



# KŘ+ŽOVATKA



ČTVRTLETNÍK VŠEOBECNÉ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE A 1. LÉKAŘSKÉ FAKULTY UK

## TOMÁŠ TÖPFER

„KDYŽ JDE ČLOVĚK  
K DIVADLU, STÁVÁ SE  
LÉKAŘEM LIDSKÝCH DUŠÍ,“  
MYSLÍ SI ŘEDITEL DIVADLA  
NA VINOHRADECH, HEREC,  
REŽISÉR, SCENÁRISTA  
A VYSOKOŠKOLSKÝ  
PEDAGOG.  
*str. 8*



## MISE NA FILIPÍNÁCH

„NAUČILA JSEM SE  
POUŽÍVAT JEDNODUCHOU  
LOGIKU A NESPOLÉHAT  
NA SLOŽITÁ VYŠETŘENÍ  
ČI NA PŘÍSTROJE,“ ŘÍKÁ  
STUDENTKA 1. LF UK.  
*str. 26*



## MOHOU NANOČÁSTICE ŠKODIT NAŠEMU ZDRAVÍ?

S NANOČÁSTICEMI SE  
BĚŽNĚ SETKÁVAJÍ CELÉ  
POPULACE V PŘÍPRAVCÍCH  
PRO DOMÁCÍ POUŽITÍ,  
KOSMETICE  
I V POTRAVINÁCH. *str. 20*



## NOVÉ PROSTORY KATETRIZAČNÍ LABORATOŘE

NOVÝ KORONÁRNÍ ANGIOGRAF  
VÝRAZNĚ PŘÍSPĚJE KE ZVÝŠENÍ  
PROVOZUSCHOPNOSTI,  
SPOLEHLIVOSTI A BEZPEČNOSTI  
PŘI POSKYTOVÁNÍ  
ZDRAVOTNÍ PÉČE.  
*str. 15*

zveme vás na diskuzní odpovědne

# Anatomie: tradiční obor, který stále posouvá hranice známého

- ◆ Víte, jak se připravují anatomické preparáty?
- ◆ Znáte unikátní exponáty našeho Muzea srovnávací anatomie?
- ◆ Zajímá vás porovnání biologického a duchovního pohledu na stárnutí?

**10. června 2017**  
**16.30–18.00 hodin**  
**v rámci Pražské muzejní noci**

**Hlavní přednášející:**

Ondřej Naňka  
Václav Seichert  
Karel Smetana, Aleksi Šedo a Prokop Brož

Velká posluchárna, Anatomický ústav 1. LF UK  
(U Nemocnice 3, Praha 2)

Pořádá 1. lékařská fakulta UK

Kapacita omezená!  
Registrujte se zde>  
nebo na e-mailu:  
[zuzana.burianova@lf1.cuni.cz](mailto:zuzana.burianova@lf1.cuni.cz)



Kapacita omezená!

Zaregistrujte se!



### *Vážení a milí čtenáři,*

o aktuálních novinkách v našich institucích si nedávno nad kávou povídali ředitelka Všeobecné fakulní nemocnice v Praze Mgr. Dana Jurásková, Ph.D., MBA (dále jen DJ), a děkan 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy prof. MUDr. Aleksí Šedo, DrSc. (dále jen AŠ).

**AŠ:** Zdravím Tě, Dano, a myslím, že zároveň můžeme taky pozdravit přicházející jaro!

**DJ:** Ahoj, Aleksí, jasně – a také zdravíme čtenáře Křížovanky!

**AŠ:** V proběhlém čtvrtletí jsme komentovali návrh zákona o univerzitních nemocnicích. Krom spousty nejrůznějších zákoutí a okolností, které jsou obecně s podobnými návrhy zákonitě spojeny, jsem si zase uvědomil, jak je na špičkových pracovištích důležité propojení školských a zdravotnických pohledů ve prospěch pacientů. A jak komplikovaně se dá taková věc uchopit do znění zákona.

**DJ:** Myslím, že vím, jak to myslíš. Navíc jsme měli k dispozici nepřiměřeně krátkou dobu na připomínky. A museli jsme poskládat pohledy ekonomické, medicínské, právní či personální, aby vše fungovalo a nikde – ani ve školství, ani ve zdravotnictví – nic nedrhlo. Škoda, že řeč zákonů moc nemůže pracovat s pojmy „dobrá vůle“ nebo „zdravý rozum“...

**AŠ:** Spolu s kolegy děkany jsme také v posledních měsících diskutovali s ministerstvem zdravotnictví a ministerstvem školství o financování lékařských fakult. Lékaři stárnou, postupně ubývají. Dotace fakult pokrývá jen asi 60 % nákladů přípravy budoucího doktora a lékaři učitelé si vydělávají asi polovinu toho, co stejně staří kolegové ve zdravotnictví. Takže pokud jsou ochotni učit, je to hodně o jejich entuziasmu. Proto hodně bojujeme o rozvojové projekty, které nám pomáhají financovat infrastruktury, jejich pracovníky a kupovat drahé přístroje, jež si ze státní dotace dovolit nemůžeme.

**DJ:** Opravdu to není snadné. Nakonec řada našich kolegů pracuje v nemocnici i na fakultě, takže to vím „z první ruky“. Navíc u nás v nemocnici musíme skládat týmy i z dalších, nelékařských odborníků, jako jsou sestry, laboranti, nutriční terapeuti a jiní.

**AŠ:** U našich učitelů zase hledáme kromě jejich profesionálních medicínských kvalit schopnost k vědecké práci, bez níž se žádná fakulta neobejde a učitelské schopnosti. Studenti jsou stále náročnější – což je dobře –, a proto se i podílejí na hodnocení výuky. Je to dobrá zpětná vazba, která mimochodem jednotlivé učitele a vedení fakulty velmi zajímá.

**DJ:** Nám zase hodně záleží na hodnocení pacientů, která nám pomáhá včas identifikovat případné problémy v chodu nemocnice nebo jim dokonce předcházet, pokud je to možné.

**AŠ:** A co pár dobrých zpráv na závěr? Na fakultě jsme rádi, že se možná blýská na časy dalšímu rozvoji našeho Neuroonkologického centra, jehož součástí jsou i další pražská zdravotnická pracoviště. Bylo by to skvělé jak pro vědeckou práci, tak zejména pro pacienty s těžkými diagnózami, jakým beze sporu nádory mozku jsou.

**DJ:** I naše dobré zprávy se týkají onkologie. Od 1. března 2017 vzniklo v nemocnici Onkologické centrum, od kterého si slibujeme lepší koordinaci léčebné péče. V Čechách totiž léčíme nejvíce onkologických pacientů ze všech zdravotnických zařízení, tato organizační změna bude přínosem především pro ně. A jak víš, hodně pracujeme na přípravě našeho Centrálního příjmu. To je zásadní a přelomová věc pro celou nemocnici.

Tak ještě jednou – hodně úspěchů, štěstí a dobrých zpráv. Pacientům, nemocnici, fakultě, a nakonec i nám všem a všem našim!



# Děkovné dopisy



## **Radiodiagnostická klinika VFN a 1. LF UK Centrum diagnostiky chorob prsu V. Polaka**

Dobrý den,

na vašem pracovišti jsem absolvovala preventivní vyšetření u MUDr. Hany Kacerovské, CSc. Její profesionalita a osobní charizma na mne tak zapůsobily, že to nemohu nechat bez odezvy.

Přála bych si, aby bylo více takových lékařů, kteří svoji práci provádějí nejen kvalitně po odborné stránce, ale i po té lidské – s empatií, galantností a ochotou. Děkuji a přeji celému centru hodně úspěchů v práci. S pozdravem

Ing. Bc. Homolová, Ph.D.

## **II. chirurgická klinika VFN a 1. LF UK prof. MUDr. Jaroslav Lindner, CSc., přednosta**

Vážený pane přednosta,

v prosinci 2016 jsem byl převezen se srdečními potížemi z Karlovarské nemocnice na Vaši kliniku. I přes určité obavy jsem byl velmi mile překvapen přijetím a následnou péčí všech lékařů a celého personálu.

Chtěl bych tímto poděkovat především MUDr. Mikulenkoví, který mne operoval, za profesionální a hlavně lidský přístup po celou dobu hospitalizace. Mé poděkování patří také ostatním lékařům a celému personálu jak na oddělení JIP, tak i na standardní lůžkové části. Za celý svůj život jsem se s takovým vřelým a profesionálním přístupem k pacientům nesešel.

Přeji Vám, i celému Vašemu týmu, hodně profesních úspěchů a spokojených pacientů jako jsem já. S úctou Váš pacient

Josef Šikut

## **Oční klinika VFN a 1. LF UK doc. MUDr. Jarmila Heissigerová, Ph.D., MBA, přednostka**

Dobrý den,

chtěla bych poděkovat celému kolektivu lékařů a sester z Centra pro onemocnění rohovky Oční kliniky VFN

a 1. LF UK za péči a pěkný přístup k pacientům jak v ordinaci, tak na lůžkovém oddělení i na operačním sále. Jsem pacientkou již delší dobu a není nic, na co bych si mohla stěžovat. Začátkem prosince jsem byla hospitalizována z důvodu operace rohovky. Chtěla bych poděkovat lékařům a sestřám, kteří se podíleli na operaci, a to zejména paní doktorce Skalické za profesionální práci a vstřícný přístup. S výsledkem pooperačního stavu jsem nadmíru spokojena. Nedovedete si ani představit, co tato skutečnost pro mne znamená.

Přeji celému úžasnému kolektivu mnoho zdaru a úspěchů v náročné a odborné činnosti a co nejvíce spokojených pacientů. Ještě jednou mnohokrát děkuji za vzornou péči. (redakčně kráceno). S úctou

Jana Čapková

## **II. interní klinika VFN a 1. LF UK doc. MUDr. Debora Karetová, CSc.**

Vážená paní docentko,

z krátké hospitalizace (katetrizace) na vaší klinice na „2LK – lůžkovém oddělení 1. patra“ jsem se navrátil domů s pocitem, že jsem nedokázal dostatečně poděkovat veškerému personálu oddělení, které se o mne i o ostatní pacienty skutečně vzorně staralo. Jejich počinání považuji za naprosto profesionální a skvělé.

To, co mne ale nejvíce „dostalo“, bylo chování veškerého ošetřujícího i pomocného personálu. Všichni působili jako sehraný tým, nepozoroval jsem jakékoliv „poruchy“ v organizaci jejich práce, která je ovšem právě na organizaci a pečlivost nesmírně náročná. A působit přitom dojmem, že vše se zvládá v pohodě, není jistě snadné. Z jejich práce vyzařuje optimistická nálada a jakási, všude se vznášející pohoda, která se nutně přenáší i na pacienty a na jejich optimistické očekávání vývoje jejich chorob. Jejich práci nejen obdivuji, ale také jim závidím, zejména z toho pohledu, že nikdo z nich si nikdy nebude muset klást pro sebe otázku, zda je jeho práce potřebná a užitečná. Ta je rozhodnuta již předem. (redakčně kráceno). S pozdravem a díky

Petr Mudra

## **VY SE PTÁTE, MY ODPOVÍDÁME**

### **Je ve VFN k dispozici dětský koutek?**

V listopadu 2013 byl za laskavé finanční pomoci společnosti Marks & Spencer vybudován a vybaven dětský koutek pro děti pacientů na Fakultní poliklinice Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. Dětský koutek zajišťuje krátkodobou péči o děti po dobu, kdy je rodič u lékaře. Zpočátku jeho služby využívaly zejména onkologicky nemocné matky, vzhledem k velkému zájmu však postupně byla tato služba zpřístupněna všem pacientům, bez ohledu na povahu jejich léčby či onemocnění. Dětský koutek se nachází ve Fakultní poliklinice VFN, Karlovo nám. 32, Praha 2, v budově A ve 2. patře (provozní doba ve všední dny 8.00–14.00 hod., poplatek 40 Kč za hodinu).

Kontakty: 224 966 406, [detskykoutek@vfn.cz](mailto:detskykoutek@vfn.cz). (PP)



## Onkocentrum ve VFN



Ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze vzniklo nové onkologické centrum, které se má zaměřit na koordinaci onkologické péče v rámci VFN. Ředitelem centra se stal radiční onkolog docent David Feltl, který bude garantovat nosný rozvojový program v onkologii. „Onkologie má dva klíčové směry, prvním je vlastní onkologická péče v rámci Onkologické kliniky, druhým mezioborová péče, což se týká minimálně poloviny nemocnice,“ uvádí docent Feltl a dodává: „Mým cílem je, aby se VFN stala centrem onkologické péče v Praze. Klíčové je posílení radioterapie, léčby zářením. Ke špičkovému ozařovači má časem přibýt druhý, tím pádem nemocnice bude schopna nabídnout pacientům veškerou onkologickou péči v top kvalitě, nejen operaci a systémovou léčbu, ale i léčbu zářením.“ **(PP)**



## Sobotní podvečer s anatomii

Již třetím rokem se 1. lékařská fakulta UK zapojí do Pražské muzejní noci a otevře pro vás prostory veřejnosti jindy nepřístupné. Celá akce odstartuje už v 16.30 ve velké posluchárně Anatomického ústavu (U Nemocnice 3, Praha 2) přednáškovým odpolednem o anatomii – tradičním oboru, který stále posouvá hranice známého! Dozvíte se například, jak se připravují anatomické preparáty, nebo si budete moci zapojit do debaty o biologickém a duchovním pohledu na stárnutí. Od 19.00 si pak budete moci poslechnout komentované prohlídky v Anatomickém a Stomatologickém muzeu, ale nezapomeňte, že kapacita je omezená. Kdo nestihne vstupy do muzeí, může se těšit na bohatý doprovodný program pro děti i dospělé. Těšíme se na vás 10. června, více na [www.prazskamuzejninoc.cz](http://www.prazskamuzejninoc.cz)! **(ZUB)**

## Bronz pro studentku

### 1. LF UK

Na přelomu ledna a února se v Kazachstánu uskutečnila 28. zimní světová univerziáda. Nechybělo ani zastoupení z řad studentů 1. lékařské fakulty UK. Největším úspěchem bylo bronzové umístění studentky fyzioterapie Kateřiny Chourové ve snowboardcrossu. Gratulujeme! **(RED)**



## Z obsahu

### ROZHOVOR

- 8 Když jde člověk k divadlu, stává se lékařem lidských duší

### CO DĚLAT, KDYŽ...

- 10 Praktické rady  
11 První pomoc jednoduše a prakticky

### PRŮVODCE LABYRINTEM ZDRAVOTNICTVÍ

- 12 Poskytování péče lege artis  
13 Potřebují diabetici DIA potraviny?

### ANKETA

- 14 Museli jste někdy řešit otravu ve vašem blízkém okolí?

### PRO VAŠE ZDRAVÍ

- 15 Nové prostory katetrizační laboratoře  
17 Muži dbají na prevenci méně než ženy

### PARTNERSTVÍ A PROJEKTY

- 18 Podpora péče pro pacienty se vzácnými chorobami  
19 Taky jste srdcaři?

### TÉMA

- 20 Mohou nanočástice škodit našemu zdraví?

### V ZORNÉM POLI VĚDY

- 28 Těžké svalové křeče se dají léčit stimulací mozku  
29 Co lze zjistit z potu?

### MEDICÍNA V BĚHU ČASU

- 30 Dům „Na křižovatce“



## Vzpomínka na oběti náletu z února 1945

Starostka MČ Praha 2 Jana Černochová spolu se zástupcem ředitelky VFN Janem Břízou, radním Jaroslavem Šolcem a ředitelem Novoměstské radnice Albertem Kubištou uctili památku obětí náletu na Prahu 14. února 1945. Pamětní desku na budově VFN na Karlově náměstí nechala v roce 2015 zhotovit MČ Praha 2 k 70. výročí tragického náletu, který nejtěžším způsobem zasáhl právě území dnešní Prahy 2 a měl 701 obětí. Netypická podoba desky je dílem Petra Císařovského, její podkladová plocha byla odlita z nalezených střepin leteckých pum a na ní je nerezová deska se 701 křížky. **(PP)**



## Během pomůžete

V sobotu 22. dubna 2017 je organizován již **tradiční běžecký závod** v přírodě v těsném okolí Prahy. Ředitelem akce je profesor Pařížek, významný porodník z Gynekologicko-porodnické kliniky VFN a 1. LF UK, známé jako porodnice „U Apolináře“. Tato akce podporuje nejen pohybovou aktivitu zejména dětí a mládeže, ale v rámci spolupráce s porodnicí jsou mezi závodníky zařazovány i děti, které měly při porodu někdy až extrémně nízkou tělesnou hmotnost, tedy jednalo se o předčasně porod. **Celý výtěžek z registrace/startovního pak bude věnován Perinatologickému centru pro nedonošené děti právě porodnice „U Apolináře“.** Více na: [www.kros-stirin.cz](http://www.kros-stirin.cz). **(PP)**

## Klinika pracovního lékařství slaví 70 let

Ve čtvrtek 26. ledna se u příležitosti 70. výročí založení uskutečnil jubilejní seminář Kliniky pracovního lékařství VFN a 1. LF UK pod záštitou ředitelky nemocnice, děkana fakulty a hlavní hygieničky ČR. V posledních desetiletích došlo k poklesu prevalence nemocí z povolání díky tomu, že se daří snižovat pracovní i biologická rizika. „Změnila se i struktura nemocí z povolání: nejpočetnější jsou onemocnění periferních nervů – na 1. místě je syndrom karpálního tunelu –, cév a pohybového systému, způsobená přetěžováním končetin a vibracemi, která sice znepříjemňují, ale neohrožují život pacienta,“ uvádí prof. Pelclová, přednostka kliniky. **(PP)**

## Nové lůžkové oddělení I. chirurgické kliniky

Přestavbou bývalého administrativního patra získala I. chirurgická klinika VFN a 1. LF UK další lůžkové oddělení, které kompenzovalo úbytky lůžek v důsledku předcházejících stavebních úprav kliniky. Vestavbou bezbariérových WC a sprch v pokojích pro nemocné, instalací ramp i novým nábytkem se zvýšil standard pacientů. Moderní provozní zázemí (sesterna, vyšetřovna, denní místnost, čistící a dezinfekční místnosti) zlepšily podmínky pro práci personálu. Kompletně nové elektrické rozvody, komunikační systémy i instalace čteček čipů na vchodových dveřích přispěly ke zvýšení bezpečnosti.



Náklady: dotace MZ 14,7 mil. Kč, vlastní zdroje cca 7,3 mil. Kč. **(PP)**

## Nově zrekonstruovaný přednáškový sál na patologii

Po několika měsících stavebních úprav byly 1. února slavnostně otevřeny zrekonstruované prostory Ústavu patologie 1. LF UK a VFN, který sídlí v Hlavově ústavu na Albertově. Modernizace se týkala přednáškového sálu, seminární místnosti a mikroskopických sálů. „Hlavův ústav je chráněnou památkou a unikátní ukázkou purismu. Od počátku bylo cílem při modernizaci posluchárny – zahrnující nejrůznější technické vymoženosti – zachovat původního ducha a jsem velmi rád, že se to z mého pohledu jednoznačně podařilo. Proběhla tedy rekonstrukce a restaurace, nikoliv destrukce doprovázená následnou výměnou,“ říká profesor Pavel Dundr, přednosta Ústavu patologie. **(RED)**





## Tulipánový měsíc

Tulipánový měsíc je projekt, který Amelie realizuje od roku 2013 každý rok v březnu. Jeho cílem je přinést s jarem i nadějí všem, kdo se osobně či v blízkém okolí setkávají s onkologickým onemocněním. Amelie proto zviditelňuje problematiku psychosociální pomoci onkologicky nemocným a jejich blízkým a zároveň nabízí konkrétní možnosti podpory a pomoci.



V rámci projektu navštěvují dobrovolníci onkologické kliniky, které pak zdobí výtvary dětí ze základních škol. I v letošním roce se ve VFN zdobilo. Jarní motivy tak mají pacienti na Onkologickém oddělení Gynekologicko-porodnické kliniky a na Hematoonkologickém oddělení. **(ŽH)**

## Fotografie Herberta Slavíka ve VFN



Světově uznávaný fotograf Herbert Slavík věnoval Nadačnímu fondu HIPPO-KRATES svoje velkoformátové fotografie. Ty jsou umístěny ve stacionáři, kam docházejí pacientky Onkogynekologického centra Gynekologicko-porodnické kliniky VFN a 1. LF UK na ambulantní chemoterapii a biologickou léčbu. Pacientky se tak potěší pohledem na krajinu nebo architekturu zachycenou objektivem našeho předního fotografa a rozptýlí se tak při dlouhém čekání. Samy pacientky stacionáře se při instalaci fotografií podílely na jejich rozmístění. Děkujeme za podporu a velkorysý dar a jsme rádi, že se nám i díky jeho pomoci daří kultivovat prostředí, kde se pacientky léčí. **(PP)**

## Praktická výuka v Aesculap Akademii

Studenti 1. LF UK mohou v letošním akademickém roce nově navštěvovat volitelný předmět Moderní technologie a zdravotnické prostředky v praxi, který vznikl ve spolupráci s Aesculap Akademií. Výuka probíhá v supermoderním tréninkovém Pavilonu B. Braun Dialog na pražské Bulovce, jenž je vybaven špičkovými technologiemi i simulační figurínou umělého člověka. Studenti, kteří si chválí obsah i způsob vyučování, si zkoušejí např. práci s laparoskopickou věží, endoskopickými instrumenty, ovládaní moderních dialyzačních přístrojů, pracují s vrtačkami používanými v ortopedii a traumatologii, osahají si základy a principy regionální anestezie, práci s infuzní technikou a linkou nebo asistují aplikaci eliminačních metod na dialyzačním středisku. **(RED)**

## Měření nitroočního tlaku zaměstnanců VFN

V rámci Světového týdne glaukomu se na Oční klinice VFN a 1. LF UK (15. března) a v budově Českého rozhlasu (16. března) uskutečnilo měření nitroočního tlaku. Vyšetřeno bylo celkem 319 osob a u 4 z nich byly zjištěny počínající změny.

U pacientů s glaukomem se neobjevují žádné symptomy nebo varovné příznaky. Jedinou možností, jak lze částečně zjistit začínající změny, je měření nitroočního tlaku. Akce je pořádána s přispěním společnosti Alcon/Novartis a pod záštitou České glaukomové společnosti. **(FB)**

## Ve zdravé Praze zdravý zub

I letos vyjdou budoucí zubaři a zubařky do ulic Prahy, aby učili veřejnost správné dentální hygieně. Lidé, kteří se nechají takto „proškolit“, budou navíc obdarováni kartáčkem na zuby od sponzora a letáčky. **Přijďte se na ně podívat 18. dubna od 9.00 do 17.00 na Palackého náměstí, Praha 2! (ZUB)**

## Jednička Ro(c)ku

Již po čtvrté se 1. LF UK spolu s neziskovkou Loono zúčastní doprovodného programu festivalu Rock for People! V lékařském stanu naši studenti veřejnosti ukážou, co se děje v mozku člověka, když si dá pár skleniček alkoholu, jointa nebo užije jinou drogu. I letos proškolíme hudební fanoušky v základech první pomoci, samovyšetřování prsou nebo varlat či v prevenci závislostí, návštěvníci se také dozví informace o sexuálním zdraví a na klasické Andule si budou moci zkusit, jak náročná je masáž srdce i to, jak dát výboj automatickým externím defibrilátorem. **Přijďte nás od 4. do 6. července na letiště u Hradce Králové podpořit i vy! Více na [www.rockforpeople.cz](http://www.rockforpeople.cz). (ZUB)**



# Když jde člověk k divadlu, stává se lékařem lidských duší

*Ze všech svých profesí se nejlépe cítí v roli dědečka, zejména když může jít se svým vnukem Američanem na ryby. Na divadelní scéně, kde se hrají především velké lidské příběhy, však žádnou oblíbenou roli nemá. Protože když si prý člověk něco oblíbí, musí se s tím jednoho dne stejně rozloučit. Tomáš Töpfer – ředitel Divadla na Vinohradech, herec, režisér, scenárista a vysokoškolský pedagog, ale také podnikatel i bývalý politik.*

## Jak vnímáte sousedství vašeho gastronomického podniku s toxikologickým pracovištěm 1. LF UK a VFN v Praze?

Hostinci U Kalicha se nevěnuju déle než patnáct let. I můj bratr už je v penzi. Máme ale takový rituál, že se tam scházíme s celou rodinou na silvestra. Naštěstí žádné naše jídlo nebylo nikdy toxické, takže je prima, že spolu v tomto oboru nespolupracujeme.

## Když se řekne U Kalicha, vybaví se samozřejmě dobrý voják Švejk. Uplatnil by se v současné politice?

Řekl bych, že ze Švejka se stává takový fenomén, symbol Čechů. Ale je to prostě „jen“ geniální literární postava, kterou si vymyslel pan Hašek, respektive se nechal inspirovat pucflekem Strašlipkou. Myslím si, že povaha nás Středoevropanů je mnohem komplikovanější a že žádná typická česká vlastnost neexistuje. Kdybychom si prošli své vlastní rodokmeny, možná zjistíme, že dědeček byl Srb, babička se narodila ve Vídni a prababička byla Polka. Nehledě na to, že naším územím prošly různé armády a zanechaly tady genetické stopy už od Napoleona. Takže bych se tím češtvím nenechal tolik ovlivňovat.

## V několika seriálech jste hrál postavu lékaře. Toužil jste se jím někdy stát?

A víte, že jo?! Jako dítě. Přestože jsem žádný vzor v úzké rodině neměl. Ale v té širší ano, takže kdybych se líp učil, možná bych byl taky doktorem. Koneckonců,

když jde člověk k divadlu, stává se lékařem lidských duší.

## Jak se učí hrát doktor – je to v něčem těžší než hrát jinou profesi?

Ani ne. Při každém natáčení, které má v určitých pasážích odborný scénář, musí být i odborný poradce, v tomto případě lékař. Třeba když jsme točili pokračování Nemocnice na kraji města, museli jsme se zúčastňovat i některých operací, abychom viděli, jak probíhají. Byl jsem přítomen u totální náhrady kyčelního kloubu nebo u plastiky zkříženého vazů v kolenu, která se dělá arthroscopicky. Byl to zajímavý pohled na práci lékařů, tak trochu „ze zákulisí“.

## Překvapilo vás něco při natáčení v medicínském prostředí?

Protože jsem byl na vojně vyučeným zdravotníkem a musel jsem chodit spolu s mediky na pitvy, nevadí mi vidět operace na živo. V případě války bych byl dokonce velitelem praporečnického obvaziště, takže umím poskytnout první pomoc, dát injekci, obvazovat.

Co mě ale překvapilo, byly technologie, které jsme měli možnost poznat zblízka. Třeba právě při arthroscopických výkonech, kdy lékař vpichne minikameru do kolene, dívá se spolu s pacientem na obrazovku a ukazuje mu, co bude dělat.

## Kdybyste se měl vžít do role opravdového lékaře, co by pro vás bylo nejhorší?

Být trpělivý vůči pacientům, neustále jim opakovat, co by měli s ohledem na své zdraví dělat, a vzdorovat

## V POSLEDNÍ DOBĚ...

### ČETL

Hodně dramatických textů, aktuálně Arthura Millera. V próze se vrátil ke čtení Karla Čapka a jeho Války s Mloky – románu z první republiky, který je až neuvěřitelně aktuální.

### SLYŠEL

Mnoho krásných anekdot, které jsou nadčasové a vypovídají o nás ve zkratce daleko víc než úvodníky, sloupky nebo fejetony.

### VIDĚL

Velký lidský příběh – Její pastorkyňu – ve vinohradském divadle.

### POTĚŠILO HO

Že sehnal bakelitové rámečky na okna automobilu z roku 1959 a může vyměnit ty rozbité.

### NAŠTVALO HO

Prý už je ve věku, kdy strašně rychle odpouští, takže už se ani moc nenaštává.

### ZKUSIL

Jízdu elektromobilem, a pak si ho objednal.

### PŘIŠEL

Přijde o končící ročník studentů herectví na DAMU, který čtyři roky učil..





Doc. MgA. Tomáš Töpfer se narodil 10. ledna 1951, má dcery Terezu, Martu a Lucii. Od roku 2012 působí jako ředitel, režisér a herec Divadla na Vinohradech. Ve své pracovně má mj. nábytek, který užíval Karel Čapek, jenž byl s touto scénou spjat v profesním i osobním životě.

laickému pohledu na medicínu. Současné informační technologie a internet umožňují, že je dnes téměř každý napůl doktorem. Myslím si, že je to jedna z nejhorších věcí, co se mohla v 21. století stát. Ostatně, když se dívám na hokej, taky vím nejlíp, kam by měl hráč přihrát a kdy by měl střílet.

#### Co tedy pro své zdraví děláte vy? Chodíte na preventivní prohlídky?

To tedy chodím. Protože už jsem ve věku, kdy by měl člověk vědět, jestli se v jeho těle neděje něco, co nemá. Životosprávu ale nedržím dobrou, to už tak k mé profesi patří. Moje hlavní stravování proto připadá až na dobu po představení, to znamená na noc.

#### Pobyl jste si už někdy delší dobu v nemocnici?

Naposledy jsem musel být hospitalizován ve čtyřech letech, kdy jsem byl na operaci dětské kýly. Od té doby jsem ve špitále neležel.

#### Máte mezi doktory kamarády?

Když jsme byli mladí, zvali jsme na představení děvčata, abychom je okouzlili. Když jsme se rozváděli, zvali jsme advokáty. A teď, když už se skláníme do údolí věku, zve me doktory. Při premiéře si většinou říkám: „Je to prima – tamhle sedí

přednosta ORL, tamhle psychiatr, tamhle ortoped, však já už tu kyčli taky možná budu potřebovat!“

#### Říkáte, že medicína a divadlo mají společnou práci s lidmi. Co by měl tedy dobrý pedagog naučit své studenty?

Víte, o profesi se ve škole dozvědí dost, teoreticky vždycky. Osobně mám ale pocit, že by dobrý pedagog měl vychovávat všestranné, sebevědomé osobnosti. Protože k herectví nestačí jen ovládnout technické disciplíny, zrovna tak jako k medicíně asi není potřeba jen udělat na jedničku zkoušku z anatomie... Šťastný pacient, který má empatického lékaře.

#### Mění se uchazeči o herectví v průběhu času?

Mění se především ve svých motivacích a inspiracích ke studiu herectví. Každá generace říká, že za ní to bylo jiné – mezi ty lidi já nepatřím, ale vidím, že my jsme toužili po základu, po divadelním herectví, zatímco současní mladí jsou spíše vychovávaní nekonečnými seriály, soap operami, příhodami z kalendářů, které nikdy nekončí... Ale nezlobím se za to za ně, takhle se to vyvíjí. Dnes je práce pro herce mnohem víc, často však povrchní. V televizi vlastně může hrát každý, kdo se umí přirozeně tvářit a říct nějakou větu. Takový člověk má

pak pocit, že je to jednoduché. Když ale přijde na velké jeviště, jakým je i vinohradské divadlo, zjistí, že ta profese obnáší daleko víc a že neuspěje.

#### Existuje nějaká role, kterou byste si chtěl zahrát?

Ani ne. A víte proč? Mladí herci si myslí, že tajemství úspěchu je skryto právě v konkrétní roli a že až dostanou tu pravou, ukážou svůj talent a oslní. Časem ale zjistí, že tajemství je ukryto v nich a že s postavou to nemá nic společného.

#### Jak trávíte volný čas?

Chodím na ryby! Jak říkával pan Weirich, podle starého čínského přísloví se čas strávený na rybách nezapočítává do života. Takže už jsem vlastně o mnoho let starší. Taky mám moc rád veterány. Je to kvůli tatínkovi, který zemřel, když mi bylo 11 let. Jedno staré předválečné autíčko, kam se lil benzín, olej i brzdová kapalina a které vždycky krásně vonělo, jsme totiž vlastnili a jezdili s ním na výlety. Když už jsem byl dospělý, sednul jsem si jednou při natáčení právě do podobného auta, které vonělo stejně jako moje dětství. Vzpomněl jsem si na tatínka, a tak si koupil svého prvního veterána. Dneska už mám čtyři, se třemi jezdím a jeden se opravuje. Také mě těší sbírat staré vláčky, už zkrátka začínám být infantilní. **(JAT)**



## Co dělat, když má dítě omrzliny?

Omrzliny vznikají nejdříve na okrajových částech těla (prsty na rukou i nohou, nos, uši, brada). Poškození tkáně vzniká v důsledku snížení prokrvení kůže a podkoží, kterým se organismus brání dalším ztrátám tělesného tepla. Příznaky omrzlin jsou následující: I. stupeň: bledá, nařalovělá místa, při oteplování zčervenají a palčivě bolí; II. stupeň: kůže je bílá až žlutá, mohou se tvořit puchýře, omrzlá tkáň méně bolí; III. stupeň: tuhá, „vosková“ a nebolestivá ložiska, dochází k hlubokému poškození tkáně.

### První pomoc při omrzlinách:

1. Pokuste se mechanicky prokrvit okolí ložisek: prsty jemně masírujte okolí omrzliny. Nikdy omrzliny neohřívajte mechanicky třením ani rychle přímým teplem.
2. Co nejrychleji dopravte prochládlé dítě do tepla. Zahřívajte jej celkově teplými nápoji, vyhřátou přikrývkou, teplým oblečením.
3. Místně přikládejte obklady. Poraněná místa ponořte do lázně. Její teplota musí být postupně zvyšována z vlažné do teplé, ale nesmí dítěti působit bolest.
4. Počínající omrzliny většinou nevyžadují ošetření lékařem, ale hlubší omrzliny sterilně překryjte, znehybněte poškozenou část těla a dopravte dítě k lékaři. **(PP)**

## Co dělat, když praskne ušní bubínek?

Akutní perforace (prasknutí) bubínku může nastat při zánětu středního ucha, poté následuje úleva od bolesti, objeví se sekrece z ucha, může trvat pocit zalehnutí ucha a horšího sluchu. K akutní perforaci může taky dojít při traumatu hlavy, nejčastěji po úderu na ucho nebo při čištění a manipulaci v uchu, akutraumatu (poškození v důsledku nadměrného hluku) nebo barotraumatu (poškození v důsledku změny tlaku). Projevuje se bolestí ucha, může být přítomna sekrece, zhoršený sluch, případně šelesty či pískání v uchu (tinnitus) a závrať.

**A jaká je léčba?** Vždy je nutná toaleta ucha nejlépe pod kontrolou mikroskopu. Podle příčiny perforace bubínku, stavu pacienta a nálezu jsou indikována lokální nebo celková antibiotika, při poruše sluchu krátkodobě kortikoidy, léky s vazodilatačním účinkem. Pacient by měl být sledován otorinolaryngologem až do úplného zhojení ucha. **(PP)**

## Co dělat při vysokém cholesterolu?

Raději bychom se měli ptát, jaká je prevence vysokého cholesterolu. Jsou dva hlavní rizikové faktory – a to jsou dědičnost a životospráva. Ovlivnit můžeme pouze jeden z nich. To, že se vysoký cholesterol dědí, by si měli uvědomit i ti, v jejichž rodinách se vyskytuje časná manifestace infarktu navzdory tomu, že jsou štíhlí a mají zdravou životosprávu. Pro všechny ale platí, že prevencí je tedy dodržování zásad zdravého životního stylu. Bohužel, vysoký cholesterol nebolí, proto doporučení lékařů, aby pacienti zlepšili svoji životosprávu, bere většina z nich na lehkou váhu. **Rady pro prevenci vysokého cholesterolu, vzniku aterosklerózy a vysokého rizika ischemické choroby srdeční jsou následující:** udržovat si optimální hmotnost, hlídat si příjem tuků (dávat přednost rostlinným a rybím), nepřekračovat příjem cholesterolu 200 mg/den, přijímat vyšší množství vlákniny (30 g/den), více konzumovat ovoce a zeleninu, snížit příjem alkoholu či ho zcela vyloučit, častěji zařazovat ryby a nízkotučné mléčné výrobky, omezit příjem soli na 6 g/den. **(PP)**



## Pohotovost

### KLINIKA DĚTSKÉHO A DOROSTOVÉHO LÉKAŘSTVÍ

Ke Karlovu 2, 120 00 Praha 2

#### Pohotovost pro děti a dorost

pondělí–pátek: 16.00–7.00

Volné dny: nepřetržitý provoz

Tel.: 224 967 777

### STOMATOLOGICKÁ KLINIKA

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2

#### Klinika nevykonává běžnou zubní pohotovostní službu!

Pohotovost: Městská poliklinika, Spálená 12, Praha 1

#### Stomatologická pohotovostní služba

■ pondělí–pátek: 17.00–7.00

■ sobota, neděle a svátky: nepřetržitý provoz

### I. CHIRURGICKÁ KLINIKA

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2

#### Všeobecná ambulance

Pro akutní stavy nepřetržitý

provoz, tel.: 224 962 209

### OČNÍ KLINIKA

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2

#### Pohotovostní oční ambulance

pondělí–pátek: 17.00–7.00

Volné dny: nepřetržitý provoz

Tel.: 224 962 344, 224 962 349

### SPOLEČNÝ PŘÍJEM INTERNĚ NEMOCNÝCH

U Nemocnice 1, 128 08 Praha 2

Pro akutní stavy nepřetržitý provoz,

tel.: 224 962 928

### ODDĚLENÍ OTORINO-LARYNGOLOGIE (ORL)

U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2

Nepřetržitá pohotovostní služba 24 hodin denně, tel.: 224 962 315 (ambulance – kartotéka), 224 962 322

### GYNEKOLOGICKO-PORODNICKÁ KLINIKA

Apolinářská 18, 128 51 Praha 2

Pohotovost 24 hodin denně.

**Porodnice:** porodní sál 2,

1. patro vlevo, tel.: 224 967 420

**Gyneekologie:** příjmová ambulance: přízemí vpravo, tel.: 224 967 491



# První pomoc jednoduše a prakticky

*aneb může se vám jednou hodit... XIII. díl*

**MUDr. Adam Novotný, Klinika anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny VFN a 1. LF UK,  
lektor předmětu Urgentní medicína v simulacích na 1. LF UK**

## **Nejsou křeče...**

*Noční služba na záchraně. Dispečerka hlásí posádce, že na číslo 155 volá maminka. Syn má údajně křeče a nereaguje. Záchranáři po příchodu do bytu nalézají v předstíni mladíka v bezvědomí, dýchá normálně. Maminka chlapce říká, že „když šel z koupelny, tak náhle upadl a začal se celý třást a pak už jen ležel jako ted.“ Záchranáři se rozhodnou chlapce převézt do nemocnice k dalšímu vyšetření. Při cestě ven z bytu si jeden ze záchranářů všimne dvou bezvládně ležících koček v kuchyni. Od matky chlapce se dozvídá, že ještě před hodinou byly v pořádku. Ptá se, zda mají v koupelně karmu. Matka přitaká a záchranář si tak spojí všechny souvislosti.*

*Bezvědomí, křeče, pobyt v koupelně s karmou, mrtvé kočky. To musí být otrava oxidem uhelnatým, produktem nedokonalého spalování. V nemocnici se správná úvaha a diagnóza potvrzuje.*

## **... jako křeče**

*Jedenadvacetiletá Petra byla sama doma, když dostala další epileptický záchvat. Měla navíc tu smůlu, že záchvat byl tentokrát silný a ona zůstala ležet na zádech v bezvědomí. Nemá síly udržet své dýchací cesty průchodné a dusí se. Po pár minutách dochází k zástavě srdeční činnosti a Petra umírá. Přitom stačilo tak málo – někdo, kdo by jí zaklonil hlavu a kontroloval dýchání.*

## **CELOTĚLOVÉ KŘEČE**

Pod pojmem celotělové křeče si většina z nás představí epileptický záchvat. Je však zapotřebí si uvědomit, že křeče nutně neznamenají diagnózu epilepsie. **Celotělové křeče jsou příznakem poruchy funkce mozku.** Ta může mít mnoho příčin – od otrav, nízké hladiny krevního cukru, úrazu hlavy, přehřátí, zasažení elektrickým proudem, nedostatku kyslíku v krvi až po zmiňovanou epilepsii.

Jinými slovy, velké množství patologických stavů může být na krátký čas doprovázeno celotělovými křečemi. Z toho vyplývá několik zásad pro poskytnutí první pomoci.

## **JAK TEDY NA TO?**

Zachraňující si musí nejprve položit dvě základní otázky: „Nehrozí mi nebezpečí? Proč má dotyčná osoba křeče?“ Vzpomeňme si na otravy oxidem uhelnatým či na elektrický proud!

U osoby v křečích zajistěte, ať se nezraní o okolní předměty. Chraňte především hlavu. Dávejte však pozor,

aby vás dotyčný neuhodil, pod hlavu mu nedávejte své ruce ani nohy! V žádném případě dotyčného nezalehávejte a už vůbec mu nedávejte nic do úst. Důsledkem by mohly být zlomené kosti či vylámané zuby, v horším případě váš ukousnutý prst.

Vaše hlavní konání přichází ihned po odeznění záchvatu. Mnoho situací, například i srdeční zástava, může být doprovázeno krátkým křečovým stavem. Je tedy potřeba **po odeznění křečí vždy zaklonit hlavu** tahem za bradu a tlakem na čelo a zkontrolovat, zda dotyčný normálně dýchá. Pokud se neprobouzí a nedýchá normálně, je nutné zavolat na číslo 155 a zahájit stlačování hrudníku.

Ti, co se probouzí k vědomí, budou z počátku zmatení a unavení. Po alespoň půlminutovém ujištění se, že člověk normálně dýchá a probouzí se, ho můžete otočit na bok. Hrozí totiž riziko, že bude dotyčný zvracet nebo mu z důvodů pokousaných tváří či jazyka bude vytékat krev z úst.

Zkontrolujte zrakem a pohmatem hlavu, zda nedošlo k jejímu poranění při pádu. Nejdůležitější však stále zůstává kontrola vědomí a dýchání, a to až do příjezdu záchranné služby.

## **KDY (NE)VOLAT 155?**

Existuje doporučená výjimka, kdy po odeznění celotělových křečích není nutné volat zdravotnickou záchrannou službu. Je to situace, kdy musí být splněny všechny následující podmínky:

- osobu znáte (člen rodiny, kamarád) a víte, že má epilepsii,
- záchvat křečí proběhl obvyklým způsobem,
- postižený je při plném vědomí a není zmatený ani zraněný.

Naopak, i u známého epileptika **volejte na číslo 155 v případě, že:**

- záchvat křečí trvá déle než 5 minut,
- nebo se do 1 hodiny záchvat opakuje,
- nebo je po záchvatu zmatený, zranil se či se necítí dobře.

Pokud osobu neznáte, nemůžete nikdy s jistotou vědět, zda jde skutečně „pouze“ o epilepsii. V těchto případech vždy volejte zdravotnickou záchrannou službu.

Křeče vypadají velmi dramaticky a někdy dokonce ohrožují dotyčného na životě. Nezapomínejte však, že i v tomto případě můžete svým konáním zachránit lidský život, aneb:

**U průběhu křečí chraňte hlavu, po křečích kontrolujte dýchání! +**



# Poskytování péče lege artis

*Poskytování zdravotních služeb, resp. zdravotní péče na náležitě odborné úrovni – tzv. lege artis – je základním právem pacienta garantovaným právními předpisy ČR. Základní právní povinností lékaře, ale rovněž i každého jiného zdravotnického pracovníka, která vyplývá ze samotné podstaty jejich povolání, je tedy postupovat lege artis. Odborně správný postup zahrnuje správnou diagnostiku, indikaci i správné provedení příslušného zákroku.*



**MUDr. Mgr. Jolana Těšinová, Ph.D., Ústav veřejného zdravotnictví a medicínského práva 1. LF UK**

Listina základních práv a svobod garantuje každému právo na ochranu zdraví a občanům ČR i právo na bezplatnou péči za podmínek vymezených zákonem o veřejném zdravotním pojištění jako tzv. úhradový standard. Smyslem je všeobecně zajistit občanům reálný přístup ke zdravotní péči a vytvořit jim podmínky pro důstojný život i v případech, kdy by si ji nemohou dovolit z vlastních prostředků.

## GARANCE ROVNÉ DOSTUPNOSTI PÉČE...

Na jakou péči má pacient právo nikoli z pohledu její úhrady, ale z pohledu úrovně kvality jejího poskytnutí, tedy medicínských poznatků? Odpovědi na tuto otázku musíme hledat především v Úmluvě o lidských právech a biomedicíně, nejvýznamnější mezinárodní smlouvě pro oblast zdravotní péče, a zejména v zákoně o zdravotních službách.

Úmluva o lidských právech a biomedicíně stanoví, že jakýkoli zákrok musí být prováděn v souladu s příslušnými profesními povinnostmi a standardy. Rovněž musí být garantovány rovná dostupnost zdravotní péče patřičné kvality a zákaz diskriminace v přístupu k ní, např. na základě zdravotního stavu.

## ... POSKYTOVANÉ PODLE VĚDECKY OVĚŘENÝCH A AKTUÁLNÍCH POZNATKŮ

Zákon o zdravotních službách potom definuje náležitou odbornou úroveň (odborný standard) jako poskytování zdravotních služeb podle pravidel vědy a uznávaných medicínských postupů, při respektování individuality pacienta a s ohledem na konkrétní podmínky a objektivní možnosti. Tato definice je právním základem pro vymezení samotného pojmu lege artis, jeho obsah ale není – až na zcela ojedinělé výjimky – vymezen zákonem, nýbrž přísluší zejména lékařské vědě. Je třeba ho vnímat jako proměnlivý, stále se vyvíjející proces, při kterém je nutno aplikovat poznatky aktuální, nikoli zastaralé, což odpovídá dynamickému pojetí postupu lege artis.

Poskytováním zdravotní péče podle pravidel vědy – ať už lékařské či jiného zdravotnického oboru, např.

ošetřovatelství či fyzioterapie – se tedy rozumí použití vědecky ověřených postupů. Za uznávané medicínské postupy jsou pak považovány takové, které vyplývají z konsenzu široké odborné veřejnosti. Jde o doporučené postupy odborných společností, náplň obsahu výuky na lékařských fakultách, aktuální odborné literatury apod. Respektování individuality pacienta znamená v konkrétním případě např. zohlednění jeho věku, souvisejících onemocnění či aktuálního zdravotního stavu. Zdravotní

## POSTUP LEGE ARTIS JE NEUSTÁLE SE VYVÍJEJÍCÍ PROCES, PŘI KTERÉM JE NUTNO APLIKOVAT POZNATKY AKTUÁLNÍ, NIKOLI ZASTARALÉ.

péče musí být také poskytována s ohledem na konkrétní podmínky a objektivní možnosti, které měl lékař nebo jiný zdravotnický pracovník v daném okamžiku k dispozici (např. technické vybavení, personální zajištění, zajištění letecké přepravy).

Vzhledem k tomu, že konkrétní diagnostické, léčebné či jiné postupy nejsou stanoveny zákonem, ale především formou doporučených postupů odborných autorit, je konečná volba postupu na samotném lékaři či jiném zdravotníkovi v mezích jeho kompetencí, resp. odborné způsobilosti. Vždy se ale musí jednat o postup, který je v zájmu pacienta a řádně zdokumentován ve zdravotnické dokumentaci.

## POSOUZENÍ NA ZÁKLADĚ EXPERTNÍHO HODNOCENÍ

Jinou a neméně závažnou otázkou je, kdo má posoudit, zda byla konkrétní zdravotní péče poskytnuta na náležitě odborné úrovni, či nikoli (tedy lege či non lege artis). Tuto otázku v trestním řízení, ale ani v jiných soudních řízeních nemůže hodnotit sám vyšetřující policista, státní zástupce či soudce, ale vždy se musí opírat o expertní odborné hodnocení, zpravidla ve formě znaleckého posudku. +



# Potřebují diabetici DIA potraviny?

*Dnes je již poměrně známo, že „dia výrobky“ lékaři diabetikům nedoporučují. Neposkytují jim žádné výhody a ani jejich nemoc neléčí, jak se někteří dokonce domnívají. Přesto je mnoho pacientů s diabetem stále zvyklých tyto výrobky v dobré víře kupovat, aniž by se zajímali o jejich složení a počítali s nimi v jídelním režimu. Těm, kterým záleží na svém zdraví, se vyplatí zajímat se o zásadní informace na obalu výrobku, se kterými pak mohou pracovat.*

**Lucie Horníková, DiS., nutriční terapeutka, Oddělení nutričních terapeutů VFN**

Označovat potraviny jako DIA již není možné. Nyní se můžeme setkat s označením „Potraviny vhodné pro diabetiky“ nebo „Potraviny vhodné pro diabetiky v rámci stanoveného dietního režimu“. Ve vyhlášce Ministerstva zdravotnictví ČR jsou zařazeny mezi skupinu potravin určených pro zvláštní výživu. Zde se znovu nabízí otázka, zda diabetik zvláštní výživu vůbec potřebuje.

## **KALORICKÁ A NEKALORICKÁ SLADIDLA**

Výrobky označené „vhodné pro diabetiky“ neobsahují disacharid sacharózu (řepný cukr) ani monosacharid glukózu (hroznový cukr), které způsobují velké výkyvy hladiny cukru v krvi (glykemie). Výrobky jsou namísto toho slazeny náhradními sladidly. Ta mohou být kalorická (fruktóza, sorbit) nebo nekalorická (tzv. umělá sladidla, např. aspartam, sacharin, acesulfam K). Většinou je ve výrobku použita kombinace více druhů sladidel, protože oba druhy mají určitá technologická omezení. Kalorická sladidla nemají oproti řepnému cukru zásadní výhodu. Mají téměř stejnou energetickou hodnotu, stejný obsah sacharidů a zvyšují glykemii podobně vydatně (i když o trochu pomaleji) jako klasický cukr. Je tedy nutné započítávat je do sacharidů v rámci jídelního plánu. Fruktóza může navíc, při neomezené konzumaci, zvyšovat hladinu tuků v krvi. Fruktózu obsahují převzápivě i některé výrobky označené jako „sugar free“ nebo „bez cukru“, ačkoli jde o ovocný cukr.

Nekalorická nebo nízkokalorická (polyoly) umělá sladidla nezvyšují glykemii. Některá ale mohou mít ve

větším množství laxativní účinky, nemá je např. sladidlo Erythritol. Lze také doporučit přírodní sladidlo z rostliny stévie, které rovněž nezvyšuje hladinu cukru v krvi, ideální je si vybrat variantu s vyšším podílem rebaudiosidu A – je sice dražší, ale chuťově bližší cukru.

## **TABULKA NUTRIČNÍCH A ENERGETICKÝCH HODNOT NA OBALU**

Na obalu výrobku je výrobce povinen uvést složení výrobku se zdůrazněním použitého sladidla a tabulku nutričních a energetických hodnot pro 100 g výrobku.

Potraviny, na jejichž obalu tato tabulka chybí a je uvedeno pouze „výrobek bez cukru“ nebo „výrobek bez přidaného cukru“, nelze považovat za vhodné pro diabetiky. Ti si totiž nemohou přepočítat obsah sacharidů (popř. výměnných jednotek) v potravine. Chybějící údaj o energetické hodnotě může být pak důležitý pro obézní diabetiky 2. typu.

## **ZBAVTE SE DIA SUŠENEK**

Je nutné si uvědomit, že v moučném dia výrobku, např. v sušence, nepocházejí sacharidy pouze ze sladidla, ale z velké části i z mouky (škrubu), stačí prostudovat obal (sacharidy celkové a z toho „cukry“). Sacharidy zvyšují glykemii přímo, proto je pro diabetika nutné je započítávat do jídelního plánu. Určitě tedy neplatí, že po „dia sušence“ se nezvýší glykemie. Mnoho pacientů stále překvapí, že dia sušenka nebo podobný dia výrobek může zvýšit glykemii několikanásobně více než např. kostka cukru v kávě.

Většina dia sušenek obsahuje

téměř stejné množství tuků – často i více a nejsou zrovna kvalitní. Obsah energie je proto vysoký, což by měl zohlednit především typický diabetik 2. typu, který potřebuje redukovat hmotnost. Je pak rozumnější pochutnat si občas na malém množství „normální sladkosti“ a sladké chuti celkově spíše odvykat než se stále potýkat se závislostí na ní. Některé potraviny, které jsou např. slazeny aspartamem či sukralózou (nízkotučné jogurty s aspartamem, nápoje apod.), se mohou v diabetické stravě uplatnit poměrně dobře.

## **PORAĎTE SE S LÉKAŘEM NEBO NUTRIČNÍM TERAPEUTEM**

Při dodržování diabetické stravy není nutné stresovat se tím, co se smí a co se nesmí. Je ale dobré mít přehled o tom, co je vhodné, co méně a co už skutečně škodí. Vždy se musí počítat i s příznivými účinky pohybu, aktuální glykemií, úpravou skladby jídelníčku. Je vhodné se o možnostech poradit s lékařem nebo zkušeným nutričním terapeutem. Vyplatí se zjistit si pár informací, a poté se svobodně rozhodnout, co vybrat.

Platí, že diabetik žádné speciální potraviny nepotřebuje, jeho strava by se měla řídit zásadami racionální výživy s omezením především jednoduchých sacharidů a nevhodných tuků a měla by obsahovat dostatečné množství vlákniny. Diabetik 1. typu si musí umět přesně vypočítat množství sacharidů v jídle. Obézní diabetik 2. typu by měl přihlídnout k celkové energetické hodnotě potravin, aby dosáhl přijatelné hmotnosti. +



# MUSELI JSTE NĚKDY ŘEŠIT OTRAVU?

*Houby, alkohol, léky, čisticí a dezinfekční přípravky nebo bobule různých barev, které mají zejména malé děti tendenci prozkoumávat. To je jen zlomek toho, s čím se lze setkat u akutních otrav (intoxikací). V případě nutnosti lze volat Toxikologické informační středisko na tel. 224 91 92 93 a 229 91 54 02.*

**Michaela Šerá Čteková,**  
**46 let, oddělení komunikace děkavatu 1. LF UK**

Vzpomínám si na jednu příhodu z vlahého podzimního večera. Seděly jsme s kamarádkami u kávy pod pergolou, děti si hrály, honily kočky na zahradě, zkrátka taková idylka na chalupě. Čas krásně plyne. Dopovídat, vykoupat ratolesti, večere a spát. Jedno z dětí je ale pobledlé, jíst nechce, po chvíli brečí, že ho bolí břicho.

O něco málo starší sestra vysvětluje, že Tomík jedl to víno na zemi. Víno? Žádné tu nemáme. Jen na zdi stodoly roste loubinec – psí víno. Jasně, lehce fialové kuličky jsou popadané na betonu. V nejbližší nemocnici vypumpovali nezbednému robátka žaludek.

Matka dostala přednášku od ošetřujícího lékaře a ujištění, že loubinec je jen mírně jedovatý, navíc odporné chuti, takže ho málokdo pozře! No, málokdo...

**Katarína Vančišinová,**  
**23 let, studentka 4. ročníku všeobecného lékařství na 1. LF UK**

Oživovala som pred dvoma rokmi na Silvestra len 17ročného chlapca, ktorý sa opil do bezvedomia a prestal dýchať. Chlapca som resuscitovala do príchodu



sanitky vyše 6 minút, ktoré boli pre mňa nepredstaviteľne náročné. Všetko ale dopadlo dobre, záchranárom sa podarilo chlapca oživiť a mali podozrenie, že jeho srdce odrovnala kombinácia alkoholu a energetického nápoju.

**Kryštof Šubrt,**  
**22 let, student 4. ročníku všeobecného lékařství na 1. LF UK**

S vážnejší otravou jsem se našťestí ještě nikdy nesetkal, nicméně ona i taková alimentární otrava toxiny ze špatně upraveného jídla umí vylekat. Stalo se to mému kamarádovi po letní grilovačce. Dostaví se silná bolest břicha, zvracení a průjem, které mohou být doprovázeny teplotou.

Postiženého jsem nechal vypít rehydratační roztok a průběžně ho kontroloval. Do rána bylo našťestí již vše v pořádku.

**PhDr. Mgr. Ondřej Ulrych,**  
**47 let, Klinika anesteziologie, resuscitace a intenzivní medicíny VFN a 1. LF UK**

Našťestí jsem nemusel ani v rodině a ani v blízkém okolí řešit žádné otravy. Doposud se nám vyhnuly jak otravy z jídla, tak i otravy z požití jedovatých rostlin nebo chemikálií.



**doc. MUDr. Zdeněk Vilikus, CSc.,**  
**61 let, přednosta Ústavu tělovýchovného lékařství VFN a 1. LF UK**

Našťestí jsem se nikdy nedostal do situace, kdy bych musel řešit otravu v rodině nebo u svých blízkých.

Na pracovišti občas musíme řešit stavy akutního přepětí při zátěžových testech, které se provádějí

do maxima. Jsou to stavy připomínající otravu tím, že při nich pacient ztratí vědomí, mívá křeče a často i zvrací a je nutno jej křísit. Poslední takový případ byl o to kurióznější, že pacient sportovec dostal zátěžový test jako dárek k narozeninám

**Bc. Petra Vagenknechtová, MBA,**  
**43 let, vrchní sestra Interního oddělení Strahov**

Ve svém blízkém okolí jsem se našťestí s intoxikací nesetkala.

Před 5 lety jsem pracovala na SPIN a tam byly intoxikace na denním pořádku. Hlavně se jednalo o otravy alkoholem. Ve většině případů byli opilí – ženy, muži, mladí i staří – přivezeni záchrannou službou. Někteří byli agresivní, jiní „roztočili“. V každém případě bylo pro personál velmi náročné se o ně starat. Zaměstnali nejméně jednu sestru a sanitáře.





# Nové prostory katetrizační laboratoře

*Na konci ledna byla slavnostně otevřena nově zrekonstruovaná katetrizační laboratoř II. interní kliniky VFN a 1. LF UK, a to za účasti předsedy vlády Bohuslava Sobotky, ministra zdravotnictví Miloslava Ludvíka, ředitelky VFN Dany Juráskové a vedení kliniky.*

V rámci obnovy došlo k výměně starého přístroje za nový koronární angiograf, který bude zajišťovat kompletní rentgenové zobrazení pro všechna diagnostická a intervenční vyšetření v rámci Komplexního kardiologického centra VFN. „Nový přístroj výrazně přispěje ke zvýšení provozuschopnosti, spolehlivosti a bezpečnosti při poskytování zdravotní péče v katetrizační laboratoři II. interní kliniky,“ doplňuje prof. MUDr. Aleš Linhart, DrSc., přednosta kliniky.

## ANGIOGRAFICKÝ PŘÍSTROJ S VELMI NÍZKOU DÁVKOU ZÁŘENÍ

Nově instalovaný Artis Q.zen Ceiling je v současné době nejmodernější angiografický přístroj od společnosti Siemens Healthcare. „Tento přístroj patří ve své kategorii mezi světovou špičku. Přístroj poskytuje **mimořádně kvalitní obrazové výstupy s použitím velmi nízké dávky rentgenového záření**, což je důležité nejen pro samotného pacienta, ale i pro lékařský personál. Navíc umožňuje léčit více nemocných, a to kvalitnějším způsobem,“ vysvětluje doc. MUDr. Jean-Claude Lubanda, Ph.D., primář kliniky.

Ve světovém měřítku patří Česká republika na přední místa v péči o nemocné s akutním infarktem a ischemickou chorobou srdeční. Předpokladem úspěšné péče je široká a nepřetržitá dostupnost center vybavených srdečními katetrizačními laboratořemi.

Nově otevřená katetrizační laboratoř je významnou investicí z prostředků Ministerstva zdravotnictví ČR. Celkové náklady na pořízení zdravotnické technologie činily cca 32 mil. Kč. „Tato investice přináší **významné zlepšení kvality poskytované péče** pro pacienty s kardiologickými chorobami nejen ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze, ale i v celé



České republice,“ zmiňuje Mgr. Dana Jurásková, Ph.D., MBA, ředitelka Všeobecné fakultní nemocnice v Praze.

## SUPERSPECIALIZOVANÁ PÉČE 24 HODIN DENNĚ

VFN poskytuje v Srdeční katetrizační laboratoři II. interní kliniky superspecializovanou péči pro pacienty v oblasti rutinní i akutní intervenční kardiologie. Zajišťuje **nepřetržitý provoz 24 ho-**

**din denně 7 dní v týdnu.** Velká část provozu zahrnuje akutní kardiologický program, v němž jsou léčeni pacienti s akutním infarktem myokardu. Těm je nutné poskytnout neodkladnou péči pro vysoké riziko úmrtí při závažných kardiologických komplikacích. Provádí se zde v průměru 2,5 tisíce vyšetření za rok, z toho 800 intervencí a více než 350 ošetření pacientů s akutním infarktem myokardu. **(FB)**





## Biologický materiál je vyšetřován přesněji

Ústav soudního lékařství a toxikologie VFN a 1. LF UK má k dispozici nový analytický přístroj, díky kterému budou moci odborníci **měřit koncentraci léčiv nebo návykových látek v krvi pacientů až se stonásobně lepší přesností** než doposud.

Jedná se o ultravysokoučinný kapalinový chromatograf s dvojitým hmotnostním detektorem SCIEX QTRAP 5500 Shimadzu Nexera X2 od firmy Amedis, který byl pořízen v rámci dotačního projektu státního rozpočtu „VFN Praha – zdravotnická technika, id. č.: 235V11B001304“. Náklady na pořízení činily 8 107 000 Kč včetně DPH.

Nový přístroj má široké možnosti použití a bude sloužit hlavně k následujícím činnostem:

- stanovení koncentrace léčiv a jejich aktivních metabolitů v krvi v případě intoxikací a při terapeutickém monitoringu pacientů,
- konfirmaci (potvrzení nezávislou metodou) pozitivních nálezů ze screeningu léků, návykových látek



a jejich metabolitů,  
■ vývoji metod stanovení přítomnosti nových léčiv, syntetických drog a toxinů.

Na Oddělení toxikologie se provádějí toxikologická **vyšetření vzorků biologického materiálu pacientů** (nejčastěji krve /séra/, moči, žaludečního obsahu) a také vzorků orgánů u soudních případů, případně dalších vzorků zajištěných policií (neznámých tekutin, prášků).

„Provádíme také různá kontrolní vyšetření sloužící ke sledování užívá-

ní terapie u léků na vysoký krevní tlak či snížení cholesterolu nebo například kontrolujeme abstinenci od drog při léčebných odvykacích programech. Díky tomuto přístroji budou naše měření ještě přesnější,“ pochvaluje si doc. RNDr. Radomír Čabala, Dr., primář Oddělení toxikologie. Především z forezních důvodů se na oddělení provádí také analýza vlasů, která ozřejmí užívání drog i po delším časovém intervalu, kdy již nejsou prokazatelné v krvi ani v moči. **(FB)**

## Zanechání kouření zlepšuje příznaky deprese

Závislost na tabáku je nemoc. V České republice jí trpí přibližně 2,2 milionu lidí a ročně kvůli ní předčasně zemře kolem 16 tisíc pacientů, kteří vinou kouření ztratí v průměru 15 let života.

Nejčastěji se u kuřáků vyskytují psychiatrická onemocnění. Výzkum posledních deseti let zabořil v této oblasti mnoho mýtů. Jedním z typických je obava ze zhoršení psychických obtíží po zanechání kouření. „Při našem výzkumu se však ukázalo, že **příznaky deprese se po roce abstinence od cigaret významně zlepšují**, a to zejména u pacientů s těžší depresí. Není tedy třeba se u nich léčby závislosti na tabáku obávat, ale právě naopak“, říká MUDr. Lenka Štěpánková z Centra pro závislé na tabáku III. interní kliniky 1. LF UK a VFN v Praze.

Dalším opakovaně vyvráceným mýtem je nevhodnost současné léčby

závislosti na tabáku a další návykové látky. Naopak, pokud pacient přestane kouřit, má o přibližně 25 % vyšší šanci na úspěšnou terapii závislosti na alkoholu či dalších droze.

Centrum pro závislé na tabáku pomáhá všem, kteří se chtějí této závislosti zbavit.

Za dobu existence jím prošlo téměř 6000 nemocných. „Z výsledků léčby závislosti ve specializovaných centrech vyplývá, že 40 procent kuřáků, kteří ji podstoupili, vydrží abstinovat rok, zatímco kuřáků bez odborné pomoci to dokáže desetinásobně méně, asi 4 procenta,“ říká vedoucí centra profesorka Eva Králíková. Terapie v centrech je hrazena ze zdravotního pojištění a na léky v současné době přispívají dvě zdravotní pojišťovny, a to VZP 2500 Kč a OZP 4000 Kč ročně.

V ČR existuje při velkých nemocnicích dalších 36 takových center,



v nichž se věnují v průměru zhruba 50 pacientům ročně. Kontakty na ně a na více než 200 ambulantních lékařů či poradenských center v lékárnách jsou na webu Společnosti pro léčbu závislosti na tabáku [www.slzt.cz](http://www.slzt.cz). **(MF)**





# Muži dbají na prevenci méně než ženy

*Podle statistik zdravotních pojišťoven i zkušeností lékařů chodí muži na preventivní prohlídky méně často než ženy. Ti, kteří jsou v produktivním věku a netrpí žádným chronickým onemocněním, až na výjimky nevyhledávají informace o zdraví. Získat je pro prevenci je často jednodušší s pomocí jejich partnerek. Ukazuje se, že muže je možné oslovit méně tradičními prostředky a obrátit tak jejich pozornost na vlastní zdraví.*

1. lékařská fakulta UK dlouhodobě rozvíjí aktivity neotřele spojující propagaci medicíny, zdraví a vybraných oblastí prevence. V posledních letech si postupně vybírá s úspěchem pro osvětu nejrůznější prostředí, jako jsou festivaly Rock for People, Kefír či Týden vědy a techniky na AV ČR nebo Pražská muzejní noc. Na těchto akcích studenti 1. LF UK mimo jiné vysvětlují návštěvníkům základy první pomoci, na modelech prsou a varlat ukazují, jak si mohou provést samovyšetření, poučují je o zásadách správné ústní hygieny, vysvětlují, jak škodí na zdraví kouření, pití alkoholu či užívání drog,

na pomůckách demonstrují, jak se dá zlepšit kvalita života lidem s handicapem. „Z velké návštěvnosti i reakcí mužů a jejich partnerek je zřejmé, že je dokážeme zaujmout i v prostředí méně tradičním pro osvětu,“ říká profesor Michal Miovský, proděkan fakulty a přednosta Kliniky adiktologie 1. LF UK a VFN. Upozorňuje, že **k jednomu z největších rizik ohrožujících kvalitu života českých mužů patří nadměrná konzumace alkoholu** – až 23 % kvůli tomu hrozí poškození zdraví nebo přímo závislost. Přesto je pití alkoholu považováno za součást identity českého muže. Kromě

již známých negativních účinků alkoholu (poškození jater, změny psychiky, oslabení imunity atd.) se nově potvrdilo, že s nadměrným pitím roste riziko vzniku některých nádorů, např. slinivky břišní, prostaty či kůže. Liga otevřených mužů (LOM) ve spolupráci s Klinikou adiktologie proto již po čtvrté zorganizovala akci Suchej únor, v níž vyzývá muže, aby se po celý měsíc vzdali pití alkoholu.

Podle LOM se letos prostřednictvím Facebooku přihlásilo v události ke kampani 3 200 mužů. Dosah však byl nesrovnatelně větší, na této sociální síti to představuje asi 350 tisíc mužů. **(MF)**



## Koncert v kostele sv. Kateřiny

Vedení Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, Společnost pro duchovní hudbu a Pravoslavná církev v českých zemích a na Slovensku si vás dovoluují pozvat na koncert v kostele svatě Kateřiny (v Kateřinské zahradě u Neurologické a Psychiatrické kliniky VFN a 1. LF UK, Praha 2).

Koncert se uskuteční  
ve středu 21. června 2017 od 16:00 hodin  
u příležitosti Evropského svátku hudby.

Projekt probíhá za podpory Městské části Praha 2. Vstup volný.



# Podpora péče pro pacienty se vzácnými chorobami

*Všeobecná fakultní nemocnice v Praze se zapojila do Evropských referenčních sítí pro vzácná onemocnění. Hlavním cílem této evropské iniciativy je posílení postavení pacientů a podpora vysoce kvalitní, komplexní a nákladově efektivní zdravotní péče pro pacienty se vzácnými chorobami, a to zejména prostřednictvím úzké spolupráce specializovaných zdravotnických zařízení v rámci celé Evropské unie.*

**Ing. Kateřina Tylová, Oddělení evropských grantů VFN**

V březnu 2016 byla Evropskou komisí vyhlášena první výzva k podávání žádostí o schválení a ustavení Evropských referenčních sítí pro vzácná onemocnění (European Reference Networks, dále jen ERN). Výzva byla vyústěním několikaletého přípravného procesu v této oblasti.

V rámci této iniciativy jsou zřizovány jednotlivé specializované ERN, jejichž členy musí být poskytovatelé zdravotní péče z minimálně 8 členských zemí a 10 je minimální počet členů. Každá síť musí být schválena Evropskou komisí, a to na základě přihlášek podaných do vyhlášené výzvy.

První výzva byla uzavřena v červnu 2016. Následoval několikaměsíční proces hodnocení a prověřování, jehož součástí byly kromě hodnocení zaslané dokumentace i audity na místě u vybraných zdravotnických zařízení. Posuzovala se nejen odborná úroveň v dané specializaci, ale i přístrojové a personální zajištění, kvalita nastavených procesů v organizaci (např. v oblasti bezpečnosti informací, řízení kvality apod.) a úroveň spolupráce s patientskými organizacemi.

V prosinci 2016 bylo na základě výsledků hodnotícího procesu **schváleno celkem 24 ERN.**

Je v nich zapojeno 26 zemí, přes 300 nemocnic a více než 900 vysoce specializovaných pracovišť.

**Kliniky a pracoviště Všeobecné fakultní nemocnice v Praze se v rámci první výzvy zapojily do**

**celkem 5 vznikajících ERN.** Na přípravě podkladů se kromě odborníků z klinik podílela i další pracoviště VFN, zejména Oddělení evropských grantů, Odbor kvality a další. Všechny 5 ERN prošlo hodnotícím procesem úspěšně a **VFN byla akceptována jako jejich člen.**

Jedná se o významný úspěch, který potvrzuje vysokou odbornou úroveň pracovišť VFN na lokální i mezinárodní úrovni. Do budoucna je aktivní participace v rámci ERN předpokladem dalšího zvyšování specializované odborné zdravotní péče a prohlubování mezinárodní spolu-



European  
Reference  
Networks

práce, včetně možnosti efektivního sdílení zkušeností. Na základě aktuálního vývoje lze předpokládat, že ERN budou hrát v budoucnosti **důležitou roli nejen v péči o pacienty se vzácnými nemocemi, ale také ve financování výzkumu a v oblasti edukace a posílení postavení pacientů.**

Více informací o ERN lze nalézt na stránkách Evropské komise: [http://ec.europa.eu/health/ern/policy\\_en](http://ec.europa.eu/health/ern/policy_en).

## VFN JE ČLEMEM NÁSLEDUJÍCÍCH ERN:

**MetabERN:** oblast vzácných dědičných metabolických chorob. Za VFN zapojen ÚDMP v úzké spolupráci s KDDL a dále s II. a IV. interní klinikou. Pověření zástupci za VFN: prof. MUDr. Viktor Kožich, CSc., a prof. MUDr. Jiří Zeman, DrSc.

**RITA:** oblast autoinflammatorních onemocnění, dětských revmatických onemocnění a vaskulitid u dospělých i dětí. Za VFN zapojeno Centrum dětské revmatologie a Centrum pro autoinflammatorní onemocnění při Klinice dětského a dorostového lékařství, Centrum imunonefrologie při Klinice nefrologie. Pověření zástupci za VFN: prof. MUDr. Pavla Doležalová, CSc., a prof. MUDr. Vladimír Tesař, DrSc.

**ERN-RND:** oblast vzácných neurologických onemocnění. Za VFN zapojena Neurologická klinika. Pověření zástupci za VFN: prof. MUDr. Evžen Růžička, DrSc., a doc. MUDr. Jiří Klempíř, Ph.D.

**ERN-EYE:** oblast vzácných očních onemocnění. Za VFN zapojena Oční klinika. Pověření zástupci za VFN: doc. MUDr. Petra Lišková, M.D., Ph.D., a MUDr. Bohdan Kousal.

**ERN-LUNG:** oblast vzácných onemocnění dýchacího ústrojí. Za VFN zapojeno Centrum pro plicní hypertenzi (II. interní klinika). Pověření zástupci za VFN: doc. MUDr. Pavel Jansa, Ph.D., a MUDr. David Ambrož.



# Taky jste srdcaři?

*1. lékařská fakulta UK převzala odbornou záštitu nad neziskovou organizací Loono, která začátkem března spustila kampaň Žiješ srdcem, jež upozorňuje na důležitost prevence kardiovaskulárních onemocnění.*

Celý rok budou studenti lékařských fakult pořádat na toto téma workshopy ve školách, firmách i na festivalech. **Aby mohlo Loono své plány uskutečnit, pořádá veřejnou sbírku na portálu Hithit, [www.hithit.com](http://www.hithit.com), kde může přispět kdokoli.** Cílem je nejen upozornit na problematiku, která se týká stále mladších lidí, ale také vybrat 185 000 korun na nákup školících pomůcek. **Sbírka byla spuštěna 5. března a potrvá do 18. dubna 2017.** Pokud se podaří cílovou částku vybrat, Nadace Vodafone ji zdvojnásobí.

Právě kardiovaskulární onemocnění jsou nejčastější příčinou úmrtí

v ČR. Zrádná jsou tím, že nejsou vidět, ani nebolí. Projeví se až v okamžiku, kdy je již „příliš pozdě“, což lidé často netuší. Je tedy důležité věnovat dostatečnou pozornost preventivním opatřením – zdravému životnímu stylu a preventivním prohlídkám. „Srdce má každý z nás, díky němu žijeme a prožíváme veškeré naše radosti i starosti. Nemůžeme si na něj sáhnout, pečovat o něj ale lze. Novou kampaní chceme lidi naučit, jak na to správně jít a zachránit tak život nejen sobě, ale i lidem ve svém okolí,“ říká zakladatelka neziskovky Loono Kateřina Vacková, studentka 6. ročníku 1. LF UK. **Cílem je prostřednic-**

**tvím vzdělávacích workshopů, mediální a online kampaně vzdělat širokou veřejnost v oblasti prevence a včasné diagnostiky kardiovaskulárních onemocnění.** To vše laicky srozumitelnou, nezastrašující komunikací, která osloví i mladou generaci.

Po dobré zkušenosti s prvním projektem neziskovky Loono zaměřeným na osvětu v oblasti prevence rakoviny prsu a varlat podpořila 1. LF UK i kampaň Žiješ srdcem. „Fakulta s radostí převzala odbornou garanci nad veřejně prospěšným projektem, který naši lékaři pomohou rozvinout po odborné stránce,“ uvedl Aleksi Šedo, děkan 1. LF UK. **(RED)**

# 14. pražská muzejní noc na Jedničce

10. 6. 2017  
19.00—01.00

Otevíráme pro Vás ANATOMICKÉ MUZEUM,  
STOMATOLOGICKÉ MUZEUM  
a AKADEMICKÝ KLUB – FAUŠTÁK.

Po celou dobu bude připraven bohatý doprovodný program pro dospělé i pro děti!

Vstup volný!

ZNOVU OTEVÍRÁME!

PŘIJĎTE SE K NÁM PODÍVAT!



1. LÉKAŘSKÁ  
FAKULTA  
Univerzita Karlova





# Mohou nanočástice škodit našemu zdraví?

*Zdávalo se, že azbest, který odolává žíravinám i vysokým teplotám a jež byl ve 20. století hojně využíván, je až zázračně ideálním přírodním materiálem. Později se ale ukázalo, že je třeba počítat také s jeho riziky, která mohou nepříjemně překvapit. A tak se s následky užívání azbestu ve stavebnictví, instalatérství, ale často i ve školách potýkáme doposud. Mezoteliom, nádor typicky související právě s tímto materiálem, se totiž objevuje i po 50 letech od expozice. Bylo by tragické, kdybychom udělali stejnou chybu také v oblasti neuvěřitelně perspektivních nanočástic.*

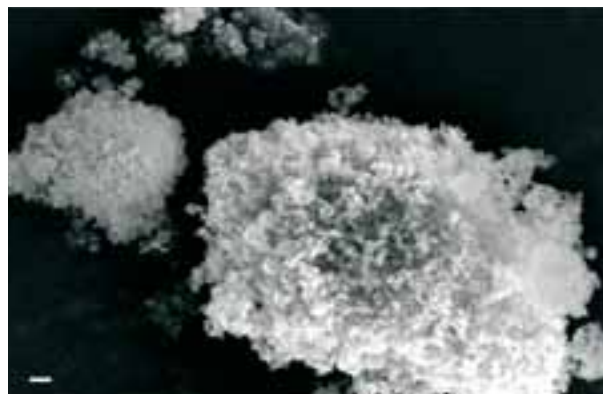
**Téma připravily prof. MUDr. Daniela Pelclová, CSc., odb. as. MUDr. Zdenka Fenclová, CSc., z Kliniky pracovního lékařství 1. LF UK a VFN v Praze.**

Obor pracovního lékařství se neustále vyvíjí a přizpůsobuje aktuálním profesním rizikům. Od roku 1973 do současnosti se u nás výrazně změnila struktura nemocí z povolání, kdy významně stoupl podíl infekčních a kožních chorob či otrav, a naopak zásadně poklesl počet onemocnění souvisejících s různými fyzikálními faktory (zářením, vibracemi, hlukem aj.). Díky preventivním opatřením na pracovištích již byly odvráceny smrtící choroby vznikající v důsledku vdechování minerálních prachů, těžkým formám bronchiálního astmatu zase zabraňuje účinná léčba.

Zatím ještě nedokážeme dostatečně předcházet onemocněním z přetěžování pohybového aparátu

**NANOČÁSTICE SE UPLATŇUJÍ V MNOHA RŮZNÝCH ODVĚTVÍCH, CELÉ POPULACE SE S NIMI BĚŽNĚ SETKÁVÁJÍ V PŘÍPRAVCÍCH PRO DOMÁCÍ POUŽITÍ, KOSMETICE I V POTRAVINÁCH.**

a periferních nervů, kde mezi ekonomickými odvětvími dominuje automobilový průmysl. Méně významné počty nemocí z povolání jsou způsobeny těžbou nerostů nebo péčí o pacienty ve zdravotnictví. Nejčastější profesní choroby sice život nezkracují, ale značně ho komplikují. Jde o onemocnění nervů, cév a kloubů končetin, kdy se postižení často musí přeškolit na jinou profesi. Přetěžování páteře při manuální práci nebo při práci s vibracemi a psychické přetěžování pak v některých zemích Evropské unie patří k nově uznávaným profesním rizikům.





## NANOČÁSTICE VŠUDE KOLEM NÁS

Jedno z témat aktuálně řešených v souvislosti s nemocemi z povolání, kterým se zabývá Klinika pracovního lékařství 1. LF UK a VFN v Praze, představují nanočástice. Jde o částice a struktury s alespoň jedním rozměrem o velikosti maximálně 100 nanometrů (1 nanometr = 1 miliardtina metru), jež snadno pronikají do buněk a mají vysokou reaktivitu. Uplatňují se v mnoha různých oblastech – od elektroniky přes chemický, textilní či automobilový průmysl až po potravinářství, biomedicínu a farmakologii. V medicíně se využívají například pro cílené zničení nádorů, cílenou distribuci léčiv, výrobu umělých kloubů, chlopni či tkáňových náhrad.

Vzhledem k nekontrolovanému uvádění nanotechnologií do životního prostředí se s nimi běžně setkává celá populace v přípravcích pro domácí použití, kosmetice i potravinách. Nanočástice se používají třeba v opalovacích krémech s vysokým ochranným faktorem proti UV záření pro děti nebo se aplikují v podobě sprejů s vysokým obsahem nanoTiO<sub>2</sub>, které slouží ke snížení výskytu plísní a bakterií v ovzduší mateřských školek.

### PŘEDSTAVUJÍ NĚJAKÁ RIZIKA?

Bohužel, o potenciálních zdravotních rizicích nanočástic je toho známo stále ještě málo, nicméně experimentální inhalační studie na zvířatech naznačují vážné nebezpečí pro člověka. Je prokázáno, že nanočástice jsou biologicky aktivnější než větší částice a mají schopnost překonávat bariéry mezi buňkami.

Dosud byly jen ojediněle publikovány studie u lidí. Důvodem je skutečnost, že zatím neexistuje účinná legislativa pro pracoviště s nanočásticemi ani jednoduché změřením jejich koncentrace v ovzduší. Jejich velikost a forma se totiž velmi rychle mění právě z důvodu vysoké aktivity a sdružování do větších aglomerovaných i nerozdělitelných agregovaných forem.

### JAK SE ÚČINEK VDECHOVANÝCH NANOČÁSTIC POSUZUJE?

Dohnat informační deficit se snaží obor nanotoxikologie, který je zatím na svém začátku. Sem se řadí i výzkum Kliniky pracovního lékařství, který probíhá od roku 2012



u dělníků, kteří vyrábějí pigmenty – například titanovou bělobu nebo červenohnědé oxidy železa – v prostředí, kde nanočástice v pracovním ovzduší představují až 80 % všech částic.

Pro hodnocení vlivu inhalačních škodlivin u lidí se jako ideální podklad jeví kondenzát vydechovaného vzduchu, vzniklý po jeho zchlazení na minus 10 °C. Asi 99 % kon-

## ZATÍM NELZE ŘÍCI, ZDA SE LIDSKÝ ORGANISMUS DOKÁŽE VYROVNAT SE ZMĚNAMI, KTERÉ VYVOLÁVAJÍ VDECHOVANÉ NANOČÁSTICE, A ZDA JE DOKÁŽE NAPRAVIT.

denzátu je tvořeno vodou, avšak z dýchacích cest se do něj v podobě aerosolu dostává mnoho mediátorů oxidačního stresu i zánětu. Jeho předností je neinvazivní odběr při klidovém dýchání a možnost současného stanovení širokého spektra látek při využití vysoce citlivých metod.

### ZVÝŠENÍ ZÁNĚTU, OXIDAČNÍHO STRESU I PRŮNIK DO TĚLNÍCH TEKUTIN

U dělníků exponovaných nanočásticím byla nalezena zvýšená koncentrace např. oxidovaných nukleových kyselin a proteinů v důsledku oxidačního stresu nebo leukotrienů,

## CO JE CO

### ■ NEMOC Z POVOLÁNÍ

Nemoc vznikající nepříznivým působením chemických, fyzikálních, biologických nebo jiných vlivů, pokud vznikla za podmínek uvedených v seznamu nemocí z povolání.

### ■ PRACOVNÍ LÉKAŘSTVÍ

Obor zabývající se studiem vlivu práce a pracovních podmínek na zdravotní stav pracovníků, prevencí, diagnostikou, léčbou a posudkovými aspekty nemocí způsobených prací nebo pracovními podmínkami.

### ■ BIOLOGICKÝ EXPOZIČNÍ TEST

Metoda určená k hodnocení celkové míry zátěže osob (pracovníků) chemickými látkami z jejich moče nebo krve.

### ■ OHROŽENÍ NEMOCÍ Z POVOLÁNÍ

Změna zdravotního stavu, která vznikla nepříznivým působením stejných podmínek, jež vyvolávají nemoc z povolání, ale nedosahuje takového stupně poškození, které lze posoudit jako nemoc z povolání. Další práce za stejných podmínek by vedla ke vzniku nemoci z povolání.



tedy známek zánětu. Výsledky měření látek v kondenzátu vydechaného vzduchu ukazují, že nanočástice kovů a dalších přidružených iontů významně zvyšují hodnoty většiny sledovaných parametrů v porovnání s kontrolními osobami srovnatelného věku a pohlaví ze stejné lokality.

Oxidační stres vede například k předčasnému stárnutí buněk, podobné změny byly dříve detekovány u pacientů s onemocněním plic (pneumokoniózou) z vdechování karcinogenních prachů azbestu a  $\text{SiO}_2$ . Proto se i v případě nanočástic potvrzují určité obavy ze vzniku zhoubného bujení. Na základě těchto prvních výsledků však nelze říci, zda se lidský organismus dokáže s uvedenými změnami vypořádat a napravit je.

Nanočástice však pronikají i do některých tělních tekutin – kromě kondenzátu vydechaného vzduchu byly čas-

tice o velikosti asi 8 nanometrů u některých zaměstnanců nalezeny i v moči. Klinika pracovního lékařství proto studii rozšiřuje i na další expozice, kde se nanočástice používají (stomatologie, kosmetika) a kde se syntetizují kompozitní materiály.

Výše uvedené výsledky byly publikovány v renomovaných zahraničních vědeckých časopisech a prezentovány na řadě mezinárodních kongresů.

#### CO Z TOHO PRO NÁS VYPLÝVÁ?

Že musíme být přinejmenším opatrní. Bude potřeba navrhnout preventivní kroky – například snížení koncentrace daných aerosolů na pracovišti nebo používání osobních ochranných prostředků, jako jsou například účinné respirátory. +

## NEVÁHEJTE SE NÁS ZEPTAT...

### ■ BRNÍ MĚ PRSTY NA RUKOU – PRACUJI JAKO OPERÁTOR VÝROBY V AUTOMOBILOVÉM ZÁVODĚ. MŮŽE JÍT O NEMOC Z POVOLÁNÍ?

Může jít o onemocnění středového nervu, které může být za určitých podmínek nemocí z povolání nebo ohrožením nemocí z povolání. Rozhodne o tom neurologické a elektromyografické vyšetření. Stejně potíže způsobí také onemocnění krční páteře, které není nemocí z povolání.

### ■ PRACUJI V ZAHRANIČÍ JAKO ZEDNÍK. KOŽNÍ LÉKAŘKA ZJISTILA, ŽE MÁM ALERGICKÝ EKZÉM NA CHRÓM A ŽE MŮŽE JÍT O NEMOC Z POVOLÁNÍ. MOHU SE O NI UCHÁZET V ČESKÉ REPUBLICE?

Nemůžete. Můžete o ni ale žádat ve státě, kde jste pracoval. V České republice se dá uznat nemoc z povolání získaná v zahraničí pouze v případě, že má váš zaměstnavatel v republice sídlo a do zahraničí vás vyslal pracovat.

### ■ PRACUJI S LEPIDLY OBSAHUJÍCÍMI IZOKYANÁTY A ŠPATNĚ SE MI DÝCHÁ. MIMO DÍLNU JE TO MNOHEM LEPŠÍ. MŮŽE TO BÝT Z PRÁCE?

Může. Izokyanáty jsou silné alergeny, které mohou vyvolat nejen astma či alergickou rýmu, ale také zánětlivé poškození plic – tzv. exogenní alveolitidu. Diagnózu potvrdí alergologické a plicní vyšetření. Průkaz profesionálního původu astmatu nebo rýmy se provádí testováním v expoziční kabině s látkami z pracoviště a/nebo testováním přímo na pracovišti (to je i případ izokyanátů, které v kabině netestujeme).

### ■ BOLÍ MNE PRAVÝ LOKET. MŮŽE TO SOUVISET S TÍM, ŽE V PRÁCI NOSÍM TĚŽKÁ BŘEMENA?

Pokud bolestivé poškození lokte (epikondylitida) trvá déle než 6 měsíců a potvrdí je scintigrafické vyšetření, ortopedické vyšetření a hygienik prokáže, že šlo o práci za podmínek, kdy onemocnění mohlo vzniknout, jde o nemoc z povolání.



# Průvodce péčí...

... při nemoci z povolání

*Poslal vás lékař k posouzení toho, zda vaše onemocnění může souviset s výkonem práce? Máte sami podezření na nemoc z povolání? Jaká vyšetření vás čekají na Klinice pracovního lékařství 1. LF UK a VFN v Praze?*

Na klinice vyšetřujeme pacienty ze Středočeského kraje (okresy Benešov, Beroun, Kladno, Kolín, Kutná Hora, Mělník, Mladá Boleslav, Nymburk, Praha-východ, Praha-západ, Příbram, Rakovník) a z Ústeckého kraje (okresy Děčín, Chomutov, Litoměřice, Louny, Most, Teplice, Ústí nad Labem) – a to na doporučení lékaře, přihlásit se však mohou i sami. Podmínkou je, že pracují v daných regio-

## PRO NEMOC Z POVOLÁNÍ VYŠETŘUJEME PACIENTY ZE STŘEDOČESKÉHO A ÚSTECKÉHO KRAJE – A TO NA DOPORUČENÍ LÉKAŘE, NEBO SE MOHU PŘIHLÁSIT SAMI.

nech, a pokud již zaměstnání nejsou, musí v uvedených lokalitách bydlet. Nejvhodnější je objednat se prostřednictvím e-mailu [kartoteka.kpl@vfn.cz](mailto:kartoteka.kpl@vfn.cz).

Kromě posuzování poškození z práce se klinika zaměřuje na preventivní služby, tedy vyšetřování zaměstnanců, ale i jejich pracovních podmínek, neboť má dlouholeté zkušenosti s poskytováním pracovnílékařských služeb a využívá širokého spektra prováděných vyšetření s návazností na rozsáhlé diagnostické možnosti odborných pracovišť Všeobecné fakultní nemocnice.

### CO BUDETE POTŘEBOVAT

K přešetření toho, zda vaše onemocnění souvisí s výkonem povolání, musíte přinést mnoho dokumentů, mimo jiné:

- přehled všech vašich zaměstnání,
- nálezy specialistů a vyšetření provedená pro příslušnou nemoc, např. elektromyografické vyšetření (EMG), jedná-li se o syndrom karpálního tunelu, rentgenové nálezy u onemocnění plic, kloubů apod.,
- výpis ze zdravotní dokumentace praktického a závodního lékaře,
- data pracovních neschopností souvisejících s posuzovanou nemocí atd.

### JAKÁ VYŠETŘENÍ VÁS NA KLINICE ČEKAJÍ

Především důkladná pracovní anamnéza ve vztahu k předchozím zaměstnáním, popis vývoje onemocnění a vyšetření lékařem s pracovnílékařskou specializací. Následovat může spirometrie, rentgenové vyšetření, vyšetření neurologem a elektromyografie, popřípadě elektroencefalografie, evokované potenciály, odběr krve a moči pro biochemické nebo toxikologické vyšetření, prochlazení končetin a prstová pletysmografie. Při podezření na profesionální alergickou rýmu (rinitidu) nebo



astma je pak třeba absolvovat nespécifické a specifické provokační testy s využitím alergenů pocházejících z pracoviště (za krátké hospitalizace).

### CO JE VÝSLEDKEM

Když onemocnění splňuje předepsaná diagnostická kritéria, požádá lékař kliniky o hygienický posudek příslušné oddělení Krajské hygienické stanice. Pokud jsou splněna i hygienická kritéria, dostane pacient posudek o uznání nemoci z povolání. Pokud splněna nejsou, dostane rozhodnutí, že mu onemocnění nebylo uznáno jako profesionální.

Při posuzování pracovní způsobilosti může být posudek o zdravotní způsobilosti k dané profesi formulován ve čtyřech verzích:

- zdravotně způsobilý,
- zdravotně způsobilý s omezením s podmínkou (v posudku je omezení jednoznačně upřesněno),
- zdravotně nezpůsobilý,
- pozbyl trvale zdravotní způsobilosti.

### JAK DLOUHO TRVÁ POSOUZENÍ

Na negativní rozhodnutí o nemoci z povolání někdy stačí dny, ale pokud se provádí hygienické posouzení pracovních podmínek, pak jsou nutné měsíce. Delší dobu trvá posouzení profesionality astmatu, kdy je potřeba vysadit protiastmatickou terapii na dobu nejméně 6 týdnů. Pacienta je proto vhodné poslat k vyšetření co nejdříve, např. před operačním zákrokem či zahájením léčby, jinak je posouzení již obtížné nebo trvá zbytečně dlouho. +



## Představujeme

# Kliniku pracovního lékařství 1. LF UK a VFN

*Na Jubilejním semináři, který se uskutečnil koncem ledna, oslavila Klinika pracovního lékařství 1. LF UK a VFN své 70. narozeniny.*

Podle nedávno nalezených dokumentů bylo toto pracoviště uznáno klinikou již v březnu roku 1946. Klinika je v České republice nejstarším vysoce specializovaným pracovištěm s rozsáhlým výzkumem, které nabízí kompletní spektrum pracovnělékařských služeb pro zaměstnance smluvně vázaných podniků a institucí. Cílem je zajištění vhodných pracovních podmínek k ochraně zdraví zaměstnanců, předcházení úrazům i nemocem z povolání.

Klinika posuzuje a hlásí nové nemoci nebo ohrožení nemocí z povolání. Dispenzarizuje pacienty z rizikových pracovišť a s hlášenými nemocemi z povolání.

V roce 2016 byla jmenována ministerstvem zdravotnictví na 10 let hlásícím střediskem pro spádovou oblast Středočeského a Ústeckého kraje. Klinika je vybavena mnoha moderními diagnostickými přístroji. Součástí je laboratoř funkčního vyšetření – jediné pracoviště v ČR, které provádí komplexní diagnostiku u nemocných s podezřením na profesionální astma a profesionální alergickou rýmu. Nechybí ani laboratoř průmyslové toxikologie, jež provádí toxikologická vyšetření a v biologickém materiálu stanovuje přítomnost různých kovů, organických látek apod.

## TOXIKOLOGICKÉ INFORMAČNÍ STŘEDISKO

Součástí kliniky je Toxikologické informační středisko (TIS), jež zajišťuje v nepřetržitě celorepublikovou telefonickou lékařskou informační službu pro případy akutních otrav lidí a zvířat. Konzultace poskytuje na linkách 224 91 92 93 a 229 91 54 02. Počet konzultací se v současnosti pohybuje okolo 60 denně. TIS také skládá a vydává antidota, antiséra a antiinfektiva ze zásob ministerstva zdravotnictví.

## VÝUKA A VÝZKUM

Klinika vyučuje studenty 1. a 2. LF UK, je zapojena do postgraduálního vzdělávání a je jediným garantem jmenovacích řízení profesorem pro Pracovní lékařství v ČR.

Vědecko-výzkumná činnost se soustřeďuje na profesní onemocnění dýchacího systému, obecnou a průmyslovou toxikologii, průmyslovou neurologii, onemocnění pohybového systému a na detekci nových poškození z práce. +

### KONTAKT:

Klinika pracovního lékařství 1. LF UK a VFN  
Na Bojišti 1, 120 00 Praha 2

Tel.: 224 964 512, E-mail: kartoteka.kpl@vfn.cz

## JSME TU PRO VÁS



**prof. MUDr. Daniela Pelclová, CSc., FEAPCCT**

**přednostka kliniky**

**Koníčky:** koncerty, lyže, astronomie

**Kontakt:** daniela.pelclova@lf1.cuni.cz



**MUDr. Vít Petrik**

**primář kliniky**

**Koníčky:** populárně-vědecká literatura, dokumentární filmy, cestování

**Kontakt:** vit.petrik@vfn.cz



**MUDr. Zdenka Fenclová, CSc.**

**vedoucí střediska hlášení nemocí z povolání**

**Koníčky:** squash, cestování, čtení oddechové literatury

**Kontakt:** zdenka.fenclova@lf1.cuni.cz



**MUDr. Kateřina Pavlíčková**

**vedoucí ambulance**

**Koníčky:** komunální politika, sport, výtvarné umění

**Kontakt:** katerina.pavlickova@vfn.cz



**doc. MUDr. Sergej Zacharov, Ph.D.**

**vedoucí Toxikologického informačního střediska**

**Koníčky:** studie zdravotních následků otrav metanolem

**Kontakt:** sergej.zacharov@vfn.cz



**Mgr. Štěpánka Vlčková, CSc.**

**vedoucí toxikologické laboratoře**

**Koníčky:** turistika, spinning, četba hist. a oddechové literatury

**Kontakt:** stepanka.vlckova@lf1.cuni.cz



**MUDr. Pavlína Klusáčková, Ph.D.**

**vedoucí laboratoře funkčního vyšetření**

**Koníčky:** cestování, horská turistika, cyklistika, jóga

**Kontakt:**

pavlina.klusackova@vfn.cz



**Bc. Blanka Šantrůčková**

**vrchní sestra**

**Koníčky:** vnoučata, knihy (detektivky a životopisy), královský pudl Brett.

**Kontakt:**

blanka.santruckova@vfn.cz





# Mladá lékařka si nejlíp odpočine na cvičáku

*Před necelým rokem absolvovala Pavla Peřinová medicínu na 1. lékařské fakultě UK. Už při studiu se věnovala výzkumu v Centru pro poruchy spánku a bdění na Neurologické klinice 1. LF UK a VFN a nyní v něm zde pokračuje jako postgraduální studentka. Od náročné práce a studia si odpočine nejlíp při výcviku psů – je totiž sportovní kynoložka.*

Pavla už v 6. ročníku studia napsala odborný článek věnovaný speciální poruše spánku, takzvané narkolepsii s kataplexií. Jde o nemoc, která se projevuje nadměrnou denní spavostí. Znamená to, že pacient upadá během dne zcela nekontrolovaně do spánku. „Pacienti mohou neočekávaně usnout doma, na veřejnosti, v práci, během rozhovoru, a to třeba i při pracovní schůzce, mohou dokonce usnout i během sportovní činnosti,“ popisuje obtíže nemocných mladá lékařka.

Při svém výzkumu se zaměřila na vztah nikotinu a narkolepsie. Zjistila, že v daném souboru bylo 42 procent kuřáků, což je dvakrát více než v běžné populaci a že je zároveň ovlivněna jejich kvalita spánku. „Zejména se v noci častěji budí a více trpí spánkovou apnoí,“ vysvětlila MUDr. Peřinová. Za článek lékařka obdržela ocenění časopisu Prague Medical Report, který je udělován autorům do 35 let.

## ŽIVÉ A AKČNÍ SNY POD DROBNOHLEDEM

Při svém postgraduálním studiu se věnuje dalšímu problému spojenému se spánkem. Pod vedením profesora Karla Šonky v širším týmu zkoumá poruchu chování v REM spánku. REM je stádium spánku, kdy je aktivní mozková kůra a mozek jako celek neodpočívá, lidé tedy mívají živé a někdy akční sny. Za normálních okolností mají vymizelé svalové napětí a klidně leží. „Avšak lidem postiženým poruchou chování v REM spánku chybí dokonalé snížení svalového tonu, a mohou tak vyjadřovat své barvitě dynamické sny různými pohyby, například se prudce hýbou, vstávají,



šermují rukama, křičí, smějí se atd. Přitom mohou poranit nejen sebe, ale i svého partnera. Nejsou pak výjimkou modřiny, krvavé šrámy nebo dokonce i zlomeniny,“ říká Pavla. Nemoc postihuje asi půl až jedno procento lidí nad 50 let, převážně muže.

Při výzkumu se ukázalo, že lidem s touto formou poruchy spánku hrozí vyšší riziko rozvoje neurodegenerativních onemocnění – nejčastěji Parkinsonovy nemoci a demence. „Pacienty sledujeme, identifikujeme rizikové faktory rozvoje choroby a snažíme se podchytit premotorické příznaky, tedy takové, které se ještě neprojevují poruchami hybnosti. V současné době sice nedokážeme zabránit rozvoji neurodegenerativního onemocnění, ale očekáváme, že v blízké budoucnosti budou léky s touto schopností k dispozici,“ vysvětluje MUDr. Peřinová.

Výzkumem tohoto poměrně nového onemocnění, jež bylo na seznam poruch spánku zařazeno v roce 2005, se zabývá už od 5. ročníku medicíny. „Během studia mi práci nabídl profesor Šonka. Brala jsem to jako dobrou příležitost vyzkoušet si něco nad rámec svých studijních povinností,“ říká Pavla.

## NA STÁŽ DO MODERNÍ SPÁNKOVÉ LABORATOŘE

Její nejblížeším cílem je dokončit postgraduální studium a udělat si atestaci. Ráda by se také dostala na nějakou výzkumnou stáž do některé z vyspělých evropských nebo zámožských zemí. „Třeba do Itálie, Kanady nebo USA, kde mají moderní spánkové laboratoře,“ světuje se se svými představami.

## PSI JAKO VELKÁ LÁSKA

Kromě medicíny má Pavla velkého koníčka – už dvanáct let se zabývá sportovní kynologií. Jednou až dvakrát týdně tráví čas na cvičáku v Praze-Jinonicích a trénuje skupinku tří až pěti lidí s jejich pejsky, které učí základní povely. Výborně se tak odreauguje od náročné práce.

„Psi jsou moje velká láska. Doma jsme měli fenku entlebušského salašnického psa, která bohužel zemřela.

V současnosti si nového pejska stále ještě vybírám. Chci zase stejnou rasu, jako jsem měla, ale protože je poměrně vzácná, musím pátrat i v zahraničí,“ říká. A už se těší, až bude svoji novou fenku trénovat.

**(MF)**



# Když si po tajfunu musíte vystačit s málem i v nemocnici

*V létě roku 2013 jsem se vydala na dobrovolnickou misi na Filipíny. Dokončila jsem tehdy 3. ročník medicíny a naskytla se mi příležitost strávit prázdniny prací pro neziskovou organizaci, která stavěla domy pro oběti tajfunu Hayian na ostrově Bantayan. Neměla jsem tušení, do čeho se pouštím, ale překonala jsem strach a vydala se na cestu.*

**Karolina Jeřábková, studentka 6. ročníku všeobecného lékařství na 1. LF UK**

Bantayan je velký jako Praha a obývá jej asi 100 000 obyvatel. Na ostrově je zřízena jediná nemocnice, kterou tajfun prakticky srovnal se zemí. Do této nemocnice jsem přišla s otáz-

## NAUČILA JSEM SE POUŽÍVAT JEDNODUCHOU LOGIKU A NESPOLÉHAT NA SLOŽITÁ VYŠETŘENÍ ČI NA PŘÍSTROJE.

kou, zda by se nenašla práce pro dobrovolnici, studentku medicíny. Od té chvíle mi nikdo neřekl jinak než „paní doktorko“ a i přes mé námítky,

že ještě lékařkou nejsem, se mnou tak každý i jednal. Bylo tedy jen na mně, na jakou práci si troufnu a jakou radši přenechám lékařům. Ti byli v nemocnici dohromady tři a vždy sloužil jen jeden z nich.

Nemocnice měla dva pokoje po 15 lůžkách, jednu halu, v níž probíhaly zcela veřejně běžné prohlídky, dále místnost s lehátkem a kyslíkovou bombou pro akutní příjmy a porodní sál s prehistorickým rezavým gynekologickým křeslem. Z přístrojového vybavení tu byl k dispozici rentgen, ultrazvuk a záznamník EKG.

Není nemocnice jako nemocnice.

## NA KOMPLIKACE NENÍ PROSTOR

V Bantayanu jsem dostala příležitost vyzkoušet si, jaké to je muset si i v medicíně vystačit s málem. Používat jednoduchou logiku, nespoléhat na složitá vyšetření a přístroje. Zjistila jsem, co obnáší celý den se nezastavit, protože se ke mně hrnuly zástupy dětí, které jsem musela vyšetřit kvůli školnímu zdravotnímu certifikátu.

Viděla jsem bezpočet porodů vedených způsobem, jaký by u nás mohl leckterý odborník obdivovat. Císařský řez ve zdejších podmínkách provést nešlo a tak vše probíhalo přirozenou cestou. Na komplikace



Karolina se zdravotními sestrami ve filipínském Bantayanu.



zkrátka nebyl prostor. Při své třetí návštěvě o rok později jsem si dokonce vyzkoušela, jaké to je sama takový porod vést. Zážitek k nezaplacení.

### NEJBLIŽŠÍ VYBAVENÁ NEMOCNICE 6 HODIN DALEKO

Nejtěžší chvíle nastávaly pokaždé, když jsem si uvědomila, jak moc všechn ten nedostatek prostředků ohrožuje pacienty. Jednou jsme například ošetřovali muže, jenž si celý trup opařil vodou. Ale neměli jsme obvazy, museli jsme si vystačit s mulovými čtverci a náplastí. Udržování sterilního prostředí bylo velmi problematické i při zašívání drobných ran nebo dokonce při zákrocích, jako byla obřízka, kterou tam podstupují všichni malí chlápci.

Nejhorší pocit bezmoci však přišel ve chvíli, kdy jsem spolu s lékařem resuscitovala 17letého mladíka, kterého rodiče přivezli pro tři dny trvající dechové obtíže. Když se nám dostal do rukou, už měl prakticky nehmatný puls a jen lapał po dechu. Začali jsme se srdeční masáží. Po pěti minutách ji však lékař ukončil. Pacient zemřel. Když jsem se ptala,



John Patrick – první dítě, které Karolina pomohla přivést na svět.

proč jsme se nepokoušeli resuscitovat déle, vysvětlil mi, že bychom mu stejně nemohli pomoci – nejbližší vybavená nemocnice totiž ležela 6 hodin cesty daleko.

### LEPŠÍ BUDOUCNOST?

Když jsem z ostrova naposledy odjížděla v září 2015, tedy už po své několikáté dobrovolnické misi na

Filipínách, pacienti byli i s lůžky přemístěni ven, do velkých stanů. Prohlídky se konaly na chodníku před hlavní budovou a kolem probíhala rekonstrukce. Dnes už je tedy možná nemocnice hotová a pacientům se dostává alespoň o trochu lepší péče než před rokem. I když k úrovni západní medicíny se bohužel nejspíš ještě dlouho nepřiblíží. +



V takových podmínkách se běžně vyšetřovali pacienti.



# Těžké svalové křeče se dají léčit stimulací mozku

*Tým v čele s profesorem Robertem Jechem z Neurologické kliniky 1. LF UK a VFN zkoumal problematiku léčby těžkých dystonií, tedy poruch řízení pohybu, pomocí hluboké mozkové stimulace (tzv. deep brain stimulation, DBS).*

Dystonie se projevuje přetrvávajícími svalovými křečemi a zkroucením částí těla. **Končetiny, trup a šíje se samy pohybují a zaujmají pozice zcela nezávisle na vůli nemocného.** Nemoc je natolik závažná, že často vede až k invalidizaci pacienta. U lehčích forem jde o stav, kdy se člověku spontánně stáčí hlava nebo zavírají oční víčka, u těžkých forem dystonické pohyby a křeče ovládnou téměř všechny svaly v těle.

Hluboká mozková stimulace se používá k léčbě dystonií tehdy, pokud podávané léky nezabírají nebo nepřinášejí pacientovi dostatečnou úlevu.

„Metoda spočívá v tom, že se do určitých částí mozku, takzvaných bazálních ganglií, zavede elektroda spojená s programovatelným stimulatorem uloženým pod kůží na hrudníku. **Elektrické pulsy vysílané stimulatorem dokážou natolik ovlivňovat činnost mozku, že se postupně ‚přeprogramuje‘.** Po několika týdnech až měsících dystonické křeče povolí a pacient získá zpět nad řízením svých pohybů dostatečnou kontrolu,“ vysvětlil profesor Jech.

Vědecký tým pomocí zobrazovacích a neurofyziologických metod v průběhu několikaletého bádání zjistil, co se přesně v mozku

dystonických pacientů děje. Mimo jiné pomocí funkční magnetické rezonance zdokumentoval, že se zapojení a způsob komunikace mezi mozkovou kůrou a hlubokými centry díky této léčbě mění, takže nakonec připomíná zapojení mozku u zdravých lidí. Výzkumný projekt zpřesnil požadavky na umístění mozkové elektrody a kritéria výběru nemocných, podle kterých bude možné budoucí efekt léčby lépe odhadnout.

Za svou práci obdržel tým profesora Jecha loni v prosinci Cenu ministra zdravotnictví za mimořádné výsledky ve zdravotnickém výzkumu. **(MF)**

## Co lze zjistit ze stavu kůže?

Kůže, jakožto největší orgán lidského těla, je bezesporu oknem do vnitřního prostředí organismu a je obrazem našeho zdravotního stavu.

Na kůži se může projevovat celá řada **onemocnění vnitřních orgánů**. Příkladem uvedme žloutenku při onemocnění jater, bledost při chudokrevnosti či otoky při nedostatečné funkci srdce či ledvin. **Mnohé zhoubné nádory** mohou o sobě dát vědět právě obrazem na kůži – mohou tvořit podkožní metastázy ve formě hmatných boulí či zatuhnutých ložisek. U žen by změny na kůži prsu či v oblasti bradavky měly být signálem k návštěvě gynekologa.

**Kůže odráží též množství vody v organismu.** Při dehydrataci je kůže svráštělá a málo elastická, při zvýšeném množství vody je kůže prosáknutá přebytečnou vodou ve formě otoků.

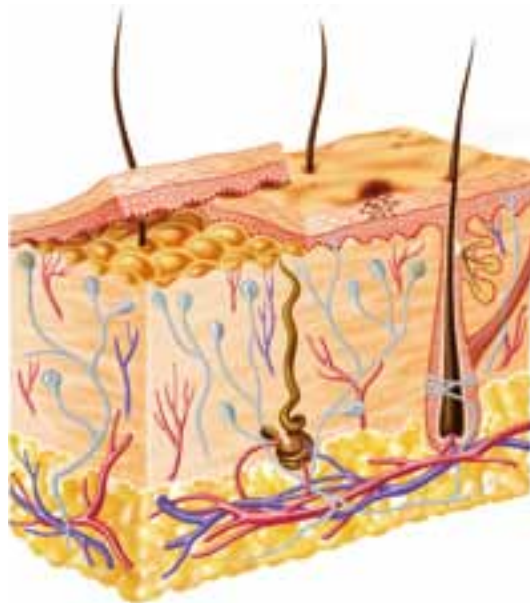
Kožní vyrážky (tzv. exantémy) nejroznějšího vzhledu mohou být způ-

sobeny alergií na složky potravy či léky, kterými je pacient léčen.

Kůže je též nositelem mnoha forem kožních znamének a pih, jejichž případná **změna v podobě změn zabarvení či velikosti** provázené svěděním nebo dokonce krvácením může značit maligní zvrát a vyšetření kožním lékařem je zde nutností.

V neposlední řadě je to **psychický stres**, který je úzce spojen se stavem kůže. Atopický ekzém či lupénka se velmi často zhoršují při psychickém vypětí či jiném stresu, kterému je naše tělo vystaveno.

Z výše uvedeného vyplývá, že kůže si zaslouží naši pozornost a péči. Neuposlechneme-li signály,



které nám dává, můžeme přehlédnout některý z příznaků počínajícího onemocnění.

**MUDr. Miroslav Důra, Dermatovenerologická klinika VFN a 1. LF UK**



# Co lze zjistit z potu?

Pocení je základním mechanismem, kterým se naše tělo zbavuje přebytečného tepla. Pot je tvořen kožními potními žlázami, které jsou distribuovány prakticky po celém povrchu těla, v hustotě několika desítek až stovek na cm<sup>2</sup> kůže. Jeho složení a množství je vysoce individuální, obsahuje kromě vody zejména ionty (sodík, chlor, draslík a další), močovinu, kyselinu mléčnou, hormony a mnoho dalších složek. Specifický zápach potu je způsoben látkami tukového původu, které jsou dále metabolizovány bakteriemi žijícími na kožním povrchu.

Zvýšené pocení může provázet klasickou bakteriální či virovou infekci organismu. Zvýšené noční pocení ve spojení se zvýšenými teplotami či hubnutím však může signalizovat závažnější chorobu, např. krve a krvetvorných orgánů. Netypický



zápach potu u dětí může signalizovat některou z mnoha různých typů vrozených poruch metabolismu. Chemická analýza potu je v medicíně důležitou vyšetřovací metodou. Příkladem uveďme detekci chloridů v potu, jejichž zvýšené množství je typickým znakem geneticky podmíněné cystické fibrózy.

Dalším příkladem je detekce drog. Je známo, že drogy se kromě jiného vylučují též potem. Mezi takové drogy patří např. kokain, opiáty či kanabinoidy (látky obsažené v marihuaně).

**MUDr. Miroslav Důra, Dermatovenerologická klinika VFN a 1. LF UK**

1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy ve spolupráci s Pedagogickou fakultou Univerzity Karlovy  
Vás srdečně zvou na 25. koncert z cyklu „Fakulta v srdci Karlova“

# Felix Mendelssohn Bartholdy

## ELIÁŠ

čtvrtek 4. května 2017 v 19.30 hodin  
kostel Nanebevzetí Panny Marie a sv. Karla Velikého, ul. Ke Karlovu, Praha 2



# Dům „Na křižovatce“

*Ulice „U Nemocnice“ se na východním konci protíná s několika dalšími – ulicí Lipovou, Kateřinskou, Benátskou a Viničnou. Dům č. p. 481 na rohu Viničné patří do areálu naší nemocnice a je součástí Neurologické kliniky VFN a 1. LF UK. V minulém století v něm postupně našlo místo několik zdravotnických zařízení.*

**doc. MUDr. Otakar Brázda, CSc., Stomatologická klinika VFN a 1. LF UK**

Budova byla postavena jako obytný dům na půdorysu nepravidelného lichoběžníku. Definitivní úprava Viničné ulice průrazem si vyžádala zboření sousední budovy, o kterou se dům opíral, a tak se z něj stal dům rohový. Takto byla ohrožena stabilita budovy a byla nutná přestavba.

Majitelka dům raději prodala staviteli Františku Pytlíkovi a jeho manželce Antonii. Ten budovu úspěšně obnovil a dal jí neorenesanční fasádu. Po jedenácti letech, v roce 1884, ji kupuje stát, aby v ní zřídil **kliniku dětských nemocí české lékařské fakulty**.

Kliniku nahradila **ambulatoria laryngologické a zubní**, která přišla z nevyhovujících prostor ve Vodičkově ulici. Když byla později přemístěna ambulance laryngologická, uvolnily se tak další místnosti, které profesor Nessel, přednosta zubního ambulatoria, ihned obsadil.

Ambulatorium mělo čekárnu, místnost pro zápis pacientů s kartotékou, síň pro sbírky, léčebné pomůcky, nástroje i přístroje a malou posluchárnu pro třicet osob. Pro ošetřování nemocných bylo vyhrazeno pět ordináčnických místností.

Po smrti profesora Nessela přebírá vedení ambulatoria Jan Jesenský. Byl to energický, ctižádostivý muž, jemuž nestačilo stát v čele pouhého „ambulatoria“, které ostatně nemělo ani dostatečnou prestiž mezi ostatními pracovišti lékařské fakulty. Tak na schůzi profesorského sboru navrhl, aby ambulatorium získalo statut kliniky.



Pohled na dům č.p. 481

Ministerstvo školství se změnou souhlasilo a **vznikla první česká zubní klinika**.

Jesenský kliniku stále rozvíjel, v letech 1924 až 25 byla budova doplněna nástavbou ve druhém poschodí a dále hledal vhodné místo pro své dlouho shromažďované sbírky. Ty obsahovaly nejruznější artefakty související s oborem – zuby a čelisti savců, z darů cestovatele E. Holuba a A. V. Friče, historické kleště a páky pro extrakci zubů, ukázky zubních protéz, fotografie a diapozitivy, dokumentující válečná zranění obličje, které Jesenský ošetřoval za války.

Pro své sbírky našel volné místo v bezprostřední blízkosti kliniky. Projektantem budovy byl Jaromír Krejcar, významný tvůrce moderní české architektury, jenž se zhostil obtížného **projektu stavby muzea**, které muselo být umístěno do omezeného prostoru vedle nárožního

domu. Úkolu se ujal, aby vyhověl svému tchánovi – v roce 1927 se totiž oženil s Milenou, Jesenského dcerou.

**Muzeum bylo otevřeno v roce 1928 k desíletému jubileu vzniku republiky**, ale po okupaci 1939 muselo být vyklizeno. Jesenský byl již penzionován, ale jeho nástupci prof. Kostečkovi se podařilo sbírky ukrýt a po válce byly instalovány v areálu Stomatologické kliniky. Ta se po roce 1945 přestěhovala do Kateřinské ulice 32, kde je dodnes.

Budovu pak převzala Neurologická klinika, vybavení stomatologických ordinací nahradila lůžka nemocných. V 70. letech minulého století se v rámci urbanistické studie tzv. Albertovského areálu uvažovalo o demolici domu. Ten však naštěstí zkáze unikl a stojí dosud jako součást areálu Všeobecné fakulturní nemocnice v Praze. +

# Vzpomínky na světové odborníky z Prahy

*Výročí narození dvou významných osobností, které se nesmazatelně zapsaly do historie medicíny – profesorů Alfreda Kohna a Ladislava Borovanského – si v únoru a březnu na slavnostních seminářích připomněli nejen odborníci Anatomického ústavu 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy.*

## OBJASNĚNÍ VÝZNAMU A PŮVODU PŘÍŠTÍTNÝCH TĚLÍSEK

Prof. MUDr. Alfred Kohn (22. 2. 1867 – 15. 1. 1959), který by letos oslavil 150. narozeniny, byl 26 let přednostou Histologického ústavu lékařské fakulty Německé univerzity v Praze, který sídlil v budově současného Anatomického ústavu 1. LF UK (U Nemocnice 3). Do dějin lékařství se zapsal objasněním významu a původu příštitných tělísek a prioritními poznatky o chromafinních buňkách a sympatických paragangliích. Dvakrát byl děkanem lékařské fakulty Německé univerzity, stal se také členem a čestným členem mnoha vědeckých společností. Opakovaně byl navržen na udělení Nobelovy ceny za fyziologii a lékařství. V roce 1943 byl pro neárijský původ transportován do Terezína.



Po válce žil v Praze. Při příležitosti 90. narozenin byl zvolen čestným předsedou Anatomické společnosti a československou vládou mu byl udělen Řád práce. Alfred Kohn patří k významným osobnostem, které Praha dala světové vědě.

## VÝCHOVA NOVÉ GENERACE ANATOMŮ

Prof. MUDr. RNDr. Ladislav Borovanský, DrSc. (1. 4. 1897 – 4. 1. 1971), byl přednostou Anatomického ústavu lékařské fakulty Univerzity Karlovy v letech 1937–1939 a 1945–1970. Když byla činnost německé fakulty v květnu 1945 ukončena, přestěhoval se do prostor německého anatomického ústavu (U nemocnice 3) anatomický ústav český. Spousta vybavení byla zničena a ztracena. Prof. Borovanský ovšem vymohl poměrně rychlou opravu budovy, a tak byl ústav schopen od června 1945 plného provozu. První poválečný nápor studentů byl zvládnán přednáškami v sálu Lucerny a v cirkusovém stanu.

Prof. Borovanský byl v roce 1946/47 děkanem lékařské fakul-



ty. Obnovil na ní výuku anatomie a vychoval novou generaci anatomů, prakticky pro většinu morfologických institucí republiky. **(MF)**



## KALENDÁRIUM UDÁLOSTÍ SPJATÝCH S 1. LF UK A VFN

leden

### JOSEF ŠVEJCAR PROFESOR DĚTSKÉHO LÉKAŘSTVÍ

(20. 5. 1897 – 30. 1. 1997)

Průkopník moderní pediatrie, který se velmi zasloužil o rozvoj péče o dítě u nás. Vědecky se zabýval zejména problémy fyziologie a patofyziologie kojenců. Znamé jsou jeho četné publikace, které byly věnovány problematice výživy kojenců a jejich poruch. Vypracoval mimo jiné také celostátní systém kojenecké výživy.

únor

### OTAKAR KUKULA PROFESOR CHIRURGIE

(2. 2. 1867 – 11. 8. 1925)

Letos uplynulo 150 let od narození tohoto významného operátora, jenž se zabýval především chirurgií břišní a močových cest. Je znám jako průkopník nového pohledu na apendicitidu a její léčbu, kvůli čemuž se dostal do sporu s legendárním internistou, profesorem Josefem Thomayerem. V období 1924–1925 byl rektorem Univerzity Karlovy, stál také v čele Spolku lékařů českých nebo Autoklubu RČS.

březen

### ANTONÍN HEVEROCH PROFESOR PSYCHIATRIE A NEUROLOGIE

(29. 1. 1869 – 2. 3. 1927)

Všestranně založený vědec, tvůrce vlastní psychiatrické školy. Psychiatrii pojímal v širokých biologických souvislostech. Oceňoval význam neurologie a morfologie, ale nekriticky odmítal psychoanalýzu. Zasloužil se o vybudování ústavu Valentinum, byl rovněž zakladatelem Purkyňovy společnosti pro studium duše a nervstva. **(LH)**



# Besedy se zajímavými osobnostmi

*Cyklus besed s názvem Křeslo pro Fausta, který pro vás 1. lékařská fakulta UK připravuje každý měsíc v akademickém klubu – Faustáku (Karlovo náměstí 40, Praha 2) vždy od 17.00 hodin, vás zve k setkání se známými osobnostmi i v tomto roce. A kdo byl hostem pořadu v prvním čtvrtletí?*

v lednu

## PROFESOR JAN SOKOL

Řemeslník, programátor, překladatel, disident a profesor filozofie. Po revoluci byl v letech 1990–1992 místopředsedou Sněmovny Národů Federálního shromáždění ČSFR za Občanské Fórum, v roce 1998 ministrem školství. Od roku 1992 přednáší filozofii, antropologii institucí a etiku na Univerzitě Karlově.

V letech 2000–2007 byl prvním děkanem její Fakulty humanitních studií. K jeho publikacím patří zejména Mistr Eckhart a středověká mystika, Malá filosofie člověka, Čas a rytmus, Filosofická antropologie – Člověk jako osoba, Člověk a náboženství, Moc, peníze a právo, Zůstat na zemi. **(MF)**



v únoru

## PROFESOR PETR BROULÍK

Studium Fakulty všeobecného lékařství UK (dnešní 1. LF UK) absolvoval v roce 1961. Celý profesní život se věnuje endokrinologii, přednáší po celé České republice, vede předatestační kurzy, učí studenty medicíny. Napsal tři endokrinologické knížky se

zaměřením na poruchy fosfokalciového metabolismu, publikoval 166 původních vědeckých prací z oboru endokrinologie, z toho 57 v zahraničních impaktovaných časopisech.

Deset let byl zástupcem profesora Josefa Marka, přednosty III. interní kliniky 1. LF UK a VFN v Praze. Čtyři roky zastával funkci proděkana pro výuku 1. lékařské fakulty UK. **(MF)**

v březnu

## SPISOVATEL

### A HEREC JAN VODŇANSKÝ

Již v době studií na Fakultě strojní ČVUT vymýšlel pro své přátele a kolegy happeningy a texty k písničkám. Od roku 1963 vytváří autorskou dvojici se skladatelem Petrem Skoumalem. Uprostřed dramatického jara 1969 získává nečekaný ohlas jejich celovečerní program S úsměvem idiota. Následují další programy v Činoherním klubu, divadle Ateliér, později už jen na

zájezdech mimo Prahu až do definitivního zákazu veřejné činnosti v roce 1981. Dvojice se znovu objevuje na scéně Činoherního klubu od roku 1990. V divadle Sklep J. Vodňanský objevuje svoji první skladatelku Hanu Navarovou, s níž tvoří písničky pro děti. Vystupuje v kavárně Cafeidoskop ve one man show Jak nám dupou králíci. Působí též jako vysokoškolský pedagog na Fakultě humanitních studií UK. **(MF)**



#### DALŠÍMI HOSTY V KŘESLE PRO FAUSTA BUDOU:

- 26. dubna od 17.00 – **prof. MUDr. Petr Cetkovský, Ph.D.**, přednosta Ústavu klinické a experimentální hematologie 1. LF UK a ÚHKT v Praze
- 25. května od 17.00 – **PhDr. Jiří Tichota**, hudebník, hudební vědec, vedoucí skupiny Spirituál kvintet
- 29. června od 17.00 – **prof. MUDr. Ivan Landor, CSc.**, přednosta Ortopedické kliniky 1. LF UK a FN Motol, Praha





### FOTOKVÍZ

Jak dobře znáte areál Všeobecné fakultní nemocnice a 1. lékařské fakulty UK? Navštěvujete nemocnici často? Procházíte denně areálem, zahradami, kolem našich budov? Rozhodli jsme si vyzkoušet, jak moc pozorní jste. Připravili jsme pro vás hádanku – fotokvíz. Zda uhádnete, kde se zmiňované prostory nacházejí. Odpovědi zasílejte na redakce@vfn.cz. Ze správných odpovědí bude vylosován 1 výherce, který obdrží drobný dárek.

Fotografie z minulého čísla (dole):

♥ Sluneční hodiny na budově Kliniky nemocí z povolání VFN a 1. LF UK.



	3		5		7	1	6	
		7				5	3	
7				8		6		
	9			7			2	
		1		4				9
	7	2				4		
	1	4	6		3		7	

## Zpátky do lavic!

*Je kouření zlovyk, nebo nemoc?  
Je úspěšnější odvykání kouření  
s pomocí odborníka? Otestuje  
své znalosti o této závislosti!*

### 1 | Kuřáci v naprosté většině

- a) jsou rádi, že kouří
- b) by raději nekouřili
- c) začali kouřit v dospělosti

### 2 | Přestat kouřit

- a) může každý kuřák, kdykoli se rozhodne
- b) se povede většinou až na opakovaný pokus
- c) nedokáže jen neschopný člověk

### 3 | Kouření je

- a) nemoc
- b) zlovyk
- c) svoboda

### 4 | Přestat kouřit

- a) musí každý sám, bez pomoci
- b) je snadné
- c) vám může pomoci váš lékař nebo lékárník

### 5 | Léky na zmírnění abstinčních příznaků při odložení cigaret

- a) můžete koupit v lékárně nebo je předepíše lékař
- b) neexistují
- c) jsou nebezpečné

### 6 | Kouření

- a) zhoršuje depresi
- b) zlepšuje depresi
- c) nesouvisí s depresí

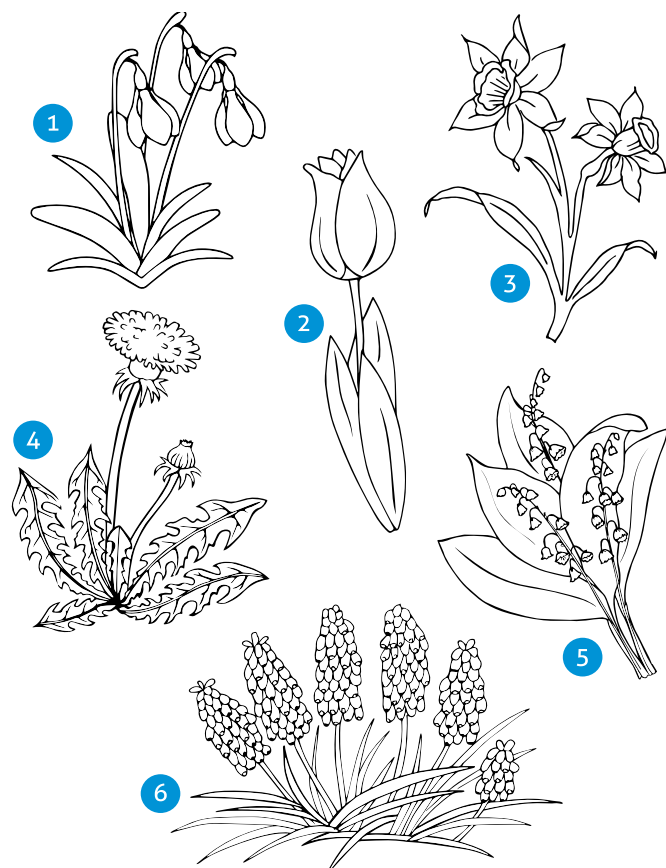
### 7 | Pasivní kouření

- a) významně zvyšuje riziko srdečního infarktu
- b) významně snižuje riziko infarktu
- c) se srdečním infarktem nesouvisí

**Autor: prof. MUDr. Eva Králíková, CSc., Centrum pro závislé na tabáku III. interní kliniky 1. LF UK a VFN v Praze**



pro nejmenší



## Jarní květiny

Je tu jaro a venku začíná růst spousta kytiček! Některé tu máme nakreslené. Poznaly byste, děti, jak se jmenují a jaké mohou mít barvy květů? Na pomoc si pozvěte rodiče či kamarády a pusťte se do pojmenovávání a povídejte si, kde tyto kytičky můžete vidět. Správně přiřaďte čísla květin k jejich názvům. Možné barvy květů spojte s názvy. Obrázky vybarvěte.

řešení: 1. sněženka, 2. tulipán, 3. narcis, 4. pampeliška, 5. konvalinka, 6. hyacint

tulipán

pampeliška

narcis

konvalinka

sněženka

hyacint



# DĚTSKÁ POUŤ

I. června 2017 od 14.00 hodin

v zahradě Neurologické a Psychiatrické kliniky 1. LF UK a VFN, Ke Karlovu 11, Praha 2





# AKČNÍ LETÁK

Všeobecné fakultní nemocnice v Praze

## Apo-cetirizin 10 mg 20 tablet

- proti sezónní i celoroční alergické rýmě a kopřivce
- zmírňuje nosní, oční i kožní příznaky alergie – rýmu, kýchání, pálení očí, slzení, kopřivku
- neovlivňuje běžné každodenní činnosti při doporučeném dávkování

Lék k vnitřnímu užití. Obsahuje cetirizini dihydrochloridum. Pečlivě čtěte příbalovou informaci.



~~229 Kč~~  
117 Kč

## Diorex 60 tablet

- pro normální funkci krevních cév
- obsahuje diosmin 450 mg / hesperidin 50 mg
- mikronizováno pro lepší vstřebávání

*Doplňek stravy.*

**Jedinečná nabídka**  
pouze v naší nemocniční lékárně  
Platnost: do vyprodání zásob

**Lékařny  
VFN**

U Nemocnice 499/2, Praha 2  
Ke Karlovu 6, Praha 2  
Karlovo nám. 32, Praha 2

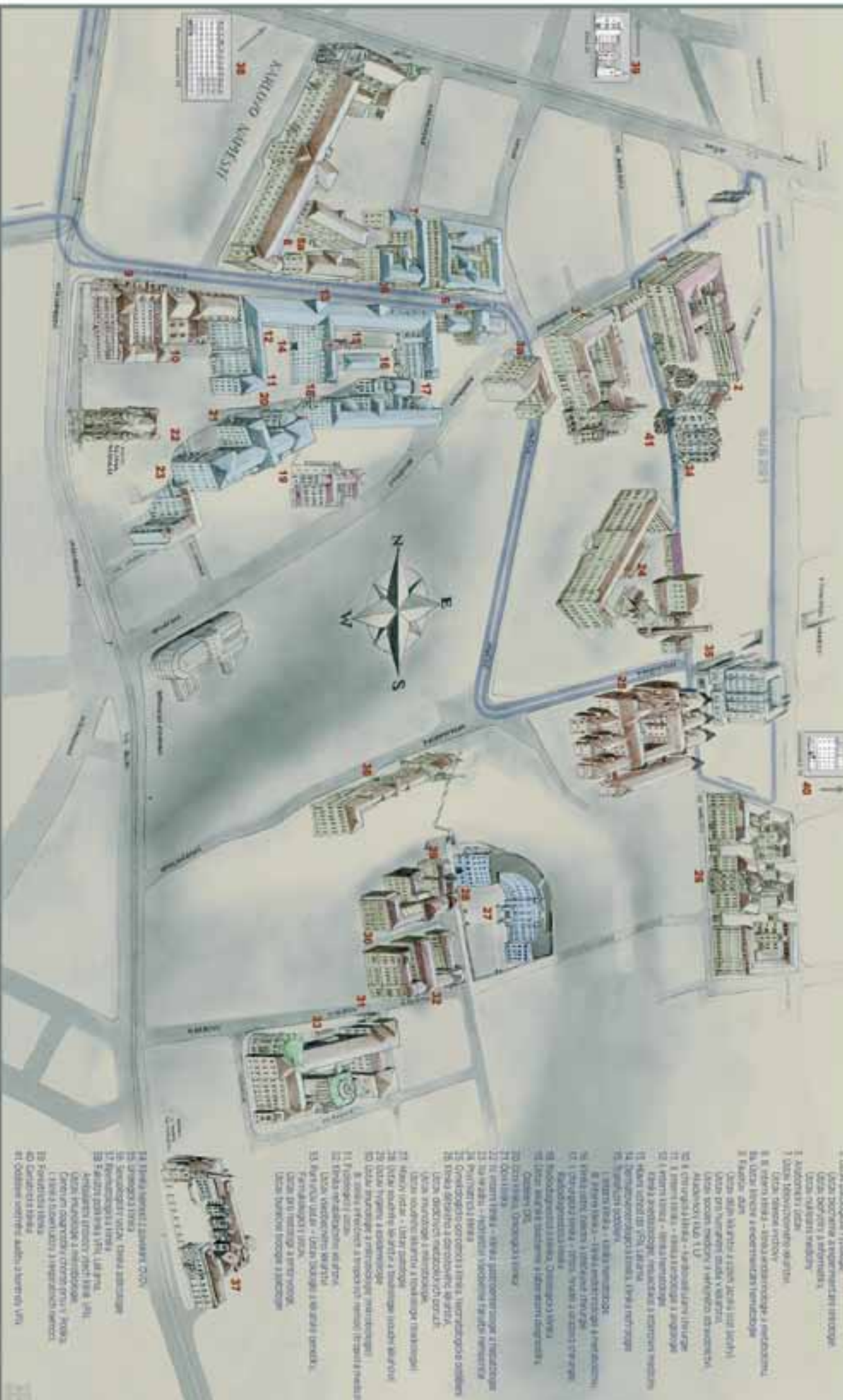
(hlavní vstup do VFN)  
(budova Urologické kliniky)  
(budova A Fakultní polikliniky)  
(budova B Fakultní polikliniky)

Po-Pá 7.00-18.00  
Po-Čt 8.00-17.00, Pá 8.00-15.30  
Po-Pá 8.00-15.30  
Po-Čt 8.00-18.00, Pá 8.00-15.30

Tel.: 224 963 290  
Tel.: 224 967 609  
Tel.: 224 966 464  
Tel.: 224 966 701



# Pracoviště 1. lékařské fakulty a Všeobecné fakultní nemocnice v areálu Prahy 2, Karlova náměstí a Albertova



- 1 Dvůrček 1. lékařské fakulty - první nádvoří.  
Účel: sídlo řádných představených a lékařských dozorců.  
Fakultní výhledové laboratorie.  
Účel: laboratorní a experimentální zorné pole
- 2 Dvůrček 1. lékařské fakulty - střední nádvoří 5  
3. Nádvoří prvního nádvoří
- 4. Nádvoří prvního nádvoří (včetně uličky)
- 5. Nádvoří prvního nádvoří a 3. dílny (včetně uličky)
- 6. Účel: vzhledově jednotná administrativní a lékařská  
7. Účel: administrativní a lékařská
- 8. Účel: administrativní a lékařská
- 9. Účel: administrativní a lékařská
- 10. Účel: administrativní a lékařská
- 11. Účel: administrativní a lékařská
- 12. Účel: administrativní a lékařská
- 13. Účel: administrativní a lékařská
- 14. Účel: administrativní a lékařská
- 15. Účel: administrativní a lékařská
- 16. Účel: administrativní a lékařská
- 17. Účel: administrativní a lékařská
- 18. Účel: administrativní a lékařská
- 19. Účel: administrativní a lékařská
- 20. Účel: administrativní a lékařská
- 21. Účel: administrativní a lékařská
- 22. Účel: administrativní a lékařská
- 23. Účel: administrativní a lékařská
- 24. Účel: administrativní a lékařská
- 25. Účel: administrativní a lékařská
- 26. Účel: administrativní a lékařská
- 27. Účel: administrativní a lékařská
- 28. Účel: administrativní a lékařská
- 29. Účel: administrativní a lékařská
- 30. Účel: administrativní a lékařská
- 31. Účel: administrativní a lékařská
- 32. Účel: administrativní a lékařská
- 33. Účel: administrativní a lékařská
- 34. Účel: administrativní a lékařská
- 35. Účel: administrativní a lékařská
- 36. Účel: administrativní a lékařská
- 37. Účel: administrativní a lékařská
- 38. Účel: administrativní a lékařská
- 39. Účel: administrativní a lékařská
- 40. Účel: administrativní a lékařská
- 41. Účel: administrativní a lékařská