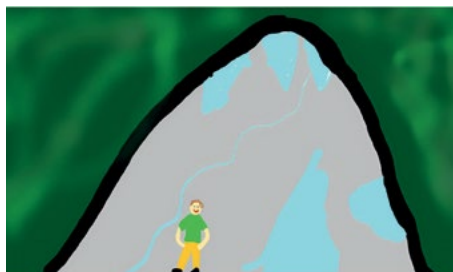
Za krásného počasí je z ní vidět hodně daleko, a protože dnes je krásné počasí, nenechal si Matěj tuhle úchvatnou podívanou ujít. S lehkostí vyšlapal všechny schody až do posledního patra rozhledny. Chvilí se koukal směrem na Frenštát, chvíli směrem na Rožnov, Zubří a chvíli směrem na Veřovice, kde uviděl i svůj domek. Dokonce si tam dal i svačinku, kterou si sám nachystal, a posílil se na cestu dolů. Ještě se u chaty pozdravil s kamarády, co tam potkal, a vyrazil dolů. Sbíral zase všechny odpadky a divil se, jak umí být někteří lidé nepořádní. V hlavě se mu honila myšlenka, proč lidé, když něco sní, nebo vypijí-li, nevrátí obal zpět do batohu a nevyhodí doma.

A v tom se něco stalo! Matěj vykuli oči, zalpal po dechu, několikrát si oči



Vymaluj si mě.

promnul. „Ha! Pořád to tu je!“ Matěj totiž najednou uviděl vedle cesty velký zvláštní kámen. „Kde se tady vzal? Nikdy tady nebyl! Všiml bych si ho,“ divil se Matěj. Obešel balvan několikrát dokola, pak se jej lehce dotknul. A najednou se objevil v překrásné jeskyni. Vůbec netušil, kde je a jak se tam dostal. Ale vůbec se nebál. Bylo to tam moc krásné a ani trochu děsivé. Kolem nohou mu protékal potůček, na stěnách i na zemi byly malé i větší třpytivé krápníky. Matěj si je se zájmem prohlížel. Ve škole se totiž o nich právě učili. Uměl je dokonce i pojmenovat. Byly to stalagmity, stalaktity a stalagnáty.



Vtom něco zaslechl. Bylo to takové tičné špitání a hihňání. Matěj se podíval za zvukem a uviděl, že se tam vzadu něco pohnulo. Pomaloučku šel dál do jeskyně, pod nohama mu to trochu křupalo a zároveň se tiše zeptal: „Kdo je tam?“ Ze zadní části jeskyně k němu opatrně přistoupila víla a skřítek.

V tu chvíli se Matěj trošičku bál, rozklepaly se mu maličko kolena a víla si toho všimla. Hned jej uklidnila. „Neboj se, nic se ti nestane, Matěji. Jsi hodný kluk a my, bytosti z Javorníku, moc dobře víme, jak se o naši horu krásně

staráš.“ I skřítek promluvil. „Víme, že pokaždé posbíráš všechny odpadky po nepořádných lidech. Nebýt tebe, byl by Javorník jedno velké, smradlavé smetiště.“ „Chtěli bychom ti moc a moc poděkovat a na oplátku tě nějak odměnit. Máš nějaké přání?“ zeptala se víla. „Já nic nepotřebuji,“ odpověděl Matěj. Už se mu netřásla kolena. Víla přišla k Matějovi ještě blíže, pohladila jej po tváři, podívala se mu do jeho velkých, modrých očí a řekla:

„My víme, že máš nemocnou maminku a že na světě na její nemoc není lék. Naše voda tady v jeskyni je léčivá. Naber si vodu pro svou maminku a utíkej domů. Uvař z té vody mamince čaj. Jeden hrneček musí maminka vypít hned a pár kapkami jí potřít čelo, nohy a ruce. Maminka po čaji usne a až se vzbudí, bude uzdravená.“ Matěj si myslel, že spí. Že se mu tohle jen zdá. Několikrát se štipnul do ruky. „Já nespím? Tohle není sen?“ zeptal se. Skřítek i víla se usmáli a řekli mu, že nespí, ať už si konečně nabere kouzelnou vodu a upaluje domů.

Matěj poslechl, z batohu vytáhl láhev od čaje, nabral vodu a pěkně poděkoval. Víla mu ještě stačila říct, že když bude potřebovat, může si kdykoliv pro

léčivou vodu přijít, ale nikdy nikomu nesmí prozradit jejich tajemství.

Běžel nejkratší cestičkou, kterou znal. Doma byl na to tata. Maminka ležela v posteli celá bledá. Uvařil čaj a udělal vše, co mu víla a skřítek řekli. A opravdu, maminka usnula. Matěj seděl u postele a čekal, až se vzbudí. Nechtěl se ani na okamžik vzdálit. Co kdyby se maminka zrovna vzbudila. Najednou si všiml, jak mamince růžoví líčka. Za chvíli se začala probouzet. Otevřela oči, měla je stejné jako Matěj a hned se na syna usmála. Pomalu si všimla, že jí je lépe, že má sílu v rukou i nohou, a dokonce může vstát z postele. „Matějíčku, podívej, jak se mi ulevilo, jak je to možné?“ zeptala se s obrovským úsměvem. „Stal se zázrak, maminko!“ odpověděl.

Ještě v ten večer běžel Matěj na Javorník ke zvláštnímu kameni, aby víla a skřítkovi poděkoval. Dokonce jim tam donesl kakaové buchty, které od radosti maminka napekla. ■



Rozhledna Velký Javorník

Stojí na vrcholu stejnojmenného kopce ve Veřovicích v Beskydech. Tato dřevěná vyhlídková věž vysoká téměř 26 m nabízí turistům nádherný panoramatický výhled na okolní beskydské hřebeny – od Lysé hory přes Ondřejník až po Jeseníky a při dobré viditelnosti dokonce na Malou a Velkou Fatru nebo Roháče. Rozhledna je volně přístupná a oblíbená pro pěší i cyklistické výlety, s několika trasami vedoucími na vrchol.

-red-



Kvalitnější hygiena, vyšší komfort pro klienty i personál

Nové pomůcky zefektivňují péči a usnadňují práci pečovatelek

V našem Domově jsme se zaměřili na zkvalitnění hygienické péče o klienty a současně na usnadnění práce pečovatelek v centrálních koupelnách. Za tímto účelem jsme pořídili nové, **praktické a lehké vozíčky určené pro asistenci při koupání**. Jsou snadno ovladatelné, umožňují pohodlný příjezd přímo ke koupacímu lůžku a obsahují hygienické potřeby i oblečení. Personál tak má vše potřebné vždy po ruce, což zrychluje celý proces a zvyšuje komfort klientů.

Součástí zlepšení je také **pořízení hebkých mycích rukavic**, které pečovatelky využívají při koupeli k bazální stimulaci celého těla. Ta podporuje lepší vnímání vlastního těla, přináší pocit bezpečí, uvolnění a přispívá k celkové psychické pohodě klientů.

Zavedení těchto pomůcek přináší vyšší kvalitu péče, posiluje důstojnost a kom-

fort klientů a zároveň zlepšuje pracovní podmínky pečovatelského personálu.



Gabriela Dvořáková,
vedoucí přímé péče odd. B

Novinky z Domova se zvláštním režimem

Přípravy vrcholí, důraz klademe na individuální péči a důstojnost klientů



V posledních dnech se intenzivně věnujeme vybavování Domova se zvláštním režimem nábytkem a potřebnými pomůckami. Od začátku roku dorazila speciální elektrická lůžka, přísuvné stolky, televize, lednice i různé typy vozíků a kompenzačních pomůcek, které postupně rozmísťujeme po celém domově.

Současně připravujeme harmonogram prací, přičemž organizace péče bude především individuální. Důraz klademe na důstojnost každého klienta. Pečovatelský personál bude klienty provázet po celý den – ve společenských prostorech i na pokojích – a poskytovat jim podporu při běžných denních činnostech i péči o vlastní osobu.

Náš tým posílily také nové kolegyně, které se nyní aktivně zaučují a účastní odborných školení, například validace či psychiatrického minima. Do budoucna plánujeme i školení bazální stimulace, abychom zajistili kvalitní a nepřetržitou péči na vysoké úrovni.



Lenka Janáčková,

vedoucí přímé péče Domova se zvláštním režimem



Infarkt myokardu: 4 varovné příznaky, o kterých nevíte

Myslíte, že infarkt poznáte jen podle prudké bolesti na prsou? Jeden ze symptomů to rozhodně je, ale zdaleka není jediný. Patří mezi ně také oteklé nohy, nevolnost i nadměrné pocení. Infarkt se může projevit různě a znát varovné příznaky se vyplatí.

Infarkt myokardu je velmi závažná nemoc způsobená náhlým uzavřením tepny krevní sraženinou. Tím dojde k přerušení dodávky kyslíku do srdce a postižená část je pak poškozená, nebo může dokonce odumřít.

1. Bolesti nejen na hrudníku

Nejtypičtější příznakem infarktu je silná pálivá bolest na hrudníku, která může vystřelovat do ramene, ruky, krku, zad, mezi lopatky, ale také do čelisti nebo břicha. Někdy však bolí jen tyto části těla – ale hrudník ne. Bolest připomíná pálení záhy a nezávisí ani na poloze těla, ani na dýchání. Často brní levá ruka. Podezření, že se jedná o infarkt, lze pojmut při nepřetržité bolesti delší než 10 až 15 minut.

Hlavně zůstaňte co možná nejvíc v klidu, a to jak fyzickém, tak psychickém. Je výhodné rozkousat a rozpustit v ústech tabletu acylpyrinu, který může rozpustit krevní sraženinu v ucpané tepně. Dále je možné požit lék na uklidnění, například Diazepam, Neurole, pokud jsou k dispozici.

U akutního srdečního infarktu, kdy je bolest v hloubi hrudníku velmi intenzivní nebo dokonce paralyzující, je důležité nad ničím neváhat a zavolat si zdravotní pomoc okamžitě.

2. Dušnost a schvácenost

Velká únava a schvácenost nemusejí znamenat jen to, že si potřebujete odpočinout. Často to bývají projevy potíží se srdcem. Jste-li hodně unavení příliš často, ačkoliv k tomu nemáte důvod, raději si zajděte na vyšetření. Máte pocit, jako byste se nemohli takzvaně „dodýchnout“? Pak byste měli být na pozoru – dušnost je při infarktu způsobená zhoršenou funkcí srdce.

Ještě před samotným vznikem infarktu se může objevovat pocit únavy a zadýchávání, úzkost, pocení a námahová nevykonnost. Pokud člověk pocítí jeden z výše uvedených příznaků, měl by vždy pro jistotu navštívit svého praktického lékaře, který rozhodne o dalším postupu a v případě nutnosti pacientovi doporučí další specializovaná vyšetření v kardiologickém centru.

3. Pocení a nevolnost

Nadměrný nebo studený pot, bledá pokožka a nevolnost také mohou být známkou infarktu. Pumpování krve do žil je pro postižené srdce mnohem náročnější než obvykle, a tělo na toto extrémní úsilí reaguje pocením, aby vyrovnalo tělesnou teplotu. Až 80 procent pacientů popisuje úzkost, pocity na omdlení a závratě. Většina lidí je ale přejde, protože si nespojí souvislost s infarktem myokardu.

Pokud se nemoc nezachytí a neléčí včas, může vážně ohrozit funkci srdce a v nejzávažnějším případě způsobit jeho prasknutí. Závažnost následků infarktu velmi závisí na rychlosti, za jak dlouho se podaří otevřít uzavřenou tepnu katétrem. Čas je tedy zásadním faktorem ovlivňujícím úspěšnost léčby. Proto je při jakémkoliv podezření na akutní infarkt myokardu třeba ihned zavolat rychlou záchrannou službu.

4. Oteklé nohy a kašel

Také náhlé otoky nohou, zejména chodidel a kolem kotníků, jsou známkou srdečního selhání. Pokud tedy máte dojem, že bezdůvodně nabíráte na váze, může to být kvůli zadržování vody v těle. Také přetrvávající kašel nebo chrapot řadí odborníci mezi varovné signály nastupujícího infarktu. Ty vás někdy mohou zachránit – jestliže se necháte včas vyšetřit, je možné hrozící infarkt odvrátit. V nejtěžších případech může pacient v důsledku srdeční zástavy i upadnout do bezvědomí. Zatímco u některých lidí se infarkt projevuje rychlým nástupem bolesti nebo i srdeční zástavou, řadu pacientů jejich tělo upozorní s předstihem několika hodin nebo i dnů.

Pavla Bednaříková, vedoucí zdravotního úseku

