

2.

2026



Detská chirurgia

- Skutočný príbeh (str. 2 – 3)
Robotická chirurgia
v detskom veku (str. 4 – 6)
Príjem dieťaťa na KDCH (str. 6)
Psychologická podpora
neurochirurgického pacienta (str. 8 – 9)
Osobnosť Detskej chirurgie (str. 10 – 12)
Partner Detskej chirurgie (str. 13)
Dorothy Sabová (str. 14 – 15)
Prevencia (str. 17)
Lekárske okienko (str. 19)



Osobnosť Detskej chirurgie
MUDr. Katarína Klapáčová

DETSKÁ CHIRURGIA-OZ SLNIEČKO NA CESTE!



9

772729

958009

04

Milí čitatelia,

vítame vás pri čítaní ďalšieho čísla časopisu Detská chirurgia. Aj tento-raz vám prinášame pohľad do prostredia medicíny, kde sa odbornosť stretáva s ľudskosťou a skutočnými príbehmi malých pacientov.

V rozhovore predstavíme primárku Kliniky detskej chirurgie DFN Košice MUDr. Katarínu Klapáčovú. Pozrieme sa aj na to, akú dôležitú úlohu zohráva psychológ na neurochirurgickom oddelení a ako pomáha zvládať náročné situácie, ktoré medicína prináša.

S príchodom jari sa deti opäť viac presúvajú na ihriská, bicykle či kolobežky. Aj preto sa venujeme téme prevencie detských úrazov – aby radosť z pohybu nevystriedala zbytočná návšteva nemocnice.

Osobitnú pozornosť venujeme aj fascinujúcej oblasti modernej medicíny – fetálnej chirurgii, teda operáciám ešte nenarodených detí v tele matky. Práve s touto oblasťou súvisí aj silný skutočný príbeh malého Sebastiána, ktorý v Zürichu podstúpil operáciu ešte pred narodením. Jeho príbeh je dôkazom toho, že medicína dokáže meniť osudy ešte skôr, než sa život naplno začne.

Veľkú radosť máme aj z úspechu riaditeľky nášho občianskeho združenia, Lenky Taškovej Valicovej, ktorá sa stala laureátkou ocenenia Krištáľové krídlo v kategórii filantropia.

SRDEČNE GRATULUJEME!

Veríme, že si pri čítaní oddýchnete a dozviete sa niečo nové zo sveta detskej chirurgie.

Príjemné čítanie praje

Tím Slniečka

Editácia a korektúra textu:

Kristína Lóciová
(kika.lociova@gmail.com)
Júlia Andrejčíková
(juliaandrejcikova88@gmail.com)

Skutočný príbeh

Príbeh o zázraku, ktorý začal ešte v maternici

Sebastiánov príchod na svet sprevádzalo množstvo otázok. Kým jeho mamička hovorí o zázraku, medicína o možnostiach.

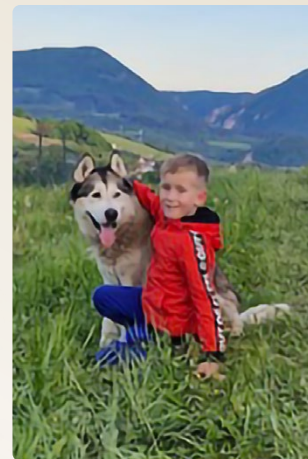
V 18. týždni tehotenstva absolvovali Sebastiánovi rodičia rozšírené tripple testy, ktoré odhalili rászštep chrbtice. Na Slovensku sa tieto prípady operujú zvyčajne až po narodení – dieťaťu sa zašije miecha a následuje náročná a zdĺhavá rekonvalescencia novorodenca.

Okolie ich presviedčalo o ukončení tehotenstva, oni však vnútorne cítili potrebu hľadať iné riešenia. S pomocou MUDr. Horna z Kliniky detskej chirurgie v Bratislave našli nemocnicu vo Švajčiarsku. Tá práve rozbiehala výskum zameraný na operácie rászštepu chrbtice priamo v maternici, teda ešte počas tehotenstva.

Mamička dnes s úsmevom spomína: „Upozornila som doktora Horna, že neviem po nemecky a nebudem ničomu rozumieť. On ma však upokojil, že sa so mnou spojí slovenský lekár, ktorý v danej nemocnici pracuje. Práve on mi tlmočil všetky požiadavky a ja som získala istotu, že všetko bude v poriadku. Rozumiete? To nebola náhoda, to bol zázrak.“



Keďže išlo o vedeckú štúdiu, rodičia si museli byť vedomí všetkých rizík aj následkov, ktoré so sebou prináša. Podpisovali desiatky dokumentov, ktorými sa zaviazali, že po úspešnej operácii sa budú každoročne vracat do Kinderspital Zürich. Tam absolvujú potrebné testy a vyšetrenia



slúžiace na dokumentáciu vývoja a následnej kvality života dieťaťa.

Sebastiánovu mamu prijali do nemocnice v 25. týždni tehotenstva a Dr. Martin Meuli vykonal operáciu priamo v maternici. Krátko pred Vianocami ich prepustili do domácej starostlivosti s naplánovaným cisárskym rezom na január. Sebi sa narodil v 35. týždni a následne strávil dva týždne na neonatologickom oddelení. Počas tohto obdobia absolvoval desiatky vyšetrení, ktoré kontrolovali jeho hybnosť a vylučovanie.

„Bolo to náročné obdobie, nevedeli sme, čo nás čaká. S manželom sme boli ubytovaní hneď vedľa nemocnice, takže sme počas dňa mohli byť s malým neobmedzene. Nemocničné ubytovanie bolo plne vybavené kuchynkou aj kúpeľňou, všetko bolo prispôsobené tomu, aby bol kontakt s dieťaťom nerušený,“ spomína mamička.

Na opustenie krajiny však potrebovali doklad totožnosti, ktorý museli vybaviť na slovenskom veľvyslanectve. „Z nemocnice

nám ho na jeden deň požičali. Naložili sme ho do auta, prešli 200 kilometrov na ambasádu do Bernu, tam ho odfofili a išli sme 200 kilometrov späť. Až keď bol pas vybavený, mohli sme nemocnicu definitívne opustiť.“

V súlade s podmienkami štúdie cestujú každý rok do Švajčiarska, kde malý hrdina absolvuje kontrolu zdravotného stavu. Sebi prechádza potrebnými testami a röntgenovými vyšetreniami „od hlavy po päty“. O výsledkoch následne informujú detského chirurga MUDr. Horna, ktorý jeho stav dlhodobo sleduje tu na Slovensku.

Dnes má Sebastián 9 rokov, chodí do školy a veľmi rád hrá futbal. Rodičia dbajú na pravidelný pohyb, ktorý mu pomáha udržiavať hybnosť – dvakrát do týždňa navštevuje fyzioterapeutku a raz týždenne chodí na plávanie. Okrem toho absolvujú dvakrát ročne liečenie v špecializova-

ných centrách zameraných na pohybový aparát. K aktívnemu životnému štýlu majú blízko aj samotní rodičia, ktorí vo voľnom čase často a radi bicyklujú.

„Vieme, že jeho stav nebude nikdy stopercentný. Jemný deficit v ľavej nožičke pretrváva, ale pravidelným cvičením ho dokážeme úspešne zmieriť,“ hovorí mamička.

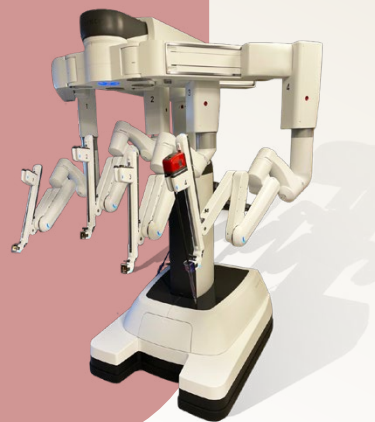
Mamička uzatvára rozprávanie s úsmevom: „Bola som prvou Slovenkou v tejto štúdii a mám silné podozrenie, že ani netušili, ako ďaleko Slovensko v skutočnosti je.“

Klinická štúdia v Kinderspital Zürich naďalej pokračuje. Do dnešného dňa sa jej zúčastnilo už 12 Sloveniek, ktoré so svojimi deťmi podstúpili unikátnu operáciu rászštepu chrbtice priamo v maternici ešte pred narodením.

Mgr. Júlia Andrejčíková



ROBOTICKÁ CHIRURGIA v detskom veku



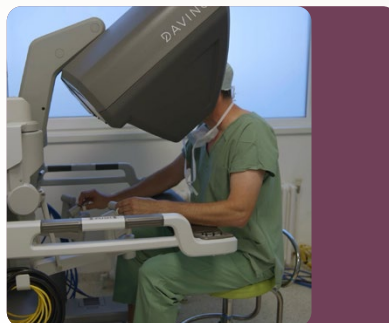
Robotická chirurgia nie je o nahradení lekára strojom, ale o poskytnutí tých najlepších „očí“ a najpresnejších „rúk“ sprostredkovaných technológiou. Preto sa táto metóda nazýva roboticky asistovaná chirurgia. Predstavme si inštrument s priemerom 8 mm, ktorého hlavica má väčší rozsah pohybov ako ľudské zápästie a dokáže operovať v priestore veľkom ako vlašský orech. To všetko lekár sleduje v desaťnásobnom 3D zväčšení. Výsledkom je precízna operácia, menej bolesti a skorý návrat do bežného života.

(Nissenova fundoplikácia). Napriek spoločným začiatkom ostala robotická chirurgia v detskej populácii obmedzená. Zrejme aj preto, že robot nebol navrhnutý pre detské proporcie pacienta, náklady sú vyššie a krivka učenia je príliš dlhá. Aj napriek tomu si robot získal svoje miesto v detskej chirurgii, čo potvrdzuje mnoho úspešných programov a postupov.

Aplikácia robotickej chirurgie u detí je v súčasnosti rozsiahla a rozmanitá. Systematický prehľad od Cundyho a kol. z roku 2013 poukazuje na široké využitie robotiky v detskom veku a podrobne opisuje 31 rôznych typov brušných, 25 urologických a 12 hrudných zákrokov. Hoci sa tieto výkony realizujú úspešne, sústredené sú len do obmedzeného počtu špecializovaných centier.

V súčasnosti je na trhu dostupných vyše 40 roboticky asistovaných chirurgických systémov. Trh v oblasti pediatrickej robotiky dlhodobo ovláda spoločnosť Intuitive, pričom ich systém da Vinci bol jediným zariadením schváleným FDA na použitie u detí až do marca 2023. V tomto období získal schválenie aj ďalší chirurgický systém – Senhance od spoločnosti Asensus Surgical.

Robotická chirurgia ponúka v porovnaní s tradičnou laparoskopiou



množstvo výhod. Jednou z kľúčových je vynikajúci prístup do anatomicke náročných oblastí, ktoré sú klasickou laparoskopiou či otvorenou chirurgiou len ťažko dostupné. Desať- až päťnásobné zväčšenie 3D obrazu je obzvlášť dôležité práve u najmenších pacientov. Sys-



tém navyše úplne eliminuje fyziologický tras rúk chirurga. Ergonómia robotickej konzoly da Vinci je plne prispôsobiteľná operátorovi, čím optimalizuje držanie tela a zvyšuje celkové pohodlie počas výkonu.

Robotická chirurgia má u detí aj svoje limity. Hoci niektoré zdroje uvádzajú 10 kg ako minimálnu hmotnosť pre výber pacienta, iné práce potvrdzujú, že zákroky sú realizovateľné aj u menších pacientov. Ostatné hlavné kritériá výberu pacienta sú rovnaké ako v detskej laparoskopicko-nej chirurgii vrátane gestačného veku, schopnosti tolerovať anestéziu a naplnenie brušnej dutiny plynom.

Národný ústav detských chorôb v Bratislave má v oblasti detskej robotickej chirurgie prioritné postavenie. V Európe existuje len niekoľko čisto detských nemocníc, ktoré disponujú vlastným robotickým systémom vyhradeným pre svojich pacientov. To prináša tímu značný komfort pri zaškoľovaní a zdokonaľovaní sa v operačných technikách. V nemocniciach, kde je robot spoločne využívaný dospelými aj detskými chirurgmi, býva časový priestor na nácvik obmedzený. Ďalším benefitom je fakt, že používaný systém da Vinci patrí k najmodernejším na trhu. Robot je navyše vybavený dvomi rovnocennými konzolami na

ovládanie. Vďaka tomu môže byť pri zákroku vedľa operátora skúsený chirurg, ktorý na operáciu dohliada, alebo chirurg v zácivku, ktorý tak sleduje priebeh výkonu v reálnom čase. Bezpečnosť a komfort celého systému zvyšuje aj špeciálne operačné lôžko, ktoré s robotom automaticky komunikuje a optimalizuje polohovanie pacienta. Nemenej dôležitý je profesionálny podporný tím dodávateľa, ktorý zabezpečuje servis prístrojov i kontinuálne vzdelávanie personálu pod vedením špičkových odborníkov.

Hoci sa robotická chirurgia v pediatrii rozvíja v porovnaní s chirurgiou dospelých pomalšie, jej uplatnenie v praxi neustále narastá. Budúcnosť pediatrickej robotiky si vyžaduje najmä ďalšiu miniaturizáciu nástrojov a vývoj špecifických postupov prispôbolených detskému pacientovi. Vďaka inštrumentom vhodnej veľkosti a technologickému pokroku bude rozvoj robotickej chirurgie u detí napredovať so zreteľom na maximálnu bezpečnosť, efektivitu a neustále zlepšovanie výsledkov.

doc. MUDr. Jozef Babala, PhD.

Ako prebieha akútny príjem dieťaťa na Klinike detskej chirurgie pri zlomenine končatiny?

V živote dieťaťa môžu nastať nečakané situácie, akými sú úrazy či zlomeniny. Pre rodičov je to nesmierne stresujúce obdobie – trápia sa tým, čo bude s ich dieťaťom a ako zvládne pobyt v nemocnici, odbery krvi, vyšetrenia či prípadnú operáciu.

Z pohľadu sestry by som vám rada priblížila, čo môžete očakávať v prípade, že je vaše dieťa akútne prijaté na našu kliniku so zlomeninou končatiny.

Psychická podpora dieťaťa

Pre dieťa je kľúčová najmä psychická podpora zo strany rodiča. Povzbudzujúce slová ako „Neboj sa, som tu s tebou“ alebo „Sestričky a lekári sú tu na to, aby ti pomohli, spolu to zvládneme“ majú na malého pacienta veľký vplyv a skutočne mu pomáhajú lepšie zvládnuť stresovú situáciu.

Ak to kapacity a aktuálne možnosti oddelenia dovoľujú, rodič môže byť hospitalizovaný spolu s dieťaťom. Na tento účel sú u nás k dispozícii nadštandardné izby, mobilné lôžka priamo pri lôžku dieťaťa či samostatná izba pre matky.

Príprava pred operáciou

Zlomeniny, ktoré si vyžadujú hospitalizáciu, sa riešia na operačnej sále v prísne sterilnom prostredí. Z tohto dôvodu musí dieťa pred zákrokom prejsť takzvaným hygienickým filtrom oddelenia – osprchovať sa a prezliecť do čistého nemocničného pyžama, ktoré je pripravené v kúpeľni.

Zdravotná sestra alebo asistentka sú pri tomto postupe plne nápomocné a v prípade potreby na celý

proces dohľadnú.

Dieťa zvyčajne prichádza z ambulancie s končatinou zafixovanou Kramerovou alebo sadrovou dlahou. Pri sprchovaní a prezliekaní je nesmierne dôležité nechať túto fixáciu na mieste a dlahu za žiadnych okolností nesnímať.

Ak má dieťa šperky (náušnice, prstene, náramky), prípadne piercing, je potrebné ich pred operáciou odstrániť. Rovnako je dôležité odlakovať nechty – ak ste to nestihli doma, na oddelení máme k dispozícii odlakovač.

Lačnenie pred anestéziou

Z dôvodu bezpečného priebehu celkovej anestézie musí byť dieťa nalačno až do samotného operačného výkonu. Časový odstup od posledného jedla by mal byť 4 až 6 hodín, v závislosti od jeho zloženia. Týmto prísnyim pravidlom predchádzame vážnym komplikáciám, konkrétne riziku vdýchnutia obsahu žalúdka do pľúc počas narkózy.

Predoperačné vyšetrenia

Po ukončení hygienickej prípravy prichádza dieťa v sprievode rodiča do vyšetrovne, kde si ho preberie ošetrojúci lekár. Ten rodičov (zákonných zástupcov) podrobne informuje nielen o plánovanom operačnom zákroku a potrebných vyšetreniach, ale aj o celkovom priebehu hospitalizácie. Nasledujú:

- odber krvi;
- zavedenie cievneho vstupu (kanyly);
- infúzna, analgetická, antibiotická terapia;
- pediatrické predoperačné, prípadne iné odborné vyšetrenie.

Starostlivosť pred operáciou

Sestra podľa ordinácie lekára podáva do kanyly infúziu, analgetickú a inú liečbu, ktorá pomáha predchádzať dehydratácii, bolesti či infekcii. Zároveň poučí rodiča aj dieťa (v závislosti od veku), na aké zmeny na zlomenej končatine si majú dávať pozor. Ošetrojúcemu personálu je potrebné nahlásiť:

- zvyšujúcu sa bolesť;
- zmenu farby, opuch a trpnutie prstov.

V prípade potreby ísť na toaletu alebo ak sa vyskytnú akékoľvek iné ťažkosti, treba privolať sestru alebo asistentku pomocou signalizačného zariadenia.

Uloženie na izbu

Sestra alebo asistentka uloží dieťa na pridelenú izbu. Izby sú vybavené sprchou, toaletou, signalizačným zariadením, televízorom a Wi-Fi pripojením.

Operácia

Po ukončení predoperačnej prípravy a vylučení je dieťa v závislosti od dostupnosti operačného tímu odoslané na sálu v sprievode personálu a rodiča. Na operačnej sále si dieťa prevezmú anestéziologickí špecialisti.

Mgr. Darina Gažiová

Pokračovanie v ďalšom čísle →



Tvoje telo pozná rozdiel

Čistá sviežosť, minimum záťaže

To, čo potrebuješ, je tvoja čistá hydratácia takmer bez soli a s optimálnym obsahom minerálov.

S pramenitou vodou Lucka tvoje telo zostane hydratované a v rovnováhe.



Lucka
minerály



minimum
SODÍKA

www.lucka.sk

Psychologická podpora neurochirurgického pacienta

Neurochirurgická diagnóza dieťaťa prichádza do života rodiny často náhle a nečakane. Úraz či vážna diagnóza, akou je nádorové ochorenie, dokážu v priebehu krátkého času zásadne zmeniť fungovanie pacienta aj celej jeho rodiny. Zasahuje do reality, ktorá bola dovtedy samozrejímá – do pocitu bezpečia, kontinuity a predvídateľnosti. Zrazu sa mení každodennosť, priority aj spôsoby, akým rodičia premýšľajú o budúcnosti svojho dieťaťa. Neurochirurgia sa totiž dotýka centrálného nervového systému – miesta, ktoré je úzko prepojené nielen s telesnými funkciami, ale aj s prežívaním, správaním, učením a identitou. Psychologická podpora v tomto kontexte nevstupuje do procesu liečby ako „niečo navyše“, ale ako prirodzená súčasť komplexnej starostlivosti o dieťa a jeho rodinu.

Spoločné východiská psychologické podpory

Tak ako na iných pracoviskách, aj na detskej neurochirurgii je základom psychologické podpory vytváranie pocitu bezpečia, zrozumiteľná a pravdivá komunikácia a rešpektovanie vývinových potrieb dieťaťa. Hospitalizácia a operačný zákrok sú pre dieťa aj rodiča krízovou situáciou. Objavuje sa strach, neistota, strata kontroly a pocit ohrozenia.

Z pohľadu psychológa je dôležité vnímať dieťa a rodiča ako jeden prepojený systém. Emočný stav rodiča má priamy vplyv na prežívanie dieťaťa, ktoré veľmi citlivo vníma, či je rodič pokojný, vystrašený, zahŕtený alebo, naopak, ukotvený a prítomný. Podpora rodiča je preto vždy zároveň podporou dieťaťa.

Psychologická práca smeruje k posilneniu rodičovského pocitu kompetencie – k tomu, aby sa rodič necítil len ako pasívny pozorovateľ liečby, ale ako aktívna súčasť starostlivosti.

Špecifiká neurochirurgického pacienta

Neurochirurgické diagnózy (vrodené vývinové chyby, nádory mozgu,

hydrocefalus, epilepsia či následky úrazov) so sebou často prinášajú dlhodobú liečbu, opakované hospitalizácie a neistotu ohľadom prognózy.

Rodičia sú konfrontovaní s otázkami, ktoré presahujú aktuálnu hospitalizáciu: Ako bude dieťa fungovať v škole? Ovplyvní ochorenie jeho správanie, emócie, vzťahy? Čo ak sa niektoré veci už „nevrátia do pôvodného stavu“? Psychologická podpora v neurochirurgii preto pracuje s dlhodobým stresom, anticipačnou úzkosťou a potrebou adaptácie na zmenenú realitu. Pomáha rodičom aj deťom uniesť neistotu – nie tým, že ju odstráni, ale tým, že ju robí znesiteľnejšou.

Podpora dieťaťa v kontexte neurochirurgickej starostlivosti

Dieťa v neurochirurgickej starostlivosti neprežíva len strach z bolesti a zákrokov. Často ide aj o obavy zo straty kontroly nad vlastným telom, z odlúčenia od rodiča alebo z nepochopiteľných zmien, ktoré sa dejú „v hlave“. U starších detí a adolescentov sa k tomu pridávajú otázky identity, sebahodnoty a pocitu odlišnosti.

Psychologická podpora dieťaťa sa zameriava na:

- primerané a citlivé informovanie o tom, čo sa deje;
- reguláciu emócií a napätia prostredníctvom rozhovoru, hry, kresby či relaxačných techník;
- obnovovanie pocitu kontroly a predvídateľnosti;
- zachovanie pocitu kontinuity – aby dieťa nebolo redukované len na diagnózu.

Cieľom nie je, aby dieťa „nemalo strach“, ale aby v strachu nezostávalo samo.

Podpora rodiča ako kľúčový prvok

Rodičia neurochirurgických pacientov často dlhodobo fungujú v režime zvýšenej pohotovosti. Okrem akútneho stresu sa u nich môže objaviť vyčerpanie, úzkosť, depresívne prežívanie či symptómy posttraumatického stresu. Mnohí rodičia pritom svoje potreby odsúvajú na posledné miesto.

Psychologická podpora rodiča zahŕňa:

- vytváranie priestoru na pomenovanie a spracovanie emócií;
- normalizáciu prežívania v záťažovej situácii;

- podporu zvládacích stratégií a psychohygieny;
- posilňovanie vzťahu rodič – dieťa.

Rodič, ktorý má oporu, dokáže byť oporou.

Psychologická podpora v širšom kontexte zdravotnej starostlivosti

Psychologická podpora hospitalizovaného dieťaťa a jeho rodiny má svoje pevné miesto naprieč medicínskymi odborami. Vychádza zo všeobecných princípov práce s krízou, záťažou, stratou istoty a potrebou adaptácie na zmenenú životnú situáciu. Bez ohľadu na to, či ide o chirurgické, interné, alebo neurologické ochorenie, cieľom psychologické intervencie je stabilizácia, podpora zvládacích stratégií a posilnenie zdrojov dieťaťa aj jeho blízkych.

V tomto kontexte má psychologická

podpora na detskej neurochirurgii svoje špecifiká, ktoré prirodzene vyplývajú z povahy diagnóz a ich možných následkov. Oproti iným medicínskym odborom sa častejšie dotýka dlhodobej perspektívy, vývinových otázok a adaptácie rodiny na stav, ktorý nemusí mať jednoznačný časový koniec. Ide však skôr o rozdiel v dôraze než o rozdiel v princípoch.

Psychologická starostlivosť tak nevystupuje ako oddelená alebo konkurenčná súčasť liečby, ale ako kontinuum podpory, ktoré sa flexibilne prispôbuje potrebám dieťaťa, rodiny a medicínskeho kontextu.

Záver

Psychologická podpora na detskej neurochirurgii pomáha rodinám zorientovať sa v náročnej situácii, ukotviť sa v realite a hľadať zdroje zvládania. Jej cieľom nie je odstrániť strach či neistotu, ale vytvoriť priestor, v ktorom sa dajú niesť.

Keď sa staráme o psychické prežívanie dieťaťa a rodiča, staráme sa zároveň o kvalitu liečby, vzťahov a života, ktorý pokračuje aj po odchode z nemocnice.



Mgr. Elena Leontievova



Mgr. Pavol Karďoš

DETOX PLETI

Jar je ideálnym obdobím na jemný detox pleti, ktorý jej pomôže prebudiť sa po zime a získať späť prirodzený jas. Základom je vždy šetrné čistenie, preto vymeňte hutné zimné produkty za ľahšie textúry a doprajte pleti dôkladné, no jemné odlíčenie každý večer. Skvelé je aj pravidelný, ale neagresívny exfoliačný rituál, ktorý odstráni odumreté bunky a podporí obnovu pokožky.

Nikdy – a obzvlášť v tomto období – nezabúdajte na hydratáciu. Ľahké séra s kyselínou hyaluronovou či upokojujúcimi zložkami

pomôžu pleti udržať rovnováhu. Veľmi dôležitým krokom, na ktorý by sme nemali zabúdať ani na jar, je ochrana pred slnkom. SPF 50 by mal byť každodennou súčasťou vašej rutiny, hoci je zamračené, lebo UV žiarenie preniká aj cez oblaky.

Pri výbere SPF sa stretnete s minerálnymi a chemickými filtrami. Minerálne (fyzikálne) filtre vytvárajú na pokožke ochrannú vrstvu, ktorá odráža slnečné lúče. Tieto sú ideálne pre citlivú pleť a deti. Chemické filtre UV žiarenie absorbujú a premieňajú ho

na teplo. Majú ľahšiu textúru, vďaka čomu sú komfortnejšie na každodenné nosenie.

Nezabúdajte na pravidelnú re-aplikáciu SPF počas dňa, najmä ak trávite čas vonku alebo sa často dotýkate tváre. Jar je zároveň ideálnym obdobím na podporu pleti zvnútra. Dostatok vody, strava bohatá na vitamíny a kvalitný spánok dokážu s pokožkou urobiť zázraky.

ENVY KLINIKA®



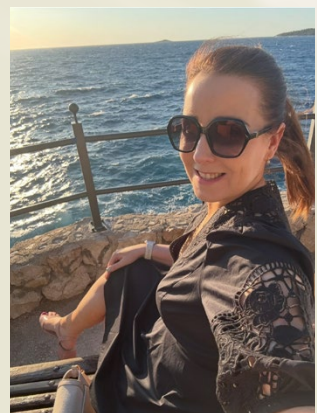
Osobnosť
DETSKEJ
CHIRURGIE

MUDr. Katarína Klapáčová

primárka na Oddelení
detskej chirurgie DFN
v Košiciach

Pani primárka, predstavte sa, prosím, našim čitateľom a približte im, ako dlho sa už venujete chirurgii a aká bola vaša cesta k súčasnej pozícii primárky detskej chirurgie.

Volám sa Katarína Klapáčová a v oblasti chirurgie pracujem od leta 2008, teda od skončenia vysokej školy. Prvý rok po jej ukončení som pracovala na III. chirurgickej klinike SZU, Nemocnica Košice-Šaca, a. s., 1. súkromná nemocnica, následne na I. chirurgickej klinike na všeobecnej



chirurgii v Univerzitnej nemocnici L. Pasteura v Košiciach, kde som v roku 2014 úspešne vykonala atestačnú skúšku v odbore všeobecná chirurgia. Od roku 2016 pracujem na detskej chirurgii v DFN a v roku 2023 som z nej úspešne atestovala. Aktuálne som študentkou doktorandského štúdia – externej formy na LF UPJŠ v Košiciach, a od marca 2025 pracujem ako primárka na Oddelení detskej chirurgie DFN v Košiciach.

Čo bolo tým prvotným impulzom, ktorý vás priviedol k tomuto náročnému odboru? Uvažovali ste niekedy aj nad iným povoláním?

Počas gymnázia som pôvodne uvažovala o architektúre či práci v materskej škole. Napokon vyhrala medicína a na cvičeniach z chirurgie som sa rozhodla, že tento odbor je presne to, čo chceme robiť. Páčilo sa mi, že je to práca, ktorá umožňuje kombinovať manuálne zručnosti s medicínskym poznaním a logickým myslením. V chirurgii lekár vidí okamžité výsledky svojej práce. Chcela som vytvárať budúcnosť,

lebo každá operácia je krokom vpred, je to šanca dať niekomu viac rokov, viac života.

Skúste nám opísať, čo všetko zahŕňa každodenný život detskej chirurgii a primárky najväčšieho pracoviska na východnom Slovensku.

Práca detského chirurga je o milimetroch presnosti na sále a o obrovskej empatii pri komunikácii s rodičmi. Musíte byť pevnou oporou, keď sa im rúca svet. Je to práca, ktorá vás psychicky vyčerpá, ale ľudsky neveriteľne naplní.

Ako primárka musím zabezpečiť, aby naše oddelenie každý deň od rána fungovalo hladko, bezpečne a efektívne a aby sme každý deň poskytovali tú najlepšiu starostlivosť našim detským pacientom v DFN v Košiciach. Každý deň je iný – niekedy pokojnejší, inokedy náročnejší. Jeden deň operujem, ďalší asistujem pri operáciách kolegom alebo ambulujem, vybavujem konzílium alebo robím administratívne a organizačné veci na oddelení. S kolegami z iných

odborov často riešime spoločne prípady pacientov, veľkú časť dňa trávim konzultáciami s lekármi z periférnych nemocníc, keďže sme jediné pracovisko detskej chirurgie so spádom pre celý východoslovenský región. Občas odchádzam z práce neskôr alebo sa musím do práce vrátiť aj po pracovnom čase – hoci ten u nás prakticky neexistuje. Keď je pacient na operačnej sále, čas prestáva byť meradlom. Chirurgia si vyžaduje celého človeka. Často je to obeť osobného pohodlia, únavy aj súkromného života. Keď operácia trvá dlhšie, než sa plánovalo, alebo nastanú komplikácie, nie je možné zložiť nástroje a odísť. Zodpovednosť za život druhého vás drží pri operačnom stole až do posledného stehu bez ohľadu na to, koľko hodín už stojíte na nohách. Je to tichý sľub, že urobíte maximum, kým práca nie je hotová a pacient nie je v bezpečí. Je to disciplína, kde povinnosť voči životu stojí nad všetkým.

V čom vidíte najväčšiu krásu a myseľ vašej profesie?

Ako chirurgička mám možnosť byť súčasťou tých najkrajších príbehov a momentov – keď sa dieťaťko prvýkrát usmeje po úspešnej operácii, keď rodičia objímu svoje dieťa po dlhých dňoch neistoty alebo keď sa deti po operáciách vracajú k hrám.

Je to práca, ktorá si vyžaduje nielen zručné ruky, ale aj citlivé srdce. A práve to ju robí takou zmysluplnou. Keď operujem, vidím nielen orgány, ale aj detské sny, úsmevy, budúcnosť. Každý malý pacient mi pripomína, prečo som si tú prácu vybrala. Každý malý pacient má svoj príbeh, ktorý čaká na šťastný koniec. A my detskí chirurgovia píšeme tieto príbehy s presnosťou, trpezlivosťou a hrstkou zázraku.

Chirurgia ma každý deň núti byť lepšou. Učí ma disciplíne, trpezlivosti a zodpovednosti. Nie je to len o operáciách, ale aj o darovaní novej budúcnosti. Dáte deťom možnosť rásť, hrať sa, snívaj, smiať sa bez bolesti. A to je to, prečo je tá práca pre mňa taká nesmierne hodnotná.



Máte za sebou aj skúsenosti z pôsobenia v zahraničí?

Absolvovala som len niekoľko krátkodobých stáží v susednej Českej republike na renomovanej pražskej Klinike detskej chirurgie v Motole a na začiatku mojej lekárskej kariéry niekoľko pobytov na LSK pracovisku v Jablonci nad Nisou. Zároveň, ak mi to čas, práca a financie dovoľia, raz ročne sa zúčastňujem európskeho kongresu detskej chirurgie.

Spomínate si ešte na svoj úplne prvý operačný zákrok?

Bolo to približne po roku praxe. Išlo o vybratie fibroadenómu – nezhubného nádoru v prsníku. Bol to môj prvý operačný zákrok na operačnej sále, kde som bola operatérkou a nie asistentkou. Cítila som pocit zodpovednosti, plno adrenalínu. Deň a večer pred operáciou som si dookola pozerala postup. Poctivo som sa na to pripravovala, v mysli pre-

mietala, ako to budem robiť. Pamätám si, že po tej operácii, keď som to vybrala z prsníka, som pocitovala obrovskú úľavu, ale aj hrdosť. Dovtedy som samostatne v ambulancii robila len malé chirurgické zákroky – prevažne ošetrenia, šitie rán.

Na aké typy operácií alebo konkrétne diagnózy sa vo svojej praxi najčastejšie špecializujete?

Špecializujem sa predovšetkým na brušnú chirurgiu, laparoskopické výkony naprieč všetkými vekovými kategóriami a na liečbu vrodených vývojových chýb, pričom mojou hlavnou doménou je problematika atrézie duodena.

Častou otázkou laikov je, ako dlho trvá operácia. Dá sa to v detskej chirurgii vôbec vopred odhadnúť?

Nikdy sa nedá presne povedať, ako dlho bude operácia trvať. Každá operácia trvá tak dlho, ako si vyžaduje, aby bola vykonaná správne a bezpečne. Sú operácie jednoduché, ale aj komplikované – či už nálezom, vekom dieťaťa, alebo celkovým stavom. Dĺžka operácie vždy závisí od viacerých faktorov.

Sprevádzate malých pacientov aj po tom, ako opustia brány nemocnice? Zostávajú s rodičmi v kontakte?

Ako detská chirurgička mám privilégium byť súčasťou života mojich malých pacientov aj v tých najťažších momentoch, keď potrebujú operačnú liečbu, ale aj po operácii, keď sa uzdravujú. Vidám ich na pravidelných kontrolách – niekedy sa prídu ukázať len tak „keď idú okolo“, inokedy ma pozdravia v meste, v obchode alebo mi ich rodičia pošlú fotku, pozdrav, v ktorom

sa so mnou podelia o ich úspechy. To je to, čo ma drží v tejto profesii. Keď ich vidím s úsmevom a iskrou v očiach, je to, akoby mi hovorili: „Ďakujem, že si mi dala druhú šancu na život.“ A to je to najkrajšie, čo lekár môže dostať.

Vaša práca je mimoriadne náročná na psychiku aj fyzickú kondíciu. Ako si dokážete po náročnom dni v nemocnici najlepšie oddýchnuť?

Áno, je náročná, preto sa často ocitám v situáciách, ktoré sú pre mňa fyzicky aj emocionálne náročné. Rada sa venujem aktivitám, vďaka ktorým načerpám silu a vyčistím si hlavu, či už je to prechádzka po meste, menšia túra v Tatrách, alebo si idem

zacvičiť. Alebo len tak relaxujem s dobrou kávou a knihou, prípadne pozerám dobrý film. Takisto mám rada módu a asi ako každá žena aj nákupy, kde viem vypnúť a zrelaxovať. Vo voľnom čase rada maľujem. V lete si rada oddychnem pri mori. To ma dobíja energiou na zvyšok roka – sledovať more, popíjať kávu, túlať sa starými kamennými uličkami Talianska či Chorvátska, pozorovať históriu starých miest a len tak kráčať a nasávať miestnu atmosféru pokoja, ktorá mi preniká do každej bunky.

Čo by ste z pozície detskej chirurgičky chceli odkázať rodičom, ktorých čaká náročná liečba ich dieťaťa?

Ako detská chirurgička chcem

vyjadriť pochopenie, že ako rodičia ste v strese, keď je vaše choré dieťa v nemocnici, a ešte vo väčšom, ak je potrebné ho operovať. Verte nám, robíme všetko pre to, aby sme mu pomohli. Keď operujeme, často sme aj my v strese, lebo citíme zodpovednosť za vaše dieťa. Vaša spolupráca, pokoj a dôvera v tých najťažších chvíľach sú pre nás dôležité. Nie všetky diagnózy sú ľahké, nie každému sa dá pomôcť. Niekedy sa stretne s diagnózou, ktorá nám zlomí srdce, a vieme, že sa nedá veľa urobiť. Ale aj v tých najťažších chvíľach je tu niečo, čo nás ženie dopredu – byť tu pre dieťa, pre rodinu a urobiť vždy všetko, čo je v našich silách.

MUDr. Katarína Klapáčová



**Partner
kliniky detskej
chirurgie**

Aký je cieľ vašej spoločnosti?

Chceme sa stať silným, stabilným a spoľahlivým partnerom veľkých firiem aj inštitúcií a patriť medzi lídrov na slovenskom trhu v oblasti čistenia kanalizácií, lapačov tukov a odlučovačov ropných látok. Neustále investujeme do modernej techniky, budujeme silný obchodný tím a kladíme dôraz na odborný rast zamestnancov. Našou ambíciou je rozšíriť pôsobenie aj na český trh.

V čom je vaša firma výnimočná oproti konkurencii?

Vyznačujeme sa hlavne rýchlosťou a dostupnosťou. Obchodný tím je mobilný, obhliadky preto realizujeme už v krátkom čase. Cenové ponuky pripravujeme bez zbytočných prietahov a prevádzka plánuje realizáciu čo najskôr. Zároveň máme pohotovostnú službu, ktorá je pripravená zasiahnuť pri haváriách 24/7. Zákazníka nikdy nenechávame v probléme samého.

Koľko ľudí pracuje vo firme?

V spoločnosti AKS Group pracuje približne 50 zamestnancov. Firma je rozdelená do viacerých oddelení, ktoré spolu úzko spolupracujú a majú jasne definované kompetencie.

Čo považujete za najväčšie úspechy firmy?

Určite je to investovanie do modernej techniky a zavedenie systémov zjednodušujúcich spoluprácu so zákazníkmi – napríklad fotodokumentácia prác či prehľadná evidencia služieb. Dôležité sú aj víťazstvá vo veľkých tendroch a spolupráca s významnými firmami z automobilového priemyslu, obchodnými centrami či obchodnými reťazcami.

Na čom momentálne pracujete?

Zameriavame sa na posilňovanie technických kapacít, aby sme



mali z každého typu techniky viac rovnakých strojov. Vďaka tomu dokážeme zabezpečiť plynulosť služieb aj pri poruchách alebo zvýšenom dopyte. Sústreďujeme sa najmä na služby, v ktorých chceme byť špičkou.

Aké sú najväčšie výzvy pri riadení takejto firmy?

Výzvou je zachovať konkurencieschopnosť v rôznych regiónoch Slovenska, zabezpečiť technickú pripravenosť na havarijné zásahy a zároveň udržať firmu finančne stabilnú, aby sme mohli investovať do techniky a ľudí.

Ako vidíte budúcnosť odpadového hospodárstva?

Vnímame ju pozitívne. Spoločnosť si čoraz viac uvedomuje význam triedenia odpadu a jeho ďalšieho využitia. Preto by sme ho nemali považovať len za problém, ale aj za zdroj, ktorý sa dá zodpovedne zhodnocovať.

Môžu ľudia v bežnom živote znížiť množstvo odpadu?

Áno, najjednoduchším krokom je jeho triedenie. Každý odpad má svoju hodnotu a správnym triedením umožňujeme jeho ďalšie využitie.

Aké vlastnosti by mal mať človek, ktorý chce pracovať vo vašej firme?

Dôležitá je psychická odolnosť, flexibilita a ochota neustále sa učiť nové veci. Naša práca je dynamická a často si vyžaduje rýchle reakcie.

Čo by ste poradili mladým ľuďom?

Disciplína, neustále vzdelávanie a myšlienky na budúcnosť – to sú základné piliere dlhodobého úspechu.

Ďakujeme za rozhovor.

Milan Kašný,
konateľ spoločnosti

Cestujeme so Slniečkom



Grécko – ostrovy tisícich tvárí

Grécko je krajina, do ktorej sa cestovatelia radi vracajú nielen pre slnko a tyrkysové more, ale aj pre jeho neuveriteľnú rozmanitosť. Vyše 200 obývaných ostrovov ponúka nekonečné možnosti – od pokojných zátok a prázdných pláží až po prístavné mestá plné života. S CK TUI sa počas letnej sezóny môžete vybrať z Viedne až do 17 gréckych destinácií, ktoré zahŕňajú obľúbené ostrovy aj Atény.

Každý ostrov má svoju osobitú atmosféru: na niektorých nájdete romantické dedinky s bielymi domčekmi a úzkymi uličkami, inde zasa divoké útesy, olivové háje či dlhé piesočné pláže ideálne pre

rodiny s deťmi. Grécko je zároveň skvelou destináciou pre milovníkov objavovania. Prenájom auta cez TUI Cars vám umožní spoznávať ostrov vlastným tempom – zastaviť sa v malej taverne pri mori, ochutnať miestne špeciality a objavovať skryté miesta mimo hlavných turistických trás.

Zaujímavým spôsobom, ako spoznávať túto krajinu, je aj cestovanie medzi ostrovmi – takzvaný *island hopping*. Môžete napríklad priletieť na Santorini a trajektom sa presúvať na ďalšie ostrovy, kde vás vždy čaká trochu iný svet. Aj takúto kombinovanú dovolenku si môžete jednoducho naplánovať s CK TUI a objavovať

Grécko v rytme, ktorý vám vyhovuje.

Pre rodiny hľadajúce komfort a kvalitné služby sú výbornou voľbou rezorty hotelovej siete Grecotel. Sú známe svojou pohostinnosťou, vynikajúcou gastronómiou a bohatým programom pre deti.

Grécko tak ponúka ideálnu kombináciu oddychu, objavovania a rodinnej pohody – presne ten typ dovolenky, na ktorú sa spomína ešte dlho po návrate domov.



Dorothy Sabová:

Som hrdá, že môžem byť súčasťou cesty, ktorá mení detské nemocnice k lepšiemu



Na úvod sa nám v krátkosti predstavte.

Volám sa Dorothy Sabová a pochádzam z Bratislavy.

Ak by ste sa mali opísať pár slovami, ako by ste sa charakterizovali?

Som komunikatívny človek s kreatívnym cítením.

Kam viedli vaše kroky po strednej škole a čo ste vyštudovali?

Mám vyštudovanú Filozofickú fakultu na Univerzite Komenského v Bratislave, odbor kulturologia.

Čomu sa momentálne venujete v pracovnej oblasti?

Pôsobím ako moderátorka v Rádiu Viva a zároveň pracujem ako marketingová a PR manažérka platformy Wattiva.

Vaša cesta k mikrofónu a marketingu bola zaujímavá. Aké boli vaše pracovné začiatky?

Moje začiatky boli pomerne netradičné – už ako stredoškolačka som začala moderovať športové podujatia zamerané na jazdectvo a parkúrové skákanie. Pracovala som na Slovensku aj v zahraničí a venujem sa tomu dodnes. Okrem toho v súčasnosti moderujem rôzne spoločenské podujatia, sprevádzam poslucháčov v Rádiu Viva a pôsobím ako marketingová a PR manažérka na niekoľkých zaujímavých projektoch.



láška som začala moderovať športové podujatia zamerané na jazdectvo a parkúrové skákanie. Pracovala som na Slovensku aj v zahraničí a venujem sa tomu dodnes. Okrem toho v súčasnosti moderujem rôzne spoločenské podujatia, sprevádzam poslucháčov v Rádiu Viva a pôsobím ako marketingová a PR manažérka na niekoľkých zaujímavých projektoch.

Spomínate si na ten konkrétny moment alebo impulz, ktorý rozhodol, že sa vydáte práve týmto smerom?

U mňa to bolo celé veľmi spontánne. Máme jazdecký areál, kde organizujeme rôzne podujatia, a keď som mala 14 rokov, tatino ma do tejto práce zasvätil. Postupne sa to už nabalovalo samo – od malých lokálnych súťaží až po prestížne medzinárodné podujatia.

Pôsobíte vo viacerých sférach naraz. Skúste nám priblížiť, ako vyzerá váš bežný pracovný deň.

Môj pracovný deň sa nedá zhrnúť do jednej vety – každý deň je totiž iný, čo ma na mojej práci baví asi najviac. Niektoré rána začínam už o 5.30 v rádiu, kde s kolegom do 9.00 vysielame Rannú šou s Dejvom a Dorothy. Ostatné dni trávim v kancelárii pracujem na mojom najnovšom projekte energetickej flexibility Wattiva alebo na pracovných stretnutiach. Veľkú časť môjho

času však zaberá aj príprava podkladov a, samozrejme, samotné moderovanie športových a spoločenských podujatí.

Mali ste v detstve aj úplne iné sny o svojom budúcom povolani?

Ako malá som snívala o kariére speváčky, dokonca som študovala operný spev na konzervatóriu. Neskôr však moje detské predstavy dobehla realita. Dnes sa snažím robiť najmä to, čo ma úprimne baví a naplňa. Samozrejme, nie vždy sa to dá, ale vnímam to tak, že človek sa neustále učí. To je vlastne môj aktuálny pracovný sen – zdokonaľovať sa v oblastiach, ktoré považujem za zaujímavé a perspektívne.

Pracovali ste aj za hranicami Slovenska. Ako spätne vnímate skúsenosti zo zahraničia?

Hoci som v zahraničí nikdy nepracovala dlhodobo, už 15 rokov tam pravidelne cestujem za krátkodobými projektmi. Tým, že moderujem medzinárodné podujatia v rôznych európskych krajinách, nesmierne si cením najmä rôznorodosť ľudí a spoznávanie nových kultúr. Práca v cudzine je pre mňa vždy vzácnu skúsenosťou, ktorá človeku otvára obzory a prirodzene rozširuje všeobecný prehľad.

Téma pomoci iným vám nie je cudzia. Venovali ste sa niekedy v minulosti alebo aj dnes charitatívnej činnosti?

U nás doma bola pomoc v núdzi vždy samozrejmosťou – či už išlo o ľudí, alebo o zvieratá. Rodičia ma od malička viedli k tomu, aby som svet vnímala aj z tej druhej strany, kde nie každý má v živote toľko šťastia a ocitne sa v situácii, ktorá si vyžaduje pomoc okolia. Vždy rada pomôžem. Okrem finančnej podpory ma však najviac naplňa, keď sa môžem podieľať na umeleckých projektoch, ktoré dokážu aj v tých naj-

ťažších chvíľach vyčariť aspoň drobný úsmev na tvári.

Ako sa do vášho života dostalo OZ SLNIEČKO NA CESTE! a čo vás motivovalo podporiť práve túto iniciatívu?

Nadáciu Slniečko na ceste! poznám už niekoľko rokov a s veľ-

a krst kalendára, za ktorým stojí skvelá fotografka Petra Ficová.

Plánujete v tejto zmyslupnej spolupráci pokračovať aj na budúcich projektoch?

Veľmi rada budem súčasťou akéhokoľvek projektu nadácie Slniečko na ceste!



kým obdivom sledujem obetvú prácu jej zakladateľky Lenky. Práve vďaka nej sa detské nemocnice a slovenské zdravotníctvo postupne menia na lepšie a krajšie miesta. Som nesmierne šťastná a hrdá, že môžem byť súčasťou tejto cesty a aspoň svojou troškou prispieť k dobrej veci.

Vieme, že so združením aktívne spolupracujete. Mohli by ste nám túto pomoc priblížiť?

S nadáciou Slniečko na ceste! sme nadviazali spoluprácu najmä na profesijnej báze. V prvom rade ide o šírenie osvetu o dôležitých témach prostredníctvom nášho rádia, no dôležitou súčasťou je aj pomoc pri konkrétnych charitatívnych projektoch. Jedným z nich bolo napríklad uvedenie

Pri takom vysokom pracovnom nasadení je dôležitý oddych. Ako najradšej relaxujete a kde čerpáte novú energiu?

Mojím najväčším zdrojom energie je čas strávený s milovanými ľuďmi a cestovaním po svete.

Čo by ste na záver odkázali našim čitateľom?

Je veľmi smutné, že v našej krajine musia obyčajní ľudia často robiť veci a zastávať funkcie, ktoré by mal plniť štát. Na druhej strane je však úžasné a obdivuhodné, že stále máme toľko skvelých osobností, ktoré sú ochotné nezištne pomáhať vysoko nad rámec svojich povinností.

Ďakujeme!

Dorothy Sabová

Lenka Tašková Valicová
laureátka Krištáľového krídla

FILANTROPIA



KRIŠTÁĽOVÉ
KRÍDLO



JAR NA DETSKOM IHRISKU

Ako si užiť prvé slnko bez
zbytočných úrazov



Po dlhej zime a krátkych dňoch nás prvé jarné lúče konečne lákajú von. Deti sa nevedia dočkať preliezok, no ich telá si po zimnom útlme potrebujú opäť zvyknúť na pohyb. Práve kombinácia obrovského elánu a stratenej kondície so sebou prináša zvýšené riziko úrazov. Prevencia a dodržiavanie jednoduchých bezpečnostných zásad môžu výrazne znížiť počet zranení na ihriskách a zaistiť, aby bol čas strávený vonku pre deti aj rodičov radostou, nie hrozbou či obavou.

Deti sa k intenzívnemu pohybu vracajú s obrovskou chuťou, no často bez potrebnej kondície a koordinácie. Skúšajú nové pohybové aktivity, ktoré navyše môžu byť po zime poškodené – a práve tu vzniká najväčšie riziko úrazov. Ideálne je preto začať pozvoľna: kratším pobytom na ihrisku, postupným zvyšovaním záťaže a s dostatkom prestávok a tekutín.

Medzi najčastejšie úrazy na ihrisku patria pády, odreniny, vyvrtnutia alebo zlomeniny, najmä horných končatín.

Základom prevencie je kontrola ihriska jeho prevádzkovateľom, prípadne samosprávou, no nezabúdajme, že jednoduchú obhliadku môžeme urobiť aj my rodičia. Skôr než sa deti začnú hrať, je dôležité vizuálne preveriť stav prvkov a okolia:

- pevnosť konštrukcií – hojdačky, šmykľavky a preliezky musia byť stabilné;
- detaily spojov – žiadna hrda, praskliny ani uvoľnené skrutky;
- povrch pod nohami – stav dopadovej plochy (piesok, guma, tráva);
- cudzie predmety – odstránenie skla, konárov alebo

ostrých predmetov, odpadkov;

- rovnosť terénu – pozor na jamy, prasknutý betón a nerovnosti chodníka.

Upozornite deti, že poškodené alebo nestabilné prvky by sa nemali používať, kým nie sú opravené, a že ohrozujú ich bezpečie.

Významnú rolu v prevencii zohráva aj voľba oblečenia a obuvi, ktorú prispôsobujeme konkrétnemu ihrisku. Aby bola hra bezpečná, pri príprave myslite na:

- pevnú obuv s protišmykovou podrážkou;
- oblečenie, ktoré neobmedzuje pohyb dieťaťa;
- zaviazané šnúrky (ideálne žiadne), nepoužívať šály alebo dlhé popruhy, ktoré sa môžu zachytiť na určitom predmete na ihrisku;
- pokrývku hlavy pri silnejšom slnku.

Kľúčovým pilierom bezpečnosti je však vždy dohľad dospelého. Aj keď sú naše deti šikovné, na úraz stačí krátky okamih nepozornosti. Prítomnosť rodiča je nenahraditeľná najmä pre schopnosť predvídať situácie, ktoré dieťa ešte neodhadne. Za-

merajte sa najmä na toto:

- dohliadajte na dodržiavanie pravidiel, ktoré nájdeme na každom ihrisku;
- upozornite deti na nebezpečné správanie;
- pomáhajte predchádzať konfliktom medzi deťmi;
- pri prvých náznakoch únavy zasiahnite nenásilnou a hravou formou.

Pozor! Práve únava zvyšuje riziko úrazov, pádov a nepozornosti.

Medzi základné pravidlá, ktoré by sme mali deťom (v závislosti od ich veku) vysvetliť, patria najmä tieto:

- bezpečná zóna pri hojdačkách;
- pozor na šmykľavý povrch;
- rešpekt k nosnosti;
- trpezlivosť v rade;
- ohľaduplnosť k ostatným.

Hoci väčšinu drobných odrenín vyriešia náplast a objatie, pri silnej bolesti, úraze hlavy, viditeľnom opuchu či podozrení na zlomeninu (deformáciu končatiny) neváhajte a okamžite vyhľadajte lekársku pomoc.

Prof. JUDr. Mgr. Janka Šimonová, PhD.

NAŠI PODPOROVATELIA

Produktoví partneri



Partneri



Marketingoví partneri



LEKÁRSKE OKIENKO Fetálna chirurgia

Dieťa žije v tele matky už od počatia a jeho vývoj trvá celkovo 38 týždňov. V počiatočnom štádiu hovoríme o zárodku (embryu), no od 9. týždňa sa mení na plod (fetus). V súčasnosti dokážeme vývoj dieťaťa monitorovať do najmenších detailov, vďaka čomu vieme zachytiť aj prípadné odchýlky od normy. Pri niektorých vrodených chybách tak dokážeme zasiahnuť ešte pred narodením. Práve na to slúži fetálna chirurgia – operácia plodu priamo v tele matky.

Termín spina bifida doslova znamená nespojený oblúk stavca. Kým v miernej forme ide o náhodný nález u každého štvrtého človeka, závažné postihnutie sa vyskytuje u 1 až 2 detí z 10 000 živonarodených. Ide o rôznorodú skupinu vrodených chýb, pri ktorých dochádza k defektu nervovej trubice (NTD). Keďže miecha a jej obaly sa nachádzajú mimo svojej normálnej polohy, tento stav si vyžaduje operačné riešenie. U pacientov býva prítomné poškodenie viacerých systémov – od problémov s chôdzou až po úplné ochrnutie spojené s poruchami močenia a vyprázdňovania. Častým sprievodným javom je aj hydrocefalus, známy ako vodnatelka mozgu. Vďaka prenatalnej diagnostike sa dnes s týmito pacientmi stretávame ešte pred narodením. Práve potreba pomôcť deťom s diagnózou spina bifida stála pri zrode fetálnej chirurgie.

Cielom našej operácie je zabrániť zhoršovaniu neurologických funkcií. Vzhľadom na prítomnosť

viacerých pridružených poškodení je nevyhnutný multidisciplinárny prístup. Kým klasická operácia sa vykonáva prakticky ihneď po narodení, v priebehu prvých 24 až 48 hodín, vieme, že vývojová chyba vzniká už v prvých týždňoch gravidity. Včasný zákrok u plodu, konkrétne v 24. až 26. týždni tehotenstva, podstatne zlepšuje budúcu kvalitu života dieťaťa.

Vo svete existuje mnoho centier, ktoré operujú deti ešte pred narodením; stretávame sa na kongresoch, kde si vzájomne odovzdávame skúsenosti. Najbližšiu spoluprácu udržiavame so spoločnosťou Swissfetus, pôsobiaceou na pôde švajčiarskej Univerzity detskej nemocnice v Zürichu. Tento rok uplynie už 10 rokov od prvej operácie nášho spoločného pacienta. V súčasnosti evidujeme 12 detí, ktoré takúto fetálnu operáciu úspešne podstúpili.

V roku 2004 sme založili Slovenskú spoločnosť pre spina bifida a/alebo hydrocefalus (SBAH). Rodiny a ich deti potrebujú komplexnú podporu – od psychologickej pomoci vo forme „priateľa na telefóne“ až po praktické informácie o kompenzačných pomôckach či vzdelávacích inštitúciách. Od roku 2007 sme riadnym členom Medzinárodnej federácie pre spina bifida a hydrocefalus (IFSBH). Práve na pôde svetových kongresov, ktoré sa každoročne venujú aj aktuálnym pokrokom vo fetálnej chirurgii, sme nadviazali kľúčové kontakty s našimi kolegami zo spomínaného Zürichu.



Slovensko je členským štátom Európskej únie a naša legislatíva umožňuje občanom hľadať zdravotnú starostlivosť v zahraničí, ak je u nás nedostupná. Švajčiarsko síce nie je členom Únie, no vďaka početným bilaterálnym zmluvám funguje ako jej prirodzená súčasť. Doterajšie operácie v Zürichu boli hradené slovenskými zdravotnými poisťovňami, za čo im patrí veľká vďaka. Takmer všetky zákroky prebehli s našou priamou účasťou, aby sme boli odborne pripravení na moment, keď sa táto liečba začne realizovať aj u nás. Veríme, že vznik centra fetálnej chirurgie na Slovensku sa stane realitou blízkej budúcnosti.

doc. MUDr. František Horn, PhD.

11. ROČNÍK KONGRESU
S MEDZINÁRODNOU ÚČASŤOU

TRAUMA V DETSKOM VEKU

17. – 19. 6. 2026

x-bionic® sphere



Naskenujte QR kód a získajte viac informácií
o kongrese a registrácii

Organizátori kongresu



Naše slniečka
môžu žiariť šťastím
aj vďaka 2 %
z vašich daní.

Veríme, že okrem starostlivosti
personálu má na priebeh liečby vplyv
aj prítomnosť blízkych.

S vašou pomocou vytvárame harmonické
prostredie, ktoré rodičom umožňuje byť
svojmu slniečku stále nablízku a držať ho za
ruku aj počas zamračených dní.



**DETSKÁ
CHIRURGIA**
OZ SLNIEČKO NA CESTE!

DETSKÁ CHIRURGIA - OZ SLNIEČKO NA CESTE!

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

www.detska-chirurgia.sk,  



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, štvrťročník, DEŤSKÁ CHIRURGIA - OZ SLNIEČKO NA CESTE! Limbová 2643/1, 833 40 Bratislava, IČO: 42306116. Dátum vydania: apríl 2026, Číslo: 2/2026, 5. ročník, ISSN 2729-9589, registrácia MK SR č. EV 6028/21.