



Člen UICC a ECL

# Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 17 ▲ Říjen 2006 ▲ Číslo 3

## Vážení přátelé,

letošní léto nám opět předvedlo, jaké krkolomné zvraty je schopné nám demonstrovat, aby nás zcela vyvedlo ze zaběhaných představ poklidného střídání ročních období.

Začalo bez jarních námluv probouzející se přírody, která nás obvykle nechá vychutnat si proces probouzení až do uklidňující se sytosti zeleně a barevné záplavy kvetoucích rostlin, keřů a stromů. Překotně jsme byli vystaveni výhni tropických veder s následnými deštivými chladnými dny.

Příroda si s námi opět zahrála svůj mariáš a nestačili jsme se divit. Nebo jsme si již zvykli? Poslední roky jsou téměř pravidelně anomální. Povodně a zase povodně, vedra a deště, chlad a vlhkost a tisíce hřibů. Nevím, zda to byly ty bílé, o nichž psal Ota Pavel, že jejich nadměrný výskyt předznamenává, podle slov jeho maminky, válku. Ale vždyť to ještě neskončilo. Strach z terorizmu obchází svět.

Ano, my jsme zatím ve stínu tohoto dění. My si jen přiděláváme problémy tam, kde by neměly být. Volili jsme představitele naší země a rozešli jsme se na bílé a černé, nebo růžové a modré. Směšné, ne?

Určitě směšné ve srovnání s nemocí. Jen zdraví lidé se mohou přít o výši a formu daně. Jen zdraví nás mohou přesvědčovat o své pravdě, za kterou vždy tušíme i osobní prospěch.

I péče o zdraví se stala politikem. Stát nebude mít na léky. Nezabezpečí kvalitní léčbu onkologických pacientů. Ano, to jsme slyšeli z médií a ne od redaktorů, ale onkologů. Je to pravda?

Čekáme na serióznější argumentaci a odpověď. Týká se to onkologických, kardiologických, pneumologických, prostě všech nemocných. Týká se to seniorů, neboť ti jsou nejohroženější.



Proto je třeba si vážít zdraví, ne hazardovat s ním. Prevence je o tom, abychom věděli, co nám škodí, jak se bránit rizikům a jak budeme dodržovat známé a ověřené preventivní postupy. K nim patří i preventivní lékařské prohlídky.

Skríníng nádorů prsu u žen je bezplatný pro ženy od 45 do 69 let.

Kdo mi vysvětlí, proč se ho účastní necelých 30 % žen v České republice? Karcinom děložního hrdla se u nás ročně vyskytuje u 1.000 žen. Za uplynulých 15 let se číslo nemění. Na 100.000 žen je to 19,2 případů. V zemích EU je průměr 10,2 a v Izraeli 3,8; v Kolumbii 40,2.

Ne, drahé dámy, neberu si Vás, české ženy, jako rukojmí. Je to odraz myšlení celé naší společnosti.

Mluvme méně o politice a penězích a věnujme se sami sobě, vlastnímu zdraví. Pečujeme o sebe! Ne náhodou jsme celý letošní rok zaměřili na prevenci onkologických onemocnění u žen. Ne náhodou právě v říjnu probíhá tradiční Týden proti rakovině.

Apeluji dnes na Vás, využijte všechny dostupné možnosti k pravidelnému ověřování svého zdravotního stavu.

Nádorový skríníng je jen jednou z možných metod. A pokud jste tak dosud neučinily, účastněte se ho!

Přeji Vám i Vaším nejbližším hodně zdraví a soustavnou péči o ně. Pociť jistoty a životní perspektivy za to přece stojí.

*Prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc.  
předseda LPR Praha*

## KARCINOM ČÍPKU A NOVÁ VAKCÍNA

Līga vyhlásila rok 2006 rokem prevence rakoviny u žen.

Prevence předpokládá jednak organizační opatření zdravotní správy, ale hlavně informace veřejnosti o preventivních možnostech. Důležitá je spolupráce i sebekázeň celé veřejnosti.

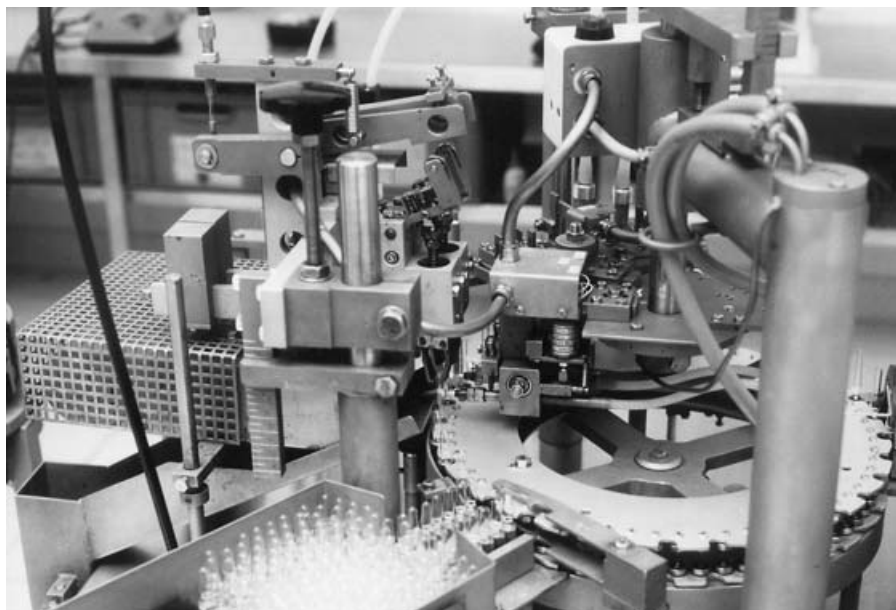
Ano, již v roce 2007 by měla být v ČR vakcína proti nejagresivnějším typům HPV tj. lidského papillomaviru, který se spolupodílí na vzniku karcinomu děložního hrdla u žen.

Tak bude možné předcházet nákaze tímto virem a snížit i riziko vzniku tohoto druhu rakoviny u žen.

Je až k nevíře, jak je nízké povědomí českých žen o rakovině děložního hrdla nebo laicky častěji užívaný termín děložního čípku.

Podceňují preventivní gynekologické prohlídky, nezajímají se o význam buněčných rozborů při stěru z čípku a vzhledem k tomu, že u nás není zatím zaveden řádný screening, nepožadují toto vyšetření při gynekologické prohlídce a ani nechodí na pravidelné gynekologické prohlídky.

O existenci lidského papillomaviru (HPV) podle průzkumu agentury STEM/MARK slyšela jen každá čtvrtá matka 13–19letých dívek a dokonce až každá pátá žena ve věku 20–35 let. Dívky v adolescentním věku 15–19 let o viru věděly ve 14 %. Jen 7 % žen vědělo, že HPV virus způsobuje rakovinu děložního hrdla.



To vysvětluje poměrně vysoké počty výskytu této rakoviny u nás a hlavně i vysoké procento úmrtí. V roce 2003 bylo hlášeno 1.007 nových případů a zemřelo 398 žen. Jsou to mnohem vyšší počty v přepočtu na 100.000 obyvatel ve srovnání např. se skandinávskými státy.

Līga proti rakovině v tomto roce se věnovala této problematice i během X. Květinového dne a rozdala téměř 600.000 letáků. Vrátil se k této informaci ještě několikrát do konce roku 2006, např. v říjnovém Týdnu proti rakovině.

Je nutné, aby každá žena u nás vědě-

la, že střídání partnerů zvyšuje riziko přenosu HPV viru a riziko vzniku rakoviny děložního hrdla. Od prvního sexuálního styku by dívky a ženy měly chodit na roční pravidelné gynekologické prohlídky a měl by u nich být vyšetřován cytologický obraz ze stěrů děložního čípku. Lze tak zachytit i předrakovinná stadia a pokud již rakovina vznikla, lze ji odhalit v dobře léčitelné fázi. Očkování zabrání opakovanému vzniku infekce a je preventivním opatřením, které sníží pravděpodobnost vzniku rakoviny.

*Prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc.*

## OČKOVÁNÍ PROTI RAKOVINĚ

Na mezinárodní konferenci začátkem září v Praze oznámili lékaři, že už v příštím roce dojde k očkování proti nebezpečné rakovině děložního čípku. Vakcínu si ale budou muset hradit zájemci sami. Předseda České gynekologické společnosti Vladimír Dvořák uvedl, že plošné očkování se nechystá, protože analýzy zatím neukázaly, že by se to vyplatilo.

V letošním roce jsme už o objevení vakcíny v našem časopise podrobně psali. Jde skutečně o převratnou věc, i když její efekt – ochrana před rakovinou děložního čípku – se objeví teprve za mnoho let.

Víme, že rakovinu děložního čípku způsobují papillomaviry, šířící se pohlav-

ním stykem. Očkování tedy má význam pro dívky, které ještě nezačaly se sexuálním životem. Lékaři doporučují věk 10–12 let, gynekologové to považují za příliš brzké. Domnívají se, že by vlastně děvčátkům doporučovali, resp. dávali zelenou k brzkému nechráněnému sexuálnímu životu. Gynekolog MUDr. Vít Unzeitig uvádí, že dívky u nás začínají se sexuálním životem v průměru kolem 16 roků.

Jde i o to, že vakcína chrání organismus jen omezenou dobu, a tak gynekologové považují za zbytečné posunovat ochranu do útlého věku, kdy dívky dosud sexuálně nežijí.

Rakovině děložního čípku u nás ročně podlehne cca 450 žen. Je alarmující,

že toto číslo je dvojnásobné proti průměru v Evropské unii. Proč?

Lékaři se shodují v názoru, že naše ženy chodí velmi málo na preventivní prohlídky, které mohou v časném stadiu počínající onemocnění odhalit a úspěšně léčit. Rizikovou skupinou jsou ženy nad 40 let a právě ty chodí na gynekologické pravidelné či preventivní prohlídky nejméně.

Pokud jste v tomto roce, milé čtenářky, dosud nenavštívily svého gynekologa, učiňte tak co nejdříve. A veďte k této pravidelnosti nejen své dcery, ale i své maminky.

Jde přece o Vaše zdraví a cenný pocit jistoty, že je vše v pořádku.

*Redakce*

# SVĚTOVÁ KONFERENCE TOBACCO or HEALTH



řadí mezi rizikové faktory výrazně ovlivňující délku a kvalitu života. Je prokázáno, že prevence funguje a má smysl, a proto se konference zaměřovala nejen na aktivity spojené s omezováním kuřáctví u dospělé populace, ale především na prevenci u dětí a mládeže.

My jsme se konference účastnili s posterovou prezentací **Non-smoking is a Norm**, který představoval náš program prevence kouření a podpory zdravého životního stylu pro děti mladšího školního věku, ověřené na školách v ČR a podpořené Ligou proti rakovině Praha, výzkumným záměrem PdF MU Škola a zdraví 21 a projektem podpory zdraví MZ ČR.

Cílem konference bylo nabídnout globální pohled na užívání tabáku ve světě a využití vědy a výzkumu k obhájení boje proti tabáku a kouření, jako hlavního rizikového faktoru, ovlivňujícího výrazně zdraví a délku života. Odhaduje se, že každý rok zemře na nemoci způsobené kouřením kolem 5 milionů lidí. Úkolem konference bylo poskytnout nové informace týkající se závislosti na tabáku, odvykání kouření, pasivního kouření, bezkouřového tabáku a dalších tabákových výrobků. Dále podělit se o úspěšný způsob a efektivní intervenční techniky boje proti kouření, podpořit myšlenky a strategie, jak vytvořit sociální, politické a ekonomické změny, které pomohou snížit užívání tabáku, zvýšit počet organizací

Ve dnech 12.–15. 7. 2006 se konala ve Washingtonu, D.C. **13. světová konference „Tabák nebo zdraví“** (World Conference on Tobacco Or Health, WCTOH). V horkém letním počasí při 31 °C a 86% vlhkosti vzduchu venku byla jednání konference v dobře vychlazené budově uvnitř Convention Center příjemným stráve-

ním pracovního dne. Ne náhodou se tato konference konala právě v tomto městě. Dne 4. dubna 2006 zde totiž vešel v platnost zákon o zákazu kouření na veřejných místech a pracovištích včetně barů, hotelů a restaurací „**Smoke-Free Washington, D.C.**“.

**Kouření jako jeden z plně preventabilních faktorů životního stylu se**



i jednotlivců, bojujících proti kouření. V neposlední řadě pak zajistit účinnost a vliv **WHO FCTC „Rámcové úmluvy o kontrole tabáku“ (první celosvětová globální smlouva o zdraví)** v jednotlivých zemích a vybavit účastníky konference dovednostmi a zkušenostmi, které jim pomohou připravit se na zavedení Rámcové úmluvy v praxi, v jejich úsilí v boji proti kouření. Přijetí FCTC je pouze jedním z prvních kroků a minimálním standardem pro zavedení globální kontroly tabáku. Jak řekl Dr. Gupta, CNN korespondent pro zdravotní problematiku: „Naše úkoly nejsou příliš velké – pouze zachránit miliony životů v příštích několika letech.“

Konference byla organizována pod záštitou Americké onkologické společnosti (American Cancer Society) a Mezinárodní společnosti pro kontrolu tabáku (Institute for Global Tobacco Control). Konala se v Convention Center v srdci Washingtonu a účastnilo se jí na 2.000 delegátů ze 122 zemí světa. Z toho 67 % účastníků pocházelo z Ameriky, 12 % z Evropy, 8 % z jihovýchodní Asie, 6 % ze Středního východu, 4 % z Afriky a 3 % ze západního Pacifiku. Podle profese to bylo 23 % lékařů z oblasti veřejného zdravotnictví, hygieny, 19 % lékařů, 8 % psychologů a 5 % zdravotních sester a kolem 10 % delegátů uvádělo akademické zázemí na univerzitách. Konference byla zahájena společným zasedáním s účastníky konference UICC o kontrole rakoviny (World Cancer Congress), která se konala 8.–12. 7. a bezprostředně předcházela WCTOH konferenci. Smyslem společného zasedání bylo upozornit na to, že kouření je rizikem číslo jedna a současně nejvíce ovlivnitelným faktorem při vzniku rakoviny.

Ve čtyřech dnech bylo prezentováno na 400 příspěvků a 1.200 posterů. Jednání konference probíhalo formou společných plenárních dopoledních zasedání a na navazujících jednáních, workshopech a seminářích v jednotlivých sekcích. Hlavním tématem jednání byla prevence kouření na celém světě, sjednocení úsilí v jednotlivých státech proti nadnárodnímu monopolu firem produkcujících tabákové výrobky, zveřejnění nejnovějších vědeckých výzkumů, sledujících účinky kouření na lidské zdraví. Aktuální novinkou byla informace Nory Volkow, ředitelky Národního



institutu drogové závislosti USA (NIDA) o účincích tabáku a nikotinu na lidský mozek. Jednání probíhala v pěti hlavních tematických sekcích:

1) **Lidé** – sekce, kde se projednávalo, jaký je vliv tabáku na celosvětovou populaci, co by mělo být provedeno pro zvýšení znalostí, informace o zdravotním efektu užívání tabáku a jak zvýšit počet lidí, kteří se snaží přestat kouřit.



2) **Výrobky** – komplexní pohled na celou šíři tabákových výrobků, které se celosvětově používají, jejich složení a aditiva.

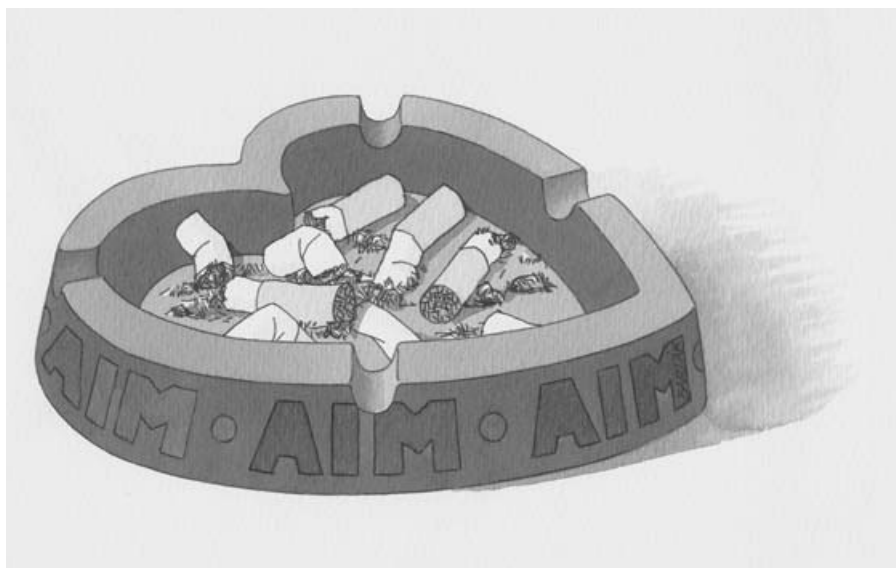
3) **Výrobci** – nejnovější informace o tabákovém průmyslu, reklamě, marketingu, pěstování tabáku, výrobě tabákových výrobků, pašování cigaret a vliv tabákového průmyslu na politiku, kulturu, zábavu a dokonce akademickou půdu.

4) **Taktika** – přijetí WHO FCTC – Rámcové úmluvy o kontrole tabáku a snižování expozice tabákového kouře, ekonomika tabákového prodeje, včetně pašování cigaret, regulací týkajících se balení a prodeje tabákových výrobků.

5) **Zkušenosti, praxe** – nabízela účastníkům získání praktických dovedností, jak bojovat s pasivním kouřením, zapojení zdravotníků do boje proti tabáku, získávání finanční podpory a fondů, využití médií a implementace FCTC.

Larry King, veřejnosti dobře známý korespondent CNN, vedl panelovou diskusi s odborníky na téma nebezpečí kouření, jeho prevence a globální úsilí v boji proti tabáku. Jedním z odborníků byl i C. Everett Koop, bývalý hlavní chirurg USA, dnes 90letý, který se zasloužil o bezvýhradné odstranění kouření z dopravních letadel v zemi. Řekl, že díky spolupráci s neziskovými zdravotnickými organizacemi se mu podařilo uvést do praxe boj proti kouření a zveřejnit fakt, že kouření způ-

sobuje nemoci, poruchy a smrt. Mary Assunta Kolandai z univerzity v Sydney upozornila na to, jak tabákový průmysl láká mládež k užívání tabáku a tím k tabákové závislosti poskytováním podpory sportovních mládežnických akcí, prodejem batohů s logem tabákové firmy, apod. Catherine Le Gales-Camus, zástupce generálního ředitele WHO, apelovala na celosvětové úsilí o přijetí WHO FCTC, Rámcové úmluvy o kontrole tabáku, neboť je evidentně prokázáno nebezpečí kouření. Jeden ze dvou kuřáků zaplatí svým životem. Bez jakékoli preventivní aktivity se zvýší počet úmrtí v příštích 10 letech o 20 % a kouření zabije více než 9 milionů lidí. Proto je nutná prevence kouření, jako hlavního plně ovlivnitelného faktoru vzniku rakoviny i kardiovaskulárních chorob. Thomas Glynn, ředitel Mezinárodního tabákového programu Americké onkologické společnosti, zmínil nutnost globální redukce chorob způsobených kouřením. Hovořil o ratifikaci FCTC senátem USA, řadící se k 60 státům světa, které ještě smlouvu neratifikovaly. Bylo zdů-



AIM – akutní infarkt myokardu

lika. Cílem této úmluvy je ochránit současnou a budoucí generaci před poškozením zdraví, sociálními, environmentálními a ekonomickými důsledky užívání tabáku a expozici tabákového kouře a před pasivním kouřením. Premiér Irska Bertie Ahern hovořil na videu o tom, že zákaz kouření v barech

a tvůrcům legislativy zavést podobný zákon. Kontrola tabáku je možná jen pomocí globálního úsilí, které začíná vzděláváním mládeže a přechází až do vládních iniciativ, zvláště v těch zemích, kde ekonomický růst země není závislý na tabákovém průmyslu. President UICC Franco Cavalli, MD profesor onkologie univerzity v Bernu, ředitel Onkologického institutu v jižním Švýcarsku, podpořil úsilí v boji proti tabáku všechny národy a doporučil, aby podepsaly, ratifikovaly a implementovaly do svých národních programů FCTC. Řekl, že je základním lidským právem být zdravý a žít normální život. Je tedy naší povinností vytvářet a chránit tuto svobodu. **Být závislý na tabáku není projevem svobody.**

Konferenci předsedal prezident American Cancer Society, **Dr. John Seffrin**, který zdůraznil a prezentoval **sílu a nutnost prevence**. Kde je vůle, tam je i cesta.

Kromě jednání v sekcích probíhala také posterová sekce ve výstavní hale, kde bylo denně představeno na 600 posterů. Současně s postery ve výstavní hale mělo možnost nabídnout své produkty na 80 firem zdravotních organizací, farmaceutických firem, vládních agentur, nevládních a neziskových organizací a vydavatelů literatury jako GlaxoSmithKline, Pfizer, Novartis, The Health Connection, Health Edco, School of Public Health, CA Rural Indian Health Board, Mayo Clinic Nicotine Dependence Center, National Institute on Drug Abuse



razněno, že důležitým úkolem každého státu je podpořit aktivitu WHO ratifikací (FCTC, Framework Convention on Tobacco Control) „**Rámcové úmluvy o kontrole tabáku**“. Rámcová úmluva už byla ratifikována ve 132 státech, což je 80 % všech států světa. V Evropě byla ratifikována všemi státy kromě tří, a to jsou Itálie, Polsko a Česká repub-

lika. Cílem této úmluvy je ochránit současnou a budoucí generaci před poškozením zdraví, sociálními, environmentálními a ekonomickými důsledky užívání tabáku a expozici tabákového kouře a před pasivním kouřením. Premiér Irska Bertie Ahern hovořil na videu o tom, že zákaz kouření v barech





(NIDA), Swedish Network for Tobacco Prevention, American Cancer Society, WHO Tobacco Free Initiative, atd. Mnohé z nabízených materiálů mohou vhodně doplnit výchovu k nekouření, ke zdravému způsobu života, podpořit prevenci názornými modely, obrazy, pomůckami, které jsou zvláště užitečné pro primární prevenci, ale i léčbu závislosti na tabáku.

**Do boje proti kouření se zapojují s velkým úsilím i nevládní a neziskové organizace,** které se snaží pomoci lidem v komunitách, školách apod. Nabízejí programy pro volnočasové aktivity dětí i celých rodin. Prevence je ukryta v plnohodnotném využití volného času dětí a jejich rodičů s atraktivním přiblížením negativních účinků kouření. **Programů zaměřených přímo na aktivitu učitelů a dětí ve školách** bylo také možno několik najít. Zajímavé byly postery s programy ve školách v Holandsku, Litvě, Rumunsku, v asijských zemích jako je Čína, Filipíny, Japonsko a další. Evropský program „Naše třída nekouří“ (Smoke Free Class), soutěž celých tříd v nekouření, který probíhá i v naší republice, byl rovněž uváděn na posterových prezentacích. K dalším významnějším studiím lze řadit **studii ESFA**, program určený dětem na druhém stupni základních škol v 6 zemích Evropské unie. Tento program je velmi podobný českému programu Kouření a já. Hlavní koordinátor studie, prof. De Vries z Maastrichtu, který bude projekt rozšiřovat i do zemí východní Evropy, projevil zájem o užší spolupráci.

Účastníky bylo **kritizováno kouření v hollywoodských filmech.** Tyto filmy silně ovlivňují především mladé lidi a podporují u nich image úspěšného člověka, nezávislého, svobodného, s neomezenými možnostmi a většinou kouřícího. Je to velmi nebezpečné z pohledu dítěte, neboť zde existuje pevné spojení mezi tím, co dítě vidí a co dělá. **Boj proti kouření je efektivní tehdy, když zvyšuje znalosti, mění klíčové postoje a chování a motivuje k ukončení kouření.** Je bizarní, že nikotin v cigaretách není klasifikován jako droga, zatímco méně účinný nikotin v náhradní nikotinové terapii je klasifikován jako droga.

V diskusi také vystoupili Caren Slama, vedoucí pracovník Mezinárodní unie proti tuberkulóze a rakovině plic z Francie a **Richard Peto** z Ústavu statistiky a epidemiologie z univerzity v Oxfordu. Peto jako dlouhodobý spolupracovník **Dr. Dolla**, který jako první prokázal nebezpečí kouření na lidské zdraví. Sám ve svých 37 letech po tomto zjištění přestal kouřit a dožil se pak 94 let. Zemřel loni v roce 2005. Peto pokračuje v práci Dr. Dolla a ve svém vystoupení prokázal jednoznačně škodlivost kouření. Zaměřuje se na smysluplnost nekouření a ukončení kouření v jakém-

koli věku a stupni závislosti. Ve své poslední studii s výzkumným vzorkem jednoho milionu britských žen prokázal tři hlavní fakta platící nezávisle na pohlaví: **1) polovina kuřáků je kouřením usmrcena 2) asi čtvrtina úmrtí zasahuje střední věk (35–69) a lidé tak ztrácejí až 20 let produktivního života 3) zanechání kouření funguje, prodlužuje život, má smysl i ve středním věku a zvláště u mladých dospělých.**

Byla diskutována i metoda, jak pomoci lidem přestat kouřit. **Robert West, profesor psychologie zdraví,** ředitel studie tabáku onkologického výzkumu UK **University College London** zdůrazňoval především motivaci lidí přestat kouřit a zůstat motivovaný i v průběhu léčby, kdy se dostavuje syndrom z nedostatku nikotinu. Využívat náhradní nikotinovou terapii, skupinovou terapii, poradenství a individuální terapii šitou na míru každému jednotlivci. Doporučuje také kontrolu po šesti měsících po ukončení kouření ke zjištění účinnosti a efektivity léčby. Byla zdůrazněna nejen náhradní niko-



tinová terapie při odvykání kouření, ale i **kognitivně behaviorální terapie.**

Chudoba rozvojových zemí je spojována s dravostí tabákového průmyslu. V Africe a Asii pěstování tabáku provázejí nízké výtěžky, proto na polích musí pracovat ženy a děti. Farmáři mají malé zisky a jsou neustále ponořeni v dluzích. Chudoba v rozvojových zemích je podporována tabákovým průmyslem a spotřeba tabákových výrobků, procento závislých, kouřících lidí je vysoké. A co víc při pěstování tabáku se používají toxické herbicidy a pesticidy, které ohrožují zdraví pracujících na poli.



Dalším důsledkem pěstování tabáku je i pálení velkého množství dřeva. Výsledkem tedy je, že chudé země se stávají chudšími a závislejšími. Jednou z takových postižených zemí je i Indie, kde však probíhá neúnavný boj proti tabáku v takové míře, že ministr zdravotní a rodinné péče byl na konferenci vyznamenán cenou Luthera Terryho

za boj proti tabáku. Dalším indikátorem úspěšného boje Indie za globální kontrolu tabáku je i rozhodnutí realizovat příští 14. světovou konferenci v roce 2009 v této zemi.

Cenu Luthera Terryho kromě jiných dostali i polský lékař **Witold Zatonski**, a již zmíněný Richard Peto, profesor lékařské statistiky, Oxford. Witold Zatonski, MD, **Onkologický institut, Varšava, Polsko** se významnou měrou podílí na boji proti tabáku, snížení kouření, zákazu kouření na pracovištích, zákazu reklamy tabákových výrobků a zavedení legislativy. V Polsku se podařilo snížit počet kouřících mužů z 60 % v roce 1980 na 36 % v roce 1990 a počet kouřících žen ze 40 % na 25 %.

Prevalence **kouření u mladých lidí ve věku 18–24 let se od 90. let zvýšila, zvláště u dívek**. Bylo zjištěno, že důležitým prediktorem kouření mladých je kouření jejich rodičů. Dalšími faktory, proč mladí lidé kouří, jsou vysoká úroveň stresu, nedostatek motivace přestat kouřit, a užívání cigarety jako způsobu kontroly emocí. Děti a mladí lidé potřebují vysokou podporu rodičů i okolí, aby přestali kouřit. Přestat kouřit není jednoduché, ale se správnou podporou je to možné. Mladí je časem odporu a rebelie a chuť dělat změny je silnější. Takto se projeví mladí lidé bojující za globální kontrolu tabáku. Pod vedením Anny White, UK, mladí lidé z celého světa zorganizovali **pro-**

**testní pochod před Bílý dům nesoucí 25 rakví pokrytých vlajkami různých států** na podporu boje proti tabáku. Zvlášť symbolický je tento protest v zemi, kde tabákový průmysl má velmi silný vliv na politiku a je zde nejsilnější na světě. Předali petici podepsanou účastníky konference u brány Bílého domu, kde však byli odmítnuti. Nejúčinnějším prostředkem, jak bojovat proti tabákovému průmyslu, je **globální celosvětový boj především těch zemí, které nejsou svým ekonomickým růstem závislé na tabákovém průmyslu. Využití nevládních a neziskových organizací, využití hnutí mladých proti kouření, zvýšení daní z tabákových produktů a věnování zisku z těchto daní aktivitám ke kontrole tabáku**. Je ověřeno, že především mladí lidé a příležitostní kuřáci jsou vysokou cenou často odrazeni a snižuje se tak spotřeba tabáku. Závěr konference probíhal v duchu ocenění akademie tabákového průmyslu. Jednalo se o parodii na Oskarové ocenění herců v Hollywoodu, Hack Academy Award. Byla organizována mládeží bojující za globální odstranění užívání tabáku. Cíl konference byl splněn. Lidé celého světa bojující proti tabákové epidemii se ve Washingtonu spojili v jednotném úsilí. Jen tak má boj proti nadnárodnímu monopolu tabákových firem světa možnost uspět.

Iva Žaloudíková, PdF MU, Brno

## Onkologie v obrazech

**Pod záštitou MUDr. Přemysla Sobotky, předsedy Senátu Parlamentu ČR, se ve dnech 22. 6.–2. 7. 2006 ve Valdštejnské zahradě v Praze uskutečnila výstava „Onkologie v obrazech“ (Lilly Oncology on Canvas).**

Mezinárodní uměleckou soutěž a výstavu Lilly Oncology on Canvas, jejímž cílem je pomocí umění vyjádřit pocity na cestě boje se zhoubným onemocněním, iniciovala v roce 2004 společnost Eli Lilly. V prvním ročníku bylo získáno více než čtyři sta děl od žen s onkologickým onemocněním, rodinných příslušníků, přátel a pečovatelů, zdravotnického personálu, umělců a studentů umění z 23 zemí. Výstava procestovala celý svět a získala velký ohlas. V letošním roce mezinárodní

soutěži a výstavě uměleckých děl Lilly Oncology on Canvas předcházela také výstava v České republice. Partnerem projektu byla patientská organizace zabývající se pomocí onkologickým pacientům EUROPA DONNA a Česká onkologická společnost České lékařské společnosti JEP.

Slavnostní vernisáž u příležitosti zahájení výstavy Onkologie v obrazech se uskutečnila 22. června 2006 ve Valdštejnské zahradě v Praze za účasti MUDr. Přemysla Sobotky, předsedy Senátu Parlamentu ČR, prof. MUDr. Jiřího Vorlíčka, CSc., předsedy České onkologické společnosti ČLS JEP, a Jany Koželské, předsedkyně Europa Donna ČR, která slavnostní vernisáž moderovala.

Mgr. Lubomír Šádek



## O VITAMINECH IV.

Zbývá nám zastavit se u čtyřech vitamínů, které tvoří zvláštní skupinu – jsou nerozpustné ve vodě. Jde o vitamín D, A, E a K.

Nejdříve si všimneme vitamínu D. Již dávno před jeho objevením využívalo lidové léčitelství rybí tuk. Byl to jediný spolehlivý lék na obávanou dětskou křivici (rachitidu) s deformacemi kostí končetin, páteře, s chudokrevností, které byly zvláště výrazné u rychle rostoucích batolat a nedonošených. Za objev vitamínu D děkujeme především profesorovi Adolfu Vindausovi, který pracoval na začátku minulého století na univerzitě v Göttingen v Německu a věnoval se dlouhá léta studiu cholesterolu – a od cholesterolu je odvozen vitamín D. Ten je obsažen nejen v rybím tuku, ale jako provitamin (předchůdce vitamínu) i v kůži, v níž se vlivem ultrafialových paprsků mění ve vitamín D. Vindaus dostal za své objevy v roce 1928 Nobelovu cenu. Dnes máme účinný vitamín D3 v olejovém roztoku běžně dostupný. Vitamín D má blíže k hormonům než k vitamínům.

Zvláště zajímavý je vitamín A. Je nejstarší z řady dobře definovaných vitamínů. Zmínka o něm jako o léku při očních nemocech je již v Ebersově staroegyptském rukopisu z 16. století před naším letopočtem. V játrech dospělého člověka se uchovává „zácpa“ vitamínu A na celé dva roky. Vitamín A nelze koupit volně, protože při chronickém podávání vyšších dávek hrozí toxická reakce. První případ otravy vitamínem A je popsán již Gerittem De Vriesem v roce 1596 u skupiny nizozemských polárníků v severním ledovém oceánu, zřejmě po konzumaci medvědích jater.

Bezpečný způsob doplnění vitamínu A představuje podávání jeho provitaminu – beta-karotenu.

Vitamín E je společný název aktivních antioxidačních sloučenin, které brání poškození důležitých látek, především tak zvaných polynenasycených mastných kyselin, obsažených v buněčné membráně. Nedostatek vitamínu E u člověka je vzácný a můžeme se s ním setkat u nedonošených dětí a u osob s vrozenou poruchou vstřebávání tuků.



K vitamínům schopným bránit nežádoucí oxidaci (poškození) řady sloučenin počítáme ještě vitamín A, beta-karoten a vitamín C.

Posledním vitamínem, nerozpustným v tucích, je vitamín K, nezbytný pro správnou srážlivost krve. Je důležitý pro novorozence, protože jeho průnik z matčiny krve placentou do krevního oběhu plodu je malý a ve sterilním obsahu jeho střeva nejsou zatím mikroby, které dokáží vitamín K syntetizovat a je třeba s tím počítat.

*Prof. MUDr. Evžen Skala, CSc.*

## ZÁKON O SOCIÁLNÍCH SLUŽBÁCH

Národní rada zdravotně postižených přinesla ve svých novinách Skok do reality podrobnou informaci o zákonu, který nabude platnost 1. ledna 2007. Přinášíme pro informaci základní údaje:

### Přínos pro uživatele

Právo svobodné volby mezi

- + péčí v rodině
- + osobní asistencí
- + pečovatelskou službou
- + centry denních služeb
- + pobytem v zařízení ústavní péče
- + kombinací různých druhů služeb

Zákon definuje tyto **bezplatné sociální služby**

- + sociální poradenství, které musí zajistit každý poskytovatel
- + raná péče
- + telefonická krizová pomoc
- + tlumočnické služby
- + krizová pomoc

- + služby následné péče
- + sociálně aktivizační služby pro rodiny s dětmi
- + sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdrav. postižením
- + terénní programy
- + sociální rehabilitace s výjimkou úhrady za ubytování, stravu a pomoc při osobní hygieně
- + sociální služby v kontaktních centrech pro děti a mládež
- + služby sociálně-terapeutických dílen s výjimkou úhrady za poskytnutí stravy

Příspěvek na úhradu péče je podle míry závislosti rozdělen do 4 kategorií, a to jak pro osoby do 18 let, tak i nad 18 let a pohybuje se v rozmezí 3.000–11.000 Kč pro dospívající a 2.000–11.000 Kč pro dospělé.

### Důležité upozornění pro uživatele

Pokud bude žádost o příspěvek podá-

na později než v lednu 2007, bude příspěvek vyplácen až od měsíce, v němž byla podána žádost – nikoliv tedy se zpětnou platností od 1. 1. 2007. Zaniká dosavadní příspěvek při péči o blízkou a jinou osobu a také zvýšení důchodu pro bezmocnost.

Pokud máte zájem o podrobnější informace, vyšla publikace **Sociálně právní minimum pro zdravotně postižené**, která obsahuje i novinky v důchodovém pojištění a státní sociální podpoře, životní minimum od 1. ledna 2007 a zákon o pomoci v hmotné nouzi, účinný od téhož data. Publikace uvádí i příklady, jak postupovat v různých situacích.

Brožuru lze získat v Centrech pro zdravotně postižené nebo na adrese: Národní rada zdravotně postižených ČR, Partyzánská 7, 170 00 Praha 7, telefonicky: 266 753 425.

–red–



## ZE SVĚTA MEDICÍNY

Výsledky nedávného výzkumu ukazují, že scintigrafie uskutečněná tři týdny před zahájením hormonální léčby, by mohla předpovědět, zda nemocná s karcinomem prsu bude mít z ní prospěch. Zatím pokračuje výzkum na velkém počtu nemocných, aby se potvrdilo, že dosavadní výsledky jsou přesvědčivé.

K překvapivému objevu došlo při léčbě II. fáze nemocných s nemalobuněčným karcinomem plic ve III.–IV. stadiu. Při chemoterapii dostávali vinorelbin s cisplatinou a navíc transdermálně nitroglycerin (u kontrolních osob placebo). K léčebné odpovědi došlo významně častěji, byl-li podán nitroglycerin. Významný japonský vědec Hiroyasu Yasuda se domnívá, že by mohlo jít o zvýšení krevního průtoku, který zlepší přísun léků do nádorového ložiska.

Asi u 5% dětí, u kterých byla provedena transplantace srdce, se objevuje potransplantační lymfoproliferativní nemoc (podobná leukémii). Stejně častým problémem je rozvoj odmítnutí štěpu příjemcem. To omezuje úspěšnost transplantační léčby. Probíhá rozsáhlý výzkum k objasnění těchto souvislostí.

Na sympoziu v San Francisku přednesl Mark Krasna z univerzity v Marylandu své zkušenosti s léčbou karcinomu jícnu, nemoci, které i u nás přibývá. Jeho zkušenosti jsou velmi zajímavé: nemocní léčení kombinací fluorouracil s cisplatinou, následovanou chirurgickým výkonem, měli 39% nadějí na dalších 5 let života, zatímco nemocní léčení samotnou cytostatickou kombinací bez následného chirurgického výkonu pouze 16%.

Je prokázána souvislost mezi spotřebou alkoholických nápojů (nikoliv jen kouření) a zhoubnými nádory dutiny ústní, hltanu a hrtanu, jícnu, jater, tlustého střeva, konečníku a karcinomu prsu. Nejnověji se tato souvislost předpokládá i u zhoubných nádorů slinivky břišní a plic. Uplatňuje se i vrozená vloha, porucha výživy, vedoucí k deficitu kyseliny listové a nedostatečné reparační funkci nukleových kyselin. Uplatňuje se zde zřejmě toxický acetaldehyd, vznikající při metabolickém rozpadu alkoholu a zvýšeném množství ženského pohlavního hormonu, které podporují rozvoj nádoru. Alkohol se asi uplatňuje i jako rozpustidlo rakovinných látek (karcinogenů) z tabáku. Spotřeba alkoholu stoupá v řadě zemí a stoupá i jeho podíl na zvyšování rizika vzniku některých zhoubných nádorů. Je tedy třeba vedle nekuřáctví bránit zejména pravidelnému pití koncentrovaných alkoholických nápojů.

Přítomnost metastáz v lymfatických uzlinách patřících k prsu postiženému karcinomem je důležitým prognostickým ukazatelem. Peter Lee ze Stanfordské univerzity (USA) připomíná: je velmi pravděpodobné, že imunitní systém dokáže nádorové buňky rozeznat a reagovat

placená inzertce

# NOVINKA!

2 osvěžující příchutě JABLKO a JAHODA



- vysoce energetická tekutá strava
- neobsahuje tuk
- chutná jako džus
- pro obnovení plnohodnotného příjmu energie a živin se doporučují 2 Nutridrinky denně po dobu nejméně 14 dní

## NUTRIDRINK FAT FREE

...vždy, když běžná strava nestačí

na ně. Přitom je podivné, že nádorové buňky mohou v lymfatických uzlinách přežívat. Nejpravděpodobněji je to podmíněno změnami imunitního aparátu uzliny. Z toho vyplývá, že bude třeba získat daleko hlubší znalosti o tom, jak se mění imunitní profil nemocné v důsledku napadení nádorem a v budoucnu se zaměřit na možnost manipulace s imunitním systémem nemocné.

Jak je v praxi obtížné dosáhnout jednoznačného stanoviska ve volbě léčby onkologického onemocnění ukazují dvě v minulém roce ukončené studie z Velké Británie a Itálie. Šlo o analýzu profylaktického

podávání antibiotika Levofloxacinu k zábraně nástupu horečnaté neutropenie (poklesu určitého druhu bílých krvinek), vyvolané intenzivní chemoterapií. V obou studiích došlo k podstatnému snížení počtu horečnatých příhod. V britské studii se objevily u 10,8% pacientů na rozdíl od 15,8% v placebové (kontrolní) skupině. Výsledek studie tedy jednoznačně mluví pro profylaxi, ovšem zatím zůstává otevřený jiný problém – nevedlo by zavedení plošné profylaxe antibiotiky ke vzniku antibiotické rezistence, tedy k uzavření cesty použití osvědčeného léku – levofloxacinu? To by byla příliš vysoká cena.

Prof. MUDr. Evžen Skala, CSc.

## TÝDEN PROTI RAKOVINĚ

Ve druhém říjnovém týdnu proběhne opět tradiční Týden proti rakovině, který vyhláší Asociace evropských lig proti rakovině ECL, jejímž je LPR Praha řádným členem.

V době od 9. do 20. října uvede Český rozhlas 2 Praha opět cyklus pořadů pro veřejnost věnovaných informací o využívání screeningových možností žen v prevenci onkologických onemocnění. Bližší informace najdete v programu Českého rozhlasu.

## PRO CHVÍLI K ZAMYŠLENÍ

Datum 14. září našim dětem už mnoho neříká. Ale byl to den, kdy v září 1938 zemřel první československý prezident Tomáš Garrigue Masaryk, a současně tentýž den byl dnem narození jeho syna Jana Masaryka. Letos si připomínáme 120. výročí jeho narození.

Z knihy Viktora Fischla Hovory s Janem Masarykem, která poprvé vyšla v roce 1952 v Tel Avivu, jsem pro zamyšlení vybrala stať, kterou použil i Jan Werich v roce 1968, kdy jeho vystoupení v televizi sledoval celý národ. Čtěte a přemýšlejte. Slova Jana Masaryka, velkého vlastence, který svému vlastenectví obětoval život, jsou aktuální i dnes.

*„Ono je dobře, že jsou mezi národy sloni a poníci. A je dobře, že ti mrňousi dostanou čas od času trošku na frak, když zapomenou třeba, že musejí do houfu. Jenže přitom nikdy nesmí zařvat žádný z těch malých, jak se lidově říká. Protože mrňousové mají zrovna tak nesmrtelnou duši, jako ti velcí. S tatou jsme často mluvili o malých národech. Já byl ovšem skeptik ve familii, ale starý pán nikdy nepřestal věřit, že mrňousové na světě mají zrovna tak své poslání jako ti velcí. A když někdo hodil flintu do žita jenom proto, že se narodil jako Čech nebo Slovák a ne jako Rus nebo Američan, tata se vždy rozčílil. Takovým lidem říkal vul. On rozlišoval mezi vůl s kroužkem a vul bez kroužku. Ti bez*

*kroužku podle něj byli nebezpečnější. Ale v jedné věci jsme se neshodli. On věřil, že malé národy, jako my, Češi, by měly být mosty mezi těmi velkými. Mně se tahle myšlenka nikdy moc nezamlouvala – po mostech se šlape.*

*Ale v tom jsem souhlasil se starým pánem, že člověk může být zrovna tak hrdý na to, že se narodil v Praze nebo Bratislavě, jako kdyby se byl býval narodil v Moskvě nebo ve Washingtonu. A taky jsem souhlasil s tím, že máme ve světě na trh nosit výsledky našeho politického myšlení a vyložit je pěkně vedle zboží z Washingtonu, z Paříže, z Londýna nebo z Moskvy a že se sice mrňousové mohou mnoha věcem naučit od těch velkých, ale taky je můžeme něčemu naučit my.*

*No, to se ví, že se máme učit od těch velkých, ale ne se po nich opičit a papouškovat. Národ, ať je malý nebo velký, nesmí nikdy ztratit svou původnost, jinak by přestal být národem.*

*S Karlem Čapkem jsme si taky mockrát povídali o malých národech a o těch velkých. Veliký básník a veliký zahradník před Hospodínem, Karel Čapek. A jednou když jsme zase takhle mluvili, on povídá: „Podívej se tamhle na ten strom. Jsou na něm velké větve a malé větve. A ty velké podpírají ty malé. A jde z nich míza do těch malých. A neberou těm malým mízu. Takhle by se měly chovat velmoce k malým národům,“ povídal ještě Čapek.*



*No, člověk může věřit buď na násilí nebo na ideu. Ale když věříte, že člověk je opravdu, jak nás ve škole učili, homo sapiens a že velikost se nesmí měřit podle toho, kolik kdo má tanků a kanonů, ale podle toho, jak původně a hluboce umí myslet, tak Vám můžu dát tisíc příkladů, které dokazují, že se velké myšlenky mohou narodit zrovna tak dobře v poslední české nebo slovenské vesnici jako v nějaké metropoli s miliony obyvatel.*

*Víte, že jsem neroztrhal moc podrážek cestou do kostela a kalhoty nemám na kolenou moc prošoupané od klečení. Ale na jedno jsem vždycky věřil. Že nás Pán Bůh udělal všechny stejné. Jeden*

je bílý a druhý černý. Jeden je krásný, jak Vy a já, anebo podřobaný od nešťovic. Ale všem je nám zima, když venku mrzne a všichni se potíme, když praží slunce. A všichni musíme dýchat, abychom se neudusili. A všechny nás nakonec odvezou. Jinými slovy, všichni jsme smrtelní. I nesmrtelní. Ale pro tohle nesmíme jeden z druhého dělat otroka. Pro tohle každý, ať jeho táta byl prezident nebo dráteník, musí mít stejnou příležitost žít plný život. Nikdo si nesmí myslet, že je něco víc nebo lepšího než ten druhý. Možná, že toho má víc v makovici, možná, že nosí lepší košili, že má fortelnější ruce, možná, že má větší bicepsy. Ale tohle všechno ho jenom zavazuje, jenom zavazuje, aby toho udělal tím víc. Tím víc pro ty s menšími bicepsy a s horší košilí. Jenomže tomuhle můžou věřit a rozumět jenom ti z lidí, kteří mají rádi lidi.

Mít rád lidi a milovat lidi, to je celé tajemství a jediný recept na štěstí, a to platí pro všechny. Pro mě, pro Vás, pro Stalina, pro Trumana, pro celý svět.

Někdy si myslím, že jsme udělali velkou chybu, když jsme nechali o svobodě mluvit jen básníky. Básníci nedefinují věci moc přesně a už vůbec nedefinují věci jasně táboroví řečníci. O svobodě jsme měli nechat mluvit učitele. Děti by se měly učit o svobodě ve škole. Docela vědecky, tak jako se učí číst, psát a počítat. A měl by to být povinný předmět. Náramně povinný. Každý jsme je měli učit, že svoboda není jen taková láska – páška a vlast – masť, že to není jen to básnické volání po křídlech. Měli jsme je učit, jaký je rozdíl mezi skutečnou svobodou a anarchií. Jak svobodu je třeba vždycky spojit s kázní. Jak každý může dělat, co chce, jen pokud při tom nešlape sousedovi na kuří oko. Jenže s lidmi je to těžko. Dovedou si věci vážit plně jenom, když je na chvílku ztratili. To platí o svobodě zrovna tak jako o všem ostatním. Dokud Vám někdo nestojí za zády a nepoloží Vám revolver mezi lopatky a nediktuje Vám, co máte psát a říkat a učit, nevíte opravdu, jaká je to velká věc, když smíte psát, říkat a učit, čemu sám věříte."

*Jan Masaryk*



## ZE ŽIVOTA KLUBŮ

### Onko Amazonky



Našim členkám již nestačí naše pravidelné aktivity,

které pořádáme málem jako rituál – pravidelná měsíční setkávání, rehabilitační tělocvik, rekondiční pobyty, výšlapky do přírody či návštěvy kulturních akcí.

Malá skupinka jezdí spolu už od roku 2002 na společnou zahraniční dovolenou, ale letos se vypravilo osm členek a jejich přítelkyň s cestovní kanceláří na poznávací zájezd do Norska. Byla to dámská jízda, jelo se autobusem přes Švédsko a nevadily nám ani noční přejezdy.

Počasí nebylo vůbec studené, naopak v parnech, která panovala u nás doma, tam bylo příjemně. Teploty dosahovaly přes 20 °C. Pršelo jen dvakrát a některé z nás ani neroztáhly deštník. Chladno jsme prožily až sedmý den u největšího norského pohorí, kde se některé účastnice vypravily na túru po horském hřebenu k vyhlídce na rozeklané a zasněžené hory. Některé zdolaly jen třetinu cesty, ostatní zůstaly dole u jezera.



dostaly do Kodaně, kde jsme opět prožily celý den a poslední noční přejezd nás dopravil domů.

Nelze vyjmenovat vše, co jsme viděly. Deset dnů uteklo jako voda v norských řekách. Vzpomínky zůstávají a už nyní plánujeme dovolenou na příští rok.

*Ludmila Váchová*

V srpnu vyjely na Jihomoravské slavnosti vína, kde se sešly s přítelkyněmi z klubu Naděje Velké Meziříčí. Na konec září a začátek října je plánován rekondiční pobyt ve Františkových Lázních. Zpravodaj pro členky klubu připravila místopředsedkyně klubu

*Jana Randulová*

### Benkon Benešov



Ze Zpravodaje benešovského klubu onkologických nemocných jsme se dozvěděli, jak bohatý byl celý první půlrok jejich činnosti. Účastnily se mnoha akcí, mnohé pořádaly samy.

Už v únoru přijaly pozvání na setkání s členkami klubu Alen v Praze, které bylo spojena s procházkou historickou Prahou a společným obědem. Účastnily se tradičního mezinárodního veletrhu Pragomedica, absolvovaly celorepublikový seminář o zdravém způsobu života, který pořádala společnost Kalokaghatia. Samozřejmostí byl i Květinový den. Podařilo se jim prodat v Benešově a okolních obcích 4.500 kyticek a letáčků a vybraly celkem 105.962 Kč.

V červnu uspořádaly tradiční víkendový rekondiční pobyt v Jablonné nad Vltavou, Nebyly samy. Na pobyt přijely kamarádky z Alenu Praha, a i když počasí nebylo nejlepší, program byl beze zbytku naplněn. Plavání, turistika i táborák doplnila výborná nálada a pohoda.

### Portus Teplice



Už potřetí jsme společně plavali s cílem uplatvat co

nejvíce se skriningovým programem prevence nádoru prsu. Plavalo celkem 72 žen i mužů a 9 dětí do 10 let. Uplavali jsme dohromady 36,6 km. Akce se uskutečnila v pěkném prostředí Aquacentra, kterému děkujeme za spolupráci. Finančně nás podpořil teplický magistrát. Akce se nám vydařila, v parném dni bylo velmi příjemné pobýt v bazénu. Ráda bych poděkovala za spolupráci členkám pedagogického sboru zdravotnické školy i příznivcům našeho Centra.

*Eva Mžourková*

### Klub Marie Třinec

Členky klubu nám poslaly obrázky z Květinového dne, kdy se vypravily i do okolních obcí. V letošním roce se jim podařilo vybrat 106.922 Kč. Vydaly také pohlednici, kterou rozdávají a na níž se občané dozvědí o jejich činnosti. O společných schůzkách každý měsíc, o plavání a cvičení, arteterapii



Krajina kolem byla krásně zelená, vše upravené a čisté. Louky posečené nebo spasené a vrcholky hor působily jako pocukrované moučníky. Obdivovaly jsme jezera, fjordy, vodopády, skaliska i řeky, byla to nádhera.

Na zpáteční cestě jsme se zastavily na celý den v Oslu a obdivovaly kulturní památky, nočním přejezdem jsme se

i společných návštěvách kulturních akcí. Klub se snaží působit i preventivně a pořádá přednášky o rizicích a prevenci onkologických onemocnění. Na své schůzky zvou k besedám zajímavé lidi ze svého regionu. Kontaktní adresa je: Marie Adamusová, Dukelská 685, 739 61 Třinec, tel.: 558 334 332, 732 360 460.  
e-mail: klubmarie@net.tvtrinec.cz  
www.klubmarie.net.tvtrinec.cz



poslední chvíle. Dokonale se o nás staraly kuchařky turistické základny a po celé čtyři dny vládla nádherná pohoda. Dostaly jsme od děvčat z Benkonu upomínkové dárečky a s nimi i nabídku zopakovat si tento víkend i v příštím roce. Srdečně děkujeme za jejich pohostinnost a přátelství.

Uspořádali jsme také jarní autobusový zájezd na Klatovsko. Plně obsazený autobus zamířil za památkami tohoto kraje: Hrad Švihov, zámek Chudenice, národní přírodní rezervace Americká zahrada - arboretum zaměřené na dřeviny Severní Ameriky s cennou Černínovou douglaskou. V Klatovech jsme navštívili známé katakomby pod kostelem Sv. Ignáce, kde je pohřbeno na 200 osob jezuitského řádu i urozených pánů. Zajímavá byla návštěva barokní lékárny U bílého jednorožce, jejíž histo-

rie se datuje od poloviny 16. století. Na zpáteční cestě nás čekalo překvapení pod hradem Radyně, kde jsme navštívili předrománskou Rotundu sv. Petra, která je nejstarší dochovanou architektonickou památkou na českém území. Výstup k rotundě nás odměnil krásným výhledem do Západočeského kraje.

*Daniela Kelišová*

### Onko Isis Opava



Ráda bych poděkovala za velmi příjemný rekonvalescenční pobyt na začátku května v Nové vsi pod Pleší. Bylo nás tam osm z našeho klubu a byly jsme zde poprvé. Víme, že část výtěžku Květinových dnů tam byla investována, a tak nás trochu vedla i zvědavost.

### Alen Praha



Na pozvání benešovského klubu jsme se účastnily prodlouženého víkendu v Jablonné nad Vltavou. Nepromarnily jsme ani chvíli a bohatý program, který nám benešovské členky připravily, jsme si užily do





V programu byly rehabilitační procedury, přednášky, cvičení jógy, ukázka masáží při otocích, cvičení s fyzioterapeutkou, vycházky a výlety do okolí. Navštívil nás prof. Zdeněk Dienstbier a seznámil nás s historií Ligy proti rakovině a jejím posláním, společně jsme probrali hlavní body Evropského kodexu proti rakovině. Také přednášky prof. Evžena Skaly o zdravé výživě a správném životním stylu nás zaujaly. Dostaly jsme také seznam publikací, které Liga vydává pro prevenci i pro onkologické pacienty. Ve volném čase jsme chodily na procházky, podnikaly výlety do okolí, zajely jsme si i do Prahy.

Ochotný personál, dobrá strava, pěkné počasí, rozkvetlá krajina s vůní šeříků, to vše nám zpříjemňovalo náš pobyt. Navázaly jsme zde kontakty s členkami z jiných klubů, předaly si různé zkušenosti a čtrnáct dní velmi rychle uběhlo.

Pobyt nám všem přinesl nová poznání, nová přátelství a hlavně upevnění zdraví.

Děkujeme.

*Za účastnice klubu  
Mgr. Helena Drozdová*

### Klub ŽAP Praha



Tak jsme se letos v srpnu vypravily na ozdravný pobyt do – pro nás trochu atypického –

kraje, kde převládá rovina a jediným „kopečkem“ široko daleko je Kunětická hora. Byly jsme v Lázních Bohdaneč, ubytované v hotelu TECHNIK. Pro naše věkově starší členky ideální místo. Rozlehlý park, cestičky kolem rybníků a vysoký les bez strání a údolí. Pěkné náměstí s fungujícími vodotrysky a fontánou a útulnou stylovou cukrárnou. V samotných léčebných lázních nám vyšli vstříc, a tak jsme užily koupání a cvičení v bazénu s temperovanou vodou. Během pobytu jsme si v Pardubicích prohlédly Staré Město – mimochodem snad nejkrásnější náměstí, jaké jsme kdy viděly. Navštívily jsme zámek s rozsáhlou expozicí a projely jsme se po Labi parníčkem pod Kunětickou horu a zpět. Všechny bez rozdílů jsme nakupovaly pro děti a vnučata barevné perníčky roztočivých tvarů. Na samotnou Kunětickou horu jsme se vydaly jiný den. Byl to poslední prázdninový víkend a na nádvoří hradu se pro

děti pořádaly různé hry, soutěže a divadelní představení. Dětem oči zářily a my jsme se vrátily o několik desítek let zpátky – do dětství. Byly jsme v „Perníkové chaloupce“ s pohádkovou ježibabou, od které každý dostal na památku pardubický perníček. I den byl jako z pohádky. Svítilo sluníčko, spadlo pár kapek deště a při cestě domů jsme zaslechly i bouřku.

Ozdravného pobytu se tentokrát zúčastnily i 4 nové členky a 4 členky, které už o několik let překračují osmdesátku. Potěšující je, že všechny chodily pravidelně na ranní rozcvičku, chodily cvičit, chodily do bazénu a všechny se „vyšplhaly“ na Kuňku. Evidentně jim ozdravný pobyt prospíval. Pátý den našeho pobytu přijely členky klubu INNA z Havířova. Mimo jiné jsme společně uspořádaly sportovní Olympiádu, při které jsme se báječně bavily. Při společném večerním posezení jsme si navzájem sdělovaly osobní zážitky, ale i předávaly zkušenosti z práce organizací. Na poslední chvíli jsme stačily přivítat pražské ALENKY, které spolu s INNAmi zůstaly v Bohdanči do konce týdne.

Pro 30 ŽAPEK to bylo krásných 10 dnů relaxace a odpočinku, při kterém nabíraly nové síly a upevnily si fyzickou i psychickou kondici. Závěrečné hodnocení a bouřlivé poděkování bylo toho dokladem.

*Dana Hybšová*

### Kapka 97 Chomutov



*Vydařený  
rekondiční pobyt.*

Sdružení Kapka 97 Chomutov uspořádalo v červnu pro své členy – onkologické pacienty

– letošní první desetidenní rekondiční pobyt. Letos to bylo na Šumavě v penzionu Brčálník (Hojsova Stráž). Krásná příroda, letní počasí a dobrá nálada



všech přispěly každému účastníkovi k načerpání sil a energie.

Panovała pohoda, přátelství, aktivita, cvičili jsme, plavali, a hlavně chodili a chodili po krásných šumavských kopcích – Špičák, Pancíř, Ostrý, Černé a Čertovo jezero. Celodenní výlet nám umožnil podívat se do Sušice, Kašperských hor a na šumavské slatě.

Každý si odvezl suvenýr – ať to byly kamínky, rostlinky, pohlednice, dárečky, ale hlavně vzpomínky a přátelství, nová i ta déle trvajících. Nikdo neměl povinnost bavit ostatní, přesto vyhrál humor, spolenectví a empatie.

Letos nám opět na uskutečnění pobytu opět přispěly Severočeské Doly, a. s. a město Chomutov.

Děkujeme.

*Soňa Erdélyiová*



### Arcus – Život České Budějovice

Rozkvetlými šeříky a rododendrony přivítalo v červnu lázeňské město Bechyně 14 členů našeho sdružení na týdenní rekondiční pobyt. Na procedury – perličkové koupele, masáže a oblíbené vodní lůžko (hydrojet) – jsme docházeli ambulantně do léčebného domu Jupiter lázní FELICITAS s. r. o. Odpoledne jsme využívali k plavání v bazénu v hotelu Olga.

Navštívili jsme muzeum keramiky, renesanční zámek, hasičské muzeum



Kupu nádherně zdobených perníčků pro své milé a krásné vzpomínky na setkání s lidmi, které jsme díky naší organizaci poznaly. Za rok se těšíme nashledanou!

Eva Žylková

### Mamma Help Praha

Vydává pravidelně pro své členky Zpravodaj, kde je informuje o všem, co se děje nejen v Praze, ale i v dalších centrech, která vznikla v Brně, Hradci Králové a v Přerově.

Květinového dne se tentokrát společně se účastnily členky ze všech čtyř měst. Celkem prodaly 16.510 kytiček a vybraly 371.645 Kč. Průměr na kytičku byl 22,51 Kč.

Dále zpravodaj informuje o možnosti získání tzv. senior-pasu pro DP v Praze, který vedle sníženého jízdného poskytuje i další výhody při vstupu do některých pražských kulturních zařízení – galerií, muzeí, Botanické zahrady, ZOO, Obecního domu, Hvězdárny, Planetária a na Vyšehrad.

Brněnská děvčata sestavila žebříček, kterým by pacientky mohly přispět ke své léčbě. Není bez zajímavosti, konečně, posuďte sami, otiskujeme jej:

1. Věřit v úspěšnost své léčby
2. Důvěřovat lékařům
3. Být informován o své nemoci
4. Mít se rád a neobviňovat se
5. Spolupracovat a poslouchat pokyny
6. Přístupovat optimisticky ke svému životu, ale ne za každou cenu
7. Najít si někoho, kdo mě bude provázet po dobu léčby
8. Umět požádat své blízké o pomoc
9. Neuzavírat se doma se svými obavami
10. Změnit nezdravé návyky
11. Vyhledat komunitu se stejnými návyky
12. Snažit se zdravě žít
13. Zajímat se o prevenci
14. Nevěřit na zázračné léky a metody
15. Nevyrovnávat se s úzkostnými zlostnými projevy vůči ostatním lidem

A co očekávají pacienti od lékaře:

1. Poskytnutí veškeré potřebné léčby bez ohledu na jeho cenu

a také keramickou dílnu pana Bartáka, kde jsme si mohli koupit a také zakoupili drobné předměty zahradní a figurální keramiky.

Volný čas a krásné počasí jsme využili k vycházkám do okolí Bechyně. Vypravili jsme se a prohlédli jsme si nově zrekonstruovaný most s elektrickou dráhou, došli jsme i do vzdálenější Židovy strouhy. Ocenili jsme také vhodné a dobré stravování.

Týdenní pobyt nám i našim rodinným příslušníkům přinesl mnoho užitečného. Rádi bychom touto cestou poděkovali řediteli lázní FELICITAS panu doktorovi Mičanovi.

Marta Mordavská

### INNA Havířov



Z Havířova jsme tentokrát obdrželi také jejich Zpravodaj. Obsahoval hned v úvodu logo a s ním i vysvětlení názvu INNA. I = iniciativa, N = nápady, N = názory, A = aktivita.

Zaujalo nás i motto: Pomůžeš-li druhým, pomůžeš sobě.

Pomáháš-li sobě, pomáháš druhým.

Činnost i tohoto severomoravského klubu je velmi pestrá, a proto alespoň ve stručnosti přinášíme její přehled. V dubnu se uskutečnila vycházka Ostravské kolečko, která členky provedla Ostravou. Zástupkyně klubu se účastnila v Praze semináře o využití didaktického modelu k nácviku samovyšetřování prsu. Poslední dubnový víkend se členky klubu sešly na chatě Lesanka v Komorní Lhotce, víkend byl věnován osteoporóze. Při Květinovém dni člen-

kám klubu pomáhali studenti gymnázia, hotelové školy, střední školy i skauti a podařilo se jim společně už ve dvě odpoledne prodat poslední kytičku. Vybrali částku 122.395 Kč.

Účastnily se projektu Dokážeš to taky i pochodu Avonu v Praze.

V červnu nechybělo setkání na chatě u jedné z členek, kde se tradičně smažila vaječina, účast na brněnském semináři o dovednosti práce s Power-Pointem. Poslední červnový den byl zasvěcen výletu, kterého se účastnily i ostravské Amazonky. Cesta vedla do Loštic, kde se vyrábějí pověstné tvarůžky, do Olomouce a po obědě do Bystrovan na prohlídku květin a okrasných rostlin.

Členka klubu M. Marčanová uspořádala od začátku roku 5 přednášek o prevenci rakoviny prsu s výukou na maketě. Přednášek se účastnilo 141 žen. Eva Žylková se naopak zaměřila na mladou generaci. O důležitosti samovyšetřování, rizikových faktorech i prevenci seznámila v sanatoriu v Klimkovicích a na letním táboře v Pstruži 65 dívek.

22. září se členky klubu společně zúčastnily Běhu Terryho Foxe v Havířově.

Koncem srpna a začátkem září se 18 členek účastnilo rekondičního pobytu v Lázních Bohdaneč společně s členkami pardubického Konu, ŽAP Praha, Alenu Praha a Vlasty z Kopřivnice. I když počasí nebylo právě nejpříznivější, byl pobyt doslova nabit programem. Plavání, cvičení, turistika, ale i přednášky, výlety, Olympiáda vědomostí a zručnosti. Co jsme si odvezly domů?

2. Vysokou odbornost
3. Rovnocenný partnerský přístup
4. Zabezpečení intimity a lidské důstojnosti
5. Upřímnost v případě zhoršení zdravotního stavu
6. Ochotné vysvětlení způsobu léčby a zodpovězení dotazů
7. Seznámení se závažnými vedlejšími účinky léčby
8. Dostupnost lékaře v případě potřeby i mimo objednávací termín
9. Mít možnost získání kopií své zdravotní dokumentace
10. Udělat si čas pro naslouchání
11. Pružnou vzájemnou domluvu mezi ošetřujícími lékaři
12. Morálku a slušnost
13. Ordinační dobu využívat výhradně pro pacienty a ne dealery

**Jde o osobní názor, ale velmi bychom v redakci uvítali i Vaše názory nebo zkušenosti z ordinací praktických i onkologických lékařů i Vaše**

### návrhy, které by pomohly zlepšit vzájemné vztahy.

Redakce

### Fit-Ilco ČR

7. říjen vyhlásila Mezinárodní asociace stomiků jako Světový den stomiků. Letošním heslem tohoto dne je „Žít plnohodnotně“. V předvečer tohoto

svátku pořádá Fit-Ilco v Praze vycházku pro všechny, kteří se dovedou radovat z každého dne, který smysluplně prožili. Vycházka se uskuteční v pátek 6. října a sraz všech zájemců je ve 14.30 h ve stanici metra C Vyšehrad – směr Kačero-rov. Cílem procházky je staroslavný Vyšehrad a Slavín, kde bude možné se zastavit u hrobů slavných Čechů.



## PŘEDKLINICKÝ VÝZKUM

Centrum preventivní a následné onkologické péče o. p. s. uspořádalo v září setkání členek ženských patientských sdružení v rámci projektu předklinického výzkumu potravinového doplňku Ovosan.



V Nemocnici sv. Alžběty v Praze Na slupi se sešly členky pražských sdružení Alen, ŽAP a Mamma Help se zástupkyní Centra MUDr. M. Bělešovou, primářem Karlem Fraňkem a zástupci firmy Areko. Smyslem setkání bylo informovat přítomné o budoucím projektu ověřování účinku potravinového doplňku Ovosan. V úvodu připomněla předsedkyně Alenu paní Daniela Kelišová, že jen informovaný pacient je pro lékaře partnerem

a může spolurozhodovat o své léčbě.

Úvodní projekt byl zahájen letos v dubnu, kdy 20 klientek užívalo Ovosan dle doporučených schémat. Na základě jejich subjektivních údajů bylo zjištěno, že v žádném případě nedošlo k výskytu nežádoucích účinků, naopak klientky se cítily lépe: měly lepší chuť k jídlu, pozitivní vztah k životu a lepší spánek.

Proto se Centrum ve spolupráci s firmou Areko rozhodlo přistoupit k druhé fázi projektu, kde bude účinnost Ovosanu ověřována fyzikálními vyšetřeními i laboratorními vyšetřeními.

Do projektu bude zařazeno 20–30 klientů, jimž bude podán bezplatně potravinový doplněk Ovosan a během ročního sledování se podrobí čtyřikrát nejen klinickým, ale i laboratorním vyšetřením v rámci celého projektu.

V projektu se počítá jak s klienty po ukončené onkologické léčbě, tak i s těmi, kteří jsou právě v léčbě.

Jde nám o to zjistit, zda vznik a rozvoj onemocnění je v přímé závislosti na oslabení imunitního systému a zda tento potravinový doplněk zvyšuje odolnost organismu.

Klienti, zařazení do projektu, se účastní:

1. Vstupní prohlídky v Centru preventivní a následní onkologické péče
2. Jednou za 3 měsíce bude provedena kontrola lékařem včetně odběru krve
3. Klienti mají možnost kdykoliv navštívit Centrum a konzultovat své dotazy a problémy
4. Odběru krve k vyšetření tumorových markerů

Bližší informace o celé akci můžete získat každou středu na NTL – 224 920 935 nebo v Centru preventivní a následní onkologické péče – 221 969 310.

MUDr. Marika Bělešová



Staráme se o umírající  
a chceme v tom pokračovat i zítra a pozítří.

## Světový den hospiců 2006

sobota 7. října 2006



### CESTA DOMŮ



Hospicové občanské sdružení Cesta domů se snaží, aby těžce nemocný člověk mohl žít na konci života důstojně, bez zbytečné bolesti a strádání a zároveň mezi svými blízkými, kteří mu rozumějí. V hospici pracují tři lékaři, šest zdravotních sester, ošetrovatelka, psychologka, sociální pracovníce a koordinátor dobrovolníků. Všichni pracovníci procházejí pravidelně školením a zvyšováním kvalifikace pro paliativní péči v terénu i pro krizové poradenství.

Poskytují služby na území hlavního města Prahy nemocným všech věkových kategorií, kteří jsou v terminálním stadiu onkologických a jiných chronických onemocnění a kdy ošetřující lékař konstatoval, že byly vyčerpány všechny prostředky vedoucí k vyléčení.

V loňském roce poskytl hospic intenzivní specializovanou domácí péči 115 pacientům a dalším 40 odbornou konzultační a poradenskou péči. V průměru pracovníci hospice pečovali o každého pacienta 38 dní a uskutečnili přes 3.000 návštěv v domácnostech pacientů. Zdravotnicko-sociální tým doplňuje 30 aktivních dobrovolníků.

Hospic Cesta domů sídlí v Bubenské ulici číslo 3 v Praze 7, telefon: +420 283 850 949, fax: +420 220 876 638, e-mail: domacihospic@cestadomu.cz, www.cestadomu.cz.

Poskytuje telefonické porady, osobní porady pro ty, kteří hledají kontakt

v těžké situaci, na internetové poradně [www.umirani.cz](http://www.umirani.cz) odpovídají na jednotlivé dotazy lékař, sestra, sociální pracovníce, psycholog, duchovní, lékařský etik a právník. V loňském roce tyto služby využilo 500 občanů.



#### Domácí hospic Cesta domů poskytuje:

- \* komplexní péči dle zásad paliativní medicíny s maximálním důrazem na tlumení příznaků
- \* pomoc 24 hodin denně a 7 dní v týdnu
- \* zaškoluje v používání zdravotnických pomůcek a nabízí možnost jejich zapůjčení
- \* zprostředkovává kontakt na agentury domácí péče a jiné služby
- \* podporuje rodiny pacientů
- \* zajišťuje služby psychologa, sociálního pracovníka, duchovního pro pacienta i rodinu
- \* pomáhá rodině při úmrtí pacienta a pečuje o pozůstalé

## ZPRÁVY

### Prachatice

Poslední červnovou neděli navštívila manželka prezidenta republiky paní Livia Klausová Hospic sv. N. Neumanna v Prachaticích. Po besedě se zdravotníky potěšila svou návštěvou, milým úsměvem a vřelým slovem nevléčitelně nemocné pacienty na pokojích hospice. Věnovala jim nejvíce času ze svého programu a ukázala, že má srdce na pravém místě. Živě se zajímala o hospicovou problematiku, potíže i úspěchy, jež provázejí nejen prachatický, ale i ostatní hospice v současném zdravotním systému. Velký dojem udělala na první dámu zkušenost se spokojeností pacientů s hospicovým typem péče. Péče, která nevléčitelně nemocným a umírajícím pacientům garantuje, že nebudou trpět nesnesitelnou bolestí a že za každých okolností bude zachována jejich lidská důstojnost a v posledních chvílích života že nebudou osamoceni.

*Mgr. Robert Huneš  
ředitel hospice*



## BĚH PRO ZDRAVÍ



V Žamberku se uskutečnil 20. června t. r. Běh Terryho Foxe. Organizátorem byla městská radnice v čele se starostou panem Kalousem. Moderátorem akce byl jeden ze zakladatelů tohoto běhu v ČR Česlav Vančura.

Hosty byli pan Josef Fousek, světový vítěz bicrosu A. Kraus a předseda LPR Praha profesor Zdeněk Dienstbier.

Akce byla mimořádně úspěšná. V samostatném závodě se jí účastnily dvě desítky cyklistů a ve vlastním závodě na 450 dětí a dospělých včetně maminek s kočárky.

*-die-*

Josef Fousek věnoval verše, které jsou pro nás mimořádně aktuální:

*Kouř děcka,  
kouř národ  
dým se vznáší nad topol,  
jen ať mne ti blbci živí,  
jásá státní monopol.*

Panu profesorovi ze srdce

*Josef Fousek*



## GOLF HOSTIVAŘ



**V srpnu byl v Hostivaři uspořádán golfový turnaj o Pohár Antonína Kaspera, člena Golf klubu Hostivař, který podlehl nádorovému onemocnění. Vítězek turnaje ve výši 30.000 Kč věnoval klub Lize proti rakovině Praha na boj proti nádorovým onemocněním. Děkujeme.**

## POŠTA

Obdrželi jsme kopii článku, který autor zaslal letos na jaře do redakce Lidových novin, které jej bohužel neotiskly. Obrátil se s toutéž prosbou na náš Zpravodaj. Článek otiskujeme v plném znění bez autorova jména, neboť nechce být jmenován. Nicméně jeho zkušenost a názory nás zaujaly.

### **Na zdravotnictví nejsou peníze – a co takhle prevence?**

Aneb – jak jsem díky řidičáku slezl hrobníkovi z lopaty.

Nejsem už nejmladší, a tak musím mít k řidičáku i lékařské potvrzení. Paní doktorka byla tak hodná a prozíravá, že mi „v ceně“ dala udělat i jistý test na karcinom – a byl jsem shledán pozitivní, i když o žádných příznacích jsem do té doby nevěděl. Po příslušných odkladech jsem nastoupil na jedno naše prestižní pracoviště ozařování a asi to ještě dobře dopadne. Nicméně, kdybych ten řidičák nepotřeboval...

Kromě toho jsem se dozvěděl, že kdybych naopak si ten test nechal udělat dříve, léčení by bylo snazší a tím i levnější.

Mezi spoustou reklam na Viagru a různé zaručeně neškodné (pro pacienta i chorobu) patentní „dodatky výživy“ v lékárnách, čekárnách a ordinacích i v reprezentačních reklamních tiskovinách pojišťoven a výrobců léčiv (které vlastně, přímo či nepřímo, platíme ze svého nemocenského pojištění) jsem se nikde nedozvěděl, že mám možnost si podobné testy nechat udělat, často dokonce „na pokladnu“. Ani náš samospasitelný tržní mechanismus mi nikde nenabídl, abych si tuto možnost za příslušnou úplatu (údajně v řádu pár stokorun), zajistil.

Vím, je to moje chyba, podle moderního hesla „každý ať se stará sám o sebe“. Ale, tvrdilo se, že prevence je lepší než léčení – principiis obsta, sero medicinae paratur – a násled-

né drahé léčení nakonec bude platit pojišťovna nebo stát, takže prevence by měla být i v jejich zájmu.

Moje představa by byla spíše obrácená než současná praxe: Pojišťovna by trvala na absolvování minimálního, racionálního rozsahu předepsané prevence a při jejím zanedbání by měla právo vyvodit sankce až po omezení plateb na následné pacientovo léčení zanedbaného onemocnění. Je-li tvrzení o prevenci pravdivé, mělo by to přinést značné úspory.

Existuje ovšem ještě jedno vysvětlení, pěkně černé. Nejlépe pro nás je nic nevědět a k lékaři jít až už se nedá nic dělat, než dát nějaké ty utišující prostředky – ty jsou laciné, a úspory by byly větší. Pěkné, že...

Zmíněné pražské prestižní pracoviště má ze tří radioterapeutických zařízení dvě v trvalé poruše a na nové nejsou peníze. Tak nevím...

*Pacient, který si nepřeje být jmenován*

## Podzimní sněm kolektivních členů

se uskuteční

**ve středu 18. října 2007 v 11 hodin v zasedací místnosti děkanátu 1. lékařské fakulty UK v Praze 2, Na bojišti 3.**

Těm, kteří se v Praze nevyznají, připomínáme, že do místa sněmu se dostanou metrem C do stanice I. P. Pavlova, stejně tak i tramvajemi číslo: 4, 6, 10, 11, 22, 23 – podchodem se dostanou na křižovatku Sokolské ulice s Ječnou a po přechodu se dají vlevo kolem Lékařského domu a první ulice vpravo je ulice Na bojišti. Děkanát je přímo proti restauraci U kalicha.

### Program:

Informace o využívání screeningových možností žen v prevenci onkologických onemocnění  
Závěrečná informace o Květinovém dni 2006  
Prezentace firem GlaxoSmithKline, s. r. o., Nutricia, Profimed

## ceník celoplošné inzerce Informační zpravodaj Ligy proti rakovině Praha

formát		rozměr na zrcadlo	čistý formát po ořezu	ceník
1/1			210 x 297 mm	6 000 Kč
1/2	výška	88 x 267 mm	103 x 297 mm	3 500 Kč
1/2	šířka	180 x 130 mm	210 x 146 mm	3 500 Kč
1/3	výška	57 x 267 mm	72 x 297 mm	2 500 Kč
1/4	šířka	180 x 65 mm	210 x 72 mm	1 800 Kč

Technické podmínky: tel.: 220 516 343, e-mail: bromova@allin.cz

Inzerce přijímá: e-mail: lpr@lpr.cz, bromova@allin.cz

## Závěrem několik praktických informací

Liga proti rakovině Praha  
Ústav radiační onkologie  
Na Truhlářce 100/60, 180 81 Praha 8  
Sekretariát: tel./fax: 224 919 732  
internet: www.lpr.cz, e-mail: lpr@lpr.cz  
č. účtu LPR Praha: ČSOB 8888 88 8888/0300  
č. účtu Květinového dne (do 31. 7.): 65 000 65/0300

Nádorová telefonní linka: tel.: 224 920 935  
Lékaři denně: 9–16 hod., záznamník nepřetržitě  
Rekondiční onkologické centrum o.p.s., tel.: 222 726 850  
Centrum preventivní a následné onkologické péče:  
tel.: 221 969 310, fax: 221 969 383

Veškeré publikace, které LPR vydává jak pro preventivní i následnou péči, obdržíte zdarma na výše uvedené adrese nebo prostřednictvím Nádorové telefonní linky. Současně nabízíme pro onkologická sdružení možnost zapůjčení kazet z videotéky.

Vydávání Informačního zpravodaje povoleno MK ČR: E 11079.

Zpravodaj je bezplatně zaslán všem členům Ligy proti rakovině Praha.

Roční členský příspěvek 100 Kč pro důchodce a studenty, 200 Kč pro občany výdělečně činné a právnické osoby.

Zpravodaj k tisku připravila dr. Eva Křížová • Grafická úprava: ALL IN AGENCY • Tisk: GÖFI print, s.r.o. • Vydává: Liga proti rakovině Praha