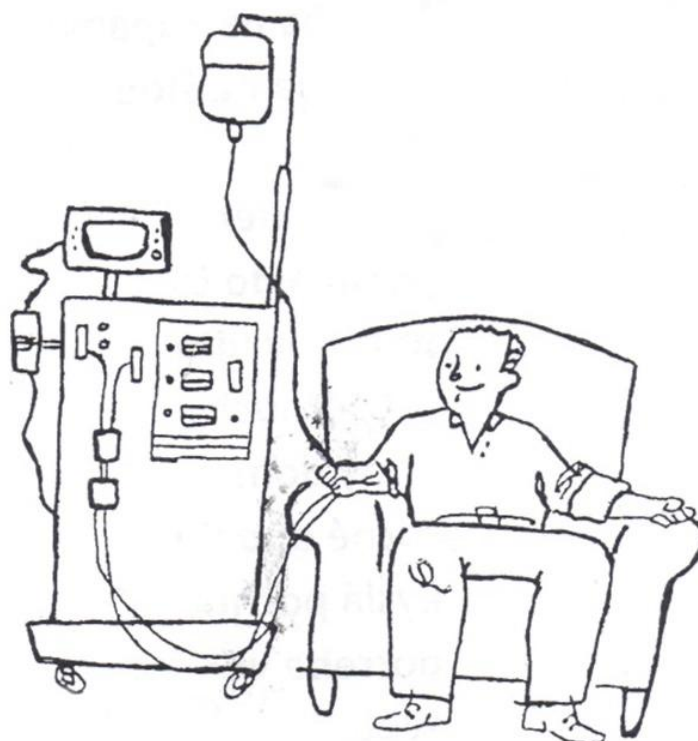


HALÓ

1



Február 2012



PRÍSPEVOK PANI PRIMÁRKY

Každý desiaty človek na svete trpí určitou formou ochorenia obličiek. Mnohí z nich po zlyhaní funkcie obličiek končia na dialýze, sú transplantovaní. Aj pri tomto osude sa dá žiť plnohodnotný rodinný, pracovný a spoločenský život. Obmedzenia spojené s dialýzou sa stávajú súčasťou vášho života a mali by ste sa naučiť s nimi žiť.

Dialýza je súčasťou vášho života, no nemala by vás úplne pohltiť. Nesmiete sa jej poddať a byť apatický. Podobný osud ako vy majú aj iní pacienti na dialýze. Nezabúdajte na vzájomnú toleranciu, ústretovosť a priateľskosť v priestoroch dialýzy i mimo nej. Vytvorte jednu veľkú rodinu ľudí so spoločným osudom, aby ste ho ľahšie dokázali zniesť.

MUDr. Dagmar Mogrovičová

Fresenius Medical Care Slovensko, spol. s r.o.

Vážení pacienti.

Beriete do rúk občasník, ktorý by mal byť pre nás všetkých zdrojom informácií o živote na našej dialýze. Chceme, aby ste do neho prispievali svojimi podnetmi a názormi na zlepšenie kvality nášho života, aby ste sa pýtali na zdravotné problémy a všetko čo s tým súvisí. Radi by sme dostali do povedomia všetkých pacientov základné informácie o hygienických návykoch a starostlivosť o cievny prístup.

A hlavne nám všetkým ide o rovnakú vec, aby pobyt na dialýze bol čo naj príjemnejší, kultúrny a hlavne, aby sa niesol v priateľskej atmosfére.

Okienko hygieny

Pre udržanie dlhodobej funkčnosti AV fistuly je dôležité dodržiavať určité zásady správnej starostlivosti o fistulu a predchádzať tak vzniku možných komplikácií, ktoré by mohli funkčnosť ohroziť. Platí to ako zo strany pacienta, tak aj zo strany ošetrojúceho personálu. V deň zhotovenia fistuly alebo niekoľko dní predtým sa zvykne v prípadoch, ak pacient nemá kontraindikácie, začať tzv. antiagregačnú liečbu. Sú to lieky, ktoré znižujú zrážaciu schopnosť krvných doštičiek a tak bránia vzniku zrazeniny vo fistule a tým jej zániku. (Anopyrín, Ibustrin, Ticlid). Po zhotovení fistuly, pokiaľ ešte raná nie je zahojená, si pacient musí dávať pozor, aby si ranu neinfikoval nečistotou. Bezprostredne po operácii môže byť prítomný mierny opuch ruky. Postupujeme tak, že sa snažíme končatinu umiestňovať do zdvihnutej polohy a opuch ustúpi. Po zhojení rany a vybratí stehov sa môže proces zrenia fistuly urýchliť cvičením ruky. V praxi to znamená, že pacient opakovanú zatvára a otvára ruku alebo stláča gumovú resp. špongióvu loptičku. Takto cvičí naraz asi 2 minúty, ale cvik počas dňa mnohokrát opakuje.

Za účelom predchádzať riziku vzniku možných komplikácií /predovšetkým trombózy a infekcie fistuly/, je dôležité dodržiavať nasledujúce opatrenia aj v čase po zahájení dialyzačnej liečby:

- nenosiť na ruke s fistulou hodinky, ani košeľu s tesným rukávom
- nenosiť na ruke ťažšie predmety, ktoré by mohli stlačiť fistulu
- nemerať na ruke s fistulou krvný tlak
- nedávať si počas spánku ruku pod hlavu
- pravidelné sledovať pohmatom prítomnosť víru a posluškom - priložením ucha k fistule aj prítomnosť šelestu nad fistulou.

Pri akýchkoľvek zaznamenaných zmenách informovať ošetrojúci personál a lekára.

- dbať na správne užívanie liekov na tlak aj na správnu hydratáciu, aby sa zabránilo významnému poklesu tlaku, čo by mohlo viesť k trombóze fistuly
- umyť si pred dialýzou končatinu s fistulou tečúcou vodou a mydlom.

Podobne zo strany ošetrojúceho personálu je dôležité dodržiavať určité opatrenia, ako je správne vykonaná dezinfekcia pred napichnutím fistuly. Môže sa použiť zriedený roztok alkoholu, vtedy je dôležité zaviesť ihly do žily ešte pred zaschnutím roztoku, vzhľadom na jeho krátky bakteriostatický účinok. Naopak, pri použití jódoých preparátov na dosiahnutie plného účinku sa doporučuje počkať až do uschnutia náteru.

Dôležitá je aj správna technika napichávania ihiel a využívanie celej dostupnej časti fistuly s pravidelným striedaním vpichov. Umožníme tým lepšie zhojenie miest po predchádzajúcom umiestnení ihiel.

Starostlivosť o centrálny venózný katéter (CVK) v domácom prostredí

Pre dlhodobé udržanie funkčnosti katétra zavedeného do centrálného žilového systému je dôležitá edukácia pacienta a tiež podporných osôb žijúcich s ním v spoločnej domácnosti.

Dodržiavanie nasledovných opatrení

Fyzické šetrenie:

- nosenie čistého a vzdušného oblečenia
- zvýšená osobná hygiena - sprchovanie, nevhodné sú bazény a prírodné nádrže
- nemanipulovať s ostrými predmetmi v okolí CVK
- hlásenie zmien zdravotného stavu

Po ukončení dialýzy sestra za prísne sterilných podmienok CVK ošetrí podľa ošetrovateľského štandardu. Pacient doma s CVK nemanipuluje, no musí byť poučený o postupoch v akútnych situáciách. Najčastejšie komplikácie v domácom ošetrovaní CVK sú infekcie a trombózy CVK. Dôležitý faktor prevencie vzniku katéetrových infekcií je umývanie rúk.

Ošetrovanie CVK v domácom prostredí

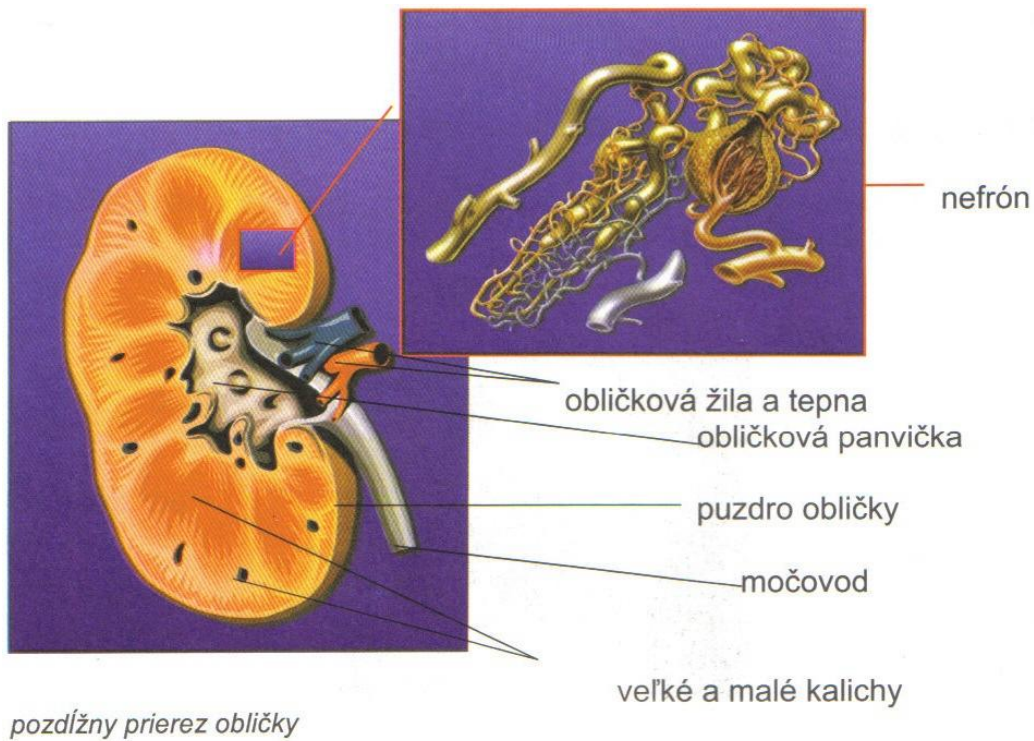
- pri sprchovaní použiť igelitový ochranný kryt
- pri znečistení, alebo odlepení sterilného krytia dôkladne si umyť ruky a sterilnými štvorcami ošetriť ústie CVK dezinfekčným roztokom a prelepiť sterilným kosmoporom
- pri presakovaní z ústia CVK neodlepovať, priložiť sterilné štvorce alebo tampóny, pritlačiť a vyhľadať lekárske ošetrovanie
- pri náhodnom povytiahnutí, prípadne vytiahnutí CVK za žiadnych okolností nezasúvať CVK späť, sterilne prekryť, vyhľadať lekárske ošetrovanie
- pri nalomenom lúmene CVK - presakovanie prekryť sterilnými štvorcami a zastaviť krvácanie tlakom na presakujúce miesto, vyhľadať lekárske ošetrovanie
- pri bolesti v exite CVK doma neodbaľovať, neošetrovať, vyhľadať lekárske ošetrovanie
- pri odtrhnutí šitia CVK vyhľadať lekárske ošetrovanie

Pomôcky pre domáce ošetrovanie CVK :

sterilné štvorce
dezinfekčný roztok
leukoplast

Čo by som mal vedieť o obličkách a o svojom ochorení ?

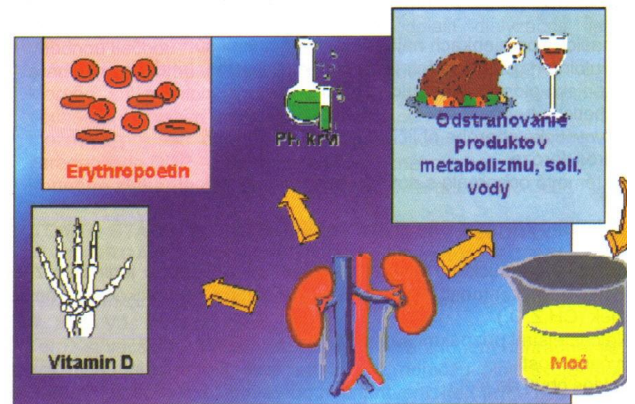
- ❖ obličky sú párovým orgánom, sú umiestnené po oboch stranách bedrovej chrbtice, každá váži približne 150 gramov



- ❖ nefrón je morfológickou a funkčnou jednotkou obličky, ktorá vykonáva niekoľko procesov, výsledkom ktorých je tvorba moču
- ❖ obe obličky sa skladajú približne z dvoch miliónov maličkých filtrov – glomerulov. Krv obsahujúca odpadové látky vstupuje do obličiek a prechádza týmto filtračným systémom.
- ❖ očistená krv sa vracia späť do krvného riečišťa a filtrát oddelený od krvi sa nazýva moč
- ❖ moč odteká močovodmi do rezervoáru - močového mechúra, kde sa hromadí a pri močení odchádza z tela von

hlavné funkcie obličiek sú :

- odstraňovanie odpadových látok
- kontrola celkového množstva tekutín v tele
- regulácia krvného tlaku
- prostredníctvom obličkami produkovaného hormónu - erythropoetínu - tvorba červených krviniek
- prostredníctvom hormónov - ovplyvňovanie metabolizmu kostí



- ❖ chronické zlyhanie obličiek je stav, keď je funkcia obličiek znížená do takej miery, že obličky nie sú schopné udržiavať primerané vnútorné prostredie ani za bazálnych podmienok (t.j. keď je človek v duševnej, fyzickej a telesnej pohode)
- ❖ najčastejšími príznakmi sú - vyčerpanosť, pokles chuti do jedla, nevoľnosť alebo vracanie, zmeny hmotnosti, znížené vylučovanie moču (množstvo moču za 24 hodín), opuchy nôh, sťažené dýchanie, závraty - väčšinou spôsobené chudokrvnosťou, krvácanie z rôznych miest: krvácanie z nosa, natrávená krv v stolici, vracanie krvi, krvácanie ďasien
- ❖ je to ochorenie, ktoré možno podľa štádia (resp. závažnosti ochorenia) liečiť:
 1. diétou a liekmi
 2. hemodialýzou - je to „mimotelové čistenie krvi“ pomocou prístroja „umelej obličky“ na hemodialyzačnom stredisku
 3. peritoneálnou dialýzou - je to liečba „vnútrotelová“, uskutočňovaná v brušnej dutine
 4. transplantáciou obličky - je to najlepší možný spôsob náhrady funkcie obličiek, prenos tkaniva (orgánu - obličky) z jedného organizmu (darcu) do druhého organizmu (príjemcu)



Ako prebieha dialýza?



- po príchode na dialýzu sa prezlečíte v šatni (do domáceho úboru, pyžama) a veci si uložíte do uzamykateľnej skrinky
- pred každou dialýzou sa podrobíte lekárskej vizite, sestra Vás odváži, odmeria tlak, pulz, telesnú teplotu, opýta sa na ťažkosti v období od predošlej dialýzy
- sestra Vám ukáže vašu posteľ, na ktorej budete počas dialýzy ležať a neskôr si možno už aj pospíte
- po dôkladnej dezinfekcii kože (fistuly) sestra vykoná dva vpichy do artério-venózneho fistuly. Prvým, tzv. arteriálnym vpichom sa odvádza krv do mimotelového obehu, kde sa v dialyzátore (filtrí) očistí od škodlivých látok a druhým, tzv. venóznym vpichom sa vráti späť do Vášho krvného obehu.
- v prípade ak máte zavedený katéter, sestra ho odbalí, sterilne ošetrí a napojí na dialyzačný set
- sestra bude v priebehu dialýzy pravidelne - každú hodinu - sledovať Váš krvný tlak, pulz, priebeh dialýzy na dialyzačnom monitore, bude sa Vás pýtať na ťažkosti, sledovať miesta vpichu a v prípade potreby zavolá lekára
- počas dialýzy môžete jesť, piť nealkoholické nápoje (naše dialyzačné stredisko Vám počas pobytu u nás poskytne ľahké občerstvenie)
- po uplynutí určenej doby dialýzy sestra dialýzu ukončí, vyberie z fistuly ihly a miesta vpichu pritlačí tampónom. Po zastavení krvácania sestra priloží na fistulu sterilné tampóny, obväz, ktorý si môžete po 6 hodinách dať dole
- ak máte zavedený katéter, sestra Vám ho na konci dialýzy sterilne prepláchnu, uzavrie, zabalí do sterilnej gázy a prilepí leukoplastom o kožu
- po skončení dialýzy Vám sestra zmeria krvný tlak, telesnú teplotu, pulz, hmotnosť

ak všetko prebehlo bez komplikácií, môžete sa prezliecť v šatni a počkať na príchod sanitky, event. môžete ísť domov sám

- je potrebné, aby ste ošetrojúcemu personálu nahlásili akúkoľvek zmenu, či už napr. zmenu Vášho telefónneho čísla, zmenu poisťovne, bydliska ...



Nebude sa krv v mimotelovom obehu

zrážať ?

- do Vášho krvného obehu sa pred zahájením dialýzy aplikuje protizrážanlivá látka - heparín, ktorá zabráni, aby sa Vaša krv v dialyzačnom sete zrážala (niekedy sa vykonáva bezheparínová dialýza, v prípade ťažkostí - krvácanie z vredu, po chirurgickom výkone, po vytiahnutí zuba ...)
- existuje viacero spôsobov aplikácie heparínu počas dialýzy, aj viacero preparátov (Heparín, nízkomolekulárny heparín - FRAXI PARÍ N, CLEXANE), spôsob heparinizácie určuje lekár
- predávkovanie heparínom sa prejaví predĺženým krvácaním z fistuly po ukončení dialýzy (alebo aj počas dialýzy), krvácaním z nosa, dutiny ústnej, tráviaceho traktu, z drobných poranení
- je nevyhnutné, aby ste upozornili ošetrojúci personál, ak idete na iné oddelenie (ambulanciu), že ste dialyzovaný pacient (napr. ak idete na extrakciu zuba či chirurgický zákrok)
- u žien môže byť problémom menštruačné krvácanie - krvné straty sa môžu zvýšiť - preto na prítomnosť menštruácie upozornite personál dialýzy ešte pred dialýzou

Zmení sa môj životný štýl po zaradení do dialyzačného programu ?

- síce choroba a dialyzačná liečba znamená ovplyvnenie životných návykov, môžete však dokončiť štúdium alebo aj začať pracovať
- nevhodná je však pre Vás práca telesne namáhavá, práca vonku, v nechránenom prostredí, vo vlhkom a studenom prostredí, v nočných smenách
- vhodná je práca v suchom a teplom prostredí, skôr sedavá, nie namáhavá

Telesné cvičenie...

- pravidelná telesná aktivita podporí u Vás nielen udržanie svalstva, trávenie a využitie živín, ale hlavne pocit pohody a telesnej výkonnosti
- vhodné sú menej náročné športy (stolný tenis, bedminton, minigolf, bicyklovanie, turistika)

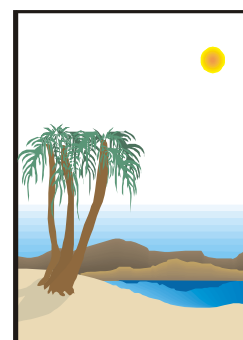


Spoločenský a kultúrny život...

- je v podstate neobmedzený a nemá sa prerušiť
- pri návšteve reštaurácie nezabudnite však na diétu (rôzne chuťovky obsahujú veľa draslíka a sodíka)

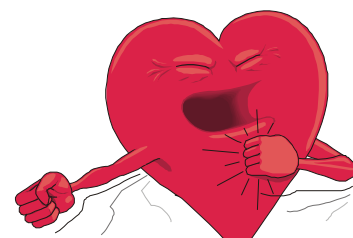
Cestovanie a dovolenka...

- nemusíte sa zriecť účasti na rodinných oslavách, víkendových pobytoch mimo domova, či kratšej dovolenky
- požiadajte však vopred Vášho lekára, aby Vám dohodol dovolenkovú dialýzu v dialyzačnom centre, ktoré je najbližšie miestu Vášho dovolenkového pobytu
- dávajte si pozor na stravovanie počas dovolenky
- cestovanie je pre Vás v podstate reálne, u citlivých pacientov však opatrnosť pri cestovaní lietadlom, porad' te sa s Vaším lekárom
- slnenie a opaľovanie je treba obmedziť, dráždi Vašu pokožku a podporuje u Vás svrbenie
- ak ste disciplinovaný pacient môžete riadiť osobné vozidlo, nutné je však si zvážiť svoje sily



Sexuálny život...

- u oboch pohlaví platí, že pohlavný život je možný



- pri dostatočnom vzájomnom porozumení sa partneri nemusia pohlavnému styku vyhýbať
- Váš partner by však mal prejaviť ohľaduplnosť, ak sa necítite dobre (napr. po dialýze, pri nejakej komplikácii)
- ak ste plánovali stať sa matkou, porozprávajte sa o tejto téme s lekárom, nehanbite sa o tom rozprávať, prípadne Vám lekár pomôže s výberom druhu antikoncepcie
- snažte sa udržiavať celkovú telesnú výkonnosť, dbať na zovňajšok a doterajší spôsob správania sa v rodine

Zaradenie do dialyzačnej liečby síce prináša so sebou zmeny, no tento nový, iný spôsob života Vám výrazne pomôže, keď si uvedomíte dva momenty:

1. dialyzačná liečba Vám zachraňuje život, bez nej by ste nemohli prežiť,
2. dialyzačná liečba je prípravou na transplantáciu obličky, ktorá Vám v budúcnosti umožní znovu normálny život.



Vypracovala: Plútová Jana

Beba Petrasová-členka prezídia SDaT

Iste všetci viete, že tajomníčka našej ZO SDaT SNV Bernadeta Petrasová je členkou prezídia SDaT SR, kde aktívne informuje a propaguje naše aktivity, čím sa meno Novoveskej dialýzy často skloňuje na celoslovenskej úrovni.

Príspevok do diskusie na VI. Konferencii delegátov SDaT Slovensko konané dňa 2.10.2010 o činnosti ZO SDaT SNV za roky 2008/09/10.

Vážený prítomní, milí hostia. Dovoľte, aby som sa Vám na úvod predstavila. Volám sa Mária Jarabová a som 3 roky predsedníčkou ZO SDaT Sp. Nová Ves. V skratke Vás oboznámim s činnosťou (aktivitami) našej ZO za posledné 3 roky.

V roku 2007 z dôvodu zhoršenia zdravotného stavu a následného úmrtia predsedu RNDr. Kusáka, prebehli na oddelení dialýzy voľby výboru našej ZO. Členovia si zvolili trojčlenný výbor, menovite p.Jarabová, p.Petrasová, p.Szigetiová. Funkcie sme prebrali k 1.1.2008. Dovtedy bola naša ZO aktívna minimálne. Jediná akcia ktorá sa každoročne konala už asi 3 roky dozadu bolo Mikulášske posedenie, počas ktorého sa súčasne konala VČS.

Ako nový výbor sme o našich povinnostiach takmer nič nevedeli. Po starom výbore sme prebrali prázdnu pokladňu, ak nerátame tých pár stovák čo v nej bolo. Inak nič. Nevedeli sme koľko máme členov. Nemali sme predstavu čo je povinnosťou výboru. Začali sme teda tým, že sme si našťudovali stanovy „Spoločnosti“. Našou vôbec prvou aktivitou ako výboru ZO, bola návšteva VČS ZO Košice za rok 2007, na ktorú nás pozvali. Ako nováčikovia vo funkcii sme sa vybrali zisťovať informácie ohľadom vedenia a fungovania ZO. Poskytli nám ich p. Juhasová, p.Tarnoci, p.Antal. Následne sme si dohodli stretnutie s p.Milkou Juhasovou, ktoré sa uskutočnilo asi o mesiac v Košiciach, kde mám poradila ako viesť účtovníctvo. Načrtla ako písať projekt, vyúčtovanie, ako viesť agendu ZO a podobne. Z Košíc sme sa vrátili s množstvom nových informácií. A tak sme pustili do toho. Zaviedli sme si nový peňažný denník, začali zháňať sponzorov, pustili sa do písania projektov a konečne začali uskutočňovať rôzne akcie.

V prvom roku nášho fungovania (v roku 2008) sa uskutočnilo 5 akcií. MDŽ a Posedenie pri guláši, historicky prvé v našej ZO. Nasledovali výlet do Starej Ľubovne a Benefičný koncert. Nakoniec sa konalo tradičné Mikulášske posedenie a súčasne táto akcia bola prvá na ktorú sme napísali projekt. Bol schválený a akcia bola spolufinancovaná „Spoločnosťou“. Tu musím podotknúť a veľmi pekne poďakovať za výbornú spoluprácu p. Milke Juhasovej za jej veľkú pomoc a usmernenia pri písaní projektov.

V roku 2009 sa naša ZO rozrástla na 70 členov. Rok 2009 bol na akcie ešte bohatší. Uskutočnilo sa ich 10 a to: VČS za rok 2008, koncert Kandráčovci a ich hostia, Filmové predstavenie „Pokoj v duši“, MDŽ, koncert Ľudová hudba Romana Barabasa a HANKA SERVICÁ, druhý ročník Posedenia pri guláši, Výlet Pieninský národný park - Červený kláštor, koncert „REPETE návraty“, tanečná zábava organizovaná SZPP s ktorým sme nadviazali spoluprácu a Mikulášske posedenie. V roku 2009 boli úspešne vypracované, podané a schválené 2 projekty. Zároveň sme pribrali do výboru dvoch členov, ktorí boli riadne zvolení na VČS.

Z činnosti dialyzačného strediska:

V priebehu minulého roka sa uskutočnil Audit, ktorým sme získali certifikát ISO 9001:2000

Celkový počet pacientov na začiatku roka : 54

Aj vďaka dvom novým dialyzačným prístrojom 5008 S sa v priemere 20 % z celkového počtu HD realizovali HDF , je to eliminačná metóda ,ktorá je kvalitatívne šetrnejšia k pacientom.

Bola realizovaná prestavba strediska - vytvorili sme 3 dialyzačné miesta. Chceme touto cestou poďakovať všetkým našim pacientom za trpezlivosť pri realizácii vykonávaných prác.

Na začiatku roka si s každým pacientom prejdeme edukáciu /edukation-učenie sa/ a najdôležitejšie je dodržiavanie hygieny. Touto cestou chceme všetkých pacientov poprosiť o umývanie si rúk pred každou dialýzou.



Nech sa páči, pane, Vaše menu - úplné bez obsahu draslíka!

Správa činnosti ZO SDaT SNV za rok 2011

Rok 2011 bol pre našu ZO najskromnejší. Hlavným dôvodom boli vážne zdravotné komplikácie všetkých členov výboru. Vzhľadom na to bolo menej akcií a nedodržaný plán činnosti, konkrétne Výlet do blízkeho okolia.

I. štvrt'rok

Prvou akciou roku 2011 bola hneď 5.1.2011 **Trojkráľová večerná prehliadka kaštieľa v Markušovciach**. Zúčastnilo sa 17 členov. Netradičná prehliadka, počas ktorej si pozreli zvyky šľachty, ale aj služobníctva bola ukončená krátkymi hudobnými ukážkami vianočných melódií a kolied v nádhernom prostredí letohrádku Dardanely

V pláne bolo aj podanie žiadosti o finančný príspevok od mesta SNV na činnosť ZO SDaT SNV. Žiadosť bola podaná a Mesto nám schválilo 200 €. Finančné prostriedky boli použité na akciu Mikulášske posedenie.

Dňa 06.03.2011 sa uskutočnila **výročná členská schôdza za rok 2010**, v priestoroch reštaurácie „GRILL BAR“ v Spišskej Novej Vsi. Zúčastnilo sa 45 členov. Zhodnotila sa činnosť a hospodárenie našej ZO za rok 2010. Schválil sa predbežný plán akcií na rok 2011. Diskutovalo sa. Súčasne boli odovzdané darčeky všetkým ženám - členkám k ich sviatku MDŽ . Na tento sviatok v našej ZO nezabúdame a každoročne sa snažíme naše členky potešiť maličkosťou, ktorá ich vždy poteší. Tu mi nedá nespomenúť nášho aktívneho člena pána Ing. Jaroslava Jankoviča a poďakovať sa za jeho sponzoring 50 € na túto akciu.

26.2.2011 Slovenský zväz zdravotne postihnutých Nás srdečne pozýval na Fašiangovú zábavu, avšak bohužiaľ nik z členov neprejavil záujem.

II. štvrt'rok

V druhom štvrt'roku sa uskutočnili dve kultúrne podujatia.

Prvou bola dňa 6. 5. premiéra divadelnej hry Radošinského Naivného Divadla , **Stanislav Štepka : NESLADÍM**, na ktorej sa zúčastnilo 10 členov.

Druhou akciou bola Tanečno-rytmická show Jána Ďurovčíka, **SLOVENSKÉ DIVADLO TANCA – GASP 3**. Taktiež sa zúčastnilo 10 členov.

III. štvrt'rok

Konal sa tretí ročník „Posedenia pri guláši“. Tento rok sa neuskutočnil na Košiarnom briežku, ale vďaka aktivitám členov, menovite Jozefa Janíka, sa konalo posedenie pri guláši v priestoroch reštaurácie u Rudolfa, aj vďaka členovi Rudolfovi Kamenickému, ktorý je majiteľom reštaurácie. Je na mieste poďakovať sa Jozefovi Janíkovi za úžasne bohatú tombolu. Ďakujeme.

Výlet do blízkeho okolia sa tento rok nekonal. (výbor sa ospravedľňuje)

Ďalšou akciou mohlo byť posedenie s názvom Pod Lipami v obci Letanovce, pri dobrej hudbe a občerstvení, na ktoré nás srdečne pozývali. Akcia sa konala 30. 7. 2011, pár členov sa aj prihlásilo, no kvôli zlému počasiu sa nakoniec členovia nezúčastnili.

IV. štvrt'rok

Tohtoročné **Mikulášske posedenie** sa konalo 11.12.2011 v priestoroch reštaurácie GRILL BAR. Po príhovore predsedníčky nasledoval prípitok, po ňom sa podával chutný obed. Za obedom prišiel „Mikuláš“ s darčekom. Posedenie spríjemnili dievčence z ZUŠ Smižany, krásne zaspievali. Neskôr sa podávala káva alebo čaj. Na stoloch boli ako sladké koláče, tak aj slané chuťovky, každému podľa vlastnej chuti. Za Pekný hudobný program ďakujeme hlavne pánovi Františkovi Maliňákovi.

Záverečnou akciou roka pre ZO bol 18. 12. **Vianočný benefičný koncert - Šťastie, zdravie, pokoj svätý, vinšujeme Vám...** v Kine MIER. Zúčastnilo sa 7 členov, vypočuli si Folklórny súbor Železiar, Detský folklórny súbor Železiarik z Košíc a folklórny súbor ČAČINA Sp. Nová Ves. Krásny koncert v pokojnom predvianočnom období plný prianí a vinšov.

V roku 2011 boli úspešne vypracované, podané a schválené 3 projekty. Na základe toho SDaT Slovensko finančne prispela na akcie: VČS spojená s MDŽ, Guláš a Mikulášske posedenie. Výbor zároveň ďakuje všetkým členom, ktorí akoukoľvek formou pomohli (vecne alebo finančne) k úspešnému uskutočneniu akcií ZO.

NA ZÁVER Pár štatistických údajov.

K 1.12.2011 bolo .

dialyzovaných 55 pacientov z toho 30 mužov a 25 žien.

Transplantovaní boli 3, z toho bola 1 príbuzenská transplantácia.

Zomrelo 5 pacientov.

Dialýz spolu za rok 2011 bolo 8083.

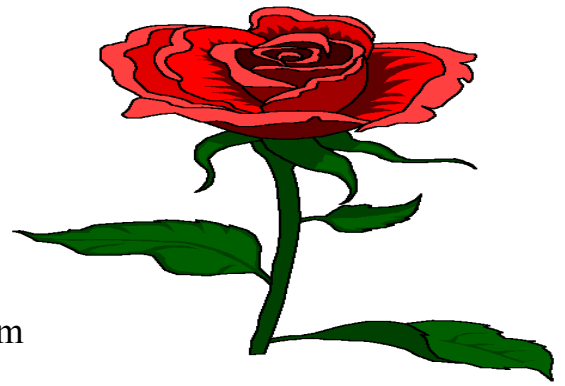
Prípravy na výročnú členskú schôdzu našej

ZO SDaT vrcholia, prispejme svojou

aktivitou k jej zdarnému priebehu.

Blíži sa sviatok žien

Tak, ako po iné roky, aj v roku 2012 si pripomínáme sviatok žien. Pri tejto príležitosti je potrebné poďakovať všetkým ženám za ich obetavú prácu, ktorú pre nás denne robia.



Premietnime si len jednu pracovnú zmenu našich sestričiek. Od rána do večera sú v neustálom pohybe a v pracovnom napätí, nesmú urobiť žiadnu chybu, ktorá by ohrozila pacienta. Pracujú s ľuďmi, čo je nesmierne ťažké.

Vážme si ich počas celého roka, nielen na ich sviatok. Ďakujeme Vám za všetko, čo pre nás robíte a prajeme Vám pevné zdravie a šťastie vo vašich rodinách a osobnom živote.

Nech prekvitá spolupráca pacient - personál a nech si nažívame ako jedná rodina.

Všetko najlepšie k MDŽ
Vám praje Ema Frniaková



Zmluva na rok 2012

**" Po serióznom a dôkladnom zvážení....
bola zmluva s tebou na priateľstvo
obnovená aj na nový rok 2012 !**

**Bolo to veľmi jednoduché rozhodnutie,
napriek tomu to nepokaz!!!**

Moje želanie pre Teba v roku 2012

Nech sa do Tvojho domu vláme pokoj a nech zloději
prídu a ukradnú Tvoje dlhy.

Nech sa vrecká na Tvojich nohaviciach
stanú magnetom pre
500 eurovky.

Nech sa láska prilepí na Tvoju tvár ako
vazelína a nech smiech zaútočí na Tvoje pery!

Nech Tvoj odev páchne po úspechu, nech Ti šťastie dá
facku a Tvoje slzy nech sú slzami radosti.

Nech problémy, ktoré máš, zabudnú Tvoju adresu!

Jednoducho povedané.....

**Nech je rok 2012 lepším rokom
ako bol ten 2011 !!!**

HUMORNÉ OKIENKO

Psychiater vyšetruje pacienta a pýta sa ho:

- Čo by sa stalo, keby som vám odrezal jedno ucho?
- Nepočul by som.

Psychiater si robí poznámky a pokračuje.

- A čo by sa stalo, keby som vám odrezal aj druhé ucho?
 - Nevidel by som,
 - Ako to? - čuduje sa psychiater.
 - Spadli by mi okuliare.
-

O Šiestej večer príde chlapík s nožom v chrbte na chirurgiu, ale doktor mu hovorí:

- Prepáčte, ale my už zatvárame, príd'te zajtra.
- A to byť celú noc s týmto nožom v chrbte?

Doktor podíde k nemu, vytiahne mu nôž z chrbta, vrazí mu ho do oka a hovorí:

- Chod'te na očné, tam sú do ôsmej!
-

Očný lekár vyjde z ambulancie a vraví: "Vidíte má všetci?"

Pacienti odpovedajú: "Áno."

Lekár na to: "Tak chod'te domov vy simulanti."

K lekárovi prichádza žena s nemocným dieťaťom. Lekár ho prehliadne a obráti sa k žene

"Vyzlečte sa!"

"Prečo ja?" Bráni sa žena "Predsa dieťa je nemocné, nie?"

"Jemu už nič nepomôže, spravím vám druhé."

Jožo si robí vodičák. Keď prejdú popri značke, inštruktor sa ho pýta:

- Aká to bola značka?

Jožo na to:

- (TAJNIČKA)

autor: Pavol Surovec	manželka Chaplina	1. časť tajničky	kórejská dynastia	francúz. elektrický automobil	miesto za domom	ad acta	Pomôcky: OMO, AEM	večerný ženský plášťik	rub	morský živočích	okrasný kvet
plot							tropická rastlina				
polieva po povrchu							hrdinská báseň				
							obráť				
chem. zn. niklu			chem. zn. molybdén			optické umenie					
			dravý vták			rieka pri Omsku					
český súhlas				červený (nem.)				pohrebná hostina			
				rímska štvorka				komu patriaca			
	obyvatelia Írska				máčaj				popovok		
	ohmatanie (expr.)				druh slona				MPZ Poľsko		
železná putá						integrov. obvod				2. časť tajničky	eskimácke sane
						meno Anny					
mäkká hudobná stupnica			chem. zn. lantánu				meno Edisona				
			netekutá voda				orgán sluchu				
zn. abvolt			3. časť tajničky					?	EČV Ru- žomberok		
			riadiaci orgán						názov		
dvojkole- sový vozík					citoslovce údivu			jarný mesiac			
					malá os			hovorový súhlas			
	nie silno	zlato (špan.)				obeť, žertva					
		domovina				dvoj- hláska					
spotrebné družstvo			možno				druh kukučky				somár
			moc				malo- meštiak				
severské zvíra				časť celku				rieka v Etiópii			
				predložka				odporov. spojka			
Mohame- dova matka						tu máš			znížený tón e		
						knockout			on (nem.)		
existovala					časť voza						
dotieravý hmyz					zbieral, trhal						