

TEPL MĚR



STUDENTSKÝ ČASOPIS STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÉ ŠKOLY A VYŠŠÍ ODBORNÉ ŠKOLY ZDRAVOTNICKÉ VSETÍN



Jsme sestry

SOŇA STIBOROVÁ

Podzimní koronavirová krize dorazila na Valašsko s ještě větší silou než na jaře. Jak se situace postupně zhoršovala, začali někteří naši studenti a odborné učitelky vypomáhat zdravotnickým a sociálním zařízením v kraji. Nejdříve dobrovolně, a později, při prohlubování personální krize, obdržela řada studentů čtvrtého ročníku pracovní povinnost nařízenou přímo z kraje. Nastupovali tam, kde bylo zrovna potřeba, a to včetně covidových jednotek. Některé studentky také posílily řady personálu v domovech pro seniory. Všichni, kteří pomáhají, se ocitli v nelehké situaci, protože si zároveň musí plnit i úkoly z distanční výuky. Přestože jim naše škola umožnila jisté studijní úlevy, maturita se blíží a učivo se za ně nikdo nenaučí, musí prostě zvládnout vše. A to je ta pravá škola života, umět pomoci a zabrat tam, kde je to potřeba, a navíc se u toho i něco naučit! A jelikož je většina z pomáhajících ve čtvrtém ročníku, přejeme jim především pevné zdraví a hodně štěstí k maturitě! *(pokračování na str. 3)*

Budoucnost ošetrovatelství

KRISTÝNA STRUŽKOVÁ, 3.ZA

Ať už bude ošetrovatelství jiné nebo ne, pořád bychom měli mít na paměti, že jsme jen lidé, že i když dnes nemáme zrovna náladu, není nám dobře, nebo nás něco trápí, jsou na lůžku lidé, kteří nás potřebují. Potřebují naši pomoc, potřebují umýt, nakrmit, převléct lůžko, otevřít okno, dostat své léky, potřebují převázat ránu, potřebují někoho

s kým si promluví, potřebují pochopení, soucit, radu, úsměv, smích a daleko víc.

I když je to velmi těžká práce, která s sebou nese velkou zodpovědnost, milujme ji. Milujme ten pocit, že můžeme pomáhat tam, kde je potřeba. Milujme to, když vidíme vyléčeného člověka a i přes těžké časy stůjme při sobě jako tým. *(pokračování na straně 6)*

V TOMTO ČÍSLE NAJDETE

PORODNICTVÍ



UHO



**DISTANČNÍ VÝUKA
VS. PRAC. POVINNOST**



ZE ŽIVOTA ŠKOLY



ÚVODNÍ SLOVO

První ročník Teploměru

Z dítěte, které čte, vyroste dospělý, který přemýšlí.

SOŇA STIBOROVÁ

Studentské noviny **Teploměr** jsou noviny psané převážně studenty a určeny nejen pro studenty. Dočíst se můžete o aktualitách a zajímavostech v oboru ošetřovatelství, ze zdravotnictví, z naší školy, ale také odjinud.

Jak vlastně vznikl název Teploměr?

Název je čistě nostalgický. V době, kdy jsem na zdravotnické škole ve Vsetíně byla ještě studentkou, Teploměr zde vycházel. Byl to černobílý novinový výtisk, který již nelze nikde dohledat. Chtěla jsem prostě Teploměr vrátit zpět na „zdravku“.

Kdo tvoří redakční radu?

Redakční rada je všem otevřená, takže pokud nechcete jen číst, můžete napsat článek na téma, které vás zajímá, a připojit se k nám. Rádi bychom přinášeli zajímavé čtení a psaní pro všechny, koho zajímají vážná i nevážná témata, a především se rádi dozví něco nového nebo se chtějí rozvíjet dál.

Ovšem není snadné takové noviny vydat. Redakční radu tvoří naši studenti, kteří se této zajímavé činnosti věnují ve svém volném čase. Každé číslo má dopředu naplánovaná témata, která jsou doplněna o různé aktuality. Ve chvíli,

kdy jsou články napsané, je nutné je přepsat a naskládat do novinové šablony, což je asi nejnáročnější část práce spolu s grafickou úpravou a nafocení obrázků. Pak přichází korekce, čili útok kolegyně Marunové na hrubky v našich novinových člancích. Tímto jí slibuji, že jedním z mých novoročních předsevzetí, bude zasílání nových čísel Teploměru ke korekci s předstihem, nikoliv těsně před odesláním do kopírky. ☺

Za celý náš redakční tým všem přeji krásný a pohodový vánoční čas. Aby venku bylo nasněženo, doma vonělo domácí cukroví a rodina se sešla u jednoho stolu ve zdraví a dobré náladě. Být spolu a mít radost je totiž dárek nad dárky!



ZDRAVÍ

Zázvorový elixír

Potřebujeme:

100 g čerstvého zázvoru
1-2 citróny
3 pomeranče
100 ml medu
600 ml vody



Postup:

Zázvor

nastrouháme. Vymačkáme šťávu z citrónů a pomerančů a společně s medem a zázvorem rozmixujeme v mixéru. Šťávu přefiltrujeme přes plátno do lahví a uložíme do lednice. Před použitím nutno protřepat. Tento nápoj, ať už čistý nebo zředěný džusem, je výborným nastartováním do nového dne.

Látka obsažená v zázvoru gingerol posiluje trávení, mírní bolesti kloubů, nachlazení a nevolnost.

„ANTICOVID FORTE“ ☺

VARIANTA PRO DOSPĚLÉ

Zázvorový likér

Potřebujeme:

300 g krystalového cukru
300 ml horké vody
5 hvězdiček badyánů
polévková lžice hřebíčku
3 celé skořice
2 pomeranče i s kůrou nakrájené na kolečka
2 citróny s kůrou nakrájené na kolečka
300 g nastrouhaného zázvoru
1 l slivovice

Cukr necháme v hrnci zkaramelizovat až je tekutý, do toho přidáme horkou vodu (pozor, strašně to prská). Dále přidáme všechno koření a necháme 10 min. povařit. Odstavíme z plotny. Přidáme pomeranče a citróny nakrájené na kolečka, oloupaný nastrouhaný zázvor a vše zalijeme slivovicí. Hrnc se směsí necháme týden v komoře luhot. Po týdnu přecedíme přes plátno do lahví. Před použitím protřepeme. Usazenina na dně láhve je plná vitamínů.

JSME SESTRY

Distanční výuka vs. pracovní povinnost**LUCIE STŘÍLKOVÁ, STUDENTI 4. ZA****Distanční výuka X Pracovní povinnost. Aneb náš studentský život během nouzového stavu.**

Opět jsme se všichni ocitli v nelehké situaci. S příchodem podzimu a zimy se začal zvyšovat počet osob nakažených Covid 19 a situace v naší zemi se stále více zhoršovala. Vláda vyhlásila nouzový stav a bylo zavedeno nespočet opatření, abychom se co nejdříve mohli zase vrátit zpátky ke klasickému způsobu života. Pro nás studenty to znamenalo především zavedení distanční výuky.

Náš maturitní ročník 4.ZA se během několika dnů a týdnů rozdělil na dvě skupinky. Ta první, ve které jsem i já, se věnuje distanční výuce, jako asi většina z vás, jen s tím rozdílem, že pravidelně navštěvujeme nemocnici, kde vykonáváme praxi, protože ta zrušena nebyla. Zároveň většina z nás chodí vypomáhat do nemocnice nebo sociálních služeb. Druhá skupinka, teď už se jedná o větší polovinu naší třídy, dostala pracovní povinnost nařízenou přímo ze Zlínského kraje. To znamená, že chodí vypomáhat do nemocnice na určité oddělení, které je jim přiřazeno. Tito vybraní studenti chodí pracovat na směny, proto se jich distanční výuka v této chvíli týká jen částečně.

Výjimkou jsou samozřejmě maturitní předměty, kterým se snaží věnovat ve volném čase. Ráda bych vám teď alespoň trochu přiblížila, jak mí spolužáci zvládají pracovní povinnost.

Život studenta maturitního ročníku s pracovní povinností:

„Pracuji na oddělení JIP ve Valašském Meziříčí, což je nyní covidové oddělení. Jsem tady ještě se spolužačkou Nikčou. Můj týden probíhá asi tak, že mám buď dvanáctihodinové směny (tedy denní) nebo noční směny. Vše se to dá zvládnout, jen moc nestíhám přípravu do školy. Jinak tady máme super kolektiv, sestřičky se nám snaží pomoci a pomáhají nám si vyzkoušet spoustu nových věcí.“ Kamila Křenková, 4.ZA

„Já pracuji ve Vsetínské nemocnici a.s. na bývalé neurologii. Teď je z tohoto oddělení udělaná covidová jednotka. Obecně zde dělám ošetrovatelskou práci, protože ošetrovatelského personálu je v tuto dobu nedostatek. Směny mám denní a noční. Práce se mi líbí, jsem tam moc spokojená.“ Tereza Šindlerová, 4.ZA

Na závěr bych jen chtěla popřát všem studentům a učitelům hodně síly a hlavně zdraví! Lucie Střílková a třída 4.ZA



Kristýna Zdráhalová, 4.ZA



ÚCTA, HRDOSŤ, ODBORNOSŤ

Novinky v projektu UHO

INTERREG V-A
SLOVENSKÁ REPUBLIKA
ČESKÁ REPUBLIKA



EURÓPSKA ÚNIA
EURÓPSKY FOND
REGIONÁLNEHO ROZVOJA
SPOLOČNE BEZ HRANÍC

MGR. MARTINA PÍŠKOVÁ

V minulém vydání časopisu Teploměr jsme informovali o prodloužení termínu realizace projektu UHO, a to do konce ledna roku 2021.

Kvůli špatné epidemiologické situaci v souvislosti s pandemií onemocnění COVID 19 nemohly být dosud zrealizovány poslední dvě projektové aktivity. Jedná se o odbornou výměnnou stáž (odborná praxe ve Fakultní nemocnici Trenčín) a o společnou konferenci, která se má uskutečnit v Trenčíně.

Jedinou jistotou v tuto chvíli je, že bude realizována společná konference. Museli jsme se však přizpůsobit stávajícím podmínkám, a to jak v ČR, tak v SR. Dobrým řešením se jeví uskutečnit setkání účastníků projektu v online prostředí. Již teď vedení projektu, ve spolupráci s vyučujícími a studenty jednotlivých škol, intenzivně pracuje na organizaci setkání a na programu. Předpokládaný termín online konference je naplánován na leden 2021.

Projekt je spolufinancovaný z dotace Evropské unie z programu Interreg V-A Slovenská republika – Česká republika.



PAMĚTI PORODNÍ BÁBY

Jak se rodilo před sto lety

ELIŠKA BŮŽKOVÁ, 2. ZB

Všechno utrpení nejen rodiček, ale i sebe samotné, zachytila porodní bába Julie Vašinová ve svých pamětech, které sahají až do začátků 20. století, kdy poprvé v osmnácti letech složila své kufry na internátě v Košicích. Už v první moment, ještě před začátkem samotného studia, jí další adeptka na zdravotní sestřičku vzala rovnou na sál k císařskému řezu.

„Oblékly jsme si bílé pláště a běžely. Já jsem byla jak v Jiříkově vidění. Celou noc jsem jela ve vlaku. Nespala jsem. A najednou jsem na operačním sále. Bílé kachličky od země až po strop. Podél zdí v lesklých stojanech poniklované bubny s operačním materiálem. Uprostřed operační stůl, kolem něj z každé strany dva doktoři a mezi nimi Mařenka, moje sestřenice. Její oči, to bylo poslední, co jsem viděla, než jsem se skácela k zemi,“ popisuje svou první zkušenost s porodem.

Přestože si ze svého prvního porodu příliš nepamatuje, školu dokončila s vyznamenáním a poté strávila dva roky v brněnské porodnici. Nasbírala tam spousty zkušeností a odcházet nechtěla, neměla ale na výběr. Lékař, kterému asistovala při operacích, přesídlil do Olomouce a ona s ním. Nakonec tam strávila celých deset let, dokud nemusela utéct před nacisty. K tomu se ale ještě dostaneme.

Situace v Československu byla napjatá. Helenovci neváhali útočit ihned po smrti T. G. Masaryka a čekárny zaplavily hromady uprchlíků. Přivázeli zraněné těhotné ženy, některé s prostřelenými břichy. Netrpělivě jsme čekali na vyhlášení mobilizace, které na sebe nenechalo dlouho čekat.

Lékaři narukovali, zbylé dvě lékařky nestíhaly. Sestřičky vedly porody samy, později musely provádět i drobné operace. Vyčerpaná Julie s nedůvěrou poslouchala zvěsti, které přinášeli uprchlíci.

Přišel 15. březen 1939 a Hitler se zmocnil Československa. Z pana docenta Bělohradského byl rázem docent Beogradzky a brzy povýšil na primáře. Na svou oblíbenou sestru Julii doléhal, aby se přihlásila do NSDAP a šla s ním pracovat do nově zřízené porodnice pouze pro Němky, ona ale rázně odmítala.

Z Olomouce utekla před gestapem, roku 1942 se vrací domů do Bojkovic a začíná nový život jako porodní bába. Už dva roky byla vdaná za stolaře Bohumila Vašinu, se kterým měla ročního syna Petra. Dcerka Anna se narodila o čtyři roky později. Oba své potomky vychovávala přísně – viděla příliš mnoho ženského utrpení a mužské bezohlednosti.

Ze sterilního prostředí porodního sálu spadla rovnou do tvrdé reality domácích porodů v jednom z nejodlehlejších a nejchudších regionů republiky.

Byla krutá zima, když navečer přiběhl vyděšený cikán. Jeho žena rodila a jejich bába, která si vždy věděla rady, nedokázala pomoci. Nakonec Julie jeden ze svých prvních domácích porodů zvládla a narodil se krásný chlapeček. Přikázala cikánovi, aby celou noc topil, jinak mu zemře dítě i žena. Novopečený otec sliboval a děkoval...

Ráno se Julie vypravila matku a miminko zkontrolovat. Nad všemi chatrčemi se v mrazivém ránu vznášely obláčky dýmu z ohnišť, jen nad chatrčí, kde pomáhala předešlý večer na svět malému chlapci, kouř nebyl. Ihned věděla že je zle. Když doběhla dovnitř, žena seděla u ohniště s chlapcem v náručí a tiše plakala. Oheň byl vyhaslý, dítě mrtvé a cikán spal.



Julie Vašinová při ošetření novorozence

Málokterý muž byl u své rodící ženy, většinou zůstávali nahoře v hospodě a dopředu zapíjeli svého několikátého potomka. U jednoho komplikovaného porodu koncem pánevním tomu bylo přesně tak.

„Vypadalo to na císařský řez, tak jsem poslala nejstaršího z dětí, patnáctiletého kluka, do hospody, aby řekl tátovi, že maminka musí do porodnice, a zavolal do Brodu pro sanitku. Toto byl její pátý porod, nikdy předtím žádné komplikace neměla. Ted' však už jenom sípala a nepravdělné ozvy dítěte začínaly slábnout. Hodiny se vlekly, sanitka nikde. Bylo to v listopadu, venku se stmívalo, začal poletovat sníh. Konečně, snad po dvou hodinách, přiběhl chlapec. Že sanitka nemůže nahoru do prudkého kopce vyjet. „Kde máš tatu, ptám se kluka. „Tatko leží v hospodě na stole a hovorí, čo si tie baby vymýšľajú, dzecka sa rodíja vždy doma...“ Máte tragač? „Máme!“ Na tragač jsme dali polštář a deku, na to položili rodičku. Chlapec se zapřáhl, já zvedla rukojeti a už jsme jeli. Ve tmě, po sněhem obalené, kluzké trávě. Mokrě vločky nám zalepovaly oči. Štěstí, že chlapec znal cestu zpaměti.“

V roce 2004, v úctyhodném věku 92 let, Julie Vašinová zemřela. Její život byl plný péče o rodičky a jejich novorozeňata, byla odvážná žena, která viděla spoustu utrpení a okusila hořkou chuť života se vším všudy. Její syn, Petr Vašina, přepsal příběh, který jeho matka sepsala ve svých 82 letech, aby se s námi, ale hlavně se svými potomky, podělila o své zkušenosti.

Zdroj: (<https://www.novinky.cz/zena/styl/clanek/pameti-porodni-baby-jak-se-rodilo-pred-sto-lety-40326345>)

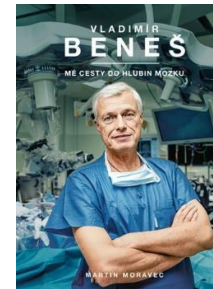
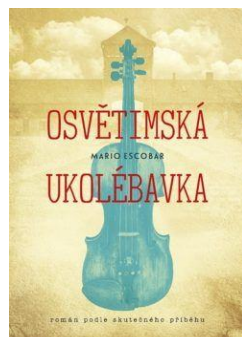
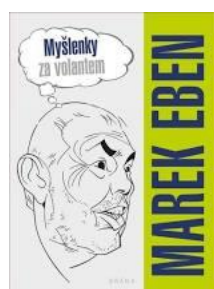


Poválečná akce Mezinárodního červeného kříže 1947: Julie dává dětem po lžičkách rybí tuk.

Do Juliina rajónu patřila i Žitková, zapadlá vesnice, kde žily bohyně, jež léčily, radily a prý i viděly do budoucnosti. Silnice zde vedla jen k hospodě a obecnímu úřadu, k chudým chalupám už byly vyšlapané pouze polní cestičky. Některé domy neměly ani chlévy, tudíž když přišel mráz, dobytek se schovával dovnitř.

Pokud tedy vyžadovala žena z Žitkové Juliinu pomoc, znamenalo to pro ni vyšlapat jedenáct kilometrů na kole do strmého kopce. Když k nastávající matce konečně dorazila, musela napřed ze světnice vyhnat všechna zvířata.

Knihy



I MY JSME ZAČÍNALI...

Bc. Jana Felčírová Hilská, porodní asistentka

ALICE KREMELOVÁ 2. ZB, SOŇA STIBOROVÁ

Jana Felčírová Hilská studovala na Střední zdravotnické škole ve Vsetíně, kterou v roce 2011 úspěšně zakončila maturitní zkouškou. Ještě téhož roku složila přijímací zkoušky na vysokou školu a začala studovat na lékařské fakultě v Ostravě bakalářský studijní obor porodní asistentka. Po dokončení studia nastoupila rovnou na porodní sál v nemocnici ve Valašském Meziříčí, kde také vede předporodní kurzy pro nastávající maminky.

Co Vás přimělo jít na zdravotní školu?

Tak to byla jasná volba. Již v dětství jsem měla rozhodnuto. Inspirovala mě moje babička, která byla zdravotní sestra. Když jsem byla malá, hrávaly jsme si spolu na pacienta, lékaře a sestru. Tímto to asi všechno začalo. Vždy jsem se zajímala, které zdravotní neduhy koho v rodině trápí, bavilo mě řešit je nebo alespoň nějak pomoci.

Proč zrovna porodní asistentka?

Když se blížil poslední ročník zdravotnické školy, tak bylo na čase přemýšlet co dál. Věděla jsem, že chci pokračovat ve studiu na vysoké škole a vybírala jsem si mezi oborem porodní asistentka a fyzioterapeut. Studovat na všeobecnou sestru mě nelákalo právě pro onu všeobecnost. I když by asi někdo mohl říct, že právě to může být zajímavé, mít více možností uplatnění na různých odděleních. To jsem osobně ovšem nechtěla. Lákal mě konkrétní obor. Nakonec vyhrálo porodnictví. Do jisté míry práce s novorozencem a péče o ženu během tak těžkého, ale nádherného, období, mě opravdu zajímala a lákala.

Jak vypadá takový běžný den porodní asistentky?

Tady opravdu záleží na obsazenosti porodního sálu, na počtu rodiček. Někdy je to velký šrumec, ale to může být i na jiných odděleních. Na porodním sále každodenní rutinu nenajdete. Přijímáme rodičky, provádíme běžné ošetrovatelské výkony jako odběry krve, zavádění periferního žilního katétru, aplikace analgetik, infúzí a v neposlední řadě také vedení dokumentace. To je běžná práce každé sestry. Ale hlavně se staráme o celý průběh porodu, samozřejmě ve spolupráci s lékařem. V průběhu každé doby porodní je potřeba chodit za rodičkou, být jí oporou a průvodcem v tomto celém dění. Důležitá je komunikace. Poradit nastávající mamince, jak správně dýchat, ukázat polohy, ve kterých může cítit úlevu a uvolnění. Také kdy a jak tlačit, kdy naopak odpočívat. Nezbytné je monitorovat srdeční ozvy plodu a vaginální vyšetření ženy. Dle i těchto důležitých parametrů můžeme včas zjistit různé patologie a podle toho vedeme porod určitým způsobem dál. Porod je hlavně o trpělivosti, spolupráci a pozitivním přístupem všech zúčastněných.



J. Felčírová Hilská na porodním sále Nemocnice Agel Valašské Meziříčí

Vzpomínáte si na svou první službu? Popřípadě na nějaký zajímavý případ?

No nezapomenu na vícero porodů. Jeden ale moc dobře nedopadl. Porod probíhal přirozeně, ale pak nastalo velké krvácení, a nakonec musela rodička podstoupit hysterektomii. Někdy jde vše velmi rychle. Pamatuji si třeba porod už na příjmu. Nebo rodička, u které byl minimální nález a nic nenasvědčovalo brzkému porodu. Aplikovali jsme nálev a ona málem porodila při něm. Během deseti minut došlo k rychlé změně.

Co Vás na vaší práci nejvíce baví?

Paradox je, že je to stres, který mě baví, ale zároveň i děsí. Práci porodní asistentky vnímám velice zodpovědně. Přece jde o starost nejen o rodičku, ale i o dítě. Musíme umět trochu předvídat dění, a to se ne vždy daří. Někdy nastane z nečekaných důvodů úplný zvrat, kdy je potřeba rychle jednat, a to je pak pěkný adrenalin. Když to vše dobře dopadne, o to víc mám krásný pocit, že jsme super tým. Vnímám to tak, že porodní asistentka a lékař by měli být jedna ruka. Také přístup k rodičkám je velice individuální, každý porod je jiný a ta různorodost je právě to, co mě baví.

Jak vnímáte současnou prenatální péči (péče během těhotenství)?

Myslím, že v dnešní době je prenatální péče na velmi vysoké úrovni. Tolik možností, jež může každá žena využít, snad nikdy v minulosti neměla. Nastávající maminka může podstoupit vyšetření, která pomohou včas detekovat různé vady a diagnózy spojené s těhotenstvím, což vnímám jako velké plus. Rodičky jsou v dnešní době hodně informované o těhotenství, porodu a také o péči o novorozence (skoro každá nemocnice totiž uskutečňuje předporodní kurzy). Cílem je odbourat strach, nejistotu a dle mého se to alespoň trochu daří. Ženy mohou využít i různá cvičení, kde se učí, jak správně dýchat, což má kladný vliv nejen během těhotenství, ale hlavně u samotného porodu.

Máte nějaký vzkaz pro budoucí sestřičky?

Být zdravotní sestrou není jen o splnění zápočtu a získání akademického titulu, ale o tom, kým opravdu jsme. Žádná kniha nás nenaučí komunikovat s pacienty, když je jim nejhůř. Ošetrovatelství nejsou jen tabletky, grafy a dokumentace. Je to hlavně o velké empatii a pokoře k lidem.

Budoucnost ošetrovatelství

STUDENTI 3. ROČNÍKU

Zadání ke zpracování eseje obdrželi v úvodních týdnech karantény studenti druhého a třetího ročníku. Práce dokládají, že studenti vnímají důležitost a význam profese sestry. Uvědomují si význam přípravy na své budoucí povolání, získávání a předávání praktických zkušeností v prostředí nemocnice, týmové spolupráce. Uvědomují si, že se ošetrovatelství vyvíjí a moderní technologie pronikají i do tohoto oboru. To podstatné však zůstává – sestra u lůžka pacienta. Sestra pečující, sestra podporující, sestra chápající, sestra zodpovídající, sestra doprovázející... Zde jsou úryvky z některých prací.

„Budoucnost je v rukou lidí a rozumného jednání. Je důležité nepodceňovat práci zdravotníků a možnosti, které nám doba nabízí. Nesmíme také zapomenout na to, že roboti nenahradí emoční stránku a nedokážou nám porozumět tak, jak bychom si představovali. Z toho všeho plyne... ať už pro nás budoucnost chystá cokoli, nesmíme dopustit, aby technika pohltila naši lidskost.“ (Klára Cábová)

Jeto jedno z nejkrásnějších povolání, ať už jste doktor, zdravotní sestra, ošetrovatel, na tom nezáleží, každá ruka se hodí, důležité je to, že tuto práci děláte pečlivě a srdcem. Toto není jen pouho pouhé povolání, je to poslání. Tak či tak jsem zvědavá, co čas přinese, a můžu jen plně doufat, že to bude jen to dobré. Vlastně i kdyby mi život hodil pod nohy pár klacků, tak všechno zlé je pro něco dobré, ty těžké etapy našich životů nás nutí stokrát spadnout a stokrát vstát. Přesně tyto chvíle nás utváří, dělají nás tím, kým jsme, silnějším, statečnějším a odolnějším vůči zevnímu světu. (Hromadová Adéla)

„Poslední dobou se setkávám s lidmi, kterým když řeknu, že studuji na zdravotní škole, tak se začnou smát a říkají, že je to škola pro hloupé. Já se vždy pousměji a říkám: „Jo? A kam běžíš, když tě něco bolí?“, ti lidé se většinou zamyslí a už nic neříkají, asi si uvědomí, že se smějí nesprávnému povolání. Žádám všechny, aby nepodceňovali zdravotnické obory, protože každý je něčím důležitý. Zvláště teď, kvůli Covid-19, si spousta lidí uvědomuje význam práce zdravotníků a dokáží ji i ocenit. Já si například lidí, kteří v nemocnici riskují své zdraví, moc vážím a vzdávám jim hold. A co bych vlastně chtěla ve zdravotnictví dělat já? Chtěla bych být zdravotní sestra? Jedno vím jistě, budu pracovat ve zdravotnictví, protože právě tam je mě nejvíce potřeba!“ (Kristýna Trčková)

Stačí si představit jednoduchou situaci. Máte úraz a ocitáte se v nemocnici. A představte si, že by tam nebyly ani sestřičky, ani ošetrovatelé. A vám nikdo nepomůže, nepomůže vám vstát, obléct se, donést čaj, převléknou a ušlat postel, a vy to sami nedokážete. Samozřejmost? Nikoliv. A přesto se tak považuje. Nelze nahradit, a ani se pravděpodobně nezmění činnost typu lidské interakce, protože zdravotník je pro nemocného silnou psychickou podporou, ať už seniori potřebují vědět, že na ně někdo myslí, věnuje se jim, naslouchá, když povídají příběhy. A co se týče technologií a umělé inteligence? Co když budou nanotechnologie, vlastně robůtci v našem těle, kteří by stejně jako naše leukocyty mohli pomoci vyléčit náš organismus několikanásobně, uměli by obnovit buňky, či přepsat DNA nebo vylepšit genetický potenciál? A nemusely by to být nanotechnologie. Ale to je nebezpečné, vlastně hraní si s přírodou. Na druhou stranu by vlastně už nikdo nikdy nemusel být nemocný a strádat. Chtěl bych tímto apelovat na lidi, aby si více vážili této práce. Aby společnost na ně nahlížela tak, jak na ně nahlíží v době nouze, a ne když jsou zdraví, protože potom si ničeho neváží, a aby je brali jako teď... JAKO HRDINY, KTERÍ OBĚTUJÍ SVŮJ ČAS A SAMI SEBE PROTO, ABY POMOHLI OSTATNÍM. (Vítězslav Šudoma)

Chci být dobrá zdravotní sestra. Pomáhat lidem v těžkých životních situacích, pomáhat jim se najíst a umýt, protože oni sami to nezvládnou. Chci jim naslouchat a chci aby věděli, že se mi můžou svěřit a že se vždy společně pokusíme vyřešit jejich trable. Chci, aby věděli, že na nic nejsou sami. Nejsou sami na nemoc, na smutek, na radost, na potíže. Že tam pro ně budu. Zdravotnictví není práce, nýbrž poslání.

Na závěr bych chtěla poděkovat všem zdravotním sestřím na světě. Jsou důležitou součástí našich životů, o které pečují. Bez nich by bylo zdravotnictví prázdné. Nikdo z nás neumí vyslovit dostatečně velké díky za to, co pro nás dělají. Sestry jsou andělé. (Natalie Labajová)

Přála bych si, abych se také já a mé spolužačky mohly stát právě těmi sestrami, které nebudou pracovat právě pro nemocné. Myslím, že to je jedna z nejdůležitějších věcí pro budoucnost ošetrovatelství. Není to nějaký výzkum, vynález nových technologií, či léčiv (což je ovšem také velmi důležité a jistě nepostradatelné), ale právě přístup a vzdělání budoucích sester. Za pár let budeme my předávat své zkušenosti a poznatky, které jsme získaly od svých vyučujících dále novým a mladým sestřím, které zde přijdou po nás. Bylo by dobré si uvědomit, že také



na nás leží odpovědnost za budoucnost ošetrovatelství. Žádná učebnice nedokáže nahradit slova a rady vyučujících a žádná také nedokáže předat tolik zkušeností kolik jedna sestra nebo ošetrovatelka z praxe. Je na nás, abychom se snažili my všichni. Tento obor je založen na lidech a je jen na nás, jak bude v budoucnu vypadat. Tím bych zároveň chtěla povzbudit všechny budoucí i současné zdravotní sestřičky, aby nezapomínaly na to, jak jsou důležité nejenom pro budoucnost, ale především pro každého pacienta zvlášť. Často i jeden úsměv může totiž ovlivnit zdraví pacienta. (Veronika Naňáková)

„Zdravotnictví je tým mnoha profesionálních lidí, kteří dovedou pomalu zázraky. Technika jde kupředu, metody se mění, třeba ty, které jsou dnes velmi účinné, budou za 5, 10, 30 let jen úsměvnou vzpomínkou. Proto bychom ale neměli zapomínat na historii a měli bychom se z ní poučit, inspirovat. Lidstvo se učí ze svých chyb. Platilo to doteď, bude to platit i potom. Někdy je to jen čistě pokus-omyl, ale to nás žene kupředu, to je ten hnací motor, který nás nutí se sebezdokonalovat a vymýšlet nové věci, které budou lidstvu užitečné. V budoucnu nás můžou nahradit stroje, třeba už ani nebude zdravotnictví, protože se vymyslí nějaký lék, který vymýti všechny choroby, kdo ví. Myslím si, že se v budoucnu nezmění moc věcí. Jistě, technika určitě, některé metody, např. Vojtova metoda zůstane, ale hlavně věřím, že zůstane i ten duch zdravotnictví, který je teď, který byl v minulosti, protože díky tomu je naše zdravotnictví speciální a jedinečné. Lidský faktor není dokonalý, může selhat, to ano, ale nikdy ho nemůže nahradit stroj, technologie, protože ústřední na tomto systému je ten lidský, vřelý kontakt mezi nemocným, lékařem a sestřičkou navzájem.“

Pomáhat lidem je zodpovědná věc, musí to být v nás, jinak bychom se pro tuto školu nerozhodli. Ať už bude budoucnost zdravotnictví jakákoliv, věřím, že bude zachována ta prvotní myšlenka, proč vlastně vzniklo toto vše.“ (Ondra Šudoma)

Další dva roky studia bych už teď vyměnila za práci v nemocnici. Ne však v takové, kde je množství moderních přístrojů a pomůcek. Ale v takové, kde podlaha je většinou udupaná jenom od bosých nohou pacientů. Málo lékařů na velké množství pacientů a na velké území. Sestra je lékařova pravá ruka. Nedostatek léků, zdravotnických pomůcek, materiálů, vakcín, pitné vody a hygieny. Odměna? Nesmělý úsměv, stisk ruky, objetí a rozzářené oči dětí. Do tohoto světa bych se jednou velmi chtěla vypravit já. (Jana Šicová)

Tento obor byl, je a bude jedinečný. A v budoucnu bude stále přitahovat lidi svou výjimečností a možností pomoci druhým. I když je pravda, že hodně mladých lidí se zdravotnictví straní, v každé generaci bude část lidí, která to půjde studovat a bude je to bavit.

Chtěl bych říct, že respektuji každého člověka, co pracoval, pracuje a co bude pracovat v tomto oboru. Doufám, že bude v budoucnu tento obor vzkvétat a bude to jen lepší a lepší. (Radim Hrabovský)

Novými možnostmi se změní určitě i péče o lidi. Přibudou nové vědomosti k daným technologiím a vyšetřením, které nebudou možná tak náročné jak pro pacienty, tak i pro personál. Zároveň pohled na péči ať už doma, v pečovatelských zařízeních nebo v nemocnicích či kdekoli jinde se liší. Může to být dáno množstvím a dostupností pomůcek, od toho se určitě bude odvíjet kvalita péče.

Jako potřebu já třeba beru zájem o péči o druhé a je jedno, kdo to je, jestli je tím člověkem senior, dítě nebo dospělý. Stále je to člověk, který potřebuje péči. Nebo další důležitou potřebou je kontakt. Přece jenom, jak se učíme, sestry tráví s pacientem více času než třeba lékař. (Nikol Bartoš)

Ze života školy

DEN OTEVŘENÝCH DVEŘÍ

JULIE HALAŠOVÁ, 3. ZB

Tento rok byl plný improvizace. A to nejen v nemocnicích, ale i ve školách. Otázkou bylo, jak přiblížit a ukázat budoucím studentům prostředí naší školy? Zdravotnická škola nerezignovala a střemhlav se vrhla na natáčení Dne zavřených dveří. Natočili jsme sérii videí přímo z prostředí školy. Natáčeli jsme výuku v odborných předmětech a učebnách ošetřovatelství, první pomoci nebo anatomie. Nezapomněli jsme také na mimoškolní aktivity, ať už divadelní soubor či různé soutěže. Snahou bylo přiblížit potenciálním zájemcům o studium na naší škole běžný školní den studenta zdravotnické školy ve Vsetíně. Myslím, že na „zdravce“, stejně jako na gymnáziu, si každý student najde ten svůj oblíbený předmět nebo činnost.



Na Youtube kanále Masarykova gymnázia Vsetín najdete jednadvacet videí v playlistu Den zavřených dveří.

Pokud nám to situace umožní, tak „obvyklý“ den otevřených dveří proběhne v únoru 2021.

Adaptační pobyt 1.ZB aneb jak jsme se seznamovali...

KATEŘINA ŠALAMOUNOVÁ, 1. ZB



Dne 9. 9. 2020 naše třída společně s paní učitelkou Piškovou a paní učitelkou Novákovou vyrazila na adaptační pobyt, který se konal na hájence v Semetíně.

První den se nesl ve znamení vzájemného „otukávání“. Sice jsme se už tak trochu znali, ale díky spoustě seznamovacích, společenských, týmových, ale i kreativních her, jsme se mohli poznávat stále více.

Největší úspěch u nás slavila noční procházka, kde jsme poznávaly zvuky noční přírody. Mnozí z nás se museli postavit svému strachu ze tmy a z černého lesa, který byl okolo nás.

Myslím, že za celou třídu mohu říci, že pro utužení třídního kolektivu nám velmi pomohla hra s názvem „Mexiko“. Vymyslet taktiku, jak se dostat přes hranice, které byly pečlivě hlídané, chtělo opravdu týmového ducha! To nás ještě mnohem více stmelilo, a to i přesto, že jsme se párkrát nemohli shodnout a vypadalo to beznadějně. Nakonec se naše parta do vysněného Mexika probojovala.

Všichni jsme si odvezli mnoho krásných zážitků, na které budeme s úsměvem vzpomínat. Nikomu se nechtělo domů, ale i přesto jsme adaptační pobyt museli ukončit. Chtěla bych za celou třídu poděkovat bezvadným instruktorkám z Alceda, paním učitelkám, ale i celé třídě za úžasné 3 dny, které jsme spolu strávili mimo školu.



Podpoř porodnici

Neumíte si představit Vánoce bez benefičních baněk?
To ani my! V hektické době se vracíme
k neúspěšnějšímu vzoru celé kolekce.
Výtěžek z prodeje podpoří další modernizaci
a rozšíření služeb gynekologicko-porodnického
oddělení Vsetínské nemocnice.
Děkujeme Vám

Výdejní místa:

- Podniková prodejna Irisa
- Smetanova Galerie prodejna IRISA
(VEDLE DRÁČIK)



Vsetínská
nemocnice



NADAČNÍ FOND
PRO ROZVOJ
VSETÍNSKÉ
PORODNICE

REDAKČNÍ RADA

Tvůrčí tým: PhDr. Soňa Stiborová, Mgr. Alena Konvičná, Mgr. Lenka Ondryášová, Alice Kremelová 2. ZB, Anna Vychodilová 2.ZB,
Eliška Bůžková 2. ZB, Julie Halašová 3.ZB, Lucie Střílková 4. ZA,

Do tohoto čísla dále přispěli: Kateřina Šalamounová, 1. ZB, Mgr. Martina Pišková, Bc. Jana Felčířová Hilská, Kristýna Stružková, 3.ZA, studenti 4. ZA a 3.roč.

Jazyková korekce: Mgr. Petra Marunová

Grafické zpracování: PhDr. Soňa Stiborová

Obrázky: Fotoarchiv SZŠ Vsetín a J.F. Hilské

Kontakt: sona.stiborova@mgvsetin.cz