



Na co se máme
těšit v příštím
měsíci:

- Školní kolo soutěže první pomoci
- Absolutoria
- Slavnostní vyřazení absolventů střední i vyšší školy
- Sportovní kurz ve Španělsku
- Cyklistický kurz v Běšinech na Šumavě
- Další akce a aktivity na naší škole v měsících květen a červen



Koncert k 80. výročí konce války

Dne 7. 5. 2025 v sále Centra duševní rehabilitace v Rehabilitační nemocnici Beroun se žáci třídy 3A PS společně s Mgr. Bednářovou a Mgr. Lískovou zúčastnili výchovného koncertu k 80. výročí konce 2. světové války. Koncert se nesl v duchu období nacistické okupace. Zazněly zde písně a příběhy osobností z doby, kdy probíhal boj za svobodu a demokracii.



Písně zazněly z úst mezzosopranistky Sylvie Čmugrové, kterou na akordeon doprovázel Ladislav Horák. Slovem provázel historik Zdeněk Hazdra. Téma celé akce bylo složité, ale i přesto hodnotili žáci koncert pozitivně a odnášeli si z něj hluboké zážitky.

Mgr. Monika Bednářová

Inspirativní přednáška na střední škole

30. dubna v odpoledních hodinách se 25 žáků Střední zdravotnické školy v Plzni zúčastnilo přednášky MUDr. Alexandry Židkové, Ph.D., z Kliniky anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny.

Setkání bylo nejen velmi příjemné, ale také nesmírně přínosné. Žáci získali informace z oblasti anesteziologie, paliativní péče a medicínské etiky. Její profesionalita a lidskost byly patrné v každé odpovědi na dotazy našich žáků. Vyprávění příběhů, při kterých se tajil dech, přineslo žákům povzbuzení do dalšího studia na střední škole a inspiraci pro výběr budoucího oboru.

Děkujeme paní doktorce Židkové za její čas a ochotu sdílet své zkušenosti s našimi žáky.

Setkání proběhlo za účasti Ing. Evy Rojíkové s podporou žáků Go Higher.

Za ŠPP Ivana Košanová a Martina Lísková



VYDÁNÍ

5

KVĚTEN
2025

STŘEDNÍ ZDRAVOTNICKÁ ŠKOLA
A VYŠŠÍ ODBORNÁ ŠKOLA
ZDRAVOTNICKÁ PLZEŇ

Minialmanach

toto vydání

Naše žákyně zvítězila...	Str. 1
Velký úspěch Karolíny Stinglové	
Český den proti rakovině	Str. 2
Projektový den na ISSŽ	Str. 3
Koncert k 80. výročí konce války	
Inspirativní přednáška	Str. 4



Slovo úvodem

Způsob tohoto jara zdá se mi být poněkud podivným. Možná ani ne tak podivným, spíš jako nevyhovujícím mému povaze.

Na konci března byla ještě pořádná zima, slunce svými paprsky úzkostlivě šetřilo. Duben bláznivý, jeden den v tričku, druhý den v zimáku. A příroda se probouzela velmi pomalu. Nakonec se tedy probudila, ale jen proto, že musí. Jinak by porušila odvěké přírodní zákony. Ty (s občasnými zádrhly) zatím fungují. – Vždyť i já se probouzím s občasnými zádrhly, jež, zaplaťpánbůh, ovlivňují pouze mne a moje nálady. Zatímco zádrhly počasí ovlivňují řadu lidí: meteorology, letce, řidiče, stavaře, matky s dětmi i důchodce. A také zemědělce a zahrádkáře. Ty nejvíce.

Občas se objeví lidé jako já, jejichž počasové preference jsou trochu zvláštní. Jejich tužbou a touhou je slunce a teplo. Moje klimatické představy bývají ovšem terčem kritiky některých mých přátel, kteří si myslí, že bych mohla sdílet přirozenější názory na klima – to znamená smířit se s tím, že nějaký čas je hezky, nějaký čas mizerně, nějaký čas prší, nebo je zima.

Já jim to neberu. Toto smýšlení má svou historickou logiku. Ovšem i já mám svoji logiku, byť trochu jinou: Co je špatného na tom, že miluji slunce a teplo? Takových je nás hodně. Je pravda, že na druhé názorové straně jsou i lidé, kteří dokonce s oblibou vyhlíží plískanice a déšť, aby mohli být zalezlí doma a nic nemuseli. Aby si sedli v klidu někde u okna a těšili se tím pro ně překrásným pohledem.

Ti akčnější z nich možná touží vyběhnout ven a užít si s nadšením kapky deště, tak jako si je užíval známý americký herec Gene Kelly v krásném filmu Zpívání v dešti.

Já však, navzdory všem kritickým hlasům, budu dál vzývat slunce a teplo, které mi přináší radost a pohodu v duši. Ať si každý myslí, co chce.

A teď určitě budete apelovat na moje zahrádkářské citění – vždyť bez deště nic neporooste, všechno uschne, slunce spálí každou rostlinku napadř... Já vím, však především kvůli zahradě ty deště přežiju. Nicméně, stále spolu s panem Karlem Čapkem přemýšlím o tom, jestli by náhodou nešlo zařídit, aby přišlo jen v noci – a ideálně mírně hnojivá závláva.

Slávka Michálková

Naše žákyně zvítězila v soutěži Miss sestřička!

Ve středu 23. dubna se v Českých Budějovicích konala již tradiční soutěž Miss sestřička, kde své odborné i komunikační dovednosti předváděli žáci a žákyně třetích ročníků středních zdravotnických škol, oboru Praktická sestra. Soutěže se zúčastnilo 16 tuzemských soutěžících a dvě ze Slovenska.

Naši školu reprezentovaly 2 žákyně 3. ročníku – Karolína Korbelová a Lucie Ivaničová, která si díky svému nasazení, profesionalitě a lidskému přístupu vybojovala 1. místo a stala se vítězkou celého klání!

Soutěž byla rozdělena do několika praktických a teoretických disciplín. První úkol prověřil zručnost při přebalování miminka, kde rozhodovaly nejen správné postupy, ale i klidný a pečující přístup.

Na druhém stanovišti soutěžící měřili glykémii pacientovi, přičemž bylo potřeba správně zvolit pomůcky a dodržet ošetřovatelský postup



Třetí úkol vyžadoval schopnost komunikovat s cizinkou – konkrétně se Španělkou – což prověřilo nejen jazykové dovednosti, ale i empatii a schopnost mezikulturní komunikace. Závěrem soutěžící vyplnili vědomostní test, kde prokázali teoretické znalosti z oboru.

Lucie se ve všech disciplínách projevila jako skutečná profesionálka a vzor budoucí zdravotní sestry. Jsme na ni velmi hrdí a děkujeme za skvělou reprezentaci naší školy!

Mgr. Monika Kolorosová

Minialmanach Vydání 5 Ročník XIII Květen 2025

Redakce:

Mgr. Ladislava Mutinská
Ing. Jaroslava Michálková

mutinska@zdravka-plzen.cz
michalkova@zdravka-plzen.cz

378 015 121



SZŠ a VOŠZ Plzeň
Karlovarská 99
323 00 Plzeň

www.zdravka-plzen.cz
zdravka@zdravka-plzen.cz



ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ

Český den proti rakovině je nejstarší sbírka v ČR, která se pravidelně koná již od roku 1996.

Cílem této sbírky je především přinést veřejnosti informace o prevenci rakoviny prostřednictvím rozdáváných letáčků, a za nabízené kvítky měsíčku lékařského získat prostředky na boj proti rakovině – na nádorovou prevenci, zlepšení kvality života onkologických pacientů, podporu onkologické výuky, výzkumu a vybavení onkologických center.

Hlavním tématem letošní sbírky, která proběhla 14. května 2025, byla prevence kolorektálního karcinomu, stužky kytiček pro letošní rok měly světle zelenou barvu.

Do sbírky se, ostatně jako každoročně, zapojili i žáci a studenti naší školy. Dvojice či trojice chlapců a dívek ve žlutých tričkách se snažily ve škole i v jejím okolí, aby rozdaly co nejvíce letáčků, vybraly co nejvyšší obnos, a tak zvýšily informovanost veřejnosti a pomohly potřebným.

Garantem této akce byla kolegyně Mgr. Jana Vodáková.



Letáček a květinka, která je symbolem této sbírky



Květinčky prodávaly i Diana Beracková a Julie Housarová ze 2B ZL

Ing. Jaroslava Michálková

Velký úspěch Karolíny Stinglové – plzeňská zdrávka má „sočku“ v krajském kole

Dne 15. 4. 2025 zažila Karolína Stinglová a s ní i celá plzeňská zdrávka nevídaný úspěch. V obrovské konkurenci se bez ztráty kytičky dostala do krého kola v soutěži Středoškolská odborná činnost, tedy zkráceně SOČ.

Kdo se v SOČ jen trochu orientuje, ten dobře ví, že úspěšně projít nejen konkurencí velkého množství kvalitních prací v okresním kole, ale především celého pralesa kritérií, které bedlivě kontroluje tříčlenná porota z řad odborníků, je téměř nemožné. Takový výsledek vyžaduje skvělé téma, výsledky konkrétně použitelné v praxi, obrovské osobní nasazení, často týmovou spolupráci, ještě natočit video, nadřít prezentaci výsledků za pomoci PowerPointu, nechat svázat text do úhledných desek, a pak už jen doufat.

Karolína Stinglová zpracovává téma z oboru zdravotnictví, práce nese název „Využití decelularizovaného alogenního štěpu k rekonstrukci poranění extrahepatálních žlučových cest“, jednoduše řečeno – hledá možnosti materiálové náhrady k obnově kontinuity poraněných žlučových cest a tím i zachování anatomické struktury a funkce hepatopankreatobiliární oblasti s experimentálním ověřením na praseti domácím (přeštické černostrakaté plemeno). „Nudila jsem se,“ zněla odpověď na otázku komise, jak se student dostane k tak specializovanému výzkumu. „Na lékařské fakultě jsem se zkontaktovala s Ústavem anatomie UK v Plzni a zkusila jsem, zda mi projde kolaborace na výzkumu právě tam. Po tom, co jsme si s nimi promluvili a oni zjistili, co chci dělat a kam chci poté s prací jít, usoudili, že bude nejlepší najít někoho, kdo by se mě ujal v Biomedicinském centru UK v Plzni (dále jen BC). Dali mi na výběr mezi laboratorním výzkumem a chirurgií – chirurgie byla jasná volba! A přesně tak jsem se dostala do Laboratoře nádorové léčby a tkáňové regenerace až přímo na operační sály. Představili mi výzkumné programy, které tou dobou v BC zrovna běžely, a protože mě témata výzkumu v oblasti koloproktální chirurgie úplně nelákala, dala jsem přednost žlučovým cestám.“ Samozřejmě na LF UK Plzeň již existoval celý tým vedený prof. MUDr. Václavem Liškou, Ph.D., a Karolíninu práci vedl z řad lékařů MUDr. Jan Ševčík.

„I když jsem jen studentka 3. ročníku, zapojili mě do opravdové práce, do skutečného výzkumu. Během operací jsem měla možnost být přímo u stolu, explorovat břišní dutinu a v neposlední řadě se za určitý čas strávený v BC naučit některé základní chirurgické techniky. Při provádění výzkumu jsem poskytovala předoperační, perioperační a pooperační péči výzkumným subjektům – selatům – a prováděla nejrůznější záznamy, zpracovávala data a dělala katalogizační činnost. Ze všeho nejvíce si vážím možnosti, že i přes hotový výzkum si mě chtějí v BC nadále nechat, a to jak na letní školu, tak i po ní na další akademický rok.“

Z mého hlediska, a to jsem Karolíně dělala jen jazykovou plus stylistickou korekturu a navrhovala prezentaci závěrů, to byl obrovský časový pres a nápor práce, aby se všechno stihlo do termínu odevzdání. Ale vyplatilo se. Jen pro představu – na většinu vysokých škol už Karolína jakožto účastník krajského kola SOČ nebude muset skládat přijímací zkoušky! „Máme v BC velké množství již ukončených, velmi kvalitních a úspěšných výzkumů, mezi které se bezpochyby řadí i tenhle. Nejen kvůli tomu, že ho všechna prasátka přežila, ale značně tak díky němu stoupla i potenciální šance na praktické využití decelularizovaného alogenního štěpu u lidských pacientů. Takže výzkum bude jistě pokračovat.“ Věříme spolu s Karolínou, že taková práce skutečně má smysl a přejeme úspěch v krajském kole!

PhDr. Ilona Gruberová Ph.D. spolu s týmem LF UK Plzeň



Projektový den na Integrované střední škole živnostenské v Plzni

Integrovaná střední škola živnostenská v Plzni každoročně pořádá projektový den s názvem „Den zdraví a bezpečí“. Žáci z Integrované školy mají možnost přihlásit se na přednášky a praktická cvičení z různých oblastí, např. první pomoc, sebeobrana, právní odpovědnost, zdravý životní styl a další.

Právě výuka první pomoci je již několik let plně v režii žáků Střední zdravotnické školy v Plzni, tentokrát v podání třídy 2DPS. Letošní rok se „Den zdraví a bezpečí“ konal 13. 5. 2025 od 7.30h do 13.30 hodin. Žákyně ze třídy 2DPS ze Střední zdravotnické školy v Plzni zajišťovaly výuku na 4 stanovištích.

V úvodu každého bloku proběhla cca čtyřicetiminutová prezentace, kde se žáci seznamovali s teorií. Úroveň jejich nabytých znalostí byla ověřena pomocí zábavného Kahootu.



Poté se žáci rozdělili do 4 skupinek a postupně obcházeli jednotlivá stanoviště. Seznamovali se se zásadami KPR u dětí i dospělých, mohli si vše prakticky vyzkoušet a učili se správně telefonovat na IZS. Další stanoviště nabízelo možnost informovat se o křečových stavech a epilepsii. Zde byla možnost naučit se správnému zacházení se zraněným, u kterého právě probíhá epileptický záchvat.

Stanoviště s akutními stavy bylo též naplněno důležitými informacemi o vdechnutí cizího tělesa, alergické reakci či kolapsovém stavu. Velmi zábavné bylo stanoviště s ošetřováním ran a zástavou krvácení.

Pevně věříme, že naše výuka předala žákům Integrované školy v Plzni základní, ale hlavně důležité informace, které mohou využít při záchraně lidských životů.



Mgr. Alena Štroblová

Májová příloha

O době současné

Kdysi jsme se ve škole učili v dějepise o době kamenné, po níž následovala doba bronzová a poté doba železná. Paní učitelka nám to vysvětlila tak, že název vznikl podle materiálu, který byl v tom daném období klíčový pro výrobu nástrojů a předmětů denní potřeby. Při té příležitosti si povzdychla, že asi nastává doba umělohmotná. Měla pravdu.

Jenže od toho času již uběhlo pár desetiletí... a já mám pocit, že kromě doby umělohmotné (čili plastové) máme v současnosti rovněž dobu mobilovou – což mohu doložit následující příhodou:

Když jsem tuhle jela autobusem městské hromadné dopravy, nějaká postarší paní se tam takzvaně zbláznila. Schválně říkám „takzvaně“, protože ono přestává být jisté, kdo se vlastně zbláznil.

Tahle paní telefonovala s někým z rodiny a hlasitě – autobus-neautobus – křičela: „Jdi a napiš tomu operátorovi na dveře, ať se už jdou s těma svejma mobilama vycpat.“

„Blabla, chrrr, bla, mmm, blablabla!“ (nerozuměla jsem, co jí osoba na druhé straně odpověděla)

„Cože?! Nemaj dveře?! Jak – nemaj dveře? A kudy tam choděj?!“

„Blabla, chrrr, bla, mmm, blablabla!“

„Jakože se tohle už nedělá? Nedá se nikam přijít a s někým se dohodnout? Novej svět? Ne, to je konec světa! To jim rovnou napiš na ty dveře takly!“

Paní vypadala opravdu rozčilleně, a lidé v autobuse dělali, že nic nevidí. Nejenom že se tvářili, že je normální, když někde zmizí dveře, ale současně jako by v tu chvíli neexistovaly ani postarší, nic nechápající dámy.

Na moment jsem se zasnila, jak by bylo hezké jim jejich existenci zase vrátit. Vzepřít se. Co kdybych si třeba zrušila mobil? Prostě bych ho vypnula a strčila do šuplíku.

Co všechno by se stalo? Nemohla bych do banky, protože ani banka už nemá dveře, nemohla bych jít do divadla, vlastně ani zaplatit v krámu, nemohla bych skoro nic. Nejenom můj mobil, ale i já bych se svým způsobem zašoupla do šuplíku. Nebo bych se musela stát hrdinkou. Bojovat. Chodit všude osobně a požadovat se zastaralé komunikace face to face. Dokázala bych to? Jde to vůbec?

Slávka Michálková



čtete ještě...

Květen – čas zkoušek maturitních

Str. 1

Studentky z americké Brigham Young University navštívily SeneCura SeniorCentrum

Jak přišlo jaro

Str. 2

Květen – čas zkoušek maturitních

„Zkouškové období“ na naší škole započalo již v dubnu. To jsme si spolu s uchazeči prošli „martýriem“ přijímaček, abychom vzápětí zadávali našim žákům písemky z českého a anglického jazyka. Poté následovaly u všech oborů maturitní zkoušky praktické.

Hlavní – a časově nejnáročnější – část maturit, ústní zkoušky, proběhly ve dvou termínech; od 19. května a poté od 26. května. Na naší škole v letošním školním roce skládalo zkoušku dospělosti celkem 195 maturantů.

Všem úspěšným blahopřejeme a těšíme se na ně při slavnostním vyřazení 6. června v Parkhotelu.

S těmi, jimž se zkouška napoprvé nepodařila, se setkáme v září při opravném termínu – a budeme doufat, že si povedou lépe než nyní.

V červnu nás ještě čekají absolutoria na vyšší odborné škole, a dále – rovněž na „vošce“ – přijímací řízení.



Třídní 4 ZDL Alice Stuchlová a místopředsedkyně Kamila Panská u praktické zkoušky zdravotnického lycea



Při praktické zkoušce oboru Masér sportovní a rekondiční



V pondělí 19. května jsme přivítali naše milé předsedy z Klatov a Karlových Varů



„Potitko“ je od slova zapotit se. Někdo to zvládá s úsměvem...

◀ Zkouška z českého jazyka není žádným problémem – pokud máte v oblíbené četbě...



Připravily: Mgr. Ladislava Mutinská
a Ing. Jaroslava Michálková

Studentky z americké Brigham Young University navštívily SeneCura SeniorCentrum v Plzni

Autorem článku, který vyšel na webových stránkách SeneCura Senior Centrum Plzeň, je Václav Lysý, vrchní sestra SeneCura SeniorCetra Plzeň, jenž dohlížel na průběh celé návštěvy a koordinaci projektu. Vyzdvihl vynikající spolupráci se SZŠ a VOŠZ Plzeň. Tím se naše škola (včetně naší spolupráce s BYU Univerzitou Provo) opět dostává do povědomí široké odborné veřejnosti,

Dne 8. května na sváteční den 80. výročí konce druhé světové války zavítala do našeho zařízení skupina studentek z Brigham Young University, College of Nursing, ze státu Utah ve Spojených státech amerických. Návštěva proběhla ve spolupráci s Vyšší odbornou školou zdravotnickou v Plzni v rámci jejich odborné stáže v České republice.

Brigham Young University (BYU) je soukromá univerzita s mottem „Znát je, znamená lépe o ně pečovat.“ Dvanáct studentek fakulty ošetrovatelství mělo možnost během společné snídani vyslechnout prezentaci o společnosti SeneCura, systému sociálních služeb v České republice a porovnat rozdíly mezi zdravotní a sociální péčí v ČR a USA. Diskuse probíhala velmi otevřeně a obohacujícím způsobem pro všechny zúčastněné.

Po prohlídce našeho zařízení se studentky aktivně zapojily do běžného chodu domova. Pomáhaly s podáváním stravy, polohováním, hygienickou péčí a asistencí při každodenních činnostech klientů. Jejich činnost probíhala za podpory studentek z místní vyšší odborné školy zdravotnické a našich zaměstnanců, kteří jim byli po celý den nápomocní.

Velmi mě potěšila zpětná vazba jak od studentek, tak od jejich profesora. Zmínili, že je mimořádně potěšilo vidět spokojenost našich klientů, oceňovali profesionalitu personálu a byli mile překvapeni komplexností našich služeb. Zaujala je nejen šíře aktivizačních činností, ale také úroveň poskytované zdravotní péče včetně možnosti plánované paliativní péče. Velký dojem na ně udělala také relaxační místnost s individuálním přístupem Namaste Care.

Vážím si i dlouhodobé spolupráce se Střední zdravotnickou školou a Vyšší odbornou školou zdravotnickou v Plzni. **Zvláštní poděkování patří paní Mgr. Světlaně Lisové**, jejíž srdečný přístup a podpora podobných projektů významně přispívají k rozvoji českého ošetrovatelství. Její práce je krásnou ukázkou vysoké úrovně, kterou zdravotní a sociální péče v České republice dosahuje.

Upřímné poděkování patří také našim klientům, kteří byli ochotní sdílet své příběhy, čas i úsměvy, a také našim zaměstnancům, jejichž vstřícnost a odbornost přispěly k velmi pozitivnímu průběhu celé návštěvy.

Tato návštěva nebyla jen formální událostí, ale opravdovým mezikulturním obohacením a inspirací pro všechny zúčastněné. Velmi nás těší, že díky tomuto úspěšnému projektu plánujeme ve spolupráci pokračovat i v příštím roce.



Převzato z:
<https://plzen.senecura.cz/2025/05/19/studentky-z-americke-brigham-young-university-navstivily-senecura-seniorcentrum-v-plzni/>

Jak přišlo jaro



Prvními posly jara jsou vždy sněženky



Velmi rychle je následují ladoňky



A pak už to jde jedno za druhým: narcisky, tulipány, hyacinty – hotová přehlídka všech módních barev a parfémů...



Kvetou jabloně, jaro vrcholí!

S fotoaparátem po zahradě chodila

Slávka Michálková