



Na Dni otvorených dverí ponúka Fakulta verejnej správy UPJŠ informácie o štúdiu	2
Online, eduworld.sk, 15. 2. 2023, 10:44	
Prehľad udalostí na štvrtok 16. februára	3
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 16. 2. 2023, 6:30	
Aktualizovaný prehľad udalostí na štvrtok 16. februára	7
Agentúrne spravodajstvo, TASR, 16. 2. 2023, 9:25	
MUDr. Vladimíra Lang: Pacientom chcem venovať toľko času, koľko potrebujú	11
Tlač, Moje zdravie, 16. 2. 2023	
Deti po štyridsiatke? Spoločnosť sa zmenila, ľudia sa na to cítia. Vedci skúmajú neplodnosť	14
Tlač, Košický večer, 17. 2. 2023	



Prehľad udalostí na štvrtok 16. februára [📄](#)

📅 16. 2. 2023, 6:30, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Vedúce vydania:

predpoludním: D. Popoffová

popoludní: L. Bittner

Službukonajúci technik: 0905/505 721

E - mail: domred@tasr.sk, tel.: 59 21 04 58

dispecing@tasr.sk, tel.: 0905 282 190

Japonský filmový festival (16. - 19. februára)

Bratislava, kino Mladosť, Hviezdoslavovo námestie 17

08.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva mesta Poprad

Poprad, Mestský úrad, malá zasadačka, prízemie, Nábřežie Jána Pavla II. 2802/3

08.30 83. schôdza Národnej rady SR

Bratislava, NR SR, rokovacia sála, Námestie A. Dubčeka 1

Text, Video, Zvuk, Live

09.00 Deň otvorených dverí na Univerzite Konštantína Filozofa v Nitre

Nitra, Trieda A. Hlinku 1

Text, Foto

09.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva hlavného mesta SR Bratislavy

Bratislava, Primaciálny palác, 1. poschodie, Zrkadlová sieň

Text

09.00 Program prezidentky SR Zuzany Čaputovej:

09.00 h - Rozlúčka s generálmajorom Ondřejom Novosadom

- príhovor prezidentky SR

- fototermín

13.30 h - Prijatie záchranárov zasahujúcich v Turecku

- príhovor prezidentky

- príhovor veliteľa záchranných zložiek Igora Žiaka

- fototermín

Bratislava, Prezidentský palác

09.30 TK Slovenskej komory zubných lekárov



Témy: Čo čaká zubné ambulancie v roku 2023; bude mať pacient dostupnú a aj kvalitnú zubnú starostlivosť? Dofinancovanie zubno-lekárskej zdravotnej starostlivosti, zrealizovanie úhrad z verejného zdravotného poistenia. Výchova pacientov o orálnom zdraví od útleho detstva - projekt z dielne SKZL pre žiakov základných a stredných škôl – kde máme problémy so zavedením online hodiny do vyučovacieho procesu. Pilotný projekt SKZL – „Každé dieťa bez zubného kazu“ – v spolupráci s BSK pre deti z Centier pre deti a rodiny.

Bratislava, hotel Bratislava, sála Gallery, 1. poschodie, Seberíniho 9

Text, Video, Zvuk, Foto

10.00 Deň otvorených dverí Lekárskej fakulty **UPJŠ**

Košice, Trieda SNP 1

10.00 Rokovanie Rady RTVS

Bratislava, Slovenský rozhlas, Mýtna 1

10.00 Svätá omša pri príležitosti 15. výročia vzniku Žilinskej diecézy

Žilina, Kostol Sedembolestnej Panny Márie, Námestie Jána Pavla II. 1, Žilina-Vlčince

10.00 Odovzdávanie cien, vyhlásenie víťazov súťaže Mladý karikaturista a uvedenie katalógu k výstave.

Po slávnostnom programe bude výstava súťažných prác, ktorá bude k dispozícii do 19. marca 2023.

Poprad, Tatranská galéria, artklub, Hviezdoslavova ulica

10.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva mesta Levoča

Levoča

10.00 Otvorenie nových priestorov CVČ Junior

Banská Bystrica, Centrum pre mladých CVČ Junior - Obchodná akadémia, Tajovského 25

11.00 TK ministra vnútra SR Romana Mikulca a splnomocnenca vlády pre rozvoj občianskej spoločnosti Filipa Vagača.

Téma: Rok vojny Ruska proti Ukrajine – spolupráca s mimovládny sektorom, prieskum prínosov MNO v riešení krízy spôsobenej vojnou na Ukrajine.

11.40 h - minister vnútra SR Roman Mikulec ocení príslušníkov HaZZ a HZS, ktorí pomáhali po zemetrasení v Turecku.

Bratislava, MV SR, tlačová miestnosť, 2. poschodie, Pribinova 2

Text, Zvuk

11.00 Odovzdanie staveniska v Spojenej škole Ľ. Podjavorinskej v Prešove

Odovzdanie staveniska "Zlepšenie vzdelávacej infraštruktúry v SŠ Ľ. Podjavorinskej".

Na odovzdaní staveniska sa zúčastní aj predseda Prešovského samosprávneho kraja Milan majerský a riaditeľ školy.

Prešov, Spojená škola, Ľ. Podjavorinskej 22

Text, Zvuk

11.30 TK ministra zahraničných vecí a európskych záležitostí SR Rastislava Káčera a ministra obrany SR Jaroslava Naďa.

Téma: Rok vojny Ruska proti Ukrajine. Ministri zhodnotia doterajšiu pomoc a podporu Slovenska Ukrajine a význam tejto pomoci pre našu krajinu.

Bratislava, MZVEZ SR, Hlboká cesta 2

Text, Video, Zvuk, Foto

12.00 Výbor NR SR pre európske záležitosti



Bratislava, NR SR, miestnosť č. 149, Námestie A. Dubčeka 1

13.00 TK o divadelnej show Experidance: Dievča s perlovými vlasmi

Košice, divadlo Thália, Mojmírova 1

13.00 TK podpredsedníčky vlády a dočasne poverenej ministerky investícií, regionálneho rozvoja a informatizácie SR Veroniky Remišovej.

Téma: V roku 2023 bude z Programu Slovensko vyhlásených spolu 138 výziev v objeme 5,8 miliardy eur.

Bratislava, Úrad vlády SR, nová budova, tlačová miestnosť, Námestie slobody 1

Text, Zvuk

13.00 Minister práce, sociálnych vecí a rodiny SR Milan Krajniak navštívi Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny

Topoľčany, Škultétyho 1577/8

13.05 Výbor NR SR pre kultúru a médiá

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 32, Námestie A. Dubčeka 1

14.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva mesta Dolný Kubín

Dolný Kubín, Mestské kultúrne stredisko, estrádna sála

14.00 Práporové cvičenie Mnohonárodnej bojovej skupiny NATO na Slovensku

Leš', Centrum výcviku Leš' (48°23'39.3"N 19°14'39.0"E, Google mapy: 48.394218, 19.244258)

14.00 85. schôdza NR SR

po skončení

86. schôdza NR SR

Bratislava, NR SR, rokovacia sála, Námestie Alexandra Dubčeka 1

Text, Video, Zvuk, Foto

15.00 Výstava ČTK: Česko/Slovenské okamihy

Česká tlačová kancelária pripravila pri príležitosti 30. výročia rozpadu Československa novú vonkajšiu fotografickú výstavu.

Bratislava, Hviezdoslavovo námestie, pri altánku

15.30 h - Uvedenie knihy

Bratislava, Český dom, Galéria Českého centra, Prepoštská 6

Text, Zvuk, Foto

15.30 TK poslancov Národnej rady SR Tomáša Šudíka a Jána Mičovského

Téma: Aktuálna politická situácia - dianie na ministerstve pôdohospodárstva a v PPA. Na TK bude ďalej informovať bývalá zamestnankyňa Pôdohospodárskej platobnej agentúry Zuzana Šubová a farmári.

Bratislava, NR SR, tlačová miestnosť, Námestie A. Dubčeka 1

Text

17.00 Vyhlásenie výsledkov súťaže amatérskej fotografie AMFO 2023

Vyhlásenie výsledkov bude spojené s rozborovým seminárom fotografií zapojených do 51. ročníka súťažnej prehliadky amatérskej fotografickej tvorby AMFO 2023.



Martin, Turčianske kultúrne stredisko, Divadelná 3

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

Informácie o očakávaných udalostiach nájdete aj v aplikácii TASR Kalendárium na adrese kalendarium.tasr.sk

dk lt

Autor: LT



Aktualizovaný prehľad udalostí na štvrtok 16. februára [🔗](#)

📅 16. 2. 2023, 9:25, Zdroj: **TASR**, Vydavateľ: **Tlačová agentúra Slovenskej republiky**, Sentiment: **Neutrálny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Vedúce vydania:

predpoludním: D. Popoffová

popoludní: L. Bittner

Službukonajúci technik: 0905/505 721

E - mail: domred@tasr.sk, tel.: 59 21 04 58

dispecing@tasr.sk, tel.: 0905 282 190

Japonský filmový festival (16. - 19. februára)

Bratislava, kino Mladosť, Hviezdoslavovo námestie 17

08.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva mesta Poprad

Poprad, Mestský úrad, malá zasadačka, prízemie, Nábřežie Jána Pavla II. 2802/3

08.30 83. schôdza Národnej rady SR

Bratislava, NR SR, rokovacia sála, Námestie A. Dubčeka 1

Text, Video, Zvuk, Live

09.00 Deň otvorených dverí na Univerzite Konštantína Filozofa v Nitre

Nitra, Trieda A. Hlinku 1

Text, Foto

09.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva hlavného mesta SR Bratislavy

Bratislava, Primaciálny palác, 1. poschodie, Zrkadlová sieň

Text

09.00 Program prezidentky SR Zuzany Čaputovej:

09.00 h - Rozlúčka s generálmajorom Ondřejom Novosadom

- príhovor prezidentky SR

- fototermín

13.30 h - Prijatie záchranárov zasahujúcich v Turecku

- príhovor prezidentky

- príhovor veliteľa záchranných zložiek Igora Žiaka

- fototermín

Bratislava, Prezidentský palác

Video, Foto



09.30 TK Slovenskej komory zubných lekárov

Témy: Čo čaká zubné ambulancie v roku 2023; bude mať pacient dostupnú a aj kvalitnú zubnú starostlivosť? Dofinancovanie zubno-lekárskej zdravotnej starostlivosti, zrealizovanie úhrad z verejného zdravotného poistenia. Výchova pacientov o orálnom zdraví od útleho detstva - projekt z dielne SKZL pre žiakov základných a stredných škôl – kde máme problémy so zavedením online hodiny do vyučovacieho procesu. Pilotný projekt SKZL – „Každé dieťa bez zubného kazu“ – v spolupráci s BSK pre deti z Centier pre deti a rodiny.

Bratislava, hotel Bratislava, sála Gallery, 1. poschodie, Seberíniho 9

Text, Video, Zvuk, Foto

10.00 Deň otvorených dverí Lekárskej fakulty **UPJŠ**

Košice, Trieda SNP 1

10.00 Rokovanie Rady RTVS

Bratislava, Slovenský rozhlas, Mýtna 1

10.00 Svätá omša pri príležitosti 15. výročia vzniku Žilinskej diecézy

Žilina, Kostol Sedembolestnej Panny Márie, Námestie Jána Pavla II. 1, Žilina-Vlčince

10.00 Odovzdávanie cien, vyhlásenie víťazov súťaže Mladý karikaturista a uvedenie katalógu k výstave

Po slávnostnom programe bude výstava súťažných prác, ktorá bude k dispozícii do 19. marca 2023.

Poprad, Tatranská galéria, artklub, Hviezdoslavova ulica

10.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva mesta Levoča

Levoča

10.00 Otvorenie nových priestorov CVČ Junior

Banská Bystrica, Centrum pre mladých CVČ Junior - Obchodná akadémia, Tajovského 25

11.00 TK dočasne povereného ministra vnútra SR Romana Mikulca a splnomocnenca vlády pre rozvoj občianskej spoločnosti Filipa Vagača

Téma: Rok vojny Ruska proti Ukrajine – spolupráca s mimovládny sektorom, prieskum prínosov MNO v riešení krízy spôsobenej vojnou na Ukrajine

11.40 h - minister vnútra SR Roman Mikulec ocení príslušníkov HaZZ a HZS, ktorí pomáhali po zemetrasení v Turecku

Bratislava, MV SR, tlačová miestnosť, 2. poschodie, Pribinova 2

Text, Video, Zvuk, Foto

11.00 Odovzdanie staveniska v Spojenej škole Ľ. Podjavorinskej v Prešove

Odovzdanie staveniska "Zlepšenie vzdelávacej infraštruktúry v SŠ Ľ. Podjavorinskej". Na odovzdaní staveniska sa zúčastní aj predseda Prešovského samosprávneho kraja Milan majerský a riaditeľ školy.

Prešov, Spojená škola, Ľ. Podjavorinskej 22

Text, Zvuk

11.30 TK dočasne povereného ministra zahraničných vecí a európskych záležitostí SR Rastislava Káčera a dočasne povereného ministra obrany SR Jaroslava Naďa

Téma: Rok vojny Ruska proti Ukrajine. Ministri zhodnotia doterajšiu pomoc a podporu Slovenska Ukrajine a význam tejto pomoci pre našu krajinu.

Bratislava, MZVEZ SR, Hlboká cesta 2



Text, Zvuk, Foto, Live

12.00 Výbor NR SR pre európske záležitosti

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 149, Námestie A. Dubčeka 1

13.00 TK o divadelnej show Experidance: Dievča s perlovými vlasmi

Košice, divadlo Thália, Mojžírova 1

13.00 TK podpredsedníčky vlády a dočasne poverenej ministerky investícií, regionálneho rozvoja a informatizácie SR Veroniky Remišovej

Téma: V roku 2023 bude z Programu Slovensko vyhlásených spolu 138 výziev v objeme 5,8 miliardy eur

Bratislava, Úrad vlády SR, nová budova, tlačová miestnosť, Námestie slobody 1

Text, Zvuk

13.00 Dočasne poverený minister práce, sociálnych vecí a rodiny SR Milan Krajniak navštívi Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny

Topoľčany, ÚPSVaR, Škultétyho 8

13.05 Výbor NR SR pre kultúru a médiá

Bratislava, NR SR, miestnosť č. 32, Námestie A. Dubčeka 1

14.00 Zasadnutie Mestského zastupiteľstva mesta Dolný Kubín

Dolný Kubín, Mestské kultúrne stredisko, estrádna sála

14.00 Práporové cvičenie Mnohonárodnej bojovej skupiny NATO na Slovensku

Lešť, Centrum výcviku Lešť (48°23'39.3"N 19°14'39.0"E, Google mapy: 48.394218, 19.244258)

Video, Foto

14.00 85. schôdza NR SR + po skončení 86. schôdza NR SR

po skončení 85. schôdze - 86. schôdza NR SR

Bratislava, NR SR, rokovacia sála, Námestie Alexandra Dubčeka 1

Text, Video, Zvuk, Foto

15.00 Výstava ČTK: Česko/Slovenské okamihy

Česká tlačová kancelária pripravila pri príležitosti 30. výročia rozpadu Československa novú vonkajšiu fotografickú výstavu.

Bratislava, Hviezdoslavovo námestie, pri altánku

15.30 h - Uvedenie knihy

Bratislava, Český dom, Galéria Českého centra, Prepoštská 6

Text, Zvuk, Foto

15.30 TK poslancov Národnej rady SR Tomáša Šudíka a Jána Mičovského

Téma: Aktuálna politická situácia - dianie na ministerstve pôdohospodárstva a v PPA. Na TK bude ďalej informovať bývalá zamestnankyňa Pôdohospodárskej platobnej agentúry Zuzana Šubová a farmári.

Bratislava, NR SR, tlačová miestnosť, Námestie A. Dubčeka 1

Text



17.00 Vyhlásenie výsledkov súťaže amatérskej fotografie AMFO 2023

Vyhlásenie výsledkov bude spojené s rozborovým seminárom fotografií zapojených do 51. ročníka súťažnej prehliadky amatérskej fotografickej tvorby AMFO 2023.

Martin, Turčianske kultúrne stredisko, Divadelná 3

Správy ekonomického charakteru vydá ekonomická redakcia TASR.

Informácie o očakávaných udalostiach nájdete aj v aplikácii TASR Kalendárium na adrese kalendarium.tasr.sk

dk lt

Autor: DK



MUDr. Vladimíra Lang: Pacientom chcem venovať toľko času, koľko potrebujú

16. 2. 2023, Zdroj: **Moje zdravie**, Strán: 58, 59, 60, 62, 63, 64, Vydavateľ: **MAGNET PRESS, SLOVAKIA s.r.o.**, Autor: Dana

Viestová, Sentiment: **Positívny**, Téma: **Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach**, Kľúčové slová: **UPJŠ**

Dosah: 65 000 GRP: 1,44 OTS: 0,01 AVE: 1599 Eur

Rubrika: > Téma

Uspela vo svete, napriek tomu sa vrátila domov

Niekomu sa môže zdať jej cesta poriadne kľukatá a smerovanie často nečakané, zaviedlo ju totiž do troch štátov Európy. Nemá problém hľadať vždy riešenie a keď treba, prispôbiť sa. Alebo sa jednoducho zdvihnúť a odísť. A tak sa aktuálne z anestéziologičky stala všeobecnou lekárkou. Práve tí totiž na Slovensku chýbajú teraz najviac. A ona túži po tom, aby sa i slovenskí pacienti stretávali s ľudskými doktormi, čo vedia poradiť, fundovane liečiť a najmä majú schopnosť pozrieť sa na situáciu aj očami pacienta.

Bola pre vás medicína od malička vysnívaným povoláním?

Nemyslím si, že som si od raného detstva bola istá, čím chcem byť. Starý otec z matkovej strany bol však lekárom a rodičia tiež pracovali v zdravotníctve, mama ako fyzioterapeutka, otec ako psychológ, takže medicína sa okolo mňa stále točila, hlavne keď som ako dieťa za nimi chodievala do nemocnice. Že pôjdem na medicínu som sa však rozhodla až v treťom a definitívne vo štvrtom ročníku na gymnáziu. Priviedli ma k tomu v podstate predmety, ktoré ma bavili: biológia, chémia a fyzika. Navyše som bola niekde vnútri vlastne odmala podvedome presvedčená, že treba hľadať spôsoby, ako ľuďom pomáhať.

Po skončení Lekárskej fakulty **UPJŠ** v Košiciach vaša cesta viedla do známeho pražského Inštitutu klinickej a experimentálnej medicíny, kde ste pôsobili na klinike hepato-gastroenterológie. To bola špecializácia, ktorej ste sa chceli venovať?

Nie tak celkom. Nasmeroval ma tam však budúci manžel mojej najlepšej kamarátky, ktorý tam začal pracovať ako chirurg. A bola to skvelá skúsenosť učiť sa od tímu špičkových odborníkov, ktorý viedol prof. Julius Špičák, ale nebola to moja šálka kávy. Bolo to pre mňa príliš úzko špecializované odvetvie, navyše mi veľmi chýbal domov.

Takže ste sa vrátili do Lučenca...

Nastúpila som na interné oddelenie miestnej nemocnice ako sekundárna lekárka a v rámci predatestačnej prípravy som dva mesiace bola na oddelení anestézie a intenzívnej medicíny, kde som sa doslova našla. Takže som sa rozhodla, že zmením špecializáciu a budem sa venovať intenzívnej medicíne.

Hoci sa to laikom možno nezdá, ide o mimoriadne náročnú a zodpovednú prácu. Práve anestéziológ sa totiž stará, aby pacient operáciu prežil bez komplikácií počas nej a po nej. A to je, myslím, len veľmi stručný opis jeho povinností... Sama si spomínam ako som pred tridsiatimi rokmi absolvovala asi dva a polhodinové operácie nohy pod spinálnou anestéziou a anestéziologička celý ten čas stála pri mojej hlave a komunikovala so mnou o všetičom možnom. Dokonca sme sa spolu smiali. Zažívali ste podobné operácie?

Samozrejme. Anestéziológ má naozaj aj funkciu akéhosi psychológa. Takže tleskam kolegyni, ktorú ste mali možnosť zažiť. Presne takto by to totiž malo vyzerať. V indikovaných prípadoch je práve takáto nie lieková forma uvoľnenia najúčinnějšía. Podobne má v rámci manažmentu anestéziológie veľký význam napríklad aj muzikoterapia.

Lenže ani toto nakoniec nebola pre vás konečná stanica a po troch rokoch na oddelení ARO v Lučenci ste si znovu obuli túlavé topánky.

Ovplyvnili ma kolegovia anestéziológovia a internisti, ktorí odišli do Írska, a ich skúsenosť s materiálno-technickým zabezpečením, formou manažmentu pacienta, profesionalitou. Tým nechcem povedať, že by na Slovensku bola nižšia profesionalita, ale lákala ma spôsob komunikácie na inej úrovni. A samozrejme, aj tamojšie finančné ohodnotenie mladých lekárov. Skrátka som ako čerstvo atestovaná lekárka chcela spoznať aj iný systém zdravotníctva a zarobiť si.

Inšpirovala vás skúsenosť kolegov, aká bola však potom vaša vlastná?

V Írsku som v rozmedzí troch rokov pôsobila v troch menších nemocniciach, asi na úrovni našich okresných, v rôznych častiach krajiny. Vypichla by som skúsenosť zo súkromnej kardiochirurgickej kliniky v Dubline, kde bolo na každom kroku zjavné, že lekári, sestry a ostatný personál sú tam pre pacienta. S takým rozvetvením a intenzitou komplexnej starostlivosti som sa stretla prvý raz.

Platilo to aj o Anglicku, kam vaša cesta pokračovala?

To sa stalo doslova mojou srdcovkou. Aj tam som strávila som tri roky. Najdlhšie som pôsobila v nemocnici v Derby, na ktorú naozaj veľmi rada spomínam. Uvedomila som si, aký dôležitý je systém vzdelávania mladých lekárov. Každý mladý začínajúci anestéziológ mal prideleného lekára konzultanta, s ktorým boli doslova dvojčkou, a postupne podľa schopností a skúseností bol čoraz viac pripúšťaný k samostatnej práci. Na pravidelnej báze pre mladých lekárov prebiehali rôzne semináre, školenia, kde sa priebežne overovali ich vedomosti a schopnosti, vďaka čomu po stupienkoch postupovali, až sa z nich stávali atestovaní lekári. A potom to boli zase oni, ktorí



odovzdávali svoje skúsenosti a schopnosti. Práve vďaka tomuto systému vzdelávania, ktorý je založený na podpore a odohráva sa v priateľskej atmosfére, sa dajú s nadhľadom zvládať aj ťažké a závažné problémy. Zároveň som si uvedomila, aký dôležitý je dostatok personálu na všetkých možných úrovniach, od ošetrovateľov, asistentov, zdravotných sestier až po lekárov. K tomu patria dietológovia, fyzioterapeuti a ďalší podporní a pomocní pracovníci. Vtedy pacient môže dostať adekvátnu starostlivosť.

Ako anestéziologička ste istý čas strávili aj v pôrodnici, čo je ďalšia oblasť, ktorú môžete porovnávať.

Keďže išlo o nemocnicu s veľkou spádovou oblasťou, jeden anestéziológ bol vyčlenený len pre pôrodnické oddelenie. A musím povedať, že som tam zažila neskutočnú spoluprácu gynekológa, pôrodníka, sestier, mamičiek aj otcov. Bol to skutočne baby friendly prístup.

Z pracovného hľadiska to bol teda krok dopredu, ale čo tá ľudská stránka? Opäť ste totiž boli ďaleko od domova. Bolo niečo, na čo ste si nevedeli zvyknúť?

Na samotu. Až keď sa človek ocitne bez najbližšej rodiny a priateľov, ktorých inak považuje za samozrejmosť, uvedomí si, akí sú pre neho dôležití. Cítila som sa nielen sama, ale doslova vykokorenená a vytrhnutá z dovtedajšieho života. Navyše, najmä v Írsku, som veľmi bojovala s počasím. Žila som na juhozápade, čo je oblasť Golského prúdu a väčšinu roka tam prší. Domáci sú na to zvyknutí, ale pre mňa to bolo veľmi deprimujúce.

A čo noví kolegovia a nové vzťahy?

Samozrejme, že som spoznala nových ľudí, ale uvedomila som si, že spoznať niekoho a kamarátiť sa je rozdiel.

Nie každý s každým dokáže byť hneď kamarát.

Bol v tom aj jazykový problém?

Na začiatku určite áno. Učiť sa angličtinu v škole a žiť v anglickom prostredí je niečo iné. Našťastie, veľmi rýchlo som sa v nej našla.

Keď sa dnes obzriete späť, v čom má írsky alebo anglický pacient v porovnaní s naším inú zdravotnícku starostlivosť? Dá sa to vôbec porovnávať?

Hlavne treba porovnávať porovnateľné. Nemám rada názor, že tu nič nefunguje a vonku je všetko úžasné. S tým totiž absolútne nemôžem súhlasiť. Negatíva aj pozitíva sú rovnako u nás, ako aj v zahraničí. V porovnaní s cudzinou je u nás asi najväčším problémom štýl komunikácie, trpezlivosť, dostatok času na pacienta, skrátka, také chcenie na všetkých úrovniach – od recepcnej, cez sestry až po lekárov. Chýba vzájomný rešpekt. Pacient by mal dostať zrozumiteľnú informáciu, čo ho čaká, akým spôsobom zákrok prebehne a čo z medicínskeho hľadiska od toho očakávame. Toto je v zahraničí absolútne prirodzené. Aj u nás sa to zlepšuje, ale ešte stále nie je samozrejmosť mať na pacienta dostatok času, vysvetliť mu jeho zdravotný stav a odpovedať na jeho otázky. Nehovoriac o tom, že mi tu stále chýba elementárna slušnosť, také to obyčajné: Dobrý deň, kto som, prečo som tu a prečo vám idem robiť ten-ktorý zákrok. To platí aj pre anestéziu. Kým je pacient pri vedomí, vysvetľovať mu jednotlivé kroky, prípadne sa s ním zhovárať...

Teda tak, ako to bolo pri mojej operácii?

Presne tak. Sama som sa to naučila v zahraničí a stalo sa to absolútnou súčasťou môjho ja, aj keď som sa pred desiatimi rokmi vrátila na Slovensko. Najmä, keď som po materskej dovolenke v Nórsku nastúpila na oddelenie anestéziológie a intenzívnej medicíny v Rimavskej Sobote, kde ma veľmi potešilo, keď mi kolega povedal, že on to tak síce doteraz nerobil, ale už bude.

Takže nakoniec sama postupne meníte slovenské zdravotníctvo.

(úsmev) Uvedomujem si, že tento problém je dlhodobý hlavne v menších nemocniciach, kde výchova mladých lekárov trochu zaostáva. Počas môjho pôsobenia v nemocnici v Rimavskej Sobote tam prišli traja noví kolegovia, ktorí sa rozhodli pre intenzívnu medicínu, a mám naozaj dobrý pocit, že som im odovzdala nielen odborné, ale aj komunikačné skúsenosti.

Ten majú teraz určite aj ich pacienti. Vy ste sa v ich pozícii ocitli v Nórsku, kde ste porodili syna. Vrávi sa, že najlepšia skúsenosť je tá vlastná. Tak aké je to byť na druhej strane?

Potvrdilo sa mi, aké sú pokoj, rozvaha a príjemná atmosféra pre psychiku pacienta dôležité. Počas hospitalizácie sa totiž každý ocitá v neznámej situácii. My zdravotníci sme tam dennodenne, ale niektorý pacient možno raz za život a nie je dobré, aby na to spomínal negatívne. Preto veľmi túžim po tom, aby sa slovenskí pacienti stretávali s ľudskými lekármi, ktorí vedia poradiť, fundovane liečiť a najmä majú schopnosť pozeráť sa na situáciu aj očami pacienta. A sama sa snažím taká byť. Bohužiaľ, všeobecne máme v tomto u nás stále veľké rezervy.

Írsko, Anglicko, Nórsko... Prešli ste kus Európy, no dnes pôsobíte opäť na Slovensku. Napriek všetkým tým skúsenostiam na nezaplatenie, ktoré ste tam získali, ste si povedali, že cudziny stačilo a chcete zakotviť doma?



Keď sa nám narodil syn a človek už nemal zodpovednosť len sám za seba, ale aj za toho malého človečička, začali sme s dnes už manželom zvažovať všetky za a proti. Počas štyroch rokov v Osle som bola na materskej dovolenke, takže tam som ako lekárka nepracovala. Ak by som sa pre to znova rozhodla, musela by som sa najskôr perfektne naučiť po nórsky a zvládnuť z jazyka štátnu skúšku. Angličtina by mi tam totiž nestačila. Možno ak by som si našla prácu niekde za polárnym kruhom, kam sa nikomu veľmi nechce... Ísť do toho by teda znamenalo najskôr investíciu do jazykových kurzov. Čím dlhšie sme to však zvažovali, tým viac mi chýbala motivácia. Naozaj chcem dávať to, čo viem a čo som sa naučila, nórskeho pacientovi? Nepotrebuje ma viac ten slovenský? Asi by to bolo finančne výhodnejšie, ale ako pre matku aj náročnejšie. Bola by som totiž bez pomoci rodičov. A moja práca nie je od ôsmej do štvrtej ani v pracovné dni. Jednoducho mi vnútro hovorilo, že toto nie je moja cesta.

A vy ste ho poslúchli...

Prežili sme v Nórsku nádherné štyri roky, dostali sme tam základy ich životného štýlu v súlade s prírodou, čo ma veľa naučilo. Veľmi rada sa tam vrátim na dovolenku, ale odchod považujem za správne rozhodnutie. A uvidíme, čo nám prinesie budúcnosť.

Tá už svoje meno v podstate má – a je ním Halič. Čo vás tam priviedlo?

Práve odtiaľ dorazil na naše prvé rande môj budúci manžel, keďže sa tam takmer pred tridsiatimi rokmi presťahovali jeho rodičia. A keď sme sa pred šiestimi rokmi vrátili z Osla, chodievali sme tam častejšie aj my, keďže tam máme rodinné zázemie aj okruh priateľov.

A zmenil sa vám život. Z anestéziologičky je dnes praktická lekárka. Čo vás k tomuto rozhodnutiu viedlo?

V posledných rokoch som stále častejšie počúvala, ako na Slovensku chýbajú ambulantní lekári, dokonca až štyristo praktikov, pričom aj z tých, ktorí ešte ordinujú, je už množstvo v dôchodkovom veku. Bola to len informácia, ale nasadila mi chrobáka do hlavy. Pár mojich kolegov na to totiž reagovalo a prihlásili sa na prípravu na špecializáciu praktického lekára pre dospelých. Potom prišiel covid a s ním náročné, dlhé služby, keď som bola viac v práci ako doma. A syn mi stále viac opakoval, že nechce, aby som stále chodila cez víkendy preč. A čím ďalej, tým viac mi z toho vychádzalo, že asi je čas odísť z nemocničného prostredia, a to bol prvý krok k tomu, aby som sa aj ja preorientovala na všeobecné lekárstvo. Prihlásila som sa na atestačnú prípravu, absolvovala povinnú prax a všetky predpísané náležitosti a od 1. januára tohto roku som v Haliči, kde s pomocou rozvojovej agentúry Banskobystrického samosprávneho kraja vznikla nová ambulancia.

Vidím, že ste človek, ktorý nenarieka nad tým, čo bolo, ale hľadá nové možnosti. A nielen pre seba, ale aj pre pacientov. Čo pre nich pripravujete?

Chcem sa sústrediť na prevenciu. Aby pacienti nekončili v nemocniciach kvôli zanedbanej ambulantnej starostlivosti. Kompetenciou všeobecného lekára sú preventívne prehliadky a manažment pacientov. Chcem mať čas na adekvátnu starostlivosť o každého pacienta a venovať im ho toľko, koľko budú potrebovať.

Miesto v Dubline ako stvorené na oddych.

„Práve vďaka systému vzdelávania, ktorý je založený na podpore a v priateľskej atmosfére, sa dajú zvládať aj ťažké a závažné problémy.“

MUDr. Vladimíru Lang zaviedli jej túlavé topánky za skúsenosťami aj do Londýna. Srdcovka Dr. Lang - Londýn Keď prišiel nápor covidu, anestéziologička Dr. Vladimíra Lang trávila viac času v nemocnici ako doma. Nórsky životný štýl v súlade s čarovnou prírodou MUDr. Lang veľa naučil.

„Prežili sme v Nórsku nádherné štyri roky, dostali sme tam základy ich životného štýlu v súlade s prírodou, čo ma veľa naučilo.“

Z anestéziologičky je dnes všeobecná lekárka v Haliči.

Autor: Text: Dana Viestová, foto: archív V. L. a Shutterstock



Deti po štyridsiatke? Spoločnosť sa zmenila, ľudia sa na to cítia. Vedci skúmajú neplodnosť [📄](#)

📅 17. 2. 2023, Zdroj: **Košický večer**, Strana: 8, Vydavateľ: Petit Press, a.s., Autor: Lenka Haniková, Sentiment: Pozitívny, Téma: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, Kľúčové slová: Univerzita Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach, UPJŠ

Dosah: 203 116 GRP: 4,51 OTS: 0,05 AVE: 649 Eur

NÁDEJOU PRE NEPLODNÉ PÁRY MÔŽE BYŤ NOVÁ TECHNOLOGIA

Problém s otehotnením sa týka 15 percent párov, to sú milióny na celom svete.

KOŠICE. Spoluprácou troch slovenských a českých univerzít vznikla technológia, ktorá môže pre neplodné páry predstavovať vyššie šance na otehotnenie po umelom oplodnení.

Na trh by sa mohla dostať už do dvoch rokov.

Pomôcť môže mnohým ľuďom, problém s neplodnosťou totiž ročne postihuje vyše 48 miliónov párov po celom svete.

„Neplodnosť sa vyskytovala v ľudskej populácii stále, avšak určite nie až v takej miere ako dnes, keď môžeme reprodukčný problém predpokladať u jedného zo siedmich párov,“ vysvetľuje Silvia Toporcerová z Gynekologicko-pôrodníckej kliniky Lekárskej fakulty **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach (UPJŠ)** a košickej univerzitnej nemocnice, ktorá sa podieľala na tvorbe novej technológie.

Z veľkej časti za to podľa lekárky môžu aj zmeny v spoločnosti.

Kým pred 40 rokmi nebolo nič nezvyčajné mať dieťa pred dovŕšením 20. narodenín, dnes sa veľká časť žien začína iba snažiť o dieťa až po tridsiatke.

Po 35. roku života však podľa odborníčky začína šanca na otehotnenie prudko klesať.

V tejto súvislosti je podľa nej kontraproduktívne poukazovať na úspešné tehotenstvá okolo päťdesiatky.

„Vo veku ženy okolo 50 rokov už ide v absolútnej väčšine prípadov úspešných gravidít o tehotenstvá z darovaných vajíčok, prípadne z vajíčok, ktoré si ženy dali zamraziť v oveľa mladšom veku,“ hovorí docentka Toporcerová, ktorá je zároveň medicínskou riaditeľkou Centra asistovanej reprodukcie GynCare, s. r. o., v Košiciach.

K nárastu neplodnosti prispievajú aj mnohé faktory životného štýlu, napríklad fajčenie, obezita, užívanie návykových látok či nedostatok pohybu a v mnohých prípadoch môžu byť za neplodnosťou aj genetické zmeny.

Nie je to len ženský problém

Neplodnosť sa u nás týka 15 percent populácie v reprodukčnom veku. Zastúpenie príčin je pritom medzi mužmi a ženami zhruba rovnaké.

„V 40 percentách prípadov sa nájde problém na strane muža, v 40 percentách na strane ženy a v 10 percentách sa nejaká patológia potvrdí u oboch partnerov,“ vysvetľuje lekárka.

Stále však ostáva približne 10 percent párov, u ktorých sa štandardnými vyšetrovacími metódami nepodarí zistiť príčinu neplodnosti.

Je však zrejmé, že neplodnosť nemôžeme v súčasnosti považovať len za problém žien, ako sa to tvrdilo kedysi.

„Percento patológií spermogramu významne stúpa, a za touto realitou sú z veľkej časti práve už spomínané faktory životného štýlu,“ pripomína Silvia Toporcerová.

Neplodnosť sa tak podľa nej môže týkať úplne kohokoľvek.

Pri výrazne nepravidelnom menštruačnom cykle u žien je oveľa vyššia pravdepodobnosť, že u nich nedochádza k ovulácii, a teda riziko neplodnosti je v týchto prípadoch vyššie.

„Vyššiu mieru neplodnosti môžeme predpokladať aj u mužov, ktorí mali neskoro operované nezostúpené semenníky, eventuálne absolvovali onkologickú liečbu. Ale príroda je mocná a každý prípad je unikátny, takže nejaké zovšeobecnenie v tomto prípade určite možné nie je,“ konštatuje.

Spôsoby liečby

Príčin neplodnosti je veľmi veľa a z toho vyplýva, že aj liečebných možností je mnoho.



V prípade neprítomnosti ovulácie u ženy často stačí len liečba tabletkami, ktorá vedie k jej navodeniu.

Poruchy štítnej žľazy môžu tiež zvyšovať riziko neplodnosti, ak nie sú adekvátne liečené.

U niektorých žien aj samotná úprava hmotnosti môže navodiť ovulačný cyklus a významne zvýšiť šance na otehotnenie.

„U mužov môže pomôcť zvýšiť šance úprava životného štýlu, vylúčenie fajčenia, preliečenie urologických infekcií, v niektorých prípadoch je indikovaná aj hormonálna liečba,“ vysvetľuje Toporcerová.

V prípade, že tieto jednoduché metódy nevedú k otehotneniu, môže pár zvážiť použitie metód asistovanej reprodukcie.

Umelé oplodnenie

K tým jednoduchším patrí inseminácia, čo je podanie spermií do dutiny maternice v čase ovulácie.

Najsťofistikovanejšou a najúspešnejšou metódou asistovanej reprodukcie je in vitro fertilizácia (IVF), laicky umelé oplodnenie.

Práve zvyšovaním úspešnosti IVF v rámci liečby neplodnosti sa zaoberal spomínaný výskum realizovaný na Lekárskej fakulte **UPJŠ** v spolupráci s Univerzitou Komenského v Bratislave a Masarykovou univerzitou v Brne.

Myšlienka a smerovanie vedeckého výskumu analýzy kvality embrya v procese umelého oplodnenia vznikla v Košiciach na Lekárskej fakulte **UPJŠ**.

Výsledkom bola medzinárodná patentová prihláška a inovácia ocenená prestížnou cenou Inovácia Slovenska 2021.

„Takáto spolupráca nebola v minulosti bežná, avšak veda na Slovensku pokročila a každý výskumník si asi uvedomuje, že nielen v oblasti biomedicíny je potrebné riešiť otázky ako základného, tak aj aplikovaného výskumu interdisciplinárne,“ vysvetľuje zodpovedná riešiteľka kľúčového projektu vedúceho k získaniu patentu, docentka Miroslava Rabajdová z Ústavu lekárskej a klinickej biochémie Lekárskej fakulty **UPJŠ**.

Je to náročný proces

Liečba neplodnosti cestou IVF je vo všeobecnosti veľmi náročná a to nielen technicky a finančne, ale predstavuje aj enormnú psychickú záťaž pre partnerský pár.

„Každý jeden neúspešný pokus prenosu embrya do maternice je veľmi frustrujúci. Je preto veľmi dôležité, aby sa na prenos do maternice vybralo také embryo, ktoré má čo najvyššie šance na uhniesdenie a ďalší zdravý vývoj,“ hovorí výskumníčka Rabajdová.

Nová technológia, ak by sa zaviedla do klinického života, by mohla pre pacienta zjednodušiť väčšiu pravdepodobnosť dosiahnutia tehotnosti pri čo najmenšom počte potrebných prenosov embrya do maternice.

„Embryológovia a lekári centier asistovanej reprodukcie by v spolupráci s laboratóriami dostali informáciu, ktoré zo získaných embryí je na transfer najvhodnejšie, a naopak, ktoré má malý potenciál sa v maternici uhniesdiť,“ vysvetľuje Silvia Toporcerová.

Asistovaná reprodukcia dnes vie podľa nej pomôcť viac ako 90 percentám párov, ktoré vyhľadajú odbornú pomoc.

Najstaršia pacientka doktorky Toporcerovej, ktorá úspešne donosila tehotenstvo po hormonálnej stimulácii vlastných vaječníc a priniesla si z pôrodnice zdravé dieťa, mala v čase odberu vajíčok takmer 43 rokov.

„Len minimálne percento žien, či skôr promile, je však schopných po tomto veku otehotnieť z vlastných vajíčok. Samozrejme, ak ich žena nemá zamrazené z minulosti. To je to hlavné, čo treba mladým ľuďom dookola pripomínať - že ani IVF nie je liekom na vek.“

U starších vekových kategórií ostáva možnosť použitia darcovských vajíčok, keďže maternica si svoju schopnosť donosiť tehotenstvo zachováva do vysokého veku ženy.

Docentka však upozorňuje na možné komplikácie tehotnosti vo vyššom veku.

Rodiny zakladáme neskôr

Na tehotenstvo vo vyššom veku sú medzi odborníkmi rôzne názory. Napríklad uznávaný český sexuológ Petr Weiss v minulosti v rozhovore pre denník SME povedal, „že nie je v záujme evolúcie, aby mali štyridsaťroční starci a starené deti.“

Weiss vysvetlil, že naša genetická informácia zostala takmer rovnaká, aká bola u jaskynných ľudí.



„Tí sa však dožívali 40 rokov, zatiaľ čo dnes sa dožívame priemerne 80 rokov. Bohužiaľ je to tak aj v prípade plodnosti,“ poznamenáva Toporcerová, podľa ktorej je prirodzená plodnosť ženy fyziologicky nastavená tak, aby sa niekde okolo jej štyridsiateho roku života končila.

Svet sa však podľa nej zmenil a takisto ľudia - nastavenie spoločnosti je úplne iné.

„Rodiny si zakladáme neskôr, celkové zdravie u dnešných štyridsiatnikov je relatívne dobré a cítia sa úplne spôsobilí na to, aby mali deti. Je potrebné sa však na tento problém pozerať aj zo strany dieťaťa,“ hovorí výskumníčka.

Veľká časť európskych štátov má preto právne obmedzenie, do akého veku ženy je možné realizovať liečbu metódami asistovanej reprodukcie. Na Slovensku je to len limitácia odbornej spoločnosti, ktorá odporúča vekovú hranicu 50 rokov.

ODKLADANIE MATERSTVA

■ Vek priemernej európskej prvoroďičky je dvadsaťdeväť rokov, na Slovensku sa ženy po prvý raz stávajú matkami priemerne ako 27-ročné. Podľa dát Národného centra zdravotníckych informácií navyše v posledných rokoch na Slovensku stúpa počet pôrodov žien po štyridsiatke. Kým v roku 2010 rodilo vo vekovej skupine 40 až 44 rokov 912 žien, v roku 2020 to bolo až 1824, teda presne dvojnásobok. Koľko z nich počalo deti prirodzene a koľko vďaka umelému oplodneniu, nevedno. Hlavné príčiny pre strategické odkladanie materstva sú dlhšie obdobie vzdelávania žien a nepriaznivá ekonomická situácia. Nemenej dôležitá je však aj partnerská nestabilita či možnosť nájsť správneho partnera.

AKO FUNGUJE NOVÁ TECHNOLOGIA

■ V rámci cyklu umelého oplodnenia sa odoberajú vajíčka z vaječníka ženy, tie sa potom oplodnia v laboratóriu a o vzniknuté embryá sa v laboratórnych podmienkach odborníci starajú 5 až 6 dní. Na konci tohto procesu sa embryo prenáša do matrice ženy. Počas pobytu v laboratóriu sú embryá kultivované v kultivačných médiách, špeciálnych roztokoch, ktoré pre ne zabezpečujú optimálne podmienky. „Medzi embryom a kultivačným médiom však prebieha neustála výmena informácií vo forme výmeny molekúl. V rámci nášho výskumu sme sledovali tie molekuly, ktoré embryo vylučuje počas piatich dní v laboratóriu do kultivačného média. Komplikovanou analýzou týchto malých molekúl sme sa snažili nájsť spojitost medzi tým, aké molekuly embryo do média vylučuje, a aké sú jeho šance na uhniesenie sa v maternici,“ upresnila detaily výskumu Miroslava Rabajdová.

Výskumníčky z **Univerzity Pavla Jozefa Šafárika v Košiciach** Silvia Toporcerová (vľavo) a Miroslava Rabajdová. FOTO: ARCHÍV **UPJŠ**

ZDROJ: PEXELS.COM

Autor: LENKA HANIKOVÁ