

magazín
213

2. pololetí 2020

Rastislav Maďar

**O mém povolání rozhodl
dokumentární film
o hladomoru
ve východní Africe**

Vážení pojištěnci zdravotní pojišťovny RBP, vážení čtenáři, podruhé v letošním roce Vám přinášíme Magazín 213, v jehož úvodu nemohu nezpomenout na několik předchozích měsíců, které zcela zásadně ovlivnily náš osobní i společenský život.

Situace, do které jsme se všichni nechtěně díky koronaviru dostali, určitě více či méně zasáhla všechny lidi, tedy i klienty, zaměstnance a obchodní partnery RBP. Ovlivnila chod nemocnic a zdravotnických zařízení zejména omezením poskytované neakutní zdravotní péče na nezbytnou míru. Došlo k posunutí screeningů, operací a plánovaných zákroků, preventivních prohlídek, běžných návštěv lékaře a podobně.

Před několika měsíci jsme i my v RBP zřídili krizový výbor, jehož úkolem bylo průběžně přijímat mimořádná opatření k řízení zdravotní pojišťovny. Tímto způsobem se nám podařilo zajistit a udržet v provozu všechny základní procesy bez ohledu na krátkodobé uzavření našich poboček.

Naším klientům jsme operativně poskytli příspěvek na preventivní vyšetření na COVID 19 a zřídili i příspěvek 500 korun na roušky, respirátory a dezinfekce. Těto možnosti dosud využilo na 6,5 tisíce našich pojištěnců, kterým jsme vyplatili bezmála 2,7 milionu korun a další mají stále ještě šanci. Rozhodli jsme se totiž, že "dezinfekční" příspěvek ponecháváme v nabídce pojišťovny do konce letošního roku, aby ho měl možnost využít každý. Pro klienty RBP jsme připravili i základní DESATERO rad, informací a tipů, jak zvládnout domácí karanténu a instruktážní videa k prevenci před nákazou koronavirem, která jsme zdarma poskytli zaměstnavatelům a firmám. V souvislosti s firmami nesmím opomenout další pomoc - finanční příspěvek na kapacitní a rychlé testování jejich zaměstnanců. RBP v tomto kontextu vyčlenila z fondu prevence první 2 miliony korun jako příspěvek na 20 tisíc PCR testů na Karvinsku.

Zaměřili jsme se také na celou řadu on-line aktivit podporujících pohyb. Uspořádali jsme například na webu edukativní soutěž "Jak se chovat v době pandemie", které se zúčastnilo přes pět tisíc lidí.

COVID - 19 ale současně aktivoval v řadě odborností distanční formy komunikace mezi lékařem a pacientem. Pandemie tak zcela zásadně urychlila procesy dálkového sdílení dat, kdy si lékaři, ale i pacienti v praxi ověřili, že to

Rok 2020 nebyl jenom o koronaviru, ale o celé řadě dalších zkušeností, příležitostech a projektech, které jsme se v RBP snažili maximálně zúročit

může fungovat "jinak". Bezkontaktně, rychleji a bez čekání v ordinacích a také laciněji. To byl pro nás v RBP ten nejlepší důkaz, že jsme se vydali správným směrem a že i do budoucna chceme participovat na projektech



telemedicíny. Prvním našim projektem tohoto druhu byla Šance pro srdce, která na dálku monitoruje pacienty s vysokým krevním tlakem. Aktuálně ji dnes využívá přes dva tisíce pacientů. Souběžně s tím jsme se ale s některými smluvními partnery již dohodli na další spolupráci a přípravě nových projektů. Jedním z nich bude už velmi brzy projekt zaměřený na pacienty s diabetem. A ještě jednu možná pozitivní zkušenost bych v souvislosti s pandemií za sebe zmínil. Naučili jsme se aktivně využívat bezpečnou on-line komunikaci, masivně používat nová elektronická a zvuková média, kterým rozhodně patří budoucnost.

Proto si troufám tvrdit, že rok 2020 nebyl jenom o koronaviru, ale o celé řadě dalších zkušeností, příležitostech a projektech, které jsme se v RBP snažili maximálně zúročit.

Náš projekt MAGNET 213 od února zkrátil čekací dobu na vyšetření magnetickou rezonancí na maximálně 4 týdny. RBP pak jako první zdravotní pojišťovna v České republice začala od května v plné výši hradit neurorehabilitace dětí s mozkovou obrnou. Pro své dětské klienty nově připravila i příspěvky na ozdravné lázeňské pobyty a příměstské sportovní tábory. Rodiče si tak s ohledem na letošní aktuální prázdninové a rekreační možnosti, které výrazně ovlivnila pandemie COVID-19, sami mohli vybrat příspěvek na ozdravný pobyt u moře, v horách či v lázních, případně plnohodnotný pobytový tábor nebo alespoň příměstský tábor se sportovními aktivitami.

V letošním roce jsme poprvé v naší historii vsadili i na časově omezené bonusové programy a jsme velmi překvapeni pozitivními ohlasy našich klientů.

Mimořádně úspěšným červencovým bonusem byl například příspěvek na hezký úsměv - na rovnátka (sloučným bonusů od přátel a rodiny až do 10 tisíc korun), dentální hygienu, případně seniorům příspěvek až do výše 1 tisíce korun na nákup fixačních a čisticích prostředků pro celkové zubní náhrady v lékárnách a také na úhradu doplatků na celkové zubní náhrady i jejich opravy.

Od června do konce září jsme dětem v plné výši a nad rámec jejich ročního limitu uhradili i vakcíny na očkování proti klíšťové encefalitidě v hodnotě do 2,5 tisíce korun.

Ve spolupráci se zájmovým spolkem Colliery SRDCEM jsme rovněž připravili nový pilotní projekt pro hendikepované sportovce "Sportuj s handicapem" pro zvyšování jejich tělesné kondice se zaměřením na tzv. klíčové pohyby života.

A tak bych mohl ve výčtu našich akcí, připravovaných i realizovaných projektů pokračovat. Z toho je patrné, že zdravotní pojišťovna RBP má svým stávajícím i budoucím klientům stále co nabídnout. Koneckonců o celé řadě našich aktivit se dočtete i v tomto čísle Magazínu 213.

Na závěr mi proto dovoluji, abych opět hrdě prohlásil, že je RBP nejenom zdravotní, ale i stále "zdravou" pojišťovnou a nic se na tom nezměnilo ani v roce 2020, ani po 200 letech její historie.

Antonín Klimša
výkonný ředitel
RBP, zdravotní pojišťovny

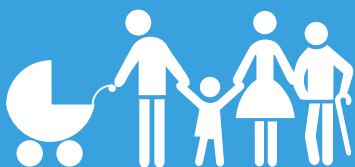
Nezapomeňte na očkování proti chřipce

Chřipka je vysoce nakažlivé virové onemocnění, které se u nás vyskytuje většinou v období od ledna do března. Česká republika přitom patří k zemím s nejmenším procentem preventivního očkování populace všech věkových kategorií v rámci EU. Přitom každoročně u nás chřipkou onemocní statisíce lidí. V roce 2019 dokonce podle aktuálních informací Státního zdravotního ústavu 1 500 Čechů zemřelo. Virus chřipky je vysoce infekční, nakažená osoba ho vylučuje v průměru 5 dnů, avšak děti nebo osoby oslabenou imunitou mohou být infekční až 2 týdny.

„Nejjistější formou prevence je očkování vakcínou proti čtyřem typům chřipkových virů. Očkování neživou očkovací látkou nemůže nemoc způsobit, jak se mylně mezi lidmi, ale bohužel i mezi zdravotníky traduje. Je tomu přesně naopak! Prokazatelně snižuje počet těžkých infekcí, hospitalizací a úmrtí,“ uvedl pro Magazín 213 doc. MUDr. Rastislav Maďar, Ph.D., MBA, FRCPS., vedoucí Ústavu epidemiologie a ochrany veřejného zdraví Lékařské fakulty Ostravské univerzity.

Nejvhodnější doba pro očkování je období před začátkem chřipkové epidemie, tedy od konce září.

Na očkování, které není hrazeno z prostředků veřejného zdravotního pojištění, můžete v RBP využít svůj finanční bonusový příspěvek do 1 tisíce korun. U dětí do 18 let zdravotní pojišťovna RBP dokonce umožňuje sloučení finančních příspěvků od kteréhokoliv pojištěnce RBP (pojištěnec + max. 9 osob) až do celkové výše 10 000 korun.



RBP přispívá na očkování...

dětem a mládeži do 18 let

Očkování proti HPV - bonus do 4 tisíc korun

Bonusový příspěvek je určen pro dívky od 12 let (prevence proti rakovině děložního čípku, genitálním bradavicím a análnímu karcinomu) a pro chlapce od 12 let (prevence proti genitálním bradavicím a análnímu karcinomu). Čerpá se po ukončení očkovacího cyklu.

Roční finanční příspěvek do 1 tisíce korun

na kteréhokoliv preventivní očkování nehrazené z veřejného zdravotního pojištění (např. břišní tyfus, pásový opar, chřipku, klíšťovou encefalitidu, pneumokokové nákazy, spalničky, vzteklinu, meningitidu, žloutenku, neštovice atd. včetně očkování pro cestovatele). Nevztahuje se ale na desenzibilizaci ("očkování proti alergii").

Možnost **slučování finančních příspěvků** od rodinných příslušníků, přátel a známých na očkování nehrazené ze zdravotního pojištění. V tomto případě mohou získat část, nebo i celou výši ročního příspěvku 1.000 Kč od kteréhokoliv pojištěnce zdravotní pojišťovny RBP (pojištěnec + max. 9 osob). Celkově lze tedy tímto způsobem zvýšit příspěvek až na 10 000 Kč.

mužům od 19 do 59 let

Roční finanční příspěvek do 1 tisíce korun

na kteréhokoliv preventivní očkování nehrazené z veřejného zdravotního pojištění (např. břišní tyfus, pásový opar, chřipku, klíšťovou encefalitidu, pneumokokové nákazy, spalničky, vzteklinu, meningitidu, žloutenku, neštovice atd. včetně očkování pro cestovatele). Nevztahuje se ale na desenzibilizaci ("očkování proti alergii").

Bezpríspevkoví dárci krve a plazmy

mohou navíc získat další finanční příspěvek od 500 až do 6 tisíc korun (až 3 tisíce za krev + až 3 tisíce za dárcovství plazmy), který lze uplatnit i na očkování a ošetření nehrazené ze zdravotního pojištění.

ženám od 19 do 59 let

Očkování proti HPV - bonus do 4 tisíc korun

Příspěvek je určen pro ženy do 30 let proti lidskému papilomaviru (prevence rakoviny děložního čípku, genitální bradavice, anální karcinomy).

Roční finanční příspěvek do 1 tisíce korun

na kteréhokoliv preventivní očkování nehrazené z veřejného zdravotního pojištění (např. břišní tyfus, pásový opar, chřipku, klíšťovou encefalitidu, pneumokokové nákazy, spalničky, vzteklinu, meningitidu, žloutenku, neštovice atd. včetně očkování pro cestovatele). Nevztahuje se ale na desenzibilizaci ("očkování proti alergii").

Bezpríspevkové dárcyně krve a plazmy

mohou navíc získat další finanční příspěvek od 500 do 6 tisíc korun (až 3 tisíce za krev + až 3 tisíce za dárcovství plazmy), který lze uplatnit i na očkování a ošetření nehrazené ze zdravotního pojištění.

seniorům od 60 let

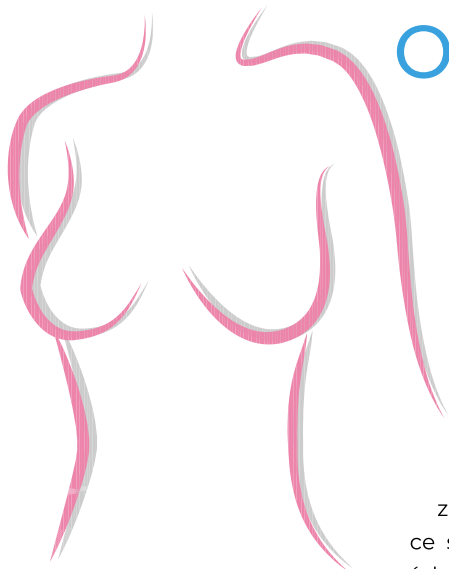
Roční finanční příspěvek do 1 tisíce korun

na kteréhokoliv preventivní očkování nehrazené z veřejného zdravotního pojištění (např. břišní tyfus, pásový opar, chřipku, klíšťovou encefalitidu, pneumokokové nákazy, spalničky, vzteklinu, meningitidu, žloutenku, neštovice atd. včetně očkování pro cestovatele). Nevztahuje se ale na desenzibilizaci ("očkování proti alergii").

Bezpríspevkoví dárci krve

mohou navíc získat další finanční příspěvek od 500 do 3 tisíc korun, který lze uplatnit i na očkování a ošetření nehrazené ze zdravotního pojištění.

Možnost **slučování finančních příspěvků** od rodinných příslušníků, přátel a známých na očkování nehrazené ze zdravotního pojištění. V tomto případě mohou získat část, nebo i celou výši ročního příspěvku 1.000 Kč od kteréhokoliv pojištěnce zdravotní pojišťovny RBP (pojištěnec + max. 9 osob). Celkově lze tedy tímto způsobem zvýšit příspěvek až na 10 000 Kč.



ostře sledovaná prsa

RBP dlouhodobě podporuje projekty zaměřené na podporu zdravého životního stylu a prevenci onkologických onemocnění. V loňském roce jsme prostřednictvím partnerství v kampani Ostře sledovaná prsa, jejíž zásadní součástí byla osvěta a edukace samovyšetření prsu na speciálním prsním fantomu, navázali spolupráci s pacientskými organizacemi projektu - Onko Amazonky Ostrava, Onko Niké Krnov, Onko Isis Opava, INNA Havířov, Bellis - mladé ženy s rakovinou prsu. Členky organizací a edukátorky podpořily svým aktivním přístupem nejenom mobilní Stany zdraví RBP, ale také sportovně-kulturní akce Český běh žen, Rainbow Run, otevírání lázeňské sezóny v lázních Teplice nad Bečvou a další.

Velmi nás potěšil zájem o osvětově preventivní program kampaně, který zaznamenal ohlas i u mladých lidí. Tato zkušenost nás vedla k podpoře spolupráce s členkami lokálních pacientských organizací, které si nemocí samy prošly a následně předávají své zkušenosti, vyučují správnou techniku samovyšetření prsu, rozšiřují informovanost veřejnosti o možnostech prevence a v neposlední řadě přispívají svou činností ke zkvalitnění péče o onkologicky nemocné pacienty. Speciální stanoviště s empatickým týmem se stává nedílnou součástí Stanů zdraví RBP i Dnů zdraví, jež organizujeme v partnerských zaměstnaneckých organizacích v rámci projektu Zdravý podnik RBP.



Ročně je v České republice zjištěno asi 6 tisíc nových případů hlavně u žen mezi 50. a 60. rokem života. Žena si obvykle nahmatá tuhou bulku v prsu, která nebývá bolestivá. Při těchto nádorech se mohou také objevit změny tvaru prsu, vtažení bradavky nebo výtoky z bradavky. Přítomnost bulky v podpaží pak již velmi často naznačuje přítomnost nádorových metastáz v mízních uzlinách. Proto by si každá žena měla jednou měsíčně po menstruaci provést samovyšetření prsu.

Rizikovými faktory jsou rodinná dispozice, časná menstruace před 12. rokem života a pozdní menopauza, užívání estrogenů v klimakteriu, ženy prvoroďičky po třicátém roce života, kouření, alkohol a obezita.

Základní léčebnou metodou je operace, dále se používá chemoterapie, radioterapie a někdy i biologická a hormonální léčba.

V rámci screeningu rakoviny prsu má žena od 45 let každé dva roky nárok na bezplatné vyšetření prsu - mamografii. U mladších či rizikových pacientek se pak doporučuje vyšetření prsu ultrazvukem.

nádor prsu
je nejčastějším
zhoubným
nádorovým
onemocněním
u žen

Mé zkušenosti ze spolupráce s RBP

Jmenuji se Kateřina Pintérová a jsem předsedkyní ostravské organizace onkologických pacientek ONKO AMAZONKY, která již téměř 30 let sdružuje ženy-pacientky po prodělaném onkologickém onemocnění, v drtivé většině se jedná právě o rakovinu prsu. Naším posláním není jen snaha o zlepšení psychického stavu žen, pro které pořádáme rekondiční pobyty, cvičení a různé přednášky, ale i osvětová činnost, kdy širokou veřejnost seznamujeme s touto problematikou. Prostřednictvím edukace samovyšetření pak apelujeme na ženy, aby pečovaly o své zdraví a nezapomínaly jednou za dva roky absolvovat mamografický screening. Na základě svého osobního příběhu ženám ukazují, že i s touto diagnózou se dá žít aktivní a šťastný život. Proto, aby mohly nemoc překonat, je nejdůležitější, aby byl nádor zachycen včas.

Problematické této nemoci se jako laik věnuji přes dvacet let. Rakovinou prsu jsem onemocněla poměrně mladá, bylo mi 36 let. Bulku, která byla již dost velká, jsem si našla náhodou. V té době se o této problematice moc nemluvílo. Rakovina byla spíše tabu. Možná i proto jsem o samovyšetření nikdy neslyšela. Také panoval názor, že se toto onemocnění týká hlavně starších žen, takže jsem vlastně měla veliké štěstí. Ale na štěstí nelze spoléhat. Proto se snažím informovat ženy o důležitosti prevence. Přitom apeluji nejenom na zdravý životní styl, ale také na nutnost pečovat o své zdraví aktivně, tedy chodit na mamograf a pravidelně si jednou měsíčně prsa kontrolovat. Techniku samovyšetření zájemcům ukazuji na modelu prsou, na kterém si sami mohou simulované nádorky pro představu nahmatat. Abych mohla vše kvalifikovaně ukazovat, pravidelně se účastním školení u odborníků. Tak například v Praze nám o této problematice přednáší MUDr. Miroslava Skovajsová, Ph.D., primářka Mamma centra Háje, naše přední mamodiagnostička a předsedkyně Správní rady Aliance žen s rakovinou prsu, která zaštiťuje patientské organizace z celé republiky.

V loňském roce jsem byla požádána, abych spolupracovala s RBP na akcích Stany zdraví a Dny zdraví RBP, kde jsem mohla učit ženy samovyšetření prsu. Z této spolupráce



mám opravdu radost a velmi dobrý pocit. Edukací samovyšetření prsu se zabývám přes 20 let, ale nikdy se mi nedařilo oslovit tak široký okruh veřejnosti. Ženy reagují s velkým zájmem a velmi mě těší, že o této nemoci mají stále větší povědomí. Jen občas jim musím vyvracet mýty, které kolem rakoviny prsu panují. Například, že ji způsobuje také mamograf. Je to naprostý nesmysl. Oslovuji nejen ženy, ale také muže, kteří se o danou rakovinu prsu rovněž zajímají. A musím říci, že mě pánové mile překvapují. Naposledy v jedné strojírenské firmě, kde jsem měla svůj stánek. "Mám ženu a dvě dcery, chci o této nemoci něco vědět", řekl mi jeden z nich. Ostatně muži mají o ženská prsa veliký zájem. A je rovněž pravdou, že spousta nádorů objeví ženě její partner. Na druhou stranu, pro některé byla překvapivá informace, že rakovinou prsu mohou onemocnět i oni. Mezi diagnostikovanými nádory prsu tvoří muži asi 1%. Prostě i pánové se chovají zodpovědně. A to je dobře.

Kateřina Pintérová



Narodil se v Žilině, ale jako dítě vyrůstal v Rusku, ze kterého se společně s rodiči před zahájením školní docházky vrátil zpátky na Slovensko do Bánské Bystrice. Odtud v osmnácti zamířil do Martina studovat lékařskou fakultu a zůstal tam 13 let. Nicméně od roku 2005 je jeho druhým domovem Ostrava.

Když pomíneme Vaše příjmení a to, že Vás časopis Týden opakovaně zařadil mezi 111 nejvýznamnějších a nejvyhledávanějších lékařů v ČR, není tato stručná retrospektiva anamnézou Vašeho dnešního profesního působení - cestovat a pomáhat lidem?

Možná na tom něco bude. Po otci jsem z hasičské rodiny a po mamince ze železničářské rodiny. A železničáři mají ve vínku, že pořád někde jezdí a cestují. Ale vážně... To je náhoda. Bratr je kupříkladu mým přesným opakem. Je spíše konzervativní a moc necestuje. Já jsem naproti tomu od mala nejraději četl atlasy, cestopisy a mám nadstandardní znalosti z geografie. To mě vždy velmi fascinovalo a zůstalo mi to dodnes.

A co nakonec rozhodlo o tom, že jste vystudoval medicínu?

Lékařem jsem chtěl být od svých 11 let a přesně si pamatuji na ten okamžik, který o tom rozhodl. Viděl jsem dokumentární film o hladomoru ve východní Africe a hned jsem věděl, že budu doktorem a že budu jezdit pomáhat lidem. Od té doby uplynulo více než 35 let a mé povolání mě stále baví, uspokojuje a naplňuje pocitem, že jsem v maximální možné míře užitečný jiným lidem. Teď aktuálně tady v Evropě a Česku během pandemie, ale tento pocit mám i na misích v Africe. V průběhu let jsem zjistil, že hlavním problémem v chudých rozvojových zemích jsou infekční choroby a podvýživa. Proto jsem se profiloval tímto směrem a po absolvování lékařské fakulty jsem zůstal u pana profesora Straky, který byl velmi známým epidemiologem, sjezdil velký kus světa a osobně se podílel na vymýcení pravých neštovic. Mě totiž vždycky fascinovala terénní medicína. Takže jsem spojil klinickou medicínu s preventivní a toho se stále držím. Když jsme na misích tak léčíme a současně působíme preventivně.

Procestoval jste 90 zemí. Nebojíte se o svoje zdraví a o zdraví svých blízkých, že je díky svojí profesi můžete nakazit?

To je opravdu velmi zajímavá otázka. Nejenom, že jezdíme do chudých rozvojových zemí, ale často si půjčujeme terénní auta a jezdíme po prašných cestách do velmi odlehlých oblastí, kde před námi tamní domorodci často bělocha nikdy ani neviděli. Ti lidé dokonce ani netuší, jak se nemoci vlastně přenášejí. Když jim například řekneme, aby zakašali, tak oni na nás

vybavenou cestovní lékárníčku, aby nemusel vyhledávat místní zdravotní pomoc. Ta může být v některých méně rozvinutých zemích dokonce rizikem.

O očkování se v poslední době veřejně diskutuje velmi často. Zda má být opět povinné, či nikoliv. Zda může některým lidem ublížit, zda jsou na trhu kvalitní vakcíny, zda očkovat malé děti... Jaký je Váš názor?

Teď se lehce dotknu stávající pandemie. Během ní se jasně proká-

doc. MUDr. RASTISLAV MAĐAR, Ph.D., MBA, FRCPS.



skutečně zakašlou úplně napřímo bez ruky před ústy. Když se pak vrátím domů, moje manželka samozřejmě vnímá, že máme poměrně malé dítě, takže moje dekontaminace začne probíhat už v garáži. Tam zůstanou dočasně všechny moje věci včetně oblečení v karanténě. Manželka se samozřejmě na mě spoléhá, že ty nemoci znám a že vím, jak se proti nim chránit. Prevence je důležitá. Nejenom s ohledem vůči mojí rodině, ale i vůči dalšímu okolí. Vůči studentům, kolegům a pacientům, protože po návratu z mise nemůžu zůstat v karanténě, ale standardně nastupuji do práce.

Co byste poradil našim pojištěncům, jak a proč si mají chránit svoje zdraví na cestách?

Základem je očkování, ochrana před bodavým hmyzem a prevence průjmů. A když už cestovatel náhodou nějakým zdravotním potížením nezabrání, měl by mít dobře

zalo, jak je důležité mít včasnou, specifickou a cílenou ochranu proti nějakému patogenu. My vakcinologové víme, jak přísné nároky jsou na vakcíny kladeny. Jeden příklad za všechny. Zatímco lék Remdesivir se podává extrémně těžce nemocným pacientům a tolerujeme u něho i nějaké nežádoucí účinky, u vakcín, které se aplikují zdravým lidem, to neplatí. Osobně jsem odpůrcem zásadního urychlování vývoje očkovacích látek, i když může jejich klinické testování trvat i 20 let. Je to extrémně náročný a přísný proces, který stojí i víc než 1 miliardu dolarů. Když už taková vakcína získá registraci, musí splňovat vysoké nároky na bezpečnost a účinnost. Ale hlavně, vakcíny se vyvíjejí proti konkrétním patogenům, které jsou velmi závažným problémem. Nikdo by přeci neinvestoval miliardu do něčeho, co je banalita. Většina vakcín je neživá, a to co se velmi často říká, že zatěžují náš imunitní systém, a slyšíme to bohužel někdy i od léka-

řů, je až nesmyslné. Náš imunitní systém (včetně malého miminka) je za první rok života kolonizován 1 milionem antigenů. Od narození se s velkým množstvím antigenů setkáváme neustále. Celé pravidelné očkování dětské populace jich přitom má jenom pár desítek. Takže říkat, že zdravému dítěti nedají dvě vakcíny, aby jim nezatěžovaly imunitní systém, není vůbec opodstatněná obava. To je jako kdybychom říkali, že nepůjdeme plavat do moře, protože vodu znečišťují dvě zrníčka písku.

V tomto kontextu ještě jeden konkrétní příklad. Česká republika patří k zemím s nejmenším procentem preventivního očkování proti chřipce v EU. Přitom každoročně u nás chřipkou onemocní statisíce lidí. V roce 2019 dokonce podle informací Státního zdravotního ústavu 1 500 Čechů zemřelo. To jsou přece v porovnání s aktuální statistikou koronaviru podstatně horší bilance a důsledky?

Úmrtnost na chřipku má 2 aspekty. Jednak to byly přímé oběti (těch jsou desítky až stovky) a ty zbylé jsou nepřímé, kterým chřipka dekompenzovala jejich už existující onemocnění třeba srdce, dýchacích cest, ledvin nebo něčeho jiného - diabetu. Jejich stav se už nepodařilo stabilizovat a nakonec je to v konečném důsledku stálo život.

Ale v kontextu s chřipkou jedna moje zkušenost z praxe. Do naší ordinace cestovní medicíny často dorazí cestovatel, který nemá nic proti očkování jako takovému. Jede

do Asie a nechá si zaočkovat břišní tyfus, vzteklinu, cholera. Protože letí třeba v lednu, tak ho rovněž upozorníme, že v letadle bude spousta lidí a někteří z nich mohou mít chřipku, která se na palubě šíří velmi lehce. Víte jaké je nejčastější reakce? Chřipku - tu rozhodně nechci! Tomu opravdu nerozumím. Tento člověk si nechá píchnout vakcíny proti exotickým nemocem, s tím nemá problém, ale vůči chřipce je zaujatý tak, že se naočkovat nenechá. Přitom paradoxně právě chřipka může být na jeho cestě podstatně větším rizikem, než vzteklinu nebo cholera. Myslím si, že hlavním problémem jsou různé fámy, které kolují a lidé jim uvěří. A dalším problémem je i velmi nízká proočkovanost zdravotníků. Jaká může být reakce běžného člověka třeba na zdravotní sestřičku, která je zásadně proti očkování, přestože pro to nemá žádné odborné argumenty? Už jenom tím, že je "zdravotník", tak má určitou odbornou autoritu vůči laické populaci. Pacienti se jí zeptají, ona jim odpoví, že se očkovat nenechá a tím to končí. Přitom nejenom pacienti mohou nakazit zdravotníky, ale platí to samozřejmě i naopak.

Mimochodem Vy a Vaše rodina se proti chřipce očkujete?

Každoročně. Dokonce můj syn Dominik se očkování proti chřipce sám dožaduje a vždy, když začíná podzimní sezona se ptá, kdy bude naočkován. Takže jednoznačně ano. Je to ochrana nejenom mé rodiny, ale i mých pacientů, studentů, kolegů a беру to jako projev své

zodpovědnosti vůči nim. Dokonce v našich centrech očkování a cestovní medicíny to mají sestřičky i lékaři - všichni, kteří přicházejí do kontaktu s pacientem - povinné. Jednak nechceme nakazit pacienty, ale rovněž tím předcházíme tomu, aby nám onemocněli zaměstnanci a zůstávali doma. V neposlední řadě pak chceme být pro ostatní i příkladem.

Jste velmi uznávaným specialistou v oboru epidemiologie, prevence a kontroly infekčních nemocí cestovní a tropické medicíny. Z Vašeho pohledu, co je pro svět (ČR nevyjímaje) v současnosti z lékařského ale i humanitárního hlediska opravdu velkým problémem, na který bychom se měli zaměřit?

To je těžká otázka. Svět, i když je globalizovaný, ještě stále dost vychází ze svých zažitých stereotypů. Stále je ve velké části světa nevzdělanost, která vychází z pověr a ty mohou být škodlivé a lidem ubližovat. Vyspělý svět má samozřejmě problémy jiného druhu. Povrchnost, absence kritického myšlení, ale i rychlost a psychická náročnost dnešní doby přelívá mnoho negativních pocitů na sociální sítě. I ti největší introverti, kteří se při osobním setkání dívají do země, najednou dokáží být na sociálních sítích velmi produktivní. Naakumulovaná frustrace a zloba vytváří zdání, že je naše společnost horší, než ve skutečnosti je. Vznikají obavy, že jakési negativno doutná pod povrchem a pak se může uvolnit jako naakumulovaný hněv v projevu agrese. Koneckonců už teď vidíme, kolik verbální agrese přináší koronavirus. Dokonce i vůči zdravotníkům nebo pacientům, když se potvrdilo, že jsou pozitivní. Jejich známí z vesnice jim najednou začali psát, že si zaslouží smrt a podobně. Sociální sítě umí lidi zmanipulovat skutečně tak, že i ti, kteří se znají skutečně dlouhou dobu, jsou najednou schopni jít proti sobě až na dřev a to si myslím, že je velké nebezpečí. Nemluvě o tom, že přinášejí nedůvěru vůči autoritám. Nejenom v medicíně, ale obecně. Do ordinace klidně přijde jedenadvacetiletá slečna, která si něco přečetla na Facebooku a s laickým klidem oponuje dětské lékařce s pětatřicetiletou praxí, která chce pro to její dítě jen to nejlepší. Tato slečna dá raději na anonymní sociální sítě,



nebo na někoho, kdo tam sice má jméno, ale možná vůbec neexistuje, nebo má úplně jinou specializaci. Přitom osobní zodpovědnost za danou věc mají rodič a konkrétní ošetřující lékař.

Jaký je Váš názor na telemedicínu? Dá se vůbec léčit prostřednictvím internetu, sociálních sítí, kamer...?

Telemedicína může fungovat jako určitý filtr, ale lidský faktor bude vždy tím klíčovým. My všichni, kteří tohle povolání děláme víme, že ne všechno je závažné. Některé stavy pacient v daném období prostě má pravidelně a jsou očekávatelné, protože je třeba alergik. Nebo potřebuje jenom rutinní pohovor, protože má nastavenou dlouhodobou léčbu. Jednou za tři měsíce si tak jeho lékař zkontroluje, jak se mu daří nebo jaké má hodnoty tlaku, které si sám měří doma a podobně. Ale to všechno se dá udělat vzdáleně bez toho, aby si ten člověk šel sednout do čekárny, kde nejspíš zbytečně dlouho čeká a navíc se ještě může nakazit od jiných pacientů, protože ne všichni jsou zodpovědní. Známe případy, kdy v čekárně seděli i lidé se spalničkami.

Nemálo lékařů primární péče patří mezi starší věkové ročníky a v době pandemie se velmi rychle adaptovali na nutnost vzdáleného přístupu. Proto jsem přesvědčen o tom, že bychom od této zkušenosti již neměli udělat krok zpět. Jenom si vzpomeňme, jaké vášně vzbuzovali e-recept a e-neschopenka a jak se nám během pandemie hodily. Je to opravdu jenom určitý blok. Cokoliv co funguje neradi měníme a než si na to zvykneme, považujeme to za nepohodlné. Nakonec se ale může

ukázat, že je to změna k lepšímu. Začalo fungovat objednávání pacientů na konkrétní dobu. My to třeba používáme už 11 let, ale někteří kolegové tvrdili, že to u nich nejde. A ono to najednou jde a osvědčilo se to. Ale abych se vrátil k otázce. Telemedicína - rozhodně ano, ale byl bych nerad, aby se jí někdo bál. Telemedicína není nástrojem k tomu, aby se obcházel lékař. To se nikdy nesmí stát a nikdo si to ani nevezme na triko.

Od roku 2017 vedete Ústav epidemiologie a ochrany veřejného zdraví Lékařské fakulty Ostravské univerzity. Je to ten hlavní důvod, proč se Vaším druhým domovem stala právě Ostrava a Moravskoslezský kraj?

Hlavním důvodem je moje manželka. Už před 21 lety jsem si vzal slečnu z Orlové. Pak jsme spolu žili krátkou dobu v Martině, kde jsem pracoval, ale nakonec jsme se přestěhovali do Ostravy, i když jsem na Slovensko do Martina stále nějakou dobu dojížděl. Lékařská fakulta, která v té době ještě nebyla "lékařskou", mi pak nabídla místo v Ústavu epidemiologie a ochrany veřejného zdraví, protože měli zájem o perspektivního docenta mladého věku. Akademické prostředí jsem ale následně po mnoha letech na nějakou dobu opustil a věnoval se poměrně unikátnímu projektu (možná i v rámci celé střední Evropy), kdy jsme doslova na zelené louce postupně vybudovali síť center cestovní medicíny a očkování, kterou dnes využívají desítky tisíc pacientů ročně. S odstupem času tento projekt považuji za velmi úspěšný a není proto divu, že je to takové moje



druhé dítě, na které jsem patřičně hrdý. Když se jednotlivá centra stabilizovala, v září roku 2017 jsem se vrátil vést Ústav epidemiologie a ochrany veřejného zdraví Lékařské fakulty Ostravské univerzity. Od té doby se toho ale na fakultě stalo tolik, že by se o tom dala natočit snad i nějaká telenovela. Velmi mě mrzí, že se zpochybňuje kvalita lékařské fakulty v Ostravě. Přitom je tady spousta šikovných a schopných lidí a výuka na špičkové úrovni. Proto si vážím toho, že celá řada organizací a subjektů, mezi které patří i RBP, vyjádřila LF OU veřejnou podporu a vyslovila se pro její zachování.

Na závěr našeho rozhovoru mi dovoluete, abych Vám za zdravotní pojišťovnu RBP a naše pojištěnce za všechno poděkoval a popřál Vám mnoho dalších osobních i profesních úspěchů.

Ivo Čelechovský
tiskový mluvčí RBP

UDRŽET LÉKAŘSKOU FAKULTU V OSTRAVĚ JE KLÍČOVÉ

Zdravotní pojišťovna RBP podpořila společně s krajem, městem, Ostravskou univerzitou, nemocnicemi a dalšími zdravotními pojišťovnami její zachování.



Rada Národního akreditačního úřadu pro vysoké školství na počátku července 2020 na svém mimořádném zasedání rozhodla, že Lékařská fakulta Ostravské univerzity nebude moci přijímat nové studenty do magisterského programu všeobecného lékařství. Důvodem je její nedostatečné personální obsazení. Stávající studenti nicméně mohou pokračovat ve studiu na základě dosavadní akreditace, která je platná do 31. prosince 2024. Rektor univerzity Jan Lata uvedl, že škola sama žádost stáhla.

Nezískání nové akreditace ale neznamená, že fakulta automaticky zanikne. O novou akreditaci si může opětovně zažádat, nejdříve však za dva roky. >>>>



Ve společném **"Prohlášení na podporu akreditace studijního oboru Všeobecné lékařství na Lékařské fakultě Ostravské univerzity (LF OU)"**, které všechny zúčastněné strany podepsaly 24. června 2020, se mimo jiné uvádí:

"LF OU po úvodních letech, strávených řešení praktických problémů, prokazuje v posledních letech svůj zrychlující se vývoj na poli rostoucí kvalifikace vyučujících i kvality vědecké činnosti. Položení kvalitních základů se tak může osvědčit teprve v delším než desetiletém časovém období, neboť se opírá o multiplikační efekt. V současné době mají zdravotničtí zaměstnavatelé i pacienti v regionu zkušenost s několika ročníky absolventů LF OU. Jejich příprava se zakládá na praktické a individualizované formě výuky, která zaručuje srovnatelnou kvalitu promoujících lékařů s ostatními lékařskými fakultami v ČR. Současně jsme na základě dosavadních zkušeností i předložených informací přesvědčeni, že personální nedostatky je LF OU v horizontu několika let schopna vypořádat."

LF OU vznikla před deseti lety, během kterých úspěšně ukončilo studium 3323 absolventů, včetně 282 lékařů. Podle posledního průzkumu zůstává 80 procent absolventů oboru Všeobecné lékařství v Moravskoslezském kraji. Do vzniku a rozvoje fakulty se za posledních 10 let investovalo zhruba 642 milionů korun. Převážně šlo o investice z Evropských fondů. Jedním z nejvýznamnějších současných projektů je stavba nového simulačního centra, které vznikne v místě bývalé budovy děkanátu. Nová cvičná nemocnice bude sloužit mladým medikům, studentům postgraduálních oborů i studentům ostatních zdravotnických oborů. Její výstavba bude stát téměř čtvrt miliardy korun.

ROADSHOW „TĚHUDAY - JSEM V TOM S 213“ BUDE FESTIVALEM O TĚHOTENSTVÍ, PORODU A RODIČOVSTVÍ

Zdravotní pojišťovna RBP se stala v letošním roce generálním partnerem roadshow **TěhuDay - Jsem v tom s 213**. Jedinečný festival o těhotenství, porodu a rodičovství se tematicky zaměřuje na oslovení široké skupiny těhotných žen, mladých maminek a jejich partnerů s programem zaměřeným na osvětu, zprostředkování moderních poznatků a přístupů z oblasti gynekologie, porodnictví a podporu zdravého životního stylu nejenom v období mateřství.

"Snažíme se těhulkám nabídnout něco nového, dát prostor inovativním pohledům na tradiční přístupy a diskutovat na aktuální témata a otázky, aby si těhotné ženy a maminky mohly odnést praktické rady, tipy, nápady, inspirace i konkrétní výrobky prověřené týmem odborníků v oblasti gynekologie, porodu a těhotenství," uvedla Gabriela Kotová, organizátorka roadshow TěhuDay.

Atraktivitu projektu podpoří tým spolupracujících porodních asistentek, dul, zdravotních sester, fyzioterapeutů, přednášejících lékařů a dalších zdravotnických subjektů, který poskytne všem zájemcům a návštěvníkům odborné konzultace, přednášky i workshopy. Roadshow TěhuDay bude doprovázet a moderovat MUDr. Soňa Šuláková, vedoucí lékařka oddělení neonatologie a pediatrie Fakultní nemocnice Olomouc, která účastníkům akce nabídne možnost diskuse s přednášejícími odborníky i zodpovězení dotazů zástupci partnerských organizací projektu.

V rámci doprovodného programu RBP budou připraveny zóny zdraví s kontrolním měřením fyzického zdraví, poradenství v oblasti zdravého stravování těhotných, kojících žen a malých dětí a rovněž edukace a nácvik první pomoci u dětí.



Zastávky roadshow

20. srpen	Ostrava	OC FUTURUM
24. září	Opava	OC BREDA & WEINSTEIN
15. říjen	Olomouc	OC ŠANTOVKA
12. listopad	Zlín	OC CENTRO ZLÍN
10. prosinec	Brno	AVION SHOPING PARK



Prezentační i programová část workshopů bude probíhat vždy od 10.00 do 18.00 hodin.

Vstup pro veřejnost ZDARMA.

Po celou dobu konání roadshow budou probíhat na Facebooku a Instagramu TěhuDay a RBP soutěže o atraktivní ceny! Podrobné informace a program přednášek naleznete na www.tehuday.cz.



www.tehuday.cz

#jsemvtoms213  



Facebook a Instagram RBP má 15 tisíc sledujících...

Proč má RBP Facebook a Instagram?

Aby se veškeré důležité informace dostaly nejen k návštěvníkům našich webových stránek, ale také do povědomí široké veřejnosti, která je v dnešní době aktivní především na sociálních sítích.

Co je na sociálních sítích RBP jinak než na webu?

Pro sociální sítě vybíráme nejatraktivnější a nejdůležitější informace, abyste nemuseli ztrácet čas vyhledáváním, protože...

- **ne každý ví, které příspěvky může čerpat**, proto samostatně prezentujeme celou naši nabídku bonusů a příspěvků - pro maminky, pro těhotné ženy, pro děti a mládež, muže a ženy a seniory od 60 let
- **fungujeme jako online pobočka, ptejte se nač potřebujete!**
- **díky sledování našeho FB a IG ušetříte**, protože Vás pravidelně upozorňujeme na speciální časově limitované bonusy a akce
- **získáváte důležité provozní informace**, jako například o uzavření poboček a fungování RBP v období Covid-19...
- **soutěžíme ve velkém!** Letos jsme již soutěžili o výhry za více než 35 tisíc korun, permanentky na sdílená kola, vouchery do lékárny, permanentky do Zoo a mnoho dalšího... [stačí nás sledovat!](#)

Dobré ráno s RBP

Exkluzivně pro Vás na Facebooku RBP každý pátek od 9:00 do 12:00 připravujeme online diskuzní fórum s odborníky nebo cvičení s renomovanými trenéry. Odborníky i témata si vybíráte sami!

Jaké odborníky jsme již pro Vás oslovili?

Nutriční poradkyni, lékařku z očkovacího centra Avenier, dermatologa, ale také trenérku, se kterou jste měli možnost procvičit si v rámci živých vysílání různé tělesné partie a v neposlední řadě i porodní asistentku, která si připravila speciálně pro budoucí maminky cvičení pro těhotné ženy v pohodlí jejich domova.

Sledujte náš Facebook a Instagram, těšíme se na Vás!



Noví partneři programu premium 213



D-SPORT

BODYBODY Fitness

Centrum JOJOPARK

PROFIMED

ClineX

FAVEA Plus

Léčebné lázně Kynžvart

Sedm výše uvedených společností rozšířilo řady našich partnerů a nabídku svých služeb a produktů připojilo k již existující rozsáhlé nabídce společností Gemini oční optika, Leros, Semix, Walmark, Lékárna AVE, STOB CZ, detskeboty.cz, SILVER+, FyziRelaxCentrum, Wellness hotel Máj Piešťany o nové produkty a služby a zvýšili celkový počet partnerů RBP na 17.

Program PREMIUM 213 přináší klientům RBP speciální bonusy a slevy, které získají u vybraných smluvních partnerů, tradičních a osvědčených společností poskytujících značkové výrobky a služby.

Exkluzivní slevy platí na potravinové doplňky, dentální hygienu, dioptrické obruby a sluneční brýle, sportovní potřeby, zdravou dětskou obuv, antibakteriální prádla, relaxační pobyty a služby. Stačí předložit platný průkaz pojištění RBP v kamenné prodejně nebo zadat speciální kód před ukončením nákupu na e-shopu prémiového partnera.

**Podpořte svou imunitu a zdravý životní styl
a využijte výhodné slevy našich prémiových
partnerů i Vy!**

křížovka o ceny

Tajenku křížovky nám zašlete nejpozději do **26. února 2021** na e-mailovou adresu: rbp@rbp-zp.cz. Dvěma vylosovaným luštitelům zašleme box čtyř DVD **To nejlepší z Agathy Christie** a dalším dvěma výhercům dárkový balíček RBP.

S RBP, zdravotní pojišťovnou... pokračování v tajence

213 RBP	KRAJSKÝ SYMFONIC. ORCHESTR (zkratka)	2. DÍL TAJENKY	SPRAVNÍ JEDNOTKY	UMĚLECKÉ DÍLKO		TLOUCŤ	AČKOLI	1. DÍL TAJENKY	PŘESNĚ	213 RBP	JUVIOVÉ OŘECHY	UZLOVÝ TELEFONNÍ OBLVOD (zkratka)	NUŽE	4. DÍL TAJENKY	SPOLUZA- KLADATEL SOKOLA
NĚKDO (knižně)				ZBABĚLEC LEONA (domácky)						BOD					
SOKOLÍK										KORÁLOVÉ OSTROVY HRDINA					
OMOKŘIT DEŠTĚM							FILMOVÝ MSTITEL ROCKOVÁ KAPELA						IR (sloven.) VESNICKÝ BOHÁČ		
213 RBP	VODNÍ TOK OBEČ NA BLA- NENSKU						ASIJSKÁ ZEMĚ BYT TOTÁL. NASAZEN					CITOSLOV. PLAŠENÍ TKANINA			
KUCHYŇ- SKÁ NÁDOBA				NÁPLŇ DO CIGARET KRÁTKÉ SPOJENÍ							ZÁV. NA VÝ- ROBU KOVŮ ZASCHLÁ RANA				K ČEMU
PLOŠNÉ MÍRY				KLOVAT FAČ						PŘIJÍMACÍ MÍSTNOST MOZOL					
KREVŇI OBRAZ (zkratka)			OKTAVIÁN (domácky) AUTOMOBIL PRAGA RN						INTOXI- KACE POLSKÉ MĚSTO						
VZÍT								STRAKATÝ ŽIVOČICH HMYZO- ŽRAVEC							
VY- TRHNOUT							HOJIVÉ PLETIVO NĚMECKY „KOMETA“							INIC. ZPĚV. PILAROVÉ FRANCOUZ. HEREC	
213 RBP	ZN. ŠPANĚL. AUT ÚZEMÍ NA BALKÁNĚ					KRKONOŠ. NÁR. PARK POLÁK (zastarale)							SPODKY NÁDOB ČESKÝ ASTRONOM		
ZAKLADA- TEL AUTOMO- BILKY				ŘÍČKA VYSOKÝ STROM							AMERICKÝ HEREC (Gregory) USTÝLAT				
SYME- TRÁLA				TOMÁŠ (domácky) POBÍHAT						PODSVINČE CHEMICKÝ PRVEK (Se)					NAPADAT
SVĚTOVÝ POHAR			KAMARÁD BOLKA JM. ZPĚVAČ. JANŮ						SLOKA LVIDĚT (knižně)						
NEVYDÁVAT SLABĚ ZVUKY (o kuřátech)								STÁVAT SE ZELENÝM 3. DÍL TAJENKY							
ROZPOUŠ- TĚDLO							HNISAVÁ RANA DOMÁCKY PAMELA							POPĚVEK TÝKAJÍCÍ SE NOT	
213 RBP	EVROPAN Z ŘÍMA ZÁVAZNĚ PRAVIDLO					MNOŽSTVÍ NÁŠ BYVALÝ PREZIDENT							ŠTORCHŮV HRDINA VOJENSKÝ POVEL		
ČÁST CHODIDLA				PATŘÍČÍ HANĚ DAV							AFRICKÁ POLOOPIČE HESLA				
DOMÁCKÉ JMÉNO OLGY				VYHYNULÉ ZVÍŘE ZN. KANČ. POTŘEB						POHNUTKA VRCHOL HORY					
ZNAČKA RADONU			TURECKÝ ČETNIK TOHLE						POKLID INICIÁLY ZPĚVAČKY ROTTROVÉ						
ŽÍTI SI DOBRĚ							VYDAT (sérii známek)								
TRHAVINA							MRKAJÍCÍ								POMŮČKA: KALUS, POTO, MAKOV, SANOK, PEREK.



**CESTOVNÍ
POJIŠTĚNÍ**

Aby vám z dovolené zůstaly pouze hezké vzpomínky



Speciálně zvýhodněná nabídka pro klienty RBP, zdravotní pojišťovny

Na cestách vás může překvapit ledacos – onemocnění, úraz, ztráta zavazadla nebo neúmyslné způsobení škody třetí osobě. Proto je tu cestovní pojištění Generali České pojišťovny, se kterým si na cesty berete klid a pohodu. Cestovní pojištění můžete osobně sjednat na všech pracovištích RBP, zdravotní pojišťovny, nebo online prostřednictvím webu www.rbp213.cz. Zde nebo na bezplatné infolince 800 213 213 jsou také k dispozici podrobné sazebníky a všeobecné pojistné podmínky cestovního pojištění.

**213
RBP**
zdravotní pojišťovna

www.rbp213.cz
bezplatná
infolinka
800 213 213



**GENERALI
ČESKÁ POJIŠŤOVNA**