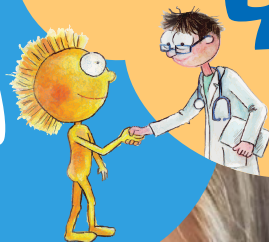


Detská chirurgia

4
2023



HRUDNÁ CHIRURGIA STR. 2-4

ZÍSKANIE CENY ESG STR. 5

ODDELENIE CHLAPCOV STR. 6-7

JOZEF METELKA STR. 8-9

**PRÍBEH SIMONKY A JEJ
ZRÁŽKY S AUTOMY** STR. 10-11

LEKÁRSKE OKIENKO STR. 12-13

NOVINKY NA KLINIKE STR. 14

PREVENCIA STR. 16



DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE! 10



9 772729 958009

Milí čitatelia,

veríme, že Vám náš časopis aj v tomto čísle 4/2023 prinesie ďalšie zaujímavé a užitočné čítanie.

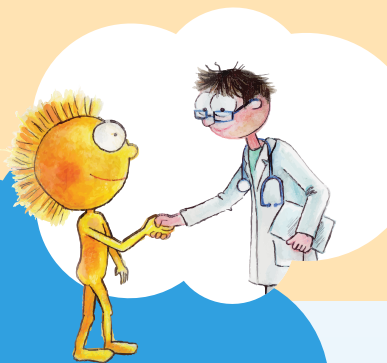
Nájdete v ňom rozhovory so zaujímavými osobnosťami priamo alebo nepriamo súvisiacimi s Klinikou detskej chirurgie alebo s DETSKÁ CHIURGIA- OZ SLNIEČKO NA CESTE!. Predstavíme Vám jedného z našich ambasádorov. Nezabudli sme ani na skutočný príbeh, tentokrát mladého dievčaťa, ktoré sa napriek dodržaniu všetkých pravidiel na ceste, stala účastníčkou dopravnej nehody. V lekárskom okienku si prečítate o vrodených chybách hrudníka.

V závere by sme sa s Vami chceli opäť podeliť o skvelé novinky na Klinike detskej chirurgie.

Keďže sa chceme stále posúvať ďalej, záleží nám na Vašich názoroch, a preto, ak sa s nami chcete podeliť o svoj príbeh, názor či nápad môžete nám poslať Vašu reakciu na info@detska-chirurgia.sk. Budeme Vám naozaj veľmi vďační.

Veríme, že pre Vás budú informácie a články aj vo štvrtom čísle zaujímavé.

Prajeme Vám príjemné čítanie.
Tím Slniečka



HRUDNÁ CHIRURGIA

Pracovisko na Klinike detskej chirurgie poskytuje najkomplexnejšiu starostlivosť o detského pacienta vyžadujúceho hrudno-chirurgickú operáciu, vrátane diagnostiky, predoperačnej prípravy, pooperačnej starostlivosti, rehabilitácie a ďalšieho sledovania v rámci celého Slovenska. Hrudnej chirurgii sa na klinike špecializujú MUDr. Veronika Schmidtová, MUDr. Pavol Omaník, PhD. a MUDr. Michal Kabát.

V nasledujúcom článku Vám priblížia oblasť hrudnej chirurgie. Svojich pacientov sledujú aj v odbornej ambulancii Hrudníkovej chirurgie, ktorá prebieha na klinike v Bratislave pravidelne jeden deň v týždni.

Sú to odborníci, ktorí sa na Kliniku detskej chirurgie dostali v rôznom období a majú okrem odborných vedomostí aj bohaté skúsenosti práve v spomínanej oblasti. Svoju odbornosť a skúsenosti si rozširujú v teoretickej rovine formou prednášania na zahraničných kongresoch alebo absolvovaním odborných stáží na obohatenie a získanie praktických skúseností práve v spomínanej oblasti hrudnej chirurgie. Položili sme im niekoľko otázok, v ktorých nám priblížili svoju prácu, ale aj prezradili niečo o sebe a súkromnom živote. Nesmieme si to vážiť a naozaj veľmi pekne ďakujeme.

ČO ZAHŔŇA OBLASŤ HRUDNEJ CHIRURGIE?

MUDr. Pavol Omaník, PhD. povedal, že hrudníková chirurgia v detskom veku je veľmi širokospektrálny odbor. **MUDr. Veronika Schmidtová** nám bližšie popísala, že oblasť hrudnej chirurgie, ktorej sa venujú, zahŕňa v plnom rozsahu vrodené a získané ochorenia pažeráka, pľúc, priedušnice a priedušiek, medzipľúca, onkochirurgiu a špeciálne rozpracovanú problematiku deformít

prednej hrudnej steny – pectus excavatum a carinatum (vpáčený a vtáčí hrudník). Ako nám sama povedala, na KDCH sa vykonávajú predovšetkým pľúcne operácie, a to anatomicke i atypické resekcie pre nádorové i nenádorové ochorenia, diagnostické i terapeutické operácie pre ochorenia pľúc, medzihrudia a pohrudnice, pažeráka, aj s využitím princípov a prístupov minimálne invazívnej chirurgie (VATS - video assisted thoracic surgery, torakoskopia).

ČO VÁS PRIVIEDLO PRÁVE NA KDCH?

MUDr. Veronika Schmidtová: Študovať medicínu som sa rozhodla preto, lebo som chcela liečiť deti. Vždy som bola zástancom toho, že deti by nemali byť choré, trpieť rakovinou a podobnými fatálnymi diagnózami a nemali by poznať bolesť, práve naopak - mali by byť veselé, zdravé a obklopené láskou. Žiť si svoje sny a ciele. Preto som vedela, že môj smer bude pediatrický. Až v treťom ročníku na fakulte, keď som prvýkrát mala stáže na KDCH, som si uvedomila, že toto bude odbor, ktorému sa budem chcieť venovať.



MUDr. Pavol Omaník, PhD.

MUDr. Pavol Omaník, PhD.: Po ukončení štúdia som nastúpil ako sekundárny lekár na Pediatrickú kliniku vo FNsP Trenčín, lebo ma vždy lákala detská medicína. Avšak po niekoľkých mesiacoch mi tento zaujímavý odbor prišiel ako „málo akčný“, a keď som počas základnej vojenskej služby „pričuchol“ viacej ku chirurgii, skúsil som sa uchádzať o pozíciu lekára na KDCH v Bratislave. V apríli 2000 som absolvoval pohovor u vtedajšieho prednostu KDCH prof. MUDr. Jaroslava Simana, CSc., a asi ho moje dôvody, prečo by som sa rád stal detským chirurgom presvedčili :-)

ČÍM JE PRAVE HRUDNÁ CHIRURGIA PRE VÁS ZAUJÍMAVÁ?

MUDr. Veronika Schmidtová: Vždy ma zaujímal hrudník z anatomického aj fyziologického aspektu. O to viac ma začal fascinovať, keď som počas štúdia nadobudla vedomosti aj o patológii danej oblasti, rôznych získaných a vrodených ochorení a chýb. Keď som v praxi „nakukla“ do spektra operačných výkonov a mohla byť toho súčasťou, vedela som, že práve detská hrudníková chirurgia by bol ten správny odbor pre mňa.

MUDr. Pavol Omaník, PhD.: Sa-

motná detská chirurgia, ako aj hrudníková chirurgia detského veku sú oblasti medicíny s nemiernou variabilitou chorobných stavov. Jeden deň operujete sotva 500 gramov vážiaceho novorodenca a ešte v ten istý deň môžete mať na operačnom stole skoro 100 kilogramového adolescenta. V hrudníkovej chirurgii je vidno za posledné roky výrazný trend k miniinvazívnym chirurgickým postupom, dokonca k neoperačným postupom (lebo už dávno neplatí, že chirurgia = skalpel).

SPOMÍNATE SI NA SVOJ PRVÝ OPERAČNÝ ZÁKROK?

MUDr. Veronika Schmidtová: Na KDCH pracujem vyše 7 rokov a pravdepodobne na jar budúceho roka ma čaká atestácia z detskej chirurgie, takže až potom sa budem môcť naplno venovať tejto problematike. Každopádne veľmi dobre si spomínam na jedného pacienta s karcinómom semenníka s metastázami do pľúc obojstranne. Operovali sme ho na Valentína v roku 2020 a exstirpovali sme mu dokopy 20 metastáz z pravých aj ľavých pľúc. Viac k tomu asi netreba dodať.

MUDr. Pavol Omaník, PhD.: Áno. Môj prvý operačný zákrok bolo chirurgické odstránenie väčšieho pigmentového névu u malej školáčky, asistoval mi vtedy emeritný prednosta Kliniky plastickej chirurgie prof. MUDr. Michal Brozman, DrSc. Takže si viete asi predstaviť, že som bol vtedy z takého „banálneho“ výkonu trochu dosť v strese. Prípadov, ktoré dodnes nosím v hlave je veľa, veľmi veľa, aj tých so šťastným koncom, a bohužiaľ aj tých nešťastných. To si so sebou nosíme asi všetci lekári.

AKÝM PRÍPADOM/OPERACIÁM/SA NAJČASTEJŠIE VENUJETE?

MUDr. Veronika Schmidtová: Ako som spomínala vyššie, keďže ma čaká atestácia z detskej chirurgie, tak v rámci predatestačnej prípravy a vzdelávania moje pôsobenie

na KDCH zahŕňa detskú chirurgiu ako takú, od brušnej chirurgie, cez hrudníkovú a novorodeneckú až po detskú traumatológiu.

MUDr. Pavol Omaník, PhD.: Špecializujem sa hlavne na problematiku deformít prednej hrudnej steny – pectus excavatum (vpáčený hrudník) a pectus carinatum (vtáčí hrudník). Táto oblasť hrudnej chirurgie zaznamenala za posledné desaťročie významný pokrok, čo sa týka diagnostiky, rovnako aj liečby. Zmenili sa typy operačných výkonov smerom k miniinvazívnym zákrokom, a niektoré typy týchto deformít už v súčasnosti vôbec neoperujeme, lebo ich vieme vyriešiť konzervatívne pomocou ortéz alebo pomôcok, ktoré pri pravidelnom používaní dokážu u pacienta vyformovať anatomicky klenutú prednú hrudnú stenu.

AKO DLHO TRVAJÚ JEDNOTLIVÉ OPERÁCIE? DÁ SA TO VÔBEC ŠPECIFIKOVAŤ?

MUDr. Veronika Schmidtová: Je to veľmi individuálne od pacienta k pacientovi a od diagnózy k diagnóze. Rozhodujúci je vek pacienta, celkový klinický stav pacienta a samotný typ operačného výkonu.

MUDr. Pavol Omaník, PhD.: Je to veľmi individuálne. Niektoré typy výkonov vieme odoperovať aj do hodiny a pri niektorých strávi operačný tím nad pacientom celé doobedie, niekedy aj dlhšie..

AKO PREBIEHA NÁSLEDNÁ LIEČBA PACIENTOV?

MUDr. Pavol Omaník, PhD.: Vo veľkej väčšine prípadov sa operáciou liečba pacienta nekončí. Pacientov dlhodobo sledujeme, chodia na pravidelné ambulantné kontroly, u pacientov po operácii vrodených vývinových chýb sledovanie v ambulancii trvá až do dovŕšenia dospelosti. Osobitnou kategóriou sú pacienti, ktorí po operácii vyžadujú ešte následný operačný výkon v horizonte niekoľkých rokov.

MÁTE ODPORÚČANIA PRE DETI A ICH RODIČOV PRÁVE Z OBLASTI HRUDNEJ CHIRURGIE?

MUDr. Veronika Schmidtová: Odporúčania sa líšia od diagnózy, keďže oblasť hrudníkovej chirurgie zahŕňa množstvo rôznych sfér. Každopádne vo všeobecnosti by som odporučila rodičom, ak majú hocijaký problém či otázku z tejto oblasti, stačí sa objednať do našej hrudníkovej ambulancie a veľmi radi rodičom všetko objasníme a vysvetlíme, alebo nás môžu kontaktovať aj na našej mailovej adrese - hrudnik@nudch.eu.

MUDr. Pavol Omaník, PhD.: Ak by som mohol vysloviť jedno odporúčanie, nielen v hrudníkovej chirurgii, ale v medicíne ako takej: Nie



MUDr. Veronika Schmidtová

všetky informácie, čo sa dočítate na internete, musia byť zaručene pravdivé. Vždy si radšej dobre overte zdroje informácií.

AKO DOKÁŽETE RELAXOVAŤ?

MUDr. Veronika Schmidtová: Rôzne. Dôležitý je hlavne spánok a ako sa hovorí "nebrať si prácu domov". Každopádne rada športujem, trávim čas v prírode, s priateľmi a rodinou, rada uvarím dobré jedlo alebo upečiem koláč, pozriem si dobrý film či seriál, s partnerom vymyslím výlet alebo sa dobrovoľne ideme "zničiť" na Spartan Race :) **MUDr. Pavol Omaník, PhD.:** Najlepšie dokážem zrelaxovať na bicykli alebo počas výletov do hôr. V poslednej dobe aj pri dobrej knihe, či už je to beletria, literatúra faktu, ale aj odborné knihy nemedicínskeho zamerania.

Ďakujeme za rozhovor.

Kalendár DETSKÁ CHIRURGIA v spolupráci s OKgroup

OK GROUP SLOVAKIA

člen OK HOLDING



V prípade záujmu o kalendár, nám prosím napíšte na email: info@detska-chirurgia.sk.

ZÍSKANIE CENY ESG

Ceny za spoločenskú zodpovednosť od nadačného fondu ESG

S hrdosťou oznamuje, že nedávno obdržalo združenie **DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE** prestížnu cenu za prácu v sociálnej oblasti. Toto ocenenie bolo udelené občianskemu združeniu nadačným fondom spoločenskej zodpovednosti **FORTE VITAE** od ESG (Environmental, Social, and Governance).

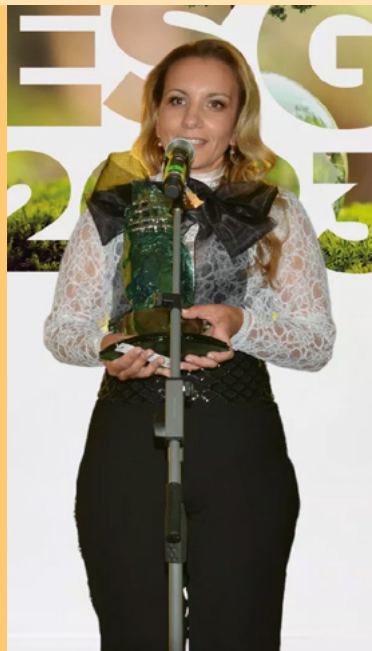
Cena za spoločenskú zodpovednosť je významným uznávaním pre naše OZ a naše nepretržité úsilie v prospech detí a ich zdravia. Združenie sa zaväzuje k poskytovaniu kvalitnej detskej chirurgickej starostlivosti a podpore rodín, ktoré sa ocitli v náročných situáciách spojených s chirurgickým zákrokom.

Toto ocenenie je dôkazom oddania neúnavnej snahy o zlepšenie kvality starostlivosti o deti a rodiny. Chceli by sme vyjadriť hlbokú vďaku nadačnému fondu ESG. Taktiež chceme poďakovať všetkým dobrovoľníkom, podporovateľom a partnerom, ktorí nám pomohli dosiahnuť tento výnimočný úspech. Vaša podpora nám umožňuje pokračovať v našej práci.

Stále si kladieme za cieľ byť oporou pre deti a rodiny v náročných obdobiach a naďalej sa budeme usilovať dosiahnuť pozitívny sociálny dopad.



Ocenenie v kategórii „Sociálna“ získala
**DETSKÁ CHIRURGIA - OZ
SLNIEČKO NA CESTE**
Ocenenie prevzala pani
Lenka Tašková Valicová



Ocenenie v kategórii „Riadenie a manažment“ získala spoločnosť Mercedes Benz Panónska

Ocenenie v kategórii „Environmentálna“ získala spoločnosť Tesla Energy Group a.s.

Ocenenie v kategórii „Mimoriadny prínos“ získala Ivana Beláková



ODDELENIE CHLAPCOV

NA KLINIKE DETSKEJ CHIRURGIE

V rámci Kliniky detskej chirurgie Vám predstavujeme oddelenie chlapcov, ktorého personál sa venuje chlapcov vo veku od 5 do 18 rokov. Najfrekventovanejšími dôvodmi pre hospitalizáciu sú úrazy pri športe – rôzne zlomeniny rúk, nôh pri futbale, bicyklovaní, lyžovaní. Zotavujú sa tu však aj chlapci po operáciách pruhu, po operáciách žlčníka, či tráviaceho traktu – najčastejšie po zápale červovitého prívessku slepého čreva. Sú tu tiež pacienti po operačnom riešení cievnych malformácií a rôznych druhov prevažne benigných útvarov.

Na tomto oddelení pracuje 10 sestier, 4 asistentky a 2 sanitárky. Niektoré z nich nám odpovedali na nasledovné otázky:

1. Ako dlho pracujete na oddelení?
2. Čo Vás priviedlo k práci sestry a prečo ste sa rozhodli práve pre prácu na chirurgii?
3. S akými zraneniami/ úrazmi sa najčastejšie stretávate na oddelení?
4. Aké pozitíva vidíte na svojej práci, čo Vás motivuje túto prácu robiť?
5. V čom vnímate pomoc DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE?!

EVA B.: „Na oddelení chlapcov pracujem už od maturity v roku 1986. Prácu sestry robím preto, že mám rada deti, rada pomáham a zaujíma ma medicína. Motiváciou v práci je uzdravené dieťa. DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE!? Prináša hospitalizovaným deťom darčeky a stará sa o to, aby na oddeleniach bolo stále krajšie prostredie.“

MONIKA Š.: Teraz v októbri bude 10 rokov, čo som sa rozhodla pre prácu sestry – z lásky k deťom. Od detstva sa venujem deťom – „strážila“ som „malé susedy“. Počas štúdia na strednej škole som ako dobrovoľníčka navštevovala deti v detskom domove pre dojčatá. Motiváciou v práci mi je úsmev spo-

kojného dieťaťa.

JÚLIA T.: Na oddelení chirurgie pracujem od maturity v roku 1987, kedy som nastúpila ako detská sestra do DFNSP na Dukliansku ulicu. Po skončení zdravotníckej školy som vôbec nechcela pracovať ako detská sestra v nemocnici, ale v jasliach. Nakoniec to ale „osud“ zariadil inak. Po tom, čo som našla inzerát, že hľadajú sestry do detskej nemocnice, išla som na pohovor s tým, že chcem pracovať s dojčatami na internom oddelení, ale nie na chirurgii. Potrebovali však sestru práve na chirurgiu, tak som to prijala ako výzvu a pracujem tu už 36 rokov. Na oddelení chirurgie sa stretávame od ľahších úrazov až po veľmi závažné a aj preto je tu práca

sestry náročná nielen fyzicky, ale aj psychicky. Ale keď potom vidíte ako sa dieťa po vážnom úraze a po dlhom pobyte v nemocnici zotavuje a odchádza domov s úsmevom, to je pocit na nezaplatenie.

DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE!? pomáha pacientom, ich sprievodcom i personálu. Vďaka nim máme vynovené pracovné prostredie a tiež deťom i nám robia radosť malými darčekomí.

RENÁTA K.: Pracujem tu 7 rokov, milujem deti, najmä chlapcov, oni sú moja „srdcovka“. Pracovala som predtým 10 rokov na onkológii, ale tam človeka „bolelo srdce“, keď sa stretával s úmrtiami. Tak som prišla sem – k deťom a tu je to „paráda“.



DANKA L.: Tým, že sme na chirurgii, tak sa tu stretávame s rôznorodými úrazmi – zlomeninami rúk a nôh po pádoch z bicykla, z trampolíny, z kolobežky, sú tu tiež deti s úrazmi po haváriách.

Robím tu už 6.ty rok. Keď som prišla o prácu a hľadala som si novú, prišla som sem, no ľutujem, že nie som sestričkou po celý život. Ľutujem preto, že mám rada deti a veľmi ma práca s nimi zaujíma.

RENÁTA K. + DANKA L. (pani sanitárky): Veľmi Vás – zo „SLNIEČKA“ ľúbime! Nebyť Vás, obzvlášť pani Lenky Taškovej – Valicovej, nemáme tu, to čo máme!

ANNA B.: „Už 14.ty rok ťahám túto „trať“. Práca sestry je to, čo ma naplňuje a najväčším potešením je pacient, ktorý odchádza s úsmevom na tvári a dobrými pocitmi. Práca je

veľmi pekná, hoci ťažká a náročná, ale s ľuďmi, ktorí pracujú na tomto oddelení a sú úžasní, sa to zvláda veľmi dobre. Nikdy tu nechýba úsmev na tvári a vlúdne slovo. Stretávame sa s rozličnými poraneniami i ochoreniami. Deti, u ktorých je potrebná dlhodobjšia hospitalizácia sa stávajú akoby našou rodinou. Do tejto rodiny patrí aj DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE!?, ktoré pacientov s rodičmi i nás pote-

šuje darčekom i dobrotami i rôznymi akciami. Ako sestra by som chcela popriať všetkým detičkám hlavne veľa zdravia a úsmev na tvári.

Do tejto rodiny patrí aj DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE!?, ktoré pacientov s rodičmi i nás potešuje darčekom i dobrotami i rôznymi akciami. Ako sestra by som chcela popriať všetkým detičkám hlavne veľa zdravia a úsmev na tvári.



DARČEKOVÁ POUKÁŽKA

Skratka
k lepším
potravinám

Kód poukážky

SLNIECKO10



Zľava platí na celý sortiment ponuky na e-shope www.lunys.sk

Pre využitie vložte kód do poľa "Kód kupónu" a stlačte "Použiť kupón".

Upozornenie:
Zľavu nie je možné kombinovať s inými zľavami.

Poukážka je platná do 31.01.2024



www.lunys.sk

JOZEF METELKA

Slovenský reprezentant v paracyklistike a držiteľ niekoľkých medailí

Jožko Metelka, úžasný človek a športovec už od malička, sa narodil v Piešťanoch. Jeho životná cesta ho priviedla najskôr do Londýna, kde založil tenisovú firmu a venoval sa trénovaniu ľudí. Krátko na to sa ocitol vo Veľkej Británii ako študent trénerstva v Oxford Brookes University. V roku 2009 prišiel moment, nehoda, ktorá mu zmenila život. Po nehode na motorke, keď doňho vrazilo auto, prišiel o nohu. Napriek tomu sa Jožko nedokázal vzdať športu a užíva si život naplno. Jeho odhodlanie, pozitívna energia, humor a radosť zo života ho sprevádzajú každý jeden deň a aj vďaka tomu dosahuje v paracyklistike neuveriteľné výsledky. Viac sa už dočítate v článku.

Zaspomínajte si, aké boli Vaše detské sny? Čím ste chcel byť?

Veľmi si to nepamätám. Smetiarom? Astronomom? Niečo také určite. Ale asi som nechcel byť pro-

fesionálnym paraolympionikom. O tomto asi nesníva veľa ľudí.

Čomu sa momentálne pracovne venujete?

Práve v tomto momente sa venujem oddychu a nič nerobeniu. Ale inak sa profesionálne venujem cyklistike.



Ako ste sa dostali k svojej profesii?

Ani sám neviem, ako som sa k tomu dostal a ako to prišlo. Jedného dňa som sa rozhodol, že budem točiť nohami a asi som dosť dobre točil, lebo chceli, aby som točil ďalej.

Ako dlho sa venujete tomuto športu? Aké boli začiatky?

Venujem sa cyklistike už 9-10 rokov. Začiatky boli také, že ma v podstate zrazilo auto, keď som šiel na motorke. Inak by som to nerobil. Vďaka nehode som začal jazdiť na cestnom bicykli a potom aj na dráhovom. Podľa mňa je to zaujímavý šport.

Máte za sebou množstvo úspechov. Je niektorý, na ktorý spomínate najradšej a je pre Vás významný?

Neviem si vybrať len jeden. Každý jeden úspech, ktorý som mal, je niečím významný a jedinečný.

Pripravujete sa na nejaké preteky?

Tým, že sa skončili Majstrovstvá sveta v Glasgowe, tak mi zostáva teraz rok na prípravu na Paríž 2024.

Ako ste sa dozvedeli o DETSKÁ CHIRURGIA- OZ SLNIEČKO NA CESTE!? Čo Vás oslovilo a viedlo k myšlienke stať sa ambasádorom?

K pomoci a práve tejto myšlienke som sa dostal po rozhovore s Lenkou Taškovou Valicovou, ktorá mi povedala, že na oddelení leží dievča s podobnou nehodou, akú som mal aj ja. Boli sme ju pozrieť, porozprávali sme sa a oslovilo ma to, že jej môžem len mojim povzbudením a návštevou na Klinike detskej chirurgie pomôcť.

V čom spočíva Vaša pomoc DETSKÁ CHIRURGIA- OZ SLNIEČKO NA CESTE!?

Myslím si, že práve tým, že ukážem cestu akou sa dá ísť aj po vážnejšom úraze, tak to môže niekomu

pomôcť. Okrem toho, som spolupracoval s DETSKÁ CHIRURGIA- OZ SLNIEČKO NA CESTE! na jednej väčšej akcii v Bratislave, ktorá bola venovaná práve deťom a ich rodičom. Šlo o aktivity, rozhovory a o učenie sa hrou a to nielen detí, ale aj mňa, čo bolo veľmi zaujímavé.

Vieme, že ste navštívili Kliniku detskej chirurgie. Aké ste mali pocity zo stretnutia s detskými pacientami a ich rodičmi?

Stretol som sa s detskými pacientami, lekármi a sestričkami. Veľmi zaujímavé bolo porozprávať sa s deťmi, ktoré si prešli v živote traumou po nehode. Bolo úžasné vidieť, že z ich postoja a pohľadu na danú situáciu by si mohli brať mnohí rodičia príklad. Deti nebrali nehodu alebo úraz ako koniec sveta, povedali si „Zahojí sa a idem ďalej.“ To sa mi veľmi páčilo.

Čo Vás čaká v blízkej budúcnosti?

Čaká ma tréning na už spomínaný



Paríž 2024 na ktorý sa musím zotaviť z posledných MS, kde som mal škaredý úraz. Všetko je už momentálne v poriadku a začínam opäť trénovať na bicykli, pretože by som chcel obhájiť titul z Tokia 2020.

Vieme, že ste plne vyťažený a zaneprázdnený. Ako najradšej relaxujete a doplníte energiu?

Najlepšie sa mi relaxuje pri inej aktivite. Mám veľmi rád vodu, robím hydrofoiling, leziem po skalách alebo som na lyžiach. Je to všetko aktívny oddych, čo mi pomáha všeobecne aj počas tréningovania.

Pár slov na záver?

Ak máte v živote niečo, čo sa Vám zdá ťažké, rozoberte si to do menších častí, ktoré sa nezdarujú byť potom až také ťažké. Všetko je oveľa ľahšie a ani nevedia ako a prekonajú problém alebo prekážku v živote. Treba si len povedať, že to ide a potom to aj pôjde.



DOPRAVNÁ NEHODA AKO „DARČEK“ K NARODENINÁM

PRÍBEH SIMONKY A JEJ ZRÁŽKY S AUTOM

Simonka je veľmi milá, zhovorčivá a vtipná mladá slečna. Od malička miluje zvieratá a špeciálne má rada kone, čomu by sa chcela venovať aj v budúcnosti. Má však aj svoje pracovné plány. V septembri 2023 začala študovať na strednej škole marketingovú komunikáciu v Bratislave.



„Zazvonil mi telefón a babka mi oznámila, že Simonku zrazilo auto,“ spomína mama.

ČO SA VLASTNE STALO?

V spomínaný deň narodenín a blížiac sa oslavy sa Simonka tešila na oslavu, išla si len domov zložiť veci a ponáhľala sa na autobus. Keď kráčala domov, po ceste prešla jedným priechodom, druhým a na konci tretieho priechodu ju zrazilo auto. Keďže auto šlo veľkou rýchlosťou, Simonku odhodilo a zostala ležať na zemi.

„Maminka, ja som sa pozerala cez cestu, boli jej prvé slová po stretnutí s mamínou.“

Simonka bola našťastie pri vedomí a spomína si, ako jej všetci okolo pomáhali a upokojovali ju. Bola veľmi statočná, pretože popri šoku dokázala s pomocou pani nablízku kontaktovať babku, keďže mama bola mimo mesta. K nehode hneď pribehla babka Simonky, ktorá bola veľmi vystrašená a za krátku chvíľu prišla aj sanitka.

„Neuvědomovala som si čo sa vlastne deje, lebo som bola v šoku.“ spomína Simonka.

Bol september 2021 a blížil sa deň jej narodenín. Tak ako všetci v jej veku, aj ona chcela svoje štrnásťte narodeniny osláviť spolu s kamarátkami. Veľmi sa na to tešila. Simonka na tento deň svojich narodenín nikdy nezabudne. Prečo a čo sa stalo? Celý príbeh nám porozprávala sama Simonka spolu s mamínou.

AKO TO PREBIEHALO V NEMOCNICI?

Po príchode, vstupných vyšetreniach a röntgenoch ju okamžite hospitalizovali. Mala otvorenú zlomeninu nohy, otras mozgu a odreniny na celom tele. Simonku čakala jedna z jej prvých operácií a začala sa záchrana jej nohy. Tesne pred operáciou Simonku v nemocnici podporovali mama a babka. Posledné, na čo si spomína, je to, ako ju uspali. Simonka v nemocnici strávila presne 33 dní a spolu absolvovala tri operácie.





Hovorila, že celý personál počas jej hospitalizácie bol veľmi príjemný. Najviac je vďačná MUDr. Renému Jágerovi, ktorého zásluhou Simonka neprišla nohu.

„Pán doktor Jáger je skvelý doktor a človek. Veľmi mi pomohol a keby tu nie je, ja ani neviem, či by som nohu mala. Je to ten najlepší doktor. Za všetko mu ďakujem a budem mu do konca života vďačná,“ s pokorou a vďakou dodáva Simonka.

Jej zdravotný stav bol vážny a vyžadoval osobitnú starostlivosť, nakoľko sa nedokázala samostatne pohybovať. Simonka si veľmi chválila pani učiteľky, ktoré sa im snažili spraviť program a vymýšľali aktivity, aby sa v nemocnici nenudili.

AKO SA K CELEJ SITUÁCIÍ POSTAVIL VODIČ?

Mamina nám prezradila, že sa vodič, ktorý Simonku zrazil, sa zachoval veľmi dobre, uznal svoju vinu a snažil sa celej rodine pomôcť. Vodič pomohol zabezpečiť Simon-

ke vozík a z jeho strany prišla pomoc aj pri jej vození na rehabilitácie. Snažil sa pomôcť, kde vedel a mohol.

AKÝ BOL NÁVRAT DOMOV?

Po návrate domov bola veľkou pomocou a podporou babka. Pohyb Simonky bol obmedzený, len s pomocou bariel. Nedokázala na nohu dosťúpiť. Ako sama spomína, jej pohyb bol len poskakovanie na jednej nohe. Simonku veľmi motivoval už spomínaný lekár MUDr. René Jáger, ktorý sa ju snažil svojou prítomnosťou a dohováraním posúvať stále dopredu. Táto cesta bola pre ňu naozaj náročná. A ako sa nám sama priznala, keby nebolo jeho, tak sa na nohy tak skoro nepostaví. Počas domácej liečby Simonka rehabilitovala skoro tri mesiace.

„Musela som sa učiť znovu chodiť“, povedala.

Simonka sa postupne vrátila do bežných aktivít a začala opäť navštevovať školu. Všetci boli veľmi milí a ústretoví, nakoľko vnechala takmer celý polrok. S pomocou učiteľov sa jej podarilo všetko dobehnúť.

Dva roky po nehode, Simonka podstúpila poslednú operáciu, kedy jej vybrali z nohy „titány“, čo spôsobilo ďalšie obmedzenie v chôdzi a boli potrebné ďalšie rehabilitácie. Rehabilituje až do súčasnosti.

Veľké gesto pre mačku od Simonky

Popri rozhovore nám Simonka prezradila jeden krásny príbeh, ktorý nepriamo súvisel práve s jej nehodou. Simonka dostala po úraze určitú časť peňazí. Doma si

zaobstarali mačku Jessy. O tri mesiace mačka veľmi ochorela. Po vyšetreniach jej určili diagnózu „mačací koronavírus.“ Toto ochorenie nie je na Slovensku známe a pre mačku nemali vakcínu. Tie vedeli zabezpečiť až v susednom Česku. Cena za vakcínu bola vysoká a tak sa Simonka dostala do situácie, kedy začala premýšľať, či mačku zachráni alebo ju nechá zomrieť. Život mačky mala v rukách práve Simonka. Napriek tomu, že ju všetci od toho odhovárali, Simonka sa to rozhodla risknúť a darovať mačke život.

„Keď mne pomohli lekári, ja takto pomôžem mačke a darujem jej život, aby bola zdravá.“

Nakoniec sa to oplatlilo, lebo ako hovorí Simonka: „Je to veľká a pobláznená partáčka“. Vníma, že mačka je za to vďačná. Neľutuje to, že jej pomohla. Je naozaj rada, že mačku má a s úsmevom tvrdí, že jej veľkou spoločníčkou.

„Ja sa cítim lepšie, že som niekomu pomohla.“



LEKÁRSKE OKIENKO

SPOZNÁVAME DIAGNÓZY DETÍ

Deformity prednej hrudnej steny u detí

Vrodené deformity hrudníka sú ochorenia postihujúce prednú stenu hrudného koša. Klinicky sa manifestujú už počas najútlejšieho veku a rastom zvyknú progredovať. Podľa charakteru odchýlky sa rozdeľujú na pectus excavatum (vpáčený, lievikovitý hrudník), pectus carinatum (vtáčí hrudník) a kombinované deformity typu excavatum-carinatum. Sporadicky sa vyskytujú ako súčasť syndrémov. Pacientom môžu spôsobiť zhoršenú kvalitu života obmedzením kardiorepiračných funkcií, alebo psychické ťažkosti v podobe zníženého sebahodnotenia. Vyskytujú sa aj sekundárne formy, najčastejšie po kardiochirurgickom výkone spojenom so sternotómiou.

KLINICKÝ OBRAZ

Najvýraznejším prejavom pri PE je pokles úrovne sternu, sledovaný deformitami chrupavčitých častí rebier. Výrazná deformita spôsobuje nefyziologický posun srdca smerom do ľavého hemitoraxu a môže komprimovať pravú srdcovú predsieň a komoru. Klinickým vyšetrením sa posudzuje rozsah, hĺbka a symetria deformity. Jedným zo zásadných cieľov diagnostiky PE je potvrdenie alebo vylúčenie, či samotná deformita spôsobuje kompromitáciu kardiorepiračného systému. Nenahraditeľnú úlohu v diagnostike má vyšetrenie klinickým antropológom. Cieľom antropometrie je zhodnotiť metrické parametre pacientovho hrudníka, a tak kvantifikovať stupeň deformity. Diagnostické postupy pri PC zahŕňajú kardiologické vyšetrenie

a spirometrické vyšetrenie. Pred plánovanou chirurgickou korekciou PE aj PC je potrebné vylúčenie kontaktnej alergie na nikel a chróm. Bývajú súčasťou chirurgickej ocele, z ktorej je zhotovená hrudníková podporná dlahu, používaná pri operácii.

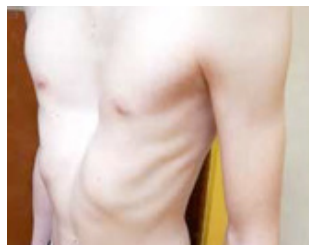
LIEČBA

Konzervatívna liečba PE má len limitované možnosti. Ide o pacientov s nevýraznými deformitami, ktoré sa rastom nemajú tendenciu zhoršovať. Odporúčajú sa všetky typy aeróbných športových aktivít, spojených s väčšou spotrebou kyslíka, zrýchleným a prehĺbeným dýchaním, ktoré rozopína hrudný kôš a pôsobí proti ďalšiemu rozvoju deformity. Optimálne sú plávanie, gymnastika, atletika, korčuľovanie, futbal a podobne. U detí s muzikálnym nadaním je z rovnakého dôvodu vhodné podporiť hru na dychový hudobný nástroj. Nezastupiteľná je úloha rehabilitácie posturálneho svalstva a správneho dýchania. Inou možnosťou konzervatívnej liečby je použitie tzv. „vacuum bell therapy“. Spočíva v každodennej niekoľkohodinovej aplikácii vákuového zvonu v mieste deformity, ktoré sa vplyvom podtlaku elevuje. Liečba trvá niekoľko mesiacov až rokov. Nevyhnutnou podmienkou je však dobrá spolupráca pacienta.

INDIKAČNÉ KRITÉRIÁ NA OPERAČNÚ LIEČBU PECTUS EXCAVATUM

Operačná korekcia deformity je považovaná za metódu voľby u všetkých pacientov, ktorí spĺňajú indikačné kritériá. Optimálny čas

na operačnú korekciu je v období puberty a adolescencie.



Fotodokumentácia u pacienta pred a po miniinvasívnej korekcii pectus excavatum

PECTUS EXCAVATUM – MINIINVAZÍVNA KOREKCIA

Miniinvasívna korekcia pectus excavatum (MIRPE) je momentálne zlatým štandardom operačnej liečby PE u detí. Ide o operačnú techniku, pri ktorej sa zavádza retrosternálne predtvarovaná podporná hrudníková dlahu (pelota) z krátkych rezov na laterálnych stranách hrudnej steny. Po operácii pacient pokračuje v dychovej rehabilitácii (ktorej zásady nacvičil už predoperačne), do domácej rekonvalescencie môže byť prepustený väčšinou na 5. – 7. pooperačný deň. Oby-

čajne sa pacienti vracajú do školy cca 2 týždne od operačnej korekcie, pričom do 3 mesiacov od operácie nie je dovolená zvýšená fyzická aktivita. Po tomto období je vhodná primeraná športová aktivita, avšak pacienti sa musia vyhýbať kontaktným športom (futbal, basketbal, bojové umenia). Hrudníková dlahá zostáva in situ po dobu 3 až 4 rokov, počas tejto doby jej permanentným tlakom na sternum a prilahlé rebrové chrupavky dochádza k remodelácii prednej hrudnej steny. Následná hospitalizácia spojená s extrakciou dlahy obvyčajne trvá 2 – 3 dni, dlahá sa extrahuje incíziami v pôvodných jazvách.

PECTUS EXCAVATUM – OTVORENÁ KOREKCIA

Otvorená korekcia PE je podstatne staršou metódou, používa sa hlavne pri výrazne asymetických deformitách. Pooperačný manažment, rekonvalescencia a následný režim sú podobné ako po MIRPE korekcií. Dlahá sa po otvorenej korekcií ponecháva 2 roky.

PECTUS CARINATUM – OPERAČNÁ KOREKCIA

Operačné riešenie PC je indikované už samotnou prítomnosťou defor-



Externá kompresívna dlahá (ortéza) pectus carinatum používaná na konzervatívnu liečbu pectus carinatum

mity. Čo sa optimálneho veku korekcie týka, platia identické zásady ako pri korekcií PE, identické sú aj princípy operácie.

PECTUS CARINATUM – KONSERVATÍVNA LIEČBA

Veľmi perspektívnu metódou pri liečbe PC sa javí použitie externej kompresívnej dlahy. Princíp liečby spočíva v každodennej niekoľkohodinovej aplikácii špeciálnej vonkajšej kompresívnej dlahy, ktorá správne dávkovaným tlakom v priebehu rádo 6 až 24 mesiacov zabezpečí remodeláciu prominujúceho sternu a hrudnej steny s kozmeticky priaznivým terapeutickým výsledkom. Najvhodnejší kandidáti sú deti a mladiství vo veku približne 8 – 16 (18) rokov. U mladších detí je použitie limitované

nedostatočnou spoluprácou. Liečba trvá mesiace, je potrebné pomôcku nosiť denne 8 – 10 (12) hodín. Efekt liečby sa sleduje pravidelnými ambulantnými kontrolami, prostredníctvom antropometrie. Deformity prednej hrudnej steny predstavujú skupinu ochorení, ktoré pacientom od určitého veku spôsobujú skôr psychické ťažkosti ako skutočné zdravotné obmedzenia. Optimálna liečba pectus excavatum je operačná (míninvasívna korekcia), metódou voľby pri liečbe pectus carinatum je konzervatívny prístup – ortotická liečba. V oboch skupinách je veľmi dôležité správne načasovanie liečby, ktoré sa odvíja od antropometrických meraní so stanovením predikcie rastu. Vzhľadom na incidenciu pectus excavatum a carinatum v populácii, komplexnosť ich diagnostiky a liečby, by títo pacienti mali byť smerovaní do odborného zdravotníckeho zariadenia, disponujúceho všetkými zainteresovanými odborníkmi na jednom mieste. Deformity prednej hrudnej steny u detí

Zdroj: Omanik P., et al. Deformity prednej hrudnej steny u detí. *Pediatrica pre prax* 2018;19(3):106-110.

Klinika detskej chirurgie LF UK a Oddelenie detskej neurochirurgie (Neurocentrum),
Národný ústav detských chorôb v Bratislave,
Slovenská spoločnosť detskej chirurgie, traumatológie a endoskopické chirurgie,
DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE, Občianske združenie Detská chirurgia Slovenska



SIMANOV

20. deň detskej chirurgie

15. december 2023, Pálffyho palác, Zámocká 47, Bratislava

Hlavné témy: • Neurochirurgia • Prvé oddelené siamske dvojčičky na Slovensku
• Traumatológia – ako sa im dnes darí
• Urológia



NOVINKY NA KLINIKE

AVIS

Avis - auto
pre Slniečko



L'etape, návšteva
na klinike



T

Telekom Night Run



Bupi kozmetické
potešenie

NAŠI PODPOROVATELIA

PRODUKTOVÍ PARTNERI

AVON

CCC

bittner

F&F



GGE SKUPINA

JANKAM.SK

Kulla

MIKLOSHO
BRATISLAVA



PUPA
MILANO

TUI

SCONTO
NÁBYTOK

dm

NESCAFÉ

AVIS

TEREZIA

MamaLabels

PARTNERI

Adiflex

A K S GROUP

BRATISLAVSKÝ
HOCOPRÁVNICKÝ KANCELÁRIUS
HALLERBAUER MESTO PRE ŽIŽIU

CSOB

DANUBIUS
KARLOVA DO 1944
MÁSOVÝROBA

WEALTH EFFECT
MANAGEMENT



OK GROUP
SLOVAKIA

ŠIŠKA & ADVOKÁTI



LELOSI

TESCO

TIPOS

ZSE

Nadácia
VEOLIA

predpredaj.sk



pwc

DŔVERA
ZDRAVOTNÁ PŔSTOVNÁ

TANKER

pb
PŔIEMYSLOVÝ

GORDANA GLASS

MEDIÁLNI PARTNERI

FORMEN

NADÁCIA TVJOJ

ORBIS IN

mafra slovakia

MARKETINGOVÍ PARTNERI

id creative

MIRACLE
MARKETING

PREVENČIA

DOBRODRUŽSTVÁ SLNIEČKA NA CESTE

ZIMNÝ DEŇ

Jeden zimný a chladný deň sa na oblohe objavil veľký snehový oblak. Tento oblak bol plný snehových vločiek. Tie sa už nevedeli dočkať, kedy sa budú sypať na zem a robiť všetkým radosť. A keď tu zrazu sa oblak roztrhol a snehové vločky začali padať na zem, až pokryli celú krajinu.

Ako každé ráno sa Slniečko zobudilo, otvorilo najskôr jedno očko, potom druhé, poriadne sa natiahlo a vyskočilo zo svojej teplučkej postieľky. Dnešné ráno však bolo iné ako všetky ostatné. Pozrie von oknom a nemôže uveriť vlastným očkám. Dúfa, že nesníva. Pretrie si ešte raz poriadne oči a zistí, že to skutočne nie je len sen. Slniečko prvýkrát videlo krajinu pokrytú bielou perinou a na nej bielučký sneh. „Hurá, hurá!“, kričí Slniečko. Veľmi sa teší, poskočí a od tolkej radosti nevie, čo má skôr spraviť. Rýchlo otvorí dvere, až mu sneh zaľúfne rovno do tváričky a do domčeka. „Brrr, je poriadna zima“, pomyslí si Slniečko a hneď aj dvere zatvára. Zotrie si sneh, ktorý mu nafúklo do tváre a beží k telefónu. „Ahoj Mesiačik, videl si aké je krásne počasie?“ kričí do telefónu Slniečko. „Ahoj Slniečko, áno, videl som. Skvelý deň na zimnú sánkovačku. Poriadne sa obleč Slniečko a pôjdeme“, odpovie Mesiačik. „Dobré Mesiačik, ale čo si mám obliecť, keď je vonku takéto chladné počasie a sneží?“ pýta sa Slniečko. „Slniečko, ako prvé si obleč pančuchy a tričko so dlhým rukávom, dospeláci tomu hovoria

termoprádlo, to ochráni tvoje telo pred zimou a udrží ho v teple. Nezabudni na teplé ponožky“, pokračoval Mesiačik. No v tom mu skočilo do reči Slniečko: „Mesiačik, veď to mi bude zima“. Mesiačik pokračuje: „Slniečko, nebuď také nedočkáve, to nie je všetko. Budeš ešte potrebovať mikinu, nepremokavé nohavice, topánky, bundu a samozrejme nezabudni ani na čiapku, šál a rukavice“. „Dobré Mesiačik,“, Slniečko zloží telefón a rýchlo sa ide sa obliecť a čakať na Mesiačik. Slniečko už bolo takému naobliekanému vnútri veľmi teplo a tak sa rozhodlo počkať na lavičke pred domčekom. O malú chvíľu Slniečko vidí, ako sa k jeho domčeku blíži Mesiačik. Pozrie sa lepšie a vidí, že za sebou niečo ťahá. Po chvíli je už pri domčeku a ukazuje Slniečku jeho nové sánky. „Pod Slniečko, spolu ich vyskúšame“, hovorí nadšene Mesiačik. Slniečko prikývne a už spolu veselo kráčajú po čerstvo napadnutom snehu, ktorý im vŕzga pod nohami.

„Slniečko, pri hrách vonku v zime musíš myslieť aj na BEZ-PEČ....“, mesiačik ani nedohovorí a Slniečko leží

na zemi. „Áááuuuu“, kričí Slniečko. „Na bezpečnosť a aby si nespadlo na ľade, kde sa môžeš veľmi rýchlo pošmyknúť a raz-dva spadnúť na zem ako teraz. Preto buď opatrné a pod rýchlo preč z toho ľadu“, dodá Mesiačik. Slniečko sa na ľade pomaly posadí, obzerá sa okolo seba a zistí, že je na obrovskej ľadovej ploche, na klzisku plnom korčuľujúcich sa detí. „Mesiačik? Aj my sa môžeme korčuľovať?“ pýta sa Slniečko. Mesiačik sa zamyslí.. „nie Slniečko, veď my sa nevieme korčuľovať a nemáme ani korčule a helmu. Veď sa pozri na deti. Nebuď však smutné, môžeme to vyskúšať nabudúce“. Slniečko sa opatrne a pomaly postavilo a spolu s Mesiačikom kráčajú ďalej vidia, ako deti stavajú snehuliaka a guľujú sa. Na malú chvíľku sa pridajú aj Slniečko a Mesiačik. A bola to veru poriadna zábava, keď tu zrazu počujú krik detí. Boli veľmi zvedaví prečo deti kričia a tak sa vybrali pozrieť, čo sa tam deje. Ako tak kráčajú Mesiačik hovorí Slniečku, že je toho naozaj veľmi veľa, čo môžu robiť v zime. Slniečko však už vôbec nepočúva, lebo práve dorazili na veľký zasnežený kopec plný sánkujúcich sa a kričiacich

detí. Neváha ani sekundu a už sa sánkuje spolu s deťmi. Mesiačik nestihol nič povedať, len beží a kričí na Slniečko: „Sllllneeeečkóóó, buď opatrnej a dávaj si pozor, aby si nespadlo a niečo si nezlomilóóó“. Slniečko je už však na saniach a kým príbehom Mesiačik na kopec, sa už spúšťa dole kopcom. Keď celé zadýchané a spotené vyjde Slniečko opäť na kopec volá: „Mesiačik, póóó, pôjdeme teraz spolu“. Mesiačik sa veľmi teší, ešte nikdy sa nesánkoval a chcel konečne vyskúšať svoje sánky. A už sa sánkuje na kopci plnom detí. „Ja si sadnem dopredu a ty si sadni za mňa Mesiačik“, nadšene hovorí Slniečko. Spúšťajú sa raz, dva, tri... mnohokrát. Keď tu zrazu, Slniečko niečo napadne. „Mesiačik, vieš čo bude zábava? Vyskúšajme sánkovačku tvárou vzad.“ „Nie Slniečko, pozri na všetky deti.“ „Alééé, Mesiačik, prosiiiiim“, prosí Slniečko. „Mne sa to nezdá bezpečné, opýtajme niekoho“, hovorí bojazlivo Mesiačik. V tom sa už Slniečko pýtalo dievčatka a to ich upozornilo, aby sa sánkovali vždy tvárou dopredu po

sediačky a tiež nikdy nie po ležiaci. Je bezpečné, keď aj počas sánkovačky máte na hlave prilbu. Ako sa spolu rozprávajú, všimnú si ďalšie nezbedné sánkujúce sa deti. „Mesiačik, pozri sa koľko detí sedí na saniach! Jedno, dve, tri... až tri deti! Waaaaa, podme to skúsiť aj my s deťmi“, hovorí nedočkavo Slniečko. Deti však upozornia Slniečko, že sane nemôžu preťažovať a je dôležité si premyslieť, s kým sa idú sánkovať. Môžu poprosiť jedného z rodičov alebo staršieho súrodenca.

PRAVIDLÁ SÁNKOVANIA:

- Sánkuj sa na saniach alebo boboch s brzdu a možnosťou riadenia
- Správne sa obleč
- Nezabudni na prilbu
- Sánkuj sa vždy po sediačky
- Sánkuj sa tvárou dopredu
- Maj oči otvorené, na kopci nie si sám
- Nesánkuj sa v noci alebo po tme

Okrem sánkujúcich sa detí si na kopci všimli Slniečko a Mesiačik aj

iné deti, lyžiarov a snowboardistov. Mesiačik vidí, že Slniečko by hneď skúsilo aj tieto zimné športy, no uvedomuje si, že potrebuje nielen vhodnú výstroj, ale aj pomoc inštruktora.

KEĎ SA ROZHODNEŠ PRE LYŽE ALEBO SNOWBOARD, NEZABUDNI NA:

- vhodné oblečenie, prilbu a chrániče kolien a chrčtice
- výstroj a jej kontrola a údržba
- vyber si nenáročný kopec
- vždy lyžuj alebo snowboarduj pod dohľadom niekoho skúseneho

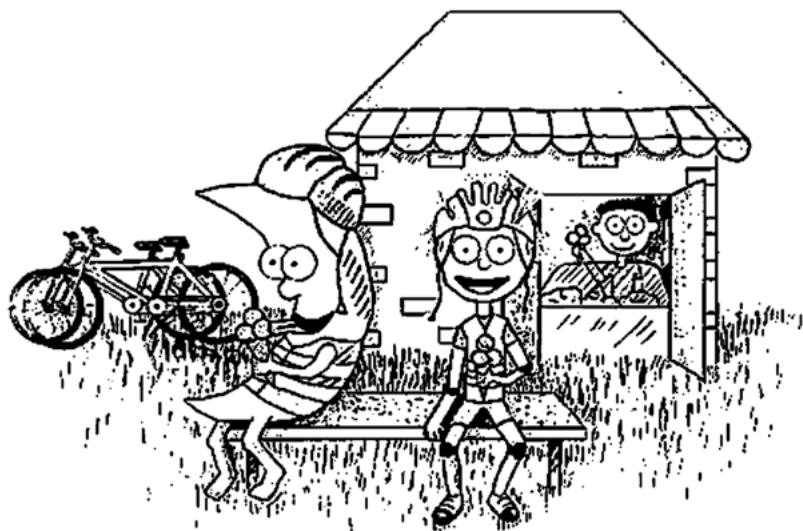
Ako tak Slniečko a Mesiačik šantili na kopci ani si neuvedomili, že sú celí premrznutí. „Slniečko, podme domov, spravíme si teplý čajík a trošku sa zohrejeme“, navrhol Mesiačik. Slniečku už bolo naozaj chladno a tak s nápadom súhlasilo. Doma sa zahriali čajíkom pod teplou dekou a spomínali na krásne prežitý zimný deň.



DARUJ
DARČEK
POD STROMČEK



VYMAĽUJ SI MA



NATANKUJ A POMÔŽ



AKO NA TO?

NATANKUJTE AKÉKOL'VEK PALIVO
NA ČERPAČÍCH STANICIACH TANKER

KAŽDÝM NATANKOVANÝM LITROM
PRISPEJETE SUMOU 1 CENT
KLINIKE DETSKEJ CHIRURGIE

ĎAKUJEME ŽE POMÁHATE SPOLU S NAMI

TANKER

AKCIA NATANKUJ A POMÔŽ ZAČÍNA 1. 10. 2023 A PREBIEHA
DO 30. 11. 2023 NA VŠETKÝCH ČERPAČÍCH STANICIACH TANKER

NOVINKA

PLATOBNÝ TERMINÁL

NA POMOC DETSKEJ CHIRURGIÍ



AKO NA TO?

Organizujete alebo plánujete **firemnú akciu**,
oslavu narodenín, **športové podujatie** či inú akciu?

POŽIČAJTE SI PLATOBNÝ TERMINÁL
A PODPORTE DETSKÚ CHIRURGIU

Pre viac info
nás kontaktujte na

info@detska-chirurgia.sk
+421 948 035 425
www.detska-chirurgia.sk

DETSKÁ CHIRURGIA - OZ SLNIEČKO NA CESTE!

info@detska-chirurgia.sk
www.facebook.com/slnieckonaceste
www.instagram.com/detskachirurgia_slniecko/
+421 948 035 425

Ak chcete aj Vy pomôcť našim malým pacientom,
môžete tak urobiť napríklad finančným príspevkom na účet OZ:

FIO banka, číslo účtu:
2900451930/8330, IBAN: SK09 8330 0000 0029 0045 1930



DETSKÁ
CHIRURGIA
OZ SLNIEČKO NA CESTE!



Detská
chirurgia

, štvrťročník, DETSKÁ CHIRURGIA - OZ SLNIEČKO NA CESTE! Limbová 2643/1, 833 40 Bratislava,
IČO: 42306116, Dátum vydania: október 2023, Číslo: 4/2023, 2. ročník, ISSN 2729-9589, registrácia MK SR ě. EV 6028/21.