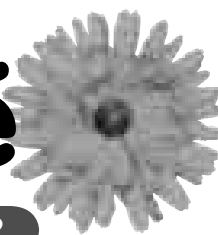




Člen UICC a ECL

# Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 18 ▲ Červen 2007 ▲ Číslo 2

## Vážení přátelé,

dostáváte do rukou další číslo našeho Zpravodaje a dovolte, abych hned v úvodu řekla, číslo tak trochu mimořádné, neboť Vás bude informovat o událostech, které pro nás byly výjimečné a které se podařilo zrealizovat k radosti a spokojenosti.

Uplynulé měsíce byly nabity událostmi, ale především to byl Český den proti rakovině, i když nelze vynechat tradiční Pragomediku, Světový den bez tabáku, ale i mnohé další události nebo akce pořádané v krajích či našich klubech. S radostí čtu veškeré zprávy a informace, které nám posíláte o svých iniciativách, a upřímně se těším i z Vašich třeba jen drobných úspěchů. Konečně zalistujte sami stránkami tohoto čísla.

Ve chvíli, kdy píší tento úvodník, zní z televize i rádia závěrečný koncert 62. ročníku Pražského jara. Letos to není Beethovenova Devátá symfonie se závěrečnou Schillerovou Ódou na radost, přesto bych se právě při té radosti chtěla dnes s Vámi podělit o několik myšlenek.

Radost – to je potěšení především ducha a to bych chtěla Vám všem popřát právě v této době, kdy se chystáte na prázdniny, dovolené, nejrůznější výpravy za poznáním či adrenalinovou zkušeností.

Radost – to je stav duše, který ovlivňuje náš život a činí jej zajímavým a snesitelným. Radosti nejde o peníze, statky, posty, ale o duševní potěšení uprostřed společnosti, v níž je mně, Tobě, Vám či nám všem příjemně, zkrátka dobře. Umět se radovat je také kumšt a co víc, je to schopnost hledat i v těch méně příznivých situacích to dobré, užitečné, to, co lze v daném okamžiku vytěžit, možná někdy i vydolovat, ale hlavně procíťt, prožít.

Často беру do rukou knížky profesora Josefa Charvátá. Letos v srpnu uplyne 110 let od jeho narození. Přesto



jeho myšlenky a slova jsou tak dnešní a moudrá, že mi dovolte alespoň jeden citát, který se úzce váže k letošnímu Českému dni proti rakovině i k pětiletému programu, který vyhlásila UICC – tedy k rodině:

*„Měli bychom restaurovat rodinu jako základ společnosti, aby dítě nebylo zभावováno v době své obzvláštní citlivosti určitých biologických radostí a potěšení ani přítomnosti a vlivu své matky. To, čemu se říká svědomí a morálka, rozeznávání zla a dobra, správného a nesprávného, vyrůstá hlavně ze zvyků a názorů našeho domova.*

*Bohužel jsme krutější a surovější než divoké krysy. Člověk je o to horší, že je zákeřný. Přitom ale existuje i lepší stránka člověka: hudba, divadlo, literatura, výtvarné umění, smysl pro krásu, věda, charita. Jde jen o to podporovat tento vzestupný celkový trend.“*

Nastává doba, kdy bychom měli mít všichni více času právě pro rodinu, své děti a vnoučata, kdy bychom si místo televize a počítačů měli umět sednout kolem stolu či ohně a popovídat si především s těmi mladšími a vrátit jim pocit rodiny, sounáležitosti a radosti, že

někam patřím, že mám kolem sebe lidi, kterým na mně záleží a na něž se mohu spolehnout a ve chvílích složitých jim mohu důvěřovat i najít oporu či pomoc při řešení nenadálé složitější situace.

Rodinné citové vazby se vytvářejí od prvních okamžiků, kdy nový človíček přichází na svět. Ale od počátku je třeba je utužovat, spřádat silnější pouta, která by dovedla jako kotva udržet loď i v té největší bouři. To patří k základnímu poslání rodiny.

Ráda bych jménem svým i celého výboru Ligy poděkovala Vám všem, kteří jste přispěli k radosti z letošního Českého dne proti rakovině, všem, kteří jste si koupili žlutou kytičku, i všem sponzorům, kterých nebylo málo. Nesmírně si vážíme jejich vstřícnosti a pochopení. Náš dík patří i nové tváři Ligy paní Mahuleně Bočanové, která se nám rozhodla pomáhat.

Přeji Vám všem prosluněné krásné léto, ať Vám přináší především radost ze všeho, co budete dělat pro sebe i své okolí. Neboť učinit někomu i malou radost přináší člověku dvojnásobné potěšení. Ať se Vám to všem daří!

Eva Křížová

# ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ

Pokusili jsme se chronologicky zachytit události kolem této naší nejvýznamnější akce.

## TISKOVÁ KONFERENCE

Českému dni proti rakovině předcházela ve čtvrtek 10. května tisková konference v Kongresovém sále Nemocnice na Homolce. Novináři zaplnili sál do posledního místa. Moderátor Jakub Železný představil zástupce Ligy profesora Zdeňka Dienstbiera a přednostu dětské onkologické kliniky FN v Motole profesora Jana Starého, Petra Hořejše za pořádající agentury Arcadia a Via facti a vzácné hosty tvář Ligy paní Magdalenu Bočanovou a Ing. Jana Smrčku z pražského Balonklubu.



Profesor Dienstbier vysvětlil novinářům, proč Český den proti rakovině. Názvem navazujeme na rozhodnutí UICC, která vyhlásila 4. únor za Světový den proti rakovině, ale současně že tento den navazuje na tradici Květinových dnů, které jsme založili před 11 lety. Tak jako v minulých letech i letošní rok má specifické zaměření, a to na rodinu a děti. K této problematice vystoupil profesor Starý a vysvětlil novinářům specifika dětských onkologických onemocnění i nesmírný význam prevence zdravého způsobu života prakticky od nejútlejšího věku. Toto zaměření je v souladu s pětiletým plánem UICC, jehož heslem se stalo „Dnešní děti – zítřejší svět“.

Za pořádající agentury pak promluvil Petr Hořejš, který představil plakát a leták k Českému dni proti rakovině a vysvětlil i loga, která letošní sbírku doprovázejí, ať jde o heslo „Tiká v každé rodině“, které upozorňuje, že rakovina může postihnout kohokoliv, ale i optimističtější heslo „Ať se děje, co se děje – nedá se žít bez naděje“ či výzvu pro naše občany v celé republice „Kup kvítek jak sluníčko – pomoz aspoň maličko“.

V letošním roce se podařilo zajistit 430 míst v Čechách, na Moravě a ve Slezsku, kde zástupci našich kolektivních členů, studenti středních škol, Junák, pionýři i členky Českého svazu žen

a Českého červeného kříže budou mít k dispozici kvítky měsíčku lékařského a letáčky s informací, jak zdravě žít v rodině. Žluté kvítky se světle modrou stužkou budou nabízeny ve všech okresech České republiky.

## BALON A ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ

Mezi podpůrnými propagačními akcemi byl i let balonem nad Prahou. Pan dr. Tomáš Finger, který v tomto roce Lize manažersky pomáhá, mne přesvědčil, že bych měl být v posádce balonu. A tak se i stalo.

V pondělí 14. května jsme vylétli z Letenské pláně. Pilotem balonu byl Ing. Jan Smrčka, který v balonu přeletěl už kanál La Manche.

Na rozdíl od letadla v koši balonu stojíte a nad vámi je obrovská koule, v našem případě naplněná plynem. Ta lana, která poutají balon s košem, jsou to, co mi dávalo pocit jistoty „uzavřeného prostoru“, neboť jinak nesnáším pohledy z výšky, ať již velehor nebo mrakodrapů.

Opřen o kožené zábradlí proutěného koše jsem stoupání balonu vnímal jen při vyrovnávacím tlaku v uších zíváním. Kupodivu nepocívuji závrať, jen si zvykám na houpání při prudším pohybu spolupasažerů.



Pohled na sluncem ozářenou Prahu je úžasný. Vidíme Vltavu v celé její délce, jak se vine městem, máme na dosah Hradčany. Hlavní komunikace přeplněné auty nám umožňují orientaci a přibližují další historická místa.

Nad tím vším si pomaloučku plujeme vzduchem. Nevím, proč mě v té chvíli napadlo, že tak nějak asi vypadá věčnost – klidná, rozvázná, nad všedními věcmi povznesená, nedotknutelná, neřiditelná. A v té souvislosti jsem položil otázku pilotovi: „Kde hodláte přistát?“ „To bych také rád věděl,“ zněla bezprostřední odpověď.

Podle meteorologů a jejich předpovědi nás měl pohánět vítr na jih, a my si to majestátně míříme na západ. Naštěstí Hradčany, kde jsou přelety zakázány, šťastně míjíme, ale pokud se pohybujeme, letíme stále nad Evropskou třídou – prý rychlostí 12 km za hodinu.

Radar na Ruzyni ústy své obsluhy s námi trvale komunikuje a není rád, že směřujeme k letišti. My také ne. Upozorňuje nás na dvě helikoptéry, které letí pod námi, a my se dostáváme stále blíž k přistávací ploše malých, větších i těch největších letadel, která si to míří k přistání.

Vidím Šárku, vodní nádrž na Džbánu a Nebušice, o kterých jsem netušil, že jsou tak velkým satelitem Prahy. Za nimi jsou konečně pole bez lidských obydlí a beze stromů.

Tam se náš pilot chystá k přistání. Klekáme. Pomáhá tomu i vysypávání písku ze zátěžových pytlíků, možná že i na

hlavu opalujícím se lidem v zahrádkách pod námi.

Po upozornění pilota – při přistání se pevně držet zábradlí koše nebo provazů a pokrčit nohy v kolenu – snad o centimetry míjíme střechu poslední vily a plot zahrady a pak drnc. Jsme na cestě u košaté smuteční vrby. Zatím vedle ní. Proudění vzduchu nás moc nemiluje a smýká balonem i kabinou, takže pilot raději znovu nechává balon vzlétnout nad vrbu a asi 10 metrů od ní posazuje balon na polní cestu těsně u lánu žlutě rozkvetlé řepky.

Čekám, co s námi vítr zase udělá. Zdá se, že nic. Pilot vylézá z koše a žádá nás, abychom ještě zůstali. Poryv větru se opírá do balonu a naše gondola jen tak tak že se znovu neodlepila od země. V tu chvíli jsem teprve pocítil strach. Strach z toho, kdybychom se my dva členové posádky ocitli v letícím balonu sami. Je to samozřejmě nesmysl. Jednak ta plynová koule nad námi se postupně vyprazdňovala, jednak nás držel na laně náš velitel.

Ale to víte – co kdyby, zvlášť když jsem v balonu letěl poprvé v životě.

Zdeněk Dienstbier

#### JAKÝ BYL DEN „D“?

Středa 16. května byla naším nejužitečnějším dnem. Jaké bude počasí? Ukáže se sluníčko jako v minulých letech? Předpovědi počasí byly poněkud nejisté. V duchu jsem si říkala, že nás nikdy tento den svým počasím ještě nezklamal, a věřila jsem tomu, že se počasí umoudří. Umoudřilo se.

Ráno bylo ještě pošmourné. Televizní Panorama však dávala naději. Déšť, který v noci přecházel nad republikou, zasahoval už jen východní cíp republiky a i tam se pomalu ztrácel.

Praha už vítala s ránem modré kusy oblohy a sem tam už prosvítalo slunko, které se během dopoledne ukázalo v celé své kráse a přispělo k zářivé barvě kyticek na šatech občanů. Prošla jsem celým městem, bývalým sídlem českých králů, Malou Stranou a Karlovým mostem na Staroměstské





náměstí a odtud na Václavské a Karlovo náměstí až ke smíchovskému centru u Anděla.

Potkávala jsem dvojice dívek i chlapců, Junáky v kroji, studenty gymnázií i zdravotních, církevních, obchodních a dalších speciálních škol i členky pražských onkologických klubů. Kytičky šly na odbyt. Lidé sami přicházeli a žádali kytičku, na některých místech se na kytičku dokonce utvářely fronty, a ta pak zdobila tu sako, tu kabelku, dětský kočárek, školní batůžek nebo kadeře dívek.

U Domu módy na Václavském náměstí mě zaujala skupinka dívek, které zastavovaly lidi a znakovou řečí jim nabízely kytičky a letáčky. Do skupinky patřil i dětský kočárek, který byl celý ozdoben žlutými kvítky, a skupinka tak na sebe velmi vtipně upozorňovala. Tento nápad s úsměvem registrovali i kolemjdoucí. S přibývajícím časem mizely žluté kvítky a pokladničky s penězi za prodané květinu přibíraly na váze. V odpoledních hodinách jsem zastihla několik dvojic – tentokrát oblečených do žlutých triček, a tak z dálky dobře viditelných –, jak sedí na lavičce a přichozím sdělují: „Kytičky už nemáme, už jsou všechny prodané.“

Nejen v ulicích, ale i v sekretariátu Ligy bylo živo. Lidé telefonovali. Někteří si stěžovali, že peníze dávají studenti do kapes místo do pokladen, jiní toužili zakoupit kvítek a neměli tu příležitost. Měsíček lékařský se světle modrou stužkou se tentokrát prodával na 430 místech v Čechách, na Moravě i ve Slezsku, přesto se nedostalo na každého. Ale příležitost podpořit naši akci měli a mají všichni prostřednictvím DMS KVET 87 777, a to až do konce letošního roku.

V tuto chvíli, kdy píšu o včerejších dojmech, nevíme, kolik letošní sbírka vynese, ale věřím, že bude stejně úspěšná jako v minulých letech, i když je nutno vzít v úvahu, že sbírek je v současné době velmi mnoho. Ale byli jsme první, kdo před jedenácti léty s třiceti tisíci kytičkami – tehdy ještě bez stužky – oslovil naše občany a současně je informoval o důležitosti prevence a významu zdravého způsobu života. V letošním roce se počet květin dvacetkrát zvýšil a velmi nás potěšil zájem o ně. Moc si přejeme, aby si i letáčky všichni pozorně přečetli a pokusili se – pokud tak ještě neučinili – o zdravý životní styl. Vlastní zdraví a zdraví celé rodiny jim bude odměnou.

*Eva Křížová*

A tady jsou další svědectví, že po celé republice byl o žluté kvítky velký zájem.

### **Pardubice**

Při prodeji květin spolupracujeme s pardubickými středními školami. Pře-

dem je vždy oslovíme, dohodneme počet květin. Trochu nás zaskočila skutečnost, že pořádající agentura oslovila přímo zdravotní školu, která si květinu objednala sama, a pak už nenavázala spolupráci s námi.

Ale jedenáct let Květinového dne – letos s novým názvem –, to už je i u nás tradice. Reklama na tento významný den byla nevtíravá, zvláště reklamní spot v rozhlase byl milý.

A tak i letos tradičně vyrazily do ulic Pardubic dvojice či trojice se žlutými kytičkami. Výrazná žlutá barva triček, která si mnozí prodávající vzali na sebe tak, jak bylo doporučeno, byla zajímavým poutačem. Přesto se nám nepodařilo všech 6 tisíc objednaných kytiček prodat. V našem městě chodí do ulic vedle studentů středních škol i členové Klubu onkologicky nemocných. Studenti tentokrát – vzhledem k týdennímu posunutí tohoto dne – už měli svůj maturitní maratón, a tak někde bylo složité sestavit dvojice starší 18 let.

I letos se opět potvrdilo, že odpoledne je o kytičky rovněž velký zájem. Cestou ze zaměstnání jsou lidé přece jen ke svému okolí vnímavější.

Připevňování kytiček velkým špendlíkem bylo rychlé, ale občas kytičky neodolaly a jejich přilepený střed odpadával.

Netrpělivě budeme očekávat výsledky zpracovaných dat z banky a věříme, že drobné nesrovnalosti se do budoucna vyřeší.

*Ivuše Houdková-Sochorová,  
KON Pardubice*



**Olomouc**

Letošní Český den proti rakovině, kterému my stále důvěrně říkáme „Květinový den“, nezačal pro nás příliš šťastně. Objednaly jsme si 4.000 kytiček s tím, že naším pomocníkem budou jako každý rok studentky zdravotnické školy. Příslib jsme měly z loňského roku. Proto nás překvapilo odmítavé stanovisko školy, které se nám však nakonec podařilo změnit. Ovšem na druhé straně překvapily členky našeho klubu. Vrhly se do prodeje s vervou a nadšením. Největší „hvězdou“ se stala paní Miluška Šebestová, která sama prodala 450 kvítků žlutého měsíčku lékařského. Počasí se vydařilo, jediné, co vadilo akci na krá-



se, byly občas špatně slepené kytičky, kterým vypadal střed. Květinového dne se účastnily téměř všechny naše členky, a to nás nejen potěšilo, ale i vzpružilo a dodalo nám odvahu do našich dalších akcí.

*Karla Halouzková  
Slunečnice Olomouc*

**Benešov**

Letošní Český den proti rakovině pro nás byl opět Květinovým dnem. Ráno bylo nevládné počasí, ale v průběhu dne se na nás usmálo sluníčko a vzhledem k letité tradici a dobré propagaci nás už mnoho lidí očekávalo. Dostávaly jsme vzkazy, kam máme přijít, na koho nesmíme zapomenout. „Děláme si sbírku, zdobíme si záclony, modrá stužka nám nesmí chybět,“ tak a podobně nás oslovovali lidé, kteří viděli, že kytič-

ku měsíčku lékařského nabízíme. Také děti ve školách se zájmem přispějí na kytičku přibývá. To je dobře, že se mladá generace zajímá o věci prospěšné nám všem.

I letos jsme měly hřejivý pocit z toho, že děláme dobrý skutek pro všechny, kteří bojují.

*Hana Beranová  
Benkon*

**Ostrava**

I když ve středu 16. května bylo v Ostravě deštivo a velmi chladno, celá Ostrava se postupně, jak ubývalo deště a vykukovalo sluníčko, rozzářila do žluté barvy měsíčku lékařského.

V letošním roce se podařilo včas, díky regionálnímu televiznímu vysílání studia REPORT, v němž členka Amazonky paní Katka Pintěrová vystoupila spo-

lečně se studenty Gymnázia Slezská Ostrava a vysvětlila ostravským divákům smysl tohoto dne a jeho letošní zaměření na rodinu a děti, upozornit ostravské občany na tento tradiční den žlutých měsíčků lékařských, a tak se členkám klubu podařilo společně se studenty gymnázia prodat 11.374 květin.

*Gita Wilkonská  
Amazonky Ostrava*



**České Budějovice**

I v Českých Budějovicích jsme už od března zajišťovali průběh 11. ročníku finanční sbírky, která tentokrát nesla nový název Český den proti rakovině a jejímž symbolem je žlutý kvítek



jako odměna a poděkování dárcům. Letos jsme objednali pro naše město a jihočeské okolí 10.000 kytiček. Kromě členek našeho sdružení se na sbírce podílely i organizace Junák, Český červený kříž, střední zdravotní škola, hotelová škola a studenti budějovických gymnázií.

Naše upřímné poděkování patří paní Kašparové, učitelce Základní školy

v Grunwaldově ulici, která je dcerou naší dlouholeté ochotné a pilné členky, která však dnes žije už jen v našich vzpomínkách. Paní Kašparová po odchodu maminky převzala na sebe záslužnou činnost a pro letošní sbírku získala za 100 kytiček 3.915 Kč, což je nejvyšší průměr v naší jihočeské metropoli. Ale velký dík patří i dárcům, kteří byli tak štedří. Moc děkujeme.

Stejně jako v loňském roce se nám nepodařilo uspět v Jaderné elektrárně Temelín, která z bezpečnostních důvodů neumožnila naší dvojici ani přístup do jídelny, což bylo pro nás i zaměstnance elektrárny zklamáním.

Nemůžeme vynechat ani novou agenturu Arcadia, která převzala organizaci celé této akce. Vše proběhlo k naší spokojenosti, jenom kytičky se často rozlepovaly. Chceme poděkovat i za vyřízení prodejních míst v řetězci Globus, kde jsme měli v minulých letech problémy.

Samozřejmě dík patří všem našim členkám, které vyšly do ulic, studentům, junákům, členkám Českého červeného kříže a všem jihočeským občanům, kteří si nabízené tradiční kvítky zakoupili, a tak podpořili akci, ale současně měli možnost si na přiložených letáčcích přečíst, jak je důležitá prevence prakticky od nejtělejšího věku. Zaměření na rodinu a děti bylo všeobecně vítáno.

Dnes už jen netrpělivě čekáme na výsledky z ČSOB, s nimiž nám vzájemná spolupráce vyšla na výbornou.

Český den proti rakovině roku 2007 skončil, loučíme se s ním, ale už dnes



víme, že necháme České Budějovice a jejich okolí i v roce 2008 rozzářit žlutými kvítky a úsměvy všech dobrovolníků při této náročné, ale prospěšné akci.

Edith Šrámková  
Arcus Život České Budějovice

### Praha

Byl to den plný květin.

Všechny kytičky byly rozdány, děvčata připravena na květinový maratón a počasí dostalo za úkol nám co nejlépe posloužit.

Ta noc před 16. květnem byla nekoněčná. Déšť se spustil už ve večerních hodinách a jeho intenzita s přicházejícím ránem přibývala. Od rozbřesku jsem nespala a stále přemýšlela, jak zajistím děvčatům dostatečný azyl



v tak nehostinný den – hodně teplého čaje a dostatek ručníků či osušek.

Konečně nadešel den D. Krásný svěží vzduch, modrá obloha a slunce, které nikdy nezklame a vždycky vyjde. Po deváté hodině se vracejí první děvčata – s úsměvy na lících a prázdnými košíčky – plné nadšení z toho, jak jsou lidé vstřícní, štedří a plní pochopení pro květinovou akci. Přicházejí další kolegyně, najednou je nás tady plno, a jedna přes druhou radostně vyprávějí, jak to všechno bylo perfektní, jak si lidé s nadšením kupovali nabízené květinčky. Dokonce byly i okamžiky, kdy se u děvčat tvořily na kytičku fronty. A do této radostné atmosféry zvoní telefon: „Blanko, nezbyvají někomu ješ-

tě květinčky, nám došly a je o ně velký zájem!”

Tak děvčata, ta vaše píle a radost je za všechny krásy světa. Ty květinčky, prodávané s láskou a nadšením pro věc, moc Vám za to všem děkuji.

Den se opravdu vydařil i já jsem prožila krásný, nejen sluncem naplněný den. Věřím, že i výsledek bude radostný. A pro příští rok těm děvčatům, která nenašla v sobě odvahu vyjít do ulic a bála se, že by situaci nezvládla, chci za nás všechny říci:

„Pojďte za rok s námi, je to pro dobrou věc a lidé Vás rádi uvidí v ulicích, čekají na vás!”

Blanka Myšková  
Alen Praha

### Havířov

V noci na středu 16. května byl u nás prudký liják i ráno přšelo. A tak vyzbrojeni pláštěnkami a deštníky jsme se v ranních hodinách rozešly do ulic a institucí, a to nejen v Havířově, ale i v okolí.

Velkou pomocí nám byli studenti ze středních škol, gymnázia, obchodní akademie i hotelové školy. Také nám pomáhaly skupinky skautů. Po městě se pohybovalo celkem 48 skupinek v krásných tričkách barvy měsíčku lékařského.



Ráda bych poděkovala studentům, skautům, ale i pedagogům při organizaci a zvláště paní ředitelce Městského kulturního střediska Y. Dlábkové, která nám umožnila využít prostory společenského domu Reneta, kde jsme mohli umístit naše Centrum pro dobrovolníky.

A nemohu zapomenout ani na naše zlaté členky, které už dávno nejsou ve



věku studentek, přesto však vyrazily s kytičkami a kasičkami jako každý rok. Všichni víme, že přispíváme na dobrou věc. Vždyť jsme tímto onemocněním samy prošly. V Havířově a okolí jsme nabídly 7.350 kvítků měsíčku lékařského, tentokrát s modrou stužkou, a s nimi i letáčky o prevenci rakoviny v rodinách, tedy o péči od nejútlejšího věku. Úctyhodná částka 155.257 Kč poputuje na účet Ligy proti rakovině Praha. Všem, kteří přispěli, i všem, kteří pomáhali, upřímně děkuji za podporu.

*Eva Žylková  
Inna Havířov*

### ZRNKO ŠTĚSTÍ ŠTĚTÍ

Rozdávat kytičku měsíčku lékařského pouze za příspěvní finanční částky nám připadalo dosti všední, proto jsme se rozhodli pro jiný způsob. Protože v našem městě jsou taneční skupiny mažoretek, dohodli jsme s vedoucí sku-



piny Taneční život paní Jiřkou Zunovou, aby nám při této akci pomohla. Podle ohlasu obyvatel byl tento nápad velice kladně přijat a zároveň mládí nás podpořilo při konání této akce a motto letáčku „Dnešní děti, zítřejší svět“ bude takto určitě naplňováno. Je lepší, když se mládí věnuje takovéto akci, která má plnou podporu nás všech, nežli když propadá drogám, které stojí tuto společnost nemalé finanční částky. Doufám, že Vás náš příspěvek osloví, a případné navázání spolupráce s mažoretkami z našeho města můžeme dále rozšiřovat konáním různých akcí. Děvčata toto velice ráda přivítají.

*Petr Grobauer*

### Liberec

Letos již po 11. se naše sdružení Arcus SOP Liberec zúčastnilo celostátní akce LPR Praha, nyní s novým názvem Český den proti rakovině – zaměřený na rodinu „Dnešní děti – zítřejší svět. Výchova ke zdravému způsobu života v rodině“. Sbírká měla v našem městě celkem úspěch, prodalo se cca 14.300 kvítků. Výsledky sbírky zatím neznáme. Všichni jsme byli mile překvapeni pěknou prezentací Českého dne proti rakovině v celostátních médiích. V Liberci informoval občany Liberecký deník a velmi pěkná reportáž na regionálním vysílání televize Genus.

Oslovili jsme 14 škol, zúčastnili se i v menších obcích, jako je Český Dub a Raspenava. Naše členky se zúčastnily přípravy materiálu pro jed-

notlivé školy, do tašek vkládaly seznamy studentů, vyplněné plné moci, květiny a letáky včetně pokladniček, a zajistily distribuci jak do škol, tak doručení pokladniček ze škol do banky.

Ve středu 16. května kytičky prodávali jak studenti, tak i naše členky. Veřejnost velmi dobře přijala i nový název sbírky. S organizací jsme byli velmi spokojeni. Chtěli bychom poděkovat všem, kteří se podíleli na této velké akci, především nové agentuře Arcadia Praha, dále pracovnícím banky ČSOB, všem zúčastněným školám a našim členkám.

*Marie Plischková  
Arcus Liberec*



# MOZAIKA ZKUŠENOSTÍ A ZÁŽITKŮ

**aneb jak jsme prvně organizovali sbírku**

**B**udu osobní. Chci podat stručné subjektivní svědectví, nikoli oficiální zprávu či analýzu. Na to je brzy, sbírka dobíhá, neznáme ještě její konečný výsledek, korunky se teprve dopočítávají. Nicméně začnu od konce, a to dobrou, byť předběžnou zprávou...



## POVZBUZJÍCÍ ZVĚST

V den uzávěrky tohoto čísla Zpravodaje, čili 11. června 2007, bylo na sbírkovém kontě Českého dne proti rakovině shromážděno 13.148.000 Kč. Opakuji, že je to průběžný, stále se ještě měnící údaj. Ve své konečné podobě bude účet bezpochyby minimálně o pár desítek tisíc korun vyšší. Sláva, hurá, je to radost, vždyť už nyní lze bez brýlí mámení prohlásit, že Český den proti rakovině se přinejmenším ve svém finančním přínosu vydařil. Bez vás, více než devíti tisíc dobrovolníků, by se takový úspěch zrodit nemohl. Proto chci hned na začátku za organizátory sbírky, tedy jménem pracovníků agentur Arcadia Praha

a Via Facti, vyjádřit totéž, co na jiném místě tohoto zpravodaje vyslovili už i jiní.

Smekáme upřímně před Vámi všemi, kdo jste pomohli! Přijměte naše nejsrdečnější poděkování! Vážíme si Vaší spolupráce, jsme na ni přece v té konečné a rozhodující fázi zcela odkázáni. A bude nám ctí, sejdemeli se společně nad stejným bohulibým úkolem za rok zase znovu.

## S NOVÝM NÁZVEM I TEMATIKOU, S NOVÝM LOGEM A SLOGANY

První Český den proti rakovině čili 11. Květinový den se nám postupně podařilo vybavit zcela novým a poměrně bohatým propagačně-marketingovým příslušenstvím, nástroji apelů, směřovaných k veřejnosti. Připomenu jen nejviditelnější zásahy...

Na plakátech, letáčích, v inzerátech i promotion materiálech jsme začali užívat nové, věříme, že vydařené, jednoduché, účinné – bohužel i pravdivé – logo. Bude Lize sloužit i nadále: stylizovaný kvítek měsíčku lékařského má na pozici „za pět minut dvanáct“ jeden okvětní lístek zčernalý. Obrazec je po způsobu mince na okružní obklopen opisem „Tiká v každé rodině“.

Asi nejviditelnějším vizuálním inventářem letošního roku se v naší kampani stal symbol andělů. Modří andělé, totiž jejich graficky výrazná, takřka geometrická stylizace, jsou dílem akad. mal. Jaroslava Chadimy, který

s obdobným motivem ztvárnil i nedávno vyšlou poštovní známku na téma prevence onkologických onemocnění. Anděl – vykládejte si ten symbol dle libosti, například jako znak naděje, pomoci, ale i dobrého člověka, strážce a ochránce nemocných – tento anděl byl na našich plakátech i letáčích přijat s velkými sympatiemi. Má sice hrotilá, pichlavá křídla, občas je některý lehce načernalý – leč v tom je právě, alespoň podle mého názoru, obrazová i myšlenková síla i flexibilita tohoto výtvarného znaku. Abychom závažné a rmutné téma rakoviny přece jen odlehčili, odtabuizovali, odvážili jsme se v našem výtvarném instrumentáři udělat na letáku modré anděly i z kočky a psa. Trochu jsem se toho lekal: Neřekne někdo, že odlehčujeme podstatu ikony přespříliš? Neřekl to nikdo, bohudíky. Andělé byli přijati. Sám budu navrhovat, aby nám sloužili i nadále.

Vedle „Tiká v každé rodině“ jsme pro kampaň našli dva další nosné slogany. Jeden obecně apelativní, optimisticky vyzývavý: „Ať se děje, co se děje, nedá se žít bez naděje!“ Každý mu rozuměl. Druhý hrál spíše marketingovou úlohu: „Kup kvítek jak sluníčko, pomoz aspoň maličko!“ Už víme, že nás lidé vyslyšeli...

## START JAK Z FILMU VRCHNÍ, PRCHNÍ!

Nemohu a ani nemíním smlčet, že jsme jako organizátoři narazili na mno-



hé závažné potíže. Když se nám loni v létě podařilo zvítězit ve výběrovém řízení a převzali jsme organizačně-produkční zajištění sbírky i dalších akcí Ligy proti rakovině Praha, zažívali všichni členové naší nepočtené party pocity takřka sváteční radosti. Nebývá to přece v současném rozporuplném světě tak zcela běžné, aby se člověk ocitl před úkolem, o jehož absolutní, totální a nepochybné prospěšnosti nemůže být pochyb.

Ano, z toho, co nás čeká, jsme měli radost a těšili jsme se. Určitou trénu z nezkušenosti či rozlehlosti úkolu překonáme přece nasazením, říkali jsme si. Ostatně, jsou zde desetileté zkušenosti. Navážeme na tradice, co se osvědčilo, převezmeme, co ne, popravíme nebo vymyslíme jinak.

Šedé jsou teorie a plány, zelený je strom života... Nepřevzali jsme žádné zkušenosti, žádné relevantní informace, dokonce ani žádné materiály. Byl to pořádný šok. Povím to odjinud a pro jistotu co nejopatrněji... Když vrátný končí směnu, předá deník, hlášení, zásadní informace a baterku kolegovi, který ho střídá. Když vrchní v sále zkasíruje a jde domů, dělá se malá inventura prodaných jídel, cigaret i piva, aby případné manko nepadlo na kolegu, jenž přijde zítra. I my, agentury Arcadia Praha a Via Facti, jsme vystřídali agenturu předešlou, která se při organizaci Květinových dnů nepochybně osvědčila a založila úspěch celonárodní sbírky. Mohla být na sebe pyšná. Bohužel „střídání našich

dvou směn“, ať už z jakýchkoli důvodů, neproběhla optimálně, dokonce neproběhla vůbec. Odcházející vrátný nepředal svému kolegovi ani tu baterku...

Není čas a prostor na detaily. Nicméně na samém počátku nás zaskočila složitá a tvrdá realita. Pokus o komunikaci s předchůdci-organizátory na celé čáře ztroskotat. Ťukali jsme na zavřené dveře. Potřebné adresáře, zkušenosti, rady, jak do toho, zůstaly pod zámkem. Dokonce i s asi pěti tisíci plátěných výběřčích vaků. Museli jsme zadat do výroby nové. Aby byly co nejlevnější, aby se vyhnuly užití zipu, příslušně konstruovanému otvoru pro mince, některým grafickým i verbálním ikonám – na to všechno, jak se ukázalo, vznikla za našimi zády a za zády Ligy proti rakovině patentová ochrana, chráněné užitné vzory atd. Ano, ona se v Česku dá patentovat i díra do vaku! Pozor na to!

Dobrý člověk ještě žije, řekli jsme si posmutněle s Rollandem a pustili se do práce s vědomím, že musíme začít od nuly. Právnik protistrany dokonce napsal do Arcadie, ať akci okamžitě zastavíme, že se dopouštíme... Ach, to bylo paragrafů! Tehdy jsme se trochu i báli. Ale máme to za sebou: Liga bude mít korunky na svou řádnou a bohumilou činnost. Mám radost.

Takže naše bílé výběřčí tašky z netkané textilie byly vynález z nouze, a pokud Vás prodejce sem tam trochu potrápily, mějte slitování. Lacinější, rychlejší a bezpečnější řešení jsme vymysleli nedokázali.

### ČAS NEÚPROSNĚ BĚŽEL!

Možná nás ta nepředvídaná, v mločí tichosti provozovaná nevěle správně nažhavila. Semkli jsme se do jednotilé party a začali zápasit jak o život. Na nečekaných komplikacích bylo ovšem nejhorší, že nám běžel čas. Skoro vše nabralo zpoždění. Dokážeme vůbec sbírku uskutečnit? Nejdeme do nějakého šíleného, zničujícího rizika? I samotný žlutý kvítek, jak se ukázalo při návštěvě Patentového úřadu, měl najednou dvě ochranné známky. Jednu v držení Ligy, druhou získali oni, nejmenovaní mloci...

Vybudovat celostátní armádu prodejců žlutého kvítku, co do počtu rovnající se přibližně polovině profesionální ozbrojené moci současné České republiky, uskutečnit tuto logisticky složitou operaci v okamžiku, kdy držíte v ruce pouze seznam asi padesáti „onkoklubů“, kolektivních členů, s nimiž Liga spolupracuje, to byla rovnice o bezpočtu neznámých.

Naše dvě koordinátorky Jana Kolářová a Jitka Bajgarová vysedávaly po nocích u internetu a vyškrabávaly ze sítě adresu za adresou, kontakt po kontaktu. Následovaly telefonáty během dne. Stovky, tisíce hovorů. Klubby, junáci, pionýři, Český svaz žen, Český červený kříž. Školy zdravotní, pedagogické, církevní, gymnázia. Knihovnici, na konec i – vem kde vem! – naše létající brigáda rychlého nasazení pro Prahu: ženské z Jonáš klubu, z tanečního kroužku Kulturního domu v Praze 7, přemluvení osobní přátel či jejich děti.

Ano, slepili jsme svoje pluky za cenu značné improvizace, za cenu tvrdé organizační práce, avšak na druhé straně za přidanou hodnotu povznášejícího poznání, jak jsou lidé dobří, ochotní, vynalézaví a kooperativní, když vědí, že jejich skutek, třeba jen drobný, má pozitivní a jasný smysl. Uměl bych z nově zažitých zkušeností vyprávět dlouho: jsem vděčný za to poznání, sám cítím, jako by mě ti ostatní nabíli energií a zvláštní radostí. Však víte: co čtu v novinách a vidím v televizi – to je jen pěna dní. Život jde jinudy. Naznačím kudy, a to jediným příkladem.

Zavolá mladý muž a řekne: „Víte, asi bych neuměl prodat padesát či sto kytek. Ale můj tatínek je na tom špat-

ně... Však mi rozumíte. Chtěl bych dát najevo, nějak vyjádřit, že já s ním... Chápete? Tak já bych si koupil jednu žlutou kytičku za tisíc korun a ty ostatní prodáte místo mě!”

Všichni, kdo jsme letošní sbírku organizovali i uskutečňovali v ulicích, po takových zkušenostech víme, co znamená pohádkové slovo člověčina.



### DÍK VELKÝM DÁRCŮM!

Asi před patnácti lety jsem spoluzakládal nadaci Pangea, která se hlásí k reformátorskému a pedagogickému odkazu Jana Amose Komenského. Nabyl jsem osobní zkušenost, že vyprosit peníze pro některý z nadačních projektů Pangey – říká se tomu učeně fundraising – je takřka nemožné. Aby člověk přesně vysvětlil, čemu se nadace věnuje, potřeboval na to nekonečně slov a vět. Tentokrát jsme onen fundraising, každý, jak uměl, konali pro Ligu. A už samo jméno Ligy, ač nijak krásné, fungovalo jako kouzelný klíč od zavřené komnaty.

„Samozřejmě známe! Pomůžeme, a rádi!”

Jeden z nás, František Čálek, ředitel Arcadia Praha, se obrátil na firmu Geis (Global Logistics). Hledali jsme partnera, který by nám pomohl s distribucí zásilek kvítků, vaků a všech ostatních potřebných náležitostí po celé republice. Každý z balíků – posléze jich bylo kolem šesti stovek – obsahoval skoro

dvacet různých položek. Firma Geis vyšla ochotně vstříc a dopravila naše zásilky, kam bylo potřeba.

Oslovili jsme farmaceutickou firmu GlaxoSmithKline, s níž LPR dlouhodobě spolupracuje. A dočkali jsme se úžasného sponzorského daru: vůbec poprvé se armáda našich dobrovolných prodejců mohla v ulicích českých i moravských měst a obcí objevit uniformovaná – naši volentéři byli na první pohled vidět, měli všichni žlutá trička.

K práci stovek pracovníků na pobočkách ČSOB, našeho dalšího hlavního partnera, můžeme jen špitnout „Vřelé díky!” a rychle zmlknout, neboť tito naši anonymní spolupracovníci stále ještě brigádnicky čili bezplatně počítají a zapisují. Nerušit!

Firma Roche okamžitě vyslyšela naši prosbu a věnovala nám, totiž Vám, prodejcům, několik stovek CD s útěš-



nou kompozicí Cesta naděje, kterou připravili Alfréd Strejček a Štěpán Rak (dárek pro část dobrovolníků).

Ředitel Levných knih – mnohokrát děkujeme, pane inženýre Maivalde! – věnoval tisíc knižních poukázek v hodnotě 100 korun. Opět dárek pro část prodejců.

A kdyby to šlo, naše děkovačka by mohla ještě dlouho pokračovat. Ochotně nám vyšly vstříc mj. tyto firmy: All In Agency, Newton Information Technology s.r.o., Model Obaly a.s., Pro Trade s.r.o., Soleta Signum s.r.o., Slot game, Borovice.cz a další.

Zcela mimořádnou roli, jak o tom o kousek dál píše ve své shrnující zprávě moje kolegyně Jana Kolářová, sehráli

naši mediální partneři, zejména Český rozhlas 2 – Praha, Radiožurnál, Bauer Media v.o.s., ale též desítky novin, časopisů, celoplošných i regionálních a lokálních rozhlasových stanic. Naše propagační kampaň se těsně před Českým dnem proti rakovině a v den jeho konání díky spolupráci bezpočtu novinářů, rozhlasových reportérů a moderátorů a dalších ochotných lidí dokonce takřka někde podobala kobercovému náletu. Letos se prostě o konání sbírky Českého dne proti rakovině, a to v pravý čas, dozvěděl prakticky každý.

Televizní stanice, a to nejen ČT 1, Nova a Prima, ale i některé další, pro nás udělaly víc, než se dalo čekat. Pravda, někde jsme marně klepali na dveře až do poslední chvíle. O to větší radost se dostavila 15. a pak zejména 16. června, v den D. Moderátoři s kvítky měsíčku na klopách, přímé vstupy, několik live rozhovorů s profesorem Dienstbierem, paní doktorkou Pradáčovou a dalšími. Pro nás, organizátory, se vysloveně emocionální úlevný zážitek dostavil s večerními televizními zprávami, kdy se takřka celá vláda v čele s premiérem Topolánkem objevila na tiskové konferenci, čili i na televizních obrazovkách, se žlutými kvítky na sakách, ba někteří přišli dokonce ve žlutých tričkách. To jsme vnímali jako malou korunovací krásného a úspěšného dne. Vždyť i v Senátu, Parlamentu a na Úřadu vlády ČR se prodávaly naše kytičky! Mít tu možnost, cíle Ligy proti rakovině Praha by byl jistě podpořit i Muž na Everestu!

### ZPÍVÁNKY NAKONEC

Osobně jsem si vrchol Českého dne proti rakovině našel v jiné akci a na jiném místě. Nějaký čas chodím zpívat do amatérského sboru malířů, restaurátorů, psavců aj. lidí kolem kumštu, do nenápadného souboru Vlahol. Jsem tam za nováčka a je mi mezi těmi lidmi dobře. Sebral jsem odvahu a přemluvil šestnáct sboristů, aby podpořili Český den proti rakovině svými hlasy. Ne všichni návrh přijali s nadšením, ale šli. Ve středu o půl čtvrté odpoledne jsme se setkali „u koně” na Václavském náměstí. Den předtím jsme měli hektickou a nervózní zkoušku. Má náš repertoár úroveň? Oblékl jsem si kamarády do žlutých triček a spustili jsme. Další



prátele a volentéři kolem nás poletovali s výběřčími vaky. Při každém zastaveníčku jsme zapěli tak tři písničky a přesunuli jsme se o kus dál. Pěli jsme nahoře, uprostřed a dole na náměstí, potom dvakrát Na Příkopě, dvakrát v Celené a produkci jsme uzavřeli na Staroměstském náměstí. Když se kolem nás srotilo obecnstvo, často Japonci, Rusové, Francouzi, vrhli se do houfů dobrovolníci s cizojazyčnými informacemi o sbírce, výběřčími vaky a kvítky šly jak na dračku. Za dvě a půl hodiny – nevím to přesně – jsme jich prodali snad 700–800! Eljén!

Několik členů sboru mi pak řeklo – byla to satisfakce jako řemen:  
„Díky za překrásný zážitek! Bylo to hezčí, než jsem čekal(a)!“  
Pravím na oplátku: i pro mě to byly nezapomenutelné chvíle.

### DĚKUJI! DĚKUJEME!

Bylo by toho k vyprávění ještě hodně. Třeba o tom, jak jsem ve středu běhal po trase metra, kolem nádraží a obchodních domů, abych „zkontroloval“ prodejní dvojice a hlavně udělal nezbytnou zkušenost. Vždyť jsem dosud nevěděl a nezažil, jakpak to v praxi funguje. Potřeboval jsem přičichnout.

Měsíček lékařský v rukou studentek přímo voněl. Všichni do jednoho, které jsem potkal a oslovil, měli dobrou náladu, úsměv na tváři a kvítky skoro vyprodané. V poledne už nebyly dvojice vidět. Hledáme, máme rezervy!

Vím o mnoha jiných rezervách. Ale jak jsem šel Prahou, viděl „naše“ žlu-

tá trička a ochotu lidí přispět, aniž je musel kdokoli ponoukat, či dokonce přemlouvat, když jsem viděl tu tichou pospolitost, rozlévalo se mi po těle takové sentimentální blaho.

Jo... U bývalého Domu módy jsem se div nerozbrečel. Prodávala tam skupinka mladičkových junáků. Byla mezi nimi dvě či tři neslyšící děvčata. To mě dojalo. Můj nejstarší brácha, starý pán, je taky hluchoněmý, však mi rozumíte... Takže se s takto postiženými lidmi umím domluvit. Chtěl jsem se zeptat, proč zrovna ona... Chápete, ale pak mi to přišlo hloupé. Takže má otázka zněla banálně, jak to jde. A ty holky mi charakteristickým způsobem, onou kostrbatou mluvou neslyšících nadšeně a rozzářeně vyprávěly, že prodaly už skoro osm set květů, že je to krása a že mají radost.

Nevím, jestli vy jste méně labilní než já. Ale já sdílel jejich radost až skoro k slzám...

Mám od té doby, od 16. května 2007, hřejivý pocit na srdci i na duši. Přišlo mi, že kdyby bylo zapotřebí, uměli bychom společně vybrat do čepic znovu i na Zlatou kapličku. Jak naši prapraděové. Pro mě je to dobrá zvěst.

Děkuji. Děkujem!

*Petr Hora – Hořejš*

### ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ V ČÍSLECH

Pro letošní ročník sbírky – Český den proti rakovině 2007 – bylo vyrobeno 650.000 žlutých kytiček s modrou stužkou a všechny byly v termínu sbírky rozdány mezi dobrovolníky.

Se zajištěním sbírky pomáhalo přes 9.000 dobrovolníků, kteří měli k dispozici na 4.350 pokladních vaků. Celkem bylo zabaleno a odesláno 570 balíků s materiálem pro sbírku.

I přes problémy s předáním (či spíše nepředáním) seznamu dobrovolníků z minulých let se podařilo pokrýt téměř 90 % míst, ve kterých proběhla sbírka v roce 2006. Celkově se podařilo počet míst výrazně navýšit – Český den proti rakovině proběhl letos ve více než 430 městech a vesnicích po celé ČR.

Dobrovolníky pro nabízení kytiček a letáků jsme zajistili ve všech okresech i všech okresních městech. Kromě kolektivních členů LPR Praha pomáhaly také školy (mateřské, základní, střední i vysoké), skauti i pionýři, členové Českého červeného kříže a Českého svazu žen a celá řada dalších firem i jednotlivců.

V pokrytí objednanými kytičkami vzhledem k počtu obyvatel byly mezi jednotlivými okresy velké rozdíly. Mezi okresy s nejvyšším pokrytím patří Náchod (16 %), Beroun a Liberec (13 %), Hradec Králové a Praha (11 %), Příbram (10 %), Most, Karlovy Vary a Česká Lípa (9 %), Brno-město a Ústí nad Labem (8 %). Naopak, mezi okresy, kde byl počet objednaných kytiček vzhledem k počtu obyvatel nejnižší, patřily Uherské Hradiště (0,5 %), Plzeň-sever a Kutná Hora (1 %), Rychnov nad Kněžnou, Cheb, Teplice, Břeclav, Pelhřimov a Louny (méně než 2 %).

Co se týká pokrytí krajů, byla situace poněkud vyrovnanější – nejvyšší pokrytí měly Praha (11 %), Královéhradecký a Pardubický kraj (8,5 %), krajem s pokrytím nejnižším byla Vysočina (3 %).

Rezervy pro příští roky vidíme značné nejen v místním pokrytí, ale také v pokrytí časovém – na mnoha místech byly kytičky rychle prodány během dopoledních hodin a obdrželi jsme celou řadu stížností, že odpoledne nemohli zájemci na mnoha místech vůbec kytičky sehnat.

Velký zájem veřejnosti o kytičky podpořila také propagace v médiích, jejímuž zajištění byla věnována velká pozornost. Tiskové inzeráty byly zveřejněny v celé řadě novin a časopisů (MF Dnes, Lidové noviny, Právo, Hospodářské noviny, 73 regionálních deníků, Reflex, Květy, Vlasta, Katka,

MF Plus, TV Revue, TV Plus a mnohé další). Propagační články otiskly téměř tři desítky novin a časopisů a opakované upoutávky na akci bylo možné slyšet na 28 rozhlasových stanicích s celostátní i regionální působností. V televizi bylo největším úspěchem především zajištění reportáže v Událostech na

ČT 1 den před sbírkou a vstupů v raních vysíláních na ČT i TV Nova, avšak o sbírce informovaly všechny televizní stanice, a to jak ve zpravodajských vstupech, tak i v dalších pořadech (Sama doma, Receptář atd.). Přestože výsledky letošní sbírky v době, kdy předáváme podklady pro ten-

to článek, zdaleka ještě neznáme, věříme, že jsme z pozice organizátora udělali pro její úspěch maximum, a doufáme, že se budeme moci těšit na další dobrou spolupráci s Vámi i v příštím roce.

Jana Kolářová  
Arcadia Praha

## PRAGOMEDICA

V dubnu se v Praze konal už 9. ročník veletrhu Pragomedica a 11. ročník Non Handicapu. Jako každoročně i tentokrát se na celé ploše Výstaviště v Holešovicích představilo přes 400 vystavovatelů z více než dvacítky států. Nechyběly významné evropské firmy i špičkoví domácí výrobci, kteří předváděli nejmodernější diagnostickou tech-



niku i mnoho zajímavých pomůcek pro handicapované občany.

Na výstavě bylo možno potkat lékaře, manažery, studenty zdravotních škol, handicapované občany a samozřejmě i veřejnost, která se o tuto problematiku zajímá.

Také Liga proti rakovině měla na výstavě svůj tradiční stánek a stejně jako

v minulých letech byl o naše publikace velký zájem. Přicházeli mimopražští lékaři, zdravotní sestry i studenti a naše tisky si odváželi s sebou domů. Během výstavy bylo rozdáno na 12 tisíc publikací, které jsou určeny onkologickým pacientům, i brožury zaměřené na onkologickou prevenci.

-red-

## 31. KVĚTEN – SVĚTOVÝ DEN BEZ TABÁKU

Před dvaceti lety, v roce 1987, vytvořily členské státy Světové zdravotnické organizace (WHO) projekt Světového dne bez tabáku. Smyslem projektu bylo upozornit světovou veřejnost na škodlivost tabáku, zbytečná úmrtí a onemocnění, jejichž společným jmenovatelem je kouření. Podle statistik je kouření nejčastější příčinou úmrtí a čtvrtou nejčastější příčinou vzniku onemocnění na světě. Rovněž pasivní kouření způsobuje závažná onemocnění.

Mnohé země se už rozhodly proti kouření radikálně vystupovat.

**Irsko** už třetím rokem dodržuje zákaz kouření v barech a restauracích a lidé si pochvalují čistý vzduch.

Ve **Velké Británii** vstoupí v platnost 1. července totální zákaz kouření v úřadech, v barech, restauracích a ve všech uzavřených veřejných prostorech a na pracovištích.

V **Litvě** je kouření bezvýhradně zakázáno od letošního 1. ledna ve všech barech, restauracích, klubech a na diskotékách. Od 1. ledna 2008 bude

platit přísný zákaz na všech ostatních veřejných místech.

**Itálie** vydala zákaz kouření na všech pracovištích, v barech a restauracích, tam jsou povoleny oddělené kuřárny s ventilací.

Ve **Francii** je od 1. února zakázáno kouření na úřadech, ve veřejných budovách, ve školách, v nemocnicích a od 1. ledna 2008 bude tento zákaz rozšířen na kavárny a restaurace s tím, že budou povoleny oddělené kuřárny. V **Belgii** souhlasí 85 % obyvatel se zřízením nekuřáckých restaurací.

V **USA** umírá ročně na následky kouření na půl milionu lidí.

**Spolková republika Německo** jedná se spolkovými zeměmi o zákazu kouření ve všech veřejných budovách včetně barů a restaurací.

V **České republice** umírá ročně na pasivní kouření na 2.000 občanů. Svým podpisem podpořilo už 80.000 lidí zákon o zákazu kouření. Na Pražském hradě byla otevřena nekuřácká restaurace Vikárka, což bylo uvítáno všemi zahraničními návštěvníky. Podle slov vedení podniku reptají jen Češi. Jaká je situace s projednáváním zákona o zákazu kouření, dokresluje odpověď, kterou obdržel předseda Ligy profesor Zdeněk Dienstbier na svůj dopis od předsedy vlády České republiky Mirka Topolánka.



Vážený pane předsedo, děkuji Vám za Váš dopis, se kterým se na mě obracíte v souvislosti s poslaneckou iniciativou, jejímž cílem je zpřesnit a doplnit právní úpravu opatření k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, zejména v oblasti tzv. pasivního kouření.

Vláda na své schůzi dne 7. března 2007 projednala a posoudila poslanecký návrh zákona, kterým se mění zákon č. 379/2005 Sb., o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami a o změně souvisejících zákonů, ve znění zákona č. 225/2006 Sb., a vyslovila k němu následující výhrady. Návrh v některých směrech zme-

ná zúžení rozsahu působnosti stávající právní úpravy, neboť je jím omezován okruh míst, kde nyní platí zákaz kouření na veřejnosti, a to zejména pokud jde o nástupiště veřejné dopravy, kde na nekrytých nástupištích by se opětovně povoleno kouření negativně dotklo větší přepravované veřejnosti.

Navržený zákaz kouření ve společných bytových prostorách bytových domů se jeví jako problematický, zejména z hlediska kontrolovatelnosti a vynutitelnosti jeho dodržování.

Z hlediska systematiky právní úpravy se jeví jako nevhodně navržené zmocnění k vydání obecně závazné vyhlášky zakazující kouření na některých místech nebo na některých akcích v obci. Ten-

to zákaz by měl být zakotven jak obecně platný přímo v zákoně, neboť obci nepřísluší vyhláškou normovat vztahy upravené a regulované zákonem.

Návrh zákona dále neobsahuje zhodnocení dopadu ztížení ochrany nekuřácků ve vnitřních prostorách zařízení společného stravování na podnikatele, podnikající v této oblasti. Realizace tohoto opatření by znamenala v mnoha případech zvýšené náklady, které by zejména pro drobné podnikatele znamenaly výrazné zhoršení podmínek podnikání, popřípadě jejich zánik, což nekoresponduje s programem vytváření příznivějšího podnikatelského prostředí a zvyšování podpory malých a středních podnikatelů.

Vláda si je vědoma nutnosti řešit komplexně nedostatky stávající právní úpravy. S ohledem na tuto skutečnost plánuje předložit Poslanecké sněmovně Parlamentu České republiky návrh novely zákona o opatřeních k ochraně před škodami působenými tabákovými výrobky, alkoholem a jinými návykovými látkami a o změně souvisejících zákonů, která postihne, na rozdíl od předloženého návrhu, všechny sporné oblasti, které aplikace stávajícího zákona přinášá. Na tomto návrhu v současné době již pracuje Ministerstvo zdravotnictví.

Se srdečným pozdravem

\*

Zdravotníci se však nevzdávají. Podle zjištění Státního zdravotního ústavu kouří u nás 25% lidí mezi 15–65 rokem. Zarážející je snižující se věk u začínajících kuřáků na 12–13 let. Každoročně, tedy i letos se v poslední květnový den uskutečnil tradiční výstup na Sněžku, kterým účastníci dávají najevo svou dobrou fyzickou zdatnost díky nekouření.



### NOC JINÁ NEŽ OSTATNÍ

Je obyčejná sobota a já vstávám na svůj vkus nezvykle brzy, jedu totiž do Špindlerova Mlýna na sraz akce „Dokážeš to taky! Výstup na Sněžku“. Setkání s ostatními účastníky ve Špindlu má srdečnou atmosféru a všichni si vážíme toho, že se nás do našeho cíle rozhodla doprovodit horolezkyně Soňa Vomáčková-Boščíková. Je to první žena na světě, které se podařilo zdolat himalájskou Makalu a bez kyslíku vystoupat na Lhoce. Obě hory jsou osmítisícovky

a budí respekt i u zkušených horolezců mužů. Také jsme spokojeni, že nás bude doprovázet člen Horské služby. Milý mladý muž budí důvěru a je jistotou, že o nás cestou bude postaráno, kdyby něco nebylo tak, jak má být.

Přítomnost Aničky z Vrchlabí, která jde za Alen se mnou, dobré počasí a nádherná příroda kolem mě utvrzují v tom, že stálo za to ráno vstávat. Poměrně jednoduše, jako laňky stoupáme k chatě U Bílého Labe. Občerstveny se vydáváme na docela náročný stoupák k Luční boudě a odměnou za námahu jsou nám tak krásné scenérie, že okouzlené ani nevíme jak a Luční je na dohled. Po ubytování a nezbytném pivínku ještě nemáme dost a jdeme obdivovat jezero k polským sousedům. Vracíme se na večeri a jdeme spát. Na společné ubytovně na nás s Aničkou zbyly horní palandy, které nemají žebříček, a tak musíme přidat ještě jeden sportovní výkon – „výstup na postel“. Může Vám být divné, proč jdeme tak brzy na kutě, ale důvod je jasný – náš výstup na Sněžku se bude konat v noci.

Jsou dvě hodiny v noci a já stojím s ostatními před chatou. Nebe nabízí snad vše, co má. Kdesi v dálce blesky, nad námi hvězdy a na jedné straně mraky. Rozsvěcíme si čelovky a baterky a jako bludičky mizíme ve tmě. Cestou jde-

me chvíli i z kopce, ale to jen proto, abychom brzy poznaly, že Sněžka je česká nejvyšší hora. Jsme dobří, a tak hodinu před východem slunce je hora naše. Ve 4.55, v době východu, si slunce klidně vyšlo za mraky, a tak poselství z ostatních organizací neslyšelo a ani nevidělo naše spojené ruce na projev úcty těm, které s námi již být nemohou. Byla to jeho škoda, a já jsem přesvědčena, že ty, na které jsme myslely, byly s námi.

Tato květnová noc byla opravdu jiná než ostatní a pro mě znamenala hodně. Na Sněžce jsem se ujistila, že všechny naše kamarádky a přítelkyně, které jsme měly rády, jsou s námi napořád v našich srdcích, a pro ty, které onemocní, to neznamená, že něco končí, ale naopak začíná.

Zdenka Jusková

### SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE ŘÍKÁ:

Právo na čistý vzduch patří k základním lidským právům. Vzhledem k tomu, že většina lidí této planety patří k nekuřákům, má právo nebýt obtěžována cigaretovým kouřem lidské menšiny. Zejména děti mají právo žít v nekuřáckém prostředí, které napomáhá i k tomu, aby zejména mládež se zlozvykem kouření vůbec nezačínala.

(red)

## VÝZKUM KOUŘENÍ MEZI VYSOŠKOLÁKY

Státní zdravotní ústav v Praze provedl v r. 2006 průzkum kouření u studentů stomatologie. Výsledky studie poskytují informace důležité pro přípravu postupů k účinné kontrole tabáku, v prevenci kouření a pro léčebné intervence v České republice. Přinášíme je v plném znění:

1. Velmi důležité je upevnit povědomí studentů o jejich úloze jak v zoru pro pacienty, tak i veřejnost, posílit edukaci o jejich odpovědnosti radit všem pacientům, aby přestali kouřit, a podporovat úlohu zdravotních sester v aktivitách k zanechání kouření.



2. Rozšířit na důkazech založenou edukaci o technikách k zanechání kouření do všech medicínských disciplín, zejména do škol připravujících na ošetrovatelské profese.
3. Podporovat nekuřáctví zdravotníků jako společenskou normu a propagovat programy k zanechání kouření pro studenty příslušných škol.
4. Posílit ochranu nekuřáků proti expozici tabákovému dýmu na veřejných místech vymáháním zákona.
5. Podporovat monitorování a výzkum se zaměřením na zdravotní a spo-

lečenské determinanty užívání tabáku.

6. GHPS by měl být pravidelně opakován, aby bylo možno zjistit trendy ve výskytu kouření a v postojích zdravotníků. Toto šetření poskytl České republice hodnotné informace o různých aspektech vztahu studentů zdravotnických oborů k tabáku včetně užívání tabáku, prevence kouření jako součásti školních osnov, expozice tabákovému dýmu v okolním prostředí, postojů a znalostí a úloze zdravotníků při zanechání kouření. Výsledky

budou využity v národních veřejně zdravotnických programech jako Národní program zdraví, Zdraví 21 a NEHAP.

7. Mezinárodní spolupráce při uskutečňování účinného systému průzkumu je důležitá pro rozpoznání charakteristik, určujících faktorů a důsledků užívání tabáku. Výměna informací je nezbytná pro odvrácení nepříznivých globálních trendů ve spotřebě tabákových produktů a nežádoucích zdravotních důsledků na globální úrovni k potlačení této hrozby lidskému zdraví.

## NEZÁVIDĚNÍHODNÝ PRIMÁT

**K**olorektální karcinom (KR-CA) – karcinom tlustého střeva – zůstává více než dvě generace významným problémem české populace. Od roku 1960 stoupá výskyt tohoto onemocnění a od 90. let minulého století zaujímá ČR spolu s Maďarskem vedoucí postavení ve světových statistikách. V ČR činí počet nových onemocnění KR-CA (diagnózy C18, C19, C20) ročně kolem 8.000 a téměř 5.000 osob na tuto nemoc zemře. Je tragickou skutečností, že KR-CA působí tak velké ztráty, třebaže je to jeden z nejlépe prevencí ovlivnitelných a léčitelných nádorů, pokud se zjistí v časném stadiu.

Sekundární prevence zahrnuje dvě pracovní metody: 1. screening (depistáž) – tj. časná diagnostika choroby, pokud možno u bezpříznakových jedinců; 2. dispenzarizaci – tj. dlouhodobé sledování vysoce rizikových skupin. V případě KR-CA se často používá pojem „screening“ nesprávně jako obecný pojem pro sekundární prevenci, což vede k významným omylům včetně chybné interpretace výsledků.

Screening KR-CA se týká bezpříznakových jedinců od 50 let věku. Věk je totiž nízký (průměrný) rizikový faktor tzv. sporadického KR-CA, tj. nádoru u osob s negativní rodinnou či osobní anamnézou KR-CA nebo idiopatického střevního zánětu. Tento typ nádoru činí 75–80% všech KR-CA.

Světová zdravotnická organizace stanovila tato obecná pravidla pro screening:

1. choroba je léčitelná a má závažné důsledky, pokud léčena není nebo je léčba pozdní;
2. úvodní metoda je jednoduchá, levná, přijatelná pro vyšetřovaného i poskytovatele;
3. pokud jde o nepřímou metodu, má dávat málo falešně pozitivních výsledků;
4. rozhodující kritérium pro populační screening je snížení mortality na sledovanou chorobu v prospektivní randomizované studii.

Existuje pět screeningových programů KR-CA, které se realizují ve dvou nebo v jedné etapě. K dvouetapovým patří:

1. test na okultní krvácení ve stolici (TOKS) a u osob s pozitivním výsledkem kolonoskopie;
2. TOKS a flexibilní sigmoidoskopie.

Jednoetapové programy jsou:

1. flexibilní sigmoidoskopie,
2. kolonoskopie,
3. CT-kolonografie.

Jednoetapové programy neberou zřetel na kritéria SZO. Před zahájením populačního screeningu je třeba vyhodnotit náklady, rizika, komplikace, compliance cílové populace a připravenost poskytovatelů (organizační, personální, materiální a ekonomickou). V současnosti se soustřeďuje pozornost na programy: TOKS-kolonoskopie a screeningová kolonoskopie.

### STUDIE SCREENINGU KR-CA V ČR

Screening sporadického KR-CA má v České republice dlouhou tradici. Šest pilotních studií provedených programem TOKS (Haemoccult II®) – kolonoskopie v letech 1979–1984 bylo souhrnně vyhodnoceno v roce 1986. Následovaly dvě velké prospektivní otevřené studie. V letech 1985–1991 za plně státního systému zdravotní péče se uskutečnil Český screeningový program s více než 109.000 asymptomatických jedinců ve všech krajích ČR. V rámci tohoto programu byla provedena také studie nákladů a finančního užítku. V letech 1997–1998 následoval Pražský projekt s 12.600 vyšetřovanými osobami za účasti 61 soukromých praktických lékařů. V obou těchto studiích, provedených v odlišných systémech zdravotní péče, bylo dosaženo vysoké compliance: více než 80% vyšetřených použilo a odevzdalo TOKS podle návodu. Takový zájem populace o screening KR-CA byl potvrzen až nedávno studiemi na Taiwanu organizovanými podobnou metodikou. Obě české studie prokázaly zájem české populace o screening KR-CA, význam odborné přípravy praktických lékařů na screeningový program a jeho oprávněnost v populaci s vysokou incidencí KR-CA.

### POPULAČNÍ SCREENING KR-CA V ČR (NÁRODNÍ PROGRAM)

#### Metodika

Populační screening sporadického KR-CA byl zahájen v ČR 1. 7. 2000. Jeho



**Tab. 1 Pojištěnci VZP – nepřímá data. Celkový počet gTOKS, totálních kolonoskopií a endoskopických polypektomií v letech 2000–2005**

|                                  | 2000   | 2001    | 2002    | 2003    | 2004    | 2005    |
|----------------------------------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|
| <b>gTOKS</b>                     | 13.716 | 139.575 | 188.971 | 207.636 | 232.930 | 239 795 |
| <b>Totální kolonoskopie</b>      | 59.252 | 68.897  | 80.274  | 86.342  | 95.685  | 98 134  |
| <b>Endoskopické polypektomie</b> | 10.383 | 13.605  | 16.882  | 20.756  | 23.802  | 24 957  |

zavedení předcházela obtížná jednání mezi Ministerstvem zdravotnictví, zdravotními pojišťovnami a odbornými společnostmi. Při těchto jednáních poskytl zavedení screeningu významnou podporu Nadace Víze 97 (D. a V. Havlovi). ČR se stala v celosvětovém měřítku druhou zemí, v níž byl program populačního screeningu KR-CA přijat. Screening KR-CA se stal součástí bezplatné preventivní prohlídky ve dvouletém intervalu u bezpříznakových jedinců od 50 let věku. Na základě předchozích studií byl přijat dvouetapový program TOKS-kolonoskopie. Test na okultní krvácení na bázi guajakové pryskyřice (gTOKS) hodnotí praktičtí lékaři ve svých ordinacích. Osoby s pozitivním gTOKS se doporučují ke kolonoskopii na gastroenterologickém pracovišti. Kolonoskopie splňuje účel diagnostický (zjištění nebo vyloučení zdroje krvácení v kolorektu), ale zároveň má velký význam profylaktický, který spočívá v odstranění polypů metodou endoskopické polypektomie (EPE). 80 % sporadických KR-CA vzniká maligní přeměnou adenomových polypů a jejich odstranění znamená přerušení tohoto procesu, který je naštěstí pomalý a trvá 8–10 let. Primárním cílem screeningu KR-CA je diagnostika nádoru ve fázi tzv. pokročilého adenomu. Tento je definován jako polyp o průměru 10 a více mm. Dalšími znaky jsou vilózní uspořádání (z více než 25 %), těžká dysplázie nebo časný karcinom. Tyto léze krvácejí sice okultně a intermitentně, ale při pravidelné účasti v programu má jinak bezpříznakový jedinec – vzhledem k dlouhému trvání maligní transformace – významnou šanci na časnou rozpoznání a léčbu nádorového procesu i výbornou prognózu (5leté přežití více než 90 % při nádoru omezeném na střevo).

**Realizační opatření**

Po zahájení populačního screeningu vznikla pod patronací České lékař-

**Tab. 2 ČR – Přímá data screeningu KR-CA v roce 2005**  
(jednotky digestivní endoskopie ve 14 regionech)

|                          | <b>Celkem</b> | <b>pro TOKS +</b> |
|--------------------------|---------------|-------------------|
| <b>Kolonoskopie</b>      | 139.926       | 14.885 (10,6%)    |
| <b>KR-CA</b>             | 5.707         | 951 (16,7%)       |
| <b>Polypy</b>            | 46.304        | 6.272 (13,5%)     |
| <b>Pacienti s polypy</b> | 26.365        | 4.682 (17,8%)     |
| <b>EPE</b>               | 34.842        | 5.572 (16,0%)     |

ské společnosti JEP Rada pro KR-CA sdružující zástupce odborných společností, zdravotních pojišťoven, Ministerstva zdravotnictví a nadace Víze 97. Ve všech regionech ČR byli jmenováni paralelně koordinátoři programu z oboru všeobecného lékařství a gastroenterologie. Ministerstvo zdravotnictví poskytlo programu významnou podporu. V průběhu tří let bylo obnoveno a posíleno přístrojové vybavení 120 endoskopických pracovišť zúčastněných v programu účelovými investicemi v celkové hodnotě 240 milionů Kč. V roce 2003 byla zřízena Komise MZ pro screening KR-CA, která byla pověřena monitorovat a vyhodnocovat program a navrhnout doporučení k jeho dalšímu vývoji. V současné době je tento program hlavním projektem České gastroenterologické společnosti a na jeho monitoringu se významně podílejí regionální koordinátoři.

**Výchovná opatření**

**Pracovníci primární péče:** Praktičtí lékaři a jejich zdravotní sestry mají v českém screeningovém programu KR-CA klíčovou úlohu. Výhodou je velmi dobrá organizace postgraduálního vzdělávání ve Společnosti všeobecného lékařství i ve Sdružení praktických lékařů. Pracovníci primární péče se nikdy v minulosti nepodíleli na preventivním programu v takovém rozsahu a zejména neměla většina z nich žádnou zkušenost s detekcí gTOKS. Proto se uskutečnily v průběhu dvou let semi-

náře praktických lékařů a jejich zdravotních sester ve všech regionech ČR. Jejich obsahem bylo vysvětlení významu preventivního programu a zejména praktická instruktáž správného provedení a hodnocení gTOKS pod vedením zkušených biochemických laborantek. Důsledkem těchto seminářů byl zvýšený zájem pracovníků primární péče o screening a snížení pozitivitu gTOKS pod 5 % s následným snížením negativních kolonoskopií. Jeden z autorů sledoval s týmem praktických lékařů některé omezující faktory screeningu u volitelné populace, což podporuje věrohodnost programu.

V ordinacích praktických lékařů má největší význam individuální rozhovor lékaře s účastníkem výzkumného programu, tj. vysvětlení významu programu, nabídka informačních materiálů a zodpovězení otázek. Velmi pozitivní úlohu mohou mít v této části programu zdravotní sestry, neboť někteří jedinci navazují s nimi snadněji kontakt než s lékařem. Proto je důležité, aby zdravotní sestry byly k účasti v programu motivovány a vychovávány stejně jako lékaři.

**Laická veřejnost:** Během trvání programu byl význam screeningu KR-CA opakovaně předmětem mediálních akcí na celostátní i regionální úrovni. Účinnost informací závisí na osobní účasti nejen odborníků, ale zejména předních osobností veřejného života a podpoře významných průmyslových

a obchodních organizací. Tato účast a podpora je v současné české společnosti velmi nízká a obráží postavení lidského zdraví na žebříčku jejich životních hodnot. Je velmi žádoucí, aby v tomto ohledu došlo ke změně a aby společenská a mediální podpora screeningového programu byla trvalá a intenzivní.

### **Výsledky Nepřímá data**

Tato poskytuje Všeobecná zdravotní pojišťovna (VZP), která má smlouvy s 4.500 praktickými lékaři a pokrývá asi 70% české populace. Podle informací VZP používá gTOKS 97% praktických lékařů, ale jen 20% jej aplikuje v takovém rozsahu, že je splněn předpoklad vyšetření segmentu cílové populace ve dvouletém intervalu preventivních prohlídek. VZP poskytuje v pololetních intervalech údaje o počtu provedených gTOKS a následných výkonech, které mohou na pozitivní gTOKS v rámci preventivního programu navazovat (kolonoskopie, EPE). Počty těchto výkonů se po zavedení screeningů výrazně zvýšily v letech 2000–2005 (tab. 1). Jde však o data celková, v nichž jsou skryty i výkony provedené z indikací jiných než screening.

### **Přímá data**

Od 2. pololetí 2002 zavedly zdravotní pojišťovny rozdílné kódy pro negativní a pozitivní gTOKS v rámci screeningů. Tím vznikla možnost sledovat další osud osob s pozitivním gTOKS podle vybraných kódů navazujících diagnostických a terapeutických metod. Tento postup navržený Komisí MZ pro screening KR-CA se nepodařilo realizovat pro nemožnost dohody mezi MZ a zdravotními pojišťovnami. Přímá data jsme proto získali z jednotlivých endoskopických pracovišť prostřednictvím regionálních gastroenterologických koordinátorů. Základními údaji byl celkový počet kolonoskopií a podíl kolonoskopií provedených z indikace pozitivního gTOKS. Stejným způsobem byly hodnoceny také další údaje. Výsledky screeningového programu ze všech regionů ČR v roce 2005 jsou uvedeny v tab. 2. Jedna desetina kolonoskopií byla provedena z indikace pozitivního gTOKS, ale každý šestý endoskopicky diagnostikovaný KR-CA byl diagnosti-

kován na podkladě screeningů. Stejně významné jsou počty polypů, jedinců s polypy a EPE provedených na podkladě pozitivního gTOKS. Tyto údaje dokládají, že KR-CA zůstává významným problémem boje se zhoubnými nádory a že zvolený screeningový program je schopen plnit požadavky na něj kladené.

### **Diskuse**

V USA byl screening KR-CA vybrán v roce 2001 a znovu v roce 2006 jako jediná malignita mezi preventivními programy testovanými podle preventivní odstranitelného břemene choroby, nákladů a účinnosti. Dvouetapový screeningový program TOKS-kolonoskopie je nejvíce používán v celosvětovém měřítku. Byl doporučen sborem nezávislých expertů v USA (US Preventive Services Task Force) v roce 1995 a v Evropě (European Group for Colorectal Cancer Screening) v roce 1998. Tento program splňuje jako jediný screeningová kritéria Světové zdravotnické organizace. Nezbytné je jeho opakování v doporučených intervalech k detekci nových nebo přehlédnutých lézí. Pro použití tohoto programu je nejvíce objektivních dokladů. Prospektivní randomizované studie prokázaly snížení úmrtnosti na KR-CA o 15–33%. Výsledky studií náklady-účinnost (cost-effect) a náklady-finanční užitek (cost-benefit) jsou kladné. Ve srovnání se screeningem karcinomu prsu jsou náklady na rok prodloužení života nižší asi o 50% a celkové náklady jsou dostatečně pod limitem ekonomické únosnosti screeningových programů. Kritické body tohoto programu zahrnují dostatečnou complianci populace, vysokou návratnost gTOKS praktickým lékařům a krátké termíny diagnostického programu u TOKS-pozitivních jedinců. Populační screening KR-CA tímto programem považujeme za reálný. V každé zemi je ovšem třeba vzít v úvahu při jeho organizaci systém zdravotní péče a jeho možnosti. ČR je prvním státem, v němž se provádí monitoring a evaluace populačního screeningu v rozsahu celého územního celku. Přesto považujeme za potřebné tyto metody rozšířit a zdokonalovat. Cílem je zavedení jednotné strukturované dokumentace, což ovšem předpokládá zájem a spolupráci všech zúčast-

ných složek. Po odborné stránce je nezbytné zachovat spolupráci všeobecného lékařství a gastroenterologie a považujeme za velmi potřebné navázat užší kontakt s oborem klinické onkologie.

Pokud jde o vlastní obsah screeningového programu TOKS-kolonoskopie, je žádoucí, aby se v ČR uskutečnila srovnávací studie gTOKS a imunochémického TOKS, který specificky deteguje lidský hemoglobin. Tento test nevyžaduje žádná dietní opatření a při jeho použití se snižuje počet falešně pozitivních testů a následných negativních kolonoskopií. Nevýhodou je vyšší cena a odběr vzorků zatím rutinně jen z jedné stolice, což může ovlivnit výsledek vzhledem k intermitentnímu krvácení časných nádorových lézí.

Screeningová kolonoskopie u osob s průměrným rizikem je propagována částí odborné veřejnosti v USA i Evropě. Při tomto programu je selekce určena pouze věkem. Jelikož KR-CA onemocní jen malá část populace (asi 5%), bude invazivní metoda prováděna u velkého počtu jedinců bez kolorektální neoplázie. V současné době není tento program podpořen žádnou prospektivní randomizovanou studií. Podle nepřímých dokladů lze předpokládat, že screeningová kolonoskopie splní dva hlavní úkoly, tj. detekci většiny časných karcinomů a pokročilých adenomů, a tyto také odstraní. Jako populační screening však neodpovídá tento program na řadu otázek (náklady, riziko, komplikace, compliance, připravenost poskytovatelů). Kapacita a finanční zdroje pro tento program nejsou k dispozici v současnosti v žádné zemi, dokonce ani v USA, kde se odhaduje, že změna je možná v horizontu 10 let. Dalším problémem tohoto programu je skutečnost, že bude používán pro sporadický KR-CA i některé vysoké rizikové skupiny, u nichž se však míra rizika významně liší. Proto zůstává screening sporadického KR-CA programem TOKS-kolonoskopie praktickým řešením přinášejícím užitek převážně části populace.

*Převzato ze studie Screening sporadického kolorektálního karcinomu v České republice.*

*Autoři: Přemysl Frič, Miroslav Zavoral, Bohumil Seifert, Petr Pokorný, Štěpán Suchánek*

# OBEZITA – VÁŽNÝ PROBLÉM NAŠICH DĚTÍ

Statistiky uvedly, že každé páté dítě v České republice trpí nadváhou nebo je obézní. Nejčastěji jsou to děti kolem sedmi let, což zcela určitě souvisí se změnou životního stylu a se školní docházkou.

V dospívání mezi 13. a 17. rokem těchto tloušťků ubývá. Ovšem podle medicínských zjištění se v současné době objevují dospívající mezi 15. a 19. rokem, u nichž se mohou objevit onemocnění, která byla v dřívější době diagnostikována pouze u dospělých – vysoký krevní tlak, diabetes 2. typu.

## Proč děti tloustnou?



\*

Přicházejí prázdniny, které jsou nevhodnější dobou pro splnění zdravého způsobu života – vhodné stravy a dostatku pohybu. Jak na to, zeptali jsme se dlouholeté odbornice na dětskou obezitu MUDr. Jany Pařízkové.

Obezita u dětí je stále častěji stejně jako u dospělých posuzována jako **celosvětová zdravotní epidemie**, závislá především na vztahu zvýšeného ukládání tuku ke zdravotnímu stavu a možnosti přežití jak bezprostředně, tak z hlediska možných pozdních důsledků. Obezita je charakterizována **zvýšeným podílem tuku ve vztahu k ostatním tkáním organismu**. Zdravotní problémy, projevující se jak u dětí a dospívajících, tak i později v dospělosti, jsou hlavním důvodem k tomu, aby byla obezita v dětství věnována větší pozornost, než jak tomu bylo dříve.

**Jde o změny životního stylu** – to je jak změněná výživa – hlavně z hlediska podílu saturovaných tuků a jednoduchých cukrů, ale i omezení výdaje energie sníženou pohybovou aktivitou – prodlužováním času před televizní obrazovkou, videohrami a trávením času u počítačů – což je v současné době považováno za hlavní faktory nárůstu obezity i u dětí a mládeže. Tyto závěry umožňují definovat postupy v prevenci obezity u dětí. Z výzkumu víme, že funkční kapacita obézních dětí charakterizovaná

např. sníženou aerobní kapacitou, tj. sníženou spotřebou kyslíku ve vztahu k hmotnosti při testu maximální fyzické zátěže na běžícím koberci, je u obézních na nižší úrovni. Proto je také výkonnost obézních snížena především při dynamické, aerobní zátěži zahrnující přenos vlastní hmotnosti (tuk nelze odložit v šatně) a vede ke spontánnímu omezování pohybové aktivity. S tím pak souvisí i snižování tělesné zdatnosti a výkonnosti především při dynamickém či aerobním výkonu ve sportech – jako je lehká atletika, sportovní hry apod. Svalová síla však může být stejná nebo vyšší.

Opakované měření příjmu potravy dětí jak normální, tak zvýšené hmotnosti v UK a USA ukázalo, že se často nezvyšuje celkový příjem energie, ale mění se skladba potravy: především se zvýšil příjem tuků a jednoduchých cukrů paralelně se snižujícím se výdejem energie.

Přísná redukční dieta je v období růstu organismu používána pouze u zanedbané morbidní obezity provázené dalšími zdravotními problémy, která vyžaduje lékařský dohled, hospitalizaci či účast ve speciálních zařízeních pro tento účel. Rovněž přílišné omezení příjmu potravy u dětí a mládeže může znamenat riziko sníženého příjmu některých vitamínů a minerálů potřebných pro adekvátní rozvoj organismu. V tomto případě také může docházet ke zpomalení růstu do výšky. Příprava



Dochází k nerovnováze mezi příjmem potravy a pohybem a zejména dospívající se často pohybují minimálně. Není bez zajímavosti, že touto problematikou se zabývá nejen Evropská unie, ale lékaři na celém světě, a to nejen v průmyslově rozvinutých zemích, kde se v posledních letech rychle měnily životní podmínky, týkající se jak výživy, tak pohybové zátěže. Podle zjištění například v EU ročně přibude kolem 400 tisíc mladých tloušťků. Ve školních jídelnách, ale i doma chybí více ovoce, zeleniny a nesladké pitné vody.

# Výživa při nádorovém onemocnění



Více než 50% onkologických pacientů trpí malnutricí již v době diagnózy.<sup>1)</sup>

Ta má špatný vliv na:

- prognózu onemocnění
- účinnost léčby
- kvalitu života pacienta



„Nutridrink podporuje  
Ligu proti rakovině“

Včasné zahájení nutriční podpory je nezbytnou součástí moderní onkologické léčby.

<sup>1)</sup> De Wys WD et al. Am J Med 1980, 69, 491-7.

## NUTRIDRINK

...vždy, když běžná strava nestačí

Praktickou příručku „Výživa při nádorovém onemocnění“ si můžete nyní zdarma i objednat.

Stačí zaslat vyplněný kupon na adresu:

**NUTRICIA, a.s., Na Pankráci 30, 140 21 Praha 4**

### OBJEDNÁVKOVÝ KUPON

Mám zájem o bezplatné zaslání příručky

„Výživa při nádorovém onemocnění“ V počtu.....ks

Jméno a příjmení.....

Adresa.....

Brožurku si můžete zdarma objednat i na naší bezplatné infolince NUTRIDRINK: 800 110 000

Pondělí – pátek 8<sup>30</sup> – 16<sup>00</sup> hodin  
e-mail: informace@prague.nutricia.com,  
www.nutriciaclinical.cz  
www.vyzivavnemoci.cz

liga.p.r.07



správné diety vyžaduje dobré znalosti a trvalou kontrolu jednotlivých složek v podávaných jídlech.

Většina studií na dané téma doporučuje použít pro redukční terapii jak **usměrněnou dietu, tak i zvýšený pohyb**. K tomu jsou velmi vhodné prázdninové tábory s příslušným tělovýchovným programem, ale redukční postupy lze využít i v rámci rodinné dovolené, kdy je velice žádoucí, aby děti měly vzor ve svých rodičích a sourozencích. Samozřejmě je nutné se zaměřit na výživu a vyloučit rizikové potraviny a nápoje a zvýšit pohybovou činnost – sporty, vycházkami, tancem atp.

**Tuky** tvoří u naší populace většinou mnohem vyšší podíl, než je doporučováno. Je třeba vyloučit nebo alespoň omezit příjem tuků obecně, ale i tučná masa, sýry, smažená jídla, tradiční cukrovinky, dorty – to vše patří do programu snižování hmotnosti. Za významnou příčinu zvyšování tělesné hmotnosti jsou dnes rovněž považovány slazené šumivé nápoje, ale i ovocné šťávy, pokud nejsou přírodní a k utišení žízně se pijí nezředěné. To vše by se mělo uplatňovat ve všech rodinách, a to zejména v období prázdnin, kdy lze daleko snadněji ovlivnit celodenní režim jídla a pohybu.

Výzkumy potvrzují, že po redukci nadměrného tuku došlo ke snížení krevního tlaku, sérových lipidů, insulínu i dalších hormonů, které jsou obvykle u obézních dětí zvýšené.

Uvedená sledování ukazují, že neúspěšnějším prostředkem k nápravě obezity je zvýšený výdej energie při vhodném intenzivnějším pohybovém režimu a usměrněný příjem potravy především snížením tučných a sladkých jídel a nápojů. Důležitý je také výživový režim během dne: zajištění pravidelné snídaně, správného rozložení jídel v průběhu dne, kdy je třeba přijímat více potravy do odpoledne a omezit potravu v pozdním odpolední a večer.

Ranný začátek a udržování žádoucího pohybového režimu hrají rozhodující úlohu. Výživové návyky se dle psychologů ustalují už ve 2–3 letech. Dítě se může naučit nejen správně jíst, ale i pohybovat, nebo naopak se nepohybovat, a to jak v rodině, tak i ve výchovném zařízení. Stejně zásady platí i pro výběr potravy a chuťové preference.

Všechna pozorování vedou k tomu, že nejlepší prevencí obezity je nenechat ji vůbec vzniknout.

Prof. MUDr. Jana Pařízková, DrSc.

# ČEŠTÍ VĚDCI VYVINULI NOVÝ LÉK PROTI RAKOVINĚ



ve chvíli, kdy vědci rozluští tuto záhadu, bude možné říci, že se daří léčit rakovinu, neboť budou schopni poznat, jaké typy léků mohou pronikat do různých typů nádorů.

Látka GS9219 byla poprvé představena letos na konferenci Americké společnosti pro výzkum rakoviny. I když látka existuje už déle, její zveřejnění podléhalo embargu, neboť se všichni báli vzbuzovat liché naděje na vyléčení. Zhoubná onemocnění lymfatických uzlin se podílejí celou čtvrtinou na onemocněních rakovinou. V tuto chvíli je nutné počkat na výsledky zkoušek, což představuje dobu přibližně šesti let, neboť testy musí velmi pečlivě sledovat i eventuální vedlejší účinky na lidský organismus.

Tato fáze je velmi náročná i finančně, jde o závratné sumy peněz, které do výzkumu americká firma Gilead Sciences vkládá. Přece jen je nutno brát v úvahu, že reakce lidského organismu může být odlišná od reakcí testovaných zvířat. Nicméně jde o velký nadějný krok na dlouhé cestě.

Je pro nás přímo fantastické, že u kolébky stojí čeští vědci, kteří se takto řadí ke světové špičce v mnohaletém boji proti zhoubným onemocněním. Ústav organické chemie a biochemie patří ke špičce pracovišť také ve vývoji protivirových léků a léků proti AIDS. Nyní přichází s lékem, jehož účinnost je ojedinělá. Jediná injekce dovede zničit nádor během šesti dnů. Až se podaří zjistit, proč si lék všimá jen nádoru, dostanou se vědci do blízkosti svého snu – vyléčit rakovinu.

-red-

Čeští vědci objevili lék proti rakovině, který má neuvěřitelné výsledky. Po jediné injekci preparátu GS9219 zmizely u pokusných psů nádory na krku nebo v břiše.

Americká firma Gilead Sciences, která spolupracuje s českými vědci, se rozhodla látku testovat na několika tisících amerických pacientů. Je totiž nutné zjistit, zda látka, kterou vyvinuli v pražském Ústavu organické chemie a biochemie, nezpůsobuje vedlejší nežádoucí účinky.

Nutno říci, že na vývoji této mimořádné látky, zaměřené na rakovinu lymfatic-

kých uzlin, spolupracovaly celkem tři české týmy: jsou to týmy Ústavu organické chemie a biochemie pod vedením Antonína Holého a Ivana Votruby a 1. lékařské fakulty UK pod vedením Bertý Otové. Výjimečnost nového léku je v tom, že působí pouze na buňky zasažené rakovinou, a tak zdravá tkáň je ušetřena, což dosavadní chemoterapie neumí.

Zdeněk Havlas, ředitel Ústavu organické chemie a biochemie říká, že v současné době je nutno zjistit, proč látka působí jen na nemocné buňky a zdravých se netýká. Domnívá se, že

## LÉKY – JEJICH VÝZKUM A VÝROBA

**Poptávka po zdravotní péči a léčivých přípravcích rychle poroste prakticky na celém světě. Udržet krok s tímto trendem znamená pro společnosti z oboru zdravotní péče především zvyšovat tempo výzkumu a vývoje. S tím ale mají farmaceutické firmy už dnes vážné problémy, které se mohou v příštích deseti letech prohlubovat. To bylo téma letošního setká-**

**ní předních osobností zdravotnických institucí a farmaceutických společností, které se uskutečnilo v rámci Světového ekonomického fóra v Davosu a které bylo podloženo nedávným průzkumem mezi 200 vrcholnými manažery z odvětví zdravotní péče.**

Zdálo by se, že odvětví zdravotní péče prožívá inovační explozi. Na trhu je

spousta nových přípravků, technologií, objevují se nové poznatky z biologie a genetiky, obrovské možnosti otevírá vývoj informačních technologií.

Podle odborných předpovědí poroste i poptávka po zdravotní péči. Světová populace se zvětšuje a zároveň stárne. Roste potřeba diagnostikovat, léčit a hodnotit výsledky léčby zejména chronických a degenerativních onemocnění.

### VÝZKUM A VÝVOJ SE PRODRAŽUJE...

Náklady na výzkum a vývoj rychle rostou. Příčiny vidí ředitelé farmaceutických firem mj. v tom, že je výzkum a vývoj čím dál komplexnější a náročnější. Klinické testy jsou rozsáhlejší, sledování a vyhodnocování výsledků pracnější. Získávaných informací, které je zapotřebí vyhodnotit, je stále více. Právní normy a požadavky regulátorů pro uvedení nových léčiv na trh jsou stále přísnější, a i po získání povolení se provádějí dlouhodobá pozorování účinnosti, vedlejších a nežádoucích účinků a efektivnosti nasazení přípravků. Jestliže tedy v roce 1987 průměrné náklady na vývoj jednoho přípravku dosahovaly 231 mil. USD, v roce 2000 to bylo už 800 milionů dolarů.

### ... A KDO TO ZAPLATÍ?

Rostoucí náklady, ale i vysoké riziko neúspěchu zůstávají problémy s financováním výzkumu a vývoje. Jednotlivé farmaceutické firmy už na to nestačí. Podobně jako v samotném procesu výzkumu a vývoje je dnes zapotřebí interdisciplinární přístup, ukazuje se jako nutnost mít více finančních zdrojů. Pozitivním poznatkem průzkumu je sdružování dřívějších konkurentů k řešení určitého výzkumného úkolu a zapojování fondů rizikového kapitálu do tohoto podnikání. V neposlední řadě se zdrojem financování stávají také veřejné finance ve formě státních grantů, dotací, veřejných zakázek nebo daňových úlev.



Prodrazuje se i proces povolování léčiv k prodeji. V roce 2005 přišlo jedno povolení v průměru na 95 milionů dolarů. Počet vyžadovaných testů se od roku 1980 v průměru zdvojnásobil až ztrojnásobil.

Pokud se má výzkum a vývoj během příštích pěti let zbavit nejvážnějších problémů, bude nutné nastavit těsnější vztahy mezi farmaceutickými společnostmi, vládami a plátcí za zdravotní péči v zájmu jejich užší spolupráce. Výzkum a vývoj si musí najít nové

zdroje financování. Měl by být veden interdisciplinárně a zahrnovat vývoj léčiv, přístrojů, biologických nástrojů, diagnostických metod i informačních technologií. Pravidla pro uvádění léčiv na trh by se měla globálně standardizovat.

V neposlední řadě je zapotřebí změnit způsoby komunikace s pacienty. Jsou vzdělanější, chtějí být informovanější a více se podílet na způsobu své léčby.

*Z tiskové zprávy firmy Deloitte*

## MOBILNÍ HOSPICOVÁ SLUŽBA



MUDr. Tereza  
Dvořáková

Na začátku této reportáže byl dopis, v němž se říká: dovolujeme si Vám oznámit, že nové sídlo Mobilní hospicové služby a Asistenčních služeb o. s. Tři je na nové adrese. Současně přišla i pozvánka na Den otevřených dveří v Benešově – 25. dubna. Rozjela jsem se tam.

Občanské sdružení Tři jsme už jednou představili v souvislosti s budováním hospicu pro Středočeský kraj v Čerčanech. Kamenný hospic se staví a v příštím roce se počítá s jeho otevřením. Bude mít 30 jednolůžkových a 3 dvoulůžkové pokoje a navíc 5 tzv. respitních lůžek pro okamžitou pomoc těm, kteří se o své nemocné starají v domácím

prostředí a potřebují krátkodobou výpomoc

V Benešově nejen mě, ale i první hosty přivítala paní doktorka Tereza Dvořáková společně se sestrou Ivetou Vlčkovou. Nový mobilní hospic je v bývalém areálu PCB a všechny prostory působí přívětivě a navozují pocit klidu a důvěry.

Mobilní hospic je v současné době zařízením, které pomáhá rodinám majícím doma pacienta, pro něhož nemocniční terapie už není vhodná. K dispozici jsou nejen lékaři a sestry, které zacházejí pravidelně do rodin, aby pomohly, ale i naučily rodinné příslušníky základním znalostem, jak se postarat o pacienty trvale upouta-

né na lůžko. Velkou pomocí je i možnost zapůjčení polohovacích lůžek, křesel, ale i dalších, život usnadňujících pomůcek. Velkou pomocí je i psychická podpora rodiny a vysvětlování, jak nejlépe pacientovi pomáhat a starat se o jeho pohodlí. Zdravotní tým je hospicovým pacientům k dispozici 24 hodin denně a služba je bezplatná.

Samozřejmě už dnes se všichni těší na okamžik, kdy bude otevřen kamenný čerčanský hospic, který bude sloužit občanům celého Středočeského kraje. Už dnes se paní doktorka Dvořáková i další pracovníci soustřeďují na speciální vzdělávání sester pro tuto službu a konkrétně spolupracují i s onkologickými klinikami fakultních nemocnic v Praze Krči a na pražských Vinohradech.

Sami cítí, že spolupráce s rodinami pacientů velmi přispívá ke zlepšení dnů jejich života, že posiluje i psychiku rodin a jejich snahu poskytnout blízkým tu nejlepší možnou péči. Není to tak snadné, neboť rozsah jejich působnosti je v rozpětí 35 a více kilometrů kolem Benešova. A nejde jen o rychlé zastavení. V průměru návštěva v rodině představuje 2–3 hodiny společné starosti, učení i názorné předvedení co a jak, aby život klienta byl přijatelný, včetně odborné paliativní péče.

Navíc dnes v Benešově při hospicu existuje tzv. asistenční služba pro lidi se sníženou soběstačností, která je určena seniorům, ale i maminkám na mateřské dovolené nebo lidem se zdravotním postižením. Tato služba jim pomáhá při návštěvě lékaře, ale i úřadů, kulturních zařízení nebo obstarává léky pro méně pohyblivé občany. Službu si platí klienti, ale ceny jsou pro všechny reálné a únosné. Asistence se poskytují podle objednání a podle individuálních potřeb klienta nebo jeho rodiny.



Respitní (odlehčovací) služby realizují krátkodobý pobyt u klienta v době, kdy je rodina v zaměstnání nebo musí vyřídít nezbytné pochůzky, ale někdy i pro odlehčení rodině v celodenní péči.

O službu je zájem – ovšem pokud se rodiny o této pomoci dozvědí. Zatím totiž obvodní praktičtí lékaři často o této službě neinformují a rodinám doporučují léčebny dlouhodobě nemocných, kde se však na umístění čeká dlouho a navíc mnozí z pacientů tam vůbec nechťejí, neboť domov je domov, a i když přináší mnohé komplikace, citové vazby a blízkost těch nejmilejších vyváží přednosti profesionální péče.

V zahraničí je dnes tato mobilní služba už hodně rozšířena. Benešovští, stejně jako první Domácí hospic v Praze, provozovaný občanským sdružením Cesta domů, a ještě několik aktivit na Moravě i v Litoměřicích – jsou prvními vlašťovkami v naší republice. Držme jim palce a pomáhejme jim, aby se

podařilo změnit i současné mínění naší společnosti, že poslední dny života člověka patří mimo domov. Naopak. Průzkumy ukazují, že většina lidí na sklonku života si přeje být doma mezi svými. Bývalo to samozřejmostí. Pokusme se tuto samozřejmost oživit a pomáhejme těm, kteří se na tuto nesnadnou a velmi náročnou cestu vydali.

*Eva Křížová*

**Kontakt na Mobilní hospicovou službu v Benešově:**

tel./fax 317 722 046, mobil 605 276 114  
 www.centrum-cercany.cz, e-mail:  
 mobilnihospic@centrum-cercany.cz  
 Asistenční služby, tel. 777 333 939  
 Adresa: Hospic Dobrého pastýře,  
 Jana Nohy 1362, 256 01 Benešov  
 Služba je zajišťována ve všední dny od 8.00 do 16.30 hod., v ostatních dnech je zabezpečena na mobilním telefonu.

## PROLEŽENINY – JAK JIM PŘEDCHÁZET

Dekubitus neboli proleženina je označení pro poškození kůže, sliznice a hlubších tkání. Hlavní příčinou je porucha citlivosti v daném místě s následným nedostatečným prokrvením a nektrózou.

Nejčastějšími rizikovými faktory jsou: věk nad 60 let, porucha mobility s dlouho-

dobým upoutáním pacienta na lůžku, porucha výživy (nedostatek proteinů a vitamínů), hydratace, imunoprese (potlačení vlastní imunity), inkontinence. Nelze zapomenout na deprese, diabetes a nádorová onemocnění (hlavně stavy po chemoterapii a léčbě zářením).

Hlavní místa výskytu: sacrum (prostor křížové kosti), paty, zevní kotníky, kyčle, místa pod sádrovým obvazem, lopatky, lokty.

**Dekubity mají 4 stadia:**

a/ stadium I. otlak kůže a podkoží bez porušení tkáně;

- b/ stadium II. začervenání tkáně, otok, puchýře;
- c/ stadium III. zánětlivý okraj poškozené tkáně, nekróza;
- d/ stadium IV. prohloubení nekrózy často až na kost, infekce.

### Terapie má několik fází:

Nejprve je nutné odstranit nekrózu, nadbytečný sekret a zabránit infekci. K tomu užíváme Nugel a Flamigel, Hydrocoll a TenderWet. Při známkách infekce má své místo Inadine a Beta-

dine. Před zahájením léčby je nutné poškozené plochy opláchnout, nejčastěji fyziologickým nebo Ringerovým roztokem.

Na tuto fázi navazuje granulace a epitelizace.

V současné době má význam tzv. hojení dekubitů zevnitř. K tomu slouží nutriční přípravky s obsahem bílkovin, vitamínu C a E, zinku a argininu. Nyní jsou k dispozici Cubitan a pro diabetiky Diasip. Podávají se 1–3x denně.

Aby dekubity nevznikly, je nutná prevence: polohování každé 2 hodiny, zabránit tlaku v místech, kde nejčastěji vznikají a léčit ta onemocnění, která mohou být rizikovými faktory (DM, ischemická choroba dolních končetin apod.). U pacientů imobilních zajistit aktivní i pasivní cvičení na lůžku, u pacientů inkontinentních zavést permanentní močový katetr. Nezapomeňte na výživu a péči o kůži (přípravky Menalind).

MUDr. Lenka Hronovská

## ZE ŽIVOTA NAŠICH ČLENŮ

### AMELIE – nové sdružení nejen pro onkologické pacienty

Nové sdružení, které se soustřeďuje na psychoterapii, založila onkologická pacientka Pavla Tichá.



Jak k tomu došlo?

Před třemi roky jí lékař diagnostikoval nádor v prsu. Prognóza od počátku nebyla příliš příznivá. „Přišla jste pozdě, nemoc je v pokročilém stavu...“ říkali. Sama se obviňovala, že si nevyšla dříve bulky v prsu, a zprvu doufala, že jde o omyl. Jenže... Ale dejme slovo pacientce.

Čekala mě řada vyšetření a čekání na diagnózu bylo strašně dlouhé. Uplynuly nekonečné dva týdny a pak přišel hrozný okamžik – potvrzení diagnózy. Navíc lékaři a sestry se chovali tak, že jsem měla pocit, že mám před sebou tak půl roku života. Maminka se šla do nemocnice zeptat, jak to skutečně je, a teprve až po roce mi řekla, že mi dávali maximálně dva roky života.

Několik let jsem už navštěvovala psychoterapeuta, a když jsem se dozvěděla o potvrzení diagnózy, šla jsem za ním. Psychoterapie mi moc pomohla najít cestu k sobě samé. Tam jsem se mohla vybrečet, mluvit o svém strachu, a to mi pomohlo najít cestu dál. Cítila jsem, že je to šance změnit svůj život, jak jsem si už dlouho přála.

Následovala chemoterapie, ablace prsu a další chemoterapie, při níž nastaly problémy, a ležela jsem více než měsíc v nemocnici. Nemohla jsem se hýbat a lékaři se domnívali, že jde o metastázy v páteři, naštěstí šlo o vyhřezlou ploténku, kterou vyřešila operace.

Když bylo vše za mnou, cítila jsem se šťastná a uspořádala jsem večírek pro všechny své přátele, kteří mě v boji s nemocí podporovali a pomáhali mi. Po půl roce jsem se vydala na dlouhou cestu ze Šumavy až do Chřibů na Moravě. S mojí fenkou jsme ušly přes 300 km. Po půldruhém roce se nemoc objevila znovu, ale po hormonální léčbě opět zcela zmizela.

V té době, kdy jsem ležela v nemocnici, jsem si uvědomovala, jak důležitá je psychika při zdolávání nemoci, a tak po uzdravení jsem hledala cestu, jak přiblížit pacientům bezplatnou psychosociální pomoc. Hledala jsem kontakty, navštěvovala jsem onkologickou kliniku VFN v Praze 2, hledala psychology, psychoterapeuty, logoterapeuty a další, kteří by byli ochotni se tomuto problému věnovat.

Náhodou jsem narazila na MUDr. Henrietu Tondlovou, která se už více než 20 let zabývá psychoonkologií. A tehdy se vše jakoby zázrakem rozběhlo. Seznámila jsem se s MUDr. Aschermanovou, primářkou a ředitelkou Ústavu onkologie a pneumologie Na Pleši, která otevřela cestu Amelii pro spolupráci s Komplexním onkologickým centrem. Podporuje nás také vedení onkologické kliniky VFN Karlovo náměstí v čele s doc. MUDr. Lubošem Petruželkou.

### Co může sdružení Amelie nabídnout?

Nabízí bezplatnou odbornou i laickou psychosociální pomoc pro onkologicky i jinak vážně nemocné a jejich blízké – tak se snažíme vyplnit mezeru v našem současném zdravotnictví.

Amelie je otevřená všem, kdo o ni mají zájem. Pacienti i jejich blízcí mohou zavolat na naši linku 739 506 912 nebo se spojit e-mailem [pavla.ticha@volny.cz](mailto:pavla.ticha@volny.cz) a po dohodě mohou přijít v pondělí nebo ve čtvrtek do našeho Centra Amelie v Praze 8. U nás si mohou popovídat s odborníkem – psychoterapeutem či někým, kdo prošel podobnou zkušeností; nabízíme také řadu tvořivých terapeutických činností a další. Po dohodě mohou pacienti i jejich blízcí využít bezplatnou odbornou psychoonkologickou pomoc v Železniční nemocnici v Praze 2 nebo další naše akce.

Nechceme nikoho do ničeho tlačit, neprosazujeme žádný ze způsobů léčby, ale dáváme prostor každému, aby našel svou cestu různými tvůrčími a relaxačními činnostmi. Nabízíme výtvarnou, divadelní a hudební dílnu, cvičení a další činnosti podle zájmu. Zveme různé hosty a také vaříme zdravá jídla, jejichž recepty si po ochutnávce mohou přítomní zaznamenat a doma uvařit.

Naše odborná péče je pokryta zdravotním pojištěním. Vstup do Centra je dobrovolný a příspěvky používáme na nákup občerstvení. Náš provoz financujeme z darů Kmotrů Amelie – jednotlivců, kteří se rozhodli pomoci naší činnosti. Většina našich členů, v současné době je nás asi 20, pracuje bez nároku na honorář. V budoucnu se nám snad podaří některé aktivity profesionalizovat.





*V současné době je naše pomoc zaměřena na Prahu, ale do budoucna bychom rádi vybudovali celorepublikovou působnost, aby psychosociální služby mohly být poskytovány všude. Hledáme spolupracovníky – psychology, psychoterapeuty i bývalé pacienty, kteří by měli zájem o spolupráci.*

**Kontakty:** Linka Amelie 739 506 912  
www.programamelie.cz  
e-mail: pavla.ticha@volny.cz  
Adresa: Na Truhlářce 39, Praha 8  
vždy v pondělí a ve čtvrtek.

### ŽAP Praha



Po krásném setkání s bratislavskými Venušemi v červnu 2006 v Brně jsme se domluvily na týdenním pobytu v letošním roce „někde“ na Slovensku. Dlouhá jednání a čilá korespondence kvůli sladění oboustranně volného termínu měly nakonec úspěch. Je krátce před desátou hodinou v úterý 8. května na Hlavním nádraží v Praze. U rychlíku směr Zvolen se scházejí členky Klubu ŽAP. Cíl dlouhé cesty je Slovensko – Turčianské Teplice. Nasedáme do rychlíku plně očekávání. Po šesti a půl hodinách konečně zastavuje vlak v cílové stanici. Čekají nás nejenom Venuše, ale také

přistavené auto na odvoz zavazadel. Přivítání je srdečné a bouřlivé. Cestou z nádraží do Léčebného domu Aqua se dozvídáme, že během pobytu absolvujeme návštěvu u lékaře a několik lázeňských procedur. Bydlíme v perfektně vybavených pokojích a při první večeři se marně snažíme odhadnout počet našich slovenských kamarádek. Je nás plná jídelna. Hledáme známé tváře a seznamujeme se s dalšími členkami, které přijely z různých míst Slovenska. Začlenily jsme se do prvního ze dvou po sobě jdoucích turnusů rekondičních pobytů, které pořádají Venuše pro 250 žen a plně je hradí společnost Avon.

Kromě již zmíněných procedur byl připraven program pro tři večery a dva půldenní výlety. První do Kremnice, druhý do Martina. V obou městech jsme navštívily muzea a stačily si prohlédnout zajímavosti města. Každou volnou chvíli a každé náhodné setkání jsme využívaly ke vzájemným rozhovorům. Byl to krásný týden. Nová přátelství jsme si odvážely v podobě adres, ale hlavně v srdcích. Přestože pro ŽAPky to byl týden poměrně finančně náročný, není pochyb o tom, že příští rok se s Venušemi setkáme zas – tentokrát v České republice.

Ani jsme se doma nestačily rozkoukat a hurá do ulic – na Českém dnu

proti rakovině přece nesmíme chybět. V letošním roce byli všichni zájemci o příspěvek ještě vstřícnější, protože na propagaci záslužné akce LPR nešetřila televize, rozhlas ani tisk. Květinčky z košíčků nám rychle ubývaly, jen škoda, že jich bylo tentokrát více vadných. Někdo je ještě na svém stanovišti opravoval, někdo se s nimi vrátil domů a přelepoval. Z výsledku našeho „prodeje“ květinček máme radost, únava stála za to. Ani v příštích dnech nebudeme zahálet, máme připravenou další větší akci „Dokážeš to taky“, ale ony i ty naše běžné aktivity a plány dají práci.

Dana Hybšová

### INNA Havířov Růžová jízda



Celonárodní projekt Růžová jízda v rámci kampaně Avon proti rakovině prsu začala 14. 3. 2007 a první eta-

pa potrvá do 18. 5. 2007.

V našem kraji se uskutečnila v týdnu od 10. 4. Se svojí kolegyní z našeho klubu INNA Havířov jsme byly s růžovým autobusem každý den v jiném městě. Nejdříve v Ostravě, dále v Českém Těšíně, Frýdku-Místku a nakonec v Novém Jičíně.

Cílem projektu bylo oslovit co nejvíce občanů a informovat je o možnostech prevence. Nejlevnější prevencí je samovyšetřování prsu, které si mohou ženy provádět v prostředí domova.

Během krátké instruktáže se klientky dozvěděly o rakovině prsu a prevenci. Měly zde možnost nácvičku samovyšetřování na silikonové maketě. Každá si domů odnášela letáčky a dle zájmu poukázky pro mamografické nebo ultrazvukové vyšetření ve výši 200 Kč (pro ty ročníky, které nejsou hrazeny z pojišťoven).

Zaúrazňovaly jsme, že díky kvalitní vyšetřovací technice se dá rakovina prsu vyléčit s 95% úspěšností, ale za předpokladu, že žena přijde včas.

Během 4 dnů Růžové jízdy projevilo o tuto problematiku zájem okolo 500 žen, ale i mužů. Většina z nich vyplnila pro všechny velmi dlouhý dotazník. Za průběh kampaně odpovídá pan Ondřej Klíč z pořadatelské organizace PG management, a i díky jeho schopnostem je akce úspěšná.

Při odchodu ženy ve všech městech



Alen Praha

oceňovaly tuto akci a děkovaly za užitečné a hlavně pro ně srozumitelně podané informace.

Marta Marčová

#### ALEN Praha



Na únorové schůzce byl zhodnocen uplynulý rok a také volby do Rady sdružení Alen. Rada se skládá ze 12 členek a vedle obvyk-

lých funkcí předsednických a ekonomických a revizních jsou členky rady pověřeny zájmovou kulturní a sportovní činností.

Předsedkyní byla opět zvolena Daniela Kelišová. V podstatě lze říci, že došlo ke zvolení staronového výboru. Gratulujeme. Zřejmě se členky rady ve svých funkcích osvědčily, a tak získaly důvěru pro další dva roky.

Uplynulý rok tak, jak je už tradicí, byl velmi pestrý a bohatý. Schůzky, cvičení, plavání, výlety, turistické zájezdy a samozřejmě i rekondiční pobyty či prodloužené výlety.

Také letošní rok je bohatý na nejrůznější akce. V dubnu se podařil výlet na Zbořený Kostelec v Posázaví. Už v Praze se připojily kamarádky z Mammahelpu a v Ledcích se ještě připojila děvčata z benešovského Benkonu. Zbořený Kostelec, ranně středověké sídlo je vysoko na skále, přesto jej většina „dobylo“. Společně pak všichni došli až do Týnce nad Sázavou a slíbili si, že jarní společný výlet nebyl poslední a že do Týnce se určitě ještě někdy vrátí.

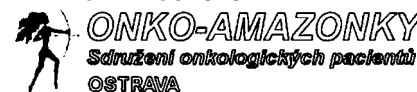
Jarní dobu a krásné, téměř letní počasí využily „Alenky“ k několika výletům do pražského okolí. Vinoř, zámek ve Ctěnicích, ale i návštěva Kinského zahrady v pátém pražském obvodu přinesly zajímavé poznatky a pěkně prožité víkendové dny. Přípomínkou je i obrázek kostelíku z Podkarpatské Rusi, který společně s Národopisným muzeem v letohrádku Kinských patří k pozoruhodnostem této krásné pražské zahrady.

Letošní akce „Dokážeš to taky!“ se podařila. Myslím, že patřila k nejmocionálnější, a tudíž nejhezčí. Nebo že by už jen trochu vybledly vzpomínky na ty předešlé akce, kdy jsme plavaly, šlapaly na kolech i chodily pěšky, splouvaly na raftech? Letošní výšlap začal hezky hned u vlaku milým přivítáním naší Evy, nikoliv chlebem a solí, ale koláči a panáčkem.

Tak tedy – Alen, Benkon a pražský Mammahelp – hurá na Říp! – nejpmátnější českou horu (415 m n. m.). Sem praotec Čech vstoupil, odtud spatřil lesy a řeky, hory i roviny a řekl: „Toť jest ta země, o kteréž častokrát sem Vám pravil a do ní Vás uvéstí slíbil.“ Říp hrál často významnou roli v českých dějinách. A dnes měl velký význam i pro nás a podle toho jsme se i cítili. Hora nás přitahovala. Bylo sice horko, ale stromy na úbočí Řípu nás ochránily.

Dana Kelišová

#### AMAZONKY Ostrava



Ostravské Amazonky vydávají čtvrtletně pro své členky vlastní Zpravodaj. V jarním čísle byl zhodnocen uplynulý rok, který byl také bohatý na rozmanitou činnost a účast členek na mnoha akcích. Navíc poskytují všeobecné informace, psychosociální poradenství, pomáhají při prosazování práv a zájmů onkologických pacientů, připravují výchovné a vzdělávací programy a nechybí cvičení, turistika, plavání i časté návštěvy kulturních akcí.

Ve Zpravodaji mě zaujala jedna zajímavá rada, která je užitečná nám všem:

„Senioři by měli denně chodit na procházku, aby se udrželi svěží. Podle amerických vědců chůze prospívá duševnímu zdraví. Sledování muži nad 71 let, kteří denně ušli méně než 400 m, trpěli dvakrát častěji demencí než ti, kteří nachodili přes 3 km. A také ženy, které se procházely 1,5 hodiny a více během týdne, na tom byly duševně podstatně lépe než ty, které nestrávily procházkou ani 40 minut během týdne. Stačí docela málo, aby byl člověk fit do vysokého stáří.“

Tak hodně kilometrů během prázdnin a dovolených!



**DIANA Brno**



Brněnský klub si letos připomíná už 18. rok od svého vzniku. Ve své výroční zprávě za rok 2006 připomíná smysl a cíl své existence – pomáhat onkologickým pacientům získat sebedůvěru a najít odvahu znovu se zapojit do života společnosti. Tomu odpovídá i celoroční program, v němž jsou odborné přednášky, pravidelná cvičení, plavání, ozdravné pobyty, ale i zájezdy za poznáním doma i v zahraničí, návštěvy divadel a koncertů a navíc klub využívá výtvarnou dílnu Masarykova onkologického ústavu, kde vznikají často pozoruhodná díla.



Náš klub si pro letošní rok vybral zájezd do Bratislavy. Spojily jsme jej s pozváním a návštěvou našich přítelkyň slovenského onkologického klubu Venuša.

Velice jsme ocenily angažovanost širokého kolektivu členek klubu Venuša, vřelého přijetí, srdečného posezení i bohatého pohoštění.

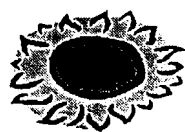
Přestože Bratislavu v minulosti každá z nás několikrát navštívila, teprve při společné prohlídce a velmi zasvěceném výkladu paní Beatky jsme poznaly toto město v jeho plné kráse. Rády bychom poděkovaly paní RNDr. Martě Vozárové – předsedkyni klubu Venuša – za pomoc při zorganizování naší návštěvy. Domů jsme se vracely s bohatými dojmy.

*Jana Barvínková  
vedoucí zájezdu*

Slunečnice Olomouc



**SLUNEČNICE Olomouc**



Na začátku roku jsme zhodnotili uplynulý rok, co se nám podařilo a co by bylo dobré zlepšit. Zprávu předsedkyně M. Chalupové zpestřila výstavka bonsaí, kterou uspořádala Z. Králíková. Hostem byla PhDr. E. Schulzová ze Sdružení ochrany spotřebitelů, která nás informovala o různých úskalích při nákupech a poradila nám, jak se bránit. V březnu jsme uspořádaly interní soutěž o nejhezčí klobouk. Bylo hodně legrace a nechyběly ani dobrotu, které členky napekly. Cvičíme, navštěvujeme solnou jeskyni, pravidelně plaveme a připravujeme se na ozdravný pobyt v Lázních Lipová. Ve spolupráci s MUDr. B. Gájovou z Onkologické kliniky naší fakultní nemocnice dodáváme podklady o činnosti klubu na nové internetové stránky, které přispěly i k naší prezentaci na onkologických brněnských dnech.

*Jiřina Řehořová*

**ONKO NADĚJE Karviná**



Naše aktivity jsou stále pestřejší, získaly jsme místnost pro

pracovní terapii a cvičení. Pojedeme na dva krátké rekondiční pobyty, navštívily jsme Floru Olomouc. Scházíme se v salonku rehabilitačního sanatoria v Karviné-Hranicích a schůzky jsou veselé a příjemné. Akce sblížují a naše členky přivádějí i své známé. V Karviné dnes patříme k uznávaným organizacím, zapojujeme se do místních i republikových osvětových akcí. Účastníme se projektu, který započal už v roce 2005 s názvem Šance zůstat zdravá.

Účastnila jsem se spolu s kolegyní Vlastou konference Spolu proti rakovině prsu, ale vzhledem k tomu, že jsme sdružením s různými onkologickými diagnózami, zaměřujeme se na prevenci všeobecně.

Ovšem nádorů prsu je asi nejvíce, a tak jsme se rozhodly věnovat se této problematice.

Finančně nás podpořil Fond drobné pomoci Českého Telecomu. Zpracovaly jsme informační brožurku, dvě naše koordinátorky se účastnily školení v Praze, přivezly fantomový model prsu a další nám půjčily naše lékařky, získaly jsme i kazetu o samovyšetřování prsu.

Oslovily jsme úřady, školy, základní i střední, kluby pro matky s dětmi, a to nejen v Karviné. Proškoleny jsme jen čtyři, a tak máme plno práce. Učitelky

ve školách si předávají kontakty na nás, a tak jsme už přednášely na mnoha místech: v Havířově, v Bohumíně, v Hnojníku, v pobočce VZP v Karviné, v Českém Těšíně, v Karviné-Starém Městě, chystáme se do Hotelové střední školy a máme už zájemce o proškolení i po prázdninách.

Na proškolení přineseme brožurky, které rozdáme na lavice, i další tiskový materiál, který si dívky vezmou pak domů, a nabádáme je k tomu, aby si jej přečetly i maminky, babičky, setry, tety i další známé. Program se vejde do jedné vyučovací hodiny. Naše vystoupení konzultujeme s naší onkoložkou, abychom přinášely vždy správné informace, i když my samy jsme jen laiky.

Na školách propagujeme také nekouření a pro děti máme dostatek nejruznějších materiálů. Potřebné informace nabízíme i seniorům v domovech s pečovatelskou službou, kteří nás často zvou na besedy, což nás velmi těší. Spolupracujeme i s onkologickými kluby v Ostravě, Havířově, Třinci a Frýdku-Místku. 14. června se všichni sejdem na společném setkání v Penzionu Pod Lipou v Řece.

Účastníme se také jako loni preventiv-

ní akce „Udělej to pro sebe“, která je zaměřena na rakovinu prsu.

*Blažena Monczková*

### FIT ILCO ČR



P r a h a

4. dubna 2007 se konalo Forum 2000 v Tyršově domě – Veletrh neziskových organizací. Účast byla skutečně vysoká, 150 neziskových organizací. Mezi nimi i FIT ILCO ČR se sídlem v Praze, Vratislavova 9. Paní předsedkyně si účast rozmýšlela. Ještě jsme se nikde takto neprezentovali. Nakonec přihlášku poslala. Doma si pak musela vypracovat ústní prezentaci, která byla dána předepsaným časovým limitem. Zpracovala seznam a adresy, telefonní čísla a další spojení na všechny kluby Českého ILCA.

Přidaly jsme nějaké foto z našich rekonducí, použily jsme obrázky a časopisy výrobců stomických pomůcek – ale v diskrétní podobě. Z Ligy PR jsme měly informační brožury Co je stomie a jak s ní žít.

O získání poznatků na téma Stomie bylo hodně. Když jsme se zájemcům zmínily, že jsme také stomicí, odpovědí nám byl údiv v jejich očích. „A to



se dá takto normálně se stomií žít?“ Ano, dá. Chce to trochu sebekázně, menší změna šatníku a dost. Příští rok se chceme zúčastnit určitě znovu.

## ZAJÍMAVOSTI Z EVROPSKÝCH LIG



V březnovém vydání Informačního bulletinu Asociace evropských lig proti rakovině (ECL) byl uveřejněn rozhovor s prezidentkou **Islandské ligy proti rakovině** paní Gudrun Agnarsson, která je zároveň viceprezidentkou ECL.

Paní Gudrun je ve svém volném čase velmi aktivní, ráda plave, lyžuje, provozuje trekking a v neposlední řadě se často věnuje i svým vnoučatům. Právě dokončuje tříleté studium na lesnické škole a lesnictví je jejím dalším koníčkem.

V Islandské lize začala pracovat již

ve roce 1988, nejprve jako dobrovolnice ve výboru a od roku 1992 je prezidentkou ligy.

Islandská liga byla založena v roce 1952 a má 4 hlavní cíle:

- šířit všeobecné informace o rakovině a především o prevenci rakoviny; zaměřuje se na prevenci kouření (v současnosti 20% Islandců pravidelně kouří);
- podporovat výzkum rakoviny, např. sběrem a analýzou důležitých dat;
- podporovat screening rakoviny;
- podporovat pokrok v léčbě a péči o onkologické pacienty (např. liga ve spolupráci s dalšími nezisk. org. zakoupila 8 bytů, ve kterých mohou přebývat pacienti z venkova, léčící se

v univerzitní nemocnici. Více než dvacet let liga provozuje domácí péči pro pacienty, kteří během léčby chtějí a mohou být doma).

Prof. George Delides z **Řecké ligy proti rakovině** informuje o rozhodnutí řeckého ministra zdravotnictví o zavedení plošné HPV vakcinace dívek ve věku 12–14 let. Detaily zatím nejsou známy, ale uvažuje se o kategorii povinného očkování. V Řecku jsou tři kategorie očkování – povinné, potřebné a doporučené. Např. očkování tetanu je povinné v armádě, ale pouze doporučené pro osoby s možným rizikem zranění.

Pro ženy nad uvedenou věkovou kategorií se uvažuje o částečné úhradě vakcín.

V rámci více než dvacetiletého boje

proti kouření v Severním Irsku pracovníci **Ligy proti rakovině Severního Irsku** v čele s výkonnou ředitelkou paní Arlene Spiers vítali návštěvníky na letišti v Belfastu velkými transparenty

a cedulemi – Vítejte v nekuřáckém Severním Irsku!

Tradiční, již 11. ročník sbírky Den narcisu pořádaný **Slovenskou ligou proti rakovině** 13. dubna, měl letos velký úspěch.

Díky více než 13.000 dobrovolníků z řad studentů, skautů, pracovníků Červeného kříže, různých institucí a firem bylo vybráno rekordních 20.678.712 Sk.

(-ik-)

## RAKOVINA SE STÁVÁ STÁLE VĚTŠÍM OHROŽENÍM

Zvyšující se počet nových případů rakoviny přináší zvýšené napětí v systému zdravotní péče po celé Evropě. Podle předběžných studií bylo v roce 2006 v Evropě zaznamenáno 3,2 mil. nových onkologických onemocnění oproti 2,9 mil. v roce 2004.

Prof. Peter Boyle, ředitel Mezinárodní společnosti pro výzkum rakoviny (IARC) v Lyonu a vedoucí výzkumného týmu, uvádí, že klíčovým faktorem je zvyšující se průměrný věk populace. Je třeba urychleně jednat – zlepšit stravování, zvýšit pohybové aktivity, snížit obezitu a především kouření, zavést plošný mamární a kolorektální screening.

Prof. Boyle říká: „S odhadovanými 3,2 mil. nových případů a 1,7 mil. úmrtí každý rok rakovina zůstává vážným problémem v Evropě a stárnutí obyvatel Evropy způsobuje zvyšující se počet těchto čísel.“

Podle studií z roku 2006 jsou příčinou úmrtí především: rakovina plic (334.800), tlustého střeva (207.400), prsu (131.900) a žaludku (118.200).

Profesor Boyle zdůrazňuje, že naprostá většina úmrtí na rakovinu plic je způsobena kouřením, a tudíž snaha o snížení kouření zůstává hlavní prioritou.

Zvýšení onemocnění rakovinou prsu lze částečně vysvětlit screeningovými programy, díky nimž jsou zachycena i časná stadia nemoci.

Díky zavedení testu PSA (specifický antigen prostaty) se rakovina prostaty dostala mezi nejčastěji diagnostikovaný druh rakoviny u mužů. V roce 2006 bylo diagnostikováno 345.900 nových případů. Bohužel i přes lepší diagnostické možnosti se díky stárnutí populace zvyšuje i počet úmrtí na rakovinu prostaty od roku 1995 přibližně o 16 %.

Podle prof. Boyla se od roku 2004 počet úmrtí na karcinom tlustého střeva zvýšil o 1,8 %. Důraz na lepší životní styl by mohl mít významný vliv na snížení počtu tohoto onemocnění. Vystává ovšem také potřeba organizovaných screeningových programů po celé Evropě.

Úmrtí na rakovinu žaludku u mužů a žen v celé Evropě klesá; černou tečkou zůstává střední a východní Evropa, pravděpodobně díky nezdravému stravování.

Ve Velké Británii je každému třetímu člověku během jeho života diagnostikována rakovina. Rakovina je důvodem čtvrtiny všech úmrtí.

Ruth Yates ze Společnosti pro výzkum rakoviny ve Velké Británii uvádí: „Výskyt rakoviny ve VB u mužů je nižší než průměr v Evropské unii. Je to převážně díky snížení kouření, které vedlo k poklesu výskytu rakoviny plic u mužů. Nové léky, lepší screeningové techniky a nové léčebné technologie pomohají snížit počet úmrtí na rakovinu.“

Zároveň, ale říká, že počet nově diagnostikovaných osob se bude v budoucnu zvyšovat, a je proto důležité, aby národní zdravotní systém uvedl v praxi opatření, kterými se budou zvyšující se požadavky zvládat.

I. Kurcová

Převzato z ECL Newsletter

## INFORMACE

### MEZINÁRODNÍ KONFERENCE PACIENTSKÝCH ORGANIZACÍ

23.–24. března se uskutečnila v Kongresovém centru Prahy konference neziskových organizací střední a východní Evropy. Konferenci pořádala Koalice pro zdraví, která pozvala pacientské organizace nových zemí Evropské unie. Termín „nové země“ vyjadřuje okruh účastníků lépe, protože např. jeden z příspěvků přednesla i paní Egle Kvedaraitė z Litvy. Ta jako mnoho dalších přednášejících představila činnost své zastřešující pacientské organizace. Nové země EU mají pochopitelně jiné starosti než staré země EU, které proto nebyly zvány. Jednalo se v angličtině, protože náklady na tlumočení jsou obrovské.

Hlavním námětem jednání byla čin-

nost pacientských organizací v nových zemích, výměna jejich zkušeností. Společným jmenovatelem určujícím jejich činnost v nových zemích je nedostatek peněz na zdravotní péči všeobecně, i když mezi novými zeměmi stále existují podstatné rozdíly. Všeobecné tendence ukazují, že pro další ekonomický růst těchto zemí stoupají požadavky na výkon systému zdravotnictví, a to v souvislosti s růstem kvality a cen léků, se stárnutím obyvatelstva i s rostoucím významem zdraví obyvatel. Ukazuje se, že pacientské organizace si počínají stále lépe při hájení práv pacientů vůči státu, pojišťovnám, poskytovatelům lékařské péče i ve vztahu k farmaceutickým společnostem. Také přístup jmenovaných institucí vůči těmto organizacím se mění: získávají

na významu a respektují je odborné instituce i lékaři. Jsou to počáteční kroky a organizace mají před sebou ještě mnoho práce, než se dostaví skutečné úspěchy.

Konference se účastnily členky sdružení Alen Praha S. Matoušková a I. Zíková

### SEMINÁŘ PRO ONKOLOGICKÉ PACIENTY A VEŘEJNOST

V květnu se uskutečnil v Konstantinových Lázních odborný seminář pro onkologické pacienty a zdravou veřejnost. Program byla zaměřen na zlepšení psychického stavu žen po operaci prsu a na informace o prevenci zdravých žen. Vedení lázní vyšlo účastníkům maximálně vstříc a veškeré procedury poskytovalo tak, aby nebyl narušen

program semináře. Týdenní seminář financovalo hlavní město Praha formou grantu v oblasti zdravotnictví pro rok 2007.

Věra Uhrová  
Alen Praha

### POJIŠŤOVNA VZP NABÍZÍ

Všeobecná zdravotní pojišťovna přichází s řadou výhod, které jsou nad rámec veřejného zdravotního pojištění.

V rámci očkovacích programů přibýlo očkování proti rakovině děložního čípku, které hodlá pojišťovna podpořit.

Mezi preventivní programy patří také mamografický screening.

Ženy klientky VZP ve věku od 45 do 69 let, které dosud nebyly na mamografickém vyšetření, obdrží během tohoto roku pozvání na toto **vyšetření, které bude plně hrazeno zdravotní pojišťovnou.** Na vyšetření ženy pošle jejich praktický lékař nebo gynekolog.

Ženy klientky VZP ve věku mezi 70–75 let, které nebyly v uplynulých letech na tomto vyšetření, obdrží během letošního roku pozvánku od VZP na vyšetření,  **které bude plně hrazeno VZP.**

V plánu je také screening karcinomu děložního hrdla. Všechny ženy, klientky pojištění VZP, pokud nevyužily v posledních třech letech možnost preventivní gynekologické prohlídky, obdrží během tohoto roku pozvánku na vyšetření, jehož součástí je i cytologické vyšetření děložního čípku. Pozvánka bude obsahovat i seznam ordinací smluvních gynekologů v místě bydliště.

## POŠTA

Předseda Ligy prof. Zdeněk Dienstbier obdržel na svůj dopis, adresovaný ministrovi zdravotnictví o podpoře zdravotnických programů, následující odpověď:

*Vážený pane profesore!*

*Ministerstvo zdravotnictví podporuje zdravotnické programy, které směřují k rozvoji onkologické péče v naší republice. Prevence, včasná diagnostika a léčba nádorových onemocnění patří mezi prioritní programy Ministerstva zdravotnictví. Podporujeme aktivity související se zavedením screeningu*

Podrobné informace i o dalších výhodách klientů VZP najdete na [www.vzp.cz](http://www.vzp.cz) nebo na Modré lince 844 117 777 v pracovní dny mezi 8.–16. hod.

### ŠKOLIČKA INTERNETU

Pangea poskytla Lize proti rakovině 20.000 na vyškolení seniorů na internetu. Školičky se účastnilo 5 zájemců z Prahy a 17 z Liberce. Školička internetu pro seniory nadačního fondu Elpida je akreditována Ministerstvem školství mládeže a tělovýchovy a nabízí nejen seniorům v moderních učebnách s ozvučením kurzy ovládání počítače pro začátečníky i pokročilé, základy práce s počítačem a textem či základy práce s internetem a e-mailem, ale vyučuje i cizím jazykům.

Nutno říci, že vztah učitelů k „žákům“ je vynikající, trpělivý a chápavý. Mezi žáky byla i devadesátiletá paní, která si dnes nadšeně dopisuje se svými

pravnučky a internet jí otevřel celý svět. Z vlastní zkušenosti bych seniorům doporučila najít v sobě odvahu a vykročit na cestu předznamenávající 21. století. Učitelé mají k ruce vždy několik studentů, kteří jsou v hodinách přítomni a pomáhají tam, kde se právě nepovedlo najít správné zadání či si účastník kurzu nevěděl rady. Příjemné srdečné prostředí dodalo všem po první hodině chuť i odvahu vzdělávat se, i když školní léta jsou už hodně vzdálená.

Pokud máte chuť „doplnit si své vzdělání“ o moderní internet, můžete se v Praze obrátit na Školičku internetu pro seniory nadačního fondu Elpida, která sídlí v Praze 10, Limuzské ul. č. 8, tel.: 272 701 335, 274 013 239, e-mail: [skolickakancelar@seznam.cz](mailto:skolickakancelar@seznam.cz)

Zřizovatelem Nadačního fondu Elpida je britská farmaceutická společnost GlaxoSmithKline.

(kř)í

*karcinomu děložního hrdla a screeningu kolorektálního karcinomu. Screening nádoru prsu je již plně funkční a patří mezi nejlepší ve světě. V současné době probíhá na Ministerstvu zdravotnictví řada aktivit, které řeší problematiku onkologické péče. Jakmile se dospěje ke konsensu, že některá oblast preventivní onkologie by měla být řešena plošným screeninem, je možné uvažovat o jeho legislativním zakotvení ve vyhlášce číslo 56/1979 Sb., o preventivních prohlídkách. To by se ovšem neobešlo bez spolupráce se zainteresovanými institucemi včetně*

*Vaší, zdravotními pojišťovnami, odbornými společnostmi apod.*

*Vážený pane profesore, nesmírně si vážíme Vaší práce, kterou vykonáváte na poli boje proti rakovině. Velmi vítáme aktivity Ligy proti rakovině a podporujeme cíle Pařížské charty. Jsme si vědomi toho, že v resortu zdravotnictví může být učiněna řada opatření k podpoře a rozvoji preventivní a léčebné péče, ale bez aktivního přístupu občanů k vlastnímu zdraví nebude požadovaných cílů dosaženo. Právě popularizace onkologické problematiky a garance přístupu občanů*

k potřebným informacím by měla přispět ke změně postoje občanů k vlastnímu zdraví. Všechna tato opatření by měla směřovat ke zvrácení nepříznivých trendů nárůstu onkologických diagnóz a obecně ke zlepšení zdravotního stavu naší populace.

S pozdravem  
MUDr. Markéta Hellerová  
náměstkyně pro zdravotní péči

MAMMA HELP Centrum zaslalo předsedovi Ligy dopis následujícího znění:

Vážený pane,  
dovoluji si Vám zaslat Výroční zprávu sdružení MAMMA HELP za rok 2006.

Ráda bych Vám při této příležitosti vyjádřila jménem svým i dalších mammapelpek upřímný obdiv a poděkování za Vaši podporu a pomoc naší věci. Věřte, že si velmi vážíme každého, kdo pochopí, jak moc nám záleží na tom, abychom mohly své životní zkušenosti zužitkovat ve prospěch dalších, které nemoc zaskočí a vyděsí, jako zaskočila a vydělala kdysi i nás. A abychom také mohly, jak nám síly stačí, poradit těm dosud zdravým, jak se mají o své zdraví postarat a ohlídat si je. Náš úmysl i snahy by nic nepřinesly, kdybychom nedokázaly vybudovat zázemí a zajistit, aby celoročně fungovalo. A také řada projektů pro členky sdružení by zůstala jen na papíře,

kdyby nám chyběly prostředky nutné k jejich uskutečnění. Bez podpory velkorysých přátel, lidí s pochopením, zájmem o druhé, schopných solidarity a soucítění by zkrátka žádná síť MAMMA HELP CENTER nebyla.

S radostí Vám oznamuji, že k dosavadním, dobře fungujícím MH centrům v Praze, Brně, Hradci Králové a Přerově přibyla od začátku roku 2007 dvě další střediska ve Zlíně a v Plzni.

Je to bezesporu i Vaše osobní zásluha. Děkuji Vám za Vaši pomoc a přeji Vám úspěch ve Vaší práci i spokojenost v životě.

V hluboké úctě  
Mgr. Jana Drexlerová  
ředitelka sítě MAMMA HELP CENTER

## ceník celoplošné inzerce

### Informační zpravodaj Ligy proti rakovině Praha

| formát |       | rozměr na zrcadlo | čistý formát po ořezu | ceník    |
|--------|-------|-------------------|-----------------------|----------|
| 1/1    |       |                   | 210 x 297 mm          | 6.000 Kč |
| 1/2    | výška | 88 x 267 mm       | 103 x 297 mm          | 3.500 Kč |
| 1/2    | šířka | 180 x 130 mm      | 210 x 146 mm          | 3.500 Kč |
| 1/3    | výška | 57 x 267 mm       | 72 x 297 mm           | 2.500 Kč |
| 1/4    | šířka | 180 x 65 mm       | 210 x 72 mm           | 1.800 Kč |

Technické podmínky: tel.: 220 516 343, e-mail: warausova@allin.cz  
Inzerce přijímá: e-mail: lpr@lpr.cz, hinnerova@allin.cz

## Závěrem několik praktických informací

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

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

Veškeré publikace, které LPR vydává jak pro preventivní, tak i následnou péči, obdržíte zdarma na výše uvedené adrese nebo prostřednictvím Nádorové telefonní linky. Současně nabízíme pro onkologická sdružení možnost zapůjčení kazet z videotéky.  
Vydávání Informačního zpravodaje povoleno MK ČR: E 11079.

# ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ

16. KVĚTEN 2007



Liga proti rakovině Praha

11. ročník úspěšné  
galamódní sbírky

Ať se děje, co se děje,  
nedá se žít bez naděje!

**Děkujeme všem, kteří se podíleli na úspěchu letošního Českého dne proti rakovině.**

**Výbor LPR Praha**

