

Palačinky z červené řepy i pečená mrkev Nemocnice učila, jak na zdravý jídelníček

Jak si připravit zdravý talíř a jaké jsou největší omyly a mýty ve stravování, to se od nutričních terapeutek z Oddělení léčebné výživy mohli zájemci dozvědět v rámci osvětové akce k Svě-

tovému dni výživy. **Bezplatného odborného poradenství využilo na 60 lidí.**

Velmi chutná palačinka z červené řepy s křenovou náplní, zapečená míchaná vajíčka se špenátem nebo třeba delikát-

ní pečená mrkev či čerstvé zeleninové kanapky nabitě vitamíny. To vše mohli ochutnat zájemci, kteří si k nám 16. října dopoledne přišli v rámci edukační akce s názvem Naučte se správně stravovat vyslechnout prezentaci o složení potravin a zásadách správného stravování. Malou ochutnávku zdravého jídelníčku neodmítly ve vestibulu u bufetu v těsné blízkosti interního oddělení desítky lidí napříč generacemi. Tacy plně čerstvé zeleniny i pokrmů z ní připravených doplnily také propagační materiály a letáky. *Světový den výživy si 150 zemí světa připomíná od roku 1979.*



Poradna

Může být neschopenka vystavena i zpětně?

I když podle statistik většina pacientů čerpá při nemoci či hospitalizaci raději finančně výhodnější dovolenou nebo tzv. sick days nabízené některými zaměstnavateli, ne každý tuto možnost má. Jedinou variantou tak pro některé zůstává „neschopenka“. Pracovní neschopnost lze ovšem ošetřujícím lékařem vystavit v odůvodněných případech ze zákona také zpětně, a to maximálně 3 dny od zahájení nemoci. Je však nutný předchozí záznam v dokumentaci, resp. je nutné vše předem konzultovat s léka-

řem. Vystavení neschopenky zpětně je tak možné například v případech, že onemocníte v pátek, ale po telefonické konzultaci s ošetřujícím lékařem se k prohlídce dostavíte kvůli akutním obtížím až v pondělí. O neschopence je pacient povinen informovat svého zaměstnavatele bez zbytečných průtahů, neoficiálně se uvádí 3denní lhůta. Nejjistější je v těchto případech zaslání e-mailu s potvrzením o přijetí zprávy, aby bylo ohlášení neschopnosti průkazné.

*Mgr. Naděžda Kwašniewská,
náměstkyně pro ošetrovatelskou péči*

V kampani 450 ml Naděje pomohlo nemocnici 56 dárců krve

Druhý ročník celostátní kampaně 450 ml Naděje, zaměřené na získávání nových prvodárců pro potřeby transfuzních stanic nemocnic po celé republice, přilákal v Hodoníně 21. října celkem 56 dárců. Úžasný pocit z pomoci pacientům na operačních sálech i dalších odděleních naší nemocnice si z Pracoviště hematologie a transfúzní služby odneslo hned 17 prvodárců. Pět

dárců se nově zapsalo také do Registru dárců kostní dřeně.

„Je to výborné, jen letos evidujeme již 187 nových prvodárců, takže se nám stárnoucí základna úspěšně obnovuje,“ zhodnotila další úspěšný nábor dárců krve náměstkyně pro zdravotní péči a vedoucí lékařka Pracoviště hematologie a transfúzní služby prim. MUDr. Věra Dostálová.

Nemocniční pelmel:

- Vážení pacienti, upozorňujeme, že od 1. 1. 2020 začne v NTGM platit elektronická neschopenka.
- Gynekologická ambulance pod vedením prim. MUDr. Michala Kopeckého přijímá nové pacientky. Ordinační doba je od pondělí do pátku od 8. do 14.30 hodin. Tel.: 518 306 180. www.nemho.cz/ gynekologie-ambulance.
- Informace pro dárcе krve: Poslední bezplatné odběry krve v letošním roce se uskuteční 16. a 17. prosince, první odběry v roce 2020 budou 6. a 7. ledna. Děkujeme všem, kteří v letošním roce bezplatně darovali krev pro potřeby naší nemocnice.

*Za NTGM stranu připravila
Bc. Hana Raiskubová*

Zveme vás:

4. 12. Mobilní sanitka – bezplatné testování krve na HIV infekci, hlavní světelná křižovatka v Hodoníně od 14. do 17. hodin.