

# Stěžeň

Časopis  
pro dialyzované  
a transplantované

1  
2018



**Telemedicína  
v peritoneální dialýze**

.....

**Nemoc  
je náš učitel**

.....

**Ledvinu  
mám od manželky**



VYDÁVÁ SPOLEČNOST DIALYZOVANÝCH A TRANSPLANTOVANÝCH



[www.facebook.com/spoldat](https://www.facebook.com/spoldat)

# DŮLEŽITÉ UPOZORNĚNÍ

## GDPR se týká i časopisu Stěžeň!

O tom, že se od května letošního roku zpřísnila pravidla pro nakládání s osobními údaji, slyšel asi každý. Nové nařízení Evropské unie známé pod zkratkou GDPR se nás dotýká především v tom, že vy, kterým zasíláme Stěžeň, byste nám měli odsouhlasit, že smíme zpracovávat vaše osobní údaje – tedy jméno a adresu, které potřebujeme k tomu, aby vám mohl Stěžeň chodit.

### Co to bude nyní v praxi znamenat?

**Jsou v zásadě tři možnosti, jak svůj souhlas se zasíláním obnovit:**

- poslat klasickou poštou vyplněnou kartičku se svými údaji a podpisem, kterým stvrzujete, že můžeme vaše osobní údaje zpracovávat
- elektronicky na **[www.casopisstezen.cz/objednavka](http://www.casopisstezen.cz/objednavka)**
- poslat klasickou poštou dopis, který bude obsahovat text vyjadřující souhlas s tím, že Společnost dialyzovaných a transplantovaných může zpracovávat vaše osobní údaje v souvislosti se zasíláním časopisu Stěžeň a opatřit dopis datem a podpisem.

Souhlas ve všech případech udělujete na dobu neurčitou, důležité je, že můžete váš souhlas vzít kdykoliv zpět. Také stále platí, že časopis Stěžeň rozesíláme zdarma, ale můžete přispět na jeho vydávání libovolným příspěvkem, tak jak jsme o tom již mnohokrát ve Stěžni psali.

**Správcem vašich osobních údajů je v tomto případě Společnost dialyzovaných a transplantovaných, z. s., se sídlem Ohradní 1368/4, 140 00 Praha 4, IČ 00409359, spisová zn. L 1210 vedená u Městského soudu v Praze.**

Ta může předat vaše údaje dalším subjektům a to pouze za účelem rozesílání časopisu – aktuálně především distribuční společnosti ADLEX, spol. s r.o. se sídlem na adrese Xavierova 1888/45, 150 00 Praha 5, IČ 27141438.

Odhlásit odběr časopisu nebo vzít zpět svůj souhlas se zpracováním osobních údajů můžete nejlépe e-mailem na [stezen@spoldat.cz](mailto:stezen@spoldat.cz), případně telefonicky nebo poštou.

**POZOR!** Adresy, ze kterých se nám časopis vrátí jako nedoručitelný (adresát se odstěhoval, případně zemřel nebo „je na adrese neznámý“, jak často uvádí doručovatelky na vrácených zásilkách), z databáze automaticky mažeme.

**Děkujeme za vaši dosavadní přízeň a věříme, že vás tato drobná komplikace neodradí a zůstanete nadále našimi čtenáři.**

**Za redakci časopisu Stěžeň  
Jana Ptáčková**



## SLOVO ÚVODEM



Foto: Vořta Herout

### Vážení čtenáři,

když jsem sledovala nejrůznější články či televizní zprávy informující o Světovém dni ledvin, přemýšlela jsem nad dopadem takové kampaně. Určitě je důležité o této problematice informovat – ze zkušenosti

víme, že možnost preventivního vyšetření při této příležitosti využijí každoročně stovky lidí v rámci celé republiky. Ale současně mi došlo, že článek nebo dvouminutová reportáž v televizi nemůže mít takovou účinnost jako osobní doporučení někoho, kdo ví, co to znamená chodit na dialýzu. Řada z vás, milí čtenáři, možná na dialýzu dochází nebo má transplantovanou ledvinu. Myslím, že bychom to měli být především my, kdo bude šířit povědomí o nemocech ledvin mezi přáteli a známými. Mluvme o svém onemocnění i o tom, jak umí být nemoci ledvin nevyzpytatelné a že je dobré si na preventivní prohlídku zajít. I když to není zrovna lehké konverzační téma, možná právě náš apel může někomu pomoci předejít zbytečným zdravotním komplikacím, dříve než bude pozdě. Protože jestli čísla nelžou, tak lidí, patřících do rizikové skupiny, je kolem 10 % populace, a to už je celkem dost.

Přeji vám krásné léto

**Jana Ptáčková**

## Z OBSAHU

|                                                                                            |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Světový den ledvin – onemocnění ledvin u žen</b>                                        | <b>6</b>  |
| Aktuálně                                                                                   |           |
| <b>Již šesté setkání osob s transplantovaným srdcem se uskuteční v září v Luhačovicích</b> | <b>7</b>  |
| Aktuálně                                                                                   |           |
| <b>Změny v oblasti sociálního zabezpečení v roce 2018</b>                                  | <b>8</b>  |
| Aktuálně                                                                                   |           |
| <b>Ledvinu mi dala manželka</b>                                                            | <b>10</b> |
| Rozhovor                                                                                   |           |
| <b>Na Sicílii se všechno bere v pohodě a s úsměvem</b>                                     | <b>14</b> |
| Dialýza                                                                                    |           |
| <b>Více než desítka českých pacientů využívá výhody domácí dialýzy Nx Stage</b>            | <b>16</b> |
| Dialýza                                                                                    |           |
| <b>Můj život se s přechodem na dialýzu téměř nezměnil</b>                                  | <b>18</b> |
| Peritoneální dialýza                                                                       |           |
| <b>Pokrok medicíny během posledních dvou let zachránil malému Oldíkovi život</b>           | <b>20</b> |
| Transplantace                                                                              |           |
| <b>Nemoc je náš učitel</b>                                                                 | <b>22</b> |
| Duše                                                                                       |           |
| <b>Kutná Hora není jenom „Barbora“</b>                                                     | <b>24</b> |
| Tip na výlet                                                                               |           |
| <b>Tunisko je znovu dobře dostupné pro dialyzované pacienty</b>                            | <b>26</b> |
| Hemodialýza                                                                                |           |
| <b>Osmisměrka o ceny</b>                                                                   | <b>27</b> |
| Relax                                                                                      |           |

### TIRÁŽ

**STĚŽEŇ – čtvrtletník pro dialyzované a transplantované** | Založen 1989 | Číslo 1, ročník 29, vyšlo dne 2. 7. 2018 | Neprodejné | Vydává Společnost dialyzovaných a transplantovaných, z. s. (SpolDaT), Ohradní 1368/4, 140 00 Praha 4-Michle | IČ: 00409359 | ISSN: 1210-0153 | MK ČR E 22459 | tel.: 261 215 616 | e-mail: stezen@spoldat.cz | [www.stezen.cz](http://www.stezen.cz) | **Odpovědný redaktor:** MUDr. Radkin Honzák, CSc. | **Šéfredaktorka:** Mgr. Jana Ptáčková, tel.: 728 444 008, e-mail: stezen@spoldat.cz | **Editor a technický redaktor:** Daniel Srb, tel.: 777 326 772, e-mail: daniel@srb.cz | **Redakční rada:** Jana Bosáková, Mgr. Michaela Černá, Ing. Pavel Exner, Věra Štátná, Lenka Vašková | **Inzerce:** Mgr. Jana Ptáčková, tel.: 728 444 008, e-mail: stezen@spoldat.cz | **Objednávky zasílání časopisu:** Jana Bosáková, tel.: 702 046 642, e-mail: bosakova@spoldat.cz | **Grafická úprava:** Michal Schneidewind – vasgrafik.cz | **Tisk:** Grafotechna plus, s.r.o., Lyskova 1594/33, 155 00 Praha 13-Stodůlky (www.gtplus.cz) | **Distribuce:** ADLEX, spol. s r.o., Xaveriova 1888/45, 150 00 Praha 5-Smíchov (www.adlex.cz).

Veškeré články publikované v tomto časopise mají pouze informativní charakter a nejsou právně závazné. Doporučení týkající se zdravotního stavu, dietních a režimových opatření je nutné konzultovat s ošetřujícím lékařem nebo sestrou. Redakce si vyhrazuje právo na úpravu všech textů. Neoznačené texty a fotografie jsou redakční. Za věcnou správnost informací v příspěvcích rubriky **Napsali jste nám** odpovídají jejich autoři. Jakékoli užití a šíření části nebo celku časopisu Stěžeň bez písemného svolení vydavatele je zakázáno. Nevýžadané rukopisy a fotografie se nevracejí. Autorem fotografie na titulní straně je Jana Ptáčková.

Časopis je vydáván za podpory Ministerstva zdravotnictví ČR



SpolDaT na Facebooku: [www.facebook.com/spoldat](https://www.facebook.com/spoldat)



# Hledáte práci? Toužíte naučit se italskému nebo jinému jazyku?

Přemýšleli jste někdy o životě na Sicílii?

Využijte možnosti, kterou Vám nabízí  
"Sociální program Dialýzy Mucaria".

**Pobyt na Sicílii zdarma a zaškolení  
přímo u nás!**

Budete mít k dispozici kvalifikovaný tým  
pracovníků různých oborů, který Vám pomůže  
zařadit se tak do pracovního jako i  
společenského kontextu.

## Asistence, Pohostinnost, Možnosti!

Díky novému "Sociálnímu projektu " Vám Dialýza  
Mucaria umožní žít na Sicílii za velmi výhodných  
podmínek.

**V případě 3 měsíčního pobytu budete mít:**

- Dialyzační služby zdarma prostřednictvím evropské zdravotní kartičky;
- Zdravotní i osobní péči na míru pro Vás;
- Ubytování v našich zařízeních zdarma;
- Proplacenou letenku;
- Převoz z letiště i na středisko zdarma



SOCIÁLNÍ PROGRAM  
**DIALÝZY MUCARIA**

[www.dialisimucaria.it/cz](http://www.dialisimucaria.it/cz)

NABÍDKA PLATNÁ DO 31/12/18

Zavolejte a dozvíte se detaily o  
"Sociálním projektu Dialýzy Mucaria"  
**Sicílie čeká na Vás!**

**☎ 0039.0923.836.440**

nebo pište na

**[info@dialisimucaria.it](mailto:info@dialisimucaria.it)**

**Hemodialyzační střediska dr. Mucaria:**

Viale Europa 23 - 91019 - Valderice (TP - ITALIA) - Tel. **+39 0923 836440** - Fax +39 0923 833333  
Corso Generale Medici 148 - 91011 Alcamo (TP - ITALIA) - Tel. **+39 0924 502366**

# Pobyty pro dialyzované a transplantované v Penzionu Pastviny v Orlických horách

Penzion Pastviny najdete uprostřed krásné přírody v podhůří Orlických hor nad Pastvinskou přehradou. Byl vybudován v letech 1997–1998. Z pokojů i terasy je výhled na vodní plochu a malebnou přírodu.

**B**ezprostřední okolí penzionu zaručuje návštěvníkům klid a soukromí, naopak přehrada a její okolí nabízí velké množství aktivit. V letních měsících například koupání, vyjížďky na lodkách po přehradě nebo na kolách přírodou. Pěší výlety, případně túry v blízkých Orlických horách. Během zimní sezony můžete využít přímo v obci sjezdovku s vlekem, vhodnou pro začátečníky a rekreační lyžování, pro zdatnější lyžaře jsou výběrné podmínky ke sjezdovému lyžování v Mladkově, Bartošovicích, Českých Petrovicích (cca 10 km) nebo ve skiareálu Říčky (20 km). Další velký skiareál se nachází na Dolní Moravě (24 km), kde najdete i spoustu aktivit pro letní vyžití.

**Zvýhodněná cena pro dialyzované a transplantované (s průkazem ZT, ZTP, ZTP/P) je 2450 Kč (tj. 350 Kč za den).**

Zvýhodněnou cenu za dialyzovaného nebo transplantovaného pacienta je potřeba uhradit na účet SpolDaT, rodinní příslušníci hradí ubytování na místě dle ceníku penzionu.



## Termíny pro rok 2018:

7. 7.–14. 7. 2018  
21. 7.–28. 7. 2018  
4. 8.–11. 8. 2018  
18. 8.–25. 8. 2018  
29. 9.–6. 10. 2018\*\*

\*\* podzimní rekondiční pobyt pořádaný SpolDaT

V případě dotazů či zájmu o pobyt kontaktujte Janu Bosákovou: bosakova@spoldat.cz, tel.: 702 046 642, která vám též poskytne pokyny k provedení platby a domluví či předá kontakty na dialýzu.

**Provozovatelem penzionu je od loňského roku společnost PaliGastro s.r.o.  
www.pastviny.penzion.com**



3x foto: Adéla Mikulová



## Světový den ledvin – onemocnění ledvin u žen

Díky Světovému dni ledvin mohou zájemci každoročně absolvovat preventivní vyšetření ledvin na desítkách pracovišť po celé ČR a velké množství lidí toho také využívá. Z letošní kampaně jsme vybrali dvě akce, byť se jich v celé republice konalo mnohem více. Letošní ročník byl věnován ženám, mimo jiné i proto, že Světový den ledvin vyšel na stejné datum jako MDŽ.

**P**revence může někdy zabránit velkým zdravotním komplikacím či dokonce zachránit život. To bylo jedno z témat, která na tiskové konferenci pořádané 6. března společností B. Braun Avitum v Praze na Bulovce představil známý badmintonista Petr Koukal. Vystoupili zde také další hosté, například předseda České nefrologické společnosti prof. MUDr. Vladimír Tesař, DrSc. MBA, FASN. Téma onemocnění ledvin u žen zde svým příběhem reprezentovala Jana Bosáková (ve Společnosti dialyzovaných a transplantovaných vede administrativu a organizuje pobyty). Jana byla tvář pražské tiskové konference (B. Braun pořádá ještě další tři) a několika desítkám hostů přiblížila, jaké to bylo na začátku 90. let mít po transplantaci ledviny dítě.

Během Dne ledvin ve čtvrtek 8. března společnost **B. Braun Avitum** na svých celkem 39 dialyzačních střediscích (23 v ČR, 16 v SR) vyšetřila 1544 pacientů. Z toho 393 pacientům bylo doporučeno



Interní oddělení Strahov

2x foto: Stěžeň – Jana Pračková

další vyšetření (praktický lékař, nefrologie, urologie, diabetologie atd.).

Ke Světovému dni ledvin se připojilo i přední dialyzační pracoviště – **Interní oddělení Strahov Všeobecné fakultní nemocnice v Praze**. Zde se ve středu 7. března uskutečnil den otevřených dveří doplněný přednáškou MUDr. Michala Kouckého, Ph.D. o těhotenství a onemocnění ledvin z pohledu gynekologicko-porodnického. Účastníci si mohli také prohlédnout prostory dialýzy – pokoje, ordinace a také místnost se speciální figurínou pro nácvik zavádění centrálních katétrů.

Na Interním odd. Strahov VFN vyšetřili letos v rámci světového dne ledvin 54 pacientů, z toho osm bylo objednáno k dalšímu vyšetření – dva pro anamnézu onemocnění ledvin, dva pro nižší renální funkci, jeden pro opakované močové infekce a tři pro pozitivní záchyt proteinurie nebo hematurie. Překvapivě jen šest pacientů uvedlo, že se léčí s vysokým krevním tlakem a osm s cukrovkou. 22 pacientů bylo vyšetřeno již někdy v minulých ročnících, 42 letos poprvé.

(red)



Petr Koukal na tiskové konferenci B. Braun



## Již šesté setkání osob s transplantovaným srdcem se uskuteční v září v Luhačovicích

SPOLEK MARKÉTA, z.s. sdružuje pacienty, kterým bylo v brněnském Centru kardiovaskulární a transplantační chirurgie (CKTCH) transplantováno srdce. Již pošesté se tito lidé setkají na společné akci, tentokrát 28.–30. září 2018 v Luhačovicích.



Foto: Ivo Czakan

**K**aždoroční setkání se těší velkému zájmu pacientů i lékařů a sester z CKTCH – na to loňské v Mikulově se sjelo celkem 113 osob, z toho 58 osob po transplantaci srdce. Stejně jako v minulých letech budou i tentokrát na programu sportovní aktivity – turnaje pacientů i lékařů ve volejbale a tenise –, přednášky lékařů, prohlídka okolních zajímavostí (letos výstup na rozhlednu na Doubřavě, prohlídka lázeňského areálu, návštěva zámku Vizovice).

Velmi silným momentem je vydávání takzvaných rodných listů pro nově transplantované pacienty – dostat nové srdce je vlastně druhé narození.

### Kontakt a přihlášky:

Ing. František Kmínek

tel.: 602 755 729

e-mail: [fkminek@seznam.cz](mailto:fkminek@seznam.cz)

[www.spolekmarketa.cz](http://www.spolekmarketa.cz)



## Zdravotní klaun na dětské dialýze

**Z**dravotní klauni mají nemocným dětem přinášet radost a pomáhat jim. Zaspou trochu zapomenout na trápení, které musí v nemocnici absolvovat. A skutečně tomu tak je. Klauni, kteří dochází za dětmi na oddělení, jsou nabití pozitivní energií, kterou přenášejí na malé pacienty. Vždy přijdou perfektně připraveni s programem, kterým dokážou rozveselit i toho nejsmutnějšího pacienta. Moc věcí k tomu nepotřebují. Stačí červený nos, bublifuk, sem tam nějaké to legrační zakopnutí nebo přereknutí a pacient se směje, až se s ním třese celá postel. I k nám na dialýzu za malým Patrikem pravidelně dochází dva klauni Miloň a Běda, který se na ně vždy velmi těší. A nejen Patrik, ale i sestry se rády zasmějí některému z klaunských vtipů. Prostě zdravotní klaun dokáže navodit veselou náladu všude, kam přijde. A my, sestry z dětské dialýzy, můžeme jen říci: „Děkujeme, kluci, děláte to dobře.“

**Eva Vlachová, dětská dialýza FN Motol**



Foto: archiv FN Motol

## Brno, město transplantací



Foto: CKTCH

**P**od tímto názvem se uskutečnila v únoru letošního roku v Brně konference při příležitosti výročí 35 let od první úspěšné transplantace jater v tehdejší východní Evropě. Tento primát si vysloužili pracovníci II. chirurgické kliniky Fakultní nemocnice u sv. Anny v Brně, kteří transplantaci po rozsáhlé experimentální přípravě 2. února 1983 provedli. Na konferenci přednášel prof. Černý, který byl tehdy součástí transplantačního týmu, a přiblížil posluchačům, jak první cesta k transplantaci jater v ČR probíhala. Konference se účastnil i první transplantovaný pacient pan Mynář.

## Změny v oblasti sociálního zabezpečení v roce 2018

- **Zvýšení příspěvku na mobilitu** od ledna 2018 ze 400 Kč na 550 Kč měsíčně.
- **Výhodnější příspěvek na zvláštní pomůcku – pořízení motorového vozidla:** Mění se způsob stanovení této dávky: četnost a důvody dopravy a celkové majetkové poměry již nebudou u této dávky zkoumány. Od 1. 1. 2018 se již neposuzují četnost a důvody dopravy ani sociální a majetkové poměry žadatele a jeho rodiny. Příspěvek bude nově poskytnut na 84 kalendářních měsíců – sedm let. Maximální výška dávky zůstává na hranici 200 000 Kč, nově se zavádí minimální výše dávky 100 000 Kč.
- **Dlouhodobé ošetrovné:** Od 1. června 2018 se nově zavádí dlouhodobé ošetrovné po propuštění blízkého z nemocnice. Podmínkou je zhoršení zdravotního stavu vyžadující alespoň sedmidenní hospitalizaci v nemocnici a v den propuštění potvrzení, že celodenní péče bude trvat nejméně dalších 30 dnů. Ošetřující osoba nesmí po dobu ošetřování vykonávat žádnou výdělečnou činnost (zaměstnavatel může ale odmítnout poskytnout volno ze zaměstnání).



# Letní akce Sportovního klubu dialyzovaných a transplantovaných



Foto: archiv SKDaT

## 25. letní hry dialyzovaných a transplantovaných sportovců ČR

### Přední Výtoň na Lipně, 17.–24. 8. 2018

Ubytování a stravování je zajištěno, včetně plné penze, v areálu Penzionu Vyhlička na Přední Výtoň. Cena je 440 Kč/den pro pacienty a členy SK DaT, 460 Kč/den pro ostatní, dětská cena do 12 let 380 Kč/den. Čtyřlůžková chatka musí být obsazena minimálně třemi osobami, v případě dvou osob je potřeba doplatit 100 Kč/den za prázdné lůžko. Doprava je individuální.

Program plánujeme sportovní a relaxační – tur-naje a soutěže v nejrůznějších sportovních disciplínách, turistika a výlety.

Zdravotní zajištění a dialýza: Po dobu pobytu bude přítomen lékař a sestra, HD bude zajištěna na DC v Českém Krumlově, doprava individuálně nebo sanitou, preferenčně večerní směny.

Přihlášky a informace:

lukas.svoboda@bbraun.com

## Chorvatsko 2018 – Poreč – hotel Delfin

Ve spolupráci se 101 CK Zemek pořádáme v termínu 8.–15. 9. 2018 zájezd do Chorvatska. Ubytování je tradičně v hotelu Delfin v Poreči.

Poblíž hotelu je řada sportovišť, pláže jsou zde všech kategorií: přírodní, betonová pláž, oblázko-

vé s pohodlným vstupem do moře, upravené po slunění. Jsou zde i písčité pláže pro malé děti. Spojení do Poreče je autobusem, turistickým vláčkem nebo lodní přepravou, eventuálně pěšky nebo na kole po pobřežní promenádě.

Ceny za ubytování od 5640 Kč za dospělou osobu. Podrobný ceník na webu 101 CK Zemek [www.chorvatskozababku.cz/istrie/porec-zelena-laguna/delfin-hotel](http://www.chorvatskozababku.cz/istrie/porec-zelena-laguna/delfin-hotel). Doprava z Prahy, Brna (2090 Kč), Olomouce (2290 Kč).

Po celou dobu pobytu bude v místě lékař a sestra, dialýza je zajištěna ve spolupráci s dialyzačním centrem v Rovinji. Dopravu na dialýzu zajišťuje tentokrát pořadatel zájezdu 101 CK Zemek a je v ceně. Léčba je bezplatná – EHIC karta pro EU. Zdravotní připojištění nutné.

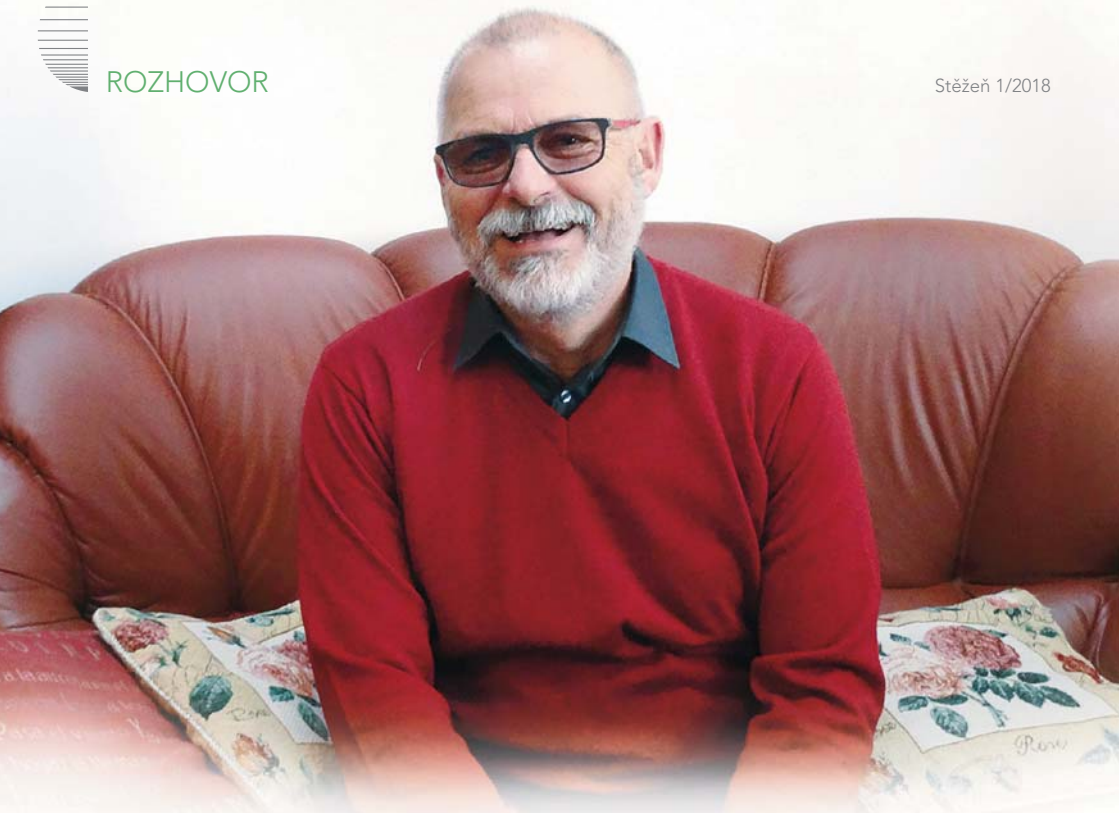
Přihlášky prosím zasílejte co nejdříve e-mailem na [chorvatsko@101ckzemek.cz](mailto:chorvatsko@101ckzemek.cz) a současně na [lukas.svoboda@bbraun.com](mailto:lukas.svoboda@bbraun.com). Lékařskou zprávu potřebuje dialyzační středisko v Rovinji cca 14 dní před nástupem, upozorníme přihlášené e-mailem, proto ho uvádějte v přihlášce.

Počet účastníků je limitovaný kapacitou dialyzačního ošetření. Pobyt a zejména doprava je vhodná pro plně soběstačné, mobilní pacienty. Program vyžaduje i jistou tělesnou kondici. (skdat)



Hotel Delfin, Chorvatsko

Foto: 101 CK Zemek



# Ledvinu mi dala manželka

Pan Miloslav Šafář je sympatický pán těsně před šedesátkou. Jeho příběh nás hned zaujal. Nejen proto, že mu ledvinu darovala manželka, ale také proto, že jeho transplantace byla takzvaná preemptivní, a tak nemusel začít chodit na dialýzu. Povídali jsme si s ním i s jeho ženou Alenou, a tak nám předali zkušenosti z příprav i samotné transplantace z obou úhlů pohledu.

**Pane Miloslave, co předcházelo tomu, že jste musel na transplantaci? Jak vaše problémy s ledvinami začaly?**

**Miloslav:** Všechno začalo přibližně před patnácti, možná i dvaceti lety u mé tehdejší ošetřující lékařky, která je teď mou manželkou. Objevil se u mě vysoký krevní tlak, a když se to nelepšilo, poslala mě k nefrologovi. Tam mi udělali rozsáhlejší odběry jako je sběr moči za 24 hodin a podobně. Začal jsem tam chodit asi jednou za půl roku na kontroly, sledovala se hladina kreatininu, který pomaličku stoupal.

**A jaká vlastně byla příčina toho selhání ledvin?**

**Alena:** Diagnóza je chronická glomerulonefritida. Když jsme si to procházeli zpětně, tak jsme zjistili, že na vysoké škole i kolem vojny, kdy byl manžel hodně aktivní sportovec, jezdil na lodi a běhal triatlony, tak v té době měl masivní hematurii (*krev v moči, pozn. redakce*). Celou vojnu to neřešil a pak to odeznělo. A znovu se příznaky objevily až po dvaceti letech. Mohlo to ale samozřejmě být i mnohem dříve.

**Miloslav:** Nejsem žádný hypochondr a když je vám pětadvacet, tak takové věci řešit nechcete.



## Paní Aleno, rozhodnout se pro darování ledviny není jednoduché. Jaké to bylo u vás?

**Alena:** Vůbec jsem neváhala. Jsem lékař internista, takže jsem o transplantacích věděla a jen co začal manžel chodit na častější kontroly, rovnou jsme se s paní primáarkou Peškovou u nás v Českobudějovické nemocnici dohodli na preemtivní transplantaci s tím, že budu dárce. V případě, že bych nebyla vhodný dárce, šli bychom do řetězové transplantace.

## A kdy už jste začali tušit, že se transplantace blíží?

**Alena:** Před asi třemi lety měl manžel hroznou chřipku a po ní se začaly hodnoty rychle zhoršovat.

**Miloslav:** Byly to asi dva roky před transplantací, kdy jsme začali jezdit do IKEMu a připravovat se na moment, kdy kreatinin vyleze nad určitou mez. Sledovaný jsem byl v Budějovicích, ale průběžně jsme dojížděli do IKEM kvůli přípravám na transplantaci. Loni v lednu jsem byl potom u svého obvodního lékaře na běžné kontrole a ten mi pak volal, že mi kreatinin vyskočil o dalších 100. Byl jsem tehdy na hodnotě 580, takže jsem musel do nemocnice a rozjelo se to – během 14 dnů jsme šli.

**Alena:** Pikantní na tom bylo, že nám z IKEMu dali dva termíny. Jeden byl asi za tři dny. Ten jsme odmítli, protože bychom nestihli vše připravit, takže jsme využili termín o týden později. Všechno jsem si v práci zařídila, domluvili jsme, kdo nás tam odveze – manžel měl nastoupit v neděli, já v pondělí a operace se měla uskutečnit v úterý. A v pátek předtím nám najednou volali z IKEMu, že z důvodu evakuace celé nemocnice a se vše odkládá. To byl ten případ s rozbitým potrubím (*porucha teplovodu v lednu 2017, pozna. redakce*). Může se vám stát leccos, ale tohle nevymyslíte. Nevěděli, jak dlouho to bude trvat, ale že je prý málo reálné, že bychom nastoupili. Tak jsme zrušili domluvené odvozy do nemocnice, já jsem řekla, že v pondělí půjdu do práce. Byly to nervy, musela jsem se zabavit. V neděli po obědě tedy doma zehhlím a najednou ve dvě hodiny telefonát, jestli by manžel přeci jen nemohl dorazit. Takže jsme zase sháněli odvoz, aby byl do osmi hodin večer v Praze.

**Miloslav:** Takže se to nakonec zrealizovalo, ale za jakých peripetií. Když jsem přijel v neděli do IKEMu, skoro nikdo tam nebyl.

**Alena:** A to ještě v pondělí, když mě švagr vezl, napadl sníh a byla zácpa na dálnici. Čtyři hodiny, které jsme si na cestu z Českých Budějovic do Prahy dali, nám téměř nestačily.

## Jak probíhala samotná transplantace a dny okolo ní?

**Miloslav:** Po tom zmateném začátku šlo už všechno jako na drátkách. Pro manželku to byly tři dny a pro mě 12 dnů v nemocnici, i přes pár komplikací, kontrolní biopsii a kapačky. Byl to všechno takový koncert – v IKEMu, tak jak jsme to zažili, jsou všichni sešraní, dobře se vzájemně informovali. Odborná stránka je neoddiskutovatelně na vysoké úrovni, ale ten lidský přístup je úžasný.

## Paní Aleno, bála jste se té operace?

**Alena:** Vůbec jsem se nebála operace, spíše jsem měla strach, aby se ta ledvina manželovi chytla. Druhou už bych mu dát nemohla a minimální riziko je tady vždycky.



2x foto: Stěžen – Jana Ptáčková



**Pro vás, jako pro lékařku muselo být určitě zajímavé vidět transplantaci z pohledu pacienta.**

**Alena:** Přesně jak říkáte, pro mě to bylo něco jako vědecká stáž. Zažívala jsem věci, o kterých jsem dosud jen četla, třeba jsem se ptala, jak je možné vyndat ledvinu laparoskopicky apod. A pak vás vezou na sál a na stropě jsou obrazy stromů... To se v knížkách nedočtete. A pak ta neuvěřitelná péče na JIPce. Když se na to díváte z té druhé strany, přemýšlíte, jak si někdo může vůbec stěžovat. Byli jsme tou péčí tak unešení, že jsme se divili, proč se za ten pobyt neplatí, když vám tam třeba denně převlékají postele, to jsou skoro hotelové služby. Ale bereme to tak, že IKEM je výkladní skříň českého zdravotnictví.

**Miloslav:** Mě utkvěl v hlavě jeden moment, takový detail. Večer před transplantací za mnou přišel docent Froněk, který mě měl operovat, probrat detaily a odcházel se slovy, že se stavi ještě ráno. A opravdu se na chvilku zastavil, a když odcházel, tak říká „Tak

co, jdeme na to? Jste připravený?“ Říkám „No jasně. A vy?“ „Já taky.“ Na docenta Froněka do smrti nezapomenu. Stačily dvě věty a ze mě úplně zmizel strach a začal jsem věřit, že to vyjde. Jen jsem se bál, aby to všechno dobře dopadlo i „dodavateli“ – manželce.

**Alena:** Pro lidi, co jsou v hraniční životní situaci, a že to v IKEMu nejsou zdaleka jen pacienti s ledvinami, je bezpochyby důležité, co celý tým v IKEMu dokáže i to, jak jsou pokorní a slušní, vyslechnou vás. Není to bohužel v našem zdravotnictví běžný přístup.

**Miloslav:** Tím samozřejmě nechceme shazovat všechny ostatní nemocnice. Třeba naše nefrologie v Budějovické nemocnici je výborná. Vycházeli nám ve všem vstříc.

**Když už to zmiňujete... Věděli vaši lékaři tady v Českých Budějovicích o transplantacích?**

**Alena:** Samozřejmě. Tady problematiku transplantací velmi dobře znají včetně pojmu preemptivní



transplantace. Je určitě výhodou, když o tom někdo z rodiny ví, ale nabízejí to i sami, nemusíte se pídít po informacích. Když přijde pacient se selhávajícími ledvinami, nabízejí mu nejdříve transplantaci a až potom dialýzu. Informují také o možnostech darování ledvin od žijících dárců. Když se živý dárcе najde, neváhají hned domluvit vše potřebné a poslat pacienty do IKEMu.

**Máte nějakou zkušenost, po které jste si řekli, že jste to mohli udělat jinak?**

**Alena:** Po té laparoskopické operaci, kterou jsem absolvovala, zůstává v břišní dutině zbytek vzduchu a způsobuje to nepříjemnou bolest. Víte, že to asi za pět dní odezní, ale stejně byl všechn pohyb po operaci náročný. Nějakou dobu to trvá, než se dáte úplně dohromady. Vy jako dárcе přijedete po pár dnech domů a musíte pomalu začít fungovat. Po příjezdu z nemocnice jsem si myslela, jaká jsem hrdinka, že všechno sama překonám a postarám se o sebe, ale když mi došlo, že mohu někde upadnout nebo něco podobného, radši jsem zavolala kamarádce, jestli by u mě pár dní nepřespala. Hned jsem měla větší jistotu. Když potom po přibližně týdnu přivezli transplantova-

ného manžela, tak jsem musela z té postele vstát a začít pečovat o něj i o domácnost. Bydlíme sami dva, takže těch prvních čtrnáct dní bylo opravdu těžkých.

**Miloslav:** Doma jsme si udělali takové tréninkové okruhy po schodech a společně jsme rehabilitovali. Nastavili jsme si třeba, že každou hodinu schody jednou vyjdeme a postupně jsme tu zátěž zvyšovali. Později jsme trénovali třeba při nošení nákupů z auta do domu.

**Alena:** Co bychom ale opravdu chtěli vzkázat všem podobným dvojicím, které žijí samy a chystají se na transplantaci, aby si na první dva až tři týdny domluvili někoho, kdo jim se vším pomůže. Nakoupí, uvaří, pověsí prádlo.

**Jste, pane Miloslave, po transplantaci něco přes rok, jak se vám dnes daří – pracujete, sportujete?**

**Miloslav:** V současnosti se cítím skvěle. Pomalu jsem začal zase sportovat. Rádi s manželkou cestujeme, jezdíme každoročně do Dolomitů nebo poznáváme různá místa u nás. Takže k tomu se také postupně navracím a chci se taky vrátit do práce. Už mi ta „dovolená“ stačila.

**Jana Ptáčková**

## Preemptivní transplantace, tedy transplantace ledviny ještě před zahájením dialyzační léčby

Je považována za nejlepší možnou léčebnou strategii pro pacienty s pokročilým selháním ledvin. Výhody preemptivní transplantace: zlepšuje krátkodobé a dlouhodobé přežití pacientů a kvalitu života a snižuje celkové náklady spojené s léčbou. Doba funkce takto transplantované ledviny je výrazně delší, než když je transplantace provedena „klasicky“, tj. až po určité době dialyzační léčby. Kromě toho se pacient vyhne většině obvyklých komplikací spojených s náhradou funkce ledvin, jako je založení trvalého cévního přístupu pro hemodialýzu, riziko infekce spojené s peritoneální dialýzou, kardiovaskulární komplikace atd. Čím delší je doba dialýzy před transplantací, tím větší je riziko selhání transplantované ledviny. Pokud je transplantace uskutečněna preemptivně, selže ledvina jen necelým 4 % pacientů, zatímco při čekání přes dva roky je to přes 9 %. Výraznějšímu rozšíření preemptivních transplantací brání nedostatek žijících i mrtvých dárců. V České republice v současné době již není zahájení dialyzační léčby podmínkou k uskutečnění transplantace. Na čekací listinu lze zařadit pacienta, u kterého bude muset být zahájena dialýza do tří měsíců. Zvyšuje se tak pravděpodobnost, že se pacient dočká transplantace ještě před zahájením dialýzy.

**Zdroj: [www.ledviny.cz](http://www.ledviny.cz)**



# Na Sicílii se všechno bere v pohodě a s úsměvem

Se Silvii Sramek jsem zatím neměla příležitost se osobně setkat, přesto je ze všech našich telefonátů cítit její energie a nadšení pro práci, kterou dělá. Silvie je původem z Bratislavy, ale posledních patnáct let žije na Sicílii ve městě Trapani, kde již několik let pracuje pro Dialisi Mucaria jako kontaktní osoba pro pacienty z České a Slovenské republiky, kteří sem chtějí vyrazit na dovolenou s dialýzou. Zajímalo mě, jak se Silvii na Sicílii vlastně dostala, co je náplní její práce a také chci přiblížit potenciálním dialyzovaným cestovatelům, co jim může Sicílie nabídnout.

**Silvie, co vás zavedlo na Sicílii a jak došlo k tomu, že jste začala pracovat pro Dialisi Mucaria?**

Ze Sicílie pochází můj manžel Daniel, takže jsem tady díky němu, žijeme tu spolu s našimi dvěma dcerami Ester a Rebekou. Trapani jsem si zamilovala na první pohled. Pamatuji si tenkrát náš noční vjezd do města, to nádherné palmové náměstí Piazza Vittorio a dvě věčně se hádající moře, která město omývají. A pak ta vůně... Pro Dialisi Mucaria pracuji téměř dva roky. Byla to náhoda. Hledali někoho, kdo mluví a uměl by překládat z češtiny a slovenštiny a já jsem podle všeho od Trapani k Palermu a nazpátek jedna z mála.

**Co všechno máte v rámci Dialisi Mucaria na starosti?**

Moje práce spočívá především v jazykové výpomoci mezi pacienty z „našich zemí“ a zdravotnickým personálem na dialýze. To znamená komunikaci s pacienty z Čech, ze Slovenska a taky pacienty mluvícími rusky nebo polsky. Kromě funkce tlumočnice a pře-



Foto: archiv Silvie Sramek

kladatelky mám také na starost komunikaci a organizaci hotelových objednávek, taxislužeb, veškerých turistických i praktických požadavků našich při jejich pobytu v Trapani.

**Když chce pacient z ČR odjet na Sicílii na dovolenou s dialýzou, má se obrátit přímo na vás?**

Český nebo slovenský pacient se může obrátit přímo na mě nebo může telefonovat na středisko a komunikovat s anglicky nebo německy mluvící kolegyní. Máme to rozdělené podle jazyků, ale žádný monopol neexistuje.

**Je v ČR někdo, kdo by mohl zájemcům případně poradit s domluvením pobytu nebo předat svoje zkušenosti?**

Noví zájemci se ptají, jestli u nás už někdo byl a většinou není problém s výměnou telefonních čísel a oni se pak kontaktují a předávají si zkušenosti. Také máme

zástupce pro Čechy, pana Leo Vařešku, který u nás byl na více než měsíčním pobytu, absolvoval hodně výletů a chystá se, jakmile mu zdraví dovolí, na několika-měsíční pobyt znovu. Ten taky rád poradí a pomůže.”

### **Jak probíhá organizace pobytu, doprava na Sicílii a potom z letiště?**

Nejprve se s pacientem předběžně domluvíme na termínu a on nám pak posílá kopii letenek – je to taková malá garance, že v daném termínu pacient skutečně přijede. Pak pro něj začnu plánovat dialyzační směny, rezervuji ubytování, zařídím odvoz z letiště atd. Potom během pobytu pomáhám v podstatě se vším, co je potřeba, kromě zdravotního poradenství, to řeší lékaři a já jsem jen jazyková „spojka“.

### **Co nabízíte pacientům jako doprovodné programy během pobytu?**

Středisko Dialisi Mucaria pořádá pravidelně oficiální večere v kruhu pacientů a za asistence jazykových poradců v typických restauracích v centru Trapani. Tyto večere se organizují dvakrát měsíčně. Každý týden, někdy, podle zájmu i dvakrát týdně organizuje kolegyně odpovědná za turistické aktivity pacientů exkurze do okolí města Trapani, maximálně 30–40 km od nás. Jednou měsíčně (někdy i častěji) pak delší výlety, třeba do Palerma, Mazary del Vallo nebo Selinunte. Mnozí pacienti si výlety do okolí organizují individuálně.

### **Baví vás práce v dialyzačních střediscích? Jaký máte kolektiv?**

Práce mě baví a naplňuje, jsem zvyklá dělat s lidmi různého typu, věku a národnosti. Náš kolektiv je hodně promíchaný – lékaři a zdravotnický personál jsou sicilští (prozatím) a jazykoví poradci, kteří všichni ovládají víc než jeden cizí jazyk, jsou z Itálie, ze Sicílie, ale i z Polska, Rumunska, Moldavska, Portugalska, Maďarska, Senegalu a já jako každý správný nostalgik hájím barvy Československa...

### **Jak se vám na Sicílii líbí, proč by se měli dialyzovaní pacienti vydat právě sem?**

Jak jsem již řekla, na Sicílii snad není nic, co by se vám mohlo nelíbit. Snad kromě typického letního vedra – to by mohlo některým lidem vadit. V takovém případě se sem dá jet na jaře nebo na podzim, kdy je zde opravdu božsky. Jídlo je na Sicílii ve všech svých formách vynikající, čerstvé a suroviny levné, příroda nebeská, lidé pohodoví, usměvaví a ochotní pomoci. Zaručený relax pro každého. Pláže jsou veřejné nebo placené s kompletním servisem od lehátek a slunečníků po studená a teplá jídla, drinky a taneční večery. Kulturní a historické vyzítí pak netřeba snad ani zdůrazňovat.

Z každého kouta na vás kouká jiná kultura, všude je přítomen otisk slavných civilizací, jež se Středomořím prohnaly nebo navždy usídlily a vyvinuly do podoby dnešních Sicilanů.

### **Jaké máte koníčky, pokud na ně vůbec máte čas?**

Na koníčky si čas najdu, v opačném případě by mě asi „piclo“: čtu, občas píšu, hodně se dívám na hodně staré filmy (miluji herce 50., 60. a 70. let – české, slovenské i zahraniční) a snažím se udržovat ve formě joggingem u moře, ranní jógou nebo tancem v domácí tělocvičně, kterou mi můj drahý manžel před pár lety zařídil přímo v domě.

**Jana Ptáčková**

*Text je redakčně krácen, kompletní rozhovor naleznete na našem webu [www.casopisstezen.cz](http://www.casopisstezen.cz).*

#### **\* Kontakt na Dialisi Mucaria:**

[www.dialisimucaria.it/cz](http://www.dialisimucaria.it/cz), Silvia Sramek  
tel: 0039.339.149.3100  
e-mail [info@dialisimucaria.it](mailto:info@dialisimucaria.it)

**\*\* Leo Vařeška** – dialyzovaný pacient z ČR  
(viz článek Stěžeň 2017/4) byl na Sicílii měsíc,  
rád poradí. e-mail: [vareska@seznam.cz](mailto:vareska@seznam.cz)  
tel.: 723 257 126

# Více než desítka českých pacientů využívá výhody domácí dialýzy Nx Stage

Domácí hemodialýza se začala do povědomí odborné i laické veřejnosti zapisovat zhruba před dvěma lety. Je jednou z takzvaných domácích léčebných metod. To znamená, že pacienti nedojíždějí třikrát týdně do dialyzačního centra, ale mohou být doma a léčbu si provádějí sami. Právě známé domácí prostředí a možnost zůstat v kontaktu s rodinou pozitivně přispívá k jejich větší psychické pohodě.



2x foto: Bionext

Šárka Juřicová

**K**dyž se řekne hemodialýza, většina lidí si vybaví velké složité stroje. V případě přístroje s názvem Nx Stage to však neplatí. Je navržen tak, aby nezabíral mnoho místa a jeho instalaci v domácnosti nemusely předcházet žádné velké stavební úpravy, které jdou ruku v ruce s vysokými výdaji. Je nutné pouze zajistit zdroj elektřiny, napojení na vodovodní kohoutek a odpad. Ovládání přístroje je velmi intuitivní a pro pacienty nenáročné. Kromě čistého prostředí je třeba v domácnosti vyhradit

prostor na skladování materiálu, avšak nic velkého, pár krabic s dialyzačním koncentrátem a kazetami, které se do přístroje vkládají.

Čerstvé zkušenosti s domácí hemodialýzou má i paní Šárka Juřicová z Novojičinska, která se stala devátou pacientkou v České republice, která má doma přístroj Nx Stage. Paní Šárka absolvovala takzvanou preemptivní transplantaci. To znamená, že jí byla transplantována nová ledvina ještě dříve, než došlo k dialyzační léčbě. Na základě pooperačních kompli-

kací však paní Šárka musela být převedena na nemocniční hemodialýzu. „O domácí variantě jsem se dozvěděla od paní doktorky Václavy Honové z dialyzačního střediska v Novém Jičíně, kam jsem téměř tři čtvrtě roku dojížděla třikrát týdně na hemodialýzu. Na radu lékařky jsem nejdříve absolvovala seminář, kde jsem se s touto novou metodou seznámila, a po zvážení všech možností, včetně peritoneální dialýzy, která pro mě vhodná nebyla, jsem se definitivně rozhodla pro Nx Stage. Jedním z důvodů, proč jsem nechtěla dojíždět na hemodialýzu bylo i to, že mám malého syna a ten moje časté odjezdy do nemocnice špatně snášel,“ říká mladá maminka.

„Pacientům vždy vysvětlujeme, jak může jejich léčba vypadat a představujeme všechny varianty“, říká MUDr. Honová, vedoucí lékařka dialyzačního střediska Nový Jičín a doplňuje: „Sama jsem byla překvapená, jak velký zájem vyvolala domácí hemodialýza u našich pacientů. V současnosti se školí už čtvrtý pacient a dva máme v predialýze.“

Při této variantě léčby se pacienti dialyzují pětkrát až sedmkrát týdně, přičemž jedna procedura trvá dvě až tři hodiny. Lékaři doporučují, aby mezi dialýzami nebyla přestávka delší než jeden den. Častější léčba přináší zdravotní výhody jako například menší zátěž pro srdíčko, protože se v těle mezi dvěma dialýzami neshromáždí tolik tekutiny a odpadních látek metabolismu. Pacienti jsou tak lépe připraveni na transplantaci. Další zdravotní výhodou je, že u některých pacientů dochází ke snížení množství léků, které užívají na úpravu vysokého krevního tlaku a většina také nemusí při tak krátkých dialýzách užívat léky proti srážení krve (Heparin). Neměli bychom zapomenout ani na to, že pacienti nemusí tolik omezovat příjem tekutin a dodržovat dietu typickou pro dialyzované.

Přístroj se skládá ze dvou částí. Spodní tvoří úprava vody, v níž se voda nejdříve deionizuje, aby se z ní stala ultračistá, která se následně smíchá s dialyzačním koncentrátem. Tím se vytvoří 60 litrů roz-



NxStage One v provozu v DS Nový Jičín

toku, který většinou vystačí na tři dialýzy. Na vrchní části přístroje je displej, na němž si pacient nastavuje léčbu. „Napoprvé to možná vypadá složité, ale s přístrojem jsem se sžila velmi rychle. Navíc před tím, než jsem ho dostala, jsem prošla podrobným školením. Přístroj mám teprve měsíc, ale naučila jsem se mu důvěřovat. Před napojením se nejprve musí připravit a propláchnout. To trvá zhruba půl hodiny a nemusím u toho být. Po ukončení tohoto cyklu začínám s vlastní dialýzou, která trvá dvě a půl až tři hodiny. Se zaváděním jehel do šantů na ruce mi pomáhá maminka a někdy i manžel. Výhodou je, že mimo tělo mám vždy pouze 160 ml krve, proto se ničeho neobávám,“ vysvětluje paní Šárka.

„Naučila jsem se plánovat, abych měla dialyzační roztok včas připravený. Jeho míchání trvá sedm hodin a provádím ho vždy po třech dialýzách, protože na jednu dialýzu spotřebuji 20 litrů. Přístroj nechávám pracovat přes den, aby v noci nerušil. Pokud bych si měla vybrat, šla bych do toho znova. Doporučila bych tuto metodu i jiným pacientům, pro mě to byla výzva. Předností je, že zůstávám doma, plánuji si čas podle sebe, mám svůj komfort a jsem s rodinou. To je nejdůležitější. Zatím se s přístrojem sžívám, očekávala jsem, že mi dialýza doma přinese větší časovou úsporu, ale nejvíc si cením toho, že můžu být doma, prostředí nemocniční dialýzy mi nevyhovovalo,“ říká ke svému rozhodnutí paní Šárka.

Jana Kolářová

Pacienti, kteří mají o domácí hemodialýzu zájem, se mohou sami nebo prostřednictvím svého lékaře obrátit na firmu Bionext, která u nás dialýzu s přístrojem Nx Stage zajišťuje.

[www.bionext.cz](http://www.bionext.cz)



# Můj život se s přechodem na dialýzu téměř nezměnil

Až do momentu, kdy mu obvodní lékařka při jedné kontrole odhalila extrémní hodnoty krevního tlaku, žil pan Eduard (55) normálním aktivním životem, aniž by pociťoval jakékoliv příznaky. Následoval kolotoč vyšetření, na jehož konci zazněla diagnóza selhání ledvin, odeslání na nefrologii a relativně krátká doba tří měsíců, kdy měl skončit na dialýze. Ošetřující lékařka mu dala na výběr, zda docházet na dialýzu do nemocnice nebo se dialyzovat doma.



2x foto: Baxter Czech

**P**rotože Eduard doposud vedl aktivní život a pravidelně sportoval, rozhodl se pro peritoneální dialýzu. „Byla to pro mě jednoznačná volba a zvěřila vidina relativní volnosti s minimem omezení a časových ztrát,“ říká Eduard. Pacient se dialyzuje sám v domácím prostředí a na kontroly chodí zhruba jednou za měsíc. „Můj život se skoro nezměnil.

Chodím stále do práce, hraji volejbal, jezdím na dovolené,“ doplňuje Eduard.

V 80. letech nastoupil pan Eduard vojenskou službu, kde jednoho dne zkolaboval. Lékaři mu zjistili zánět ledvin doprovázený dalšími komplikacemi. Následná léčba však neprobíhala příliš důsledně a zřejmě kvůli tomu začaly ledviny postupně



ztrácet svoji funkci. Trvalo dalších patnáct let, než se na to přišlo. Přesto měl Eduard štěstí a díky zvolené medikaci místo odhadovaných tří měsíců od první návštěvy nefroložky zvládl bez dialýzy fungovat ještě další čtyři roky. Když pak přišlo rozhodnutí, že už je potřeba ledviny dialyzovat, byl v šoku. „I když jsem byl na všechno připravený, měl nastudované informace, v okamžiku, kdy mi lékařka sdělila, že budeme zavádět katétr (katétr se zavádí při peritoneální dialýze do dutiny břišní v krátké celkové anestezii, pozn. red.), seděl jsem doma a přemýšlel, jak vše ještě odložit,“ vypráví Eduard.

Do té doby sice užíval velké množství léků a držel speciální dietu, ale to bylo vše. „Měl jsem pocit, že s přechodem na dialýzu budu v poloinvaldním režimu, ale vůbec to tak není, funguji úplně stejně dál. Nemůžu sice hrát beach volejbal, kvůli písku, který se dostane všude, ale klasický volejbal hraji stále, chodím se bavit s přáteli, pracuji,“ říká dále Eduard, který je na peritoneální dialýze od dubna 2017.

Pan Eduard se navíc na podzim loňského roku rozhodl vyzkoušet nový přístroj Home Choice Claria s platformou Sharesource pro peritoneální dialýzu, který umožňuje přenášet data o průběhu

léčby od pacienta do počítače ošetřujícího lékaře. Využívá principu takzvané telemedicíny. „Dříve jsem musel před návštěvou lékaře vyndat z přístroje paměťovou kartu a tu vzít s sebou, nyní se o přenos dat stará přístroj sám,“ říká Eduard.

Výhodou tohoto přístroje pro přenos dat je i možnost upravit léčbu na dálku poté, co lékař došlá data z přístroje vyhodnotí. Lékaři však upozorňují na skutečnost, že i když se data odesílají do jejich počítačů každý den, svůj momentální stav zná nejlépe pacient sám, a pokud má jakékoliv pochybnosti o průběhu léčby nebo se u něj objeví nežádoucí účinky, je na něm, aby kontaktoval svého ošetřujícího lékaře, případně help linku pro pacienty na peritoneální dialýze.

Podle Eduarda je škoda, že je povědomí o peritoneální dialýze v České republice tak nízké. Osobně je s volbou této metody spokojen a neměnil by.

V případě, že se pacient rozhodne pro peritoneální dialýzu, aktuální kapacita jeho ledvin zůstává často dlouhodobě zachována. Tato dialyzační metoda je také šetrnější k cévnímu systému a je tím nejlepším mostem k transplantaci, kdy nová ledvina má vyšší šanci na dobrou adaptaci. (pr)

**Miloš Neslušan**





# Pokrok medicíny během posledních dvou let zachránil malému Oldíkovi život

V České republice doposud podstoupilo transplantaci srdce sedm dětí ve věku do pěti let. Oldík (4) z Cerekvice je jedním z nich, jeho diagnóza byla však jiná. Na jejím základě nebylo v České republice transplantováno žádné jiné dítě. Jeho stav se zkomplikoval těžkým srdečním selháním a situaci nebylo možné řešit jinak.



3x foto: Nadace Dobrý anděl

Oldík v nemocnici, březen 2017

**K**rátce po narození lékaři Oldíkovi diagnostikovali těžkou srdeční vadu, která spočívá v nedostatečném vyvinutí levé srdeční komory. „Lékaři doporučili tři operace s časovým odstupem. V té době nám bylo řečeno, že transplantace srdce není možná. První operace proběhla hned a po sedmi týdnech nás pustili domů,“ vypráví paní Tereza, maminka Oldíka.

Po půl roce proběhla další operace. Oldík propíval. Rodina začala řešit s lékaři, že by rádi dopřáli synovi sourozence, aby nebyl sám. Vše podle výsledků vycházelo dobře. V červenci 2015 rodina přivítala na svět Terezku. Dva měsíce po jejím narození se vše obrátilo. Oldovi selhala jeho pravá srdeční komora. „Díky bohu se jako zázrakem za dva roky posunula medicína a byla možná transplantace. Jenže Oldovo tělíčko na ni nemělo sílu. Trvalo měsíc a půl než byl připravený. V té době byl několikrát v umělém spánku a na plicní ventilaci. Když přišel den transplantace, měli jsme velký strach, žádnou radost. Po transplantaci se znovu učil mluvit a používat své tělíčko. Když jsme se dostali po třech měsících z nemocnice domů, vše nabralo rychlý spád. Oldík jako zázrakem začal během čtrnácti dnů chodit i mluvit. Doma nám úplně ožil,“ vzpomíná paní Tereza.

Kromě zdravotního stavu rodina řešila také finanční situaci a péči o malou Terezku. Otec Oldí-

## Staňte se Dobrým andělem

Chcete se zapojit do pomoci? Je to jednoduché, stačí se zaregistrovat na [www.dobryandel.cz](http://www.dobryandel.cz). Dobrý anděl odevzdá vaše příspěvky do posledního haléře, protože provoz nadace je hrazen ze soukromých zdrojů jejích zakladatelů a dalších filantropů.



Oldík s maminkou a Terezkou



Oldík s Terezkou se mají moc rádi

ka přišel v té době o zaměstnání, jediný příjem rodiny tak tvořil rodičovský příspěvek a příspěvek na mobilitu. Ten stačil pouze na zajištění nejzákladnějších potřeb rodiny. Ve fakultní nemocnici Motol rodině doporučili, aby se obrátila na nadaci Dobrý anděl. Od té doby jim dárci prostřednictvím nadace pomáhají téměř dva roky. Díky nim rodina například mohla pořídit rehabilitační pomůcky, pomůcky pro rozvoj mluvení či upravit bydlení tak, aby odpovídalo po-transplantačnímu režimu Oldíka.

„Pacient po transplantaci srdce musí doživotně brát léky na potlačení imunity, aby jeho imunitní systém nebojoval proti dárcovskému orgánu a aby nedošlo k rejekci – odmítnutí, odhojení – nového srdce. Je proto více ohrožený infekcemi, léky mohou navíc mít i jiné nežádoucí účinky. Je nutné pravidelné am-

bulantní sledování, zejména časné po transplantaci jsou kontroly velmi časté. Během prvního roku po transplantaci a někdy i později se odebírají vzorky z transplantovaného srdce, aby bylo možné zhodnotit, jestli proti němu tělo nereaguje,“ vysvětluje MUDr. Karel Koubský, Ph.D., ošetřující

lékař malého chlapce z Fakultní nemocnice Motol.

Oldíka stále provází zdravotní komplikace s občasnou několikátýdenní hospitalizací. To se bohužel podepisuje také na psychickém stavu chlapce. Do školky kvůli oslabené imu-

nitě nastoupit nemůže, rodina se ho snaží učit vše doma. „Často se potýká s virovými infekcemi, kvůli kterým trávíme hodně času v nemocnici. Tohle je teď asi nejtěžší pro jeho zdravou sestřičku, které pak bráška chybí a musí být často u babičky,“ říká paní Tereza.

**Markéta Křížová**

### Potřebujete také finanční pomoc?

Nadace Dobrý anděl pomáhá rodinám s nezaopatřenými dětmi, ve kterých má rodič nebo dítě rakovinu či dítě jiné závažné onemocnění. O pomoc můžete požádat na e-mailu [dobryandel@dobryandel.cz](mailto:dobryandel@dobryandel.cz) nebo telefonicky na 733 119 119.



Foto: Pixabay

# Nemoc je náš učitel

Každá nemoc či zranění nás léčí a učí. Zní vám to jako protimluv? Jako hloupost? Jako módní vlna celostní medicíny? Mně ne. Věřím, že tomu tak je. Pro zamyšlení uvádím dva příběhy o setkání člověka s nemocí.

**P**rvní příběh prožil Petr, který díky svému soustředění na sebe, své nepozornosti vůči okolí způsobil vážnou dopravní nehodu. Havárie vypadala hrozně. Naštěstí byl jediným zraněným on. Prošel si obdobím umělého spánku, rozsáhlými operacemi. Domů se vrátil po několika měsících na invalidním vozíku. Překonával bolest těla i bolest duše. Dlouhé hodiny samoty jej vyčerpávaly. Petr byl plně závislý na laskavé pomoci rodiny a přátel. Žil uzavřený v bytě, který nevyhovoval

val pohybu na vozíku. Nemohl jej bez pomoci druhé osoby opustit či vyjet na terasu. A právě tehdy pochopil, jak bohatý byl jeho život před nehodou. Jak marnotratně s ním nakládal, považoval vše kolem sebe za automatické a snadno dosažitelné. UVědomil si, jak komplikovaný a omezený je život na vozíku. Styděl se, že dříve nad vozíčkáři ohrnoval nos a jejich požadavky považoval za smyšlené.

Tělesná zranění vzala Petrovi svobodný pohyb, ale lékaři mu vrátili naději, že bude opět chodit. Jeho touha postavit se na nohy se proměnila ve víru. Petr se stal nakonec vítězem. Nejdříve se naučil chodit o berlíka a později i bez nich. Dnes si Petr váží každého krůčku, raduje se z každého rána a je si vědom, co vše díky nehodě dokázal a co nového našel. Má rád lidi, je rád v družném kruhu rodiny a přátel. Vnímá jejich potřeby a je připravený jim dle svých možností pomoci činem, radou



i účastí. Dnes již ví, že on je tu pro druhé a druzí pro něj.

Pro druhý příběh zalistujeme v knize mého života: Končil náročný májový týden. Měla jsem v sobě touhu sednout si na zahradu a popíjet citronádu. Pozorovat, jak se zpomaluje den a přichází vlídná květnová noc. Přála jsem si jen dýchat a čerpat energii z trávy, květin a zpěvu ptáků chystajících se ke spánku. Z rozjímání mne vyrušil manžel, když mi připomněl, že máme jít hrát volejbal. Nejdříve jsem se omluvila, že jsem příliš unavená. Byl neoblomný a dosáhl svého. Podlehla jsem jeho naléhání, sedla jsem na kolo a odjela s ním na hřiště. Na začátku se nás sešlo šest. Pak osm, deset. Konečně nás bylo jedenáct. Mohla jsem se rozloučit a vrátit domů. Kdo by ale odcházal před koncem hry?

Právě tehdy se na síti proti mně objevil obrovský hromotluk. Jeho velikost mne překvapila, takže jsem si neodpustila poznámku: „Doufám, že mi něco uděláš!“ Podání. Výskok. Jeho špičky bot v mém kotníku. Hra byla dohraná. Čekaly mne

dva měsíce v nechodící sádře a můj kotník potřeboval více než rok k úplnému uzdravení.

Mé zranění mi ukázalo, že dobře vnímám vlastních potřeby a mé pocity jsou správné. Avšak mám se jimi více řídit a mám se naučit říkat laskavé ne.

Každá nemoc léčí, to je pravda. Sama nemoc je lékem našich předsudků a chybných návyků. Nemoc potřebujeme. Nabádá nás uvolnit zabetonované strachy a postavit se jim. Odkrývá nám, co vše pro svůj spokojený a naplněný život můžeme sami vykonat. Nemoci nám ukazují, kam už jsme po své cestě životem došli. Zastavují nás a dávají nám příležitost rozhlédnout se a zamyslet se, kudy a kam vyrazíme dál.

Právě svobodná a vědomá rozhodnutí jsou opratěmi života v našich pažích. Můžeme se spokojeně usadit v sedle bujarého koně, poklidné klisny i rozvázné muly. Stáváme se hlavními hrdiny vlastního příběhu. Máme výsadu jej psát, měnit a být jeho hlavní superstar.

Přejí nám všem krásné léto.

Iva Kufr

INZERCE

**BRAUN**  
SHARING EXPERTISE



# CHLAPI, CHRAŇTE SVOJE ŽENY I SEBE!

Otestujte si ledviny on-line  
[www.ledvinova-kalkulacka.cz](http://www.ledvinova-kalkulacka.cz)

Světový den ledvin  
podporuje Petr Koukal,  
profesionální badmintonista  
a český olympionik

STK  PRO CHLAPY

[www.svetovyydenledvin.cz](http://www.svetovyydenledvin.cz)





# Kutná Hora není jenom „Barbora“

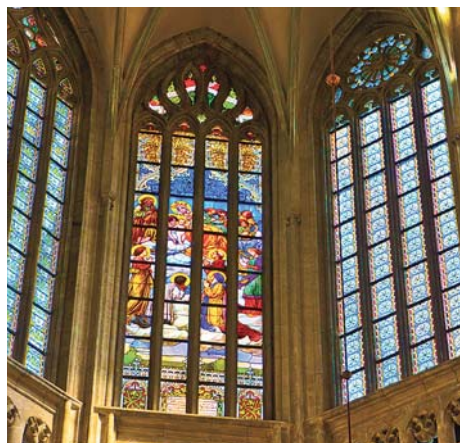
Brzy možná budete hledat turistické cíle na prázdninový čas – vždyť prázdniny tu budou cobydup. Posledně jsem vás pozvala do krásného Polabí, do města Kolína, který se stal mým novým domovem. Dnes bych vás ráda přivítala o něco západněji, ve známé a vyhledávané Kutné Hoře. Toto město zapsané na seznam památek UNESCO bylo dříve označováno za stříbrnou pokladnici Českého království. Historie Kutné Hory sahá až do 10. století a největšího rozmachu se dočkala ve století 13. až k počátku století 17. Objevíte zde poklady české historie, architektury i kultury. Samotná prohlídka Kutné Hory a okolí vám může zabrat i celý víkend.

**D**ominantou města je v gotickém slohu vystavěný chrám sv. Barbory, jehož stavba započala v roce 1388 a trvala celých 500 let. Na vybudování chrámu se podíleli významní stavitelé Matěj Rejsek z Prostějova, Benedikt Ried a další. Navštívit byste měli památný Vlašský dvůr, kde se razily mince z kutnohorské stříbrné rudy, dále jednu z nejvzácnějších gotických památek v Čechách, nově restaurovaný Kamenný dům; pokud budete cestovat s dětmi, nechte si ujít návštěvu stříbrného dolu na Hrádku či

domu Mikuláše Dačického, ve kterém je spousta interaktivní zábavy pro zvědavé potomky. Pro odvážné je ve sportovním areálu Klimeška na třech svazích vybudována bobová dráha, která je nejdelší v republice (1565 m) a druhá nejdelší v Evropě.

V centru města je pro vás otevřeno muzeum LEGA, které zaujme jak malé, tak i dospělé návštěvníky. Z kostiček jsou vystavené známé světové památky, ovšem můžete si postavit i svou vlastní stavbu. Fantazii se meze nekladou.





3x foto: Pixabay

V části Kutné Hory Sedlec stojí za návštěvu hřbitovní kostel s kostnicí, kde je k vidění ojedinělá výzdoba uspořádaná ze třiceti tisíc koster.

Za krásného počasí je dobré si vyjet na vrch Kaňk, kde můžete navštívit restauraci Havířská Bouda, a dát si chutné jídlo. Po dobrém obědě bych doporučila kávu nebo pohár na stejnojmenné rozhledně, ze které je vidět celé město jako na dlani. A nebojte se schodů, na rozhlednu vás vyveze výtah.

Za další perlou Kutnohorska vyrazíme směrem na Nové Dvory, odtud je to zhruba 8 km na empírový zámek Kačina, který dříve patřil rodině Chotků. Na zámku můžeme vidět interiéry s původním zařízením, zámeckou knihovnu se 40 tisíci svazky, zámecké divadlo

i velmi zajímavé Zemědělské muzeum. Na hravě čeká interaktivní prohlídka s místním zámeckým strašidlem – duchem Rudlou. K zámku přiléhá rozsáhlý anglický park s naučnou stezkou s 23 zastaveními.

Od zámku se vydáme směrem na Žehušice, kde se ve velké oboře prochází více než stovka vzácných bílých jelenů a s nimi i stádo černé mutace daňky skvrnitěho. Žehušická obora je oplocená, přesto je možné si ji prohlédnout. Stačí se dostavit v 10 hodin dopoledne k bráně a pak se vydat po vyznačeném okruhu na zhruba hodinovou procházku.

Jestli jsem vás na Kutnohorsko nalákala, přeji krásný výlet

**Věra Šťastná**



Foto: Národní zemědělské muzeum



# Tunisko je znovu dobře dostupné pro dialyzované pacienty

3x foto: www.hotelbyzance.website



**J**ak víte, v minulosti byly pobyty pro dialyzované v Tunisku využívány řadou pacientů, potom ale nastala odmlka, protože pojišťovny přestaly dialýzu v Tunisku proplácet. Po mnoha jednáních se nakonec vše obrací k lepšímu a od února letošního roku by již mělo být opět možné mít dialýzu v Tunisku hrazenou zdravotní pojišťovnou. Ale pozor! Je po-

třeba se s konkrétní pojišťovnou vždy dopředu domluvit. Přinášíme vám nabídku u pobytů, které organizuje cestovní agentura paní Milady Horákové, která je sama dialyzovaná a s pobyty a dialýzou v Tunisku má letité zkušenosti. Navíc Nabeul, kde se Hotel Byzance nachází, je jedno z nejbezpečnějších turistických letovišek v Tunisku.

## Rekondiční a rehabilitační pobyt u moře pro dialyzované a transplantované pacienty

**Hotel Byzance Nabeul\*\*\*** má vlastní pláž, terasu s bazénem, restauraci, pizzerii, Maurskou kavárnu, halu a lobby bar a mnoho relaxačního a sportovního vyzítí.

|                           | dialyzovaní a transplantovaní | rodinní příslušníci | děti do 12 let   |
|---------------------------|-------------------------------|---------------------|------------------|
| <b>28. 9.–5. 10. 2018</b> | <b>10 900 Kč</b>              | <b>11 400 Kč</b>    | <b>10 400 Kč</b> |
| <b>28. 9.–9. 10. 2018</b> | <b>12 412 Kč</b>              | <b>12 970 Kč</b>    | <b>11 128 Kč</b> |

Cena za osobu s polopenzí. Příplatek za jednolůžkový pokoj +2100 Kč. Cena zahrnuje cvičení v bazénu pod vedením fyzioterapeuta p. Peška. Nezahrnuje masáže a rehabilitace na místě (po dohodě).

Cena za 1 dialýzu je 150 €, placeno přímo v Hammametu.

**Dialýza:** Centre Touristique de Dialyse Hammamet Nabeul, e-mail: dialysis.hammamet@gnet.tn.

Cena zájezdu obsahuje: letenku Praha – Monastir (Tunis) – Praha od CK Exim tours, transfer z letiště do hotelu a zpět na letiště Monastir od CK Exim tours, ubytování s polopenzí v hotelu Byzance Nabeul\*\*\*, odvoz na dialýzu a zpátky (dialýzu vykořisťujeme), tlumočnicka a doprovod na dialýze, francouzsky mluvící průvodce, celou cenu za dialýzu proplatí pojišťovna. Pojišťovnu je nutné předem o proplacení požádat. Cena zájezdu neobsahuje: zdravotní pojištění.

**Pobyty pořádá:** FERTOOUR travel agency Prague, Milada Horáková, tel.: 602 379 415, e-mail: milada@fertour-prague.com

# Osmisměrka o ceny

Vyluštěte osmisměrku a získejte magnetickou deskovou hru pro jednoho hráče **Myší království** od firmy Mindok.

Tajenku osmisměrky nám zašlete **do 30. července 2018** poštou na adresu redakce nebo e-mailem na [stezen@spoldat.cz](mailto:stezen@spoldat.cz), jako předmět uveďte slovo „tajenka“.

**Na cestě leží Indián s uchem na asfaltu a trhaně říká:**

„Je to modrá Mazda, hliníkové disky, černé nárazníky, rychlost 90 kilometrů v hodině, opilý řidič...“

**Lidé se seběhnou okolo něj a nevěřícně kroutí hlavou: „To všechno slyšíte?“**

„(dokončení v tajence)“



AFRIKA, BARBET, DENNÍ, DIÁŘE, FRAKY, GLÓBUS, GRÓNSKO, JELEN, KAMIL, KATAN, KLONY, KOMÁR, KOPCE, KORELA, LÁZNĚ, LINKY, MANDL, MEDVĚD, MEXIKO, MRKEV, NANDU, NEPÁL, NITRA, NOČNÍ, ODJEZDY, OPIÁT, OSCAR, OXYGEN, PÁSMO, PLÁST, PRASE, RUKSÁKY, SMALT, SVINĚ, ŠROUB, ŠTIKA, TERIÉR, TĚŠÍN, ÚDĚLY, ÚKLID, VÝŠKOV, ZBRAŇ, ZRNIT

## Výherce z minulého čísla:

Knižku od nakladatelství Portál získává **Jana Krestová ze Šternberka**. Gratulujeme.

**BEZPLATNÁ DOVOLENÁ  
NA SICÍLI (ITÁLIE) PRO  
HEMODIALYZOVANÉ PACIENTY**

STŘEDISKO  
**DIALISI MUCARIA**



PRODLOUŽENO NA ROK  
**2018**

**SICÍLIE VÁS OČEKÁVÁ!**

**Platba za dialyzační léčbu evropským průkazem zdravotního pojištění EHIC.**

**1**

**TÝDENNÍ  
DOVOLENÁ**

**UBYTOVÁNÍ  
ZDARMA\***

**2-4**

**TÝDENNÍ  
DOVOLENÁ**

**UBYTOVÁNÍ  
A LETENKA  
ZDARMA\***

**1-4**

**MĚSÍČNÍ  
POBYT**

**UBYTOVÁNÍ  
A LETENKA  
ZDARMA PRO  
PACIENTA A  
JEDNOHO  
PRŮVODCE**

Zavolejte a dozvíte se podrobnosti  
o nabídce **BEZPLATNÉ** dovolené!  
**Sicílie Vás očekává!**

**SILVIA SRAMEK**

**☎ 0039.339.149.3100**

**☎ 0039.0923.836.440**

nebo pište na

**info@dialisimucaria.it**

**www.dialisimucaria.it/cz**

\*Nabídky platí od 01/10/2017 do 31/12/2018. Do vyčerpání volných míst. Nabídky zahrnují výhradně pobyty v apartmánech a proplacení zpáteční letenky do výše maximálně € 100,00 v období a nabídce, na kterou se vztahují. Případný společník platí za pobyt € 10,00 v měsících Leden, Únor, Listopad a Prosinec 2018; € 15,00 v měsících Březen, Duben a Říjen 2018; € 20,00 v měsících Květen a Červen; € 30,00 v měsících Červenec, Srpen a Září 2018. V nabídce od 1 do 4 měsíců společník platí za pobyt € 15,00 v měsících Červenec, Srpen a Září. Děti do 5 let jsou gratis. Veškeré ostatní služby, včetně těch, které nejsou výslovně zahrnuté v nabídce, se považují za extra.

**Lékaři specialisti v oboru nefrologie a kvalifikovaný zdravotní personál;**  
**Umělé ledviny Fresenius 5008;**  
**vícejazyčný personál (anglicky a německy, španělsky; nizozemsky, rusky, česky, slovensky);**  
**Bezplatný převoz z a do dialyzačního střediska;**  
**Během dialýzy, možnost snídaně nebo něčeho k zakousnutí odpoledne.**

**Hemodialyzační střediska dr. Mucaria:**  
**Viale Europa 23 - 91019 - Valderice (TP - Itálie)**  
**Tel. +39 0923 836440 - Fax +39 0923 833333**