

ČESKÁ KOMORA FARMACEUTICKÝCH ASISTENTŮ

Zpravodaj

Krásné prožití svátků vánočních!

Milé kolegyně, milí kolegové,

vloni jsem Vám touto dobou psala o naději a tichosti, kterou bychom měli umět prožít, abychom nepropásli příchod Ježíška. Adventní doba je na prahu 3. tisíciletí plná koled a veselí, ale správně bychom během ní měli uklidit ve svých srdcích a možná i hlavách a Vánoce jen vyhlížet. Pro děti už zářící stromeček není velkým překvapením 24. prosince - všude jich vidí plno už několik posledních týdnů, pohádky jsou na dosah každý den a v kteroukoli denní dobu. A mně se zdá, že právě proto teď máme daleko těžší najít a uvidět to KOUZLO! Dřív stačila prskavka, pomeranče a andělské zvonění a každý v šeru zatajil dech (sehnat v době mého dětství prakticky cokoli vánočního už bylo vlastně zázrakem). Co máme ale nyní vyčarovat svým blízkým, abychom je opravdu potěšili? Doporučuje se darovat zážitky! A nejspíš to tak v uspěchané a IT době skutečně bude nejlepší bez ohledu na věk obdarovávaného! Darujme tedy zážitek osobní blízkosti, darujme svůj čas! Lidem, zvířatům, klidně i rostlinám nebo stavbám!



Čas je komodita, kterou máme spravedlivě rozdělenou každý na světě. Všude má den 24 hodin, týden jich má dokonce 168. Můžeme část z nich darovat? Já osobně mám zrovna teď pocit, že můj „Polární expres“ uhání hodně rychle a čas se mi

Pokračování na straně 2.

OBSAH:



DARUJ ŽIVOT

4



SOUTĚŽ V IPLP

6

AKTIVITY PRO FARMACEUTICKÉ ASISTENTY SE TĚŠÍ STÁLE VĚTŠÍ POPULARITĚ

8

TŘAPATKOVKA NACHOVÁ

12

ČKFA NA KONFERENCI ZDRAV-EDU 2023

13

SAMOLÉČBA JAKO ODPOVĚĚ NA POTŘEBY PACIENTŮ I ZDRAVOTNÍHO SYSTÉMU

14

doslova ztrácí pod rukama! Určitě není možné, že čas tiká všem a vždy stejně! Teď utíká velmi rychle; čím rychleji, čím méně je ještě zavřených okýnek na adventním kalendáři. V lékárnách nestačíme přehazovat obsah beden z distribuce do regálů, polic, vitrín a šuplíků a vzápětí do tašek příchodí veřejnosti! Do lékárny před Vánocemi přijde snad každý! Buď vyzvednout nebo koupit léky pro sebe nebo své nemocné blízké nebo chce nakoupit dárky pod stromeček (konkrétní nebo „něco“). Jsme všichni unavení, protože doma chceme mít taky všechno nachystané jak je zvykem a nejsnazší je přestat spát, protože jak jinak ten čas dohnat? Ale jsem si jista, že ať je důvod návštěvy lékárny jakýkoli, každý z Vás přidá k účtence úsměv a někdy i přání hezkých svátků!

Rok 2023 je téměř v cíli a pro ČKFA to byl rok velmi bohatý na události v širokém smyslu slova. A je to jistě i Vaše zásluha, že profesní organizace farma-

ceutických asistentů se rozrůstá a je o ní hodně slyšet! Stala se výrazným partnerem pro spolupráci v mnoha projektech. Úkol reprezentovat a propagovat farmaceutické asistenty se daří! Můžeme být všichni hrdí, že většina událostí byla pro naše povolání pozitivní! Zpravodaj Vám přináší jejich přehled! Za přečtení stojí reportáže z celorepublikové soutěže VOŠ DFA, setkání příznivců oboru FA nebo z kongresu nemocniční farmacie. Dozvíte se, co se za účasti ČKFA probíralo na konferenci Zdrav-Edu v Brně nebo v Poslanecké sněmovně. Nenechte si ujít výlet do další lékárny v Čechách, ve Zpravodaji na Vás čeká druhý – závěrečný díl výletu do Edinburgu.

V rozhovoru se seznámíte s Lenkou Cákoci – koordinátorkou nové pracovní skupiny ČKFA pro zdravotnické prostředky. Tradiční součástí Zpravodaje je Herbář a odborná sdělení našich partnerů. Zimní vydání je opravdu obsáhlé, ale věřím, že o svát-

cích nastane chvíle, kdy se zastavíte a bude mít čas, který darujete sami sobě! A třeba kousek z něj věnujete Zpravodaji ČKFA. Stojí za to!

A protože zvykem ČKFA je dát prostor oblasti, která si pozornost zaslouží, ale nemá ji v potřebné míře (viz Zpravodaj říjen 23, str. 18 Jsi hluchý jako poleno), zimní vydání Zpravodaje podporuje projekt Daruj život! Zahajujeme spolupráci s Českým registrem dárců krvetvorných buněk při IKEM. Prosím Vás touto cestou: zapojte se podle svých možností. Je to potřeba. Cení se jakýkoli způsob podpory a odborníci říkají, že obratem se dostaví reakce!

Pomoc druhým totiž prospívá i nám samotným! Na internetu jsem dokonce našla odkazy na studie, které dokládají, že si takto můžeme mj. snížit tlak i cholesterol, zvýšit nejen dobrou náladu a předcházet tak depresím, ale také zvýšit imunitu! Takže teď už víme, jak posílit zdravý duševní i fyzický, aniž bychom chodili do lékárny!

Na závěr už jen citát: je snadné vidět ve všem boží prst, ale je těžké poznat směr, kterým ukazuje.

Přeji Vám, ať Vaše cesty v roce 2024 mají vždy ten správný směr!

Alena Šindelářová
předsedkyně ČKFA



PF
20
24
Ať je nový rok
pro vás správně
vyvážený





ANTIOXIDAČNÍ OCHRANA

Oxidativní stres je to, s čím se setkáváme neustále. S každým nádechem nasajeme do plic kromě přepotřebného kyslíku také mnoho plynů a mikroskopických částic, které nepotřebujeme.

A mnohé z nich jsou navíc škodlivé a také nebezpečné. Například bakterie a viry, proti kterým má naše tělo obranné mechanismy.

Obranné mechanismy máme také proti reaktivním formám kyslíku, dusíku a jiným silným oxidantům – volným radikálům, nicméně tyto v dnešním přechemizovaném světě mnohdy nestačí. Jejich kapacita se vyčerpá, organismus nestačí vytvářet nové, a tak dochází k tzv. oxidačnímu stresu.

Nejen látky zvenčí se podílejí na oxidačním stresu. Při metabolismu prakticky všech složek potravy vznikají volné radikály, které jsou známe tím, že negativně

ovlivňují celkový zdravotní stav. Volné radikály přispívají ke vzniku rakoviny, mozkových příhod, srdečnímu infarktu, diabetu a jiných závažných onemocnění.

Pro ochranu před těmito nepříznivými vlivy často nepostačuje strava bohatá na antioxidanty, jako jsou vitamíny C a E a flavonoidy. Oxidační stres je nezdárka tak silný, že ani podpora tělu vlastních obranných systémů (např. glutathion) pestrou stravou nestačí. Je proto namístě zapojit do obrany také doplňky stravy s obsahem antioxidantů.

Přípravek **Vitamín C Premium komplex s bioflavonoidy** kanadského výrobce Jamieson obsahuje kromě vitamínu C též 4 polyfenoly (hesperidin, kvercetin, resveratrol a rutin), **11 rostlinných výtažků** (z hroznových jadérek, borůvek, papáji, kanad-

ských borůvek, smuteně, brusinek, aceroly, černého bezu, manga, aloe a pepře a kyselinu alfa-lipoovou.

Přípravek **NT-OX™** obsahuje kromě vitamínů C a E také vitamín A, betakaroten, selen, **glutathion**, lutein, lykopen a **extrakty z hroznových jadérek** a zeleňého čaje.

Jedním ze silných antioxidantů sám o sobě je **selen**, který se jako kofaktor též zúčastňuje reakcí, jejichž mediátory jsou enzymy **glutathionperoxidáza** a **glutathion-S-transferáza**, které poskytují ochranu před oxidací tuků v těle. Tímto působí selen jako ochránce zdraví srdce. Dále snižuje riziko rozvoje rakovinových procesů, chrání zdraví štítné žlázy a podporuje imunitu. Jamieson Kanada nabízí selen ve dvou silách.

Doba, v níž žijeme, přináší stále nové výzvy, kterým čelit bez podpory není vhodné. Proto je potřebné zvážit příjem výše uvedených aktivních látek v podobě kvalitních doplňků stravy. Jamieson Kanada má již více než stoletou tradici jejich výroby.



DARUJ ŽIVOT! JAK JE TO VLASTNĚ S DAROVÁNÍM KOSTNÍ DŘENĚ?

Období Vánoc je časem, který trávíme s rodinou a blízkými, rozbalujeme hory dárků pod stromečkem, ale také se častěji zamýšlíme nad opravdovými hodnotami a pomáháme. A jak nejlépe pomoci? Co darovat život? Tuhle možnost reprezentuje zápis do registru dárců kostní dřeně. Na rozdíl od darování krve nebo plazmy ale registrace neznamena automatické darování – takové „štěstí“ má každý pětitý zapsaný, a to klidně i deset let od vstupu.

Jen v Česku díky dárcům kostní dřeně, resp. krvetočných buněk lékaři zachrání život stovkám dospělých a dětí ročně. Jedná se o lidi s poruchou krvetvorby jako

jsou například leukémie nebo závažné anémie, kteří nemají bez pomoci od příbuzného nebo i cizího dárce naději.

Transplantace krvetočných buněk ale vyžaduje velkou míru shody mezi dárce a příjemcem – shodu v genetických znacích imunity, v tzv. HLA znacích. Najít ji se v podstatě rovná jackpotu v loterii. Proto registry po celém světě neustále shánějí nové potenciální dárce krvetočných buněk.

Vstoupit či nevstoupit?

Kdo a jak... To je oč tu běží

Podmínky vstupu jsou o něco přísnější než pro dárce krve, v Českém registru dárců krve-

tvorných buněk (Darujzivot.cz) vyžadují skvělý zdravotní stav a věk do 40 let včetně. Vstoupit lze osobně při jednorázových náborech, v náborovém centru nebo v IKEM v Praze, odběrovou sadu po vyplnění zdravotního dotazníku na webu www.darujzivot.cz registr posílá i domů. Vyšetření a nábor dárců nejsou hrazeny ze zdravotního pojištění, Daruj život proto pořádá také veřejnou sbírku na webu Donio.

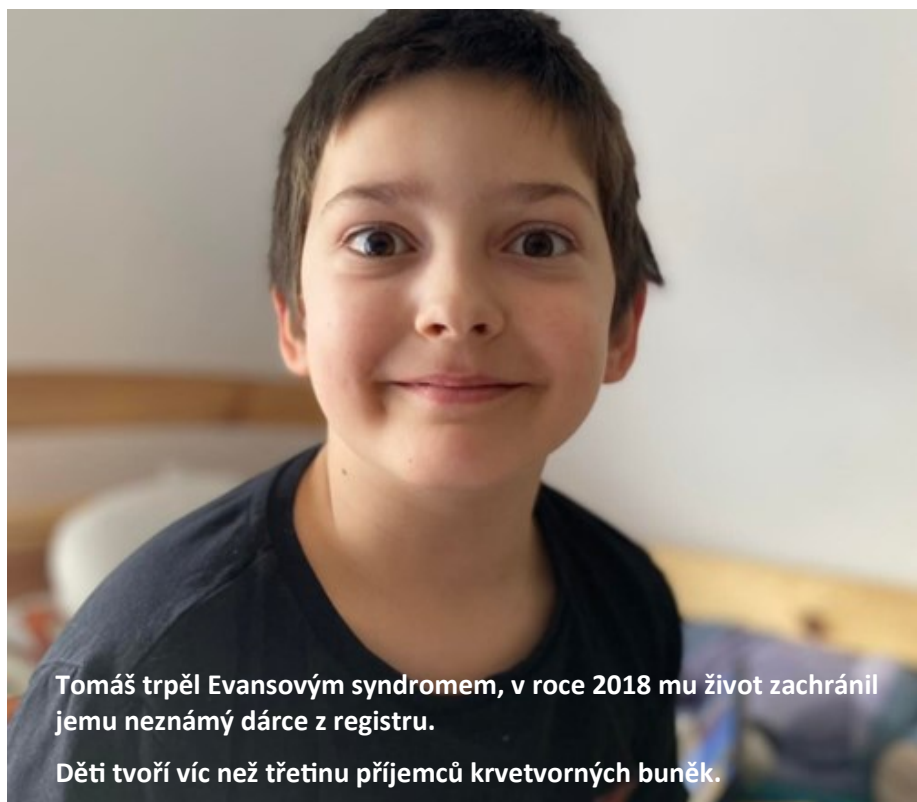
Vstupní vyšetření probíhá odběrem slin ze sliznice ústní dutiny nebo z krve. Pokud lékaři hledají krvetočné buňky pro nemocného, osloví registr. Dárce se hledá nejprve v Česku a Evropě, pří-



OBUJ SE DO TOHO
A STAŇ SE **DÁRCEM**
KOSTNÍ DŘENĚ



ČESKÝ
REGISTR DÁRCŮ
KRVETVORNÝCH
BUNĚK - Praha



Tomáš trpěl Evansovým syndromem, v roce 2018 mu život zachránil jemu neznámý dárce z registru.

Děti tvoří víc než třetinu příjemců krvetvorných buněk.

padně i ve světových registrech. Odběr samotný probíhá nejčastěji pomocí separátoru (podobně jako u darování krevních destiček nebo plazmy). Dárce před ním užívá injekčně filgrastim (viz infobox). Samotná transplantace u příjemce pak probíhá prostřednictvím infuze. Léčba má vysokou úspěšnost, u dětí atakuje 90% hranici, záleží na diagnóze.

Mgr. Barbora Brunclíková
mluvčí Českého registru dárců
krvetvorných buněk při IKEM

INFOBOX

Filgrastim je synteticky vyráběný (pomocí technologie rekombinantní DNA) G-CSF.

Jeho podávání umožní jejich zvýšené uvolňování z kostní dřeně do periferní krve, odkud se odebírají metodou separace. Koncentrace krvetvorných buněk v periferní krvi se mobilizací zvyšuje o 2 - 4 řády. Krvetvorné buňky se ve flowcytometrii rozpoznávají podle povrchového znaku CD34+, separace se zahajuje obvykle při koncentraci 5-20 CD34+ buněk/ μ L.

Přípravek se podává dárce ve formě subkutánních injekcí,

v dávce co nejblíží standardní dávce 10 μ g/kg/den, po dobu 4 – 5 dnů.

Nejčastější vedlejší účinky jsou chřipkovité příznaky, bolesti zad, kostí, svalů a hlavy, únava. Intenzita vedlejších nežádoucích účinků je silně individuální a nesouvisí s množstvím vyplavených krvetvorných buněk. Díky možnosti užití filgrastimu v současné době převažují odběry mobilizovaných krvetvorných buněk z periferní krve pomocí separátoru nad operačními odběry z kostní dřeně.

CELOREPUBLIKOVÁ SOUTĚŽ V IPLP PRO STUDENTY VOŠ DFA

Není žádnou novinkou, že na poli lékárenském chybí kvalifikovaný personál; že mít v lékárně v plném stavu farmaceutické asistenty je někdy kousek hodný kouzelníka. Jedním z kroků, jak personálně lékárny naplnit, je mít dostatečné množství studentů na VOŠ obor diplomovaný farmaceutický asistent (DFA).

Proto je velmi důležitá propagace oboru DFA mezi potenciálními uchazeči. Ukázat veřejnosti, že toto povolání je zajímavé a plné rozmanitých činností, odborných kompetencí a dovedností, se rozhodla Česká komora farmaceutických asistentů (ČKFA) ve spolupráci s VOŠ DFA z celé České republiky. Společná organizace soutěže v individuální přípravě léčiv pro studenty byla současně i historicky zajímavým počinem.

Ambice uspořádat soutěž tohoto druhu byly již dříve, realizace se ale potýkala s řadou problémů. Jedním z nich byla pandemie Covid19, kdy opatření ve školách nedovolila jakékoli meziškolní a veřejné aktivity. O to více jsme se těšili na první celostátní školní kolo, které proběhlo během dubna a května 2023 na téměř všech školách oboru DFA.

Zadání úlohy bylo pro všechny studenty 2. ročníku VOŠ DFA shodné a týkalo se praktických dovedností i teoretických znalostí v oblasti individuální přípravy léčiv. Ač byla znát nervozita



z neznámého, studenti se úkolů chopili zcela profesionálně a dokladem toho je pestrá galerie fotodokumentace z jednotlivých škol i reportáž regionální TV.

Do celostátního finále postoupilo celkem 11 studentů z druhého ročníku a čekala je – již jako studenty ročníku třetího – účast v kole celostátním na podzim. Finále se konalo 20. listopadu 2023 na Vyšší odborné škole Emanuela Pottinga v Olomouci. Bohužel i nyní nám negativně zasáhl do organizace soutěže Covid19, účast z důvodu onemocnění zrušili někteří z pozvaných hostů.

Nic to ovšem nezměnilo na důležitosti i vážnosti celé akce. Ti nejdůležitější – studenti, dorazili i se svými vyučujícími v pořádku a finále mohlo začít!

Studenti měli opět shodné úlohy, které prověřily jejich teoretickou i praktickou přípravu. Výsledky hodnotila komise sestavená z vyučujících – tedy odborníků na slovo vzatých! Atmosféra byla po celou dobu nabitá trémou a tíhou odpovědnosti všech soutěžících! Přeci jen vítězství v prvním klání tohoto druhu vůbec se zapíše do historie oboru DFA nejvýraznějším písmem.

Iniciátorem a patronem soutěže byla Česká komora farmaceutických asistentů, která výherce školních kol i účastníky finále a první tři místa kola celostátního odměnila stylovými diplomy a dárky a celou soutěž podpořila a zaštitila. Koordinátorkou odborné části i hostitelkou byla vedoucí oboru DFA na VOŠ Emanuel Pottinga PharmDr. Antula Šipekiová, které za organizaci patří vel-



ký a srdečný dík!

Děkujeme i vedení školy, které umožnilo ve svých laboratorních soutěžích realizovat. Partnerem celé akce se stala firma Fagron a.s. Olomouc, která mj. zajistila potřebné suroviny pro připravované čípky a masti všech soutěžících.

Na organizaci soutěže se mimo jmenované podílely také všechny zúčastněné VOŠ DFA. Finále se zúčastnily školy z Brna, Hradce Králové, Jihlavy, Karlových Varů, Olomouce, Ostravy, Plzně, Prahy a Ústí nad Labem. Trofej nejceněnější si odnesla studentka Silvie Vojáčková z Brna, oceněny byly i Eliška Dubnová z Ústí nad Labem a Veronika Rufferová z Hradce Králové za místo druhé a třetí. Ovšem všichni studenti prokázali, že jsou odborníci a profesionálové, kterým chybí

už jen pár kroků do cíle studia.

Těšíme se na ně v našich lékárnách!

Věříme, že celostátní kolo soutěže svou sledovaností předčí ta velmi úspěšná školní a přispěje tím k propagaci krásného povolání farmaceutický asistent u laické veřejnosti a studentům bude motivací i inspirací do praxe.

Alena Šindelářová
předsedkyně ČKFA

AKTIVITY PRO FARMACEUTICKÉ ASISTENTY SE TĚŠÍ STÁLE VĚTŠÍ POPULARITĚ

5. října se v Ústřední vojenské nemocnici konalo druhé veřejné setkání příznivců oboru farmaceutický asistent. Pozvání se týkalo všech, kterých se problematika tohoto povolání nějak osobně dotýká nebo jen prostě chtějí vědět, co se v lékárenství z pohledu nelékařské profese děje.

Stejně jako vloni, kdy se toto setkání konalo poprvé, byla kapacita učebny brzy naplněna, zájem o účast byl velký. Letošním tématem byly především komentáře počtu absolventů oboru diplomovaný farmaceutický asistent a jeho možnosti propagace u veřejnosti.

Úvodem zazněla krátká odborná prezentace s tématem Probiotika a oblast jejich užívání hlavního partnera ČKFA Jamieson. Přednáška byla natolik poutavá, že se už nyní těšíme na její rozšířenou verzi na konferenci ČKFA v dubnu příštího roku.

Po přehledu aktivit ČKFA a otevření tématu počtu farmaceutických asistentů v praxi se rozvinula čilá diskuze přítomných, ze které vzešlo několik konkrétních námětů k řešení. Protože mezi účastníky byli členové ČKFA, nečlenové, ale i studenti oboru DFA, směs otázek i připomínek byla opravdu pestrá. Týkaly se např. kvalifikačního vzdělávání a jeho obsahu, vzdělání celoživotního, aprobačních zkoušek



a odměňování FA. Jsme rádi, že na některé z podnětů jsme již zvládli reagovat a konkrétními kroky je vyřešit a tím ukázat, že podobná setkání mají velký smysl. Jsou inspirativní nejen pro vedení profesní organizace, ale i pro samotné účastníky. Už nyní plánujeme další, třeba v regionech mimo Prahu!

K listopadu už 27 let patří Kongres nemocniční farmacie. Tento rok se konal v Ostravě a jeho hlavním tématem byla imunita. Tradiční součástí pak workshopy, satelitní sympozia, blok onkologické farmacie a nemocniční farmacie, přípravy specifických lé-

kových forem a specializačního vzdělávání.

Zvláštní pozornosti se těšil mj. workshop automatizace nebo oblasti IT v nemocničních lékárnách. Své místo v programu měl blok farmaceutických asistentů, který každoročně připravuje a moderuje vedení ČKFA. Mezi přednášky byla zařazena sdělení z praxe farmaceutických asistentů nemocničních lékáren a letos jsme v bloku ČKFA přivítali i kolegyni ze Slovenska, prezidentku společnosti sdružující farmaceutické laboranty a techniky pro zdravotnické pomůcky. Odborný program celého kongresu byl vel-

mi zdařilý a od pátečního zahájení do nedělního rozloučení se těšil mimořádné návštěvnosti ve všech sálech. Program ovšem nabídnul i prostor pro společenské setkání, který každý mohl

využít k přátelskému povídání s kolegyněmi a kolegy z nemocničních lékáren všech krajů České republiky. Poděkování bezesporu patří všem organizátorům i partnerům kongresu.

Více jak sedm stovek prezenčních i on-line účastníků se již teď těší za rok na viděnou v Brně!

Alena Šindelářová
předsedkyně ČKFA

PŘEDSEDNICTVO V 2. POLOLETÍ 2023

- vydalo Výroční zprávu ČKFA pro rok 2022
- zahájilo přípravu bloku FA na kongresu nemocniční farmacie v Ostravě
- kontaktovalo MPSV v ohledně řešení platových tříd FA v přímo řízených zdravotnických zařízeních
- připravilo projekt komunikace se studenty VOŠ DFA
- oslovilo novou autorku Herbáře – projekt ČKFA
- setkala se s nově jmenovaným ředitelem lékáren sítě Dr. Max Janem Žákem
- zahájilo práce na koncepci oboru FA
- po zamítnutí návrhu ČKFA na změnu platových tříd ČKFA komunikovalo s MPSV návrh MZ
- zaznamenalo vydání změn v kvalifikačním standardu DFA ve Věstníku MZ
- zveřejnilo letní soutěž ČKFA
- pozvalo FA na kongres nemocniční farmacie
- oslovilo ke spolupráci APLS
- pozvalo FA na 3D kongres společnosti Healthcomm
- předalo nový slevový kód na kladatelství Grada členům
- ČKFA
- komunikovalo v oblasti novinek s ČASP
- bylo osloveno MZ k vyjádření postoje ve vnitřním připomínkovém řízení k návrhu zákona, kterým se mění zákon č. 372/2011 Sb.
- zahájilo přípravu konference ČKFA 2024
- zadalo výrobu reklamních předmětů ČKFA
- aktivně se zúčastnilo konference zdravotních laborantů
- poskytlo rozhovor pro Zdravotnický deník
- vystoupilo v pořadu Českého rozhlasu
- zúčastnilo se konference Zdrav-Edu 2023
- aktivně vystoupilo na konferenci HealthComm
- realizovalo 2. setkání příznivců oboru FA v ÚVN
- podpořilo vznik oboru DFA na VOŠ Haviřov
- vydalo podzimní Zpravodaj ČKFA
- vypořádalo zadání MZ ke vzdělávacím programům specializačního vzdělávání FA
- komunikovalo s MPSV a MZ ve věci platových tříd FA
- připravilo oslavu mezinárodního dne FA a FT
- připomnělo výroční den vzniku ČKFA
- realizovalo ve spolupráci s VOŠ DFA Olomouc a Fa-gron celostátní finále soutěže VOŠ DFA v přípravě léčiv v Olomouci
- na pozvání se zúčastnilo projektu poslance Fikky - Samoláčba
- řešilo konflikt aprobačních zkoušek
- připravilo blok FA na kongresu nemocniční farmacie
- založilo pracovní skupinu pro zdravotnické prostředky ČKFA
- komunikovalo s MZ ve věci platových tříd s pozitivním výsledkem
- připravilo zimní Zpravodaj ČKFA
- garantovalo pro druhou polovinu roku 40 vzdělávacích akcí
- zahájilo spolupráci s Českým registrem dárců kostní dřeně
- Sešlo se k poradě předsednictva
- účastnilo se pravidelného zasedání EAPT
- reagovalo na legislativní změny ve vedení účetnictví

„CO BYSTE MĚLI VĚDĚT O LÉCÍCH?“ ANEB NAŠE NÁVŠTĚVA STUDENTŮ VOŠ BRNO V SENIORSKÉ AKADEMII

Když jsem řekla na začátku září studentům 3. ročníku oboru DFA, že jsme byli osloveni, jestli si nechceme připravit edukační program pro seniory, při kterém si vyzkoušíme naživo komunikaci s klientem/pacientem, přiznávali někteří rovnou, že z toho mají strach. Už tehdy jsem cítila smysl takové akce – jít do toho, aby se strach rozplynul a přišlo ujištění, že není čeho se bát.

1.11. přišel den „D“ a my jsme se sešli na pracovišti brněnského Střediska volného času Lužánky v Lánech, kde na nás už čekaly členky Seniorské akademie, která se zde pravidelně schází. Postupně jsme se všichni vystřídali v připraveném programu, který jsme sestavili z témat, která by podle našeho názoru mohla posluchačky zajímat. Hned po prvních větách studenti pochopili, že budou muset mluvit nahlas a zřetelněji, než jak jsou zvyklí mezi sebou v lavicích. A také jednodušeji, méně formálně a odborně, než jak jsou zvyklí při zkoušení.

Začali jsme představením našeho oboru, probrali, kde najít a jak rozumět dobře použitelnosti léčivých přípravků, upozornili, ve kterých případech bývá zkrácena, a vysvětlili, proč ji nepřekračovat. Náhorně jsme posluchačky seznámili s jednotlivými příklady lékových forem a jejich správnou aplikací. Nechybělo ani



poučení, jak správně užívat antibiotika. Velký zájem vzbudilo téma správné likvidace nevyužívaných a prošlých léčiv. Připravili jsme si také ukázkou základních pomůcek k přípravě léčiv a nechyběla ani praktická ukáзка plnění kapslí.

Poté přišel čas na dotazy, které k našemu překvapení doslova neměly konce! A co seniorky zajímalo? Třeba to, jak je možné, že má vitamín C postupné uvolňování nebo proč nemůžeme vzít v lékárně zpátky nepoužitý lék a musíme jej nechat zlikvidovat. Jak si doma svépomocí naředit peroxid vodíku a proč z lékárny zmizela Mixtura solvens?

Potěšily nás dotazy, jak správně oslovovat personál lékárny nebo jak se má v lékárně chovat z našeho pohledu ideální pacient.



V příjemné atmosféře čas rychle ubíhal, nakonec jsme v útulné klubovně strávili místo domluvené hodiny hodinu a půl, ale shodli jsme se, že to bylo příjemné a smysluplné pro obě strany.

PharmDr. Ilona Protivinská
Vedoucí oboru DFA
SZŠ a VOŠ Brno, Merhautova 15

NA SKOK DO LÉKÁRY... ...LÉKÁRNA NA KOLONÁDĚ...



Lékárna se nachází v centru kolonády v Poděbradech.

Byla otevřena 15.6.1936. Majitel PhMr. Ferdinand Wurm ji nechal zařídit na míru vyrobeným nábytkem od architekta Václava Kubíka, který se dochoval v původním stavu až do dnešní doby.

Interiér zdobí originální americká pokladna vyrobená v Daytonu, Ohio.

Naši klientelu tak netvoří jen nemocní pacienti, ale hlavně turisté. Obdivují krásný interiér a chtějí se dozvědět i něco málo z historie. Takže kromě odborné expozice ještě přikládáme výklad o historii.

Je radost pracovat v takovém prostředí. I lidé jsou tu najednou příjemnější, než v předchozích lékárnách co jsem pracovala.

Nad'a Tudovsová
Lékárna Kolonáda Poděbrady



TŘAPATKOVKA NACHOVÁ

Název: Třapatkovka nachová

Latinský název: Echinacea Purpurea Moench.

Čeleď: Hvězdnicovité (Asteraceae)

Synonyma: Rudbeckie purpurea, Brauneria Necker., Terčovka nachová, Třapatka nachová

Česká jména: sluneční klobouk, indiánská šiška, terčovka, purpurové kuželky, třapatka

Droga: využitelná je celá rostlina. Nejúčinnější je kořen (Radix echinacei), květ (Flos echinacei) a nakonec list (Folium echinacei)

Kořen sbíráme ideálně na podzim po odkvětu, kořen by se měl usušit rychle při teplotě kolem 35°C. Květ v červenci až srpnu. List se sbírá spíše před rozkvětem.

Původ: Třapatka je původně severoamerická rostlina hojně se vyskytující v prériích. Patřila k tradičním indiánským léčivým rostlinám. Indiáni ji používali při hadím uštknutí, spále, malárii či na různé formy rakovin (střev, jater). V Evropě se nejdříve pěstovala pouze jako okrasná rostlina. Až ve 20. století se prokázaly její léčivé účinky. Nyní se cíleně pěstuje pro své léčivé vlastnosti ve východní Africe a v Evropě.

Botanika: vytrvalá rostlina se silným kořenem a vzpřímenou drsnou hnědozelenou lodyhou, mírně chlupatou, která je řídce

větvená dorůstající do výšky až 1 metru. Listy jsou drsné většinou vstřícné, ale mohou být i střídavé, řapíkatého vejčitého až kopinatého tvaru, čepel pilovitá až zubatá. Jazyčkovité lístky květů jsou nachové, trubkovité květy středové jsou hnědé s přecházejícími pichlavými tvrdkami a s výrazným vyklenutím. Kvete od pozdního jara do srpna. Plo- dem je nažka se zakrnělým chmýrem. Množení ze semen, nebo vegetativně pomocí řízků.

Pěstování: Nenáročná trvalka, která preferuje slunná stanoviště. Půda by měla být humózní dobře propustná. Na rumišťích a v písčitých půdách nebude kořen dost silný a kvalitní. V zimním období je dobré třapatkovku chránit před mrazem. Kvete druhým rokem od vysazení. Třapatkovku je vhodné chránit před silným větrem, může se lehce zlomit lodyha.

Obsahové látky: glykosidická substance echinacosid, estery mastných kyselin, polysacharidy, seskviterpenické alkoholy př: echinadiol, epoxiechinadiol, echinaxantol, třísloviny, silice, kys.kávová, pryskyřice, flavonoidy, minerály, inulin, vitamíny a jiné. Léčivé vlastnosti má zhruba 9-10 druhů Rudbeckie a jednotlivé druhy mají různé odchylky ve složení. Účinek je dán komplexním složením obsahových látek.

Účinky a použití: Vnitřně se bylinu užívá pro posilování imunitní-



ho systému. Má antibiotické a antivirové působení. Výrazně stimuluje tvorbu bílých krvinek makrofágů a antivirových látek interferonů. Pomáhá při žilní nedostatečnosti, hemoroidech, bércových vředech, křečových žilách. Pomáhá při akutních a chronických infekcích močových cest a při prochlazení ledvin. Bolestech čelních dutin, při rýmě a ucpaném nosu. U bronchitid s vazkým žlutozeleným hlenem. Stimuluje lymfatický systém. Má krvečistící působení. Urchluje hojení herpetických infekcí.

Zevně se používá ve formě obkladů na špatně se hojící rány, popáleniny, proleženiny. Při ekzémech a mykotických onemocnění kůže. Hojí hnisavé kožní defekty.

Monika Mikešková
farmaceutická asistentka

ČKFA NA KONFERENCI ZDRAV-EDU 2023

Vzdělávání ve zdravotnictví bylo téma první národní konference **ZDRAV – EDU 2023**, která se konala 23. – 24. 10. 2023 pod záštitou ministerstva zdravotnictví. Za ČKFA se konference zúčastnila předsedkyně Alena Šindelářová a členka předsednictva Iva Lízalová.

Konference se uskutečnila na půdě Masarykovy univerzity Brno v prostorách Univerzitního kampusu. Ambicí ministerstva zdravotnictví je založit tradici setkávání odborníků zastupující vzdělavatele, zdravotnické pracovníky, studenty zdravotnických oborů, ale i zákonodárce nebo poskytovatele zdravotních služeb a dalších stakeholderů resortu zdravotnictví a vzdělávání.

Dva dny plné přednášek byly zahájeny ministrem Vlastimilem Válkem, na kterého navázal rektor Masarykovy univerzity Martin Bareš a děkan Lékařské fakulty Masarykovy univerzity Martin Repko.

Cílem konference bylo představení možných směrů v oblasti vzdělávání zdravotnických pracovníků. Významná část konference se věnovala analýzám vzdělávání ve zdravotnictví, personálním kapacitám ve zdravotnictví a strategiím ministerstva zdravotnictví v optimalizaci vzdělávání. Zaujala nás zejména diskuse nad tématy: koncepce a strategie vzdělávání, aktuální výzvy ve vzdělávání, nové kom-



petence zdravotníků, uplatnění a kompetence farmaceuta a postgraduální vzdělávání.

Velice nás těšila zejména otevřená diskuse o budoucnosti nelékařských oborů. Závěrem lze říct, že ČKFA velmi oceňuje aktivitu ministerstva zdravotnictví realizovat konferenci s tak smysluplným a potřebným tématem jako je rozvoj a vzdělávání zaměstnanců ve zdravotnictví.

Zároveň pozitivně hodnotíme prostor, který dává možnost diskutovat otázky vzdělávání a přinášet nové podněty k rozvoji a vzdělávání zaměstnanců napříč lékařskými i nelékařskými obory.



Iva Lízalová
členka předsednictva ČKFA

SAMOLÉČBA JAKO ODPOVĚĎ NA POTŘEBY PACIENTŮ I ZDRAVOTNÍHO SYSTÉMU

Praha 23. listopad 2023 - V Česku se ročně vyléčí 24 milionů lehčích onemocnění pomocí samoléčby, která tak uspoří českému zdravotnímu systému devět a půl miliard korun. Nejen tím se zabýval kulatý stůl na téma „Samoléčba: přínos, nebo riziko?“ v Poslanecké sněmovně pod záštitou místopředsedy Výboru pro zdravotnictví Petra Fifky, který setkání rovněž organizoval. Pozvaní hosté přinesli do diskuze zajímavé pohledy a data vyzdvihující význam samoléčby pro český zdravotní systém.

Petr Fifka na úvod kulatého stolu zdůraznil důležitost a příležitosti tématu samoléčby v České republice a potřebu toto téma více otevřít ve veřejném i odborném prostoru. „*Musíme se bavit o tom, co přináší samoléčba zdravotnímu systému, co přináší moderní době a moderním pacientům, kteří nechtějí setrvávat dlouhé hodiny u lékaře s banálními problémy,*“ otevřel diskuzní panel.

Zástupce Sdružení výrobců volně prodejných léčivých přípravků, Lukáš Hradečný, nastínil řadu benefitů samoléčby. Už v současnosti každoročně ušetří českému zdravotnímu systému devět a půl miliard korun a má potenciál ušetřit dalších pět miliard.

„*V samoléčbě vidím obrovský potenciál nejen na straně zdravotního systému, ale také na straně pacientů a ochraně jejich zdraví. Jsme silnými zastánci toho, aby lékaři a další zdravotničtí pracovníci mohli hrát aktivnější roli při vedení pacientů při řešení drobných zdravotních problémů. Uvědomujeme si však, že je to pouze jeden dílek skládačky. V zásadě musíme upřednostnit zvyšování zdravotní gramotnosti, mimo jiné podporou zodpovědné samoléčby ve zdravotnic-*

tví. Jako odvětví jsme plně připraveni ujmout se vedení při prosazování této zásadní změny,“ vysvětlil a dodal, že až 15% všech konzultací u praktických lékařů může být v Česku každoročně dále nahrazeno samoléčbou.

„*Vůči samoléčbě máme historický dluh. Je to opomíjené téma, kterému se příliš moc lidí nechce zásadně věnovat a zdravotní systém to slovo nepoužívá,*“ řekl zástupce Evropské asociace lékařských řetězců Daniel Horák a zdůraznil, že je třeba pacienty k samoléčbě dobře nasměrovat. „*Pacienti mají přístup ke spoustě informací. Snažíme se je edukovat, aby nakupovali v certifikovaných lékárnách, nicméně v samoléčbě nic takového nemáme.*

V budoucnu by například dávalo smysl udělit lékárnám certifikaci samoléčby, kdy by lidé věděli, kde jim může poradit odborník. Je potřeba nastavit pravidla, aby se pacienti mohli dobře orientovat.“

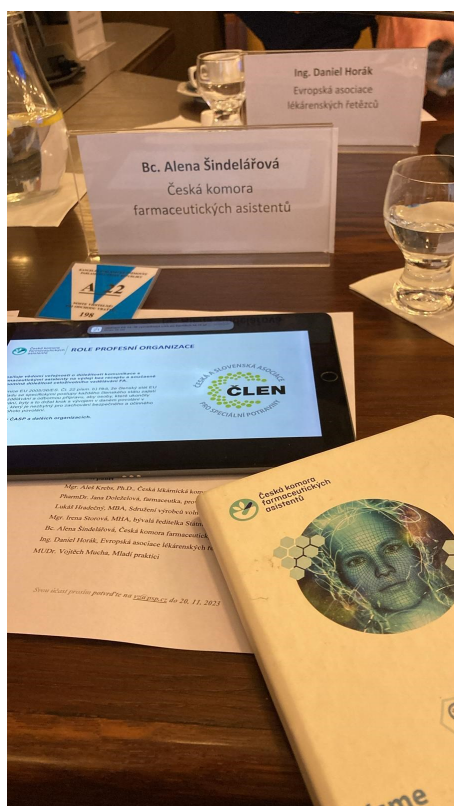
Alena Šindelářová, předsedkyně České komory farmaceutických asistentů, zdůraznila roli farmaceutů a farmaceutických asistentů. „*Odborníci v lékárnách mají zásadní úkol předat pacientům informace a vysvětlit jim jak s lé-*

ky zacházet. Samoléčba je vážná věc a žádný klient by z lékárny neměl vyjít, aniž by mu byla položena alespoň jedna otázka, jako například jaké má zdravotní problémy, pro koho je přípravek určen apod. Díky tomu pochopíme pacientovy potřeby a odnese si lék, který mu bude opravdu fungovat.“

Důležitým aspektem samoléčby je také zodpovědné zacházení s léky. Na to upozornil prezident České lékařnické komory Aleš Krebs „*Zásadní je, aby se s léky zacházelo správně. Tedy ve správný čas, pro správného pacienta se správnou diagnózou. Zdravotníci jsou na téma samoléčby školeni, pacienti však musí být otevření, abychom jim mohli správně poradit.*“

Předseda sdružení Mladí praktici Vojtěch Mucha nastínil systémové problémy samoléčby.

„*Problém systému je, že lékárník není odměněn za konzultaci, na základě které pacienta odešle k lékaři, ale naopak tím přijde o klienta, protože mu neprodal žádný lék. To by mělo být v systému zohledněno. V samoléčbě se pohybujeme v mantinelech, aby měl pacient možnost se sám efektivně léčit a nenavštěvovat lékaře s maličkostmi, ale zároveň*



Povolání farmaceutický asistent bude zastupovat Alena Šindelářová, předsedkyně ČKFA.

si nesmí ublížit. Limitem samoléčby je nedostatečná zdravotní gramotnost české populace, kterou bychom měli zlepšovat. Chybí cílená strategie, jak s ní pracovat,” upozornil. “Systém primárně nevěří pacientovi, že lehké onemocnění zvládne, čehož důkazem je třeba neschopenka.”

Posílení roli samoléčby se věnuje white paper „Vymezení role samoléčby v Evropě“ společnosti Haleon, která je světovým lídrem v oblasti zdravé spotřebitelů. Z dokumentu vzešlo několik doporučení pro evropské politiky, které zajistí jednodušší přístup

k samoléčbě a jejímu praktikování a učiní ji dostupnější pro všechny.

Mezi tato patří například vytváření příležitostí ke zdravotní výchově v raném věku, vytváření inovativních finančních programů, kterými se samoléčba zpřístupní všem, nebo začlenění samoléčby do učebních osnov pro lékaře.

Svoji roli pro posílení samoléčby může sehrát také stát. „Stát by mohl napomoci zjednodušení v orientaci se v oblasti volně prodejných léčivých přípravků. Například v Německu je stanoveno vyhláškou, které léčivé přípravky jsou volně prodejné. Je to pak jednodušší a lékárníci i asistenti mají lepší přehled.

V tom se český systém může zlepšit. V Česku je v tuto chvíli běžná situace, že dva léky se stejnou látkou, pouze od jiného držitele, mohou mít různý způsob výdeje. Sjednocení by pomohlo situaci zjednodušit,” řekla Irena Storová, bývalá ředitelka Státního ústavu pro kontrolu léčiv.

Již dnes pacienti v některých oblastech mohou principy samoléčby využívat, typicky například v případě sezónních respiračních onemocnění jako jsou rýma či kašel. Takovéto méně závažné stavy zvládnout pacienti řešit sami, odborníci však přesto doporučují dodržovat několik jednoduchých pouček:

1) výběr správného přípravku konzultujte se svým lékárníkem;

2) nakupujte jen tolik léků, kolik skutečně potřebujete;

3) vždy si prostudujte příbalový materiál a v případě nejistoty se obraťte na výrobce či lékárníka;

4) vždy dodržujte doporučené dávkování přípravku;

5) v případě dlouhodobě přetrvávajících obtíží se obraťte na svého praktického lékaře;

6) přípravky po expiraci neužívejte a vraťte je do lékárny, léky do koše nepatří!

Díky iniciativě Petra Fifky se u kulatého stolu sešli odborníci z oblasti zdravotnictví, veřejných institucí, i privátního sektoru, aby prodiskutovali téma samoléčby z několika úhlů pohledu. Panelisté se shodli, že tato akce je začátkem, na který budou chtít v budoucnu navázat.

Tisková zpráva Výboru pro zdravotnictví PSP

BREVIÁŘ NEJEN Z PŘÍRODY

Pokračování spolupráce ČKFA a společnosti Jamieson. Aktuálně vám představujeme vitamín B12, Hořčík a Omega-3 mastné kyseliny. Celý Breviář si můžete přečíst na webových stránkách ČKFA v záložce Jamieson.

Koenzym Q10

Proč užívat vitamín CoQ10?

Je to přirozeně se v těle vyskytující látka, která zabezpečuje energii pro buňky. Na CoQ10 jsou bohaté zejména srdeční buňky, kvůli neustálému podávání vysokého výkonu při přečerpávání krve. Bylo zjištěno, že dostatek CoQ10 vede ke snížení úmrtnosti na srdeční selhání o 31 %. Při migréně se doporučují dávky až 300 mg jako možná prevence. Zvýšením napětí v tkáních může snižovat potíže s odhalenými krčky zubů při parodontitidě. Pacientům užívajícím statiny ke snížení hladiny cholesterolu lékaři doporučují doplnění koenzymu Q10 kvůli možným vedlejším účinkům statinů.

Jeho příznivý vliv na diastolickou funkci levé komory byl například zaznamenán i u osob léčených atorvastatinem. Švédská klinická studie (KiSEL 10) poukazuje na přínos suplementace pro starší



osoby, v kombinaci se selenem. Zdokumentováno nižší (54 %) kardiovaskulární úmrtnost ve srovnání s placebem. Přínos byl zaznamenán také u pacientů s chronickým srdečním selháním. (studie Q-SYMBIO), kde významně zlepšil kvalitu života a zabránil dalším KV příhodám a vedl také ke snížení kardiovaskulárních příhod a celkově nižší úmrtnosti.

Probiotika

Proč užívat probiotika?

Každá nerovnováha ve složení střevního mikrobiomu se projevuje výkyvy ve stavu celého našeho těla. [Střevní mikrobiom se podílí na metabolismu mnoha živin, a dokonce též léčivých látek. Živé probiotické kultury se nacházejí ve fermentovaných mléčných výrobcích (jogurty apod.) a jiných potravinách (zakysané zelí aj.). Signální molekuly tvořené mikrobiomem informují po překročení hematoencefalické bariéry mozek o potřebě příjmu určitého typu stravy. Chybí-li některá část mikrobiomu, tělo nedostává tento signál a dochází tak k různým poruchám až nemocem. Složení mikrobiomu je u každého jedince odlišné.

Nejzajímavějšími kmeny jsou *Bacillus coagulans*, který dokáže přežít v kyselé



prostředí žaludečních šťáv, a proto může být upraven do formy pastilek, a *Lactobacillus plantarum*, který je zajímavý svým příznivým působením při zánětlivých stavech sliznic trávicího a urogenitálního traktu.

Železo

Proč užívat železo?

Hladina železa v lidském těle je na rozdíl od jiných minerálů regulována pouze procesy vstřebávání, transportu a skladování.

Železo se vstřebává ve dvanáctníku a v proximálním jejunu a v případě potřeby se může vstřebávat i ve vzdálenějších částech tenkého střeva. Nejlépe se vstřebává hemové železo (Fe^{2+}), obsažené především v mase. Nehemové železo a železo obsažené v anorganických solích a komplexech železa (Fe^{3+}) musí být redukováno na ionty železa Fe^{2+} , aby mohlo projít do enterocyty.

Podle odhadů WHO trpí nedostatkem železa až třetina světové populace. Nejvíce ohroženy jsou těhotné a kojící ženy, předčasně narození novorozenci, děti v období rychlého růstu, sportovci, pacienti po gastrektomii a se závažnými onemocněními tenkého střeva, vegetariáni a lidé, kteří nekonzumují například červené



maso.

Pro těhotné a kojící ženy je příjem vyšší než obvyklých množství železa nevyhnutelné pro jeho potřebu při vývoji plodu a růstu kojence. Nejvyšší potřeba železa je od II. trimestru gravidity – až 30 mg denně. Ženy ve fertilním věku též potřebují přijímat více železa kvůli jeho ztrátě při menstruaci. Dále je vyšší potřeba železa u lidí s poruchami metabolismu železa, jako např. při parazitózách.

Selen

Proč užívat selen?

Selen je esenciální mikroživina – ve formě selenoproteinů kofaktor mnoha enzymatických procesů, pročež je důležitý pro přežití.

V lidském genomu je zakódováno 25 selenoproteinů. Je nezbytný pro funkci tělesných enzymatických systémů, zásadních pro zdravý vývoj a růst. Funkční formou selenu jsou selenoenzymy, tj. enzymaticky aktivní selenoproteiny jako např. glutathionperoxidáza a tioredoxinreduktáza. V lidském organismu je především soustředěn v játrech, v ledvinách, ve štítné žláze a v krvi. Selen zasahuje do metabolismu štítné žlázy, zřejmě potlačuje Hashimotovu nemoc.

Selen se může vstřebávat ve formě anorganických i organických sloučenin, ale organismus upřednostňuje organické sloučeniny selenu tj. aminokyseliny (selenomethionin, selenocystein), peptidy a nukleové kyseliny s navázaným selenem.

V klinické praxi se využívá podpora statinové léčby kardiomyopatie selenem v kombinaci s koenzymem Q10. Protože pacienti na statinech jsou obvykle selenodeficitní, doplnění selenu znamená vyšší účinnost této terapie.



(texty byly pro účely publikace zkráceny)

JAK SE ŽIJE ČESKÉ FARMACEUTICKÉ ASISTENTCE VE SKOTSKU? ROZHOVOR S FA Z EDINBURGHU (2. ČÁST)

Pokračování 1. části rozhovoru, který jste mohli číst v zářijovém vydání Zpravodaje.

Máte tedy zkušenosti z více lékáren. Jak se liší ty anglické od českých?

Lékárny toho mají spoustu podobného, ale systém je jiný. Po pravdě já už mám jen mlhavou představu, jak to vše funguje v české lékárně, tak není úplně na místě srovnávat, ale ráda vám popíšu, jak to funguje zde.

Tady jsou community pharmacies jako každá lékárna v ČR. Lidé sem chodí pro volně prodejné léky, pro radu či konzultaci. Samozřejmě vyzvedávají léky na recept, které jsou ve Skotsku zdarma bez poplatku. Vlastně veškerá nutná zdravotní péče je hrazena z jednoho národního zdravotního systému NHS.

Když vejdete do lékárny, osloví vás prodejní asistent (sale asistent). Recept předá farmaceutickému asistentovi na dispenciaci, který nejprve zaregistruje recept pro pacienta přes počítač, včetně pokynu od lékaře na užívání léku, vytiskne nálepku - label. Lékárník či Farmaceutický asistent s kvalifikací Accuracy check recept a léky zkontroluje a předá pacientovi.

Sale asistent může být kdokoli s doplňujícím kurzem na tuto pozici. Má na starosti obsluhu pacientů, objednávání a prodej některých volně prodejných léků bez

konzultace, přijímání informací, vyplňování papírových formulářů (žádosti o konzultaci či dovoz léků například).

Pharmacy dispenser může vykonávat personál s 1-2 letým studiem například na college (VOŠ) nebo přes jiný kurz při práci umožněný zaměstnavatelem. Má na starosti telefonáty, asistenci pacientům, zpracování receptu přes počítač a jejich dispenciaci. Také dispenciaci dosettu (léky na týden v dávkovači), objednávání a příjem zboží.

Pharmacy Technician, na úrovni Farmaceutického asistenta, má vystudované dvouleté studium na College (VOŠ) a je registrovaný jako zdravotnický pracovník u GPhC. Jeho náplní práce je vše, co lékárna obnáší s výjimkou kontroly receptu či komplexních konzultací. Pomáhá s robotickou přípravou léků, když je to nutné.

Accuracy checking Pharmacy Technician má dlouholetou praxi a doplňující kvalifikaci na kontrolu receptů. Zaměstnanci na této pozici dokážou zastat jakoukoliv funkci v lékárně, včetně lékárníka (v daných limitech). Provádí konzultace s pacienty, kontroluje recepty všeho druhu, řeší komplikovanější situace a také může vést lékárnu, plánovat denní chod lékárny, přestávky a dovolené.

Lékárník má obdobnou funkci jako v České republice, má vystudovanou Universitu pět let a je

registrovaný u GPhC. Může být vedoucím lékárníkem.

S doplňujícím vzděláváním mohou předepisovat léky na recept či provádět očkování.

Farmacie má své zastoupení i v nemocnicích a nemocničních lékárnách. Zde je farmaceutické členění relativně komplikované, ale i přesto to zkusím přiblížit.

Lékárny v nemocnicích mají různá oddělení.

Výdejnu léků na recepty a žádanky (discharge letters, outpatient letters, Individual patient supply forms, apod). Zde najdete profesce od Pharmacy Support workers (asistent), Pharmacy dispenser (asistent), Pharmacy Technician (Farmaceutický asistent), Accuracy Checking Pharmacy Technician, Pharmacist (Lékárník). Nemocniční výdejna je vedena dvěma farmaceutickými asistenty, kteří mají doplňující kvalifikace na kontrolu léků a HNC ve vývoji lékárenství a managementu.

Distribuci, kde se přijímá zboží a odkud se rozesílá na nemocniční oddělení a do výdejny (k tomu pomáhá robotická obsluha). Vedoucím oddělení může být farmaceutický asistent s doplňující kvalifikací, stejně jako ve výdejně. Je zde i místnost na výdej tak zvaných Controlled drugs, to znamená opiáty a látky vyžadující zapisování příjmu a výdeje do registru omamných látek. Toto je řízeno farmaceutickými asistenty. Zde najdete pro-



fese od Support workers (asistent), Pharmacy dispensers (asistent), Pharmacy Technicians (Farmaceutický asistent), Accuracy Checking Pharmacy Technicians a Pharmacist (Lékárník). Ovšem lékárník zde má funkci jen na příjem a kontrolu léků bez licence tzv ULM. Dále lze v nemocnici najít aseptickou přípravu, radiofarmacii, oddělení pro péči o pacienty doma a klinickou farmaci na lůžkových odděleních. Téměř všechny pozice na oddělení nemocniční lékárny jsou formovány tak, aby dokázali pokrýt potřeby ostatních oddělení.

Oddělení klinické farmacie má své zástupce z farmaceutických asistentů, lékárníků a nově i pharmacy support workers (PSW, asistentů bez farmaceutického vzdělání, jen s doplňujícími kurzy). Tým se skládá z několika desítek odborníků a má zastoupení téměř v každém koutu nemocnice. Já jsem součástí týmu osmi lidí Cardio Thoracic and Respiratory (5 klinických lékárníků, 2 KFA, 1 KPSW).

Co vás motivovalo odejít z lékárny do prostředí kliniky a co je podstatou práce klinického asistenta?

Po téměř patnácti letech v lékárnách (community pharmacies) jsem měla pocit, že nemám kam profesionálně růst dál. Tak jsem si našla práci pod národním zdravotním systémem (NHS) na pozici Clinical Pharmacy Technician (Klinický farmaceutický asistent). Tím začala moje kariéra v klinické farmacii v nemocnici v Edinburghu na plicním oddělení. Na tuto pozici jsem si dodělala ještě dvouletý kurz při práci, HNC Pharmacy Services Development and Management. Ten jsem letos v červnu úspěšně ukončila.

No ale nedá mi to a už teď se věnuji dalšímu studiu plicních onemocnění, jejich diagnózám, léčbě, inhalátorům.

Medicína a lékárenství se neustále vyvíjí a zdravotníci mají povinnost se neustále vzdělávat a hledat cesty k nejlepší péči o pacienty.

Klinický farmaceutický asistent je registrovaný FA s mnoholetými zkušenostmi v lékárenství. Má možnost vystudování doplňujícího studia a tím získat znalosti ve vývoji lékárenského průmyslu a managementu. Je také manažerem pro FA na nižších pozicích.

Klinický farmaceutický asistent (KFA) ve spolupráci s klinickým lékárníkem, ošetřujícími sestrami a lékaři na oddělení nemocnice přispívá a zajišťuje péči o pacienty. K tomu využívá různých postupů, metod, počítačových programů a komunikaci s ostatním personálem a pacienty. Kromě zajišťování léčiv také identifikuje

pacienty užívající léčiva vyžadující intervenci lékárníka (například Gentamycin, Methotrexate, biologie či léky užívané při chemoterapii), k tomu se používá kódování a verbální doporučení. KFA dokáže identifikovat nesprávnost předepisování léku a kontraindikace. KFA je autonomní role, kde se očekává samostatnost a důkladnost. Zlepšuje postupy práce, s finančně ekonomickým povědomím, má schopnost vést, motivovat a učit druhé. KFA provádí rekonstrukci medikační historie a ujišťuje se, že pacient dostane léky v nemocnici stejné, jaké užívá i doma, pokud to jeho zdravotní stav umožní. KFA provádí konzultace s pacienty, například u nově předepsaných anti-koagulačních léčiv např. Apixaban. KFA radí s užíváním léků inhalační metodou, dokáže správně popsat druhy inhalátorů a klade důraz na jejich správné používání. KFA dokáže poradit s dostupností léků při náhlém problému s polykáním či s možností léku maskovat ho do jídla.

A jak vypadá běžný den Klinického farmaceutického asistenta?

Ráno začínám dříve než lékárník. Nejprve si identifikuji pacienty nové, pak ty, kteří budou propuštěni a ty kteří potřebují další intervenci. Provedu kódování pro lékárníka, který díky těmto informacím naplánuje pořadí pacientů pro intervenci. Následně zkontroluji objednávky léků pro pacienty, popřípadě je upravím či doplním dle nutnosti. Mnoho pacientů si

do nemocnice nedoveze své běžně užívané léky. V tomto případě je poskytne nemocnice.

V některých případech jsou to ale léky, které nejsou běžně skladem nebo jsou dočasně nedostupné. V tomto případě KFA dokáže poskytnout informace o dostupnosti léku, případně o doporučení a zajištění alternativního produktu. Během dne dle potřeby vykonávám různé činnosti popsané výše. Také se věnuji meetingům s kolegy, školím se nebo školím jiné např. o koordinaci léků určených ke spálení, asistenci při denaturaci opiátů a omamných látek.

Jak s vaší kariérou souvisí vaše současné studium?

Ráda bych dodala, že registrovaný zdravotní pracovník včetně FA musí jednou za rok obnovovat svou registraci u GPhC, dokládat celoživotní vzdělávání a zaplatit registrační poplatek.

Prozradte nám na závěr, co vás na vaší práci nejvíc baví?

Ráno jdu do práce a nikdy nevím co mě čeká, jaké budu mít pacienty, kolik z nich potřebuje léky doobjednat, kolik z nich potřebuje konzultace, kolik jich bude ten den propuštěno. Jakmile je jeden pacient propuštěn, vzápětí přijde nový. I třeba po polední přestávce mohou být pacienti jiní. Práce mi dává dobrý pocit. Mám ji ráda, protože vím, že dělám dobrou věc. A když je období dovolených či Vánoc, častokrát vypomáháme v dispensaci, distribuci či jiných

odděleních. Máme možnosti se vzdělávat díky kurzům či webinářům. Máme možnost vzdělávat druhé a sdílet znalosti a zkušenosti.

Podílíme se na zlepšování a optimalizaci zdravotnictví, to mě moc baví. Momentálně se s kolegyní věnuji přípravě rychlokurzu pro zdravotní sestry na oddělení, jak správně nakládat s omamnými medikamenty, jejich přípravou, zápisem do registru podle legislativních předpisů. Také jsem v rámci studia napsala práci o doporučení standardizovaných osnov na školení zdravotnických pracovníků, aby mohli provádět kontrolu používání inhalátorů pacienty. Tým zdravotnických pracovníků se zájmem o plicní medicínu nyní usiluje o schválení takového kurzu. Motivací je pro mě i můj další možný profesní růst v budoucnu a podílení se na neustále se měnícím zdravotnictví. farmaceuticky asistent může být na různých pozicích vedoucím s vysokou zodpovědností.

Veroniko, úžasně a podrobně jste nám popsala další možnou roli farmaceutického asistenta. V Čechách v současné době naše znalosti a kompetence nejsou zcela využity a jste pro nás jistě velkou inspirací! Děkuji vám za rozhovor a přeji hodně osobního i pracovní štěstí a spokojenosti!

Rozhovor s Veronikou Němcovou vedla Alena Šindelářová, předsedkyně ČKFA

JAK TO CHODÍ VE ZDRAVOTNICKÝCH PROSTŘEDCÍCH?

Na podzim se nám podařilo dát konkrétní rámec pracovní skupině pro zdravotnické prostředky. Její koordinátorku Lenku Cákoci Vám představíme v následujícím rozhovoru.



Oblast zdravotnických prostředků je pro některé farmaceutické asistenty velká neznámá, pro někoho v jeho praxi zbytečná, někdo má z tohoto tématu obavy, někdo zdravotnické prostředky třeba ani nevnímá. Kdysi na střední škole oboru farmaceutický laborant to byl předmět spíše okrajový a možná skoro trapný.

Já osobně jsem až po deseti letech v praxi zjistila, jak úžasný je to svět a kolik toho pro farmaceutického asistenta a jeho odborný růst a možná i profesní sebevědomí nabízí!

Lenko, než se ale budeme bavit o tom, co znamenají zdravotnické prostředky konkrétně pro tebe, odpověz mi prosím na klasickou řečnickou otázku – co tě přivedlo do světa lékárny?

Do světa lékárny mě přivedla moje maminka, která je magistra farmacie a já jako malá holka jí chodila do lékárny pomáhat a dívat se, co tato profese obnáší, občas i "sloužit" s ní noční, ale to tak, že jsem ji celou prospala! Pak jsem mamince ráno říkala, jaká je to výborná práce, že se při ní i vyspí a ona se při-

tom celou noc ani nezastavila, kolik lidí na ni zvonilo a musela je obsloužit. Proto, když jsem se v necelých 15-ti letech rozhodovala, jakou střední školu vybrat, volba byla jasná. Asi ani teď bych si jiné povolání nevybrala a kdyby ano, bylo by to asi stále ve zdravotnictví.

Tak už víme, jaká byla motivace k cestě do lékárny. Co se v tvém životě dělo dále? Co bylo impulsem začít si košatět své dovednosti a znalosti?

Po maturitě na Střední zdravotnické škole, obor farmaceutický asistent, upozorňuji, že ještě v předchozím tisíciletí a neúspěšném pokusu na přijímacích zkouškách na Vysoké škole farmaceutické, jsem si řekla, že Vysoká škola asi pro mě není.

Začala jsem pracovat nejdřív v malé soukromé lékárně, následně několik let v řetězcové lékárně v nákupním centru, kde se FA musí opravdu otáčet, ale jde především o výdej léčiv a potravinových doplňků bez receptu. Asi po 7 letech jsem se rozhodla vyzkoušet i práci v nemocniční lékárně a podlehla nabídce mojí spolužačky ze střední školy a místopředsdkyni Komory farmaceutických asistentů, Martině Šopíkové, a nastoupila k "ní" do Vojenské nemocnice Praha.

Spolu jsme postupně absolvovaly dvě specializační vzdělávání: z lékárenství a později z oboru Zdravotnické prostředky. Jsem typ člověka, kterému nevadí změny a naopak má rád rozmanitou činnost, práce v nemocniční lékárně byla přesně pro mě. Mohla jsem si vyzkoušet práci na různých odděleních nemocniční lékárny.

Asi na rok jsem si "odskočila" rozjet a otevřít lékárnu v Revmatologickém ústavu a po mateřských povinnostech jsem se opět vrátila zpět do Vojenské nemocnice. Tam jsem pracovala v tu chvíli na pozici vedoucí FA Veřejné lékárny a Prodejny ZP.

Stále jsem přemýšlela, co a jak by se dalo studovat v našem oboru a mohlo to být dálkové studium. Vždy mě k dalšímu studiu motivovaly a inspirovaly životopisy uchazečů o pozici FA u nás v lékárně. Proto jsem v rámci druhé mateřské dovolené stihla vystudovat Fakultu tělesné výchovy a sportu - obor Ortotik-protetik. Ten mě trochu více "přivál" a přitáhl do Prodejny zdravotnických potřeb, kde se shodou okolností v tu dobu uvolnilo místo vedoucí. Na této pozici pracuji dodnes a můžu říct, že ohledně Zdravotnických prostředků je stále co objevovat a učit se a nikdy člověk neví úplně všechno. V posledních letech spolu s neustálými legislativními novinkami a změnami to platí dvojnásob.

Abych pronikla i do ekonomických a manažerských dovedností



a vysokoškolské studium dokončila kompletně, po roční pauze od studia jsem začala studovat znovu a po dvou letech jsem úspěšně dokončila magisterské studium na Fakultě biomedicínského inženýrství, obor Systémová integrace ve zdravotnictví. A v lékárně mi začali říkat "paní inženýrko". I tato inspirace vzešla ze životopisu jedné z uchazeček o zaměstnání v ÚVN. Studium jsem vždy brala jako možnost

dozvědět se spoustu nových informací na přednáškách, ale především mě vždy obohatilo o zkušenosti mých spolužáků - vždy daleko mladších než já, ale to mě aspoň mentálně drželo mladší. Nyní mi už radši žádné životopisy v práci číst nedávají.

Lenko, známe se poměrně dlouho a já vím, že znalosti máš opravdu široké a dokážeš se profesionálně postavit

k jakémukoli tématu. Často přednášíš na vzdělávacích akcích nejen pro své kolegyně a kolegy farmaceutické asistenty, ale také pro další zdravotnické profese. Také učíš na VOŠ DFA. Zkus si vzpomenout, co všechno děláš a prozrad' nám, kde na to bereš energii a sílu!

No, nemyslím si, že jsem nějaký nadčlověk, dělám to, co všechny z nás, pracuji jako farmaceutický asistent v ÚVN, dále teda učím na VOŠ DFA předmět Zdravotnické prostředky, občas, ale to už velmi málo si o víkendy jdu "zavýdávat" do řetězcové lékárny, mám hodiny posilovacích cvičení pro dospělé, a třeba v tomto předvánočním čase vyrábím každoročně pro své kolegyně i známé adventní věnce.

Ale především mám rodinu, dvě děti, které mě také potřebují. A kde na to беру energii a sílu? Vždy mi asi jedna oblast mých aktivit dává sílu a energii na tu druhou, ale ani já nemládnu a roky přibývají.

Takže jsi mj. vedoucí Výdejny zdravotních potřeb, vyučuješ předmět zdravotnické prostředky na VOŠ DFA, nemůže to tedy být jinak, než že ses letos na podzim stala koordinátorkou pracovní skupiny pro zdravotnické prostředky ČKFA.

Zatím nebyl prostor stanovit konkrétní cíle a oslovit terén, ale máš představu, co by mělo být náplní této skupiny?

Co třeba tobě při tvé práci chybí z pohledu profesní podpory? A máš už někoho v týmu, kdo ti pomůže tuto skupinu rozvíjet?

Upřímně, ještě jsem se nestihla s touto pozicí úplně sžít, ani jsme si nestihly pořádně o tom společně promluvit, ale představu malinko mám. Ráda bych obor Zdravotnické prostředky více představila a odtajnila všechny jeho krásy i pro farmaceutické asistenty, které z nich nyní mají obavu.

Pravidelně bychom spolu s kolegyněmi dávali na web zajímavá témata, třeba z jednotlivých typů zdravotnických prostředků, včetně užitečných a praktických rad, které by se kolegům mohli při práci s nimi hodit, a také bychom řešili otázky z legislativy, případně další aktuality z této oblasti.

Budu také ráda, ať už z vedení ČKFA, tak i od kolegů, FA, za konkrétní náměty, které budeme na webu farmaceutickyasistent.cz postupně představovat a řešit. V týmu jsme zatím tři - já, Barbora Půtová a Lenka Wieglová.

Blíží se Vánoce. Zapomeň na chvíli na práci, které je teď před svátky opravdu víc, než jindy, a řekni nám, na co se teď těšíš?

Těším se na Vánoce s rodinou, rozzářené oči dětí u stromčku, chvíli volna a mezi svátky na trochu klidu i v práci. A samozřejmě se těším na další výzvy v roce 2024, ať už od tebe,

od vedení v práci a prostě co život přinese.

Děkuji Ti za rozhovor a za Tvoji aktivitu v rámci ČKFA!

**Rozhovor vedla:
Alena Šindelářová
předsedkyně ČKFA**

Vydavatel: Česká komora farmaceutických asistentů, z.s.

Redakce si vyhrazuje právo na běžnou redakční úpravu textů včetně jejich krácení. Příspěvky nejsou honorovány. Publikování nebo šíření jakéhokoliv materiálu z časopisu bez předchozího písemného souhlasu vydavatele je zakázáno.

Zpravodaj je interní komunikační médium České komory farmaceutických asistentů.

KONTAKT



Alena Šindelářová

předsedkyně

email: sindelarova@ckfa.cz

telefon: +420 734 281 367

Hlavní partner



Partneři



Česká komora farmaceutických
asistentů, z.s.

Na Folimance 2155/15,
Praha 2 - Vinohrady, 120 00