

INFEKCE DÝCHACÍCH CEST V ZIMNÍCH MĚSÍCÍCH

Vánoční svátky nám skončily a mnohými vytoužená pravá zima s bílým závojem a teplotou pod bodem mrazu ne a ne přijít. Toto počasí nesvědčí zimním sportům, ale ani našemu zdraví.

Deštivé, pochmurné počasí s teplotou nad nulou výrazně napomáhá k šíření epidemií infekcí dýchacích cest. Přenos většiny respiračních infekcí probíhá kapénkami, vzdušnou cestou, jež zajišťuje jejich snadné a rychlé šíření v populaci. Vysoká míra mobility v dnešní společnosti, cestování v hromadných dopravních prostředcích, akumulace obyvatelstva ve velkoměstech a působení stresových faktorů rovněž přispívá k rychlému rozšíření infekcí.

Nejčastějšími původci infekcí dýchacích cest jsou viry, které často napadají sliznici dýchací soustavy na několika místech (nosohltan, hrtan, průdušnice). Dalšími původci jsou bakterie a v menším zastoupení kvasinky a paraziti, zvláště u pacientů s velmi oslabenou imunitou.

Klasickými příznaky jsou rýma, zvýšená teplota, pálení očí, dráždivý kašel různé intenzity, bolesti hlavy, krku a kloubů s celkovou únavou.

Jedná se často o samoupravná onemocnění, kdy mnoho nemocných ani nevyhledá lékaře.

Konzultace lékaře má však velký význam především v následujících situacích:

- vysoká horečka 39 °C a výše
- silné bolesti v krku, porucha polykání
- horečka s bolestí ucha
- obtíže neustupující v průběhu sedmi dnů

V síti Moje Ambulance, a. s., vás odborně vyšetří a ošetří váš praktický lékař, jenž má v ordinaci k dispozici přístroj k vyšetření hladiny CRP. CRP - C reaktivní protein je bílkovina, jejíž množství se v krvi pacienta zvyšuje při přítomnosti zánětu v těle. Lze tak odlišit klinicky méně nápadné infekce vyžadující léčbu antibiotiky. V případě potřeby je možno provést v ranních hodinách v našich ambulancích stěry na kultivaci, dle kterých může lékař nasadit cílenou antibiotickou terapii.

Dá se těmto nepříjemným komplikacím předcházet?

Určitě ano! Bránit se těmto infektům dýchacích cest můžeme sami otužováním, stravou bohatou na vitamíny a minerály, nošením ústenky v kontaktu s nemocným. Ve spolupráci se svým lékařem se můžete chránit preventivním očkováním v době před očekávaným vypuknutím epidemie.

V případě propuknutí nemoci, zájmu o prevenci či bližší informace je vám k dispozici náš tým zdravotnických pracovníků Moje Ambulance, a. s., každý pracovní den jak v dopoledních, tak i odpoledních hodinách.

Přeji vám mnoho štěstí a hlavně zdraví v novém roce.

MUDr. Pavel Nawrat, lékař Moje Ambulance, a. s.



ÚVODNÍ SLOVO ŘEDITELKY SPOLEČNOSTI

*Lenka Janíková,
ředitelka Moje ambulance, a. s.,
odpovídala na naše tři otázky.*

Pani ředitelko, s jakými plány vchází Moje ambulance do nového roku?

Naším plánem je nadále pracovat ke spokojenosti našich klientů a zodpovědně se starat o jejich zdraví. Aktuálně otevíráme novou pobočku v Ústí nad Labem. Je to již jakési osmnácté dítě Moje ambulance, ale toto číslo není konečné. Na základě zpětné vazby našich klientů, dotazů i námětů již jednáme o pobočce další, tentokrát v Pardubicích. Do půl roku se pak chystáme otevřít dvě další pobočky v Praze.

Moje ambulance také přišla s řadou online služeb. Chystají se nějaké novinky v této oblasti?

Určitě. Tyto služby chceme nadále rozšiřovat. Jsme velmi rádi, že je o naše online služby takový zájem. Ať už se jedná o online registrace a objednávky, nebo využívání online ambulance, s radostí sledujeme narůstající počet klientů, kteří online služby využívají. V prosinci jsme aktualizovali naši mobilní aplikaci a přidali na web virtuální prohlídky všech našich poboček.

A jedna zdravotnická otázka. Období počátku roku je časem, kdy mají praktičtí lékaři naplno. Máte nějaký tip, jak se bránit chřipce a dalším nepříjemným nemocem v tomto období?

Nejsem lékařka, ale vím, že důležitá je prevence. Otužování, vyvážená strava bohatá na vitamíny a minerály, zdravý pohyb. Ostatně o tom, jak si počínat při infekcích dýchacích cest v těchto měsících, napsal článek náš lékař Pavel Nawrat. Jeho užitečné rady najdete v tomto čísle newsletteru. A já samozřejmě přeji našim klientům v novém roce pevné zdraví.

MOJE AMBULANCE INFORMUJE



NOVÉ VÝLOHY NA POBOČCE OSTRAVA – CENTRUM

Pro hezčí vzhled pobočky v Ostravě – centru jsme se rozhodli pro výměnu výloh. Nyní vám už v zimních měsících nebude foukat na záda.

V souvislosti s výměnou výloh jsme provedli i novou výmalbu prostor ambulance.

OTEVÍRÁME DALŠÍ POBOČKU V ČR – JIŽ S ČÍSLEM 18

Na základě požadavků našich klientů se neustále rozrůstáme, a proto jsme pro vás celý podzim budovali novou pobočku v Ústí nad Labem. Nyní v lednu slavnostně otevíráme.

Novou ambulanci mohou klienti najít v obchodním centru Forum na ulici Bílinská 3490/6. Profesionální lékařský tým a zdravotnický personál je připraven se o vás postarat dvanáct hodin denně.



ZMĚNY VE ZDRAVOTNICTVÍ OD 1. 1. 2014

- byl zrušen poplatek za pobyt v lůžkových zařízeních (nemocnice, psychiatrické léčebny, lázně nebo léčebny dlouhodobě nemocných)
- poplatky, které i nadále zůstávají:

90 Kč – poplatek za návštěvu pohotovosti bez omezení věku

30 Kč – poplatek za návštěvu lékaře od 18 let

30 Kč – poplatek za výdej léků na předpis

- od ledna začínají pojišťovny zvat své klienty na bezplatné preventivní vyšetření, které se zaměřuje na tři typy zhoubných nádorů – karcinom prsu, karcinom děložního hrdla a karcinom tlustého střeva
- nově lze родit bez přítomnosti lékaře, jen s pomocí porodních asistentek, a dále ministerstvo vydalo pokyn k ambulantním porodům, kdy odchod matky z porodnice po několika hodinách už nebude hlášen orgánům sociálně-právní ochrany dětí



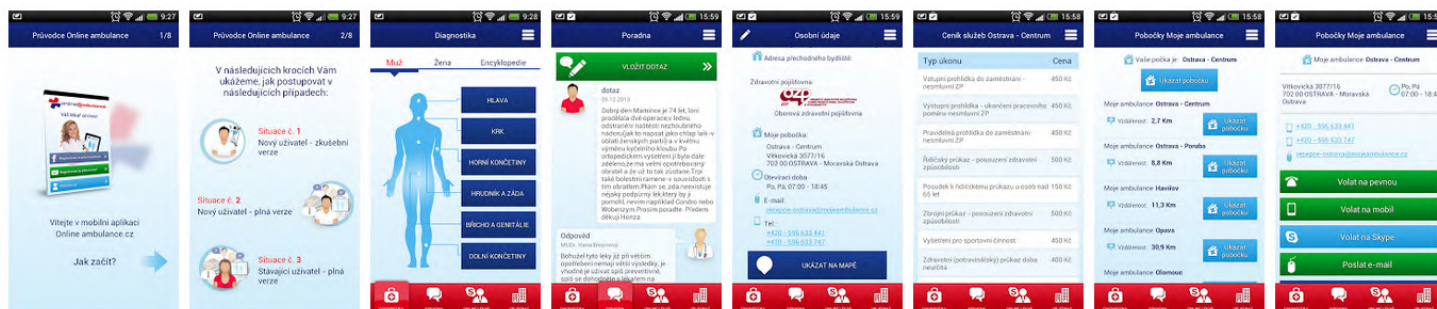
NOVÝ MARKETINGOVÝ MANAŽER

- s novým rokem přišel do Mojí ambulance i nový marketingový manažer
- nově se teď o vaše pohodlí, spokojenost, stížnosti a dotazy bude starat **Ing. Jana Kuchařová**
- mail: marketing@mojeambulance.cz
- tel: 731 517 106

AKTUALIZACE MOBILNÍ APLIKACE MOJE AMBULANCE

V prosinci prošla mobilní aplikace Moje ambulance aktualizací, která přinesla celou řadu novinek a vylepšení. Došlo k rozšíření informací o pobočkách (otvírací doba, kontakty), nově byl přidán seznam všech úkonů poskytovaných na dané pobočce a dále je aplikace schopna se přizpůsobit vaší poloze a nabídne vám seznam nejbližších poboček. Dalším vylepšením aplikace je okamžitý přístup ke kontaktům na pobočku a tlačítko rychlé akce, přes které je možné okamžitě volat pevnou linku, mobil, přes Skype nebo napsat e-mail.

Nejnovější verze mobilní aplikace 1.2 je ke stažení zdarma na stránkách mojeambulance.cz.



NOVÁ MOBILNÍ VERZE WEBOVÝCH STRÁNEK

Moje ambulance spustila novou mobilní verzi webových stránek Mojí ambulance. Nyní máte možnost používat online registraci i online objednávky snadno a rychle přímo z vašeho telefonu.

VIRTUÁLNÍ PROHLÍDKY POBOČEK

Od prosince jsou na webu nově virtuální prohlídky všech našich poboček. Nyní si z pohodlí domova můžete před samotnou první návštěvou lékaře prohlédnout, co vás čeká nejen v čekárně, ale i v ordinaci u sestry či lékaře.

Virtuální prohlídky všech poboček můžete najít na webových stránkách mojeambulance.cz v sekci „O nás“.



CHYSTÁTE SE LETOS NA LYŽE DO ZAHRANIČÍ? ZVAŽTE POŘÁDNÉ CESTOVNÍ POJIŠTĚNÍ

I když počasí venku tomu prozatím nenasvědčuje, nastalo zimní období a s ním spojené oblíbené lyžařské dovolené v zahraničí. Vzhledem k přibývajícím vážným úrazům na sjezdovkách není od věci si s sebou přibalit dobrou pojistku jak vašeho zdraví, tak odpovědnosti. Ve chvíli, kdy se něco stane, vám pojistka za pár korun může ušetřit nejen desítky, ale i stovky tisíc.

V zemích Evropské unie platí „modrá kartička“ (Evropský průkaz zdravotního pojištění). Tato kartička vám ale zajistí pouze ošetření v ordinacích, které jsou financovány z veřejných zdrojů a zdaleka nejsou všude. V těchto ordinacích vám bude poskytnuta pouze standardní péče jako všem pojištěncům v daném státě.

Odborníci z řad zástupců pojišťoven radí sjednat si základní dvojici pojištění – léčebné výlohy a pojištění odpovědnosti za škodu. Z pojištění léčebných výloh jsou hrazeny takové výdaje, jako jsou například náklady na hospitalizaci, zdravotnický materiál, předepsané léky a v neposlední řadě peníze spojené s přepravou nemocného do České republiky. Pojištění odpovědnosti za škodu vám kryje škody, které způsobíte jiné osobě – nejčastěji se jedná o případy, kdy dojde na sjezdovce ke srážce s jiným lyžařem.

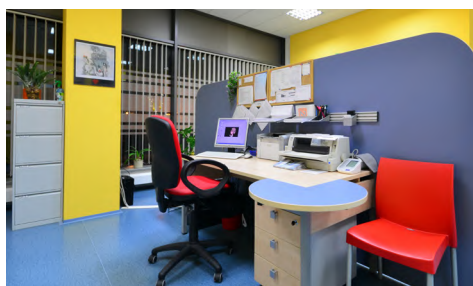
PŘEDSTAVUJEME NAŠE POBOČKY

I v tomto čísle newsletteru pokračujeme v představování našich poboček. Tentokrát bychom vás rádi informovali o historii a aktuálním dění na pobočkách v Brně.

BRNO – BUSINESS PARK

Jedná se o jednu z nejstarších poboček naší společnosti. Otevřena byla na jaře 2007 a v současné době pečuje o zdraví 8 500 obyvatel Brna. Nachází se v přízemí kancelářské budovy C v areálu Brno Business park, u ulice Vídeňské, má tedy dobrou dostupnost na dálnici D1. Na pobočku se můžete dostat jak tramvajemi číslo 2 a 5, tak autobusy 60, 61 a 82.

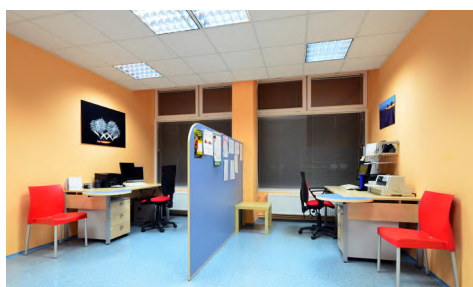
Od samotného otevření funguje tato pobočka v téměř nezměněném personálním složení, a to pod vedením vedoucí lékařky MUDr. Vlasty Plaché a vedoucí sestry Bc. Jany Kovařikové.



BRNO – KRÁLOVO POLE

V pořadí druhá pobočka naší společnosti v Brně, která svou činnost zahájila na podzim roku 2007 a v současné době se stará o 6 500 klientů. Nachází se v přízemí parkovacího domu s dobrou dopravní dostupností a možností parkování.

Tato pobočka je, možná i díky poloze a složení lékařského týmu, vyhledávána především mladými lidmi, studenty. Vedoucím lékařem této ambulance je MUDr. Petr Tomandl, vedoucí sestrou pak Marie Novotná. Po zkušenostech z parného léta jsme pro zvýšení komfortu našich klientů instalovali na konci roku klimatizaci, abychom byli na další léto připraveni.



VAŠE ZPĚTNÁ VAZBA JE PRO NÁS VELMI DŮLEŽITÁ!

Nebojte se vyjádřit svůj názor nad nabízenými službami Mojí ambulance. Každý váš názor je pro nás dalším krokem pro zkvalitňování služeb.

Můžete nás kontaktovat:

- telefonicky: +420 598 598 900
- mailem: sekretariat@mojeambulance.cz
- na stránkách online ambulance či na facebooku
- nebo můžete vyplnit náš krátký dotazník, který naleznete na www.mojeambulance.cz/dotaznik

