



Člen UICC a ECL

Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 18 ▲ Březen 2007 ▲ Číslo 1

4. ÚNOR – SVĚTOVÝ DEN PROTI RAKOVINĚ DNEŠNÍ DĚTI – ZÍTŘEJŠÍ SVĚT

Vážení přátelé,

i když naše první číslo dostáváte do rukou až na začátku druhého čtvrtletí tohoto roku, ráda bych Vám všem jménem výboru i jménem svým poděkovala za všechny novoroční gratulace. Bylo jich opravdu hodně a všechny nás potěšily. I Vám, byť tedy se zpožděním, přejeme úspěšný celý rok, hodně zdraví, dobrých přátel i radosti z drobných střípků všedních dnů, z nichž si vytváříte mozaiku svého života.

Přinášíme Vám informace o uplynulém roce, ale samozřejmě i plány pro tento rok. Nejsou malé, a věříme, že budou podnětem i pro Vaši práci v klubech a sdruženích a že se nám podaří společnými silami je naplnit.

Na loňském sněmu kolektivních členů jsme se rozhodli věnovat tento rok rodině a dětem. To jsme vůbec netušili, že s podobným záměrem přijde i Mezinárodní unie proti rakovině – UICC. O to víc však bude zapotřebí zaměřit se na rodinu a prevenci onkologických onemocnění. Dnes stále častěji slyšíme o významu rodiny a její renesance zřejmě velmi úzce souvisí i s celým pětiletým plánem prevence onkologických onemocnění, který UICC vyjádřila heslem **Dnešní děti – zítřejší svět** a zdůrazňuje ho i naše logo **Tiká v každé rodině**. Vždyť kdo jiný může dát ten správný zdravý základ těm nejmenším než dobře fungující rodina, kde maminka i tatínek jsou těmi prvními vzory pro své děti. Kdo jiný může sledovat od prvních krůčků vývoj nového človíčka a usměrňovat jej tak, aby vyrostl ve zdravého jedince, který si je vědom, kudy vede správná cesta k naplnění dlouhého života bez zbytečných rizik a nebezpečí.

Nejde však jen o hmotné zajištění, ale k harmonickému rozvoji osobnosti malého člověka je zapotřebí i pocit domova, sounáležitosti a důvěry, s níž mohou v dětství i v průběhu dospívání bez

obav přicházet a obracet se na rodiče s těmi nejsložitějšími otázkami, které život přináší. Vzájemná důvěra, láska, ale i trpělivost a upřímný zájem, komunikace, radost z úspěchu i pomoc v nesnázích – to všechno jsou prvky, z nichž se vytváří domov, v němž jsou děti vedeny k rozumným cílům. Zaúrazňují slovo rozumným, neboť často býváme svědky nereálných přání rodičů, která změní domov tak, že děti z něho utíkají a hledají prostředí přiměřené svým schopnostem a pak často sejdou s cesty.

Jak se nám podaří vychovat dnešní děti, takový bude onen zítřejší svět, takové budou děti i vůči nám, až dorostou a vystřídají nás nejen na důležitých místech, ale i v rodině.

Úcta ke stáří, ohleduplnost, láska jednoho ke druhému, ale i pomoc ve chvílích, kdy přichází nemoc nebo stáří, to vše se vytváří v rodině. A nezapomínejme, že rodina, to jsou i prarodiče s jejich zkušenostmi a ochotou pomáhat i s dostatkem času a lásky pro potřeby jejich dětí i vnuků či pravnuků. Zamyslete se, co všechno lze udělat, aby Vám bylo v rodinách dobře. Abyste o sobě věděli, nacházeli vzájemně čas a ve chvílích složitějších dokázali projevit svou moudrost, zkušenost, toleranci, trpělivost a uměli i odpouštět. Ať Vás radost a štěstí provázejí životem a jarní cesty Vás zavedou vždy k domovu.

Eva Křížová



JAKÝ BYL ROK 2006?



Byl to především rok volby nového výboru. Jak se dočtete dále, došlo k obměně několika funkcionářů. Spolupracují s námi nové osobnosti lékařského i veřejného života. Přínosné je, že mezi dobrovolnými spolupracovníky nabídla spolupráci jako konzultant i advokátka Mgr. Tereza Klečková, která bude Ligu zastupovat právně.

Vypsali jsme soutěž na spolupracující agenturu a vítězně z konkurzu vyšly agentury ARCADIA a VIA FACTI. Hlavní snahou bude větší publicita preventivních a výchovných aktivit Ligy.

Na nádorové lince se zapojila nová lékařka s onkologickou praxí.

Nové a zejména mladší tváře potřebujeme. Profesor Evžen Skala i já jsme dovršili věku 80 let. Sedmdesátníkům, byť aktivních, je téměř třetina aktivu, který zajišťuje hlavní funkce Ligy.

V roce 2006 jsme úspěšně realizovali X. Květinový den. Sbírkou jsme získali 11.635.000 Kč. Přes 600.000 letáků vyzývalo ženy k pravidelnému skríninku prsu a děložního hrdla.

Z výtěžku byl dotován preventivní program Ligy 2.463.000 Kč, patientský program 2.021.000 Kč a podpora výzkumných a výukových programů 2.205.000 Kč.

Neopomněli jsme předání 50.000 Kč odměny za významnou vědeckou publikaci v roce 2005 a nově jsme založili tradici novinářské ceny. Udělujeme ji za soustavnou publicitu o nádorové prevenci i za informovanost o veřejně výchovných akcích Ligy.

Na celostátní výstavě léčiv a lékařských přístrojů Pragomedica jsme rozdali zájemcům 13.000 brožur.

V říjnu jsme propagovali význam nádorového skríninku v Týdnu proti rakovině v 11 relacích v Českém rozhlase 2 Praha.

Stejné téma zaznělo i na Květinovém koncertu v Plzni, na kterém vystoupili umělci světového jména s paní Evou Urbanovou v čele.

V rámci osvětových aktivit naši představitelé vystoupili ve 4 televizních a 30 rozhlasových relacích. Vyšly desítky článků o Lize a jejích aktivitách.

Sami jsme organizovali 2 tiskové konference a vyšlo 5 čísel Zpravodaje. ČT 1 vysílala bezplatně 80x šot o významu skríninku karcinomu děložního hrdla.

V nabitě aule Karolína jsme spolu s Carolinem, spolkem absolventů a přátel Karlovy univerzity, realizovali překrásný vánoční koncert.

Bez závad proběhlo 6 čtrnáctidenních rekondic pod vedením prof. Skaly. Uskutečnilo se podzimní setkání kolektivních členů Ligy, které nazýváme Sněmem.

Naši delegáti se účastnili 3 zahraničních mezinárodních akcí, kde reprezentovali Ligu a získali nové zkušenosti.

Podařilo se představit Ligu na Sjezdu praktických lékařů v Karlových Varech. Na „Běhu T. Foxe“ v Žamberku vznikla myšlenka nekuřácké radnice.

Byla získána akreditace projektu „Já kouřit nebudu a vím proč“ na Ministerstvu školství, mládeže a tělovýchovy ČR.

V reedici vyšla řada titulů našich brožur a se souhlasem autorky dr. Foretové jsme přetiskli nově titul Dědičnost jako rizikový faktor pro vznik nádorů.





Dovolte, abych poděkoval všem spolupracovníkům a zejména dárcům a sponzorům.

Bez jejich pomoci by Liga nemohla existovat.

*Prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc.
předseda Ligy proti rakovině Praha*



Shrňeme-li aktivity v r. 2006, můžeme prohlásit, že to byl úspěšný rok.

V roce 2007 se zaměříme v souladu s výzvou UICC na preventivní výchovu v rodině. UICC vyhlásila 4. únor jako Světový den proti rakovině s heslem Dnešní děti – zítřejší svět.

I my měníme označení naší největší preventivní akce v květnu na Čes-

ký den proti rakovině (XI. Květinový den) a mottem bude „Tiká v každé rodině“, neboť podle statistik každý třetí občan během života onemocní některou z forem rakoviny. Kromě jiného naší snahou bude odtabuizovat pojem rakovina, který stále u mnohých vyvolává strach a emoce a je příčinou odkladu návštěvy lékaře.

STRUČNÝ POHLED ZPĚT NA ROK 2006

O Květinovém dni jsme vydali loni zvláštní číslo Zpravodaje, podzimní Týden proti rakovině jsme zhodnotili ve vánočním čísle. Jako každým

rokem i letos bude vydána Výroční zpráva. K některým kapitolám se však chceme vrátit i na těchto stránkách, abychom Vás podrobněji informovali

o těch činnostech, které úzce souvisejí se základními cíli Ligy – to znamená s prevencí a pomocí lidem s onkologickým onemocněním.

NÁDOROVÁ TELEFONNÍ LINKA

Počet telefonátů na lince ve srovnání s rokem 2005 vykazuje mírný pokles, což nepochybně souvisí s lepší informovaností veřejnosti, ale i se vznikem dalších informačních center a vzdělávacích pořadů v rozhlasu a televizi i zvyšujícím se využíváním internetu. Vzrostl však počet volajících, kteří si přejí získané informace blíže vysvětlit nebo upřesnit. Oproti předchozím rokům se podstatně prodloužila doba jednotlivých hovorů a telefonáty obsahují většinou více dotazů na různou problematiku, a to nejen nádorových, ale též přidružených onemocnění.

Nemocní volali v 764 případech, rodinní příslušníci a jiní v 1.153.

Celkový počet telefonátů: 1.917	Počet volajících z Prahy a Čech 1.665
z toho muži 601	z Moravy 117
ženy 1.316	z ciziny 9 (Slovinsko, Norsko, Japonsko, SNR, Itálie a Slovensko)
	neuvedeno 12

Dotazy se týkaly převážně: prevence, léčby, rekondičních pobytů, diety, klubové činnosti.

Podle typu se týkaly nádorů prsů, plic, zažívacího ústrojí, tlustého střeva a konečníku, genitálu, prostaty, kůže, močových orgánů, mízních uzlin, ORL, skeletu a mozku.

Písemnou formou bylo odpovězeno

64 tazatelům, další kontakt s právním a psychologickým poradenstvím byl poskytnut v 1.643 případech. Kontakt na Centrum preventivní a následné péče byl dán v 64 případech. Písemné materiály byly zaslány 146 volajícím a osobní konzultace se uskutečnila v 134 případech.

MUDr. Alena Poštová

JÁ KOUŘIT NEBUDU

Světová zdravotnická organizace i Světová unie proti rakovině doporučují na základě svých zkušeností začít s programy prevence už v předškolním věku. Koncem roku 1998 na podnět prof. Dienstbiera vznikl projekt „Já kouřit nebudu a vím proč“ a je realizován od roku 1999. Tento preventivní program je určen dětem předškolního věku, učitelkám mateřských škol i rodičům na pomoc proti vzniku a rozvoji kuřáctví a kouření.

Právě kouření je jednou z nástrah, které mají děti od malička neustále přímo před očima. Děti se setkávají s kouřením zcela běžně. Je možné aspoň částečně ovlivnit, jaký postoj dítě ke kouření zaujme? Kdy začít s primární prevencí, když už děti v základní škole kouří?

Cílem projektu je především nekuřácká výchova dětí. Smyslem preventivní výchovy je působit na děti a mládež tak, aby s kouřením vůbec nezačínaly. Snažíme se prosazovat práva chránící nekuřáky proti kuřákům. Cílem prevence je poskytnout dětem informace takovým způsobem, aby pochopily, co je lidské tělo, co lidskému tělu prospívá, co mu škodí, co způsobuje kouř v těle kuřáka, jak škodí kuřák svému okolí. Jde o to, aby si uvědomily: mám právo na zdravé prostředí, já chci žít zdravě, přirozeně, proto kouřit nebudu.



Na tento projekt získala Liga od MŠMT akreditaci. To nám umožňuje odborně proškolit i pedagogické pracovnice, které projeví zájem o protikuřáckou problematiku.

Od roku 1999 se nám podařilo navázat spolupráci s 938 mateřskými školami včetně dětských domovů a speciálních škol, s hygienickými centry a stanicemi, pedagogicko-psychologickými poradnami, pedagogickými centry, se dvěma dětskými odděleními v nemoc-

nicích, středisky podpory zdraví, speciálními mateřskými školami, s církevní a křesťanskou mateřskou školou a středními pedagogickými školami. Za uplynulých sedm let je to průměrně kolem 130 škol (organizací) ročně. Do projektu se zapojilo cca 40 tisíc dětí.

Nejllepší spolupráce je v součinnosti s hygienickými stanicemi Brno, Blansko, Klatovy, Náchod, s pedagogickými centry Hradec Králové, Pardubice, Trutnov, Jičín, Třebíč a se školským úřadem Plzeň-sever.

Přesto jsou místa, kam se naše myšlen-

ka zatím nedostala. Je to oblast Prahy vyjma Prahy 3 a některých škol na Praze 5, Českomoravské Vysočiny, okolí Českých Budějovic, Strakonice, Karlových Varů, Znojma, Uherského Hradiště, oblasti Jesenicka a Litoměřicka.

Nový školský zákon umožňuje vzdělávání předškolních dětí v mateřských školách podle konkrétního školního vzdělávacího programu, který si musí školy vypracovávat samy. Školní vzdělávací program je dokument konkrétní mateřské školy, který v sobě zahrnuje koncepci školy a její vzdělávání. Náš protikuřácký program lze vhodně a jednoduše zakomponovat do jednotlivých oblastí, dílčích cílů anebo do



třídních vzdělávacích programů. Liga proti rakovině všem, kteří projeví zájem o tento program, zdarma posílá veškeré materiály.

Čím dříve dítě pochopí, že kuřáctví je škodlivé a nenormální, tím větší bude šance, že si už v nejtětlejším mládí vytvoří zdravé obranné návyky a nestane se v dospělosti kuřákem.

A podaří-li se vytvořit zdravé životní návyky v dětství, je pravděpodobné, že budou většinu jedinců provázet i v dospělém věku.

Bližší informace získáte na e-mailu: a.palatinova@centrum.cz

*Alžběta Palatinová
vedoucí projektu*

NORMÁLNÍ JE NEKOUŘIT

Projekt „Normální je nekouřit“ pokračoval ve své realizaci v roce 2006 svou navazující pilotní studií na základních školách v Brně a ve Frýdku-Místku stejně jako v loňském roce. **V roce 2006 byl vytvořen** program 5hodinové intervence **pro druhé třídy základní školy**, který systematicky navazuje na program uvedený loni v prvních třídách. Cílem je vytvořit celkový projekt postupně pro celou věkovou skupinu dětí mladšího školního věku od 7–11 let, tedy od 1. do 5. třídy ZŠ.

Program je zaměřený na podporu zdraví, zdravého životního stylu a prevenci kouření. Byl iniciován a finančně podpořen Ligou proti rakovině Praha i v tomto roce a vytvořen ve spolupráci Pedagogické a Lékařské fakulty MU Brno. V pilotní studii byl současně také financován výzkumným záměrem PdF MU Brno s názvem „Škola a zdraví 21“ MSM0021622421.

Prostřednictvím pohádkových příběhů veverky Věrky a cigarety Retky, obrázků, hraní rolí, doplňovaček, her a omalovánky jsou dětem přibližovány rizikové faktory životního stylu, jako je nedostatek pohybu, nezdravá strava, atd. Součástí druhé části programu je opět metodika pro učitele spolu s pracovními listy pro žáky a materiály pro spolupráci s rodiči. **Ověřování pilotního programu proběhlo na 13 školách v období leden 06 až červen 06.** Účinnost (efektivita) programu byla vyhodnocena metodou experimentu, srovnáním experimentální (skupina



s programem) a kontrolní (bez realizovaného programu) skupiny dětí. Pro tento účel byla zvolena smíšená kvalitativně-quantitativní metodologie s využitím individuálního strukturovaného rozhovoru s každým dítětem. Zpětná vazba byla zjišťována dotazníkem pro rodiče. Rodičům žáků 2. tříd byla také předána informační brožura s názvem „Aby vaše dítě nekouřilo“, kterou zpracovala prof. MUDr. Drahlava Hrubá, CSc. Program je připraven tak, aby jej mohli učitelé zařadit do svého nově zaváděného „Školního vzdělávacího programu“ a uvést jako aktuální součást kurikula výchovy ke

zdraví. Mohou jej použít jako moderní projektové vyučování s návazností ve více vyučovacích předmětech současně.

V roce 2006 proběhla také širší ověřovací studie projektu „Normální je nekouřit“ v prvních třídách na 50 školách v ČR. Byla podpořena projektem podpory zdraví PPZ 2006 MZ ČR s názvem Výchovně vzdělávací program podpory zdraví a prevence kouření pro mladší školní věk „Normální je nekouřit“ – ověření v kontrolované studii pod číslem 9549. Potvrdila výsledky pilotní studie z roku 2005 s uspokojivým ovlivněním postojů dětí

k nekouření a zvýšením znalostí o rizicích kouření. Rovněž byly vytvořeny internetové stránky projektu na adrese www.normalnijenekourit.cz, kde je možné se blíže seznámit s projektem a najít materiály ke stažení.

Cíl stát se vědomě nekuřákem je cílem dlouhodobým a komplexním, proto jsme zaměřili náš program na celé věkové období mladšího školního věku od 7 do 11 let se systematickou návazností na stávající programy pro

děti předškolního věku a staršího školního věku.

Prof. MUDr. Drahoslava Hrubá, CSc.
LF MU Brno

PhDr. Mgr. Iva Žaloudíková
PaF MU Brno

CENTRUM PREVENTIVNÍ A NÁSLEDNÉ ONKOLOGICKÉ PÉČE

Centrum je umístěno v Nemocnici sv. Alžběty v Praze 2, Na Slupi 6. V provozu je šestým rokem a jeho činnost už vešla v širší známost. V roce 2006 byli ošetřeni 684

klienti, z toho bylo 465 žen a 219 mužů. Opakovaně bylo ošetřeno 89 klientů. K vyšetření nebo ke konzultaci se může přihlásit každý bez předchozího lékařského doporučení.

Pro každého pacienta je vyhrazena celá hodina na komunikaci s lékařem a potřebná vyšetření. Telefonní spojení je 221 969 310.

MUDr. Marika Bělešová

JAK JSME HOSPODAŘILI

Kontrola správnosti hospodaření byla provedena ke dni 30. 9. 2006. Kontrola pokladny bude provedena dodatečně.

1) Výpisy bankovních účtů k 30. 9. 2006 souhlasí se stavem finančních prostředků uvedeným v obrátové předvaze.

Jedná se o:

fin. prostředky:

v pokladně	41.128,00 Kč
na TV	250.000,00 Kč
na BÚ	443.479,01 Kč
na účtu Květ. dne	1.779.981,13 Kč

2) Při kontrole úhrady došlých faktur nebyly shledány žádné problémy. Faktury jsou hrazeny včas, žádná faktura nebyla hrazena po lhůtě splatnosti.

3) Komise vzala na vědomí předložený účet zisků a ztrát (momentální stav k 6. 11. 2006). Byly detailně diskutovány a prověřeny zásadní položky účtu. Položka „Doprava“ (010) bude přeúčtována, omylem byl do ní zahrnut tisk brožur (001). Účet zisků a ztrát vykazuje k danému datu ztrátu ve výši 439.126,91 Kč (finančně náročné pořízení „žlutých kvítků“ – symbolů Květinového dne).

4) Komise vzala na vědomí předložené celkové vyúčtování veřejné sbírky za období 9. 1. 06 až 31. 7. 06, určené pro Odbor daní, poplatků a cen Magistrátu hlavního města Prahy. **Čistý výtěžek sbírky ve výši 6.640.001,57 Kč** byl beze zbytku vyčerpán.

5) Komise vzala na vědomí čerpání výše uvedeného výtěžku sbírky na příspěvky a programy LPR. Jsou to:

Programy nádorové prevence	2.463.723,50 Kč
Programy zlepšení kvality života onkol. pacientů	2.021.577,78 Kč
Příspěvky na výzkumné úkoly a cena LPR	2.205.000,00 Kč
Celkem	6.690.301,28 Kč

Překročení rozpočtu o 50.299,71 Kč bylo hrazeno z prostředků LPR.

6) Vyúčtování mzdových nákladů i v letošním roce bezproblémové.

Komise stvrzuje správnost a průkaznost vedení účetnictví.

Ing. Jitka Voženílková, CSc.
předsedkyně komise
Doc. MUDr. L. Horák, Dr.Sc.
MUDr. Z. Vích, CSc.

VÝROČNÍ SCHŮZE LPR

Výroční schůze Ligy proti rakovině se uskutečnila 28. února v zasedací síni děkanátu I. LF UK.

Účastníci vyslechli z úst předsedy Ligy profesora Dienstbiera přehled naší loňské činnosti, která byla bohatá a úspěšná.

Poděkoval všem, kteří se zasloužili o úspěch Květinového dne. Připomněl,

že Liga i nadále zaměřuje svoji činnost na oblasti prevence, péče o zlepšení života onkologických pacientů a třetí sféru našeho zájmu – péči o vědu – rozšíříme o příspěvky na techniku pro potřebná onkologická pracoviště.

Dále informoval přítomné o programu kardiologů, kteří připravují rozsáhlou preventivní akci, a vzhledem

k obdobným cílům prevence chceme s Kardiologickou společností ČLS JEP v budoucnu spolupracovat.

Po vyslechnutí zprávy o hospodaření z úst ekonomky Ligy paní Marty Veselé a Zprávě revizní komise a Zprávě auditora, které přednesla Ing. Jitka Voženílková, přítomní členové Ligy vyslovili souhlas s hospodařením Ligy v uplynulém roce.

Ve druhé části informoval předseda o letošním programu. Stěžejními tradičními akcemi jsou: Pragomedica, Český den proti rakovině, na který jsme vzhledem k programu UICC přejmenovali Květinový den, děkovný koncert, který se tentokrát uskuteční v Rytířském sále Valdštejnského paláce pod patronací předsedy senátu Přemysla Sobotky, Týden proti rakovině, Koncert proti rakovině, který se bude tentokrát konat v Praze v rekonstruované Hybernii 11. října, a v tentýž den odpoledne se sejde podzimní sněm našich kolektivních členů. Závěrem roku pak připravujeme tradiční Vánoční koncert s předáním Ceny za významnou onkologickou publikaci a Cenu pro novináře věnujícího se onkologické problematice a činnosti Ligy. Zástupci našich agentur ARCADIA a VIA FACTI pak informovali přítomné o současném stavu příprav Českého dne proti rakovině a požádali všechny o pomoc a spolupráci, neboť se vytváří zcela nová databáze našich spolupracovníků.

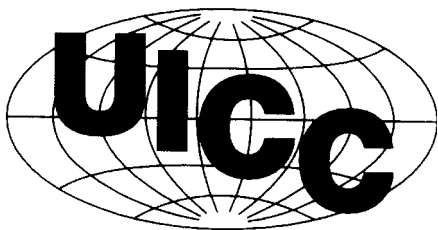


V závěru profesor Dienstbier ještě jednou všem členům, klubům, agenturám i sponzorům poděkoval za spolupráci a vyslovil přání, aby se do činnosti Ligy

zapojili i mladší členové, kteří by omladili současný tým pracovníků, konzultantů a členů výboru.

Redakce

4. ÚNOR – SVĚTOVÝ DEN PROTI RAKOVINĚ



Letos poprvé se stal 4. únor Světovým dnem boje proti rakovině. UICC (Mezinárodní unie proti rakovině) vyhlásila pro tento rok heslo: **Dnešní děti – zítřejší svět.**

V tomto smyslu byla zahájena celosvětová kampaň. Její úspěch je založen na myšlence „jde o moje dítě“ a celý program je plánován na pětileté období s tím, že prevence je speciálně zaměřena na rodiče.

Životní podmínky, v nichž děti vyrůstají – domov, škola, společnost –, silně ovlivňují jejich chování i život. Přitom jednoduché změny v jejich životních návycích mohou každoročně předejít až jedné třetině nových případů rakoviny. V podpoře zdravých návyků hrají hlavní roli rodiče.

Program Dnešní děti – zítřejší svět chce působit na rodiče, vychovatele, zdravotníky a politiky, aby přispěli ke snížení rizik rakoviny během této celosvětové kampaně v rámci svých regionů, místních aktivit a trpělivého vysvětlování významu zdravého způsobu života.

Jako klíčové kameny kampaně byly stanoveny tyto body:

- **rozšířit nekuřácká prostředí pro děti a mládež**
- **povzbuzovat vyvážený harmonický životní styl**
- **vzdělávat občany o možnostech vakcinace proti onkogenním virům**
- **učit děti a mládež žít v čistotě a pořádku**

Prvního Světového dne boje proti rakovině a nastíněné kampaně se účastnilo na 100 organizací ve více než 40 zemích světa. Česká republika byla mezi nimi. UICC se rovněž podařilo zaregistrovat tento den v Mezinárodním kalendáři jako Světový den proti rakovině.



*

Už první rok získal pro tuto akci významné světové osobnosti.

Barbara Bushová – nejpoblárnější matka a babička v USA říká:

„Není významnějšího dne, kdy můžeme dát budoucím generacím základy

dobrého zdraví a svobody jako ochranu před rakovinou.”

Steffi Graffová – jedna z nejslavnějších světových tenistek, která společně s Andre

Agassim vychovává dvě děti, prohlásila: „Bojujeme za lepší svět pro děti, usilujeme o jejich zdravý a šťastný život. Není nic důležitějšího než zajistit jejich zítřky,

zajistit zdraví pro všechny děti kdekoli na světě a naučit je zdravě žít – to je prvořadý úkol pro nás rodiče, učitele i všechny lidi na světě.”

TISKOVÁ KONFERENCE

U uskutečnila se v Praze 31. ledna v předvečer Světového dne proti rakovině. Abychom dali smysl našemu novému logu TIKÁ V KAŽDÉ RODINĚ, uskutečnila se v prostorách Jindřišské věže v Praze 2, kde všechny přítomné od hodin a zvonů dělil jen nepatrný prostor. Děkujeme za propůjčení prostorů a sponzorování celé akce.

Za účasti asi tří desítek novinářů informoval předseda Ligy profesor Dienstbier o smyslu Světového dne i o našich plánech pro letošní rok. Paní Alžběta Palatinová seznámila novináře s projektem pro mateřské školy „Já kouřit nebudu a vím proč“, který podporuje i Ministerstvo školství mládeže a tělovýchovy a v němž se mateřské školy za pomoci rodičů soustřeďují na postoj dětí ke zdravému životu bez cigaret.

Pak podal informaci Mgr. Petr Hořejš o práci našich nových agentur ARCADIA a VIA FACTI, které v loňském roce zvítězily ve výběrovém řízení a ujal se práce pro Ligu.

V závěru konference prof. Dienstbier poděkoval novinářům za dosavadní podporu a požádal je o spolupráci



i v dalším období, neboť média – tisk, rozhlas a televize – jsou pro zviditelnění naší práce a informování co největšího počtu občanů velmi důležitá.

Moderátorem tiskové konference byl Jakub Železný.

Všem byl předán zkrácený text Pařížské charty, která se stala základem pro Světový den proti rakovině. Pro Vaši informaci předkládáme zkrácený text Pařížské charty.

-kř-

PAŘÍŽSKÁ CHARTA

Smyslem je vyvolat mezinárodní kampaň proti rakovině nového tisíciletí s cílem zlepšit léčbu a výzkum nádorových onemocnění všude ve světě a umožnit pacientům dobrou informovanost pro boj s touto nemocí.

Preambule obsahuje:

Konstatování nárůstu onemocnění rakovinou v celém světě s dosud neuskutečněným cílem vysoké míry přežití onkologických pacientů. Je nutná intenzivní prevence a kvalitní zdravotní péče. Je třeba zrovnoprávnit kvalitní onkologickou péči v mezinárodním pojetí a vytvořit aliance sdružující vědce, zdravotníky, pacienty, vlády, průmysl a média v boji proti rakovině.

Článek I.

Práva onkologických pacientů jsou součástí lidských práv.

Článek II.

Docílit změnu veřejného mínění k vymýcení strachu a stigmatu spojeného s rakovinou a definovat nemoc jako biologicky vyléčitelný patologický nikoliv stav sociální.

Článek III.

Vytvářet optimální prostředí pro základní i klinické výzkumy nádorových onemocnění.

Článek IV.

Poskytovat kvalitní onkologickou péči v rámci místního ekonomického kontextu a k tomu zajistit organizační zdravotnickou strukturu.

Článek V.

Aktivně podporovat preventivní programy: kontrolu výroby tabákových výrobků, vhodné stravování, zábranu infekce či znečištění životního prostředí a zvyšovat informovanost veřejnosti.

Článek VI.

Včasně rozpoznání rakoviny je součástí prevence. Patří sem screeningové metody a technologie.

Článek VII.

Posilovat postavení onkologických pacientů jako aktivních partnerů v boji proti rakovině.

Článek VIII.

Zlepšit všeobecnou péči o onkologické pacienty. Kvalita života nechť je rozhodujícím faktorem ve vývoji nových

léků a v péči o pacienta. Umírajícím nemocným musí být zajištěna efektivní, humánní a soucitná péče.

Článek IX.

Aktivně podporovat koncepci národního protinádorového plánování v sou-

ladu s místními potřebami a prostředky. Využít globální strategii definovanou Světovou zdravotnickou organizací.

Článek X.

Zajistit uznání Charty příslušnými institucemi. Vyhlásit 4. únor jako Světový

den proti rakovině. Vytvořit globální patientské organizace podporující program Charty.

Úplné znění Pařížské Charty je k dispozici na internetových stránkách www.lpr.cz

TOP TELEVIZE

V týdnu před Světovým dnem jsme měli možnost oslovit televizní diváky prostřednictvím stanice TOP TV. V pěti dnech došlo k prezentaci naší činnosti i k seznámení diváků s našimi hlavními cíli. Vždy v poledním čase společně s moderátory Slávkem Bourou a Markétou Majerovou vystoupili odborníci s těmito tématy:

V pondělí MUDr. Vladimíra Stáhalová hovořila o nádorovém skríningu a jeho významu.

Úterní blok byl věnován prevenci v předškolním věku a Alžběta Palatinová seznámila diváky s progra-

mem "Já kouřit nebudu a vím proč", určeným pro mateřské školy a rodiče těchto školáků.

Středeční besedy se účastnila MUDr. Marika Bělešová a přiblížila zainteresovaným divákům průběh léčby onkologických pacientů.

Čtvrteční vysílání bylo věnováno výživě. Prof. MUDr. Evžen Skala vysvětlil význam zdravé životosprávy, která může velmi přispět ke snížení rizika onkologického onemocnění.

Páteční závěrečná půlhodinka byla věnována prevenci nádorů v rodině. Doc. MUDr. Bohuslav Mrzena apeloval na rodiče, aby zdravý har-

monický rozvoj dětí nebyl zbytečně narušen nevhodnými návyky – ať už jde o kouření, výživu či celkový životní styl.

*

I když jde o komerční televizní vysílání, zdá se, že slova odborníků padla na úrodnou půdu. Zvýšil se počet dotazů na Nádorové telefonní lince, ale ohlásily se i další mateřské školy, které do svého programu výchovy předškoláků chtějí zařadit program „Já kouřit nebudu a vím proč“. Děkujeme TOP TV za poskytnutý čas i účast moderátorů na besedách.

Výbor Ligy

ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ



Také Liga proti rakovině Praha jako člen ECL a UICC se přihlásila k tomuto Světovému dni. Aniž bychom tušili jeho program, už na podzimním sněmu našich kolektivních členů jsme se rozhodli letošní rok zaměřit právě na prevenci dětí, a to jak v rodině, tak i ve škole.

Uvědomujeme si, že podle statistik je každý třetí člověk v současném světě ohrožen onkologickým onemocněním, proto přicházíme s heslem: TIKÁ V KAŽDÉ RODINĚ.

Smyslem a cílem tohoto Českého dne proti rakovině, který se uskuteční ve

středu 16. května, je upozornit především rodiče, co dětem škodí a jak oni sami mohou přispět k výchově a zdravému životnímu stylu nové generace. Informovat je i o projektech, které s naší podporou probíhají v mateřských školách a v nižších třídách základních škol.

Už více než deset let uvádíme v život Evropský kodex proti rakovině, v němž jsou zakotvena všechna rizika, která z velké části můžeme ovlivnit svým chováním a hlavně naučit především novou generaci zdravému životnímu stylu a harmonickému rozvoji osobnosti.

Neuškodí, když si hlavní příčiny připomeneme.

Co dětem škodí?

Kouření – pobyt v zakouřeném prostředí – alkohol – drogy – obezita – strava s nadbytkem tuku a cukru – nedostatek pravidelného pohybu – nadměrné slunění či spálení kůže.

Co může přispět k jejich zdraví?

Očkování proti žloutence, pro dívky využití vakcinace proti papillomaviru HPV jako prevence rakoviny děložního čípku.



TIKÁ V KAŽDÉ RODINĚ

Jak citlivě, a přitom důrazně varuje tento bonmot, který se stal mottem pro letošní rok zasvěcený boji proti rakovině se zaměřením na rodinu a jejich děti. Jde zatím jen o zdvižený prst, který však připomíná, že vážná onemocnění se mohou kdykoliv a jakkoliv objevit u každého z nás, ať dítěte či dospělého.

Otázka, kterou si klademe nebo je nám kladena, zní: lze před tímto nebezpečím uniknout, předejít mu, či je možné a jakým způsobem je zlikvidovat? Stará moudrost praví „naděje umírá naposledy“. To platí i v případech těch nejvážnějších onemocnění. A naděje je, díky obrovskému medicínskému pokroku, stále větší a větší, i když se



Mezi velmi časté dotazy, které slyšíme od rodičů, patří, zda nádorová onemocnění jsou již v dětském věku, a pakliže ano, zda jsou jiná než u dospělých, zda probíhají stejně či jinak po stránce diagnostické i léčebné. A hlavně zda jim lze předejít, zda je možná prevence. Samozřejmě že existují nádory typické pro dětský věk nebo v něm převažující, ale naproti tomu se v něm nesetkáváme s nádory, které se vyskytují v pozdějších věkových obdobích (nádory plic, tlustého střeva a podobně).

Termín prevence je používán i chápán v širokém slova smyslu. Jednoznačně je však možné jako prevenci označit očkování, při němž konkrétními zbraněmi bojujeme – ve zduřující většině vítězně – proti konkrétnímu nepříteli a likvidujeme jej. A tato možnost se u určitého nádoru (čípku děložního) objevila zcela nedávno! V širším slova smyslu však je možné chápat prevenci jako včasné objevení počátku nemoci (viz ultrazvukové vyšetření kyčlí u kojenců nebo skrining vrozených vad

u novorozenců), ale taktéž i odstranění negativních vlivů, působících na nás z prostředí, v němž žijeme (včetně bakterií, virů a plísní). Ne vždy je to sice možné, nicméně mnohé lze i na tomto poli vykonat. A právě tyto zevní vlivy lze do jisté míry ovlivňovat, jejich působení minimalizovat, nebo je i dokonce odstranit. Není to vždy lehké, ale boj je boj, a tudíž se při něm nelze vyhnout ztrátám. A pokud hovoříme o rodině, tam právě ten boj a jeho nácvik a taktika začínají.

Klasickým příkladem škodlivosti zevních vlivů zcela jasně prokázaných je kouření. Jde o zlovyk a posléze i návyk, jehož frekvence, zejména u mladých ročníků, stále stoupá, a nejen to, rychle klesá i věková hranice začátku. Je zcela pochopitelné, že dítě vyrůstající v rodině ortodoxních kuřáků má „skvělý“ zdroj příkladů a podnětů k časnému nikotinismu. Těžko budou otec či matka kuřáci vysvětlovat škodlivost působení nikotinu na zdraví člověka, pokud sami kouří. A kromě toho si je třeba uvědomit, což laická veřejnost buď neví, nebo si neuvědomuje, že pasivní kouření má škodlivější vliv než kouření

nemoci objevují v kterémkoliv věkovém období.

Proč obracíme pozornost k jednotlivým členům rodiny, je jasné. Rodina tvoří základ společnosti. Tam se vytvářejí první návyky, získávají první zkušenosti, a to právě u těch nejmladších. Každé dítě má (i když to bohužel vždy neplatí) rodiče, každý dospělý byl jednou dítětem, leč pohříchu ne každé dítě se stane dospělým. Proto se důrazně a stále intenzivněji věnujeme těm nejmladším, okamžikem narození počínaje, u nichž životní pouť právě začíná.

aktivní. Totéž se týká i kouření v době těhotenství, kdy je působení nikotinu vystavena nejen matka, ale i plod! Častým argumentem, který slyšíme, je, že procházka po chodníku exhalacemi zamořené ulice je stejně, ne-li více škodlivá jako pár cigaret vykouřených doma. Při cestě se dá jít oklikou, ale doma nikoliv!!

Dalším faktorem, který lze ovlivnit, je složení stravy, zejména dětské stravy. Věřím, že školní stravování všem „nevoň“, ale nahrazovat je chipsy, hamburgery a podobně je značně nevhodné. A znovu se tak vracíme k rodině, neboť chroupání smažených brambůrků je dnes běžnou součástí sledování televize či sezení u počítačů. Kromě toho – jsme-li u toho sezení – hypoaktivita, tedy nedostatek pohybu, je dnes velmi běžná a souvisí se vzrůstajícím počtem obezity, což není zanedbatelné. Nepochybně patří i k rizikovým příčinám při vzniku některých nádorových onemocnění. Přitom preventivní opatření v tomto případě jsou přece tak jednoduchá a snadná.

Diagnóza nádorového onemocnění je pro rodinu obrovskou psychickou zátěží. Osud nemocného dítěte (byť je v současné době šance na vyléčení téměř 70%), průběh onemocnění, vedlejší nežádoucí účinky použité terapie, to jsou všechno okolnosti, které značně ovlivňují stabilitu rodiny. Bohužel se nejednou setkáváme i s rodinným roz-



vratem, což považuji za vůbec nejhorší eventualitu!

Spolupráce s pediatrem a psychologem, kteří jsou zasvěceni do aktuálního problému, je více než nutná. Vždyť dítě žije ve společnosti jak rodiny, tak školy i jiné další společnosti, a tak je pochopitelné, že téměř vždy vznikají komplexy méněcennosti, což zhoršuje adaptaci na ne vždy ideální realitu. A právě v této chvíli hraje nesmírnou důležitost vliv rodiny, což nemůže zajistit nikdo jiný než rodiče. Rozhodně však není nutné ani vhodné seznamovat okolí s detailní problematikou léčby a péče. Nicméně v zájmu prevence pomluv a nemíst-

ných dohadů pocházejících z okolí je dobré sdělit pouze základní informace, které se ostatně dřív či později jak příbuzní, tak i přátelé dozvědí. V tomto případě se dá vhodně uplatnit známý bonmot: „Nikdy nevysvětluji, přátelé to nepotřebují, nepřátelé nepochopí.“ A tak i když „tiká v každé rodině“, stále se světélko na konci tunelu zvětšuje a naděje na jasné slunce spásy stoupá. Ale musíme k tomu my všichni přispět svou „troškou do mlýna“. Nejen rodiče, ale celá společnost.

*Doc. MUDr. Bohuslav Mrzena
Odd. dětí a dorostu*

Nemocnice Na Homolce, Praha

ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ SE BLÍŽÍ

Přípravy na jednu z nejvýznamnějších akcí letošního roku – první Český den proti rakovině – jsou v plném proudu a všichni doufáme, že letošní ročník bude alespoň tak úspěšný jako ten minulý. Jak asi všichni víte, sbírka proběhne ve středu 16. května 2007, a budeme společně s vámi doufat, že počasí nám bude nakloněno.

Uzávěrka přihlášek byla už 18. 3. Nicméně pokud jste se rozhodli nebo našli další dobrovolníky, určité výjimky lze tolerovat. Prosíme, kontaktujte co nejrychleji agenturu, která se bude snažit vše operativně vyřešit.

Proč nový název sbírky?

Liga proti rakovině Praha se v letošním roce v souladu s mezinárodními orga-

nizacemi jménem České republiky připojila ke Světovému dni proti rakovině (vyhlášen celosvětově na 4. února), a proto se původní název sbírky (Květinový den) změnil na Český den proti rakovině.

Tematické zaměření sbírky

Hlavním tématem letošní sbírky je výchova ke zdravému způsobu života v rodině. Letošní důraz na prevenci jsme zvolili záměrně, se znalostí statistik, které říkají, že zdravým způsobem života, nekouřením, dostatečnou pohybovou aktivitou apod. lze riziko onemocnění onkologickými chorobami snížit až o 60 %!

Získané finanční prostředky budou tak jako v minulých letech využity přede-

vším na nádorovou prevenci, zlepšení kvality života onkologických pacientů a podporu onkologického výzkumu.

Další organizační informace

- Přijetí Vaší objednávky si můžete telefonicky ověřit na čísle 603 546 116 nebo 224 422 280.
- Rozesílka materiálů pro sbírku bude probíhat koncem dubna.
- Pokud neobdržíte zásilku do 4. 5. 2007, kontaktujte prosím agenturu.
- Podrobné informace k organizaci sbírky a propagační plakátky budou součástí zásilky. Stejně jako v minulých letech nebudou kromě kytiček, letáků, pokladních vaků, plných mocí atd. chybět ani igelitové tašky a dárky pro dobrovolníky.



- **Nejpozději do pátku 18. května** je nutné odevzdat vaky se sbírkou do příslušné pobočky ČSOB. Prosíme, dodržte tento termín!
- Počítejte prosím s tím, že nejpozdější termín pro doručení zásilky s veškerým zbylým materiálem po skončení sbírky zpět do agentury je 20. 6.

2007, a přizpůsobte tomu prosím své další aktivity, aby nedocházelo k prodlení, která značně komplikují vyúčtování akce.

- V případě jakýchkoli dotazů či nejasností jsme Vám kdykoliv k dispozici. Neváhejte a zavolejte nebo pošlete e-mail.

Těšíme se na dobrou spolupráci s Vámi!



Součástí sbírky jsou dárkové SMS 8777, DMS KVET, které lze využít během celého roku 2007.

Kontakty na organizátora sbírky

Agentura ARCADIA Praha, s. r. o.,
U Nikolajky 5/833, 150 00 Praha 5
tel: 224 422 280, fax: 251 560 151

Kontaktní osoby:

Jana Kolářová – 603 546 261,
jana.kolarova@arcadia.cz
Jiřka Bajgarová – 607 990 261,
jbajgarova@chello.cz

Sbírka byla povolena Magistrátem hlavního města Prahy č. j. S-MHMP/28393/2007.

Více informací najdete také na www.denprotirakovine.cz

EVROPSKÝ TÝDEN PREVENCE

Ve dnech 22.–23. 1. 2007 jsem se na pozvání Ligy proti rakovině Praha zúčastnil workshopu a oficiálního zahájení Evropského týdne prevence karcinomu děložního čípku v belgickém Bruselu. Akci pořádaly CCIG (Cervical Cancer Interest Group) Evropského parlamentu a ECCA (European Cervical Cancer Association). Cílem workshopu byla **koordinace aktivit** všech organizací zapojených do prevence karcinomu děložního čípku. Vedle základního požadavku na zavedení organizovaného skríningu ve všech zemích EU přichází nyní i nová výzva – uvedení na trh první profylaktické HPV vakcíny jako možnosti primární prevence. Obě organizace zformulovaly manifest oslovující poslance Evropského parlamentu a Evropskou radu a mobilizující je k boji s tímto zhoubným nádorem. 23. 1. 2007 byli účastníci workshopu přijati v Evropském parlamentu a prezentovali podstatná fakta přítomným europoslancům, evropskému komisaři a všem přítomným žurnalistům. Rozhodující role v implementaci doporučení k prevenci a skríningu karcinomu děložního

čípku však nepochybně zůstává nadále na národní úrovni jednotlivých členských zemí.

European Cervical Cancer Association – **ECCA** – vznikla v roce 2002 a sdružuje nyní 37 profesních i laických organizací z 22 evropských zemí. Jejím cílem je především koordinovat edukační programy ke zvýšení povědomí a informovanosti o karcinomu děložního čípku a možnostech jeho prevence. Její prezidentkou je paní Imelda Read a ředitelem Dr. Phillip Davies.

Cervical Cancer Interest Group – **CCIG** – byla založena v květnu roku 2006 aktivitou 36 poslanců Evropského parlamentu. Jejím úkolem je udržet problematiku prevence karcinomu děložního čípku v agendě Evropského parlamentu a zajišťovat její prioritu v evropské zdravotní politice. Organizaci spolupředsedají Dr. Jolanta Dičkutė, paní Glennis Willmott a paní Françoise Grossetete.

Workshopu se zúčastnilo 66 pozvaných delegátů z 21 zemí. Z České republiky to byli vedle autora článku dále MUDr. Vladimír Dvořák – předseda České gynekologicko-porodnické



společnosti (ČGPS), RNDr. Ruth Tachezy, Ph.D. – vedoucí Národní referenční laboratoře pro papillomaviry Ústavu hematologie a krevní transfuze (ÚHKT) v Praze a Mgr. Lucie Pomajsová ze společnosti GlaxoSmithKline.

V úvodu workshopu zaznělo několik zajímavých sdělení. Byla představena struktura vrcholných **institucí Evropské Unie** – Evropského parlamentu, Rady Evropy a Evropské komise – a jejich kompetence. V Evropském parlamentu působí 785 poslanců z 27 zemí, kteří hovoří 23 jazyky. Evropská komise připravila na léta 2003–2008

zdravotnický program se třemi pilíři – zdravotními informacemi, zdravotními hrozbami a rozhodujícími činiteli. Prevence cervikálního karcinomu se objevuje ve všech těchto složkách. Reálným výstupem bylo v prosinci **2003 přijaté Doporučení Rady Evropy**. Jeho základní postulát zní: „Všechny členské státy by měly nabídnout na důkazech založený skríníng cervikálního karcinomu systematickým populačním přístupem se zárukou kvality na všech úrovních“, tj. organizovaný skríníngový program. V prvním čtvrtletí letošního roku budou prezentovány „**Guidelines on cancer prevention**“ Evropské komise. Zajímavým referátem byly i informace o práci s médii – jednou z tezí s určitou nadsázkou bylo např. „nepodceňovat inteligenci žurnalisty, ale naopak podceňovat



jeho porozumění problematice...“. Příkladem důležité a úspěšné komunikace s médii je právě tento první Evropský týden prevence karcinomu děložního čípku na půdě Evropského parlamentu. Je plánováno opakovat jej každoročně. Jistě významným českým příspěvkem bude na jaro 2008 avizovaný seminář „HPV in human pathology“, společně organizovaný pražským ÚHKT a ECCA.

Důležité zkušenosti a poučení pro aktivitu ECCA a všech organizací, které sdružuje, přinesla ve svém sdělení Nicole Zernik, viceprezidentka orga-

nizace **Europa Donna**, která působí úspěšně v oblasti skríníngu a prevence karcinomu prsu od roku 1993. Zajišťuje oblast informační, edukační i potřebný lobbying.

V šesti pracovních skupinách delegáti vypracovali své návrhy hlavních opatření na poli prevence cervikálního karcinomu – cílů a úkolů včetně jejich priorit, aktivit k jejich naplnění a konkrétních realizačních kroků. Po prezentaci návrhů jednotlivých skupin pak byl vypracován jejich souhrn v podobě navrhovaného **akčního plánu**. Ten zahrnuje několik následujících bodů.

Je především třeba lobbovat za implementaci organizovaného skríníngu ve všech zemích EU (dle doporučení Rady Evropy z roku 2003). V souvislosti s novými technologiemi, především s uvedením profylaktické HPV vakcíny do praxe, bude vhodnější hovořit nejen o „programu skríníngu karcinomu děložního čípku“, ale nově a šířeji o „programu prevence karcinomu děložního čípku“ (zahrnujícím jak skríníng tak HPV vakcinaci). Významnou aktivitou musí být edukační programy všech organizací sdružených v ECCA – edukace profesionálů poskytujících zdravotní péči, organizátorů zdravotní péče, laické veřejnosti a politiků. Je třeba vyvolat adekvátní pozornost médií všemi prostředky – semináři, workshopy, tiskovými konferencemi, angažováním celebrit, sdružení vyléčených pacientek atd. Mobilizovat je tedy třeba poskytovatele péče, ženy, politiky i vlády. Bude nutno čelit bariérám finančním, nedostatečné edukaci všech vyjmenovaných skupin i možné apatii a inaktivitě politiků a vlád.

Určitým oživením bylo vystoupení švédského spisovatele Magnuse Utvika, který na osobní zkušenosti demonstroval dopad karcinomu děložního čípku na rodinu a ztvárnil ji v knize „Anna – my beloved“ (Anna – má milovaná).

Všichni delegáti se pak zúčastnili **zahájení Evropského týdne prevence karcinomu děložního čípku** na

půdě Evropského parlamentu. Před přítomnými novináři přednesli základní fakta evropský komisař Dr. Philippe Brunet, prezidentka ECCA Imelda Read, za CCIG Dr. Jolanta Dičkutė a Glenis Willmott a dále Dr. Lena Dillner z WHO určené globální referenční laboratoře pro papillomaviry a HPV vakcinaci ve švédském Malmö. **Manifest „STOP cervical cancer“** podepsalo již 54 organizací z 20 zemí a více jak 40 poslanců Evropského parlamentu.

Každým rokem je v Evropě nově diagnostikováno cca 50.000 nových

případů karcinomu děložního čípku a 25.000 žen ročně na toto onemocnění umírá. Cca 170.000 žen v Evropě právě s nádorem žije. Přitom je karcinom děložního čípku nádorem preventabilním, s obrovským potenciálem sekundární prevence cestou organizovaného skríningu a s novou, unikátní možností primární prevence profylaktickými vakcínami proti lidským papillomavírům. Lze si jen postesknout, že v České republice stále nedošlo k dohodě odborníků ohledně podoby skutečně organizovaného, auditovaného skríningu.

Proběhlý workshop a Evropský týden prevence karcinomu děložního čípku měly napomoci a jistě přispěly ke zvýšení povědomí odborné i laické veřejnosti a organizací o karcinomu děložního čípku. I zde platí, že „individuálním úsilím lze vyhrát dílčí boj, ale jen společným úsilím a koordinací všech aktivit lze vyhrát i válku“.

Základní dokumenty a aktivity ECCA lze najít na webové adrese www.ecca.info

Doc. MUDr. Pavel Freitag, CSc.
Gynekologicko-porodnická klinika
1. LF UK a VFN v Praze

PSYCHOTERAPIE PRO ONKOLOGICKY NEMOCNÉ

Každé onemocnění, tím spíše onemocnění závažnou a život ohrožující chorobou, znamená pro člověka ztrátu dosavadních jistot, ohrožení všech zvyklostí a přesvědčení, o která se do té doby opíral. Je to jistě současně příležitost přestat být na těchto jistotách závislý a udělat svůj život svobodnější. Ale toto prohlášení samo o sobě nemocnému člověku zpravidla není příliš užitečné. Musíme si uvědomit, že je to především životní situace bolestná a náročná, subjektivně logicky neprožívaná právě pozitivně, spojená se spoustou obav a strachu, plynoucích právě z předpokladů nemocného, z jeho očekávání a z významu, jaký on sám své nemoci dává.

To, čím se v životě trápíme, co nám působí trápení a utrpení, nejsou fakta nebo nějaké objektivní skutečnosti, jsou to právě naše představy, významy, jaké faktům dáváme, a očekávání, která jsou s fakty spojena. Není to sama bolest nebo konkrétní omezení, ale strach z bolesti a přesvědčení o tom, že okolnosti jsou omezující, vědomí toho, co by bylo jinak, nebýt nemoci apod. A právě tady je obrovské pole působnosti pro psychoterapii, která pomáhá nemocným netrápiti se zbytečně, zorientovat se v nové životní situaci a žít i přes nepříznivou prognózu smysluplný a naplněný život. Ať to zní jakkoliv paradoxně.

Je nutnou lidskou potřebou dávat faktům smysl, a ten se může v psychotherapeutickém procesu proměňovat. V člověku, jehož jednoznačné a definitivní soudy o sobě a své chorobě

byly zrelativizovány takovýmto význam proměňujícím rozhovorem, je pak zpravidla mnohem snadnější objevit zdroje k vypořádání se s nepříznivými vlivy a rozhodování se o svém dalším bytí. Vyrovnání se s faktem vlastní smrtelnosti, s vědomím toho, že to, co má člověk ze života před sebou, je jakýmsi způsobem časově ohraničeno, je podmíněno rozpuštěním sebezničujících přesvědčení o nespravedlnosti takového údělu, o vlastním zavinění apod. V tomto smyslu přispívá psychoterapie ke smíření se s nevyhnutelným, současně je však také obrovským příspěvkem ke schopnosti pacienta spolupracovat na léčbě a aktivně se podílet na svém případném uzdravení.

*

Nemoc jako by předurčovala specifická členství v sociálních systémech specifickou rolí. Jednoduše řečeno, dotčený člověk je najednou ve všech společenstvích za nemocného, a to jak ve společenstvích, ve kterých se dosud pohyboval, tak v nových, vznikajících právě v souvislosti s chorobou. Nemocný jako by splýnul se svou nemocí a přestal být vším tím, čím dosud býval. Přispívají k tomu jak ohledy okolí, tak dobře míněné rady zdravotních pracovníků typu „... teď na všechno zapomeňte, nejdůležitější je, abyste se uzdravil“. Člověk však sám o sobě nikdy není problémem nebo nemocí. Proto považujeme za užitečné využití externalizačních terapeutických postupů, v jejichž důsledku je pak nemoc vnímána jako více či méně důležitá okolnost v pacientově

životě, ale vždy pouze okolnost, tedy něco mimo člověka samého. Takové oddělení umožňuje dotčenému být také něčím jiným než pacientem. Nemoc sama o sobě člověka naštěstí nezbaví jeho rolí – stále bude dítětem nebo rodičem, kolegou, přítelem nebo odpůrcem někoho... Bylo by chybou nechat vše ostatní ustoupit do pozadí. Tyto role jsou podstatou prožívání sebe sama, umožňují kontinuitu a mohou být zdrojem uspokojení bez ohledu na okolnost nemoci.

Jde o to, aby člověk zůstal protagonistou svého vlastního příběhu a nestal se figurkou na hracím poli někoho jiného, kdo jím táhne dle vlastního plánu, jako by on sám neměl vůli nebo kompetence o sobě rozhodovat. Takové jednání, byť dobře myšlené, zbavuje nemocného lidské důstojnosti a dělá z něho oběť. Cílem psychoterapie je vrátit nemocnému autorství vlastního života. Tedy něco přesně opačného.

Často se při své práci s nemocnými setkávám s potřebou mít víc informací. Lékaři obvykle nepodávají pacientům informace v dostatečné míře a dost srozumitelně, aby se tyto pro ně mohly stát zdrojem adekvátních očekávání a z toho plynoucích odpovědných rozhodnutí o svém osudu. Ale i když se k nemocným informace dostanou, samo o sobě to nestačí. Terapeut je zdrojem podpory a povzbuzení nutných k tomu, aby si nemocný vytvořil k informacím vlastní postoj – teprve ten pak mu může být návodem k chování v nové, nejisté situaci. Má-li jasno ve svých postojích, může se nemocný,



ač ohrožen na životě, cítit psychicky v bezpečí a klidný.

*

Nejen samotným nemocným však choroba komplikuje život. Nepříznivá situace se dotýká všech kolem a nejvíce zpravidla těch nejbližších osob. I oni mají svoje obavy, potřeby a očekávání, s chorobou spojené. Zkoušce je vystaveno fungování nepsaných pravidel v rodině a nakonec ve všech vztazích. Jelikož představy o tom, jak by kdo měl v takové situaci vlastně fungovat, se u jednotlivých účastníků většinou liší, dochází ke krizím a přehodnocování vztahů právě v době, kdy by bylo žádoucí se o ně opřít jako o něco stabilního. Skutečnou pomocí může být v takových chvílích rodinná terapie. I příbuzní nemocných a jejich blízcí mají dobrý důvod a současně příležitost mluvit o svých emocích a potřebách. Jde o záležitosti citlivé a důležité pro všechny zúčastněné, a tak je psychoterapie šancí i pro ně.

MUDr. Olga Kunertová

*

Autorka je zakladatelkou a předsedkyní občanského sdružení Gaudia proti rakovině, které poskytuje psychoterapii onkologicky nemocným a jejich příbuzným a blízkým osobám, nově i přímo u lůžka nemocného na onkologických odděleních spolupracujících nemocnic.

Spojení internetem www.gaudia.org, nebo telefonicky 242 487 327.

PRAKTIČTÍ LÉKAŘI A LDN

Léčebny dlouhodobě nemocných (LDN) představují jedno z oddělení nemocnic, kam jsou pacienti překládáni k doléčení nebo rehabilitaci v souvislosti s traumaty, nejčastěji po fraktuře krčků dolních končetin.

Hospitalizace je buď akutní:

- krátkodobá,
- subakutní u pacientů, kteří přicházejí k pokračování rehabilitace nebo pro zhoršení psychického stavu (progrese demence) nebo při zhoršení vztahů v rodině (agresivní příbuzní atd.) anebo chronická, která je nyní nejčastější, kdy je u pacienta nutná pouze dlouhodobá ošetrovatelská péče.

*

Provoz LDN: není výjimkou, že průměrná doba hospitalizace trvá i několik let; podílí se na tom i fakt, že je málo domovů důchodců, čekací doba na umístění pacientů je 4–5 let. Průměrný věk pacientů je 65–80 let u mužů a 70 let u žen.

Zde začíná jeden z nejčastějších problémů, a to situace, kdy si rodina plete domovy důchodců s léčebnami pro dlouhodobě nemocné. V současné době jsou totiž pacienti v léčebnách pro dlouhodobě nemocné hospitalizováni zadarmo, což příbuzným vyhovuje. Proto postupně zájem rodiny klesá, prodlužuje se doba, kdy chodí na návštěvu za příbuznými atd.



Problémy po propuštění musí tudíž poté řídit nejen pečovatelské služby, ale hlavně praktičtí lékaři. Je to velký problém, protože pacienti často potřebují celodenní péči: aplikace inzulínu, pokud rodina trvá na propuštění, je nutné zajistit převazy dekubitů, péči o parenterální výživu, bylo by výhodné pokračovat v zahájené rehabilitaci, neboť pacienti jsou většinou vybaveni rehabilitačními pomůckami.

Zajištění kvalitní péče o pacienty v LDN je omezeno financemi: na den cca 500 Kč, nelze zajistit dostatek pomůcek pro inkontinenci (rodinu nelze k nakupování plenkových kalhot nutit) atd. Problém je i ve spolupráci s lékaři na klinikách, kteří pacienty překládají ve stavu, kdy nejsou plně stabilizováni a jsou nutná další odborná vyšetření, která ale jsou pro LDN velmi finančně náročná. Pokud dominují projevy vaskulární nebo Alzheimerovy demence,

narůstají problémy s převozem pacientů na vyšetření, převazy po operacích atd.

Je nutné zajistit i psychoterapii. Velkým problémem je i to, že nejsou vybudovány stacionáře, kde by byli pacienti přes den a poté by si je rodina brala domů.

Již z minulosti trvá názor, že péče v LDN je hrozná, že není odborná a pacienti zde pouze umírají. Ale je nutné tento přístup změnit vzhledem k tomu, že personál je odborně na úrovni a ošetrovatelská péče, která je opomíjena na klinických pracovištích, je velmi kvalitní. Prevence dekubitů je denní péčí (pacienti po několika-denní hospitalizaci na klinikách se vracejí s dekubity 3.-4. st., dehydratování atd.).

Dlouhodobý pobyt v léčebnách má tyto následky:

a) adaptační syndrom...

b) ztráta soukromí...

c) izolace od zevního prostředí, od lidí. POZOR na syndrom vyhoření!!!!

d) objevuje se závislost na antidepresivech, analgetických, projímadlech atd. Dá se říci, že pacienti vše postupně vzdávají.

POZOR na to, že příbuzní je někdy chtějí zbavit svéprávnosti, způsobilosti k právním úkonům aj. Za této situace musí být soudní cestou určen pro pacienta opatrovník.

V současné době je v České republice 77 léčeben pro dlouhodobě nemocné a kapacita je 7.200 lůžek. Sociální ústavy jsou soukromé a státní.

Navrhovala bych pro léčebny dlouhodobě nemocných následující: 3 měsíce pobyt zdarma a poté částečnou finanční úhradu.

MUDr. Lenka Hronovská
FN Motol

NĚKOLIK SLOV O SAMOVYŠETŘOVÁNÍ U MLÁDEŽE

Jeden z nejnepříjemnějších způsobů odhalování podezřelých změn na nejprístupnějších částech těla, jako jsou kůže, prsa a varlata, který může upozornit na počínající nádorové onemocnění, je samovyšetřování. Je to metoda, která je nezbytná u dospělých žen a mužů, ale je třeba k ní vychovávat i dospívající dívky a chlapce. Pro tuto věkovou kategorii by však lépe posloužil termín **sebeopozorování**. Nádory dětí představují sice jen 1 % nádorů v populaci, ale v příčinách úmrtí v dětském věku stojí na 2. místě hned za úrazy – ty však nemůžeme považovat za nemoc ve vlastním slova smyslu, ale za náhodnou a nešťastnou příčinu smrti. Pomineme-li výskyt nádorů u dětí předškolního věku, po určitém méně ohroženém údobí přibývá výskytu v období dospívání, spojeném s rychlým vývojem organismu v souvislosti s bouřlivým rozvojem hormonální aktivity. Již ve věku 15–19 let onemocní v ČR zhoubným nádorem kolem 60 dívek a 80 chlapců ročně a riziko výskytu se s věkem dále zvyšuje.

I dospívající mládež se jistě často zhlíží v zrcadle, zejména po koupeli. Bylo by správné věnovat pozornost nejen obličejí a vlasům, ale celému tělu,



tedy provádět zmíněné sebeopozorování. To znamená sledovat, jestli se tělo vyvíjí symetricky, zda se prsa dívek probouzejí stejnoměrně, jestli se břicho v některé partii více nevydouvá, zda se na krku, nad klíčovými kostmi, v podpaží nebo v tříslech neobjeví tužší útvar mízních uzlin, jestli se vrozená tmavá skvrna na kůži časem nemění, nevyvyšuje či nezvětšuje, případně nekrvácí. Jemné prohmatání prsů, zda neobsahují nějaký tuhý útvar, neuškodí. Chlapci by pak měli hmatem sledovat stav varlat v šourku, zda jsou elastická, bez zatvrdlin či nerovností. Tady je na místě upozornit, že varlata v šourku nebývají



symetricky umístěná, jedno bývá výše než druhé, nebývají ani stejně velká a na zadní straně každého je hmatný citlivější útvar – nadvarle, které přechází ve vývod – to je naprosto normální. K sebeopozorování jistě patří i vyhodnocení celkových příznaků, jako je nadměrná únavnost nesouvisející třeba se sportovním výkonem nebo pochodovým cvičením, trvající bolesti hlavy, břicha i končetin, zvýšená krvácivost vedoucí k výskytu modřin bez zjevných příčin, změny ve vyprazdňování stolice a moči, u dívek neobvyklý výtok či dlouho přetrvávající nepravidelnost měsíčního krvácení, které ovšem při

počátečních menstruacích takové bývá, ale časem se upraví do pravidelnosti.

Za odhalené odchylky, ať skutečné nebo domnělé, nebo pochybnosti o zdravém vývoji by se mládež neměla stydět, a měla by se s nimi svěřit rodičům, případně pedagogům, kteří jistě zváží vyšetření lékařem.

Mladiství by neměli zapomínat na staré osvědčené heslo „Ve zdravém těle zdravý duch“. Zdraví ohrožují cigarety, alkohol a drogy – důsledky jejich zhoubného vlivu se projevují až po letech také zvýšeným rizikem vzniku nádorových onemocnění. Nerozumné



je i předčasné zahajování pohlavního styku a střídání partnerů. Těchto prokazatelně škodlivých návyků a aktivit by se měla mládež důsledně vyvarovat.



Přejeme si, aby se všichni dnešní mladí chlapci a dívky dožili vysokého věku ve zdraví.

MUDr. Zdeněk Vích, CSc.

ZE SVĚTA MEDICÍNY

Dosud se pokládá chronická lymfatická leukemie (CLL) za jedinou leukemii, která má vztah k radioaktivnímu záření. Čeští autoři Řeřicha a spol. nedávno publikovali v americkém odborném časopisu *Environmental Health Perspectives* (EHP 2006) svou studii *Incidence of leukemia, lymphoma and Multiple myeloma in Czech Uranium Miners: A Case-Cohort Study*, v níž studovali incidence maligních onemocnění krve u horníků uranových dolů. Prokázali, že CLL má vazbu na kumulovanou expozici radonu. Tedy i CLL by měla být, stejně jako u ostatních typů leukemie, pokládána u těchto horníků za chorobu z povolání. Nás potěšilo, že hlavní autor článku při této příležitosti děkuje za pomoc při své vědecké práci našemu předsedovi prof. MUDr. Z. Dienstbierovi, DrSc.

Levandulový olej a Tea Tree Oil může u chlapců ve věku před pubertou vyvolat gynekomastii (zvětšení prsní žlázy). Vyplývá to ze studie Ken Koracka a spol. (*N. Engl. J. Med.*). Šlo o levandulové mýdlo a šampon s Tea Tree olejem. Prokázali, že mechanismem účinku je stimulace efektu estrogenů (ženský pohlavní hormon) a současně inhibice (útlum) účinků androgenů (mužského pohlavního hormonu). Jejich hladina v krvi se nezmění.

Vrba je zdrojem více než 30 látek zajímavých pro možnost jejich využití jako léčiv. *Časopis Medical Tribune* (3, 3, A1)

informuje, že salicin a saliginin z extraktu mladých listů egyptské vrby mají podle japonských a egyptských vědců protinádorové vlastnosti – poškozují membrány nádorových buněk, bílkoviny v jejich cytoplasmě a navozují apoptózu („buněčnou sebevraždu“). Zabíjejí tak 75–80% buněk akutní lymfoblastické i myeloidní leukemie. Na prozkoumání dalších účinných látek z vrby se čeká.

Poslední Nobelova cena za chemii byla udělena americkému vědci Rogerovi Kornbergovi. Je zajímavé, že je synem nositele Nobelovy ceny za fyziologii a medicínu z roku 1959 Arthura Kornberga. Syn ji dostal za vědeckou práci ohromného rozsahu, týkající se „poslůčkové“ ribonukleové kyseliny (mRNA) vznikající účinkem enzymu RNA – polymerázy v jádru buňky v průběhu transkripce („přepisování“) podle instrukce z genů a je transportována v cytoplasmě k ribosomům, kde se vytváří určitý bílkovinný řetězec. To se uskuteční přesně jen v tom místě, aby se vyprodukovala bílkovina, kterou organismus právě potřebuje. Vytvoří se tak jeden z 230 buněčných typů. Studiu transkripce a RNA polymerázy věnoval Kornberg mladší 20 let svého života.

Od letošního roku se zavádí u dětí narozených po 31. 12. 2006 místo dosud používané čtyřvazebné očkovací látky (tetravakcíny) dokonalejší šestivazebná hexavakcína. Ta obsahuje anti-

geny dávivého kašle (pertusi), tetanu, záškrtu, invazivních onemocnění způsobených mikroby *Haemophilus influenzae B* a přenosné dětské obrny. Náklady ponese stát.

Skupina vědců nedávno publikovala v časopisu *J Clin Oncol* výsledky studie poukazující na to, že u pacientů s pokročilým karcinomem žaludku se sice osvědčila chemoterapie kombinací cisplatinu a fluorouracilu, avšak v posledních 20 letech nebyl zaveden žádný nový lék. Proto autoři doplnili u 445 pacientů lékovou kombinací docetaxelem a u kontrolní skupiny zůstala standardní léčba dvojkombinací bez docetaxelu. Po 2 letech porovnali přežití. U skupiny s docetaxelem bylo přežití statisticky dvakrát delší.

V retrospektivní analýze výzkumné skupiny Ústavu radiční onkologie FN Praha 8-Bulovka je vyhodnocen výsledek léčby 258 pacientů s karcinomem tlustého střeva a 534 pacientů konečnicku a esovitě kličky v letech 1994 až 2003. Analýza prokázala, že způsob léčby i dosažené léčebné výsledky jsou zcela srovnatelné s publikovanými mezinárodními údaji. (*Klin. onkologie* 20, 2007, 29).

Rostou zkušenosti s využitím radiofrekvenčně vyvolené hypertermie (uvnitř nádoru je teplota 41 stupňů), což zmenší nádor a vytvoří podmínky pro uskutečnění chirurgického zákro-

ku, předtím technicky neschůdného. (Nemocnice Charité, Berlín, Německo, a Academisch Medisch Centrum, Amsterdam).

*

Zatím nebyl běžně zaveden žádný lék, který by snížil výskyt a délku zánětu sliznice ústní dutiny, což je běžný toxický efekt chemoterapie s fluorouracilem u metastatického kolorektálního karcinomu (J Clin Oncol). Lee Rosen ze Santa Moniky v Kalifornii (USA) podával 28 pacientům Palifermin a 36 pa-

cientům podával placebo, dříve než dostali režim s fluorouracilem. Zjistil, že Palifermin byl o polovinu lepší než placebo. Doporučují další sledování.

*

Zájem o homocystein se datuje od roku 1969 (Mc Cully). Byla rozšířena představa, že významně vyšší hladina homocysteinu je příčinou aterosklerózy, a řada prací byla věnována snaze jeho zvýšenou hodnotu farmakologicky snižovat. V roce 2001 Svaz pacientů požadoval, aby se uvažovalo o celo-

plošném skríningu homocysteinu. Homocystein byl zařazen jako jeden z „nových“ rizikových faktorů srdečních nemocí a k jeho snižování se doporučilo užívání vitaminů skupiny B a kyseliny listové. Americká kardiologická společnost představu o mimořádném významu homocysteinu pro rozvoj aterosklerózy odmítla jako nepodloženou. Je to již podruhé v nedávné době, kdy se popularizuje a prosazuje mylná informace z medicíny.

Prof. MUDr. Evžen Skala, CSc.

ZE ŽIVOTA NAŠICH ORGANIZACÍ

Klub DIANA Brno



V uplynulém roce klub vyvíjel bohatou činnost jak pro své členy, tak i pro širokou veřejnost.

Naše členky v rámci projektu „Udělej to pro sebe“ uspořádaly čtyři přednášky pro studentky brněnských středních škol, kterých se účastnilo přes sto dívek. Podílely se na Květinovém dni, akci „Proplujeme peřejí“ a pravidelně o prvních sobotách v měsíci vycházely na turistické výlety za poznáním brněnského okolí. Navštívily přátelkyně onkologického klubu ve Vídni, uspořádaly rehabilitační pobyty v Poděbradech a v Beskydech. Pravidelné cvičení, plavání i společné návštěvy divadel se už staly samozřejmostí.

Nechyběly ani na semináři o významu psychologie, na konferenci „Spolu proti rakovině prsu“ a v závěru roku se účastnily Mezinárodního onkologického kongresu ve Znojmě, kde bylo mnoho našich i zahraničních odborníků i pacientů. Vyslechly zajímavé přednášky a uskutečnily mnohá setkání. Všechny akce se staly velkým přínosem nových vědomostí pro práci našich členek.

Eva Najvarová
místopředsedkyně

Slezský klub stomiků



Klub získal v uplynulém roce Cenu primátora města Ostravy pro nejlepší neziskové organizace a odměnu 10.000 Kč.

Oslavil 15 let svého trvání a vyvrcholením loňské činnosti byl rekondiční pobyt v září v Karlově, kterého se účast-



Alenka Praha

nili také stomici ze Slovenska a Polska, a podle slov účastníků byl pobyt pro všechny vzpruhou do dalšího života. Ke Dni stomiků 7. 10. se ostaravští, opavští a novojičínští členové sešli na Ostravici ve středisku Hlubina, kde byl pro více než sedm desítek účastníků připraven velmi zajímavý program. Také polští stomici oslavili svůj Den ve vesnici Rytru ve východních výběžcích Tater, kde se sešlo téměř sto zástupců klubů ze všech vojvodství Polska a jako hosté i zástupci České republiky.

České ILCO vyhlásilo ke Dni stomiků také fotografickou soutěž, kde český klub hájil doc. P. Kreml a za svůj snímek Mažoreti získal druhou cenu.

Alena Nečasová



ALENKA Praha

V závěru roku uspořádalo sdružení tradiční mikulášské setkání v Týršově domě, kterého se účast-

nily také členky klubů Benkon Benešov a ŽAP Praha. Jako vždy s programem a tancem bylo od odpoledne rušno a vzájemná setkání přinesla radost na všech stranách. V prosinci pak Alenky ještě navštívily hornorakouský Linec, kde si prohlédly památky města a navštívily i vánoční trhy a samozřejmě ochutnaly i pravý linecký koláč, k němuž získaly 350 let starý recept, který mohly vyzkoušet i doma.

Pro letošní rok mají připraven bohatý program: pravidelné cvičení a plavání v Týršově domě, cvičení v bazénku na Homolce, v únoru byl zahájen nový kurz Tai Chi a vedení klubu zajistilo i permanentky do solné jeskyně v pasáži Millenium Plaza. Pobyt v solné jeskyni pomáhá při léčení horních a dolních cest dýchacích, při vysokém krevním tlaku, nemocích trávicího traktu, dermatologických chorobách, ale i při neurózách, stresu a pocitech vyčerpání.

Pro každý měsíc je plánována turistická vycházka do pražského okolí, připravena je nabídka velmi pestrých rekondičních pobytů a prodloužených víkendů i účast na celostátních akcích.

Únorový zpravodaj pak obsahuje užitečné pokyny pro žádost o důchod, informace o kulturních akcích i zajímavou zprávu o novince firmy AMOENA, kterou přetiskujeme:

Amoena nabízí epitézu pod názvem TRIA SWIMFORM, což je průsvitná odlehčená epitéza vyrobená z pevnějšího čirého gelu. Je konstrukčně odlehčená, a proto se neprověšuje v mokřích plavkách. Vyrábí se ve velikostech 0–10. Pojišťovna tuto novou epitézu plně hradí.

Daniela Kelišová

INNA Havířov



Ani v Havířově členky klubu nezahálely. Ve svém Zpravodaji informují o rekondičním pobytu v Lázních Bohdaneč, výletu na chatu Hrádek, účasti na Běhu Terryho Foxe a na Evropském dni bez aut. Na výstavě v Orlové, která je už tradičně zaměřena na zdraví a zdravé životní prostředí, oslovily 165 návštěvníků. Překvapivý byl i zájem mužů o nádorová onemocnění.

11. října členky uspořádaly Den otevřených dveří, při němž měli účastníci možnost shlédnout videokazety, vyzkoušet si samovyšetřování prsu, prohlédnout si kroniku a další publikace, k dispozici byly poukázky „Ženy ženám“ a nechybělo ani malé pohoštění. Na návštěvu přišla i osmdesátiletá paní, ale také sestřičky z onkologie a zástupci města, přijely i ženy z Orlové.

Členky klubu ve Zpravodaji mají bohatý program pro letošní rok.

Eva Žylková

BENKON Benešov



Benešovské členky v loňském roce uspořádaly dva pěkné výlety. Jeden společně s rodinnými příslušníky na Jižní Moravu na Slavnosti vína a druhý do Babiččina údolí ve Východních Čechách. Oba výlety se vydařily stejně jako rekondiční pobyt ve Františkových Lázních.

Účastnily se konference onkologických organizací „Spolu proti rakovině prsu“



Amazonky Ostrava

a 4. vzdělávacího semináře v Třeboni, kde se hovořilo především o psychologii a konverzačním tabu při onkologických onemocněních.

V letošním roce je připraven rekondiční pobyt ve slovenských Turčianských Teplicích a už tradičně v červnu v Jablonném nad Vltavou.

Jana Randulová

AMAZONKY Ostrava



V lednu to bylo 15 let, kdy vzniklo občanské sdružení Amazonek, což jen potvrzuje, že tato práce má smysl a význam a přináší všem dobré ovoce. Dnes má sdružení 117 členek. Pro letošní první pololetí je rovněž v Ostravě připraven zajímavý program. Pro zájemce o internet jsou každé úterý pořádány v Senior servisu výukové lekce, které vedou členky klubu. Schází se kroužek modelování, drátkování, ale i výuky angličtiny či břišního tance. Každý měsíc se koná odborná přednáška, v února např. o makrobiotice. Už pět let je také otevřeno Centrum pomoci pro onkologické pacienty.

V březnu se 16 členek zúčastnilo krátkodobého pobytu v penzionu Karafiát ve Štěpánově u Skutče a další krátkodobý pobyt je plánován na konec dubna v horském hotelu Duo.

Veškeré informace o činnosti klubu najdete také na www.onko-amazonky.cz

Ludmila Váchová

ARCUS – ŽIVOT České Budějovice



Jako každý rok se členky sešly na přátelském setkání na konci roku, kterého se účastnili i vzácní hosté – hejtmán Jihočeského kraje Jan Zahradník, ředitel Lázní Bechyně MUDr. Josef Mičan, MUDr. Šiffnerová z onkologického centra nemocnice v Českých Budějovicích a herečka Marie Doležalová.

Předsedkyně Edith Šrámková zhodnotila činnost v uplynulém roce a informovala přítomné o výhledech na rok 2007. Několik členek obdrželo dárečky, kterými byla oceněna jejich záslužná činnost pro naše sdružení. O pěknou pohodu se jako vždy postarala paní Marie Doležalová básní o našem městě a dalšími básněmi Jana Nerudy. MUDr. Šiffnerová poděkovala sdružení za jeho účast na Onkologických jihočeských dnech, které se konaly v Českém Krumlově. Jihočeský hejtmán Jan

Zahradník poděkoval za záslušnou činnost a přislíbil i pro rok 2007 finanční podporu.

Marta Mordavská

LPR Náchod

Dne 28. prosince 2006 předali zástupci Ligy proti rakovině Náchod s předsedou MUDr. Vladimírem Müllerem do rukou ředitele Oblastní Charity v Červeném Kostelci Ing. Miroslava Wajsara šek na 30.000 Kč jako dar pro Hospic Anežky České v Červeném Kostelci.

Řada onkologicky nemocných z našeho regionu ale i Hradecka uzavírá život velice důstojně právě v tomto zařízení. Dar bude využit na zakoupení speciálního polohovacího lůžka. Finanční prostředky byly získány ze sbírky Květinového dne 2006. Desítky mladých lidí v našem regionu vybraly 298.000 Kč. Z této částky obdržela náchodská organizace Ligy 59.692 Kč, a z ní tak mohla červenokosteleckému hospici věnovat výše uvedenou částku.

Podpora tohoto zařízení náchodskou Ligou proti rakovině je velmi významná a cenná.

Prof. Jiří Šolc

ARCUS Liberec



ARCUS SOP Liberec

Sdružení se podařilo v roce 2006 rozšířit oblast činnosti, do níž se členky aktivně zapojovaly. Klub vystoupil z anonymity a více spolupracoval s tiskem i oblastní televizí.

Účastnili jsme se akcí „30 dní pro neziskový sektor“, Květinového dne, sešli jsme se s členkami ALENU Praha v Lázních Libverda a zapojili jsme se do akce UNICEF – do výroby panenek na záchranu afrických dětí.

Během roku jsme pravidelně cvičili, navštěvovali jógu i plavali. Na výletech jsme navštívili hrad Kost, Humprecht, zámek Sychrov a betlémy v Kryštofově údolí. Rekondiční pobyty jsme uspořádali ve Františkových Lázních a v Harrachově. Některé naše členky využily i nabídky rekondičních pobytů jiných sdružení. Pravidelné byly i návštěvy Divadla F. X. Šaldy.

Ve spolupráci s Euroregionem jsme uspořádali „Vzdělávací kurz práce



s počítačem“ a účastnili se kurzu „trénování paměti seniorů“. Někteří členové také aktivně pracují v Klubu přátel opery.

Alena Černá, Helena Šašková

ŽAP Praha



Pražský klub žen pro své členky Praktického pomocníka.

Najde se v něm vše, co by každá členka měla vědět. Každé poslední úterý v měsíci jsou schůzky, na něž jsou zváni lékaři, aby se každá z členek, pokud potřebuje, mohla na cokoli zeptat. Středy jsou vyhrazeny cvičení, čtvrtky plavání a jedna sobota v měsíci je vyhrazena výletům do okolí hlavního města.

Také kavárnička v Dolních Chabrech se těší zájmu členek a každé třetí úterý v měsíci je tam opravdu živo.

Pomocník však přináší pravidelně i důležitá spojení na různé potřebné ordinace i s hodinami a telefonním spojením.

První jarní rekondiční pobyt se uskutečnil v březnu ve Sloupu v Čechách, kam se všichni velmi rádi vraceli.

Klub se rozhodl pro zakoupení přístroje pro tlakovou drenáž i na dolní končetiny, který lze využít při cévní nedostatečnosti, žilních chorobách, křečových žilách, poúrazových otocích, profylaxi žilní trombózy, terapii bércových vředů nebo předoperační a pooperační prevenci hluboké trombózy.

V listopadu se podařilo zorganizovat v nákupním centru GLOBUS na Černém Mostě Mini Road Show a infor-

movaly jsme zájemkyně o samovyšetřování prsu a prevenci onkologických onemocnění vůbec. TESCO Skalka nám umožnilo ve svých prostorách uspořádat předvánoční charitativní sbírku, pro niž jsme připravily drobné dárečky. Dokázaly jsme překonat osobní pohodlí a sebrat odvahu nabízet za finanční příspěvek připravené předměty. Děkujeme studentům, kteří nám ve volném čase pomáhali, i všem členkám, které se podílely na výrobě dárečků. Získané finance využijeme při plánovaném zájezdu na Slovensko.

K tradici klubu patří i společné návštěvy kulturních akcí, divadel. Veškeré informace najdete na <http://sweb.cz/klub.zap>
e-mail: klub.zap@seznam.cz

Dana Hybšová

KAPKA 97 Chomutov



Sdružení chomutovských onkologických pacientů a přátel připravilo pro ordinace lékařů pěknou skládačku, v níž stručně informuje o všech svých činnostech, projektech a akcích.

Sdružení pracuje od roku 1998 a je podporováno NsP Chomutov, MěÚ Chomutov a záštitu nad organizací převzal primář onkologického oddělení MUDr. M. Kůta.

„Berte toto oslovení jako pozvánku mezi nás“ – píše se v letáku, kde je i přesná adresa, kontaktní hodiny pro veřejnost i zastoupení v Kopřivnici. Bližší informace najdete na:

www.kapka.zde.cz
e-mail: kapka97@seznam.cz



BAUER MEDIA – DÁREK ŽENÁM A DĚTEM

**Pomáháme nemocným dětem
Pro dobrou věc**

Když jde o dobrou věc, peněz není nikdy dost, obzvláště bojuje-li se proti nemoci. To dobře ví vedení společnosti BAUER MEDIA, v. o. s., která podpořila dva projekty najednou. Jaroslav Skopalík předal peněžité dary v hodnotě 100 000 Kč Lize proti rakovině a Kapce Naděje.

METODA LUDMILY MOJŽÍŠOVÉ

Takhle věcně se jmenuje knížka, která se křtila 24. ledna 2007 v Praze na Jungmannově náměstí. Proslavená kavárna Zlatý kříž se dnes jmenuje italsky Incontro, ale na slávě metody, kterou přivedla na svět nenápadná rehabilitační sestra z Tyršova domu Míla Mojžíšová, to poznat nebylo. Kmotři byli tři: Veronika Žilková (stylově těhotná), Vlastimil Harapes (za všechny herce a vůbec slavné lidi, kterým paní Mojžíšová pomohla) a profesor MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., který jako předseda Ligy proti rakovině převzal od nakladatelství XYZ peněžní dar pro Ligu 30.000 Kč za dotisk knížky Borise Rösnera. Autorky knihy Olga Strusková a Jarmila Novotná byly obklopeny jak několika dalšími rehabilitačními sestrami, které paní Mojžíšová naučila to, co uměla sama nejlépe, tak maminkami, které díky metodě a několika – jak sama paní Mojžíšová říkala – „směšným cvikům“ otěhotněly a přivedly na svět



potomky. Ačkoliv se to doktorům a do té doby používaným způsobům nevedlo různě dlouhou řádku let. Ludmila Mojžíšová se na své nástupkyně dívá už několik roků z nebeských obláček, ale její metoda je stále aktuální. Pořád je totiž dost děvčat a žen, které trpí tím,

co ona nazývala „funkční sterilitou“, a její metoda může ukončit dlouhé trápení a především nenaplněné mateřství. Knižka rozhodně nevyšla jen proto, aby splnila kolonku v edičním plánu. Ostatně stovky žen, které prošly rukama Ludmily Mojžíšové, a další stovky, které měly štěstí, že se dostaly do rukou jejích žaček, o tom vědí svoje.

Jan Dobiáš

12 ROKŮ NA TRHU



Společnost ENROM Slovakia, spol. s r. o., se už 12 let snaží zkrášlovat svými výrobky – informačními tabulemi – vzhled měst i obcí. Svě výrobky prezentuje i v České republice a dalších evropských zemích. Společnost

se o své úspěchy dělí i s lidmi, kteří nemají takové štěstí a úspěchy. Zařadila se do projektu Dobrý anděl a v rámci tohoto projektu měsíčně posílá i Lize proti rakovině Praha 1.000 Kč. Upřímně děkujeme.

Maličkost? Obrovského významu!



Nádorová onemocnění jsou často provázána ztrátou hmotnosti a následně podvýživou. Během léčby pacient nebo jeho blízcí často přehlédnou zdánlivou „maličkost“ – dostatečný příjem stravy. Špatný stav výživy může přitom zhoršit celkové vyhlídky nemocného na úspěšnou léčbu a kvalitu života.

NUTRIDRINK je přípravek klinické výživy, který pomůže obnovit plnohodnotný příjem energie a živin v jejich optimálním poměru. Víte, že nutriční podpora je nedílnou součástí moderní onkologické léčby? Na konkrétní postup se ptejte svého lékaře.

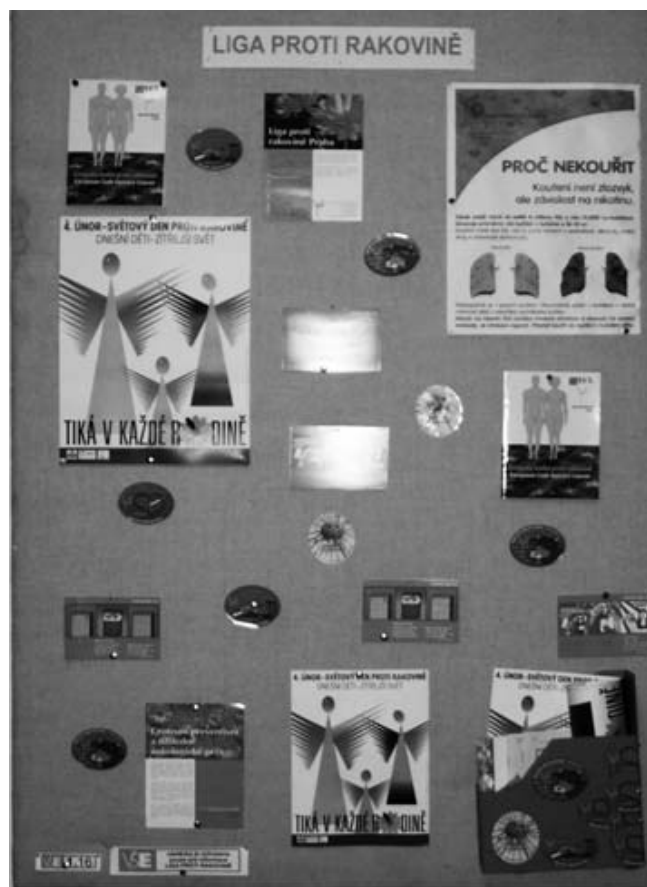


„Nutridrink podporuje Ligu proti rakovině“

NUTRIDRINK

...vždy, když běžná strava nestačí

LIGA na VŠE



Pochopením rektora Vysoké školy ekonomické v Praze prof. Ing. Richarda Hindlse, CSc., má liga informační tabuli na této vysoké škole a je k dispozici všem posluchačům.

PRO SVÁTEČNÍ POUSMÁNÍ

Do Velikonočních svátků už nezbývá mnoho dní, a tak Vám pro chvíli volna a dobrého přečtení přinášíme fejeton Roberta Křesťana z knížky Kočky v patách s názvem:

Pomlázka

Neumím plést pomlázku, neboť ji nemám technologicky ujasněnou. Jak bych taky mohl mít, když v žádném kursu se pomlázka nevyučuje.

A plést ji jen tak halabala? To by bylo neodpovědné, protože pomlázka je koneckonců zbraň. Vedle sečných, bodných a palných je to právě ona, která reprezentuje mrskavé.

Může se vám zdát, že přeháním význam pomlázky, ale každý právník vám potvrdí, že existuje cosi jako ublížení na těle. Pravda, je zde Jednotné úrazové pojištění mládeže, které se vztahuje i na „neočekávané a náhlé působení zevních sil“. Jenže – je šleh pomlázka vnější silou?

Navíc si myslím, že do výroby pomlázky by se člověk neměl pouštět bez znalosti patřičné normy.

Je vůbec s podivem, že tvorba pomlázek zůstává stále

ještě činností ruční, ačkoliv mechanizace a robotizace by mohly říci své. Možná právě zavedení strojové pletby pomlázek by mohlo přispět k průniku na světové trhy.

Pomlázka není nijak náročná na design, ten je přece daný. Nicméně výrobce by mohl obohatit svůj produkt o podrobný návod k zacházení. Mám totiž v živé paměti slova paní Heleny, výtečné pletařky svetrů a manželky našeho redakčního fotografa Mirka Zajíce, která tvrdí: „Pletenina se musí umět nosit!“

Je nesporné, že tvorba a užívání pomlázky je čímsi závažnějším, než by se mohlo na první pohled zdát. Vždyť podle Etymologického slovníku jazyka českého (Academia, 1971) je taková pomlázka vlastně kouzelnickou hůlkou: „Pošlehání má magicky přenést jarní sílu z rostlinstva na lidi, má je pomladit.“

Finanční odbor však na žádnou jarní magii nedá, hlídá daňové úniky – a co jiného je takový velikonoční šmigrust? Šlehařící občan je obdáván z rukou šlehané občanky zdobenými vejci, která jsou mu předávána v nekontrolovatelném množství a bez patřičné darovací daně.

Nepletu-li pomlázku, vyhnu se tak i nemístné pozornosti psychiatra, který by mě mohl začít rozplétat. Vždyť

pomlázka může být chápána jako předmět sadisticko-masochistický, kdo ví, možná právě o velikonocích psal Sigmund Freud svou stať s příznačným názvem *Je bito dítě*.

V neposlední řadě bych rád poukázal i na to, že pomlázka je až nemístně příležitostný a krátkodobý předmět, jehož další využití bývá nulové. Nebo jste snad někdy slyšeli o někom, kdo by po velikonocích použil pomlázku na klepání koberců? Či jako udici? Jako televizní anténu? Nebo aspoň jako plácačku na mouchy?

Doufám, že těmito argumenty jsem vás přesvědčil, jak promyšlené je moje neumětství při pletení pomlázky. Neumím ji snovat ani ze šesti, ani z osmi pramenů – pořád bych hledal pramen devátý, abych mohl plést páté přes deváté.

Nicméně si uvědomuji, že moje nešikovnost je hanebná. Mám totiž dvě dcery, kterým by o Velikonocích zvyklo slovně náleželo, abych se jim věnoval všestranně vlastnoručně. Na spletení pomlázky jsem se však nikdy nezmožil, i když postup je prý podobný jako při pletení copu. A já cop nenosím, nýbrž pěšinku. A šlehejte někoho pěšinkou!

Abych však dostal otcovským povinností, nakonec stejně třímám o velikonocích v ruce pomlázku. Jenže



vpravdě vylískán bývám já: svými dcerami, které mě obvykle počastují kromě vajíček i štiplavou poznámkou, že tu kupovanou pomlázku jsem upletl velice zdařile.

*

A tak i Vám všem přejeme úspěch při pletení pomlázky, veselé Velikonoce, hodně radosti, sluníčka a výletů do přírody. Načerpejte jarní sílu!

INFORMACE

PRAGOMEDICA

Letošní tradiční výstava PRAGOMEDICA se uskuteční na Výstavišti v Holešovicích od 17. do 20. dubna.

Liga bude mít opět svůj stánek, kde budete mít možnost získat naše publikace včetně nových titulů. Výstava se koná od úterý do pátku vždy od 10 do 18 hodin. Všichni jste srdečně zváni.

JARNÍ KONCERT

Koncert jako poděkování za účast a podporu Ligy se tentokrát uskuteční v Ryfářském sále Valdštejnského paláce v Praze 14. června. Bližší informace najdete včas na internetu.

NOVÉ PUBLIKACE

V poslední době jsme připravili některé nové tituly publikací, které vhodně doplní knihovničku našich kolektivních

členů a jsou zdarma k dispozici na požádání.

Dědičnost jako rizikový faktor pro vznik nádorů

– autorka: prim. MUDr. Lenka Foretová, Ph.D. Publikaci vydal Masarykův onkologický ústav v Brně a Liga se svolením vytiskla 3. vydání této publikace.

Nekonvenční protinádorová léčba

– autor: prof. E. Skala, CSc. Publikace seznamuje s doplňkovou a podpůrnou léčbou v onkologii.

Co by měly ženy znát o rakovině děložního čípku

– autorka: MUDr. Marie Bendová, CSc. V publikaci najdete rady nejen pro pacientky, ale i pro ty ženy, které mají zájem o prevenci.

Lymfatický otok po operacích prsu

– autorky: MUDr. Jaroslava Barkmanová a Alena Jelínková. V publikaci najdete základní informace o lymfedému po

operaci prsu, jeho prevenci, léčení i ošetrovatelském režimu.

Aby Vaše dítě nekouřilo

– autorka: prof. MUDr. Drahoslava Hrubá, CSc. Publikace je určena školám i rodičům a přináší rady, jak vést školáky ke zdravému životnímu stylu a k nekouření.

Léčba zářením

– autorka: MUDr. Jana Vaňková. Publikace je určena pacientům i jejich blízkým. Autorka odpovídá na četné otázky, které pacienty znepokojují, a snaží se ztlumit úzkosti z ozařování.

VŠEM NAŠIM ČLENŮM

Ve Zpravodaji najdete přiloženou složenku pro členský příspěvek na letošní rok. Pokud jste ještě nezaplátili, prosíme, aby jste tak učinili. Příspěvky se ani v tomto roce nemění. Pro kolektivní organizace, stejně tak jako pro lidi výdělečně činné je příspěvek 200 Kč.

Pro seniory, občany pobírající důchod a studenty činí roční příspěvek 100 Kč. Všem, kteří svůj členský příspěvek vyrovnali, děkujeme.

Výbor LPR Praha

REKONDICE V ROCE 2007

Také v letošním roce Liga proti rakovině společně s Rekondičním onkologickým centrem, o.p.s. pořádá šest čtrnáctidenních rekondičních pobytů v Ústavu pneumologie a onkologie na Pleši a v Meziboří.

Pleš	Meziboří
I. 15.–29. 5.	I. 9.–23. 5.
II. 12.–26. 6.	II. 6.–20. 6.
III. 4.–18. 9.	III. 29. 8.–12. 9.



Pokud se chcete rekondičních pobytů účastnit, v květnových termínech jsou ještě volná místa.

VŠEM SENIORŮM

Rada seniorů ČR zřídila telefonní linku 234 462 073–7, kde jsou denně k dispozici odborníci, kteří vám mohou poradit a pomoci v nejrůznějších problémech. Od důchodu, nájmu, bydlení, žádostí o umístění v domovech důchodců nebo v pečovatelské službě i veškerých právech seniorů. Linka je pro Vás od pondělí do čtvrtka od 8 do 18 hodin, v pátek do 14 hodin, e-mail: poradnapraha@rscr.cz nebo lze napsat na adresu: Rada seniorů ČR, nám. W. Churchila 2, 113 59 Praha 3.

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 Českého dne proti rakovině: 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, tak 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 zasílán 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