

Letní stáž

pro uchazeče z LF UPOL

Sanatorium

EDEL



SANATORIUM EDEL s.r.o.
DĚTSKÁ LÉČEBNA RESPIRAČNÍCH NEMOCÍ
SE SPÉLEOTERAPIÍ

Zlaté Hory

Pokud jevíte zájem o obory pediatrie, otorinolaryngologie, alergologie, pneumologie či rehabilitační lékařství, může být pro vás stáž v Sanatoriu Edel skvělou příležitostí k prohloubení vašich teoretických znalostí, získání klinických zkušeností a zároveň prožití léta v krásném prostředí Jeseníků. Z pozice stážistů se vám v tomto krátkém přehledu pokusíme přiblížit náplň letní klinické stáže i možnosti trávení volného času.

ZLATÉ HORY

Někteří z vás již znají Zlaté Hory a Sanatorium Edel díky každoročně pořádané lednové akci Spolku mediků – Setkání studentů a absolventů LF UPOL. Všichni studenti však neměli tuto možnost, a tak vám krátce představíme toto místo.

Zlaté Hory jsou slezské město ležící na severovýchodě okresu Jeseník při hranicích s Polskem na Zlatém potoce. Žije zde přibližně 3 800 obyvatel. Jde o významné poutní místo a turisticky atraktivní lokalitu. Historie města i jeho okolí je od svých mlhavých počátků spjata s těžbou zlata a hornickou činností. K nejvýznamnějšímu podnikání se ke konci 19. stol. Zařadilo lázeňství a služby spojené s turismem. Schweinburgovo lesní sanatorium, nyní známé jako Sanatorium Edel, bylo vyhledávaným léčebným ústavem. Roku 1887 se v sanatoriu léčil také hudební skladatel Leoš Janáček a v roce 1905 a 1906 spisovatel Franz Kafka.

SANATORIUM EDEL





Sanatorium Edel je soukromou dětskou léčebnou respiračních nemocí se speleoterapií. Specializuje se na léčbu opakovaných a chronických nemocí dýchacího ústrojí a léčí děti ve věku od 2 do 18ti let.

Současná kapacita léčebny je 96 lůžek pro dětské pacienty a 33 lůžek pro jejich doprovod. Léčba se opírá především o klimatoterapii, speleoterapii, inhalace, rehabilitační cvičení, otužování a režimová opatření. Děti absolvují léčebný pobyt v individuální délce 4-8 týdnů, důraz je kladen především na změnu klimatu a zvýšení tělesné aktivity. Významnou léčebnou modalitou je speleoterapie. Jedná se v České republice o ojedinělou, avšak celosvětově uznávanou léčebnou metodu, jejíž základem je využívání vlivu mikroklimatu podzemních prostor na lidský organismus. Představuje nedílnou součást komplexní zdravotní péče o pacienty s opakovanými a chronickými nemocemi dýchacích cest, alergiemi a poruchami imunity.

PŘIHLÁŠKA

Ptáte se, proč se přihlásit na tuto stáž? Odpovědí je opravdu mnoho. Nejen, že získáte klinické zkušenosti v oborech, které jsme již zmiňovali, ale také se naučíte, jak správně udělat ranní vizitu, ordinovat léčbu nebo napsat příjmovou či propouštěcí zprávu. Po zaškolení budete tyto činnosti provádět samostatně, avšak starší lékaři vám vždy rádi poradí a zkonzultují s vámi zdravotní stav vašich malých pacientů. Procvičíte si komunikaci s dětmi a jejich rodiči. Můžete využít kouzelné prostředí Zlatých Hor a podnikat výlety do přírody. Pro stážisty je zajištěno zdarma ubytování a stravování v areálu sanatoria, navíc za každý odpracovaný měsíc vás sanatorium odmění stipendiem.

Pro přijetí na stáž je nutné splnit 3 důležité věci: na začátek vyplníte přihlášku, kde vyberete preferovaný termín stáže. Poradíme vám, že čím více měsíců vyberete, tím je větší pravděpodobnost přijetí. Dále k přihlášce přiložíte životopis, ve kterém se nezapomeňte zmínit o absolvovaných kurzech, stážích a mimoškolních aktivitách, jako např. aktivním členství v IFMSA, Spolku mediků nebo účasti na SVOČ. Posledním úkolem je napsat motivační dopis, ve kterém stručně vysvětlíte, proč byste stáž chtěli absolvovat, vyzdvihneme své kvality a napíšete důvod, proč by výběrová komise měla vybrat právě vás. Navíc můžete přiložit jazykové certifikáty, nebo doporučující dopis od školitele SVOČ. Pokud jste jedním z těch, kteří zatím během studia medicíny nevyužili možnost účastnit se výše zmíněných mimoškolních aktivit nebo dobrovolných klinických stáží, nezoufejte. Právě stáž v Sanatoriu Edel může být první z nich. Bližší informace získáte na webové adrese: <http://www.speleoterapie.cz/klinicka-staz/klinicka-staz/>

	Lékařská fakulta Univerzita Palackého v Olomouci			
Přihláška pro studenty Všeobecného lékařství na Klinickou stáž v Sanatoriu Edel ve Zlatých Horách				
Preferovaný termín stáže:				
<input type="radio"/> 1 měsíc	<input type="radio"/> červen	<input type="radio"/> červenec	<input type="radio"/> srpen	<input type="radio"/> září
<input type="radio"/> 2 měsíce	<input type="radio"/> červen - červenec	<input type="radio"/> červenec - srpen	<input type="radio"/> srpen - září	
<input type="radio"/> 3 měsíce	<input type="radio"/> červen - srpen	<input type="radio"/> červenec - září		
<input type="radio"/> 4 měsíce (červen - září)				
Jméno:	<input type="text"/>			
Příjmení:	<input type="text"/>			
Rodné příjmení:	<input type="text"/>			
Datum narození:	<input type="text"/>			
Adresa trvalého bydliště:	<input type="text"/>			
Ukončený studijní ročník:	<input type="text"/>			
Kontaktní údaje				
E-mail:	<input type="text"/>			
Telefonní číslo:	<input type="text"/>			
Přílohy				
Motivační dopis	<input type="checkbox"/>			
Životopis	<input type="checkbox"/>			
Jazykový certifikát	<input type="checkbox"/>			
Jiné:	<input type="text"/>			

NÁPLŇ PRÁCE

První věc, na kterou se můžete těšit, je ranní vizita. Nejprve se pod vedením staršího lékaře zaučíte a postupem času ji budete provádět sami. Každé pondělí po ranní vizitě se zúčastníte „lékařského sedánku“ v kanceláři pana ředitele MUDr. Vladimíra Svozila, kde se referuje víkendová služba, rozebírají se jednotliví pacienti a lékaři se s Vámi též rádi podělí o své dlouholeté zkušenosti v oboru. Při příjmu pacienta, který budete moci také provádět samostatně, se zdokonalíte v odebírání anamnézy se zaměřením na respirační onemocnění, provádění fyzikálního vyšetření, v komunikaci s rodiči a pediatrickými pacienty. Pokud se někteří pacienti chystají domů, čeká vás psaní propouštěcí zprávy. Každou vykonanou práci (tzn. psaní vizit, příjmových či propouštěcích zpráv a ordinaci léčby) budete konzultovat se staršími lékaři. Vždy nám byli ve všem nápomocní a byli pro nás dobrými mentory.

Mimo plnění vašich lékařských povinností se také můžete jít podívat na rehabilitační cvičení, spirometrie, inhalační techniky či do ORL ambulance, případně se zúčastnit s dětmi speleoterapie. Možností je opravdu mnoho. Fantazii se meze nekladou, takže ve volném čase můžete připravit i jakýkoliv výukový program pro děti, rodiče, zdravotnický personál či budoucí stážisty.

SPELEOTERAPIE

V rámci stáže doporučujeme navštívit speleoterapii, jejíž základem je využívání příznivého vlivu mikroklimatu podzemního prostředí na lidský organismus. Podzemním prostředím se zpravidla rozumí buď krasové jeskyně, případně opuštěná a zrekonstruovaná důlní díla, která musí splňovat přísné hygienické a fyzikální podmínky. Sanatorium Edel zahájilo provoz speleoterapie v roce 1995, a to ve zrekonstruovaném podzemním díle, které je od léčebny vzdáleno 7 km. Využívá 1600 m podzemních chodeb s maximální hloubkou 93 m pod zemským povrchem. Celoroční teplota je 7-8°C. Je zde stálá vlhkost vzduchu 97-98%, prostředí bez mikrobů, alergenů, prашných částic a mykotických spor. Mezi další pozitivní vlastnosti mikroklimatu patří vysoký obsah negativních iontů, nepřítomnost ozonu a iontů těžkých kovů, nízké koncentrace CO₂ a nízké hodnoty radiace. Ozdravný pobyt se speleoterapií má prokazatelně pozitivní vliv na zdraví. U 90 % pacientů dochází ke snížení nemocnosti a užívání léků, nemoci mívají lehčí průběh. Příznivý vliv speleoterapie je odhadován na 9 měsíců po ukončené kúře.

V České republice se v současné době můžete se speleoterapií setkat pouze na dvou místech, tak neváhejte a využijte možnost ji navštívit.



SPIROMETRIE A KONDIČNÍ TEST

Součástí programu stáže bude taktéž analyzování hodnot spirometrie a oxidu dusnatého ve vydechaném vzduchu. Jedná se o 2 základní vyšetřovací metody, které podstoupí každý spolupracující pacient při příjezdu a před ukončením pobytu.

Pro zhodnocení zdravotního stavu a fyzické výkonnosti pacienta byl do praxe zaveden kondiční test – 6-minutový běh. Jak název napovídá, děti na začátku a na konci pobytu běhají v tělocvičně po dobu 6 minut. Na konci pobytu, v propouštěcí zprávě, se poté porovnává o kolik metrů naběhaly více, tedy jak se zlepšila jejich fyzická výkonnost.



REHABILITACE

Další důležitou léčebnou modalitou v sanatoriu jsou různá rehabilitační cvičení. Mezi ně patří LTV (léčebná tělesná výchova), tedy skupinová cvičení, nebo individuální rehabilitace např. míčkování, konvičkování, vibrační úlevová masáž, cvičení na zpevnění a zaktivizování dýchacích svalů, cvičení pro správné držení těla, zpevnění břišních a posturálních svalů, nebo cviky na ploché nohy. Dají se využívat různé rehabilitační pomůcky, např. balanční podložky, masážní míčky, gumy na cvičení, míče různých velikostí atp. Speciálně pro respirační systém se využívají pomůcky typu RC Cornet, flutter či Simeox. V rámci stáže si můžete na sobě vyzkoušet některé rehabilitační techniky a zacvičit si s dětmi.



ORL AMBULANCE

Do vašeho programu stáže můžete zařadit návštěvu ORL ambulance, ve které vás přivítá pan doktor Mašlaň. Tato ambulance slouží nejen pro pacienty sanatoria, ale i pro ostatní obyvatele Zlatých Hor. Přichází pacienti objednaní, ale také akutní případy. Můžete si vyzkoušet např. nahlédnutí do ucha otoskopem, nepřímou laryngoskopii.

VOLNÝ ČAS

Turistika

Pokud máte rádi přírodu, zdejší prostředí bude pro vás jako stvořené. Četné turistické trasy vás zavedou například na **Příčný vrch**, nejvyšší horu Zlatohorské vrchoviny. Po cestě si můžete všimnout např. **Melchiorovy štol**, **kamenné rozhledny**, či obdivovat **Táborské skály** a **Hornické skály**. Za návštěvu stojí rozhledna **Biskupská kupa** (891m.), z jejíž vyhlídkové terasy se nabízí pohled na rovinaté Polsko, Zlaté Hory, hřebeny Hrubého Jeseníku s nejvyšší horou Praděd (1491m.). Přírodní rezervace **Rejvíz** nabídne vycházky po pohodlných dřevěných chodnících, které vedou rozsáhlým rašeliništěm až k **Mechovému jezírku**.

K návštěvě láká také lázeňské město **Jeseník**, řada turistických tras a **Priessnitzovo sanatorium**, kde byla v 19. století poprvé na světě využita vodoléčba.

Na svoje si přijdou i milovníci méně náročné turistiky. Na vaši návštěvu čeká **Černé jezero**, **Zlaté jezero**, zřícenina hradu **Edelštejn** či **poutní kostel Panny Marie Pomocné**.



Biskupská kupa

Cyklistika a běh

Jeseníky jsou rájem pro cyklisty. Stejně jako v případě turistiky můžete i na kole čekat výborné značení a bohatý výběr cyklotras, které vás provedou úchvatnou přírodou a nabídnou nezapomenutelné výhledy na okolní pohoří. Méně zdatní sportovci se mohou vydat na polskou stranu, např. k obrovskému jezeru **Nysa**, pro nejotrlejší lze doporučit celodenní výšlap přes **Karlovu Studánku** až na nejvyšší vrchol **Praděd**. Vytvořte si okruh a projedte okolní vesničky: **Horní a Dolní Údolí**, kolem zrekonstruované **kaple sv. Anny**, romantická cesta vede též **údolím Javorné**. Ideální podmínky jsou zde také pro nadšence trailového běhu.

Památky

Jestliže nejste příznivci sportu, máme pro vás další varianty trávení volného času. Navštívit můžete **kostel Nanebevzetí Panny Marie** s kostelní věží, kde probíhá prohlídka věže s výkladem, **Městské hornické muzeum**, **Údolí ztracených štol**, **Poštovní štolu** a **Zlatokopecský skanzen** se zlatorudnými mlýny, hornickou osadou a tavící pecí.

Kultura

Přestože jsou Zlaté Hory malé poklidné městečko uprostřed zalesněných kopců, najdete zde i kulturní vyžití. Během léta se zde konají městské slavnosti **Zlaté dny**, kde můžete zažít koncerty známých českých či slovenských kapel. Bohatý program nabízí i samotné Sanatorium Edel, v parku za léčebnou bývají o víkendech akce „**Za Edel**“, tedy koncerty menších hudebních kapel, letní kino, loutkové divadlo pro děti nebo třeba kurzy jógy.



kostel Panny Marie Pomocné

Neváhejte využít této jedinečné příležitosti, kterou vám Sanatorium Edel a jeho skvělý kolektiv nabízí. Jediné, co vás dělí od možnosti získání této zkušenosti je podání přihlášky a zaslaní motivačního dopisu spolu s životopisem. Držíme palce! Bližší informace získáte na webové adrese Sanatoria Edel: <http://www.speleoterapie.cz/klinicka-staz/klinicka-staz/>

Autor: Hana Hořáková, 2019

Revize a doplnění: Kateřina Dvořáková, Kristína Kmeťová, Barbora Švancárová, 2020