



Člen UICC a ECL

Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 27 ▲ Prosinec 2016 ▲ Číslo 4

Milí přátelé,

přinášíme vám poslední letošní Zpravodaj. Máme za sebou úspěšný rok a v tomto vydání se dozvíte podrobnosti o jeho závěrečné čtvrtině. Ohlédneme se za 9. ročníkem Putovní výstavy a připomeneme si průběh podzimního sněmu. Nebude chybět ani zmínka o vánočním koncertě s předáváním letošních cen Ligy. Seznámíme vás i s plánovanými akcemi na příští rok.

Rádi bychom všem poděkovali za neúnavnou spolupráci, za všechny příspěvky, které do redakce posíláte, a inspirujete nás tím k novým nápadům. Přejeme vám všem radostné Vánoce, a abychom pod stromeček balili dárky lásky, porozumění a lidskosti, tolik potřebné v této neklidné době. S přáním všeho dobrého a hodně zdraví do nového roku předávám slovo s prosbou i o duchovní povzbuzení P. Jakobovi Berkovi.

Pavla Vancová

A co když je...

Každoročně poslouchám „Půlnoční“ Vaška Neckáře.

Kdysi obletěla po vlnách rádia skoro celý náš posluchačský svět. Broukám si ji a líbí se mi: „Beránku náš na nebesích, stůj při nás, až přijde tma. Aleluja...”

Jako malý kluk jsem se bál tmy a ani dnes jako velký chlap ji pořád nemám rád. Nejen tu noční, tu také, ale jakoukoliv tmu v životě. Žel i ona patří k našemu bytí a nikomu se nevyhne. Zvlášť když přijde nemoc a vůbec jakákoliv bezmoc.

Po noci přichází ráno. Na konci tunelu uvidím světlo. Pořád tomu věřím, i když se setkávám s věcmi, kterým třeba nerozumím. Však doufám...

Když jsem před třiceti lety studoval bohosloví, říkával nám náš pan profesor,



abychom nikdy nemocným nelhali, i když pravda bude těžká. „A taky nikdy nikoho k ničemu i nikam nenuťte, ale dávejte naději, které věříte!“ Měl pravdu a pořád má.

O Vánocích si to často říkám. Moje naděje roste a zvlášť sílí, když v kostele připravuji půlnoční.

Moje víra je stejná jako víra všech, kdo na půlnoční přicházejí. Má víra je stejná jako u každého, kdo se o vánočním čase zastaví v kostele u betléma.

Pozoruji lidi u jesliček s malým Ježíškem, mlčky stojí, dívají se a možná v nich zazní prosba: „Kéž by to všechno byla pravda!“

Vím to a vy to víte také, jak člověk potřebuje mít pevný bod a pevnou půdu pod nohama. A vánoční svátky této víře přímo nahrávají.

Buď to je, anebo není!

Napadá mne jeden příběh, který se prý udal v jedné španělské nemocnici.

Na jednom oddělení, v jednom pokoji leželi dva lidé. Starý kněz, který čekal, až ho Pán Bůh k sobě zavolá. Jeho rty tiše šeptaly Otče náš... Vedle ně-

ho ležel starý Jorge. Kdysi byl velkým dobrodruhem a vlastně nic mu nebylo svaté.

O oba se starala mladičká řádová sestra.

Jednou přišla do pokoje, Jorge najednou ožil, sápal se, aby ji zachytil za závoj, a chtěl jí ho strhnout. Rukama lomcoval a křičel: „Sestro, odhoď ten hábit, uživej života, vždyť žádný Pán Bůh není!“

Ta sestřička ho zachytila za ruku, stiskla mu dlaň a podívala se mu do očí takovým čistým pohledem, tak jak to sestry dokáží, a klidným hlasem odpověděla: „To nevadí. Když není, tak není, ale co když je?!“

A mně vám při vyprávění toho všeho najednou zní v uších melodie „Půlnoční“ a hlas Vaška Neckáře: „Beránku náš na nebesích, neopouštěj nás, až začnem se bát, aleluja.“

Moc vám, milí přátelé, přeji, ať světlé chvíle Vánoc zatlačí tmu i strach v jakékoli podobě.

Jsem s vámi.

*P. Jakub Berka O Praem,
farář z Prahy-Nebošic*

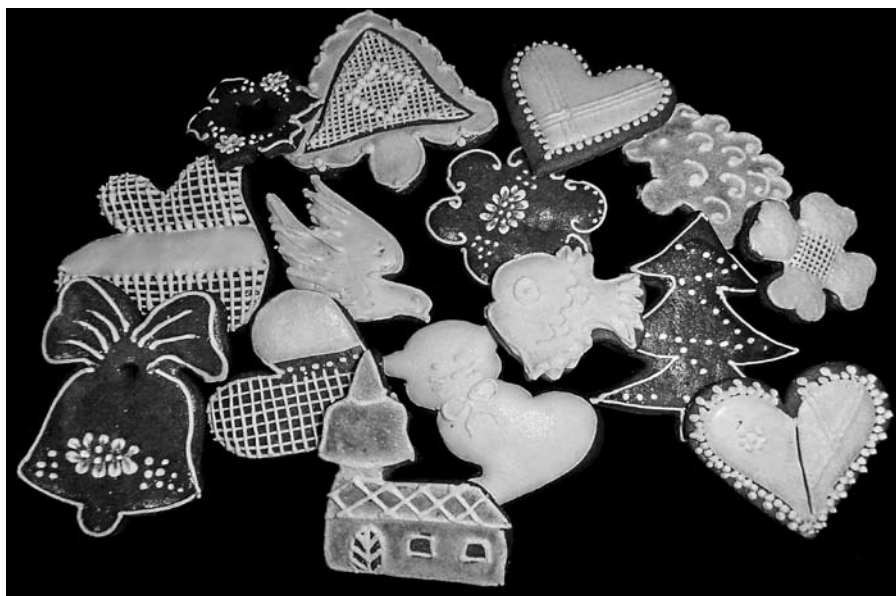
Vážení přátelé,

překotný běh času nás dovedl do poslední čtvrtiny roku a přiblížila se opět hektická doba, která předchází všechny sváteční dny a dobu relaxace. Teprve po vypjatém čase před posledními dny starého roku vychutnáme slast ticha a pokoje, vůni domova a všech dobrých věcí, které nás obklopují. Po stresovém období, ve kterém chceme stihnout všechno, co jsme začali a nedokončili, kdy se celí říční ženeme ubíhajícími dny k cíli, přijde krátké ztišení, pohlázení pokoje, dobrá slova a naděje, že jsme se nelopotili nadarmo. Každoročně před koncem roku hodnotíme činnost Ligy, je to jakási „zpráva o činnosti unie“.

Připomněli jsme 20. výročí sbírky při Českém dni proti rakovině.

Dopadla skvěle, vybraných více než 18 mil. Kč je nečekaně dobrý výsledek. Znamená, že Liga proti rakovině má vysoký kredit a lidé oceňují činnost Ligy a důvěřují jí.

Opakovaně jsme vzpomněli zakladatele Ligy, pana profesora Dienstbiera, a jeho nedožitě 90. narozeniny. Jeho nasměrování činnosti Ligy k edukaci všech lidí této země. Víme všichni, že je to nekonečná práce, oslovení dorůstajících generací znamená najít s nimi společný jazyk, výrazové prostředky a nové využití komunikačních prostředků. Web je místo, kam musíme umístit informace o možnostech prevence nádorových onemocnění, o jejich vzniku, o léčebných možnostech. Snažíme se o stručné sdělení. Kdo má zájem o infor-



mace, snadno je najde na webových stránkách Ligy nebo se může poradit na naší Nádorové telefonní lince telefonicky, mailem či osobní návštěvou.

Pokračovali jsme ve všech plánovaných programech, proběhly všechny plánované akce.

Budeme se snažit i nadále pokračovat ve všech třech pilířích činnosti Ligy.

Vyžaduje to spoustu úsilí a nových nápadů, hledání nových spolupracovníků, hledání sponzorů. To je ve společnosti upřednostňující individualitu před altruistickým chováním dost obtížné.

Přes to všechno se objevují skupiny lidí, které jsou schopny reagovat na výzvu jednotlivce a odpovědět fyzickou pomocí, věcným darem nebo finanční podporou.

Vídáme to občas kolem sebe, kdy dobrovolníci pomáhají v krizových situa-

cích, v katastrofách a v regionálních konfliktech.

Ve srovnání s těmito situacemi je naše práce všední, nedramatická a neokázalá.

Pevně věřím, že se nenecháme znechutit a otrávit a dále budeme spolupracovat na vytváření normálního, zdravějšího světa, ve kterém je možné žít v souladu společně s lidmi i přírodou.

Přeji vám svátky pokoje prožité v klidu, přeji vám srdce plná lásky ke všemu živému a pokojnou sílu zvládající všechny zátěže, které život přináší!

MUDr. Michaela Fridrichová
předsedkyně

PUTOVNÍ VÝSTAVA

V druhé polovině září pokračoval IX. ročník Putovní výstavy o nádorové prevenci. V tomto čísle vám představíme další města, do kterých výstava zavítala, a dozvíte se některé zajímavosti z jejich historie, nabídneme i fotografie a záznamy z návštěvní knihy.



KRNOV

Putovní výstavu Každý svého zdraví strůjcem pořádala Liga proti rakovině Praha letos již podeváté. Jedním

z navštívených měst byl Krnov. Výstava se konala na Hlavním náměstí 22.-23. září pod záštitou starostky PhDr. Mgr. Jany Koukolové Petrové a ve spolupráci s městem Krnov a komunitním plánováním Krnov.

První den Putovní výstavy se současně na Hlavním náměstí konal Den mobility, zdraví a sociálních služeb města Krnov. Program podporovala rozhlasová stanice regionálního vysílání. Svůj stánek měla v prostoru naší výstavy i organizace ILCO z Opavy a Česká průmyslová zdravotní pojišťovna.





V celém prostoru Hlavního náměstí se mezi stánky a žlutými stany pohybovalo po celý den dost lidí. Především děti si vyzkoušely své fyzické a smyslové dovednosti pod heslem „Zkus, jak jsi na tom“. Výstava Labyrint zdraví je určena nejen starším žákům a dospělým, informace o zdravém životním stylu tu mohou na ilustrovaných panelech najít i malé děti, které ještě neumějí číst. Výstava byla zakončena kontrolními otázkami kvízu a poté malou odměnou soutěžícím. Tradičně byl velký zájem o vyšetření Státního zdravotního ústavu (měření krevního tlaku, tělesného tuku, krevního cukru a cholesterolu v krvi) a o vyšetření kožní lékařkou, zaměřené na pigmentové změny na kůži. Dopolední doprovodný program prvního dne zahájilo několik vystoupení žáčků mateřských škol. Děti vystupovaly spontánně, bez bázně, opravdu přinesly na náměstí radost a pohodu. Následovalo několik pěveckých a tanečních vystoupení z nízkoprahových

zařízení pro děti a mládež. Nadchly zejména starší žákyně s temperamentním čardášem.

S moderátorem jsme probrali hlavní cíle činnosti Ligy proti rakovině, pohovořili jsme o výtěžku sbírky z Českého dne proti rakovině – prodeje žlutých kytiček v květnu – a jak plánuje Liga s těmito prostředky naložit. Moderátor dále postupně představoval i činnost jednotlivých dobrovolnických organizací, které měly na náměstí své stánky. Druhý den výstavy byl smutnější. Z náměstí se odstěhovaly stánky dobrovolnických organizací, odejel přenosový vůz regionálního rozhlasového vysílání a o doprovodný kulturní program naší výstavy prakticky žádná škola či kulturní zařízení neprojevíly zájem.

*

Město Krnov leží v severovýchodní části České republiky, ve Slezsku, při soutoku řeky Opavy s Opavicí, v podhůří Nížkého Jeseníku. Písemné doklady o osídlení této oblasti jsou už z 2. poloviny



13. století. Později se rozvíjelo zejména kolonizací německého obyvatelstva. Až do 2. poloviny 19. století bylo obeháno hradbami. Dovnitř města vedly 3 brány, které odpovídaly důležitým obchodním cestám.

V 16. století vlastnil město a okolí Hohenzollernové, zastánci Lutherova učení a protihabsburského postoje. V 17. století ale císař Ferdinand II. udělil krnovské knížectví Lichtenštejnům



a spor o Hohenzollernské dědictví zavedlo příčinu i bojům rakousko-pruské války. V polovině 18. století bylo krnovské knížectví rozštěpeno, část území připadla Prusku (dnes je toto území v Polsku) a Krnov se stal hraničním městem. Významný rozvoj města nastal v 19. století založením několika textilních továren, vybudováním pivovaru, lihovaru a likérky. V roce 1873 byla zahájena tovární výroba varhan.

Zkázu města přinesla II. světová válka. Město bylo několikrát bombardováno, byly zničeny celé ulice a mnoho významných historických budov. Obnova po válce byla výrazně zpomalená vysídlením německého obyvatelstva, kterého byla ve městě do konce II. světové války většina. Nedávnou historii města poznamenala ničivá povodeň v roce 1997, která zaplavila téměř celé město. Nicméně v posledních dvou desetiletích se většina staveb ve městě dočkala obnovy. Pozornost městské správy je významně zaměřena i na obnovu a budování nových ploch zeleně a parků, což městu přineslo prestižní titul Město stromu 2008/2009.

Ještě zpět k Putovní výstavě Ligy proti rakovině Praha: výstava byla tradičně pečlivě připravená a z naší strany za pomoci agentury Arcadia dobře organizovaná. Výstavu si letos vedení města Krnov samo vyžádalo – výstava byla v Krnově již podruhé. Přesto se zdá, že město propagaci výstavy a pomoci při uspořádání doprovodného programu nevěnovalo dostatečnou pozornost. Škoda!

MUDr. Marie Tomečková, CSc.



TRUTNOV

Trutnov má mnoho náměstí a náměstíček. To největší se jmenuje podle pána blízkých hor – Krakonošovo.

Na toto náměstí se na dva dny nastěhovaly žluté stany Ligy proti rakovině Praha. Ve dnech 26. a 27. září se zde konala tradiční výstava Ligy proti rakovině Praha „Každý svého zdraví strůjcem“. Výstava tradičně přináší informace, doporučení ke zdravému způsobu života a k prevenci nádorových onemocnění, zábavu a příležitost zdravotních konzultací. V prostoru žlutých stanů byl umístěn i stan Střední zdravotnické školy z Trutnova, stan Ligy proti rakovině z Náchoda a stánek České průmyslové zdravotní pojišťovny.

Krátce po zahájení prošla výstavou šťebetající skupinka dětí z mateřské školy – radost z darovaných žlutých balónků byla úžasná! Během dopoledne navštívili výstavu studenti střední školy. Na kontrolní otázky odpovídali kupodivu dobře, a tak si odměnu za vyplněný kvíz opravdu zasloužili. Rozlehlým náměstím se po celý den trousily malé skupinky obyvatel. Přicházely maminky s kočárky na procházce, skupinky diskutujících seniorů. Kolem poledne se na malou chvíli zastavili zaměstnanci okolních úřadů a obchodů cestou



na oběd. Někteří ze zvědavosti nahlédli i na výstavu Labyrint zdraví, někteří dokonce zkusili své vědomosti, fyzickou sílu a své smyslové schopnosti ve výstavní expozici.

V moderovaném pořadu první den výstavy po poledni vystoupil starosta města Trutnova Mgr. Ivan Adam. Vyjádřil potěšení, že se tak významná výstava koná i v „jeho“ městě. Sám zdůraznil nedocenitelnost zdraví a nutnost, aby se každý o své zdraví řádně staral. Zmínil se o četných aktivitách, kterými město zlepšuje životní prostředí a buduje nová sportoviště k aktivnímu životu obyvatel Trutnovska.

O vyšetření kožním lékařem a možnost vyšetření množství tělesného tuku, stanovení cholesterolu a cukru v krvi a změření krevního tlaku byl tradičně velký zájem. Nezahálely ani studentky Střední zdravotní školy. Měřily krevní tlak, prakticky předváděly resuscitaci při první pomoci, ukazovaly zájemcům vybavení moderního vozu záchranné služby.

Doprovodný program byl v prvním dnu výstavy slabší – opakovaně vystoupil

vicemistr světa v trialu na jednokolce Jan Řeháček a v podvečer kytarový soubor se skladbami z doby baroka a skladbami v latinsko-americkém stylu. Druhý den odpoledne se zpívaly – sólově i sborově – lidové písně, zhudebněné pohádky.

*

Trutnov je staré historické město. První písemné zmínky o osídlení údolí řeky Úpy jsou ze 13. století. V té době oblast spravují zderazští křížovníci. Počátkem 14. století je dokumentem krále Václava II. ustaveno město. Němečtí kolonisté mu dali název Trautenau – z tohoto názvu je odvozen dnešní název Trutnov. Ve středověku byl Trutnov tzv. věnným městem – příjmy z městské pokladny náležely manželkám panovníků. Městu a okolí se nevyhnuly ani četné boje – husitské války v 15. století, okupace Švédy během třicetileté války v 17. století, bitva r. 1866 v rakousko-pruské válce. Z významných rodáků připomeňme jezuitského misionáře Samuela Fritze, který počátkem 18. století jako první vytvořil přesnou mapu povodí Amazonky.





Oba dny vystupovaly hudební skupiny (Rarášci, Major, Major), taneční skupina ERCO, divadelní představení (VOŠS, Ježek), ZŠ Havlíčkova a mateřské školy Demlova, Antonínův Důl, Resslova. Myslím, že výstava i odpolední zábavný program se všem líbily.

A teď něco o historii města. První zmínka pochází z roku 1233, kdy malá osada byla vybudována při staré obchodní Haberské stezce. Okolí Jihlavy náleželo v této době řádu německých rytířů, později klášteru v Želivě. Mezi lety 1240–43 se v okolí objevila ložiska stříbra a osada se stává „horním městem“

Městem odedávna vedla solná stezka mezi Českým královstvím a Polskem.

V 19. století se v kraji rozvíjí četné manufaktury a později průmysl, především textilní a papírenský. Určitý útlum rozvoje nastal po II. světové válce, kdy byl z Trutnovska – pohraničí – odsunut velký počet německého obyvatelstva.

Dnes je Trutnov opět rozvíjejícím se okresním městem a sídlem okresních úřadů, soudu a dalších významných institucí. Od roku 1990 se ve městě každoročně koná hojně navštěvovaný Trutnovský hudební festival.

Putovní výstava byla jako každoročně výborně připravená, dobře organizovaná. Ačkoli byla výstava pořádána pod záštitou města Trutnova, její propagace byla ve městě minimální. A to je velká škoda – všichni, se kterými jsem během výstavy hovořila, si tuto akci pochvalovali a i oni litovali, že se na výstavu nedostavilo víc lidí.

MUDr. Marie Tomečková, CSc.



JIHLAVA

Další město na Vysočině, které jsem navštívila se „žlutým stanem“, byla Jihlava. Město leží na staré česko-moravské hranici, na ostrohu

v meziříčí řeky Jihlavy a Jihlávky. Jeho centrum je památkovou rezervací.

A právě zde, na Masarykově náměstí, v jeho horní části mezi Muzeem Vysočiny a kostelem sv. Ignáce, byla umístěna naše výstava. Byl tu také stánek s našimi brožurami, hygienická stanice s měřením tlaku, cukru a cholesterolu a vyšetřovna kožní lékařky. ILCO z Prahy a Tábora zde mělo své osvědčené informátorky. Nechyběly ani obvyklé



hrátky pro děti. Hezké počasí a dobrá informovanost sem přivábily hodně lidí, mezi nimiž se s mikrofonom pohyboval osvědčený moderátor pan Karel Drbal a povídal si s nimi.

se všemi privilegii a přílivem nových kolonistů. Začaly se razit mince.

Před nalezením stříbrných ložisek na Kutnohorsku se Jihlava stává nejvýznamnějším městem v českých zemích. Velký podíl na tom má i justice, jihlavský horní soud s jihlavským horním právem, který byl odvolací stolicí v celé střední Evropě.

Problémy se objevily později, kdy německá komunita v Jihlavě odmítla uznat volbu Jiřího z Poděbrad králem. Bylo to období bojů a zhoršení ekonomiky bohatého města. Po období 30leté války, kdy město vyplenili Švédové, zde zůstalo pouhých 1.000 obyvatel.

Velký rozvoj nastal na přelomu 18.–19. století, kdy se město stalo druhým největším centrem výroby sukna v tehdejší habsburské monarchii.

S rozvojem ekonomiky stoupá blahobyt, který ovlivnil rozvoj kultury. Již v druhé polovině 18. století jezdily do Jihlavy pravidelně divadelní soubory a r. 1825 tu byla uvedena Mozartova Kouzelná



flétna. Kulturně rozvinuté prostředí mělo vliv i na Bedřicha Smetanu, který v letech 1833–1835 navštěvoval jihlavské gymnázium.

Jihlava si mohla dovolit vystavět i četné budovy, které jsou dnes kulturní památkou. Je zde zbytek hradeb kolem města s jedinou dochovanou branou Matky boží s příkopem i valem, četné kostely, většinou vystavěné ve 13. století. Najdete tu katakomby se svítící chodbou, Horácké divadlo, Muzeum Vysočiny, radnice, oblastní galerie. Na Masarykově náměstí je pamětní deska na rok 1436, kdy byla ve městě vyhlášena Basilejská kompaktáta, která znamenala mír mezi katolickou Jihlavou a husitským Tábořem.

R. 1957 bylo založeno v centru města v údolí Jihlávky ZOO, známé chovem drápkatých opiček.

Jihlava tvořila do roku 1945 druhou největší německou enklávu v českých

zemích. S odsunem odešlo hodně německých umělců. Z těch nejvýznamnějších, kteří v Jihlavě žili, jmenuji významného hudebního skladatele Gustava Mahlera (1860–1911). Jeho rodiče jsou pohřbeni na zdejším hřbitově.

Z českých umělců sem patří kupř. herec Eduard Dubský, Otmar Brancuzský, malíř Čestmír Kafka, televizní hlasatelka Kamila Moučková a též František Hoffman, autor prací o historii Jihlavy.

MUDr. Jarmila Pradáčová, CSc.

Bohumín

BOHUMÍN

IX. ročník Putovní výstavy nemohl být zakončen lépe. Díky výborné spolupráci s místním pacientským klubem PROFIT 12 v čele se skvělou paní Zdeňkou Cichou jsme tušili, že by vše mohlo proběhnout zdárně, ale skutečnost



daleko předstihla naše očekávání. Velkou zásluhu na úspěchu akce má také Městský úřad Bohumín, který výstavě pomohl řádnou propagací.

Naše žluté stanové městečko se rozložilo přímo pod okny historické budovy bohumínské radnice. Pan místostarosta Igor Bruzál přišel výstavu osobně zahájit a s nadšením zhlédl i vystoupení výtečného souboru Radost a Impuls.

V průběhu dvou dnů jsme na pódiu mohli zhlédnout další taneční i pěvecká vystoupení místních souborů i jednotlivců.

Díky tomu, že naše preventivní akce byla v Bohumíně propojena s probíhajícími Dny zdraví, mohli se návštěvníci poučit i o problematice drogové závislosti, dozvědět se o sociálních službách, které poskytují například Armáda spásy, Charita Bohumín nebo Centrum sociálních služeb. Bohumínská městská nemocnice zajišťovala ve foyer kina K3 vyšetření cholesterolu, tlaku a cukru v krvi.



*

Bohumín leží v severní části Moravskoslezského kraje v blízkosti hranic s Polskem na soutoku Odry a Olše. Významná strategická poloha města byla využívána již v dávné historii. První písemné zmínky o pravděpodobně slovanské vsi Bogun jsou již z r. 1256. Vedla tudy Solná stezka z Moravy do Krakova a Jantarová z Uher přes Těšín až k Baltu. Na této frekventované obchodní stezce byl již v 15. stol. postaven most přes řeku Odru, v toku času ovšem mnohokrát stržený rozbouřenou řekou.

V průběhu dalších století se kolem vsi Bogun postupně začaly vyvíjet další obce a pozvolna se v průběhu následujících století spojovaly až do dnešní podoby Bohumína. Historie Bohumínska je velmi pestrá, prvním známým šlechtickým rodem, který Bohumínsko vlastnil, byl prastarý rod Baruthů. Zanedlouho přechází panství do držení

Počty návštěvníků

Město	Děti do 12 let	Dospělí	Vyšetření SZÚ	Vyšetření kůže
NOVÉ MĚSTO NA MORAVĚ 9.–10. 9.	568	620	264	167
PRAHA 9 13.–14. 9.	328	539	315	217
KUTNÁ HORA 15.–16. 9.	825	720	229	259
JIHLAVA 20.–21. 9.	529	989	356	239
KRNOV 22.–23. 9.	674	780	386	198
TRUTNOV 26.–27. 9.	466	790	386	186
BOHUMÍN 29.–30. 9.	888	689	352	236
CELKEM	4278	5127	2288	1502



kou menšinou, která sem přesídlila během řecké občanské války (1948–49). Do České republiky tehdy přišlo hledat azyl více než 12 000 emigrantů převážně levicového smýšlení, ale například i zajatci z řad královské armády. Členy Asociace řeckých obcí v ČR je dnes deset obcí a při sčítání lidu v r. 2008 se k řecké národnosti hlásilo přibližně 3 500 občanů.

Bohumín se může pochlubit i mnohými slavnými rodáky z nejrůznějších oborů lidské činnosti, např. Richard Konkolski (mořeplavec), Pavel Srníček (fotbalista), Kateřina Kněžliková (sopranistka), Hermann Hochfelder (filolog a kapitán britské armády) a mnozí další.

rodu Rašiců a podle listiny z r. 1373 je Bohumín již poddanským městečkem pod pravomocí panské vrchnosti. Další spory o vlastnictví Bohumínska zapříčinily, že panství patřilo v průběhu dalších století postupně několika šlechtickým rodům. Posledním vlastníkem byl až do roku 1945 rod hraběte Larisch-Mönnich.

Dnešní město Bohumín s asi 22 tis. obyvatel je vzhledem ke složité minulosti značně etnicky promíchané. Většina obyvatel se hlásí k české národnosti. Bohumín, stejně jako další města na severní Moravě, je znám svou řeč-





Návštěva Bohumína je vždy příjemným zážitkem, město nabízí řadu turistických zajímavostí, kulturních památek či míst ke sportovnímu vyžití. Naprosto unikátní je ovšem „památká“ z dob dávno minulých – sídliště z pozdního paleolitu, datované do 10.–9. tisíciletí př. n. l. Jde o unikát v rámci nejen Moravskoslezského kraje, ale i celé ČR, kde lze nalézt informace o osídlení a životě v období poslední doby ledové. Jde o časové údobí po ústupu velkých savců, kdy se místní lovecké populace musely zvolna přizpůsobovat životu v nových přírodních podmínkách. Archeologická stanice se nachází v lokalitě Záblatí, Na Pískách.

Iva Kurcová

Letošní putovní výstava byla úspěšná, přálo nám počasí, ve většině měst se podařila dobrá spolupráce se zastupci městského úřadu, základních a uměleckých škol. Žluté stany navštívilo téměř 10 000 občanů a velký zájem byl ze strany dětí a mládeže. Citujeme několik postřehů a záznamů z letošní návštěvní knihy:

- *Velmi užitečné, krásné, pro všechny věkové kategorie, dokonce se člověk pobaví vtipy. Hodně věcí se člověk dozví a přitom ani nemusí studovat encyklopedie. Perfektně připraveno. Díky.*
- *Nekuřte, nepijte a zdravě žijte! Krásná, poučná a prospěšná výstava. Víc takových.*
- *Děkuji za tuto akci – je pro dobrou věc. Důležité informace v příjemné atmosféře.*
- *Děkujeme za velmi pěknou a užitečnou výstavu. Jako studentům nám velmi pomohla pro naše další studium předmětů pečovatelsví a zdravotní nauka.*



- *Údaje o počtu zemřelých za půl hodiny hned na začátku výstavy jsou značně znepokojující.*
- *Skvělá výstava! Ohromně jsem se pobavila – připraveno velmi vtipnou formou.*
- *Výstava byla velmi poučná, především jsem si uvědomil, že patřím i já do rizikové skupiny, o čemž jsem neměl tušení...*
- *Chyťte provedená výstava, člověk musí číst, aby mohl odpovědět na otázky. Soutěží a přitom přijímá informace.*
- *Moc hezké. Líbí se mi, jak to zde vše funguje díky lidem ve žlutých tričkách.*
- *Výstava je velmi zajímavá, poučná a inspiruje k přemýšlení. Tělo je úžasný dar, mějme ho rádi a opatrujme ho. Budeme zdravější a šťastnější.*
- *Výstava musela vzniknout ze skvělého nápadu, značné invence s cílem nejen informovat, šířit osvětu, ale i poučit návštěvníky. Podařené!*
- *Nenapadlo by mě, že Liga proti rakovině může nejen poučit, ale i pobavit.*

• *Nápadité pojetí prevence, které se hned tak nevidí. Liga dělá takovouto akci čest svému jménu. Celá akce byla pro naši rodinu úctyhodným zážitkem.*

• *Záslužná akce, která představuje rizika dnešní doby. Hlupák ten, kdo je nechce znát. Pro chytré je takováto akce. Nejen poučení, ale ještě navíc pobavení.*

-red-

Partneři:



Mercedes-Benz

STAVMAT
STAVEBNINY



Česká pošta



www.myslinazdravi.cz



Česká průmyslová
zdravotní pojišťovna

MERCK

ZeměSvětla

RADIX

Hlavní mediální partner:

Radiožurnál
Český rozhlas

Pořadatel:



Organizátor:



DNY ZDRAVÍ

DEN ZDRAVÍ NA POLIKLINICE PROSEK

Poliklinika Prosek a.s. pořádala s finanční podporou Magistrátu hl. m. Prahy a pod záštitou radního MHMP pro oblast zdravotnictví R. Lacka a radní Městské části Praha 9 PaedDr. Taťjány Horké a ve spolupráci s oblastním spolkem ČČK Praha 9 tradiční Den zdraví, který se konal 15. září na prostranství před poliklinikou. Akce jsme se zúčast-



nili ve spolupráci s klubem ŽAP. O naše publikace a nekuřácké materiály byl velký zájem, ve stánku „fungovala“ i mobilní poradna, jak pro otázky spojené s onkologickým onemocněním, tak i protikuřácká poradna paní doktorky J. Pradáčové. Členky klubu ŽAP na maketě prsů edukovaly zájemce, jakým způsobem je nejlépe provádět samovyšetření, v jakých časových rozmezích apod.

Ivana Birková

DEN PRO ZDRAVÍ VOŠZ A SZŠ PRAHA 4

Vyšší odborná škola zdravotnická a Střední zdravotnická škola již po čtyřicáté pořádala „Den pro zdraví“, kterého jsme se účastnili v září letošního roku. Naše edukační materiály mají velký ohlas nejen u studentů zdravotnických škol. V areálu celé školy včetně venkovní zahrady a sportoviště se potkávají jak studenti středních škol, tak caparti z mateřinek, žáci základních škol i široká veřejnost. Akce má velký ohlas, počet návštěvníků je okolo jednoho tisíce.

Na náročném programu s významným preventivním charakterem se aktivně



podílejí některé spolupracující školy. Studenti a pedagogický sbor VOŠZ a SZŠ 5. května úzce spolupracují se Státním zdravotnickým ústavem, který zde měřil hladinu celkového cholesterolu, BMI, % tělesného tuku, krevní tlak. Byly připraveny ukázky práce záchranářů, hasičů, Městské policie, psovodů a Policie ČR. Praktické ukázky byly zaměřeny na zdravý životní styl.

Například i na „zdravější vaření“. Přikládáme jeden recept na ukázkou.

Bramborové krokety se špenátem a sýrem:

Suroviny: 500 g brambor, 500 g špenátových listů, 20 g másla, 1 žloutek, 1 lžice sýra ementálského typu, 3 lžice hladké mouky, sůl, mletý pepř, 2 ks vejce, 100 g strouhanky, olej na smažení.

Příprava: Brambory uvaříme, oloupejeme a prolisujeme. Očištěné špenátové listy nasekáme a dusíme na másle pět minut. V míse smícháme prolisované brambory, špenát, žloutek a strouhaný

sýr. Dochutíme kořením a dobře promícháme. Na pomoučněném vále tvoříme kuličky (krokety), které obalíme v mouce, rozšlehaném vejci a strouhance. Smažíme ve vyšší vrstvě oleje.

Ivana Birková

DEN ZDRAVÍ NA PARNÍKU

Prevence nádorových onemocnění, měření hladiny cukru a cholesterolu v krvi nebo kontrola kožních znamének. To je jen krátký výčet bezplatných služeb, které místním obyvatelům městská část každoročně zprostředkuje v rámci Programu zdraví Prahy 14. Tradiční akce proběhla dne 20. září t. r.

Stálící Dne zdraví je zdravotnická laboratoř VIDIA-DIAGNOSTIKA, spol. s r. o., jejíž odborní pracovníci lidem zdarma změřili nejen tlak, ale i hladinu





cholesterolu a cukru v krvi. Výsledky bylo možné konzultovat s přítomným lékařem. V přízemí (ve vestibulu) polikliniky si přichodzí vyslechli také užitečné rady z oblasti prevence nádorových onemocnění prsou a kůže. Poskytovali je zástupkyně Ligy proti rakovině Praha, z. s., a Klubu ŽAP Praha či MUDr. Daniela Zlatohlávková, která zájemcům prohlédla kožní znaménka. Kdo chce, může si vyzvednout i preventivní test nádorového onemocnění střev. Preventivních vyšetření se zúčastnili hlavně dříve narození spoluobčané, o instruktáž k samovyšetření prsů projevil zájem i mladé ženy.

Návštěvnost byla vysoká hlavně v ranních hodinách, kdy poliklinikou prochází nejvíce lidí, později vyšetření probíhala bez čekání.

Jaroslava Skoumalová

DEN ZDRAVÍ V LIBUŠI

A přišlo, jen se lilo, ale to nevadilo. Městská část Praha 4 – Libuš uspořádala v sobotu 8. října Den pro zdraví, kterého jsem se zúčastnila spolu s paní doktorkou Pradáčovou. Byl to opravdu den pro zdraví, který zahrnoval kulturní i sportovní činnost, hlavně pro děti. Vyvrcholením akce byla drakiáda. Bylo úsměvné vidět a pozorovat děti.

Tatínci, ale i babičky, všichni se snažili, aby jejich dráček vzlétl co nejvýše, a tak nakonec dráčci rozfoukali mráčky a den se nesl spokojeností a též zájmem o informovanost, kterou náš stánek poskytoval. Když se začalo stmívat a akce se chýlila ku konci, vzaly jsme zavřené deštníky a s pocitem dobré věci jsme se s Dnem pro zdraví v Libuši rozloučily.

Libuše Bártová



SNĚM ČLENSKÝCH PACIENTSKÝCH ORGANIZACÍ

Sněm kolektivních členů Ligy proti rakovině Praha se pro velký úspěch z loňského roku opět konal ve dvou dnech (18.–19. října) v příjemné atmosféře hotelu Duo, kde bylo pro mimo-
pražské účastníky také zajištěno ubytování. První den jsme v prostorách kongresového sálu hotelu uspořádali zajímavé přednášky, program byl bohatý a nechybělo ani výborné pohoštění, při kterém jsme měli možnost si vzájemně popovídat a seznámit se s novými členy.



Všechny přítomné přivítala předsedkyně Ligy **MUDr. Michaela Fridrichová**. Úvod patřil ohlédnutí za akcemi,

které již proběhly, a jejich rekapitulaci. Po loňském 25. výročí založení Ligy jsme navázali 20. výročí sbírky Český den proti rakovině a také jsme si připomněli nedožitě 90. narozeniny pana profesora Zdeňka Dienstbiera. Činnost Ligy má stále svůj smysl a je čím dál více potřebná, i když velmi obtížná, a edukace lidí není jednoduchá, ale s úsilím nemůžeme skončit. Práce v budoucnu se pravděpodobně trochu změní, protože dorůstají další generace mladých lidí. Ti jsou zvyklí na jiný způsob komunikace. Informace o možnosti onemocnění si vůbec nechťejí připustit a na sebe je

nevztahují. Mají jistý pocit nedotknutelnosti a pocit zranitelnosti absolutně nemají. Další věc je, že je neoslovují informace, které přicházejí v podobě papírové, takže je nutné, abychom k nim přistupovali jinak. Snažíme se uchopit celý tento problém a zvládnout tento rozměr komunikace tak, aby byl pro mladé lidi zajímavý. Liga by měla vstoupit do jejich světa. Ke změně došlo již při Českém dni proti rakovině, který dostal svůj virtuální rozměr v podobě nové aplikace, kdy bylo možné zakoupit elektronickou kytičku a umístit ji třeba na Facebook. Snad se podaří oslovit i současnou dorůstající generaci, která má mobil neustále při ruce. Liga se pokusí o zpřístupnění všech materiálů, o virtuální komunika-

služby postupně vylepšovat a nabídku rozšiřovat. Paní doktorka apelovala na přítomné, aby ve svých regionech šířili informovanost o rekondičních pobytech a upozorňovali na aktivity Ligy. V závěru dopoledního programu seznámila MUDr. Michaela Fridrichová přítomné hosty s hlavním tématem následujícího roku. Jedná se o nádorové onemocnění, které v rámci aktivit Ligy bude jako hlavní téma zvoleno poprvé – nádory hlavy a krku. Incidence rapidně roste, od roku 1978 minimálně desetkrát. Vyšší výskyt nádorů hlavy a krku zaznamenáváme hlavně u mužů a souvisí s konzumací alkoholu, s kouřením, s nedostatečnou hygienou dutiny ústní, ale onemocnění se týká i žen.

Konzumace alkoholu v našich zemích mimořádně rychle roste. Po 20 až 30 letech kouření a užívání alkoholu ve větší míře se ve věkové kategorii 50–69 let objevuje nejvyšší výskyt tohoto onemocnění. Přitom jde o preventabilní záležitost, stačí zlepšit hygienu dutiny ústní, nekouřit, nepřehánět konzumací alkoholu a nezanedbávat preventivní stomatologické prohlídky. Jsou to věci, které se dají dodržovat a zvládnout. Během příštího roku se budeme zabývat tímto tématem podrobněji.



Po diskuzi a polední pauze spojené s obědem následoval odpolední program sněmu, který zahájila vedoucí SOS centra Diakonie Českobratrské církve evangelické v Praze **Mgr. Helena Šašková**. Centrum

sídlí na adrese Varšavská 37, Praha 2. Tématem její prezentace byla dostupnost krizové intervence. Na začátku přítomné seznámila s tím, co to vlastně krize je, protože se s ní může setkat opravdu kdokoliv z nás. Existuje krize osobnostní (nespokojenost se sebou samým, negativní myšlenky, deprese či jiné onemocnění), vývojová krize (přijímání nároků měnících se rolí), rodinná krize (názory, hádky, agrese, rozvod, stres členů rodiny ovlivňující ostatní), sociální a společenská krize (menšiny ve společnosti, začlenění do společnosti, přijetí v kolektivu) a ekonomická krize (finanční tíseň, bydlení, ztráta zaměstnání). V krizovém centru se snaží



lidem, kteří se dostanou do tíživé situace, pomoci. Ve své praxi se setkávají s celou řadou předsudků, které klientům často brání vyhledat pomoc. Mezi nejčastější patří například:

- Každý se má vždy se svým životem vypořádat sám!
Ne, stejně důležité je umět poznat, když nám na něco nestačí síly, a umět si říct o pomoc.

- O problémech je lepší s nikým nemluvit, nač s tím zatěžovat ještě někoho dalšího?

Vyhledat odbornou pomoc je známkou vlastní neschopnosti.
Ne, někdy to naopak může být známkou odvahy, prozíravosti a ochoty postavit se svým problémům čelem.

- Někam chodit a vykládat tam o svých potížích stejně nikam nevede.
Ne, v krizi vnímáme často svoji situaci velmi zúženě a pohled člověka „zvenku“ nám může pomoci vnímání situace rozšířit.

- Člověk by měl vyhledat odbornou pomoc, až když se zcela zhroutí.
Ne, čím dříve, tím lépe: tím více sil nám zbývá k tomu, abychom se vypořádali, s čím zrovna potřebujeme.

- Krize je duševní nemoc.
Ne, krize není duševní nemoc, je to narušení duševní rovnováhy, které může nastat, když jsme nuceni čelit nějaké ohrožující situaci, se kterou se neumíme v daném okamžiku vypořádat

- To, že se někdo dostane do krize, je stejně jeho vina, takže si pomoc nezaslouží.

Ne, ať už jsme ke vzniklé situaci přispěli více či méně, nebo dokonce vůbec ne, důležité je, zda chceme něco udělat pro její řešení. Koneckonců každý jsme chybující.

- Kdo nezvládne těžkou životní situaci, je slaboch.

Ne, všichni můžeme být nějakou náročnou situací zaskočení a překvapení a můžeme se dostat do úzkých.

- Existují určité základní věci v životě, které by měl každý člověk zvládnout sám.
Ne, krize je subjektivní, každý prožíváme tytéž události různě, co je pro jednoho hračkou, může být pro druhého velkou zátěží.

- Zaplaví-li nás intenzivně nepříjemné pocity, jako třeba vztek, smutek, žárlivost či nenávisť, je lepší nevsímat si toho a dělat jakoby nic.

Ne, pocity tak zpravidla nezmizí, a stejně naše chování ovlivňují. Může být užitečné zabývat se tím, odkud přicházejí, komu patří a co nám chtějí sdělit.

Otázkou je, kde hledat pomoc v krizi. Určitě, pokud je to možné, v rodině a mezi přáteli, a to hlavně v počátku. Další, již profesionální formu pomoci lze najít na linkách důvěry, které jsou dostupné často i 24 hodin denně. Dalším pomocníkem v krizové intervenci jsou krizová centra. SOS centrum poskytuje lidem v obtížné či krizové situaci

odbornou pomoc, podporu, informace, pomáhá jim obdobným situacím předcházet a podporuje je v řešení problému vlastními silami. Mezi zásady patří anonymita, dobrovolnost, přístup orientovaný na klienta i respekt k jeho duchovní dimenzi v životě. Denní krizová služba nabízí krizovou intervenci, sociální poradenství, socioterapii, sociálně právní poradenství či pastorační poradenství. Zabývá se i problémem násilí ve vztahu, zlepšením partnerské a rodinné komunikace a osvojení si řešení konfliktů nenásilnou formou.

Dalším hostem odpoledního programu byl doc. **MUDr. Zdeněk Kleibl, Ph.D.**,



z Ústavu biochemie a experimentální onkologie z 1. lékařské fakulty UK v Praze. Přednáška vzbudila obrovský zájem u publika a následná diskuze neměla konce. Požádali

jsme tedy pana docenta o příspěvek i pro naše čtenáře.

Význam dědičných genetických změn při vzniku karcinomu prsu.

Doc. MUDr. Zdeněk Kleibl, Ph.D.

Laboratoř onkogenetiky,

Ústav biochemie a experimentální onkologie, 1. LF UK

Dědičné formy tvoří malou, ale klinicky významnou podskupinu nádorových onemocnění. Vznikají na podkladě nosičství specifických poruch v genomu. Identifikace nosičů genetických poruch je důležitým předpokladem pro časnou diagnostiku, prevenci a léčbu nádorových onemocnění, která se u nich vyvíjejí s významně vyšší pravděpodobností, než je tomu u běžné populace. Pokroky ve výzkumu a diagnostice dědičných nádorových onemocnění v posledním desetiletí umožňují zásadně zlepšit kvalitu života a prognózu osob s tímto postižením. V následujícím textu se budeme věnovat okolnostem vzniku a charakteristikám dědičného karcinomu prsu, které by měly ozřejmit důležitost diagnostiky dědičných genetických dispozic způsobujících vznik této formy onemocnění.

Karcinom (rakovina) prsu je v současnosti nejzávažnějším nádorovým

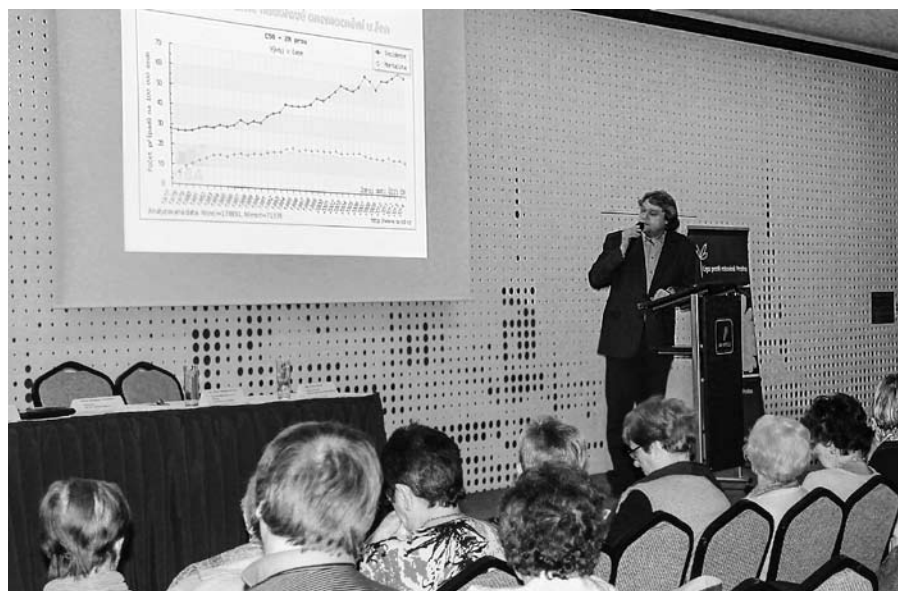
onemocněním v populaci žen v naší zemi. Za poslední čtvrtstoletí (od roku 1989) se jeho výskyt více než zdvojnásobil na 7.606 případů v roce 2014. Díky zlepšení diagnostiky, informovanosti a léčby pacientek s karcinomem prsu není našťastí nárůst počtu případů následován paralelním zvýšením úmrť; v roce 2014 podlehl karcinomu prsu 1.942 žen, což je „pouze“ o 7 % více než v roce 1989. Důvody, které způsobují zvyšující se výskyt karcinomu prsu v posledních desetiletích, nejsou zatím uspokojivě objasněny. Zvýšený výskyt karcinomu prsu ve světě poměrně významně koresponduje s celkovou socioekonomickou úrovní jednotlivých zemí. Je tak pravděpodobné, že ke vzniku onemocnění budou přispívat faktory, jako jsou změny životního prostředí, ale i změny životního stylu.

Ve výjimečných případech (přibližně 100x méně často) se karcinom prsu vyskytuje i u mužů. Na rozdíl od onemocnění v ženské populaci, kde nejvyššího výskytu onemocnění zaznamenáváme ve věkové skupině mezi 50. až 60. rokem, se riziko vzniku karcinomu prsu u mužů zvyšuje s věkem postupně v průběhu celého života.

Karcinom prsu, stejně jako ostatní zhoubná nádorová onemocnění, je způsoben poruchami (mutacemi) postihujícími deoxyribonukleovou kyselinu (DNA) nacházející se u člověka v jádře všech buněk (s výjimkou červených krvinek). Mutace DNA vznikají nepřetržitě v průběhu celého života. Jejich vzniku nelze zcela předejít, protože kromě působení řady vnějších

vlivů (jako je např. ionizující záření, rakovinotvorné chemické látky či některé viry) vznikají zcela spontánně i při normálních chemických pochodech probíhajících v buňkách. Třebaže buňky našeho těla jsou vybaveny velmi účinnými nástroji umožňujícími tyto genetické poruchy opravovat, s rostoucím věkem se zvyšuje pravděpodobnost postupného hromadění neopravených či chybně opravených mutací v buňkách některých tkání, jako jsou – v případě karcinomu prsu – epitelové buňky mléčné žlázy. K propuknutí nádorového onemocnění tedy obvykle dochází po dlouhém období latence, kdy se v postižených buňkách v průběhu řady let nashromáždí mutace, které po dosažení „kritického množství“ způsobí přeměnu normálních buněk na buňky nádorové. Ty se vyznačují překotným růstem nerespektujícím normální výstavbový plán lidského těla. Agresivní růst nádorových buněk způsobený jejich zvýšeným dělením a naopak snížená schopnost jejich zániku (které jsou v normálních tkáních potřeba pro řízené obnovování buněk) spolu se schopností zakládat nová ložiska nádorových buněk (metastázy) na často i velmi vzdálených místech od prvotního místa vzniku nádoru jsou zvláště nápadnými charakteristikami buněk zhoubných nádorů.

Mutace DNA, které způsobují přeměnu normálních buněk na buňky nádorové, nejsou libovolné. Postihují především dvě základní kategorie genů – onkogeny a nádorové supresory. Normální onkogeny (správně protoonkogeny)





kódují v našich buňkách důležité bílkoviny, jejichž úkolem je stimulovat buňky tkání k buněčnému dělení. Obrácená je úloha nádorových supresorů kódujících bílkoviny, které dělení buněk potlačují. Obě skupiny zároveň opačným způsobem ovlivňují i řízený zánik buněk (onkogeny jej potlačují, zatímco nádorové supresory stimuluji). Pro vznik nádorového onemocnění jsou proto podstatné aktivační mutace v onkogenech způsobující patologické zvýšení aktivity jimi kódovaných signálních bílkovin a naopak inaktivační mutace v nádorových supresorech vedoucí ke ztrátě normální funkce jejich bílkovinných produktů, které tak nejsou schopny brzdit růst nádorových buněk či aktivovat jejich zánik. Protože k nádorovým supresorům řadíme i geny, které kódují bílkoviny vykonávající opravy mutací genomové DNA, poškození těchto genů zvyšuje pravděpodobnost vzniku výše uvedených poruch DNA urychlujících vznik nádorového onemocnění.

Jestliže hovoříme o mutacích způsobujících vznik nádorových onemocnění, je nezbytné, abychom si uvědomili organizaci a strukturu naší genomové DNA (genomu). Ta se skládá z 22 párů chromozomů (dlouhých řetězců DNA) nepohlavních a jednoho páru pohlavních chromozomů (XX u žen a XY u mužů). Každý nepohlavní chromozóm (označovaný číslem 1–22) je tak v jádře všech buněk organismu zastoupen ve dvou kopiích. Každý ze dvojice chromozomů jsme zdědili od jednoho z rodičů. U velkého množství genů, včetně onkogenů a nádorových su-

presorů, jsou geny na obou párových chromozómech aktivní (jsou předlohou pro vznik jimi kódovaných bílkovin). Z výše uvedeného textu, kde jsme popisovali mutace vedoucí ke vzniku zhoubných nádorů, vyplývá, že zatímco pro vznik defektů v onkogenech stačí aktivační mutace jen v jedné kopii genu (druhá kopie je sice „normální“; nositelem pronádorového účinku je však vadná, hyperaktivní aktivační mutace postižené jedné kopie), vyřazení nádorových supresorů vyžaduje poškození genu v obou kopiích na příslušném chromozómu (při vyřazení jen jedné kopie genu zajišťuje funkci nádorového supresoru druhá, „normální“ kopie). Z tohoto důvodu jsou vrozené mutace onkogenů mimořádně vzácné (porušená aktivita genu by se projevila bezprostředně po vzniku jedince již v průběhu jeho embryonálního života), zatímco nosičství vrozené mutace v nádorových supresorech se neprojevuje do doby, než dojde vlivem náhodné mutace DNA v průběhu života k poruše funkce i druhé kopie genu.

Karcinom prsu můžeme, z pohledu genetických poruch DNA, rozdělit na dvě různá onemocnění, která se mohou částečně odlišovat i svým klinickým obrazem. S karcinomem prsu se setkáváme nejčastěji u žen bez zjevných dědičných změn v jejich DNA. Tento typ tzv. „sporadického“ karcinomu prsu tvoří více než 90 % případů onemocnění. Vzniká na základě poruch DNA vytvořených v průběhu života, které se nakupí v buňkách mléčné žlázy. U méně než 10 % žen je však onemocnění podmíněno nosičstvím vrozených mu-

tací (zděděných od jednoho z rodičů) v některém z genů, jejichž poruchy výrazně zvyšují riziko vzniku karcinomu prsu (tzv. nádorové predispoziční geny). Tyto případy se shrnují do skupiny tzv. „dědičných“ karcinomů prsu. Nosiči dědičných (nebo vrozených) mutací DNA mají poškozenou jednu kopii nádorového predispozičního genu (nádorového supresoru) ve všech jaderných buňkách v celém organismu. Přítomnost dědičné mutace významně zvyšuje pravděpodobnost vzniku nádorového onemocnění, protože u nosičů zárodečných mutací v jedné z kopií nádorového predispozičního genu postačuje k jeho iniciaci pouze porucha jediné další zdravé kopie nádorového supresoru, ke které s vysokou pravděpodobností může dojít v důsledku poruchy DNA v průběhu života. O vzácném karcinomu prsu u mužů je známo, že procento osob s dědičnou formou onemocnění je významně větší (20–30 % pacientů s karcinomem prsu).

Na první pohled by se zdálo, že necelých 10 % pacientek s dědičnou formou onemocnění je relativně malé číslo nevyžadující zvláštního zřetele. S ohledem na vysokou četnost karcinomu prsu je však tato podskupina pacientek přibližně stejně rozsáhlá jako celkový počet nemocných, u kterých je diagnostikována například leukémie. Mnohem závažnější je skutečnost, že nemocní s dědičnou formou karcinomu prsu se vyznačují některými neobvyklými charakteristikami onemocnění. Tyto zahrnují:

Vysoké celoživotní riziko vzniku karcinomu prsu (25–80 %, což je 3–6x více, než je tomu u obecné populace).

Časný vznik karcinomu prsu (typicky o 15–10 let dříve, než je tomu u sporadických onemocnění).

Zvýšené riziko oboustranného postižení prsu a recidivy onemocnění.

Zvýšené riziko vzniku dalších zhoubných nádorů (jako jsou nádory vaječníků či dělohy u žen; prostaty a prsu u mužů; nádory tlustého střeva nebo melanom).

Míra vyjádření uvedených charakteristik závisí na přítomnosti konkrétní genetické poruchy u nosiče mutace. Pro všechny dědičné formy karcinomu prsu však platí, že riziko přenosu genetické vloh pro vznik dědičného onemocnění na vlastní potomky je 50 %.

Na sklonku 20. století byly charakterizovány dva hlavní predispoziční geny pro vznik dědičné formy karcinomu prsu BRCA1 a BRCA2. Od té doby – zvláště v posledním desetiletí – bylo nalezeno několik desítek dalších genů, jejichž vrozené poruchy riziko vzniku karcinomu prsu zvyšují. Výjimečnost a důležitost genů BRCA1 a BRCA2 při vzniku dědičných forem karcinomu prsu spočívá ve skutečnosti, že jejich mutace způsobují vysoké celoživotní riziko vzniku onemocnění a u osob s dědičnými formami onemocnění se vyskytují z mutací všech predispozičních genů nejčastěji (v české populaci převládá výskyt mutací v genu BRCA1, které je možné nalézt u přibližně 3 % všech patientek s karcinomem prsu). Dědičné mutace postihující geny BRCA1 a BRCA2 jsou poměrně dobře popsány, protože od objevu obou genů byly provedeny miliony genetických vyšetření v různých populacích světa, při kterých bylo nalezeno několik set tisíc nosičů těchto variant. To umožnilo zevrubně popsat rizika vzniku onkologických onemocnění a charakteristiky projevu dědičných forem karcinomu prsu v postižených rodinách. U nosiček mutací v genu BRCA1 je prokázáno, že pravděpodobnost vzniku karcinomu prsu během jejich života dosahuje až 80 %, onemocnění se obvykle projevuje ve významně nižším věku (nežádka před 40. rokem) a jsou známy i specifické biologické charakteristiky těchto nádorů. U nosičů mutací v genu BRCA1 jsou rovněž dobře zdokumentována rizika vzniku dalších nádorových onemocnění (jako je vysoké celoživotní riziko vzniku karcinomu vaječníků a dělohy u žen, karcinomu prostaty u mužů a u obou pohlaví pak zvýšené riziko vzniku zhoubných nádorů tlustého střeva a slinivky). Podobně jsou charakterizována rizika vzniku nádorových onemocnění u nosičů mutací v genu BRCA2, který – kromě dominantního vysokého celoživotního rizika vzniku karcinomu prsu u žen a zvýšeného (ale v porovnání s BRCA1 nižšího) rizika vzniku karcinomu vaječníků – významně zvyšuje i např. riziko vzniku karcinomu prsu u mužů.

V porovnání s mutacemi genů BRCA1 a BRCA2 jsou poruchy dalších predispozičních genů (TP53, PTEN, PALB2, CHEK2, a řada dalších, které byly ob-

jeveny jen před několika málo lety) řádově méně časté, což znamená, že množství nalezených nosičů mutací je mnohem nižší. Nedostatečný počet doposud identifikovaných nosičů mutací především v „nových“ predispozičních genech zatím mnohdy neumožňuje přesné vyhodnocení míry rizika vzniku nádorového onemocnění, což v současné době komplikuje jasnou klinickou interpretaci nálezů genetických vyšetření.

V předchozím textu jsme zmínili, že pacientky s dědičnými formami karcinomu prsu se vyznačují některými charakteristikami, o kterých je nezbytné uvažovat při rozhodování o účinné prevenci, časné diagnostice nádorového onemocnění nebo optimální léčbě. Prvotním úkolem je nalezení genetické poruchy pomocí genetických analýz. Tato laboratorní vyšetření sloužící pro nalezení dědičné mutace v DNA byla do nedávné doby prováděna komplikovanými a technicky i časově náročnými postupy analýzy jednotlivých predispozičních genů. Správné provedení analýzy nádorové predispozice u vysoce rizikové osoby bez předchozí identifikace příčinné zárodečné mutace vždy zahrnuje úplnou analýzu celého predispozičního genu (nebo i několika genů). Vyšetření pouze několika vybraných mutací u indikované osoby je zcela nevhodným přístupem, obzvláště v případě negativního výsledku (nenalezení příčinné mutace). V posledních letech se diagnostika nádorové predispozice přesunuje od vyšetření jednotlivých genů k vyšetřením celých geno-

vých sad (tzv. genových panelů), které jsou umožněny prudkým pokrokem vysokokapacitních diagnostických metod umožňujících čtení rozsáhlých oblastí vyšetřovaného genomu v reálném čase a za ekonomicky snesitelných nákladů. Přesto je diagnostika podstaty dědičné predispozice k nádorovému onemocnění, vyžadující specializované laboratorní postupy, poměrně nákladná a není ji možno provádět jako rutinní vyšetření u všech nemocných s karcinomem prsu. O indikaci ke genetickému vyšetření by měl rozhodovat klinický genetik obvykle ve spolupráci s ostatními specialisty (především onkology a gynekology) na základě detailního rozboru přítomnosti nádorových onemocnění v rodině pacientky, charakteru a typu karcinomu prsu, věku nástupu onemocnění a dalších informací, které získá v průběhu genetické konzultace s pacientkou.

Po vyhodnocení všech okolností (indikacních kritérií) může klinický genetik doporučit provedení genetického vyšetření, které lze uskutečnit pouze se souhlasem vyšetřované osoby. Postavení klinického genetika v diagnostickém postupu je významné, protože zodpovídá rovněž za interpretaci výsledků genetických laboratorních analýz vyšetřované osobě a klinickým specialistům a v případě nalezení příčinné mutace v nádorovém predispozičním genu ve spolupráci s klientem navrhuje vyšetření příbuzných nosičů mutace.

V současné době není současný stav lékařské praxe schopen nabídnout



nosičům mutací v predispozičních genech přímou opravu jejich genetické poruchy. Záchyt karcinomu prsu a dalších nádorových onemocnění v časných stádiích je však rozhodujícím předpokladem pro jejich úspěšnou léčbu. Z tohoto důvodu je pacientkám s karcinomem prsu a jejich zdravým příbuzným s mutací nabídnuta účast ve specializovaných dispenzárních programech zahrnujících pravidelná vyšetření prsu s použitím vhodných zobrazovacích technik a vyšetření dalších orgánů z důvodů časného záchytu nádorových onemocnění asociovaných s konkrétními genetickými syndromy. Preventivní dispenzární programy by měly být prováděny pracovišti specializovanými na péči o nosiče mutací v nádorových predispozičních genech. V případě nosičství mutací v genech, které vykazují vysoké riziko vzniku karcinomu prsu nebo vaječníků (jako např. BRCA1 a BRCA2) je, po dosažení reprodukce, vhodné zvážení preventivního odstranění vaječníků s vejcovody a případně tkáně mléčné žlázy. Tato preventivní opatření jako jediná dramaticky snižují možnost vzniku onemocnění.

V předchozích odstavcích jsme uvedli základní biologické a klinické okolnosti, které by měly odůvodnit specializovanou péči o osoby s dědičnou formou karcinomu prsu. Z pohledu klinické medicíny se jedná o poměrně mladou problematiku, která stále prodělává intenzivní vývoj. Přes mnohé úspěchy, jako je identifikace predispozičních genů, na řadu otázek souvisejících s dědičnou podstatou vzniku karcinomu prsu lékařská praxe stále hledá jednoznačné odpovědi. Pro vyřešení mnoha z nich však je nezbytně zapotřebí nejen úsilí mnoha vědeckých i klinických pracovníků, ale rovněž spolupráce a pochopení pacientů a jejich rodin. Informace o nosičství mutací predispozičních genů u jednotlivých osob v postižených rodinách jsou základem pro dobrou charakteristiku projevů nalezených genetických změn u jednotlivých predispozičních genů. Přesná charakterizace projevů genetických změn je pak nezbytným předpokladem pro nastavení účinných preventivních opatření snižujících vysoký výskyt nádorových onemocnění u nosičů mutací.



K příjemnému odlehčení předchozích témat přispěl další pozvaný host, skvělý loutnísta a pedagog, pan **Rudolf Měřinský**.

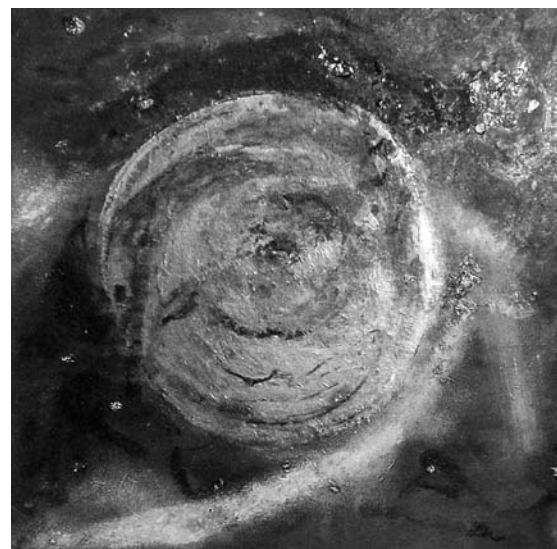
Na nádhernou barokní loutnu s 24 strunami hrál skladby Jiřího Vojtěcha Kalivody, téměř neznámého, byť skvělého hudebního skladatele. Jedna z mála informací, které o něm máme, je, že se zúčastnil svým podpisem 27. března 1713 založení Hudební akademie v Praze. Od r. 1713 do r. 1723 vyučoval Marii Annu z Valdštejna hře na loutně. Svita, kterou p. Měřinský zahrál, byla složena z několika skladeb a sklídila v sále velký potlesk.

Vypravěčské umění a neskutečné znalosti z historie předvedl přítomným hostům sněmu, stejně jako před rokem, pan **Petr Hora-Hořejš**.



1892 vystudoval českou lékařskou fakultu v Praze a roku 1895 se stal asistentem na Chirurgické klinice prof. Maydla v Praze. V roce 1901 habilitoval z patologie a terapie chirurgických chorob. Poté se stal přednostou kliniky a otevřel si vlastní praxi. V r. 1914 otevřel Pražské sanatorium v Podolí. V roce 1921

se stal řádným profesorem chirurgie a rentgenologie a prvním přednostou II. chirurgické kliniky Univerzity Karlovy. Je zakladatelem samostatné české rentgenologie a radiologie a léčebné rehabilitace. Prosazoval diagnostiku a léčbu pomocí Rentgenových paprsků při léčbě nádorů. V roce 1913 založil v Praze ústav pro tělesně postižené děti, který byl na jeho počest nazván Jedličkův ústav. Zemřel v roce 1926 na následky rentgenového záření. Po skončení poutavé přednášky následovala opět záplava dotazů z řad publika. Po závěrečném občerstvení nás čekal přesun do Planetária hl. m. Prahy k večernímu programu. Ve velkém sále Cosmorama jsme zhlédli neuvěřitelné představení Tajemný vesmír.



Druhý den Sněmu patřil zábavě a poučení, procházce po Praze a návštěvě kulturních památek. Letos si zájemci mohli vybrat mezi komentovanými prohlídkami Pražského hradu, Strahovského či Břevnovského kláštera nebo návštěvou skleníku Fata Morgana v Botanické zahradě v Troji. Účastníci jednotlivých vycházek obdrželi opět podrobné informace o historii a zajímavostech daného navštíveného objektu.

Děkujeme všem, kteří v jakékoli podobě přispěli k organizaci a úspěšnému průběhu celé náročné dvoudenní akce.

Věříme, že se účastníkům program líbil a že přátelská atmosféra pomohla k odpočinku a rozptýlení od každodenních starostí a problémů.

-red-



VÁNOČNÍ KONCERT

Ve středu 7. prosince se ve Velké aule Karolina uskutečnil tradiční vánoční koncert Ligy proti rakovině Praha. Pozvané hosty tentokrát přivítala ředitelka Ligy Iva Kurcová. Tak jako každý rok předcházela koncertem krátký ceremoniál udílení výroční ceny za vědeckou publikaci a ceny pro nejúspěšnější členskou organizaci v kategorii „Skokan roku“.

Adventním večerem nás provedl pan Jiří Klem. Následovalo vystoupení dámského kvartetu Ensemble grazioso, který nabídl pestrý pugét přívětivých, často známých, ba nesmrtelných opusů. V pěveckých partech vystoupila vynikající sopranistka paní Ludmila Vernerová, sólistka opery Národního divadla v Praze. K jednomu z nejstarších nástrojů světa, původně sumerskému, k hebké a snivé harfě, zasedla zkušená koncertní umělkyně paní Stania Ramešová. V souhře s dvěma smyčco-

vými nástroji, houslemi a violou všechny okouzлил rafinovaný souzvuk našeho nástrojového tria. Houslí se chopila paní Gabriela Kubátová, violy vedoucí souboru, členka orchestru Národního divadla paní Renata Macháčová.

Krásná hudba nás provedla celým adventním večerem a zaposlouchali jsme se do skladeb Pietra A. Locatelliho, W. A. Mozarta, Antonína Dvořáka, Jana Jakuba Ryby a dalších. Nechyběly ani verše Fráni Šrámka v podání Jiřího Klema.

FRÁŇA ŠRÁMEK / PROSINEC

Po sněhu půjdu čistém, bílém
hru v srdci zvonkovou.
Vánoční země je mým cílem.
Až hvězdy vyplovou,
tu budu blízko již. A budu ještě blíž,
až noční půjdu tmou.

Tu ztichnu tak, jak housle spící,
a malý, náhle, dětinný,
a v rukou žmole beranici,
včarován v ticho mýtiny,
tu budu blízko již. A budu ještě blíž,
svých slz, až přejdu bystřiny.

Mír ovane mne, jak by z chléva,
v němž vůl a oslík klímají,
světélka stříknou zprava, leva,
noc modrá vzlykne šalmají,
tu budu blízko již.
Ach, jsem tak blízko již,
snad pastýři mne poznají.

Na závěr slavnostního koncertu zazněly dvě půvabné české lidové pastorely Vánoční noc a Aj, radost velkou. V zaplněném auditoriu auly jsme prožili nádhernou atmosféru adventního období a na chvíli zapomněli na předvánoční shon.

Pavla Vancová





Zasaďte si semínko,
vypěstujte rostlinku,
sklid'te svoji léčivku
a potěšte své tělo
masťmi nebo čajem.



VĚDECKÁ CENA LIGY



Letošní cenu za významnou práci v oboru onkologie publikovanou v r. 2015 obdržela doc. **MUDr. Eva Zavadová, CSc. a kolektiv autorů** za monografii *Onkologická imunologie*.

Vážená paní docentko, obracím se na vás jako na laureátku letošní Vědecké ceny Ligy proti rakovině a dovolila bych si vás požádat o krátký rozhovor pro prosincové číslo ligového Zpravodaje.

Naše čtenáře určitě budou zajímat některé dotazy o vaši vydané knize, z vašeho oboru i o vás.

Jste hlavní autorkou publikace „Onkologická imunologie“, za kterou jste získala letošní ocenění Ligy. Kniha je společným dílem řady odborníků. Proč jste se rozhodla tuto knihu napsat a jak se vám s kolegy z ostatních oborů spolupracovalo?

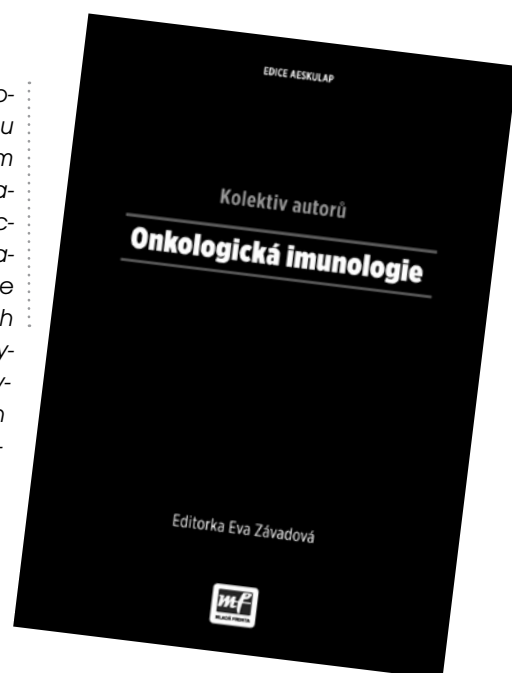
V současné době se v onkologii dostala do popředí zájmu imunoterapie. Po desetiletých snahy o zvládnutí imunitní odpovědi u nádorových procesů jsme nakonec přišli s tím, co by mohl být začátek úspěšného konce tohoto boje. Velkolepé efekty imunoterapie pomocí monoklonálních protilátek pravděpodobně vyléčí nádorové onemocnění mnoha pacientů v relativně krátké době. Imunoterapie má ve srovnání s klasickou onkologickou terapií své zvláštnosti – necílí totiž na buňky nádorové, ale snaží se aktivovat imunitní systém tak, aby aktivně nádorové buňky eliminoval. Efekt imunoterapie se dostavuje později, ale pokračuje i po vysazení, také nežádoucí účinky souvisí s aktivací imunitního systému – jedná se především o autoimunitně podmíněné nežádoucí účinky. Pro onkology je dia-

gnostika i léčba novou výzvou, a imunolog může být v této situaci významnou pomocí. Spolupráce mezi onkologem a imunologem je nutným předpokladem pro komplexní léčbu onkologických pacientů. S rozvojem imunoterapie bude klinický onkolog, který indikuje imunoterapii pomocí monoklonálních protilátek, tuto spolupráci stále více využívat a vyžadovat od imunologa vyjádření ohledně imunopatologických stavů u konkrétních onkologických pacientů. Imunolog by měl být schopen vyloučit nebo potvrdit jak autoimunitní

terén, tak případně další imunopatologii a dát onkologovi k dispozici jasný závěr. Z těchto důvodů jsme chtěli napsat knihu s tematikou onkologické imunologie, která by byla pomocí pro onkology a jejich vykonávající praxi. Ke knize přispělo mnoho významných specialistů – já děkuji všem spoluautorům za entuziasmus a nasazení, s nímž se věnovali přípravě této monografie, recenzentům prof. Milanu Bucovi a prof. Jindřichu Fínkovi za výtečné a fundované recenze, redaktorům za mravenčí práci při korekturách textu, sponzorům za podporu publikace. Obzvláště bych chtěla za nesmírnou podporu při vzniku knihy poděkovat prof. Terezii Fučíkové, která jako první iniciovala vznik specializované imunoonkologické ambulance v ČR, jakož i prof. Luboši Petruželkovi a doc. Bohuslavu Konopáskovi, kteří v každodenní praxi Onkologické kliniky 1. LF UK a VFN v Praze rozvíjejí spolupráci mezi onkology a imunology. Samozřejmě i všem dalším kolegům (onkologům, imunologům, patologům, farmakologům, radiačním onkologům, hematologům, chirurgům), kteří mezioborovou spolupráci podporují nejen v rámci sekce onkologické imunologie při České onkologické společnosti ČLS JEP a bez nichž by tato monografie nevznikla.

Nastala sezóna respiračních onemocnění a určitě nás zase potká každoroční období chřipek. Co považujete jako imunolog za nejlepší opatření k posílení imunity? A co byste radila rodičům dětí, které opakovaně a často nosí domů ze školy a školky všechny možné respirační infekce?

Hlavně dostatek odpočinku. Děti dnes často málo spí, do noci hrají na počíta-



či a nemají pravidelnou životosprávu, také málo sportují, a samozřejmě chybí i pobyt na čerstvém vzduchu a někdy i strava s dostatkem ovoce a zeleniny. Pro dospělé bych ještě dodala – snažit se odbourávat stres, pěstovat koníčky, sportovat, být v přírodě.

Jaký je váš názor na volně dostupné a reklamou doporučované nejrozličnější přípravky pro posílení imunity? Jak se v nabídce mnohdy hodně drahých léků či doplňků stravy může laik orientovat tak, aby se nenechal oklamat?

Většina populace žádné posílení imunity nepotřebuje, je proto dobře nepodléhat reklamě a snažit se spíše změnit životosprávu, někdy odpočinek udělá divy. Zavedla jsem pro své dětské pacienty dovolenou – děti si mohou za poleletí vybrat 3 dny volna na své přání bez toho, aby musely zdůvodňovat rodičům proč právě tento den.

Navíc bez imunologického alergologického vyšetření může být i zdravotním rizikem používání preparátů „posilujících imunitu“, a ve výsledku mohou tyto přípravky mít účinek i zcela opačný.

Co si myslíte o preventivním očkování dětí a co byste vzkázala rodičům, kteří radikálně očkování odmítají?

Snažíme se rodičům, které samozřejmě chtějí pro své děti to nejlepší, vysvětlit, že situaci je vždy dobré zvážit individuálně, a podat jim co nejvíce informací tak, aby své dítě nechtěně nepoškozovali. Neočkovat dítě znamená vystavit

ho riziku onemocnění, které může skončit neblahými důsledky.

Výraz „imunita“ si obvykle lidé vykládají pouze jako obranyschopnost vůči infekčním nemocem. Vy jste ale odborník přes imunitu nádorovou. Je v našich silách posílit si i svoji imunitu vůči zhoubným nádorům? Nebo jsme ohledně nádorů vydáni napospas svým genetickým vlohám a skrytým zevním škodlivinám?

Poruchy imunity ovlivňují účinnou protinádorovou obranu. Ta je závislá na dokonalé spolupráci (crosstalk) jednotlivých složek vrozené i adaptivní imunity. Tato vzájemná síť je narušena u jedinců s imunopatologickým terénem (opakované či chronické záněty, jako jsou např. atopie – alergie, autoimunitní choroby). Proto je důležité, aby jednotlivé poruchy imunity byly u onkologických pacientů odkryty a – pokud je to možné – také korigovány. Imunitní profil není konstantní, může se měnit ve prospěch i neprospěch nemocného, proto je u pacientů nutné dynamické sledování imunitní odpovědi. Zdá se

dokonce, že imunitní status pacienta bude doplňovat současnou TNM klasifikaci nádorů.

Většina lidí dnes už ví nebo alespoň tuší, co to jsou autoimunitní choroby, např. s roztroušenou sklerózou se ve svém okolí setkává řada lidí. Čím to, že jsou dnes choroby tohoto typu tak rozšířené? Je to tím, že imunitní systém současné populace je stále více narušen, nebo je to jen efekt lepší a přesnější diagnostiky?

Hlavně tím, ale také efektem lepší a přesnější diagnostiky, o těchto nemocech se daleko víc dnes informuje a lépe se diagnostikují, takže vzniká dojem, že jich je více.

Jak zasahuje vaše profese do soukromého života a máte čas i na jiné aktivity?

Musím říci, že v současné době je onkologická imunologie nesmírně zajímavým oborem, který se díky klinickým úspěchům imunoterapie nesmírně rozvíjí – onkologové se učí s imunoterapií zacházet, proto je nutné podporovat spolupráci mezi imunology a onkology. Na našem pracovišti (LFUK a VFN)

vznikla specializovaná imuno-onkologická poradna, ve které ambulují společně s onkologem, doc. Bohuslavem Konopáskem. Iniciovali jsme vznik sekce Onkologické imunologie, hodně se věnujeme edukační činnosti, přednáškám, výchově mediků i Ph.D. studentům a jsme za Českou republiku zapojeni i do celosvětového konsorcia Immunoscore (22 zemí převážně ze západní Evropy a USA, které prokazuje, že stav imunitního systému je důležitý i před zahájením jakékoliv onkologické terapie). Navíc jako klinický alergolog-imunolog ve své ambulanci praxi ošetřuji cca 1.400 nemocných.

Své profesi tedy věnuji hodně času, a musím poděkovat svému manželovi i dětem, že mne v mé práci podporují. Koníčky mám, neboť si myslím, že jsou nutnou součástí života a jsou i prevencí proti tzv. syndromu vyhoření, který v naší profesi hrozí. Ráda hraji tenis, lyžuji, cestuji, chodím na koncerty, do kina a divadla a jsem ráda v přírodě – na vodě, v lese i na zahradě.

Děkuji za rozhovor.
Zapsala Pavla Vancová

SKOKAN ROKU

Onkologický klub Návrat sdružuje ženy a muže z Nového Města na Moravě, Bystřice nad Pernštejnem a blízkého okolí, kteří prodělali léčbu rakoviny.

Vznikl v listopadu roku 2000 za podpory pár nadšenců udělat pro tyto lidičky něco správného.



K dnešnímu dni již čítá 51 členů, pod vedením předsedy Ing. Františka Havlíčka, kterého jsme si zvolili v roce 2007. Cílem činnosti je vytvářet podmínky pro zapojení všech členů do tělovýchovných, kulturních, relaxačních, poznávacích i jiných aktivit a tím navrácení do plnohodnotného života.

Scházíme se jedenkrát měsíčně v klubovně KD v Novém Městě na Moravě a jedenkrát ročně konáme výjezdní schůzi v Bystřici nad Pernštejnem.

Na schůzkách se členové rádi vídají, vyměňují si různé zážitky ze zájezdů, účastí v lázních, případně ozdravných pobytů. Také si rádi zazpíváme při harmonice či kytáře u příležitosti životních výročí našich členů.

Klub organizuje vlastní ozdravné pobyty, případně se členové účastní pobytů u jiných spolků, v neposlední řadě pořádaných Ligou proti rakovině Praha.

Také jezdíme na zájezdy za přírodními a kulturními památkami v České republice, chodíme do divadel.

Každý čtvrtek cvičíme zdravotní cvičení, některá děvčata navštěvují v úterý jógu a cvičení s plaváním v bazénu.

Na naše schůzky si vezme přednášející o zdravé výživě, cestování a představitelé města.

Musím se zmínit, že se podílíme na všech akcích pořádaných Ligou proti rakovině Praha, jejímiž jsme členy. Např. v letošním roce pomoci při organizování putovní výstavy Každý svého



zdraví strůjcem, každoročně při Českém dni proti rakovině prodejem kvítků měsíčku lékařského v našem regionu. V letošním roce se nám velice dařilo, získali jsme mnoho nových prodejců, ale i naše děvčata se zapojila ve vět-

ším počtu. Nemalý příspěvek nám poskytl manželé Špačkoví z Dobré Vody, kteří jsou členy našeho klubu a organizují prodej kvítků již mnoho let. Pravidelně se účastníme všech schůzí, sympozií a koncertů pořádaných Ligou.

Při našich setkáních si společně dodáváme sílu do dalšího života a toto vše pečlivě zaznamenáváme v naší kronice.

*Jarmila Burešová
jednatelka*

ZHODNOCENÍ REKONDIČNÍCH POBYTŮ REALIZOVANÝCH LIGOU V ROCE 2016

Letošní 23. ročník rekondičních pobytů se tradičně uskutečnil ve třech zařízeních, v sanatoriu Schönbach v Meziboří, v Nemocnici Na Pleši a ve Slatinných lázních Toušeň. Celkem naší nabídky využilo 163 účastníků, v loňském roce 153.



Rekondiční pobyty pořádá Liga proti rakovině v rámci dlouhodobé péče o onkologicky nemocné, umožňuje jim tělesné zlepšení s využitím řady rehabilitačních metod, psychickou podporu a relaxaci. Finanční příspěvek má

za cíl zajistit dostupnost této formy péče pro všechny.

Ubytování ve všech zařízeních je různorodé, na Pleši nyní v rámci hlavní budovy umožňuje stravování, ubytování a rehabilitaci také pod jednou střechou, vhodný je proto pobyt pro starší účastníky s přidruženými interními chorobami. Důležité a výhodné je zázemí zdravotnické péče. Velmi se osvědčuje i aktuální stanovisko praktického lékaře u starších žadatelů.

S úrovní stravování na Pleši je tradičně spokojenost, stravování se vylepšilo v Meziboří, věříme, že i v lázních Toušeň se strava postupně zpestří.

Na Pleši i v Toušeni se snažím o besedy spojené s informovaností o nádorech obecně, o sdělení nových poznatků v oboru onkologie, apelujeme na nejdůležitější kroky v rámci prevence zhoubných nádorů, jejichž výskyt trvale narůstá. Letos jsem se zaměřila na imunoterapii, která je výhledově nadějná pro různé druhy zhoubných nádorů a u melanomu, u kterého byly šance



léčby omezené, již s dobrými výsledky. Je proto potřeba stále zkoušet nové možnosti, jak informovat občany o všech aktivitách Ligy, a pacientům, kteří nevědí o možnostech rekondičních pobytů, dát kontakty na Ligu jim i rodinám.

Děkuji všem, kteří se podílejí na uskutečňování pobytů, všem, kteří dokáží zpříjemnit a naplnit našim účastníkům pěkně strávených 14 dní.

Děkuji za pochvalné dopisy i osobní díky účastníků, které jsou také propagací naší činnosti.

*MUDr. Alexandra Aschermannová
garant pobytů*

POBYT V TOUŠENI

Rekondice 14.–28. 9. t. r. ve Slatinných lázních Toušeň byla báječná. Počasí přímo ukázkové, celý pobyt jsme se s kamarádkou obešly bez bundy.

Každý den jsme dělaly procházky po okolí. Kratší kolem Labe a Jizery, ale i delší, na stadion Houštka, kde trénoval i Emil Zátopek. Navštívily jsme také Nový Vestec, Nehvizdy, Jirny a nedaleké Zápy. Samozřejmě také Čelákovice, Brandýs nad Labem i Starou Boleslav, kde vrcholily přípravy na Národní sva-



továclavskou pouť. Hodně se nám líbila zřícenina gotického hradu Jenštejn a bude ještě hezčí, až dokončí opravy a sundají lešení.

Také o kulturu bylo postaráno. Zhlédly jsme v pražském Divadle ABC představení V+W Revue, po němž následovala prohlídka divadelního zákulisí, a poté nás lázeňský řidič dovezl bezpečně zpět.

Všichni zaměstnanci lázní se o nás vzorně starali a za to jim všem patří dík.

Těšíme se na další rekondici, pokud nám bude dopřána.

Hana Machová



KONFERENCE V ČESKÉM KRUMLOVĚ



V Českém Krumlově byly ve dnech 20.–22. října pořádány již tradičně 23. Jihočeské onkologické dny.

Hlavním tématem byla diagnostika a léčba karcinomu plic, pohrudnice, plicních neuroendokrinních nádorů.

Konference se zúčastnili lékaři ze všech oborů, kteří se touto závažnou problematikou zabývají, pneumologové, onkologové, chirurgové, radiodiagnostici, radioterapeuti, patologové a řada dalších.

Výskyt rakoviny plic má stále stoupající tendenci, ročně umírá až 5 tisíc nemocných. Rentgenové snímkování nelze použít v běžném screeningu, tj.

vyhledávání časných stadií onemocnění, proto jsou většinou diagnostikovány až stavy pokročilé, které se nedají řešit operací a kterých je až 70 %. Probíhají odborné studie, které zkoušejí využít CT, tomografii s nízkým stupněm záření.

Několik přednášek se věnovalo využití zobrazovacích metod, CT tomografie, pozitronové tomografie, jejich kombinací, magnetické rezonance, za účelem zpřesnění rozsahu onemocnění, možné přítomnosti postižení lymfatických uzlin. Tato klasifikace je pak podkladem i pro léčebné rozhodnutí a prognózu onemocnění.

Opakovaně bylo předneseno, že nádory plic jsou dnes velká heterogenní skupina různých onemocnění, a je tedy nutné podrobné vyšetřování tkáně i z hlediska molekulární biologie. U nemocných s adenokarcinomem plic, jehož výskyt stoupá i u žen a nekuřáků, se již vyšetřuje přítomnost některých důležitých mutací a tato informace se pak využívá v cílené léčbě v klinické praxi. K dispozici je již několik cílených léčiv.

Z pohledu histopatologa je nádorů plic až 70 typů a kombinací, i když v praxi dosud používáme dělení na nemalobuněčné typy – dlaždicobuněčný a adenokarcinom a malobuněčné karcinomy.

Nádorové onemocnění pohrudnice, mesoteliom plesury, je také na vzestupu.

Je dáváno do souvislosti s rizikovým faktorem, azbestem, v 80 až 90 % případů jde o profesionální expozici. Je charakterizován kašlem, dušností, později přítomností výpotku v pohrudniční dutině. Postižení pleury je zpočátku místní, později difúzní, s metastázami v mízních uzlinách i dalších tkáních. Léčba je pokud možno operativní až po rozsáhlý výkon, podle stadia onemocnění lze zařadit chemoterapii, záření spíše proti bolesti. Zkouší se imunoterapie. V případě omezení tvorby pohrudnič-

ního výpotku, který nemocné velice zatěžuje punkcemi, pak aplikace talku k omezení jeho tvorby.

Řada přednášek byla věnována tzv. NET, neuroendokrinním nádorům, kam zahrnujeme různé typy karcinoidů s různou aktivitou růstu a podle této nádorové diferenciaci je i různý způsob léčby. Jedná se o operační řeše-

ní, chemoterapii kombinací cytostatik, u nádorů s funkční aktivitou se indukuje cílená biologická léčba.

V rámci konference byla opakovaně zdůrazněna potřeba časné diagnostiky plicních nádorů, rozhodování o algoritmu léčby v týmech odborníků, potřeba komplexní somatopsychologické péče.

Konference v Českém Krumlově se vydařila díky organizátorům z Komplexního onkologického centra České Budějovice, díky krásnému prostředí v zámecké jízdárně a úžasné atmosféře tohoto výjimečného města.

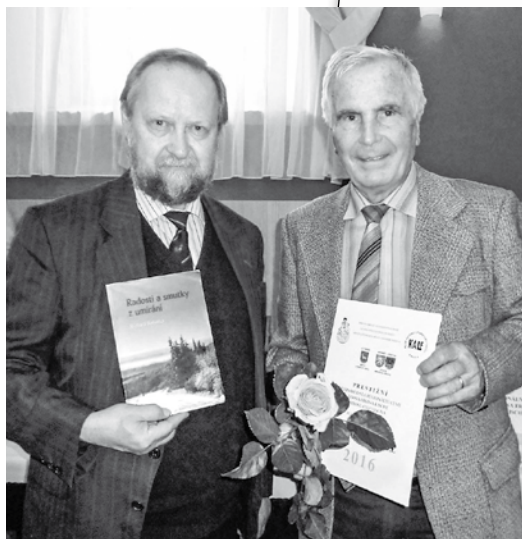
MUDr. Alexandra Aschermannová
členka výboru LPR Praha

PUBLIKACE LIGY ZÍSKALA VÝZNAMNÉ OCENĚNÍ

Letohrad, malebné městečko ležící v podhůří Orlických hor na řece Tiché Orlici, se již řadu let pyšní přívlastkem Město literatury faktu. Je to proto, že zde každoročně probíhá setkání členů Klubu autorů literatury faktu a udílení mezinárodních a regionálních prestižních cen Egona Ervína Kische. Bylo tomu tak i v letošním roce, ve dnech 21. a 22. září, kdy se slavnostní předávání těchto cen uskutečnilo v nově zrekonstruované renesanční tvrzí Orlice, nacházející se na okraji města Letohradu. Tradice udílení těchto cen sahá do doby před dvaceti pěti lety, jednalo se tedy již o XXV. ročník vyhlášení držitelů těchto cen. Ceny uděluje Správa odkazu Egona Ervína Kische, město Letohrad a Klub autorů literatury faktu (KALF) ve spolupráci se slovenským Klubem autorů literatury faktu. Pro Ligu proti rakovině Praha bylo letošní vyhlášení cen nadobytější významné, neboť Zvláštní cenu Egona Ervína Kische obdržela publikace Richarda Sobotky *Radosti a smutky z umírání*, kterou Liga vydala v nakladatelství Radix v roce 2015.

Richard Sobotka (*1935), významný moravský spisovatel, pocházející ze Zašové u Valašského Meziříčí a žijící v Rožnově pod Radhoštěm, je autorem více než 30 knižních publikací pro děti i dospělé, mnoha časopiseckých prací i řady rozhlasových děl. Ve své knize *Radosti a smutky z umírání* popisuje na základě vlastní prožitých zkušeností velmi poutavě a lidsky, jak se člověku změní život poté, co se dozví, že musí nečekaně podstoupit souboj se záľudnou nemocí, s rakovinou. Čtenář sleduje postupně jeho pocity od po-

čáteční beznaděje přes zahájení léčby, hospitalizaci, seznámení s moderními léčebnými metodami, každodenní péči lékařů a sestřiček, opakované dojíždění do nemocnice na vyšetření a kontroly až po vítězný závěr boje s rakovinou. S anotací



oceněných publikací bylo poměrně široké, zahrnovalo zejména práce historické, např. o Janu Masarykovi, Baťových závodech, pátrání po ztracených insigniích Univerzity Karlovy, ale i práce umělecko-historické a memoárové. Kromě Cen Egona Ervína Kische pořádá KALF i další literární soutěže, uděluje např. Ceny Miroslava Ivanova a Ceny Petra Jilemnického.

Město Letohrad se začalo podílet na předávání Cen Egona Ervína Kische již před více než deseti lety, kdy převzalo štafetu od moravského města Slavkova. Letohrad se až do roku 1950 jmenoval Kyšperk (původně Geiersberg), krátkou dobu nesl jméno Orličné (uvažovalo se i o názvu Stalínov), nakonec však zvítězil uměle vytvořený název Letohrad. V současné době má město přes 6.000 obyvatel a žije velmi bohatým kulturním a společenským životem. Letohrad je důležitým rivalem města Sušice v otázce prvenství výroby sirek na našem území, což dokládá expozice v Městském muzeu. Za zhlédnutí stojí i řada pamětihodností – raně barokní zámek, kostel

a rozsáhlou ukázkou z této knížky jste se mohli seznámit již ve třetím čísle Informačního zpravodaje Ligy proti rakovině Praha ze září roku 2015.

Slavnostního předání cen se kromě autora a zástupce Ligy proti rakovině Praha a nakladatelství Radix zúčastnili členové českého i slovenského Klubu autorů literatury faktu, řada novinářů, představitelé města Letohradu, ale též např. exprezident Václav Klaus, kterému byla udělena Mimořádná cena za jeho publikaci *Zápisky a postřehy z cest*, vydanou v roce 2015. Spektrum

sv. Václava ve stylu italského baroka, areál bývalého hospodářského dvora Nový dvůr s Muzeem řemesel, které je jedno z největších svého druhu v Evropě. Ve městě stojí i pomník Jára Cimrmana a je zde jeho ulička a malé muzeum, neboť Cimrman Letohrad navštívil v roce 1919 (nebo 1921).

Město Letohrad je hrdé i na své rodáky či obyvatele – narodil se zde Josef Körbel (otec Madeleine Albrightové), spisovatel Peter Jilemnický, sklonek života zde strávil a je tu pochován František Vladislav Hek (Jiráskův F. L. Věk), prázdniny zde občas trávil Alfons Mucha, zmínit je možno i moderátora Václava Moravce

či trojnásobného olympijského medailistu v biatlonu Ondřeje Moravce. Od letošního roku je tedy město Letohrad prostřednictvím oceněné knihy Richarda Sobotky Radosti a smutky z umírání spjato svým způsobem i s Ligou proti rakovině Praha.

PhDr. Milan Vondráček

NÁVŠTĚVA DIVADLA GONG

Raymond Carver a Tess Gallagherová

Motto:

„A dostals od života to, cos chtěl

– přesto přese všechno?“

„Ano.“

„A cos chtěl?“

„Vědět, že mě má někdo rád,

cítit, že jsem na tomto světě milován.“

Manželé Krausovi ani letos nezapomněli na sympatie spojené s Ligou proti rakovině a opět nám věnovali vstupenky na báječné představení. 6. října jsme díky jejich štědrosti navštívili společně s členkami klubu Alen a ŽAP Černou hodinku v divadle Gong. V uměleckém přednesu Ivany Krausové, Filipa Sychry a Davida Krause jsme v pořadu „Ozvěny touhy“ zavzpomínali na George Gershwinu, Paula Simona, Johna Lenona, Scotta Joplina, Vác-

DIVADLO GONG - MALÁ SCÉNA - 6. ŘÍJNA 2016 v 19.30 HODIN

ČERNÁ HODINKA

Ozvěny touhy

Vzpomínání na George Gershwinu, Paula Simona, Johna Lenona, Scotta Joplina, Václava Hraběte, Josefa Kainara a dalších hudbou a slovem

Šporkovo trio a hosté

Věra Vartová - housle, Karel Novotný - kytara, Jiří Krupička - violoncello
Hosté: Dagmar Altmanová - housle, Ivana Krausová, Filip Sychra a David Kraus - přednes

Počet míst v Malém sále je omezen. Rezervujte si prosím vstupenky v pokladně Divadla Gong - tel.: 266 311 629, 777 865 885

VSTUPNÉ 100 Kč

lava Hraběte, Josefa Kainara a další, hudbou a slovem. Večerem provázelo Šporkovo trio a jejich hosté.

Pořad se nám moc líbil, u stolečků se

svíčkami jsme prožili příjemný večer a krásně jsme se odreagovali od každodenního shonu.

Pavla Vancová

STOLETÉ VÝROČÍ OTEVŘENÍ SANATORIA NA PLEŠI



V letošním roce je tomu již sto let, kdy byla otevřena dnešní Nemocnice Na Pleši jako první lůžkové tuberkulózní sanatorium v českých zemích. Tuberkulóza byla koncem 19. stol. a začátkem 20. stol. nejzákeřnější onemocnění, umíral každý 7. člověk. Velice závažnou skutečností bylo, že se jednalo velice často o mladé lidi bez ohledu na úroveň jejich životních sociálních podmínek.

V r. 1898 se čeští lékaři zúčastnili v Berlíně mezinárodního kongresu, zde byli inspirováni myšlenkou založení sanatorií jako formy boje proti tbc. Založili proto Spolek lékařů pro nemocné plicními chorobami, v čele stál prof. Emerich Maixner, výbor se skládal z významných lékařů a tuto myšlenku šířili do dalších českých měst.



Byl proto založen zvláštní finanční fond, byly tištěny letáky, plakáty, pořádány dobročinné akce, sbírky, loterie, bály, se kterými pomáhaly manželky lékařů a podporovatelky vzniku sanatoria.

Podstatným činem byl velkorysý dar pozemků 160 ha manžely Colloredo-Mansfeldovými v katastru Nová

Ves pod Pleší. V prosinci 1908 byl položen slavnostně základní kámen k výstavbě sanatoria a v roce 1912 byla stavba zahájena. Projekt a veškeré stavební práce byly svěřeny špičkovým odborníkům, na všechny činnosti byla vypsána výběrová řízení.

Již za čtyři roky, 2. února 1916, bylo sanatorium s velkou slávou otevřeno. Z Prahy byl vypraven zvláštní vlak s odborníky, politiky, čestnými hosty. Tato událost byla široce prezentována tiskem, byly vydány pamětní známky a pohlednice. Doprava do sanatoria byla zajišťována kočáry od mníšecké železniční stanice. V dalších letech sanatorium navštívilo podle zdrojů kroniky mnoho zahraničních hostů, v roce 1922 sám prezident T. G. Masaryk.

Sanatorium sestávalo z velkorysé, 250m dlouhé hlavní léčebné budovy s barokními prvky, byla zde hospodářská stavení, rozsáhlá parková úprava. Celkové pojetí sanatoria bylo velice moderní a nadčasové.

V hlavní léčebné budově byly a jsou dosud pokoje pro nemocné s okny k jihu, byly zde denní místnosti pro nemocné i personál, hovorny, knihovny, čítárny. Kryté lehárny byly využívány pro pobyt pacientů na čerstvém vzduchu. Při dlouhodobých pobytech pacienti sami hráli v divadle divadelní hry za účelem zlepšení psychiky, v budově byla krásná kaple Srdce Páně. K dispozici byla lékárna, operační sál, laboratoř, rentgen, inhalatorium, do-

konce pitevna. V hospodářských objektech pak parní prádelna, mandlovna, výroba destilační vody, dezinfekce prádla, ale i celých lůžek pacientů. Sanatorium využívalo vlastní zdroj vody, byla zde odpadová čistící stanice. Kuchyňský trakt s chladírnou, velkou jídelnou, kde se jídlo



servírovalo na mísách, protože dobrá výživa byla součástí konzervativní léčby. Do kuchyně byla dodávána drobná zvěř, ovoce, zelenina z vlastního pěstování.

Prvními pacienty sanatoria Na Pleši byli vojáci z 1. světové války, zdravotní péči poskytovaly sestry řádu Milosrdných šedých sester, první ředitel byl Rudolf Eiselt, do historie se zapsal doc. Svatopluk Basař jako renomovaná osobnost.

Z počátku provozu sanatoria byla péče o nemocné pouze na konzervativní úrovni, sestávala z pobytu na čerstvém vzduchu, inhalací, odpočinku, otužování, kvalitní stravy.

Původce tuberkulózy, bakterie, byla objevena v r. 1882 německým lékařem Robertem Kochem, ale léky na tuberkulózu byly vyvinuty až ve 40. letech 20. stol., první úspěchy streptomycinu přišly po r. 1943. Další skupina antituberkulotik do klinické praxe vstupovala postupně v dalších letech.

Přesto byl pobyt nemocných v sanatoriu dlouhodobý, záleželo na zvládnutí infekce a rozsahu plicního postižení.

V 60. až 80. letech 20. století nastal rozvoj oboru péče o nemocné plicními chorobami a současně došlo k rozvoji celého ústavu. Byli přijímáni nemocní se všemi typy plicního onemocnění, nejen s tuberkulózou. Byla rozšířena operativa plic i mimoplicních onemocnění, otevřena jednotka péče o chronickou dechovou nedostateč-

nost. Výraznými osobnostmi byli prim. S. Antoš, zkušený internista, hrudní chirurg doc. J. Kropáček, MUDr. A. Krám a řada dalších lékařů.

Protože ústav na Pleši byl vždy nadregionálním zařízením, byly z nedostatku lůžkové kapacity v Praze v r. 1982 v ústavu otevřeny tři lůžkové stanice – 90 lůžek pro nemocné se všemi typy zhoubných nádorů, a tak započalo budování oboru klinické onkologie a poté i radioterapie.

Po roce 1990 se ústav postupně řadu let rekonstruoval, dnes je onkologické pracoviště komplexní, má část lůžkovou i ambulantní, poskytuje výuku studentům medicíny 1. lékařské fakulty, má certifikaci Evropské onkologické společnosti, modernizuje radioterapii s lineárním urychlovačem, připravuje otevření paliativní jednotky.

Na Pleši přes 20 let probíhají rekondiční rehabilitační pobyty pro nemocné po ukončení onkologické léčby. Tyto přinášejí pacientům zlepšení kvality jejich života. Významným krokem v další profilaci ústavu po roce 1990, bylo zavedení zcela nového oboru léčebné rehabilitace, v té době oboru na počátcích svého budoucího obrovského rozvoje. Tento obor je v současné době schopen poskytovat péči lůžkovou, ambulantní, má k dispozici vodoléčbu s bazénem, za účelem zvýšených požadavků byla lůžková kapacita rozšířena do rekonstruovaných objektů vily a pavilonu.

V dnešní soukromé Nemocnici Na Pleši je zajištěna také kvalitní sociální péče, je zde nutriční poradenství, řada specializovaných ambulancí, laboratoře, lékárna, v areálu malý obchod a kavárnička, místnosti pro pacienty byly doplněny televizory, vše pro větší pohodlí a komfort pacientů a jejich rodin.

Ohlédneme-li se do historie sanatoria, i do nedaleké minulosti, a zároveň současnosti, je v popředí snaha všech zdravotnických i nezdravotnických pracovníků být přátelským prostředím a současně zajistit profesionální péči. Poděkování patří všem, kteří se zasluožili o rozvoj Pleše jako kvalitního zdravotnického zařízení a o jeho dobré jméno.

MUDr. Alexandra Aschermannová
členka výboru LPR Praha

ZE ŽIVOTA ČLENSKÝCH ORGANIZACÍ



Podzimní seminář pro ženy po ablaci prsu a rodinné příslušníky

Ve dnech 6.–9. října se 15 ŽAPek a 13 rodinných příslušníků zúčastnilo semináře v Malé Skále – perle Českého ráje. Televizní „rosničky“ sice předpovídaly pro celou republiku ochlazení a déšť, ale nás to nezaskočilo! Vždyť s námi jeli i muži, kteří se osvědčili pro pomoc s kufry i s dobrou náladou.

Počasí se naštěstí umoudřilo, a tak jsme hned po dopoledním příjezdu vyrazili na obhlídku nejbližšího okolí, kolem Jizery a dlouhého splavu, upravených roubenek s okny vyzdobenými květinami a se zahradami plnými jabloní s vybarvenými jablky a samozřejmě s výhledy na vsudypřítomné skály. Odpolední společná vycházka na zříceninu hradu Frýdštejn byla fyzicky poněkud náročná a někteří ji vzdali, ale kdo došel, byl nadšen! Kulatá věž hradu nás lákala už z dálky, ale zblízka nás hrad překvapil zejména svým výškovým uspořádáním, místnostmi vykutanými přímo ve skále, rozlehlou černou kuchyní apod. Zpáteční cesta po hřebeni na Pantheon nebyla moc pohodlná, ale užili jsme si krásnou přírodu a čerstvý vzduch.

První den jsme ukončili společným posezením, vědomostními kvízy (některé nám daly dost zabrat) a povídáním. Druhý den pobytu byl ukázkovým dnem rekondičních pobytů (hlavně pro rodinné příslušníky). Začal tradiční

ranní rozcvičkou pod vedením Jarky Petrové za poněkud ztížených podmínek – lepší prostor než ulice vedle hotelu se nikde poblíž nevyskytoval. Zato oblíbené cvičení s gumou a pozdější skvělá relaxace s hudbou a hlasem naší Dany Hybšové nám velice přišly vhod!

Po obědě jsme vyrazili vlakem do Dolánek na Dlaskův statek. Sluníčko nám svítilo, paní průvodkyně nás zajímavě seznámila s historií statku i jeho obyvateli a my jsme si při procházení objektu uvědomovali, s kterými krajovými zvyklostmi jsme se ještě nikde nesešli a co nám naopak připomenulo naše mládí. Po dobrém káfičku a nákupu drobných dáreků vyrazilo pět žen na cyklostezku, abychom se do hotelu vrátily pěšky. Ostatní použili opět vlak.

Po návratu nás naše členka Mgr. Jarka Petrová a promovaná psycholožka Zuzka Nemčíková pozvaly na besedu s názvem „Mezilidské vztahy a nádorové onemocnění“ a po večeri se Mgr. Petrová ujala tématu edukace. Některé z nás se opakovaně účastní různých akcí, kde samy učí zájemce samovyšetření, ale zde u videa způsobeného mladým lidem jsme si všichni (zvláště rodinní příslušníci) ještě více uvědomili, jak je edukace záslužná a potřebná činnost. Byl to hezký den.

V sobotu nás navštívila vrchní sestra Bc. Blanka Suchá s přednáškou „Lymfatické otoky“. Přiblížila nám zejména současnou situaci a zodpověděla

spoustu dotazů. Toto téma je stále mezi námi živé.

Odpoledne jsme společně vyrazili na poznávací vycházku v Malé Skále směr zámek, kostelík u zámku a starý hřbitov. Tentokrát nás vedla Sváťa Melicharová, která zde žije, a tak nás zasvěceně informovala o historii zámku (nyní v rekonstrukci), zavedla nás na lesní hřbitůvek, kde odpočívá místní panstvo, ale i spisovatelka Jarmila Glazarová, a do obnovené kaple sv. Vavřince, kterou vyzdobilo několik renomovaných umělců. Místní pamětnice paní Pánková nás poutavě seznámila s historií. Úžasná stará paní!

Den pokračoval odpolední besedou s MUDr. Marií Tomečkovou na téma „Prevence onemocnění srdce a léčba“. Paní doktorka nám poté trpělivě zodpověděla všechny dotazy, což se nám často při návštěvě lékaře nepovede, a bylo jich opravdu dost.



Probíraná témata byla velkým přínosem pro naše rodinné příslušníky, protože jim dala nahlédnout nejen do fyzických problémů spojených s operací a následnou léčbou, ale především s psychickými traumaty, které toto onemocnění přináší.

A večer? Poslední večer byl slavnostní (s přípitkem, malým dortíkem a hodnocením) i veselý (prý „antistresové omalovánky“ – mně teda daly zabrat!) a nakonec došlo k vyhlášení vítězů vědomostních kvízů a předání diplomů. Pobyt maličko pokazily problémy s topením na některých pokojích, ale jinak jsme se shodli, že seminář splnil svůj účel a spokojeni byli všichni.

Děkujeme Lize proti rakovině za finanční podporu, bez které bychom těžko získaly k účasti tolik rodinných příslušníků. Protože hlavně pro ty byl program semináře určen.

Zapsala Anička Burdová pod dohledem svého muže



Výlet do Vídně

11. října jsme se vydali naším oblíbeným autobusem do hlavního města Rakouska, do dvoumilionové Vídně. Začali jsme Hundertwasserovými domy na ulici Kegelgasse. Počasí nám nepřálo, jemně přšelo, a tak jsme s deštníky korzovali okolo, fotografovali, zašli do prodejny, kde jsme si prohlédli suvenýry, pohledy, kalendáře, hrnečky nejen s Hundertwasserovými, ale i s náměty jiných umělců. Kdo byl Friedensreich Hundertwasser? Významný rakouský umělec, architekt, malíř a grafik, podle něhož jsou ve Vídni postaveny 4 budovy – nejznámější je teplárna Spittelau. Žil v letech 1928 až 2000, pocházel ze židovské rodiny. Inspiroval se secesí, představovanou Gustavem Klimtem a Egonem Schielem. Je známý svými barevnými, trochu bláznivými budovami v Rakousku, Německu i v Japonsku. Sám žil podivný život, oblékal se jako chudás, žil ve špatných podmínkách. Propagoval teorii, že člověk nepotřebuje peníze, užívá se tím, co najde v přírodě, má užít každou věškerý odpad, který vyprodukuje. Oděv a obuv si sám vyráběl a vyvolával tím pozdvižení. Toto vše svědčilo o jeho excentrismu. Sestrojil si loď Regentag, na ní se plavil. Smrt – srdeční infarkt – ho zastihla na lodi v Tichém oceánu, blízko Nového Zélandu, kde ke konci života žil. V této zemi je pochován.

Další zastávka byla na malém vršku u románského kostela sv. Ruprechta, velmi starého, ale zachovalého svatostánku. Zde byla vybudována v počátku nového věku římská vojenská pevnost zvaná Vindobona. Sem také přijel římský vojevůdce Marcus Aurelius, ale zastihla ho tu smrt v roce 180. Toto místo je počátkem budování města Vídně, okolo se musely vysušit močály. Přes Židovskou uličku se synagogou a dalšími významnými domy jsme se dostali na náměstí HoherMarkt, kde býval střed římské pevnosti. U paláce Anker se nachází vídeňský orloj, pod kterým jsou uvedeny významné osobnosti, ukazující se každou hodinu na orloji a dole na desce jsou jejich nacionále. Kolem dómu sv. Štěpána přes KärntnerStrasse jsme došli na náměstíčko NeuerMarkt s obrovskou kašnou DonnerBrunnen (1739), kde jsou



alegorie řek Traun, Enns, Ybbs a Moravy. Morava drží nádobu s vínem. V kapucínském kostele jsme měli zajištěnou prohlídku hrobky Habsburků. Toto pietní místo je přehlídkou drahých kovových rakví s ostatky Habsburků, od zakladatelů císaře Matyáše a jeho manželky Anny (oba uloženi 1633) přes Marii Terezií, Franze Josefa I. (1830–1916) a jeho ženu Elizabeth, zvanou Sisi, až po císařovnu Žitu, poslední skutečnou královnu českou (1882–1989) a jejího syna Otta von Habsburg (1912–2011). V hrobce je dosud pochováno 146 příslušníků habsbursko-lotrinské dynastie. Podrobná prohlídka nám trvala asi hodinu.

Abychom nepodlehli pesimistické náladě, zašli jsme po této návštěvě na malé občerstvení či procházku. Vídeňské restaurace jsou příjemné, pro nás trochu dražší, ale výlet je výlet, takže jsme nešetřili. Ještě předtím jsme stačili zajít do Stephansdómu, abychom obdivovali gotický skvost města. Skutečná nádhera a stojí za to se jí hluboce poklonit. Na věž, vysokou 136 m, jsme se kvůli špatnému počasí a také drahému vstupu (5,50 eur) nevydali. Střešní tašky jsou vyrobeny u nás, a to v Poštorné u Břeclavi. Někteřím účastníkům se podařilo vyslechnout ve Stephansdómu koncert s velkým sborem.

Po obědě jsme se vydali do císařského hradu Hofburg. Tam jsme po pečlivé

kontrolě dřívější registrace a uhrazení poplatku obdrželi přístroje s namluveným českým výkladem k vystavovaným památkám. S ním jsme se samostatně pohybovali a mohli se věnovat jednotlivým exponátům. V první části jsme zhlédli ve Stříbrné komnatě servisní vybavení habsburské královské domácnosti od měděných, stříbrných a zlatých nádob přes porcelánové, stříbrné a zlaté talíře, hrnky a další potřeby až po přílbory a jiné kuchyňské a servisní náčiní. Úžasná sbírka je velkým bohatstvím. Zajímavé byly přílbory císařovny Marie Terezie, vše ve zlatě, a nikdo jiný je nesměl používat. Sbírkou by byla ještě větší, kdyby nedošlo k roztavení stříbrných a zlatých nádob v období napoleonských válek z důvodu finančních potřeb. V obytných císařských apartmánech jsme se seznámili s životem Franze Josefa I. a jeho manželky Sisi od začátku do jejího tragického konce, kdy byla v Ženevě usmrcena bodnutím pilníkem do hrudi. Tato prohlídka byla dlouhá a nás bolely už nohy, ale chtěli jsme vše vidět a slyšet. Unavení jsme se vypořádali z Hofburgu. Prošli jsme obě hradní náměstí s ústředními sochami arcivévodů Karla a prince Evžena Savojského. V zámecké zahradě jsme viděli sochy W. A. Mozarta, Františka Štěpána a Františka Josefa I., na náměstí Marie Terezie sochu této panovnice,

kde jsme se vyfotografovali a tím náš výlet ukončili. Přivolali jsme autobus, rychle nastoupili a vypravili se domů do Brna. Cestou středem města nás pan průvodce upozornil mj. na mořské akvárium v jednom z vysokých betonových bunkrů, postavených za druhé světové války, zahlédli jsme barokní kostel sv. Karla Boromejského – největší skvost baroka v Rakousku. Tato poslední letošní akce byla dobrou tečkou!

*Jana Strnadová
Karel Pažourek
Klub stomiků Brno*

Zářijový týden v Mariánských Lázních

Příjemné pozdně letní ráno, účastníci rekondice se shromažďují na parkovišti Roger u OD Tesco. V dobré náladě se těší na týden, který je čeká v Mariánských Lázních. První skupina mimobrněnských účastníků nastupuje na Zvonáře a po nástupu do našeho oblíbeného autobusu s vynikajícím řidičem Jirkou uháníme po dálnici D1. Dálnice je mírně ucpaná, ale jedeme. Na 157,5km D1 řidič oznamuje poruchu čerpání nafty do motoru, všichni musí z autobusu vystoupit a řidič se snaží poruchu opravit. Je povolán „dálničnický anděl“, porucha je opravena a po prodlení cca 1 hod. pokračujeme opět po D1, se zastávkami na ČSOMV u Jihlavy a na nádraží ČSAD v Humpolci, kde jsme nabrali další tři účastníky. Technickou zastávku využili všichni též jako zdravotní, a tak další zastávka je až ve 13.30 hod. na benzince za Prahou. Cílem dnešního dne jsou zříceniny hradů Žebrák a Točnick za Berounem. Hrad Žebrák je zřícenina. Hrad Točnick dal vystavět v kolem roku 1400 král Václav IV. jako své soukromé sídlo a místo důležitých státních jednání. Sympatický kastelán nás seznámil s historií obou hradů a svůj výklad prokládal historkami o jejich opravě. Na Točnicku jsou také dva hnědí medvědi, husy, králíci a kočka. Na hrad Točnick vede úzká kamenitá silnice, ale náš řidič Jirka ji zvládl bravurně. Pokračovali jsme dále po dálnici až do Mariánských Lázní k našemu Schlosshotelu, kam jsme přijeli v 18.30 hod. Po dobré večeři jsme se ubytovali. Hotel stojí na okraji Mariánských Lázní, část Velká Hleďsebe, byl vybu-

dován v roce 1993 v klasicistním stylu. Hotel zajišťuje pro své hosty pohodlné ubytování ve 2lůžkových pokojích se sociálním zařízením. Součástí hotelu je i balneo provoz s minerálním pramenem.

V úterý po ranní rozcvičce, která byla každý den a vedla ji zkušená cvičitelka Majka Mazačová, a po dobré snídani jsme po 9 hod. odjeli na zámek Kynžvart. Je to jeden z našich nejvyhledávanějších zámků a kolem roku 1833 byl upraven do dnešní podoby pro potřeby kancléře Metternicha. Průvodkyně nás provedla zámekem, je zde velká knihovna a zachovalé a krásné interiéry. Po prohlídce zámku jsme si udělali příjemnou procházku rezervací Kladská. Vrátili jsme se do hotelu na oběd a odpoledne se vydali do Mariánských Lázní na prohlídku. Na kolonádě jsme se zastavili u Zpívající fontány, postavené v roce 1986, poslechli krásnou hudbu z Verdiho Nabucca a obdivovali kouzlo vodotrysků, prostě nádhera. Mariánské Lázně založili premonstráti z kláštera v Teplé v r. 1812 – klášterní lékař dr. Václav Nehr a opat kláštera K. K. Reitenberger. Močálovitou krajinu proměnil v nádherný park umělecký zahradník Václav Skalník. Dnes vyvěrá v Mariánských Lázních na

40 minerálních pramenů. Od pavilonu Křížového pramene vede novobarokní litinová kolonáda z r. 1889 až k prameni Rudolfovu. Navečer přijel za námi na návštěvu MUDr. Karel Tyrpekl z Chebu, chirurg a hlavní aktér chebského klubu. Přednášel a promítal novinky v péči o stomii, připomněl nové knihy pro stomiky, pohovořil o aktivitě Českého Ilco. Byl to přínosný večer a my MUDr. Karlu Tyrpeklovi velmi děkujeme. Po večeři jsme zpívali za doprovodu harmoniky Lojíka Kunorzy. Středeční ráno bylo opět slunečné a teplé a my dle plánu po 9 hod. odjeli na prohlídku zámku Bečov nad Teplou. Půvabné město s dominantou hradu a zámku bylo obohaceno o cenný románský relikvíř sv. Maura, nalezený v r. 1985. Je to nejceněnější věc u nás hned po korunovačních klenotech a má nevyčísitelnou hodnotu. Relikviář je přísně střežen, museli jsme dokonce vypnout mobilní telefony. Je to velký zážitek, tento skvost vidět na vlastní oči, průvodkyně nám ochotně ukázala vzácné kameje a výzdobu relikvíře. Ve městě jsme si prohlédli i kostel sv. Jiří, radnici a hrázděné domy. Většina z nás navštívila dobrou cukrárnu a po občerstvení jsme se vrátili do hotelu na oběd. Odpoledne ně-



kteří z nás opět zajeli do Mariánských Lázní. Po dobré kávě na kolonádě jsme zašli k lesnímu prameni, kolem lázeňského domu Svoboda, ve kterém bydlel při návštěvě lázní vždy herec Miroslav Horníček. Na fasádě je jeho busta. Po večeři následoval „mašličkový večírek“ za doprovodu živé hudby. Všichni účastníci měli mašličky různě umístěné na společenském oblečení. Tancovalo se a všichni se dobře bavili. Zpestřením večírku byla taneční vložka, tanec koček z muzikálu Cats, který zatančily Miluška s Martou.

Ve čtvrtek po snídani jsme odjeli do Konstantinových Lázní a lázní Teplá. Konstantinovy Lázně s Prusíkovým pramenem byly založeny r. 1875 a léčí se zde srdeční a cévní choroby. Prošli jsme se upraveným parkem, ochutnali železitý pramen a navštívili kostel p. M. Lurdské. Cesta pokračovala do kláštera v Teplé, který obývají premonstráti. Průvodkyně nás seznámila s historií kláštera a po prohlídce barokních sálů podle K. Dientzenhofera jsme si prohlédli i klášterní kostel Zvěstování p. Marie. Odpoledne jsme věnovali opět prohlídce Mariánských Lázní. Po večeři přišel čas na večírek na téma „lázeňský švihák a šviháčka“ za doprovodu živé hudby. Následoval rej masek, tanec, převlečení za modely první republiky a co kdo doma měl. Vrcholem večírku byla návštěva dvou sester z řádu DOMINICUS-STOMICUS, které rozdávaly rady, smíření a léčivé bylinky z klášterní zahrady. Sestry Jana a Alena předčily všechna naše očekávání! Všichni se vesele bavili, tančili a zpívali. Večírek se velmi vydařil a museli jsme jej prodloužit do 23. hodiny.

V pátek nás potěšilo počasí opět slunečné a příjemné a my odjeli na doporučení MUDr. Tyrpenkla do Německa, města Waldsassen, navštívit baziliku minor z r. 1704. Škoda, že je v současné době v rozsáhlé rekonstrukci, a tak prohlídka byla omezená. Po tomto obhlédnutí baziliky i města jsme pokračovali na Starý Hrozňatov u Chebu a navštívili Mario Loretu, kterou vystavěli v r. 1689 chebští jezuité. Svatá chýše na kopci nad obcí je obklopena ambity, zvonící a kostelem sv. Ducha. Je to oblíbené poutní místo pro katolíky z Česka i z Německa. Odpoledne jsme zavítali opět do Mariánských Lázní, tentokrát k hotelu Krakonoš, nad

městem. Dobrá káva a prohlídka dřevěných soch s pohádkovými motivy v okolí hotelu byla příjemná. Pěší procházka na kolonádu, kde jsme si poslechli Zpívající fontánu. Po večeři nás sledovala prezentace firmy WELAND, dále kulturní vložka zástupkyně firmy a tanečnic na píseň Včelka Mája. Maruška za námi přijela z daleké Moravy a ještě v noci se vracela se svými kolegyněmi do Brna. Moc děkujeme! Účastníci rekondice byli po 2 absolvovaných večírcích trochu unaveni, moc už netančili, jen sledovali rej na parкетě. Večer a v noci byla bouřka, začalo pršet a déšť vydržel celou noc.

Sobota ráno je deštivé, po snídani odjíždíme na přehradu Skalka a Jesenice. Vodní nádrž Skalka je na řece Ohři, plní funkce protipovodňové ochrany města Cheb a slouží také k rekreaci. Vodní nádrž Jesenice je přehrada z roku 1961 na řece Odravě a slouží jako ochrana před povodněmi a k rekreaci. Stále prší, a tak jsme navštívili Rybářskou baštu na občerstvení. Po obědě poslední procházka Mariánskými Lázněmi, káva na kolonádě, podívali jsme se na přehlídku vystoupení lidových souborů v kryté lázeňské kolonádě. Mariánky žily folklórními slavnostmi – přijely soubory z Čech, Moravy i Slovenska a nevykolejila je ani nepohoda. Zpěv a tanec byly úžasné a přinesl nám velkou radost a potěšení. Po večeři nás zaujala přednáška MUDr. Soni Nečesánkové na téma žloutenka, její druhy a prevence. Zajímavé téma nebylo bez ohlasu, lidé se ptali a Soňa fundovaně odpovídala. Soni, také děkujeme! Potom zpívání za doprovodu Lojzíkovy harmoniky. Ostatní jsme svými hlasy pomáhali. Oldřich, František a Míla nás obveselovali vtipy, verši pro seniory a bylo veselo.

Nedělní ráno je opět deštivé, po snídani v 9 hodin odjíždíme směr Brno. Jedna zdravotní zastávka na benzince, do Brna jsme dojeli ve 14 hod. Týden nám rychle uběhl, počasí bylo slunečné a příjemné až na poslední den, hodně jsme toho viděli a zážitků máme jistě všichni moc. S ubytováním i stravováním jsme byli také spokojeni, až na drobné nedostatky. V závěru je třeba vyslovit pochvalu J. Snášelové a A. Kellerové za každodenní soutěžení s odměnou pro výherce, za svědomitou přípravu a výrobu milých a krás-

ných odměn. Největší poděkování však patří Janě Strnadové za přípravu, výběr lokality a hlavně organizaci rekondičního pobytu.

Jano, moc děkujeme! Všichni se těšíme na jarní rekondice v roce 2017.

Marie Najvářková
Klub stomiků Brno



Jubilejní rok v Onko klubu Slunečnice Olomouc

Měsíce červenec a srpen, kdy má „letní prázdniny“ i náš Onko klub Slunečnice, uběhly jako voda. Už jsme se všechny těšily na pravidelná setkání při našich aktivitách i akcích, které pro seniory pořádají jiné subjekty.

Rok 2016 byl pro náš klub rokem jubilejním. Již patnáct let sdružuje ženy z Olomouce a jejího okolí (např. ze Šternberka, Slatinic, Prostějova a dalších míst), které onemocněly rakovinou prsu. A celých těch patnáct let vytváří podmínky pro zapojení nás, členek klubu, do plnohodnotného života prostřednictvím kulturních, tělovýchovných, turistických, relaxačních i vzdělávacích aktivit.

Narozeninové oslavy se konaly v rámci členské schůze dne 19. září. Přivítaly jsme mezi sebou paní Milenu Hesovou, předsedkyni krajské rady seniorů, a PhDr. Evu Trčkovou, zástupkyni vedoucího oddělení sociálních služeb Magistrátu města Olomouce.

Předsedkyně klubu Zdenka Křížková připomněla jeho historii, o které jsme my, které jsme se zapojily později, věděly jen málo.

Podnět k ustavení klubu daly lékařky a psychologičky Fakultní nemocnice Olomouc. A v prostorách této nemocnice se v červnu 2001 konala i jeho ustavující schůze. Registrován byl o dva měsíce později, 23. srpna 2001. Ze 41 zakládajících žen u 17 členství trvá doposud. A ty patří mezi neaktivnější. Pracují mj. ve výboru, starají se o kulturu a zabezpečují další úkoly, spojené s naší bohatou činností. Mezi ně patří např. i naše cvičitelky Hanka Krapková, Jana Šopková a Karla Halouzková. Tak není divu, že od začátku nejvýznamnějšími aktivitami byla cvičení. Pozadu nezůstala kultura. Byla navštěvována kina, divadla i koncerty. Od založení jsme se úspěšně zapojovaly do veřejné sbírky

Český den proti rakovině. Postupně přibývaly zájezdy, vycházky s historickým i přírodovědným změřením, rehabilitační program s návštěvami Lázní Slatinice, solné jeskyně. První rekondiční pobyt se konal na Pleši v roce 2003. Rozšiřovala se účast na akcích sesterských organizací – Mamma help centra Olomouc a centra Amelie Olomouc a od letošního roku i pořádaných magistrátem či hejtmánstvem pro kluby seniorů. Ze současné široké nabídky si každá z nás může vybrat dle svého zájmu.

Každá ze 17 zakládajících členek byla na slavnostní schůzi oceněna kytičkou, samozřejmě slunečnicí, pamětním listem a drobným dárkem. Pozdravily nás i paní Milena Hesová a PhDr. Eva



Trčková. Nechybělo občerstvení v podobě chlebíčků, koláčků a zákusků, které připravily naše členky.

Součástí oslav výročí byl i klubový bowlingový turnaj konaný 23. září v Best Sportcentru. Vítězkou se stala Jaruška Hegerová před Milenou Strejčkovou a předsedkyní Zdenkou Křížkovou.

O začátku září pokračovaly pravidelné akce klubu jako cvičení harmonické gymnastiky, jógy, aquagymnastiky.

První akcí po prázdninách byl 6. září zájezd do Lázní Velké Losiny v rámci Seniorského cestování za krásami našeho kraje, organizovaný krajským úřadem. Relaxovaly jsme ve vnitřních i venkovních bazénech krásného termálního parku.

V témže měsíci jsme zamířily do Staříče a Frýdku-Místku. Ve Staříči jsme zavítaly do Miniarboreta u Holubů s více než 2.500 druhů rostlin. Ve Frýdku-Místku jsme se seznámily s vývojem dnes velmi moderního závodu Marlenka, výrobou medových dortů na automatizované výrobní lince, ale i kuliček a dalších produktů. Ochutnaly všechny výrobky i originální kávu Marlenka. Odpoledne jsme si v témže městě prohlédly barokní poutní chrám z 18. století – baziliku Navštívení Panny Marie.

Začátkem října jsme zavítaly do hotelu Synot ve Starém Městě u Uherského Hradiště na čtyřdenní podzimní rekondiční pobyt. Plně jsme využívaly wellness centrum s bazénem, dvě-

ma whirlpools, saunami, párou se solí a s bylinkami, absolvovaly masáž. Ač nepříálo počasí, navštívily jsme významné pamětihodnosti Starého Města: Památník Velké Moravy, moderní prosklený kostel Svatého Ducha, Bařův kanál, Bonsai centrum, jedinou kovovou zahradu v Evropě KOVOZOO, jejíž exponáty jsou vyrobeny z odpadu. V nedaleké Modré jsme si prohlédly archeoskanzen, znázorňující velkomoravské sídliště, i expozici Živá voda s vodním tunelem pod hladinou rybníka a informacemi o životě ryb ve sladkých vodách. Nenechaly jsme si ujít ani 5 km vzdálenou obec Velehrad s bazilikou Nanebevzetí Panny Marie a svatého Cyrila a Metoděje.

Z kulturních aktivit vyjímám koncert Lásky v nedbalkách z písňové tvorby Ladislava Dobeše k jeho životnímu jubileu, konaný dne 25. září. Hostovali na něm i členové Moravské filharmonie, Jiří Pavlica s hudebníky Hradišťanu, dětský pěvecký sbor BoDo a komorní dívčí sbor Cassiopea. Společně jsme zhlédly i dvě říjnová představení Moravského divadla, v rámci akcí magistrátu ke Dni seniorů operetu Rudolfa Frimla Rose Mary a balet Arama Chačaturjana Spartakus s 1. sólisty baletu Yoi Kyotani a Ivo Jamborem.

Kulturním zážitkem se stala i členská schůze 17. října. Naše pozvání přijal pedagog a spisovatel pan Michal Sýkora, zástupce vedoucího katedry divadelních a filmových FF Univerzity Palackého, mj. autor detektivních příběhů Případ pro exorcistu, Modré stíny

a Pět mrtvých psů. Ty se staly předlohou stejnojmenných několikadílných inscenací, natočených Českou televizí. Vyprávěl nám o své odborné a literární činnosti, připravovaném romá-

nu i televizním scénáři. Přečetl úryvek z nejnověji vydané detektivky „Ještě není konec“. Zodpověděl řadu našich dotazů.

Do konce jubilejního roku našeho klu-

bu chybí jen dva měsíce. V nich nás čeká ještě řada zajímavých a přitažlivých společných akcí.

Věra Kratochvílová

Onko klub Slunečnice Olomouc

POZVÁNÍ

Srdečně vás zveme na nejbližší akce Ligy:

1. únor 2017 – Symposium ke Světovému dni proti rakovině
Začátek akce: 10.00 hod.
Místo konání: Lékařský dům ČLS J. E. P.
Téma: Nádorová onemocnění hlavy a krku

23. březen 2017 – Výroční členská schůze LPR Praha
Začátek akce: 11.00 hod.
Místo konání: Lékařský dům ČLS J. E. P.

Český den proti rakovině – 10. květen 2017

Téma: Nádorová onemocnění hlavy a krku
Barva stužky: tmavě modrá

INFORMACE

V tomto čísle Zpravodaje je vložena složka pro úhradu členského poplatku na rok 2017.

Jeho výše se nemění.

Děkujeme vám za včasnou platbu.

ceník celoplošné inzerce

Informační zpravodaj Ligy proti rakovině Praha z. s.

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.: 233 091 454, e-mail: warausova@allin.cz

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

Závěrem několik praktických informací

Liga proti rakovině Praha z. s.

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

Nádorová telefonní linka – tel.: 224 920 935

Lékaři denně: 9–16 hod., záznamník nepřetržitě

č. účtu LPR Praha: ČSOB 8888 88 8888/0300

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 z. s.

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

Zpravodaj k tisku připravily: Pavla Vancová, Iva Kurcová, DiS. • Grafická úprava: ALL IN AGENCY • Vydává: Liga proti rakovině Praha z. s.