

39
2013

PARKINSON
společnost o.s.

PARKINSON

Časopis SPOLEČNOSTI PARKINSON, o.s.

Tvář Společnosti Parkinson: prof. MUDr. Martin Bareš, Ph.D.



Toto číslo je věnováno tématu: **REKONDICE 2013**

Móda a fotografie

Zveme Vás na charitativní setkání a
přehlídku modelů i s Andreou Verešovou,
křtem kalendáře s fotografiemi modelů a
hlavně s jejich dražbou.

HRAD HOUSKA
8.6.2013 v 15 hodin





PARKINSON číslo 39/2013

Duben 2013

Vydává Společnost Parkinson, o.s.

IČO 604 58 887

Registrováno pod číslem

MK ČR E 7888

ISSN1 1212-0189

Vychází v dubnu 2013

Výtisk je neprodejný

Redakce:

Jana Večlová

Irena Bednářová

Zdislava Erbanová

Redakční rada:

prof. MUDr. P. Kaňovský, CSc.

prof. MUDr. I. Rektor, CSc., FCMA

prof. MUDr. I. Rektorová, Ph.D.

prof. MUDr. J. Roth, CSc.

prof. MUDr. E. Růžicka, DrSc., FCMA

Ing. P. Kneř

J. Večlová

Bankovní spojení:

GE MONEY BANK, Praha,

číslo účtu: 1766806504/0600

Adresa Společnosti Parkinson, o.s.

Volyňská 20, 100 00 Praha 10

tel.: 272 739 222,

e-mail:

kancelar@spolecnost-parkinson.cz

Redakce časopisu:

Jana Večlová

casopis@spolecnost-parkinson.cz

774 443 562

Grafika, pre-press:

Vladimír Vyskočil - KORŠACH

Tisk:

Rodomax, s.r.o.

Náklad časopisu a jeho distribuce jsou hrazeny hlavním partnerem firmou NOVARTIS. Bez výslovného souhlasu vydavatele nelze uveřejňovat žádnou formou obsah časopisu, ani jednotlivé články.

ÚVODNÍK	2
----------------	----------

SLOVO PŘEDSEDY	3
-----------------------	----------

ZPRÁVA Z VALNÉ HROMADY PARKINSON O.S.	4
--	----------

CO VŠE SE UDÁLO	6
------------------------	----------

Nový klub v Rožnově p. Radhoštěm	6
----------------------------------	---

Nový Jičín poskytl prostředky na cvičení parkinsoniků	6
---	---

Domov Borová	7
--------------	---

Předvánoční vernisáž fotografií v Olomouci	7
--	---

Seminář ZO Pardubické krajské nemocnice	9
---	---

Prezentační letáky Společnosti Parkinson do všech neurologických center	11
---	----

Navázali jsme přátelství se Slovinskou organizací	11
---	----

Parkinsonici ze Saska nám nabídli spolupráci	11
--	----

TVŘ SPOLČNOSTI	12
-----------------------	-----------

Curriculum vitae Prof. MUDr. Martin Bareš, Ph.D.	12
--	----

TENTOKRÁT NA TÉMA: POZDNÍ HYBNÉ KOMPLIKACE PN PŘEHLED	16
--	-----------

Prof. MUDr. Martin Bareš, Ph.D.	16
---------------------------------	----

ZAJÍMAVOSTI	18
--------------------	-----------

Centrum pro diagnostiku a léčbu neurodegenerativních onemocnění	18
---	----

REKONDIČNÍ POBYTY	20
--------------------------	-----------

Štikov I	20
----------	----

Štikov II	20
-----------	----

Hotel Bílá Strž původně Pod Ostrým	20
------------------------------------	----

Pastviny	21
----------	----

Staré Město pod Sněžníkem	21
---------------------------	----

Jelenovská Valašské Klobouky	22
------------------------------	----

Wellness pobyty v hotelu Mas v Sezimově Ústí	23
--	----

Turnusy a pobyty v Rekreačním středisku „Rybitwa“ v Polsku	24
--	----

KLUBY	26
--------------	-----------

OSOBNOST MEZI NÁMI ANNA KOLEKOVÁ	30
---	-----------

PŘIPRAVUJEME PRO VÁS	33
-----------------------------	-----------

16. Světový den parkinsonovy nemoci	33
-------------------------------------	----

Pozvánka do Brna na Špilberk	34
------------------------------	----

Pozvánka do Olomouce na Svatý kopeček	35
---------------------------------------	----

Móda a fotografie, aneb když tvoří parkinsonik	36
--	----

POZVÁNKY	38
-----------------	-----------

Vladař – svědek dávné minulosti a místo úchvatné přírody	38
--	----

12. ročník výstavy Senior – Handicap: aktivní život	39
---	----

Šikovné ruce našich seniorů	39
-----------------------------	----

PŘÍBĚH	40
---------------	-----------

SLOVENSKÍ PARKINSONICI	42
-------------------------------	-----------

Parkinson, parkinsonici, Parkinsonova choroba, parkinsoniáda...	42
---	----

Pozvanie	44
----------	----

Druhé pozvanie	44
----------------	----



Milí čtenáři,

vstupujeme tímto číslem již do 17. ročníku vydávání časopisu Parkinson a to už je docela slušná historie. Za tu dobu prošel časopis určitým vývojem. V roce 1997 to byla paní profesorka Irena Rektorová, která měla tehdy nelehký úkol, časopis uvést do života. MUDr. Ludmila Čapková toto pomyslné „redaktorské veslo“ převzala v roce 2007 a neméně přispěla k jeho kvalitní podobě. Nelze opomenout ani záslužnou redakční práci Pavla Mičulky, který tvorbě časopisu věnoval nejen svoji pečlivost, ale také kus zdraví. Já osobně se podílím na práci kolem časopisu již osmý rok. První roky jsem pomáhala s korekturami a ty poslední jsem už časopis zpracovávala kompletně celý. Myslím, že to bylo dostatečné a že je teď ta pravá chvíle, abych časopis předala někomu jinému. Změna redaktora časopisu určitě prospěje, aby nezevšedněl, aby dostal nový impuls a byl pro vás ještě více zajímavější a přitažlivější.



Ale teď se vraťme k tomu, co na Vás čeká v tomto čísle. Garantem je **prof. MUDr. Martin Bareš, Ph.D.** z 1. Neurologické kliniky LF MU FN u sv. Anny v Brně. Ve svém příspěvku se zaměřuje na téma „**Pozdních hybných komplikací u Parkinsonovy nemoci**“.

To nejdůležitější jsem si nechala na konec „**16. Světový den Parkinsonovy nemoci**“ a vše co s tím souvi-

sí. Najdete zde veškeré akce, které plánujeme v centrále v Praze a také v rámci regionálních klubů. Jako organizátorka „řípského“ výstupu bych Vás ráda co nejsrdečněji pozvala právě sem, ale chápu, že nemoc a vzdálenost jsou pro řadu z vás limitující. V časopise najdete i další pozvánky a máte možnost si vybrat.

Užijte si krásné jarní dny a moc bych si přála, aby vám byl časopis nadále dobrým společníkem a zdrojem kvalitních informací.

Jana Věškrá

Jak přispět Společnosti Parkinson, o.s.

Vážení příznivci,

členství v naší Společnosti je bezplatné a její finanční chod je zajišťován dotacemi státu, několika hlavními sponzory, ale také nikoliv bezvýznamnou částkou darovanou mnoha drobnými dárci.

Poukázání daru je možné:

1) poštovní poukázkou typu A

konstantní symbol **0379**

2) bankovním převodem, který upřednostňujeme

konstantní symbol **0378**

Údaje pro vyplnění: Bank. účet: GE Money Bank Praha,
č. ú. **1766806504/0600**; Variabilní symbol (VS) viz kontakty, strana 48.
Adresa: 100 00 Praha 10, Volyňská 20.

Zaslání potvrzení o daru či případně darovací smlouvu s vámi rádi projednáme na tel. čísle **272 739 222**, eventuálně e-mailem: **kancelar@spolecnost-parkinson.cz**.

Za každý příspěvek upřímně děkujeme.

Společnost Parkinson, o.s., IČO 604 58 887

Veřejná sbírka Společnosti Parkinson, o.s.

Číslo sbírkového účtu SP: 2600246476/2010

Fio banka, a.s., V Celnici 1028/10, Praha 1

Za všechny ochotné dárcce a lidi, kteří nás podporují v této nelehké práci, jsme skutečně velmi vděční a děkujeme.

Společnost Parkinson, o.s., IČO 604 58 887



Vážení čtenáři, počasí posledních dnů naznačuje, že již odchází zima. Delší a světlejší dny nám vlévají optimismus, radost a naději, a to nejenom z přicházejícího jara. Nový výbor, zvolený na únorové valné hromadě, je pro naši společnost také nadějí. Měl by podobně jako měnící se počasí, přinášet optimismus, usilovat o další rozvoj naší společnosti a tím přinášet vám všem radost.



Jindřich Kahoun

Jako člen výboru budu usilovat, aby se nám a celé společnosti dařilo lépe a také, abychom našli společná témata spolupráce a vytvořili dobrý tým.

Pravděpodobně již někteří víte, že jsem byl výborem zvolen na pozici předsedy společnosti. Chci vám všem poděkovat za důvěru, kterou do mě vkládáte a ujistit vás, že udělám vše, co bude v mých silách a schopnostech, abychom byli v naplňování našich záměrů úspěšnější a abychom získali jako společnost větší prestiž a známost v naší zemi.

Jako nejdůležitější pro dobrou spolupráci a následně dobré výsledky považuji osobní vztahy a důvěru. Mám zkušenost, že výsledky jakéhokoliv týmu jsou z velké většiny závislé na

dobrých vztazích mezi kolegy a partnery a jsou mnohdy důležitější než odborné znalosti. Je to prosté. Existují-li dobré vztahy, existuje i důvěra ke kolegům, partnerům, ale i důvěra v sebe sama a to je nezbytný základ pro jakékoliv konání. Informace a znalosti jsou všude kolem nás. A pokud náhodou nemáme mezi sebou odborníka, můžeme jej získat pro spolupráci nebo se můžeme poučit ze zkušeností ji-

ných podobných neziskových organizací. Ale dobré vztahy se nedají snadno získat, ty si musíme vybudovat, podobně jako to říkala liška malému princovi v knize autora Antoine de Saint-Exupéry.

Věřím, že kolem nás je mnoho znalých a zkušených lidí, kteří nám mohou pomoci, ale budou ochotni pouze v případě, že pro ně budeme jako společnost seriózním a důstojným partnerem, který ví jaké má cíle, jaké má vize a poslání a také prokáže vlastními činy, že to vše co koná, koná s odhodláním, nadšením a vírou v lepší budoucnost.

Přeji vám všem krásné jaro!

Jindřich Kahoun

Předseda společnosti Parkinson o.s.

Vážení čtenáři, čas plyne jako voda a uplynulé období mezi Valnými hromadami, kdy jsem byl pověřen řízením výboru Společnosti, je za námi a mně nezbývá, než ohlédnout se zpět, vzpomenout na události, které jsou významné.

Především to bylo pokračování mediálního zviditelňování problematiky parkinsoniků, Parkinsonovy choroby a jejich projevů. Cílem kampaně byly návštěvy politiků a vládních činitelů, aby si uvědomili existenci téměř 20 000 parkinsoniků v naší zemi a aby respektovali jejich oprávněné požadavky.

Další činností, kterou musím vzpomenout, bylo oslovení většího množství sponzorů a nadací než v předchozím roce, abychom zastavili sestupný trend výše rozpočtu a zvýšili možnosti finančního pokrytí akcí organizovaných jak Společností, tak i jednotlivými kluby.

K 1. 1. 2014, kdy vejde v platnost nový Občanský zákoník, nás čekají změny v začlenění Společnosti mezi Spolky. Zároveň budou muset rozhodnout i kluby, kam se začlení. Rozhodně si každý klub musí zřídit vlastní konto v bance a potom požádat o přidělení právní subjektivity. Všem 21 klubům (v loňském roce byl ustaven nový klub v Rožnově pod Radhoštěm) nabízíme i nadále působení v rámci regionu. Změny se musí projevit v Organizačním řádu a ve Stanovách, které budou všem klubům předloženy k připomínkám a v květnu budou projednány na Valné hromadě.

Nově zvolenému výboru přeji úspěšné zvládnutí všech úkolů v plánu, všem pak přeji Slunce v duši.

Václav Fiedler

Ve dnech 22.–24. 2. 2013 se konala ve Zderazi u Skutče Valná hromada Společnosti Parkinson o.s.

Již od pátku se sjížděli účastníci do hotelu Renospond ve Zderazi u Skutče a řadě z nich zne-
příjemnily cestu přívaly sněhu.



V sobotu v 9 hodin zahájil jednání VH předseda společnosti Václav Fiedler, přivítal zástupce regionálních klubů, hosty z Moravy, v čele s předsedou sdružení Slovácka, panem Janem Škrkalem, ze Slovenska, zakladatelku Slovenského Parkinson sdružení, paní Zuzanu Michálkovou, jako čestného hosta, paní Kánskou, dále přivítal novou předsedkyni klubu Rožnov pod Radhoštěm paní Vladimíru Svobodovou. Poté zazněla Hymna parkinsoníků a předseda vyzval přítomné k uctění památky minutou ticha těch, kteří nás v tomto roce opustili.

Následovala nezbytná opatření pro zdárný průběh Valné hromady. Po oba dny moderovala Valnou hromadu paní dr. Ivana Plechatá. Mezi hlavní body sobotního programu patřila Zpráva o činnosti – předsedy Václava Fiedlera,

Strategický plán – dr. Plechaté a odpolední část byla věnována hospodaření a rozpočtu. V neděli dopoledne se volil výbor SP.

Do výboru byli zvoleni:

Ing. Jindřich Kahoun	19
Jana Večlová	19
Vladimíra Svobodová	18
Jan Svoboda	17
Václav Fiedler	14
Mgr. Pavel Štroner	13
Ing. Václav Veselý	13

Do kontrolní komise byli zvoleni:

Čestmír Čermák	19
Ing. B. Šindelářová	19
Lumír Pospíšil	10

Na závěr Valné hromady bylo přijato toto usnesení:

Usnesení Valné hromady Společnosti Parkinson, o. s.

Místo konání:

hotel Renospond, Zderaz u Skutče

Datum konání:

22.–24. 2. 2013

Valná hromada volí:

Mandátovou komisi ve složení:

Žert, Škarvanová, Koleková

Návrhovou komisi ve složení:

MUDr. Ludmila Čapkova, Mgr. Eva Vernerová,
Ing. Zdenka Kymlová

Volební komisi ve složení:

Durďák, Varmužková, Šindelářová

Valná hromada schvaluje:

1. Program jednání
2. Jednací a volební řád
3. Výsledky voleb do výboru Společnosti Parkinson, o. s. Byli zvoleni: Fiedler Václav, Ka-

houn Jindřich, Večlová Jana, Veselý Václav, Svobodová Vladka, Svoboda Jan, Štroner Pavel

4. Výsledky voleb do Kontrolní komise: Šindelářová Bohumila, Pospíšil Lumír. Čermák Čestmír
5. Usnesení VH Společnosti Parkinson, o. s.

Valná hromada bere na vědomí:

1. Zprávu o činnosti předsedy Společnosti Parkinson, o. s. Václava Fiedlera za rok 2012
2. Zprávu o mediální prezentaci SP a časopisu Parkinson Jany Večlové
3. Omluvu předsedkyně Kontrolní komise Ing. Bohumily Šindelářové, že zprávu o hospodaření za rok 2012 nemůže předložit, protože účetnictví za rok 2012 nebylo dosud uzavřeno.
4. Plán akcí na rok 2013.
5. Rozpočet na rok 2013

Valná hromada ukládá:

Výboru Společnosti Parkinson, o. s.

1. Uspořádání Valné hromady
 - v termínu květen přísl. kalendářního roku z důvodu účetní uzávěrky hospodaření SP do konce března a dubnovým oslavám Světového dne PN
 - místo konání VH volit promyšleně s ohledem na vlakovou dostupnost
 - pečlivě volit vlastní objekt z hlediska bezbariérovosti a vlastního sociálního zařízení
 - v objektu je třeba zajistit vhodnou místnost k jednání – dostatečně prostornou, s možností sedět u stolů k pohodlnému zapisování
 - zajistit na VH účast zaměstnanců kanceláře
 - účastníkům VH doručit materiály k VH v elektronické podobě 1 měsíc před jejím konáním a na vlastní jednání v písemné formě

2. Zajistit audit vnitřních směrnic, prověřit jejich platnost a aktuálnost.

- zpracovat Organizační řád pro SP, který bude obsahovat pravidla komunikace výboru SP a kanceláře s Klubu
- zpracovat vnitřní ekonomická pravidla, koloběh finančních dokladů (podmínkou proplacení je parafování a schválení dokladů předsedou SP), poznámka: nebylo splněno z Usnesení z r. 2011, 2012, ve kterých byla tato záležitost opakovaně vyžadována

3. Vytvoření pravidel pro zřizování samostatných bankovních účtů Klubů bez vlastního IČO, aby i nadále zůstaly organizační jednotkou SP po konzultaci s právníkem eventuálně v návaznosti na nový Občanský zákoník.

Ze zprávy o činnosti SP za rok 2012 vyjmout: Projekt brněnského Klubu s cílem dosažení právní subjektivity.

4. Stanovit jasná pravidla ze strany SP pro financování provozních nákladů Klubů.
5. Pověřit člena výboru zodpovědného za do držování vnitřních směrnic a pravidel hospodaření jak ze strany výboru a kanceláře SP tak ze strany Klubů
6. Ukládá správci webu SP, aby uveřejnil informaci o funkční rehabilitaci pro parkinsoniky V Domově seniorů Háje, příp. dalších.
7. Zaslat Klubům veškeré dokumenty předložené Valné hromadě do 1. 3. 2013.

Kontrolní komisi Společnosti Parkinson, o. s.

1. Předložení Zprávy o hospodaření SP a jednotlivých Klubů za rok 2012 do 31. 3. 2013 výboru SP a Klubům.

*Ve Zderazi 24. 2. 2013
MUDr. Ludmila Čapková
Mgr. Eva Vernerová
Ing. Zdenka Kymlová*

Tímto byla Valná hromada Společnosti Parkinson ukončena.

J.V.

Nový klub v Rožnově p. Radhoštěm

Dne 28. listopadu 2012 se konala ustavující schůze klubu v Rožnově pod Radhoštěm. Iniciátorem byla paní Vladimíra Svobodová, která se myšlenkou založit zde klub, zabývala již delší dobu. Její manžel Jan je parkinsonik a nejbližší kluby pro tuto oblast jsou až ve Zlíně, v Ostravě nebo v Olomouci.

Schůzky se zúčastnilo sedm parkinsoniků, dvanáct sympatizantů a tři hosté. Za Městský úřad pan Alois Vychodil, za klub Ostrava předsedkyně Jarmila Slivečková a za Společnost Parkinson o.s., člen výboru Čestmír Čermák.

Po zahájení zazněla Hymna parkinsoniků a slova se ujal místostarosta pan Vychodil, který velmi ocenil úsilí paní Svobodové a její snahu založit v Rožnově pod Radhoštěm klub, kde by se mohli scházet nemocní trpící Parkinsonovou chorobou. Jako zástupce městského úřadu přislíbil podporu a pomoc při získávání grantů. Poté paní Slivečková seznámila přítomné s činností ostravského klubu a zástupce Společnosti pan Čermák informoval přítomné o struktuře sdružení a předal svoje zkušenosti s nemocí. Zdůraznil, že není třeba se za nemoc stydět a že je důležité zůstat aktivní, zúčastňovat se společných akcí nejen v rámci klubu, ale také celé Společnosti Parkinson.

Na závěr vystoupil dívčí pěvecký sbor.

Čestmír Čermák

Nový Jičín poskytl prostředky na cvičení parkinsoniků

Již od 21. 10. 2009 cvičí, vždy ve středu, mezi 15. a 16. hodinou skupina parkinsoniků v Novém Jičíně, ve SVČ Fokus,



pod vedením fyzioterapeutky Lenky Hrachovcové.

Cvičení zde bylo zavedeno z důvodu vzdáleného dojíždění do míst Klubů provozujících skupinové cvičení parkinsoniků. Nový Jičín leží zhruba uprostřed mezi Ostravou, Olomoucí a Zlínem.

Dává tedy možnost těm, kteří to sem mají blíž, než do uvedených měst (v době zahájení ještě neexistoval Klub Rožnov pod Radhoštěm). Cvičení nám do konce roku 2012 hradila Společnost Parkinson ze svých prostředků, na podzim loňského roku jsme požádali o příspěvek na cvičení ve formě grantu města. Počátkem letošního roku byl náš požadavek odsouhlasen, zbý-



vá jej jen řádně a efektivně vyčerpat. Poohlédnout se po možných cvičencích, také v zařízeních města pro seniory, což přislíbila pracovnice sociálního odboru města. Do cvičení docházel také jeden pacient s roztroušenou sklerózou.

Tímto jménem cvičenců i Společnosti děkujeme za podporu cvičení městu Novému Jičínu.

M. Zelenka

Domov Borová

Markéta Fišerová se stala patronkou nově postaveného Domova Borová, který je nejen seniorským domovem, ale i místem, kde naleznou bydlení, klid a potřebnou péči jakkoliv handicapovaní lidé každého věku.



Svou ženu přišel na slavnostní otevření domova podpořit i Marek Eben a další osobnosti, například dlouholetí občané Prahy 5 Nina Divíšková a Jan Kačer. Po skončení oficiálního programu se, stejně jako ostatní hosté, nechali provést majitelkou domova Barbarou Kovačkovou po prostorách domova.

„S nadšením jsme přivítali zprávu o Domově Borová, kam si senioři mohou vzít i své zvířecí protějšky. Záměrně říkáme protějšky, protože kdo měl někdy psa nebo kočku, dobře ví, že loučení s takovým členem rodiny může být stejně bolestné a těžko představitelné, jako loučení s milovaným člověkem. Pro celou řadu seniorů je tedy představa, že by se měli přestěhovat někam, kam s nimi jejich čtyřnozí přátelé nebudou moci jít, nepředstavitelná. Pes není

jen zdroj potěšení, je to i plnohodnotný terapeut, který našim potřebám často rozumí lépe, než naši nejbližší,“ říká Marek Eben, který si sám nedovede život bez svého psa představit.

„Mně to přijde úplně úžasné, takže gratuluji a těším se, že se tu všem bude dařit,“ nechala se slyšet Nina Divíšková. „Je to zázrak a zázraky se mají podporovat. Domovu Borová přeji plno štěstí,“ popřál Jan Kačer.

Domov, který poskytuje bydlení pro 67 klientů, se nachází v obci Trnová, 20 kilometrů od Prahy. Celý areál je bezbariérový a tudíž se zde mohou pohybovat jak lidé staří, tak zdravotně znevýhodnění. Pokoje jsou navrženy tak, aby se v nich každý cítil jako doma. Své místo v Borové naleznou osamělí jedinci a manželé i dlouhodobě nemocní.

Ing. Jiřina Řezanková

Předvánoční vernisáž fotografií v Olomouci

„Svět objektivem parkinsonika“, i tak by se dala nazvat stálá výstava fotografií pana Radka Frýsy, která se nachází v prostorách Neurologické kliniky Lékařské fakulty Univerzity Palackého a Fakultní nemocnice v Olomouci, a která rozhodně stojí za zhlédnutí. Vznikla díky spolupráci Společnosti Parkinson Klubu Olomouc s Projektem pomoci parkinsonikům o.s., a za finanční podpory společnosti Medtronic Czechia s.r.o.

Slavnostní vernisáže, konané 19. prosince loňského roku, se zúčastnili v hojném počtu nejenom samotní členové Klubu Parkinson





Olomouc, ale i další sympatizanti z řad zdravotníků, pedagogů i širší veřejnosti. Mezi významné hosty se řadili především doc. MUDr. Roman Havlík, Ph.D., ředitel FN Olomouc, prof. RNDr. Hana Kolářová, CSc., proděkanka



pro studium Všeobecného lékařství LF UP Olomouc a prof. MUDr. Petr Kaňovský, CSc., přednosta Neurologické kliniky LF UP a FN Olomouc, který se ujal úvodního slova a přivítal všechny zúčastněné.

Následovala společná prohlídka expozic fotografií pořízených jak na dalekých cestách, tak i v malebných, časem zapomenutých místech, či v romantických zákoutích naší krásné přírody. Každý snímek je svým způsobem jinak poutavý a pozorný návštěvník má možnost sledovat, jak moc Radek Frýsa miluje krásy a zvláštnosti tohoto světa, jak miluje lidi kolem sebe, a s jakým citem zvětčuje neobvyklé detaily, které oči ostatních mnohdy nemusí vůbec vnímat.

Vernisáž fotografií, v onen předvánoční den, pokračovala pro členy Klubu Parkinson doprovodným programem, který připravili lékaři Centra pro diagnostiku a léčbu neurodegenerativních onemocnění při FN Olomouc. Prim. MUDr. Pavel Otruba, MBA a odb. as. MUDr. Kateřina Menšíková prezentovali přednášky na společné téma „Parkinsonova nemoc na Neurologické klinice LF UP a FN Olomouc v roce 2012“. Pozornost přitom zaměřili zejména na oblast léčby duodopou, apomorfinem a metodou hluboké mozkové stimulace. Prim. Otruba přítomným přiblížil unikátní operační přístup, který v ČR, ale i ve východní Evropě, jako zatím jediní, zavedli a začali používat neurochirurgové ve FN Olomouc. Při použití hluboké mozkové stimulace pacienti neupevňují na hlavu nepříjemně stahující titanový rám, ale nahrazují jej pouze několika drobnými šrouby,



které zavádějí v místě znečitlivění do lebeční kosti. Pro pacienta je tato metoda šetrnější a operace i její příprava se zvládne v mnohem kratším čase.

Péče o parkinsoniky ze strany lékařů, především neurologů, patří společně s fyzioterapií, psychoterapií, ergoterapií či logopedií do léčebné rehabilitace, která zároveň s rehabilitací pedagogickou, sociální a pracovní, tvoří komplexní péči pro osoby se zdravotním postižením. Některé konkrétní možnosti využívání komplexních služeb, a to především v oblasti pedagogické a sociální rehabilitace, přiblížila přednáška nazvaná „Komunitní péče o pacienty s Parkinsonovou nemocí v Olomouci“, prezentovaná Mgr. Hanou Hettychovou. U mnoha posluchačů toto téma vzbudilo námět k diskusi, přičemž dotazy se dotýkaly jednak oblasti expresivních terapií – hypoterapie, muzikoterapie a zooterapie, ale také využívání konkrétních sociálních služeb pro osoby se zdravotním postižením v olomouckém regionu.

Velkému ohlasu se těšila i volná beseda o fotografiích a víně s Radkem Frýsou a Markem Lípou z vinařství v Mikulově, který přijal pozvání a zájemce ochotně uvedl do tajů pěstování, výroby i degustace jihomoravského vína.

Pro hosty vernisáže byl připraven malý raut, a to díky finanční podpoře společnosti Glenmark Pharmaceuticals s.r.o.

H. Hettychová

Seminář ZO Pardubické krajské nemocnice

Dne 15. 1. 2013 uspořádala ZO Pardubické krajské nemocnice seminář zaštitěný naším odborovým svazem s názvem „Parkinsonova choroba“.

Obsahem semináře byly nové poznatky o této chorobě, způsoby léčení i života s touto nemocí. Velmi fundovaně, ale i s osobním zaujetím a nadšením vedl přednášku Dr. Dostál z Pardubické krajské nemocnice.

Hovořil o historii choroby, o tom, že Parkinsonova choroba je zapříčiněna nadměrnou ztrátou *nervových buněk*, produkujících v *mozku neurotransmitter dopamin*, látku, která regu-

luje činnost určité části mozku zvané *bazální ganglia*. Bazální ganglia se podílí především na regulaci hybnosti a nedostatek dopaminu způsobí tedy poruchy hybnosti: parkinsonské projevy a obtíže. Touto nemocí dnes u nás trpí přibližně 15 000 lidí, objevuje se dokonce u mladých lidí. Dopamin lze různými způsoby nahradit, přesto se v pokročilých fázích nemoci vyskytují vážné pohybové potíže, stav se během dne střídá.

Pacienti často mají problémy s komunikací, obtížnou artikulací, špatným psaním. Často bezvýrazný obličej a podivné pohyby budí zvláštní dojem, za „maskou“ se však skrývá inteligentní člověk. Pacientovým souputníkem může být *deprese*, ve stáří se přidávají další psychické potíže. Choroba zásadním způsobem ovlivňuje nejenom život postiženého, nýbrž i celé jeho rodiny, přátel, kolegů atd.

Přednášející hovořil o dědičnosti choroby, ale i o vlivu vnějších podmínek: Souvislost mezi *pesticidy* a Parkinsonovou chorobou ukázala studie *izraelských* vědců. Nu životní prostředí ... co si budeme povídat. Musíme napnout síly, aby se zlepšilo.

Trochu jsem přiblížila obsah velmi zajímavé a obsáhlé přednášky, jistě je dobré vědět, všichni máme v rodině nejen stárnoucí generaci a nemoc se rozšiřuje, ale co mne nejvíce potěšilo?

Naše ZO se rozhodla pozvat i členy Klubu Parkinson v Pardubicích. Bylo úžasné sledovat, jak jsou pozorní a jak děkují za uspořádání přednášky. A tak se podařilo spojit dobré vlastně dvakrát. Jednak poskytnout zdravotníkům nové informace o této chorobě, ale poskytnout je též přímo nemocným.

Chtěla bych tedy hodně poděkovat zástupkyni ZO paní Zdeně Válové za práci, kterou měla s naplánováním, organizací i samotným průběhem semináře, který, jak jsem již uvedla, splnil dvojitou funkci vzdělávání, pomoci i rady.

Moc bych si přála, aby všichni členové našeho svazu byli takto schopní, empatičtí a tím perfektně reprezentovali poslání našeho odborového svazu. Zástupkyně ZO plánuje další semináře a za to jí patří opětný dík.

Ivana Burešová

Pomáháme Vám

- **Společnost Parkinson o.s.**, je nezisková patientská organizace, která pomáhá lidem s Parkinsonovou nemocí a podporuje i jejich blízké.
- Vydává **časopis Parkinson**, stará se o komunitní život a prosazuje zájmy lidí s touto nemocí.
- Pomáháme Vám ve 21 regionálních klubech po celé ČR.

Jaké služby u nás najdete?

- Rekondiční pobyty, cvičení, logopedickou péči, odborné přednášky, vzájemná setkávání na společných akcích, informační servis.
- Pomoc odborníků z řad lékařů, psychologů a dalších.

Spolupracujeme

s **Domovem pro seniory Háje**, kde je nemocným Parkinsonovou chorobou k dispozici nejen Denní stacionář, ale také pobytová pečovatelská služba.

Kontakt: stacionar@dshaje.cz, tel. 271 198 593

Odlehčovací péči nabízíme i další dvě centra

Domov pro seniory Hortenzie v Bořanovicích

Kontakt: www.hortenzie.cz, tel. 283 981 100

Domov Borová v Trnově

Kontakt: info@domovborova.cz, tel. 313 104 040, 702 055 733

Výhledově také poradenství, které budeme zabezpečovat ve spolupráci s **Asociací Parkinson Help**.



Můžete nám pomoci radou, dobrovolnou prací i penězi

Společnost Parkinson o.s.,

adresa: Volyňská 20/933, 100 00 Praha 10, telefon: 272 739 222,

e-mail: kancelar@spolecnost-parkinson.cz, web: www.spolecnost-parkinson.cz,

IČO: 60458887, GE MONEY Bank, č. ú. 1766806504/0600



Tento projekt byl podpořen společností Glenmark Pharmaceuticals, s.r.o., které tímto děkujeme za vstřícnost a pochopení.

Prezentační letáky Společnosti Parkinson do všech neurologických center

Počátkem tohoto roku se nám podařilo ve spolupráci s firmou Glenmark s.r.o. realizovat projekt, který je zaměřený na lepší informovanost nově diagnostikovaných pacientů s Parkinsonovou chorobou o naší patientské organizaci a o pomoci, kterou nabízíme. Po dohodě s přednosty neurologických klinik v Motole, na Homolce, ve Střešovicích a Královských Vinohradech jsme v čekárnách těchto center zavěsili nosiče s informačními letáky. Oslovujeme i lékaře-neurology v rámci poliklinik a privátních ordinací a po dohodě s nimi letáky dáváme i na tato místa. Tato naše iniciativa má u odborných lékařů kladnou odezvu a podporu. Z důvodu nedostatku času, který mají lékaři na pacienty, není vždy možné nemocné PN informovat o naší Společnosti, a proto se tato forma prezentace jeví jako velmi přínosná.

J.V.

Navázali jsme přátelství se Slovinskou organizací

Díky nezdolné aktivitě a pracovitosti Svetozara Majce z Holic, člena PK Pardubice, jsme opět více otevření pro kontakty s přáteli za našimi hranicemi... Svetozar Majce, po otci Slovinci, několik let žijící ve Slovinsku a ovládající i po letech, kdy žije v Čechách, slovínštinu, navázal kontakt se slovinskou patientskou organizací stejného zaměření.

Od předsedkyně spolku Trepetlika – Cvetky Pavliny Likar dorazila odpověď. Citace z dopisu:

„Bylo by dobře, kdybychom s vámi navázali těsnější spolupráci. Spolupracujeme s rakous-

kým spolkem a prostřednictvím Lamije Muzurovič, která v něm pracuje, jsme se už poptávali po vašem spolku. Sama žije v Idriji, to je malé městečko, které se nedávno zařadilo mezi kulturní památky UNESCO kvůli už nyní uzavřeným dolům na rtuť. Očekávám, že budeme do budoucna spolupracovat a že se setkáme, když ne dříve, tak na podzim ve Varšavě.“

Parkinsonici ze Saska nám nabídli spolupráci

Parkinsonici ze Saska nám nabídli spolupráci a pozvali nás na návštěvu do sanatoria, které je jedno z dvanácti v Německu a které se specializuje na Parkinsonovu nemoc. Měli zde schůzi, na které se sešli předsedové saských spolků.

A tak v pátek 22. března, zrovna sněžilo a trochu mrzlo, jsem přistoupil do vlaku směr Drážďany, kde už z Prahy seděli Jana a Václav. Tři tvoří společnost, říká se, a tak žádný strach a nervozita. Teda ještě informace, že nás na nádraží bude čekat překladatel pan Müller, nám přinášelo klid. A čekal, ještě spolu s Martinem, co dělá pro svaz svépomoci a Kerstin, sympatická dívka, co byla na půl roku ve škole v Praze a obdivuhodně dobře se naučila česky. Vzali nás na prohlídku Drážďan a po té do hotelu blízko sanatoria. Na večeri jsme již poznali všechny delegáty. Obdivuhodná byla manželka pana předsedy paní Barth. Dvacet osm let parkinsonička a díky dobře postavené medikaci ve velice dobré kondici. V sobotu jsme si prohlédli sanatorium a já v duchu konstatoval, že jsou daleko blíže ke slovu komplexní péče. Komplexní to slovo jsem použil proto, abych nemusel napsat, že německým parkinsonikům závidím. Protože závidím je vlastně blbost, nejde závidět nemoc, ač mají podmínky třeba nejlepší.

V deset hodin jsme měli prezentaci naší společnosti. Jana, tvůrce prezentace ukázala, že v případě spolupráce máme co nabídnout. Já ještě přečetl krátkou úvahu o partnerech nemocných a poté se už mluvilo o konkrétní spolupráci. Dostali jsme několik velmi dobrých nabídek.

Jan Ďurdák

Prof. MUDr. Martin Bareš, Ph.D. prorektor pro rozvoj, Masarykova univerzita předseda Extrapyramidové sekce České neurologické společnosti I. neurologická klinika LF MU Fakultní nemocnice u sv. Anny Brno

Curriculum vitae Prof. MUDr. Martin Bareš, Ph.D.

Narozen 25. 11. 1968 v Brně, ženatý, dvě děti.

Promoval na Lékařské fakultě Masarykovy univerzity v Brně v roce 1993. Za studií na Lékařské fakultě pracoval jako pomocná vědecká síla na oční klinice ve Fakultní nemocnici Brno. Po promoci nastoupil na 1. neurologickou kliniku Fakultní nemocnice u svaté Anny v Brně jako sekundární lékař. V roce 1996 složil I. atestaci z neurologie, v roce 1999 nástavbovou II. atestaci z téhož oboru. V roce 2002 ukončil postgraduální doktorandské studium obhajobou dizertační práce a obdržel titul Ph.D. V roce 2005 obhájil habilitační práci na Lékařské fakultě Masarykovy univerzity Brno a byl mu udělen titul docent. V roce 2009 byl jmenován prezidentem ČR na návrh vědecké rady Masarykovy univerzity profesorem pro obor neurologie. Věnuje se především extrapyramidovým a neurodegenerativním onemocněním, spasticitě a klinické neurofyzilogii. Je členem řady domácích i mezinárodních společností, členem oborové rady doktorského studia pro obor neurologie na Lékařské fakultě Masarykovy university (LF MU) v Brně a Lékařské fakultě University Palackého v Olomouci. Je členem redakční rady časopisu Clinical Neurophysiology, dále Biomedical Papers a rozšířené redakční rady Neurologie pro praxi. Recenzent pro české i mezinárodní časopisy. Frekventní oponent grantových zá-



dostí (IGA, GAČR). V letech 2005–2008 člen Akademického senátu LF MU Brno, v letech 2008–2011 jeho předseda. Pravidelně publikuje v zahraničních časopisech, je autorem a spoluautorem několika monografií, přednesl řadu přednášek na domácích i zahraničních fórech. V roce 1999 obdržel na světovém sjezdu EMG a klinické neurofyzilogie v Praze cenu „Poster of the Day“. V letech 2002, 2003 a 2009 získal ceny České neurologické společnosti za nejlepší publikace v oboru. Absolvoval zahraniční studijní pobyty ve Slovinsku (Institute of Clinical Neurophysiology, Ljubljana) a Nizozemí (Department of Psychophysiology, Tilburg). V roce 2003 obdržel prestižní mezinárodní stipendium Fulbrightovy nadace administrované americkou vládou a do roku 2005 působil ve Spojených státech amerických na Minnesotské univerzitě v Minneapolis (Department of Neuroscience and Department of Neurology), kde se věnoval výzkumu v oblasti funkční magnetické rezonance. Nadále spolupracuje s americkým pracovištěm v oblasti výzkumu, kterému se věnuje i v rámci Středoevropského technologického institutu – CEITEC, vědeckém centru excellence na území města Brna.



V současnosti prorektor pro rozvoj Masarykovy univerzity, zástupce přednosty pro vědu a výzkum na I. neurologické klinice lékařské fakulty Masarykovy univerzity a vedoucí lékař tamtéž. V centru pro abnormní pohyby a parkinsonismus v Brně pracuje od roku 1995.

Pane profesore, dá se předpokládat, že si občas pročtete náš časopis Parkinson? Co kdybychom na úvod nezačali tradiční otázkou, ale zeptali se, jak se vám časopis líbí, co mu případně vytýkáte a co se dá vyzvednout. Jen nás trošinku šetřete, protože lidé, kteří se na jeho tvorbě podílejí, jsou také nemocní Parkinsonovou nemocí.

Velmi vítám podobné pacientské aktivity, mezi něž nesporně patří časopis Parkinson. Snaží se tematicky skloubit odborný pohled s pohledy a problémy pacienta, což není vždy jednoduché. Je obdivuhodné, že se na jeho vydávání podílejí pacienti trpící Parkinsonovou nemocí, což je limitující onemocnění a kdo se někdy na vydávání jakéhokoliv časopisu podílel, musí

přiznat, že je to náročná práce i pro zdravého jedince. A výtka? Spíše obecná poznámka – pacientská organizace Parkinson by mohla být aktivnější směrem k pojišťovnám vzhledem k postupným omezením, kterých se nám, lékařům, dostává.

Za Vaše uznání moc děkujeme.

A teď již tradičně: Co vás přivedlo k neurologii a co vás u ní stále drží?

Původně jsem se chtěl stát neurochirurgem – po první tři roky svých studií lékařské fakulty, pak přes pomocnou vědeckou sílu na očním – od 4. ročníku jsem získal místo sekundáře na neurologii. Bylo to jedno z mých nejlepších rozhodnutí v životě – neurologie studuje a snaží se léčit lidský mozek, orgán, který vše rozhoduje, ovlivňuje. Navíc jsem nastoupil do éry obrovského rozmachu poznatků z oblastí zobrazování, genetiky, neurofarmakologie, neuropatologie apod. Prostě krásný obor.

Váš vztah k Brnu?

Moje město. Narodil jsem se v Brně, studoval



a kromě dvou let, kdy jsem žil v USA (ve státě Minnesota), jsem nikde jinde nežil. Mám tu domov, rodinu, práci, spolupracovníky, svou alma mater, přátele, kamarády, spolužáky, oblíbené sportovní kluby. Miluji Brno.

Zprávy o nějakém zázračném všeléku se vždy šíří velmi rychle. Jako lékař máte přece jen informace o léčbě PN z první ruky. Něco podobného nám v nejbližší době nehrozí, že?

Bohužel zatím ne. Pokud ano, bude to na Nobelovu cenu.

Tvrdíme, že PN je léčitelná, ale nevléčitelná. Je vůbec možné, aby se u dlouhodobých pacientů v pokročilém stádiu jejich stav klasickou léčbou natolik zlepšil, že se zcela uzdraví.

Bohužel to není možné. Parkinsonova nemoc je neurodegenerativní onemocnění s progresivním průběhem. Pokud by se někdo zcela uzdravil, pak to znamená, že netrpěl Parkinsonovou nemocí, tedy byla nesprávně stanovena diagnóza.

Považujeme PN z pohledu jejího nositele za zákeřnou chorobu, v ničem se nedá na nic

spolehnout, pokaždé se chová zcela odlišně. Tak se třeba stane, že před ordinací čeká třesoucí se shrbený stařec a ven z ordinace vypočoduje švihák lázeňský. Ostatní, a to především zdravotní a sociální úřady, to svádí k podezírání, že „podvádíme“.

Zde asi hovoříte o kolísavém průběhu onemocnění v pokročilém stadiu Parkinsonovy nemoci, což je zcela typické. V průběhu dne se pacient změní z třesoucího se nemohoucího v prakticky normálně se pohybujícího, či má naopak pohyby navíc. Zde je spíše problém v osvětě na příslušných úřadech, přece jen Parkinsonova nemoc je známá spíše mezi neurology. A právě zde vidím zatím dluh i patientských organizací v utváření obrazu nemoci ve všeobecné populaci.

Stejně tak dvojsečnost otázek a odpovědí ohledně DBS a Duodopy (prosím, přiblížit). Nemocní se snaží před lékařem, případně médií, vypadat, že ještě nejsou na odpis a nesmířili se se svým stavem. Mají sami radost, jak jsou aktivní a neuvědomují si, jaké závěry z toho sociální úřady mohou vyvodit, obzvláště pokud se takových záběrů chytí neprofesionální média.

DBS (hluboká mozková stimulace) a podávání Duodopy – tedy přímo do trávícího traktu L-DOPA (laicky můžeme říci „tekuté“ L-DOPA) jsou moderní postupy v léčbě pokročilé Parkinsonovy nemoci, zatím se ovšem týkají menšího procenta postižených pacientů. Stran hodnocení z pohledu sociálních úřadů, platí má předchozí poznámka.

Váš názor na kmenové buňky?

Uvidíme, co probíhající výzkum v této oblasti přinese.

A na konopí?

Řada pacientů se mi svěří, že v nějaké formě konopí užívá či užila. Nemám přehledná data dle pravidel medicíny založených na důkazech, probíhají klinické studie s konopím, na jejichž výsledky je třeba počkat a zodpovědně je zhodnotit.

Všimla jsem si, že se snažíte chránit své soukromí a současně ctít soukromí druhých.

Své soukromí si opravdu chráním, jasně se snažím oddělovat práci od soukromí, mám opravdu málo času na své nejbližší. Totéž platí i opačně, respektuji soukromí jiných.

Kde berete svůj klid a rovnováhu?

Doufám, že na své pacienty působím klidným a vyrovnaným dojmem. Jak je to v soukromí, to musí posoudit moji nejbližší...

A víra?

Jsem římsko-katolického vyznání, aktivní, jako celá moje rodina.

Sportujete rád?

Snažím se hrát halový fotbal a plavat. Po letech bych se chtěl vrátit k běhání. Jinak se věnuji sportu pasivně jako divák – pravidelně chodím na hokejovou extraligu v Brně a na tréninky a zápasy baseballu, kterému se věnuje můj starší 14letý syn. Ten mladší (5 let) na podzim začal s baseballem rovněž, takže započatá tradice bude pokračovat.

Cestování?

Velmi rád poznávám nové země, krajiny, obce. Chci si splnit svůj sen a plánuji delší cestu do Jižní Ameriky – Peru, Chile, Bolívie, Brazí-

lie. Problém je najít čas... Stále více nacházím krásu ve své rodné zemi.

Hudba? Četba? Studium?

Na vše (kromě studia, které je kontinuální) mám bohužel málo času – pokud nějaký mám, snažím se jej věnovat svým dětem. Beru to jako základní vklad do jejich života, věst je k pravým hodnotám, vysvětlovat, dávat příklad.

Četba je především odborná – neurologická, nyní ve funkci akademického hodnostáře rektora Masarykovy univerzity si rozšiřuji obzory v oblastech mně svěřených, prostě člověk se učí celý život... Rád čtu literaturu faktů.

Hudba – mám rád rockovou hudbu.

Váš vztah k domácím pracím – vaření, úklid? Pomáháte doma?

Nevařím, na úklidu se samozřejmě podílím, mám rád pořádek ve všem... Ale hlavní díl péče o domácnost nese moje manželka.

Říká se, že lékaři jsou nejhorší pacienti. Souhlasíte?

Nesouhlasím, možná se více ptají, více si nastudují. Vše je o přiměřené komunikaci mezi lékařem a pacientem. Každý z nás je unikátní a je třeba najít přiměřený osobní přístup.

Může být u PN psychosomatická léčba úspěšná. Nedávno, jsem četla, jak úspěšně proběhla studie: placebo a PN.

Parkinsonova *nemoc postihuje pacienta celého*, nejen jeho hybnost. I proto je *přístup k pacientovi komplexní*, včetně péče o jeho psychiku, motivaci, víru ve zlepšení stavu. Proto zabírá na některé příznaky i placebo. Ale zásadní je léčba léky s aktivní látkou.

A jakou zajímavou otázku byste si na závěr položil sám?

Ani ne tak otázku, jako spíše zdůraznění ponechání si pokory, lidskosti, slušnosti, a přesto otevřenosti v kombinaci s vlastním profesním (lékařským, vědeckým i akademickým) růstem. Není to jednoduché, dnes je více dopřáváno lidem, kteří chtějí sklízet, aniž by zaseli a také tak vás často hodnotí. Naštěstí však mám nastavenou zpětnou vazbu ze svého nejbližšího okolí. A funguje to.

irena



Prof. MUDr. Martin Bareš, Ph.D.

*I. neurologická klinika LF MU, Fakultní nemocnice u sv. Anny, Brno
Centrum pro abnormní pohyby
a parkinsonismus, Brno*

Po několika letech stabilizace klinického stavu se při léčbě L-DOPA objevuje kolísání stavu hybnosti, především hybné – motorické; účinek jednotlivých dávek L-DOPA se progresivně snižuje. Vyskytují se navíc dyskineze; abnormní, mimovolní pohyby. Podklad pozdních komplikací spojených s dlouhodobou L-DOPA léčbou je doposud jen částečně objasněn. Za hlavní mechanismy se považují:

- postupující progresi onemocnění
- farmakokinetické a farmakodynamické změny vznikající na podkladu nefyziologického, pulzatilního podávání L-DOPA

Pozdní hybné komplikace PN můžeme rozdělit na dvě základní kategorie:

1. **Fluktuace:** Kolísání stavu (hybnosti) objevující se po určitém trvání onemocnění ve stabilizovaném stavu při užívání L-DOPA a jiné antiparkinsonské medikace.
2. **Dyskineze:** abnormní, vůlí neovlivnitelné pohyby (kroutivé, trhavé, připomínající tanec aj.).

První příznaky, které mohou signalizovat **nástup fluktuace klinického stavu**, jsou:

- ranní nehybnost
- ztráta pocitu zlepšení po spánku (osvěžující pocit po spánku)
- neklid, nepokoj, nervozita
- vnitřní třes

Mezi motorické fluktuace klinického stavu PN řadíme:

- **Wearing-off fenomen:** Pravidelně se objevující, předvídatelný fenomén. Objevuje se zhruba 2–4 hodiny po požití jednotlivé dáv-

ky L-DOPA jako zkracování (vyčerpávání) původně dlouhodobého účinku jednotlivých dávek L-DOPA. Wearing-off fenomén může mít především *motorické* (klidový třes, zvýraznění ztuhlosti, nehybnosti), ale i *senzorické, psychiatrické a autonomní příznaky* – brnění, mravenčení, bolest, tachykardie, pocení, pocit zkrácení dechu, úzkost, strach, nervozita. Zejména nemotorické příznaky wearing-off fenoménu mohou vést k ordinaci nadbytečných vyšetření pacienta pro podezření na postižení jiných orgánových systémů (srdce, plíce, gastrointestinální trakt).

- **„On-off“ fluktuace:** náhlé, nepředvídatelné změny stavu hybnosti ze stavu „on“ (dobrý stav hybnosti) do stavu „off“ (špatný stav hybnosti s třesem, rigiditou, akinezií, často doprovázený depresí).
- **„Delayed on“** (zpoždění nástupu účinku jednotlivé dávky L-DOPA), **„no on“** (po podání jednotlivé dávky L-DOPA nedojde k žádnému zlepšení stavu pacienta) – oba fenomény se objevují zejména odpoledne, mají pravděpodobně vztah k pomalejšímu vyprazdňování žaludku a nepřiměřené absorpci.
- **Akinetický freezing** – („zamrznutí“; pacient není schopen volního pohybu, vázne např. vykročení – start hesitation, otočení, potíže projít zúženým prostorem – např. dveřmi apod.). Může se objevit jak při „on“ stavu hybnosti, tak i při „off“ stavu hybnosti či zcela nezávisle na aktuální dávce dopaminergní léčby. Freezing je velmi málo ovlivnitelný L-DOPA léčbou.
- **Pády** – posturální instabilita je jedním z hlavních příznaků rozvinutého stadia Parkinsonovy nemoci. Jsou nebezpečné pro možné traumatické komplikace s fatálním koncem.
- **Akinetická krize** – závažná komplikace ohrožující život pacienta v pokročilém stavu Parkinsonovy nemoci. Příčinou je nejčastěji náhlé vysazení nebo výrazné snížení anti-

parkinsonské léčby (dopaminergní, anticholinergní). Další příčinou akinetického mutismu může být nasazení typického neuroleptika.

2. Dyskineze se mohou objevit:

- v souvislosti s časovým podáváním L-DOPA
- bez souvislosti s časovým podáváním L-DOPA

Patogeneze dyskinezi není doposud, podobně jako je tomu u fluktuací stavu hybnosti, dostatečně způsobem objasněna.

K diagnostice a detekci motorických fluk-

tuací a dyskinezi nám lékařům velmi pomáhá deník pacienta, kam pacient nebo jeho rodinný příslušník či ošetřovatel zaznamenává aktuální stav hybnosti v každou denní hodinu a časové podávání antiparkinsonské léčby. Zapisuje se i doba spánku. Z deníku lze vyčíst dobu strávenou v off i on stavu hybnosti, časový vztah k podávané léčbě, pravidelnost či nepravidelnost motorických komplikací.

Cílem tohoto přehledu bylo uvést a rozvést některé pojmy a slovní spojení, která se uvádějí v neurologických nálezech našich pacientů léčených pro Parkinsonovu nemoc.

Mediální kampaň Společnosti Parkinson, o.s.



U příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci ve spolupráci s firmou Abbwie a Medica Healthworld a.s. se uskutečnila rozsáhlá mediální kampaň, která měla za cíl zviditelnit nás, nemocné Parkinsonovou chorobou. Záštitu převzal ministr zdravotnictví pan Leoš Heger, který se také aktivně účastnil Tiskové konference. Poděkování náleží výše uvedeným partnerům za podporu. Reportáž z této kampaně bude uvedena v příštím čísle.

J. V.



Centrum pro diagnostiku a léčbu neurodegenerativních onemocnění

Jakou péči poskytujeme

Neurodegenerativní onemocnění patří mezi zdravotně a sociálně-ekonomicky nejzávažnější. Zahrnují Parkinsonovu nemoc a jiné parkinsonské syndromy, Alzheimerovu nemoc a další non-alzheimerské demence, Friedreichovu nemoc a jiné spinoceberelární atrofie, amyotrofickou laterální sklerózu a další onemocnění projevující se omezením volního pohybu, třesem, choreou, dystonií, myoklonem, tikem a jinými abnormálními pohyby, demencí a dalšími kognitivními poruchami.

Tato onemocnění mají vesměs vysokou prevalenci – např. Parkinsonova nemoc nejméně 1/1000 obyvatel, Alzheimerova nemoc stejně tak. Neurodegenerativní onemocnění se přitom neomezují na vyšší věkové skupiny – např. dystonické syndromy postihují nejčastěji dospělé osoby v produktivním věku, Touretteův syndrom má maximum výskytu v dětství a dospívání, Alzheimerova nemoc začíná mnohdy před padesátým rokem věku, podobně tak i Parkinsonova nemoc a další neurodegenerativní parkinsonské syndromy.

Prognóza neurodegenerativních onemocnění se zásadně změnila v posledních letech s možnostmi moderní farmakoterapie, chirurgické léčby a dalších postupů. Zatímco základní péče může být prováděna v terénu, komplikované stavy a vzácnější poruchy předpokládají přesnou diagnostiku založenou především na klinické zkušenosti s velkými soubory nemocných. Proto v řadě vyspělých zemí vznikla podobná centra pro diagnostiku a léčbu neurodegenerativních onemocnění (Ne-

urodegenerative Diseases Center), která zajišťují vysoce specializovanou (převážně ambulantní) péči o tyto nemocné a jsou zároveň školicími středisky a výzkumnými základnami. Práce těchto Center je multidisciplinární, zahrnuje jak klinické obory (neurologie, neurofyziologie, neurochirurgie, neuropsychologie, psychiatrie), tak metody morfologické (neuropatologie) a funkční diagnostiky (zobrazovací metody).

V ČR je základem ambulantní péče o nemocné s neurodegenerativními onemocněními síť terénních neurologů. Neurologická pracoviště na regionální úrovni poskytují základní lůžkovou péči o nemocné. Nadregionální superkonsiliární pracoviště zajišťují základní, ale především vrcholnou diagnosticko-terapeutickou péči o nemocné s neurodegenerativními onemocněními, provádějí specializovanou školení v dané problematice a věnují se vědecko-výzkumné činnosti.

Rozsah činnosti centra

Základní péče (ambulantní péče na úrovni zdravotních sektorů)

- záchyt poruch, základní diagnostika včetně pomocných vyšetření, standardní farmakoterapie
- sdílení nemocných s praktickým lékařem, s ostatními zařízeními v nejbližším spádu, konzultace vybraných případů se specializovaným centrem
- ambulantní a hospitalizační péče regionálního charakteru
- základní ambulantní péče (podobně jako ad 1)
- dle potřeby hospitalizace nemocných z diagnostických důvodů (např. standardní farmakologické testy, endokrinologická a metabolická vyšetření případně vyžadující krátkodobou hospitalizaci – funkce štítné žlázy, metabolismus iontů, apod.)

- léčebné hospitalizace – úpravy léčby a kontrola efektu farmakoterapie, v indikovaných případech zahájení léčebné rehabilitace nebo rehabilitační testování
- ambulantní a hospitalizační péče nadregionálního charakteru
- specializované diagnostické ambulantní a hospitalizační postupy u pokročilých a komplikovaných stavů, diagnostika vzácných a atypických poruch
- specializované léčebné ambulantní a hospitalizační postupy u pokročilých a komplikovaných stavů včetně řešení polékových reakcí, léčba vzácných a atypických poruch
- indikace a provádění speciálních zobrazovacích (MRI, SPECT, aj.) elektrofyziologických (polymyografie, multimodální evokované potenciály, EEG se zpětným zpřůměrněním), neuropsychologických a psychiatrických, biochemických, endokrinologických, metabolických a genetických vyšetření
- specializované léčebné postupy speciální farmakoterapie (např. lokální aplikace botulotoxinu, kontinuální infúze apomorfínu, aj.), specializovaná neurorehabilitace, stereotaktická neurochirurgie (včetně indikací hluboké mozkové stimulace), monitorování účinku nových farmak a další nově vyvíjené a ověřované postupy
- pre- a postgraduální školení v oboru poruch, včetně vedení programů kontinuálního vzdělávání
- klinický výzkum
- podpora zájmových sdružení pacientů a sociálních služeb

Základní charakteristika centra

Centrum poskytuje veškeré diagnostické a terapeutické služby pro pacienty trpící degenerativními onemocněními CNS. Centrum má podle svého statutu nadregionální působnost pro Českou republiku se základní spádovou oblastí v moravských krajích (Olomoucký kraj, Mo-

ravskoslezský kraj, Zlínský kraj, přilehlé části Jihomoravského kraje) a přilehlých oblastech krajů českých.

Charakteristika zdravotnické činnosti

- Soustředění pacientů, u kterých není možno provést odpovídající diagnostiku a terapii na nižších stupních péče (základní i regionální) nebo na nespecializovaných klinických pracovištích
- Kompletní diagnostika s využitím komplexního diagnostického vybavení (laboratoř klinické neurofyzologie, neuropsychologická laboratoř, video-monitorování, zobrazovací vyšetření včetně speciálních MR a další metody)
- Medikamentózní léčba včetně speciálních postupů (kontinuální infúze apomorfínu, aplikace botulotoxinu včetně aplikace pod kontrolou EMG, hodnocení účinku nových farmak)
- Indikace a spolupráce při provádění funkčních neurochirurgických výkonů (lezionální výkony, implantace stimulatorů)
- Specializovaná rehabilitační léčba

Personál:

Vedoucí centra:

prof. MUDr. Petr Kaňovský, CSc.

kontakt: petr.kanovsky@fnol.cz

tel.: 585 853 400

Zástupce, vedoucí lékař ambulantní části:

odb. as. MUDr. Kateřina Menšíková

prim. MUDr. Pavel Otruba, MBA

prof. MUDr. Ing. Petr Hlušítk, Ph.D.

MUDr. Michaela Kaiserová

MUDr. Zuzana Grambalová

MUDr. Martin Nevrlý

MUDr. Miroslav Vašítek

PhDr. Tereza Štecková



Nabídka rekondičních pobytů, určených pro pacienty s Parkinsonovou nemocí a jejich doprovody

Pro rok 2013 nabízí Společnost Parkinson rekondiční pobyty za mimořádně nízké ceny v termínech:

Štikov I od 19. 5. 2013 do 26. 5. 2013

Cena poukazu nemocný a doprovod nemocného se ZTP/P	2 200,- Kč
Cena poukazu pro ostatní doprovod	3 000,- Kč
Uzávěrka přihlášek je do 30. 04. 2013	
Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649102	
Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.	

Štikov II od 11. 8. 2013 do 21. 8. 2013

Cena poukazu nemocný a doprovod nemocného se ZTP/P	3 200,- Kč
Cena poukazu pro ostatní doprovod	3 800,- Kč
Uzávěrka přihlášek je do 30. 06. 2013	
Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649105	
Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.	

Již 14 let tradiční pobytové místo v hotelu Štikov ve Štikově u Nové Paky ve východočeském kraji. Hotel s kapacitou 50 lůžek je umístěn poblíž autokrosového závodiště Štikovská rokle, v tichém a klidném prostředí, ubytování je v jedno- a dvoulůžkových pokojích.

Pobyt **není vhodný** pro vozíčkáře (množství schodů – bez výtahu). Jsou zde vhodné podmínky pro cvičení jak uvnitř, tak i pro venkovní cvičení, k dispozici je venkovní bazén 5 × 10 m se solárním ohřevem vody, možnosti pro zdravotní vycházky po nenáročných lesních cestách, vhodné pro houbaře.

Více na www.hotelstikov.org, Wi-Fi zdarma

Hotel Bílá Strž původně Pod Ostrým od 15. 5. 2013 do 25. 5. 2013

Cena poukazu nemocný a doprovod nemocného se ZTP/P	2 700,- Kč
Cena poukazu pro ostatní doprovod	3 500,- Kč
Uzávěrka přihlášek je do 30. 04. 2013	
Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649101	
Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.	

Hotel – rodinný penzion s kapacitou cca 30 lůžek ve dvou, tří a čtyřlůžkových pokojích se soc. zař. je umístěn v lesích poblíž Železné Rudy na Šumavě, v těsné blízkosti vlakové zastávky Hojsova Ruda, přímé vlakové spojení z Prahy.

Pobyt **není vhodný** pro vozíčkáře (množství schodů – bez výtahu). Také zde jsou možnosti pro zdravotní vycházky a ostatní aktivity venkovního cvičení.

Více na www.hotelbs.cz, Wi-Fi zdarma



Pastviny od 14. 6. 2013 do 23. 6. 2013

Cena poukazu nemocný a doprovod nemocného se ZTP/P **3 500,- Kč**

Cena poukazu pro ostatní doprovod **4 000,- Kč**

Uzávěrka přihlášek je do **30. 05. 2013**

Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.

Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649103

Moderní penzion Pastviny v rekreační oblasti Pastvinské přehrady u Žamberka, s kapacitou 30 lůžek ve dvou a třílůžkových pokojích je umístěn v klidném prostředí. Pobyt lze označit jako bezbariérový (zdvíhací plošina do poschodí). Přímé autobusové spojení z Prahy. Vhodné prostory pro vnitřní i venkovní cvičení, logopedii a další aktivity. Posezení u táboráku je v plánu

Více na www.pastviny.penzion.com, Wi-Fi zdarma

Staré Město pod Sněžníkem od 19. 6. 2013 do 23. 6. 2013

Cena poukazu nemocný a doprovod nemocného se ZTP/P **750,- Kč**

Cena poukazu pro ostatní doprovod **1 000,- Kč**

Uzávěrka přihlášek je do **30. 05. 2013**

Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649104

Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.

Čtyřdenní víkendový pobyt v rekreačním středisku Uničovských strojíren, které leží na okraji Starého Města pod Sněžníkem v okrese Šumperk. Celková kapacita je 180 lůžek, pro náš pobyt ubytování v hlavní budově, kde je 51 lůžek se spol. soc. zařízením a v 6 dvoulůžkových pokojích se samostatným sociálním zařízením.

V nabídce je domácí strava a pitný režim. V areálu je k dispozici: venkovní bazén, minigolf, kuželky, asfaltové hřiště a posezení u ohniště, stolní tenis a kulečnický. Je zde možnost rozmanitých vycházek (Chata Paprsek, Chata Návrší, túra na Králický Sněžník, na Kunětickou horu, exkurze po betonovém opevnění z 2. svět. války a další).

Klub Parkinson Olomouc zde pořádá pobyty již od roku 2008

Více na www.stare mesto.info



Jelenovská Valašské Klobouky od 26. 8. 2013 do 5. 9. 2013

Cena poukazu nemocný a doprovod nemocného se ZTP/P **4 200,- Kč**

Cena poukazu pro ostatní doprovod **4 600,- Kč**

Uzávěrka přihlášek je do **30. 06. 2013**

Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649106

Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.

Areál hotelu „Jelenovská“ svým dokonalým zázemím (venkovní a vnitřní bazén, kuželna s dvěma dráhami, 2 tělocvičny, 2 sport. hřiště, kulečnick, masáže, perličkové vany, skotský střík, parafinové zábaly, sauna, posilovna) a nádherným okolím uspokojí i nejnáročnější klienty. Nachází se na území CHKO Bílé Karpaty na Valašsku, 5 km od Valašských Klobouků, 35 km od Zlína a 140 km od Brna.

Množství příležitostí k pěší turistice po vyznačených turistických okruzích.

Kapacita pro náš pobyt je 43 lůžek z celkových 181 lůžek, dvoulůžkové pokoje s příslušenstvím.

Více na www.jelenovska.cz

Na všechny pobyty Společnosti Parkinson jsou zajištěny zkušené cvičitelky, fyzioterapeutky a odborné logopedky, zkušení vedoucí pobytů jsou vám vždy k dispozici.

Vedle našich pobytů jsou velmi oblíbené týdenní pobyty v lázních Vráž, kam jezdí především členové českobudějovického a plzeňského klubu, Lázně Vráž nabízí rehabilitační balíčky procedur vhodných pro parkinsoniky.

Wellness pobyty v hotelu Mas v Sezimově Ústí pro 20 lidí ve třech termínech

Zařízení, které nabízí v ceně poukazu:

- ubytování ve dvoulůžkových pokojích,
- autobusovou dopravu z nástupních míst a zpět (pro skupiny nad 20 osob zajistí za příplatek dopravu podle přání),
- pobytovou taxu,
- stálý zdravotní dohled,
- informační schůzky,
- rekondiční program (1× masáž, 1× termozábal, 2× cvičení v bazénu, 5× rehabilitační cvičení, beseda se zdravotní tematikou, aktivizační program, společenský večer s živou hudbou),
- denně bazén,
- pojištění odpovědnosti,
- půldenní výlet,
- služby delegáta,
- internetové připojení Wi-Fi
- 21% DPH,
- městské poplatky.

Nástupní místa: Hradec Králové, Pardubice, Chrudim, Chlumec n. Cidlinou, Poděbrady, Praha (pro skupiny nad 20 osob zajistí za příplatek dopravu podle přání),

- sleva 200,- Kč při vlastní dopravě
- dárek od hotelu – každý den do každého pokoje jednu lahev balené vody pro podporu Vašeho správného pitného režimu.

Jedná se o zařízení zřízené pobočkou ČSČK Hradec Králové, a je cenově výhodné (rozdíl do plné ceny hradí SP), nezapočítá se do limitu 21 dnů v zařízení dotované Ministerstvem zdravotnictví.

Pro členy Společnosti (parkinsoniky a jejich doprovody) jsou zamluveny tři termíny pobytů:

od neděle **13. 10. 2013** (začíná se večerí) do neděle **20. 10. 2013** (končí snídani)

Cena poukazu pro členy Společnosti Parkinson je **4 000,- Kč**

Uzávěrka přihlášek je **30. 06. 2013**

Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649107

Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.

od neděle **27. 10. 2013** (začíná se večerí) do neděle **03. 11. 2013** (končí snídani)

Cena poukazu pro členy Společnosti Parkinson je **4 000,- Kč**

Uzávěrka přihlášek je **30. 06. 2013**

Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649108

Platbu uhradte po obdržení „Oznámení o zařazení“, případně po tel. dohodě.

od neděle **03. 11. 2013** (začíná se večerí) do neděle **10. 11. 2013** (končí snídani)

Cena poukazu pro členy Společnosti Parkinson je **4 000,- Kč**

Uzávěrka přihlášek je **30. 06. 2013**

Platba na č. účtu 1766806504/0600, variabilní symbol 649109

V letošním roce poprvé nabízí partnerská organizace parkinsoniků v Polsku turnusy a pobyty v Rekreačním středisku „Rybitwa“.

Kontakt: Ul. Wyzwolenia 15, 78-131 Dźwirzino
Tel. 0048 943 585 413: 3585271
Kom. 0048 601 623 315
Stránka www.ptrybitwa.pl

Ubytování v 2–5 lůžkových pokojích se soc. zařízením, celodenní strava, zdravotní péče, krb na opékání klobásek, terapeutická masáž, lampa solux, lampa bioptronová, bahenní zábaly, taneční večer.

Termíny a ceny:

začíná se večerí	05.04.2013	končí snídání	19.04.2013	1 150,- pzl
od večere	19.04.2013	do snídane	03.05.2013	1 200,- pzl
	03.05.2013		17.05.2013	1 300,- pzl
	17.05.2013		31.05.2013	1 400,- pzl
	31.05.2013		14.06.2013	1 450,- pzl
	14.06.2013		28.06.2013	1 550,- pzl
	28.06.2013		12.07.2013	1 650,- pzl
	12.07.2013		26.07.2013	1 700,- pzl
	26.07.2013		09.08.2013	1 700,- pzl
	09.08.2013		23.08.2013	1 600,- pzl
	23.08.2013		06.09.2013	1 400,- pzl
	06.09.2013		20.09.2013	1 300,- pzl
	20.09.2013		04.10.2013	1 200,- pzl
	04.10.2013		18.10.2013	1 200,- pzl

Zájemcům o pobyt v Polsku budou ještě dodatečně podány informace o způsobu přihlášení, platbě a dalších podrobnostech.





Věřím, že budou všichni účastníci spokojeni především s cenami poukazů, které byly stanoveny díky dotacím pro rok 2013. Předpokládám také zvýšený zájem o účast, proto doporučuji neodkládat podání přihlášek na poslední chvíli.

Po uzávěrcce podání přihlášek vám bude doručeno Oznámení o zařazení nebo Zařazení jako náhradník, bude-li již vámi požadovaný turnus obsazen. V tom případě vám nabídneme jiný termín. V Oznámení o zařazení budou uvedeny i údaje o pobytu (jak se na pobyt dostanete, co vzít s sebou, atd.).

Vyplňujte přihlášku čitelně a celou, jinak nebude přijata

Příjemný pobyt se Společností Parkinson přeje Václav Fiedler



Plán činnosti na 1. pololetí 2013

Parkinson klub Praha

Pravidelné akce

rehabilitační a logopedická cvičení každá středa
14.30–16.30 Sokol Pražský, Žitná ul., Praha 2
cvičení v bazénu každé pondělí 15.00–16.00
Sportcentrum YMCA, Na Poříčí, Praha 1
setkání klubu první čtvrtky v měsíci od 15.30 DS
Hagibor, Vinohradská 159, Praha 10

Plánované akce

duben – divadelní představení premiéra divadelní
hry s členy našeho klubu
květen – výlet do Poděbrad
červen – „Buřtopeky u Večlů na zahradě“ – pravidelné setkání nejen s buřtíky

Parkinson klub Brno

Pravidelné akce

rehabilitační cvičení parkinsoniků v tělo-
cvičně
každý čtvrtek 16.30–17.30 ve Fakultní nemocnici
u sv. Anny, tělocvična Kliniky funkční diagnos-
tiky, budova D3, 4. patro (vchodem z Leitne-
rovy ul.)
stolní tenis – každé úterý 9.00–11.00 (ukončení
21. 6.) v hale Moravská Slavia, Vojtova 12,
Brno
cvičení parkinsoniků v bazénu 1× za 14 dnů (po-
dle rozpisu) zahájení v březnu 2013 (částečná
úhrada) datum a místo bude upřesněno
logopedická péče pro zájemce zajišťujeme podle
domluvy individuální termín
setkání v klubovně – každá třetí středa v měsíci
14.00–17.00 budova diecézní rady Českoslo-
venské církve husitské v Brně, Česká 31, 3. pa-
tro (výtahem), místnost Setkávání (vstup z uli-
ce Česká do pasáže, vedle drogerie Jasmín)

Plánované akce

duben – připomenutí 16. výročí Světového dne
PN a 15. výročí založení klubu v mediích
prof. Irena Rektorová, Mgr. Eva Vernerová
Dobré ráno z brněnského televizního studia
11. 4. 7.00
Český rozhlas Brno 12. 4. 11.00
2. výstup na Špilberk 13. 4. 11.00 slavnostní se-
tkání k počtu 16. výročí Světového dne PN
a 15. výročí založení klubu pořádáno pod zá-
štitou statutárního města Brna a patrona klub-
u Zdeňka Junáka nádvoří hradu Špilberk
klubové odpoledne 17. 4. 14.00 procházka Lon-
dýnem s Vandou promítání videa s výkladem
procházka Jaro v zahradě 20. 4. 14.30 Botanická
zahrad a arboretum Mendelovy zemědělské
a lesnické univerzity v Brně, třída Generála
Píky, Brno, Černá Pole, poblíž zastávky Bieb-
lova, tram. č. 9
květen – jaro s Liškou Bystroušskou 11. 5. vycház-
ka v Bílovicích nad Svitavou
klubové odpoledne 15. 5. 14.00 Bavíme sami
sebe aneb logopedie jinak
výstava Iris 2013 25. 5. 14.30 procházka Botanic-
ká zahrada a arboretum Mendelovy zeměděls-
ké a lesnické univerzity v Brně, třída Generála
Píky, Brno, Černá Pole, poblíž zastávky Bieb-
lova, tram. č. 9
červen – Bukovinský pohár, 5. ročník 22. 6. 11.00
soutěžní disciplíny: stolní tenis, hod na koš,
šipky, petangue aj. společný odjezd z Brna
v 10.00, Stará osada sraz v 10.30 v hospůdce
Nad Rakovcem v Bukovince, oběd
klubové odpoledne 19. 6. 14.00 program se při-
pravuje

Parkinson klub České Budějovice

Pravidelné akce

cvičení a plavání – každou středu (kromě svát-
ků) od 15.30 v nemocnici České Budějovice
setkání klubu – 25. 4., 30. 5., 20. 6., 26. 9.,

31. 10., 12. 12. od 15.30 schůzky se budou konat na ZSF JČU, ulice Emy Destinové

Plánované akce

duben – cvičení a plavání 3. 4., 10. 4., 17. 4., 24. 4.

výstup parkinsoniků na horu Říp 13. 4.

schůzka klubu 25. 4.

další akce ke dni parkinsoniků 7. 4.–14. 4.

květen – cvičení a plavání 15. 5., 22. 5., 29. 5.

rekondice Hojsova Stráž (spolu s klubem Plzeň) 15. 5.–25. 5.

schůzka klubu 30. 5.

červen – cvičení a plavání 5. 6., 12. 6., 19. 6., 26. 6.

schůzka klubu 20. 6.

rekondice Pastviny 14. 6.–23. 6.

setkání s členy Parkinson klubu Plzeň Hluboká, České Budějovice akce Vladař (spolu s klubem Plzeň) 23. 6.

Parkinson klub Pardubice

Pravidelné akce

rehabilitace a cvičení každé úterý 16.15–17.15 v Základní škole cvičení v bazénu Lázně Bohdaneč, podle rozpisu

Plánované akce

přednáška o životním prostředí našeho města

prohlídka závodistiště

návštěva zámku Nové Hradky

okolí zámku v Pardubicích

zámek ve Slatiňanech

sportovní hry v Předměřicích nad Labem

výstup na horu Říp

Parkinson klub Ostrava

Pravidelné akce

setkání klubu – první úterý v měsíci v 15.00 Biskupské gymnázium, Ostrava-Poruba, ul. K. Pokorného (4. obvod) druhá a čtvrtá středa v měsíci v 15.00

Centrum volného času, Ostrava-Poruba, ul. Vietnamská (5. obvod)

cvičení – každý čtvrtek v 16.00

Centrum volného času, Ostrava-Poruba, ul. Vietnamská

Plánované akce

duben – prezentace KP Ostrava pro širokou veřejnost 11. 4. celý den Dům Knihy LIBREX Ostrava přednáška o Parkinsonově nemoci a o léčbě 15.00

setkání členů z Ostravy a Olomouce na Svatém Kopečku u Olomouce 13. 4.

květen – návštěva arboreta v Novém Dvoře u Opavy začátek měsíce kvetoucí rododendrony a azalky

červen – výlet do Nového Jičína, setkání členů, návštěva zámku, muzeum klobouků

sportovní odpoledne Parkiniáda 18. 6. 14.00

návštěva turnaje ve Zlíně

Parkinson klub Zlín

Pravidelné akce

zdravotní cvičení a logopedie každý pátek 14.45–15.45

Plánované akce

zdravotní cvičení + logopedie 14.45–15.45

mini oslava MDŽ – čajový a kávový dýchánek 15.00

posezení s jubilanty I. čtvrtletí, zpěv, tanec, pohybové hry dle zájmu a chuti

duben – schůze výboru 5. 4. 14.00

zdravotní cvičení + logopedie 14.45–15.45 hod

zdravotní cvičení + logopedie 12. 4. 14.45–15.45 hod

výstup na Říp 13. 4.

Nebuďme kyselé, buďme zdraví 19. 4. 14.00 povídání o vlivu stravy na zdraví

zdravotní cvičení + logopedie 14.45–15.45

zdravotní cvičení + logopedie 26. 4. 14.45–15.45

květen – schůze výboru 3. 5. 14.00

zdravotní cvičení + logopedie 14.45–15.45

setkání přátel Společnosti Parkinson, Jelenovská 6. 5.–10. 5.

vycházka do přírody 17. 5. 14.00

zdravotní cvičení + logopedie 24. 5. 14.45–15.45

zdravotní cvičení + logopedie 31. 5. 14.45–15.45

červen – Kdo se v dubnu, květnu a červnu narodil
7. 6. 15.00 posezení s jubilanty II. čtvrtletí,
zpěv, tanec, pohybové hry dle zájmu a chuti re-
kondice SP Pastviny 14. 6–23. 6.

Parkinson klub Litomyšl

Pravidelné akce

cvičení – každé liché úterý 15.00–17.00 Rodinné
centrum na Touloucově náměstí

Plánované akce

duben – batikování textilu

květen – výlet do Orlických hor, výtvarná dílna –
květinové lampy z vliselínu

červen – výlet s opékáním buřtů, Touloucovy
maštale, práce s keramickou hlínou, dárkové
předměty

Parkinson klub Žďár nad Sázavou

pravidelné schůzky 1× měsíčně

pravidelná cvičení

Účast na rekondicích (podle data a místa konání,
které zatím neznáme), pokud to bude v dosa-
hu veřejné dopravy.

Co chystáme ve Zlíně

Výroční schůzi 15. 2. 2013 jsme ve zlínském Klubu definitivně uzavřeli loňský rok. Počasí i nemocnost sice ovlivnily účast, přesto se nás sešlo 21. Během jednání nás celkem nečekaně navštívili zástupci Televize Slovácko s žádostí natočení reportáže. Natáčení bylo zajímavé, došlo i na ukázkou našeho cvičení. Zběhlo se toho za uplynulý rok hodně – byl to rok velkých změn a převratů, ale také hezkých prožitků. Je tedy na co vzpomínat. Již skoro celý rok máme konečně výbor, který má 7 členů. Pravidelně 1× měsíčně se scházíme, radíme se a hlavně společně tvoříme činnost Klubu.

Co tedy chystáme pro letošní rok? Shodli jsme se na čtvrtletních posezeních s jubilanty, při kterých si v klidu posedíme, popovídáme,

zazpíváme či zatancujeme. Také neopomeneme svátek MDŽ – naše obětavé ženy si to zaslouží.

Díky daru Společnosti Parkinson jsme si koupili předplatné do Městského divadla Zlín a již v únoru nás 20 navštívilo představení Řek Zorba se Zdeňkem Junákem v hlavní roli. Tento oblíbený brněnský herec je všem dobře znám ze seriálu Četnické humoresky. Představení bylo úžasné, seděli jsme většinou v první řadě a mohli jsme tak bezprostředně vnímat atmosféru, prožívat emoce smutné i veselé. Nikdy nikoho nesudme, nevíme, co se za situací skrývá, jaké má souvislosti a odpouštějme. Toto byla Zorbova životní filozofie.

Hlavní prioritou naší činnosti je samozřejmě zdravotní cvičení, ke kterému se scházíme každý pátek. Já jako cvičitelka sleduji nové trendy ve cvičení a hlavně mě zajímá, co může nemocným pomoci. Ráda ovšem připomenu, že záleží na každém, jak k významu pravidelného pohybu přistupuje. Vždy platilo a bude platit: „Pohyb je život“. Letos vyzkoušíme cvičení s Flexi-bary, nebo-li s vibračními tyčemi. Podstatou cvičení s Flexi-barem je rozkmitání tyče. Aby se tělo nevychýlilo ze své stabilní pozice, začínají proti kmitání Flexi-baru pracovat hluboké zádové svaly (které napomáhají správnému držení těla), veškeré břišní svalstvo, svaly pánevního dna, paží, trupu atd. Tím dochází k jejich velkému posilování a zároveň ke zmírnění bolestí a také třesu, který je charakteristický pro PN. Toto cvičení vede ke zlepšení koncentrace, stability, koordinace, rovnováhy atd. Jsou to vlastnosti, které využíváme při běžném pohybu v našich každodenních činnostech. Například dobrá koordinace má za následek jistější pohyb těla. Nevýhodou je, že originální certifikované tyče jsou poměrně drahé. Podařilo se nám získat grant od Nadace Synot z Uherského Hradiště na pořízení dvou až třech tyčí, jednu již máme a další postupně dokoupíme podle možností. Tyče chceme představit na setkání v Jelenovské a také na rekondicích.

Plánujeme opět vycházky do přírody a výlety. Určitě navštívíme poutní místo sv. Hostýn v Hostýnských vrších.

V souvislosti s jakoukoliv nemocí vyplyne

otázka významu a vlivu stravy. I tady bychom se rádi posunuli dále. V současnosti je velmi aktuální a důležité posuzovat stravu z hlediska překyselení organismu. Na toto téma chystáme přednášku. Do tématu zdravá strava patří i potraviny a doplňky a právě firma Naturvita z Veselého Slušovic je také jedním z našich sponzorů.

Jako každoročně se zapojíme do celostátních akcí – těšíme se na Říp i na Sportovní hry v Předměřicích. Také my chystáme celostátní akci, a to „Zlínský šachový turnaj“ se

zajímavými doprovodnými soutěžemi – tak, aby si mohl každý vybrat. Akce se uskuteční v sobotu 25. 5. 2013 v Otrokovicích v Centru volného času. Propozice uveřejníme včas na webu a rozešleme na kluby.

Závěrem bych ještě velmi ráda poděkovala našemu hlavnímu sponzorovi – Městu Zlínu, které nám poskytuje prostory i finanční dotace.

*Ing. Zdenka Kymlová,
Klub Parkinson Zlín*

Ať už lidé trpí bolestmi zad, nebo jim chtějí předejít, vždy je tu FLEXI-BAR – pružná kmitací tyč, která je vhodná pro všechny věkové a výkonnostní kategorie.

S FLEXI-BAREm lze současně stejnými cviky trénovat a zvyšovat sílu, vytrvalost, pohyblivost a koordinaci u všech osob na různých tréninkových úrovních.

FLEXI-BAR získal (jako jediné sportovní náčiní) ocenění kvality a originality – certifikát AGR (Aktion Gesunder Rücken). Byl doporučen Národní asociací německých odborníků na problémy se zády.

Indikace:

osteoporóza • obezita • artróza • poranění ramen • obtíže s meziobratlovými ploténkami • bolesti v ramenech a křídli • zotavování svalstva po porodu • posilování svalů pánevní dna • Parkinsonova choroba • příčné ochrnutí (paraplegie)

Kontraindikace:

akutní bolestivé stavy • akutní pooperační stavy • akutní zánětlivé procesy • závažné obtíže srdeční a oběhové (extrémně vysoký krevní tlak) • artrotické bolesti kloubů v akutní fázi • těhotenství od přibližně 3. měsíce

Ohlasy klientů ze skupinových lekcí:

... klienti si hodně chválí, že jim cvičení s FLEXI-BAREm pomohlo od bolestí zad, to je asi nejčastější odezva, kterou dostávám. ... (Vendula Š.)

... ohlasy na cvičení s FLEXI-BAREm jsou kladné, děvčata mi říkají, že cvičení je pro ně



zábavné a zároveň, že je nebolí záda, když dlouho sedí ... (Růžena K.) ... máme na lekcích s FLEXI-BARY seniory a méně pohyblivé nebo začínající klienti, cvičíme na poklidnou relaxační hudbu. Zájem je rok od roku větší, naše klientela se neustále rozrůstá ... (Vilma M.) atd.

www.flexi-bar.cz

**FAROT s.r.o. – výhradní dovozce
originálního náčiní a školitel pro ČR a SR**



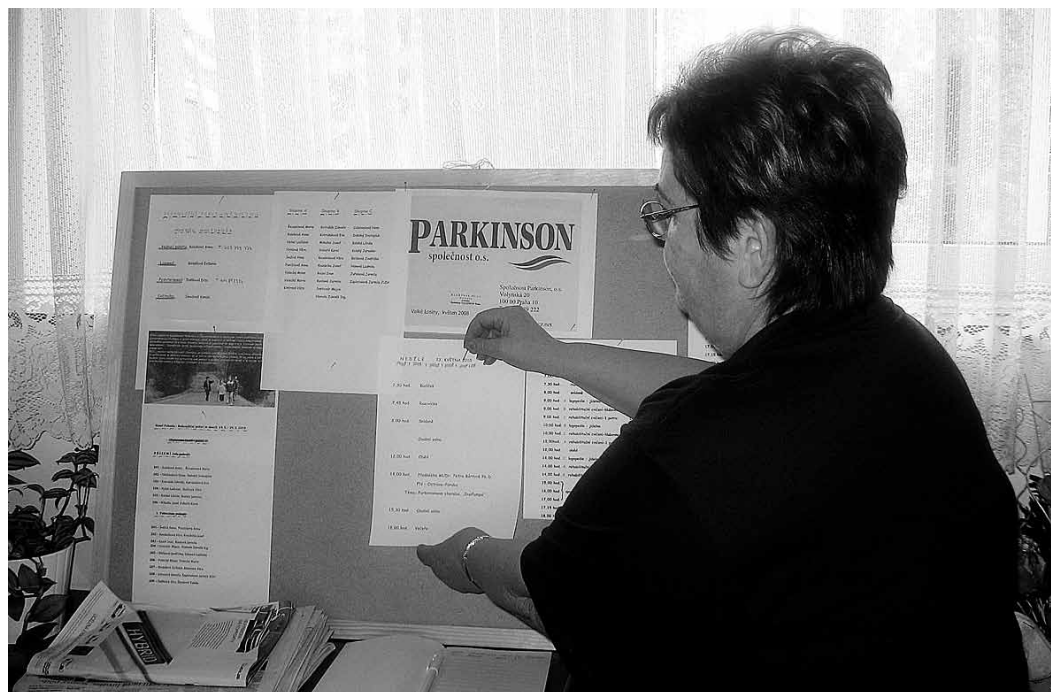
Komunikativní, čínorodá ... ne, budeme konkrétní. Anička dlouho vedla jeden z největších klubů ve Společnosti Parkinson, o.s., PK Ostrava. Mluví polsky a díky tomu navázala kontakty s polskými parkinsoniky. Neváhá přispět k dobré náladě svými výstupy v převlecích na akcích a setkáních.

Aničko, žiješ život manželky, matky, zaměstnané ženy, postavili jste dům, a když přišla nemoc, pracuješ pro Klub... nejsi unavená?

Žiju životem manželky i matky, sice děti jsou již z domova, ale když přijdou, nedají mi najevo, že jsem nemocná, snaží se mi pomáhat. Když jdeme ven, chytíme se s manželem pod paží nebo za ruku a nikdo ani neví, že jsem nemocná. Manžela mám milujícího, který mi je opravdu nápomocen, nedá mi najevo, že jsem nemocná a všude mě doprovází. Potíže jsem

začala pozorovat před devíti lety, ještě v produktivním věku. Nechtěla jsem si připustit, že mám takovou nemoc. Přicházely chvíle, kdy jsem si stále plánovala svůj den v původním režimu a nechtěla si přiznat, že vůbec nestíhám. Nesplněné úkoly se hromadily doma i v práci. V práci jsem pak zůstávala déle, o nemoci jsem se nesvěřila. Jelikož u mne převládá třes pravé ruky, dlouho jsem to nemohla utajit, cítila jsem se v práci méněcenná. Dostala jsem i otázku – Proč se ti pořád třese ta ruka? Nebylo to nic příjemného. Potřebovala jsem psát, vypisovat příkazy, platit platby přes počítač. Musela jsem si na sebe dávat pozor, styděla jsem se s někým o tom hovořit.

Pak jsem ale zjistila, že je mnohem lepší být otevřená. A hledala jsem také společnost lidí se stejnými zdravotními problémy. Našla jsem je v Klubu parkinsoniků Ostrava. Když jsem tam viděla lidi s větším postižením, vzalo mě to. Říkala jsem si: proti těm lidem jsi zdravá, musíš jim nějak pomoci! Tak jsem tam začala chodit,





5 let jsem dělala předsedkyni. I nyní, když nejsem předsedkyní, jsem stále aktivní a pomáhám jim ze všech sil.

Jsem někdy unavená, to se snažím být raději v pohybu a na nemoc moc nemyslet. To mě asi drží, když nic nedělám a málo se pohybuji, jsem unavená. Jsem zvyklá být stále v pohybu. Domeček jsme postavili vlastním přičiněním, děti samozřejmě pomáhaly. Vztahy s nimi máme velice dobré. Máme šest vnučat – tři kluky a tři holky. Nejmladší vnučka je již v první třídě, nejstarší je 27 let, již dokončila vysokou školu, pracuje a bydlí v Praze.

Žiješ v Karviné, ostravské oblasti, přiznám se, ještě jsem v Ostravě nebyla. Pro tebe je to domov a znáš naopak jiné oblasti naší země dobře. Jak vnímáš „kulturní“ odlišnosti Ostravska či jiných krajů, a jsou vůbec nějaké?

Od narození bydlím v Karviné, jsem zde spokojená. Je zde ložisko černého uhlí, těží se zde tak říkajíc černé zlato, ale myslím, že již není tak černá, jak se o ni vykládalo. Nyní již je většina důlních šachet uzavřená, začíná útlum. Spousta lidí je bez práce, je to okres s největší nezaměstnaností. Ale je tu u nás i spousta hezkého, máme zde zámek v Karviné, kde žila rodina Larischů, krásný park Boženy Němcové, lázně Darkov, velice známé na pohybové ústrojí. Je tu Obchodně podnikatelská fakulta Slezské univerzity v Karviné. Nejznámější je náš kostel v Karviné Doly, je to nejšikmější kostel.

Postavili jste si dům, teď rekonstruuje te byt. Jsi kutil?

Jsem kutil. Při stavbě rodinného domku jsme si s manželem navrhli a vytvořili určité části stavby domku sami, protože s návrhem od projektanta jsme nebyli spokojeni. Mnoho věcí jsme společně s manželem stvořili v domku i v domácnosti sami.

Nyní jsme koupili byt do vlastnictví, který nám předělává firma, ale stále něco vymyslím a konzultuji se šéfem, který mne vyslechne a dodělá vše, jak si přeji. Těším se, až bude byt dodělaný (už běží do cíle) a těším se na přestěhování a své nové království. Kuchyň, kterou jsem si navrhla, se mi moc líbí a těším se, jak v ní budu kralovat. Asi při přejímce bytu pozvu televizi, určitě by bylo na co koukat.

V jeden čas ses starala o čtyři děti? Nechce tě provokovat otázkou, jestli ráda vaříš.

Ale nějaký osvědčený recept, povíš?

To není provokace to je pravda, to se o mě říká veřejně, že jsem dobrá hostitelka.

Ráda vyvažuji a vypékám. Peču velice ráda a zkouším i různé nové recepty. Když přijde návštěva, ráda něco připravím a upeču. Ráda dělám střapačky se zelím, brynzové halušky, růz-





né řízečky, jak klasiku, tak i obrácené ... Nejvíce ze všeho pečú koláčky – tvarohové, makové i jablkové, moji známí je po mně požadují při různých oslavách a akcích.

Recept na koláčky:

0,5 kg polohr. výběr. mouky, 4 žloutky, 2 dcl oleje, 1 kostka droždí, asi 0,3 dcl mléka – dle potřeby, asi tak 9 ks cukr kostky, nebo 7 čajových lžiček cukr krystal, a nesmíme zapomenout sůl do těsta.

Tvarohová náplň: 1,5 kg tvarohu, 1 lžice pudinku, cukr moučka, cukr vanilkový, rozinky namočené v rumu, sůl, žloutek.

Posýpka: polohr. mouka, vanilk. cukr, cukr moučka, posekané ořechy nebo kokos, přeshkažené máslo.

Králík na hořčici:

Asi 1,5 kg masa den předem potřepe s hořčicí, nesmíme solit, necháme přes noc odležet.

Pak maso prudce na oleji opečeme, vyjme, vložíme do ohnivzdorné misky, na másle osmažíme nakrájenou cibuli, zasypeme lžičkou hladké mouky, osmažíme, přidáme 15 dkg osmaž. slaniny, zalijeme dvěma sklenicemi červeného vína, přidáme bujon s vodou. Dáme zapéct do trouby bez víka. Střední teplota trouby, ke konci pečení zalijeme štamprlí koňaku a přidáme 2 až 3 stroužky umačkaného česneku a dopékáme. Úplně nakonec se přidá 2 dcl sladké smetany.

Dobrou chuť.

Na otázku – jestli by chtěli, aby jim bylo znova dvacet – lidé většinou odpovídají překvapivě negativně. Ani já bych nechtěla vrátit čas, jak to vidíš ty? Je něco, co bys ve svém životě chtěla vrátit nebo naopak vymazat?

No jo, těch dvacet bych brala, opět „mladá a nebezpečně krásná“, PN by si dřímala někde v koutě. Vrátit bych snad chtěla čas, kdy jsem přišla do této Společnosti a byla zde prima parta, na chatu, když jsme se setkávali bylo veselo, srandovalo se, nikdo se neurážel, a všichni jsme si velice rozuměli a sedávalo se dlouho i do noci. Dnes už je to vše jinak, hodně špatné vztahy a urážlivost mezi členy a je mi z toho smutno.

Teď se zeptám „služebně“. Naše patientská organizace prožívá období organizačních změn, jsou tu osamostatňující tendence a já za sebe z toho nemám dobrý pocit. Při různorodé struktuře uvnitř je na místě vystupovat jako jedna organizace pro veřejnost. Jak tohle dění vnímáš ty?

Organizační změny bych viděla ve zlepšení pro kluby tak, že každý klub by měl zřízen účet, tím by se usnadnilo zbytečné přeposílání finančních prostředků (dotací) ze Společnosti Parkinson, Praha na jednotlivé kluby, kam se doposud sponzorské dary zaslají.

V dnešní době je zbytečně složité a nákladné vypisovat poštovní poukázky a platit drahé poštovné v čase, kdy Společnost zápasí o každou korunu. Stejně si Kluby veškeré výdaje vedou sami a pak se pokladny zaslají na centrálu k zaúčtování.

Je potřeba přepracovat směrnice a rozhodnout, která varianta je vhodná. Mně to nepřísluší hodnotit, na to máme výbor, který by měl o těchto věcech rozhodovat.

*s Annou Kolekovou si povídala
Zdislava Erbanová*



16. SVĚTOVÝ DEN PARKINSONOVY NEMOCI

V dubnu si opět vyšlápneme na kopce a kopečky ve svých regionech. Dovolte mi, abych Vás jako první pozvala na posvátný Říp.

TRADIČNÍ

6. VÝSTUP

†

NEMOCNÝCH PARKINSONOVOU CHOROBOU

NA ŘÍP

v sobotu 13. 4. 2013

Program:

8.45 + 9.15	Z Prahy od Hlavního nádraží odjíždí autobusy označené PN-Říp
10.30	Zahájení a přivítání pochodníků v Hospodě pod Řípem, Rovné-Krabčice
11.00	Společný výšlap, výstup, vyvezení na Říp – podle toho, na co se kdo bude cítit – k dispozici budou dva terénní vozy
12.30	Proslov kněze Václava Žďárského
12.50	Pozdravy ostatním klubům
13.30	Oběd v Hostinci pod Řípem (nutno předem zaplatit 100,- Kč) Volná zábava, k tanci a poslechu bude hrát Countryo
15.00	Odjezd plně obsazených autobusů zpět do Prahy

Případně je možné zajistit ubytování, které je nutné rezervovat předem.
(Ceny za noleh: ubytovna 250,- Kč, hotel 500,- Kč.)
Veškeré informace Vám ráda podá Jana Večlová - jana@vecl.cz / mobil 724 009 823
Prosíme o laskavé potvrzení Vaší účasti do konce března.



TEXT: JETKA VOJNÍ, FOTO: WWW.UMASENUNIMAT.CZ





Slavnostní setkání členů a přátel



PARKINSON KLUBU BRNO u příležitosti 16. světového dne pro Parkinsonovu nemoc a 15. výročí založení PARKINSON KLUBU BRNO pod záštitou patrona Zdeňka Junáka

KDY: V sobotu 13. dubna 2013

- Začátek v 11.00 hodin, za zvuku zvonů svatopetrské katedrály

KDE: Hrad Špilberk – hlavní nádvoří

PROGRAM:

- Zahájení hymnou parkinsoniků
- Oslovení přítomných o významu uvedených výročí – patron Zdeněk Junák
- Vystoupení taneční skupiny Mystery ze Sola Líšeň
- Národopisný soubor Líšňáci za doprovodu Cimbálové muziky Líšňáci



Po ukončení hlavního programu jste zváni na odpolední party do Zahrad pod Špilberkem.

Zajištěno občerstvení, pro větší jedlíky ke koupi další chuťovky a nápoje dle vlastního výběru. Můžete si zazpívat a zatančit s Cimbálovou muzikou Líšňáci, kochat se vyhlídkou na Brno a nebudou chybět další překvapení.

Pomocnou ruku a bezpečný doprovod po nádvoří a do Zahrad pod Špilberkem vám nabídnou opět rytíři CORNETA MORAVIA



Jak se dostanete na vrchol Špilberku:

- PRO PĚŠÍ:** Výstup k hradu z ulice Husovy, za hlavní bránou doleva krytým schodištěm do areálu hradu.
- VJEZD AUTEM** – bezbariérový přístup: Z ulice Úvoz přes Gorazdovu až k hradu (je zajištěna asistence Městské policie ČR pro volný vjezd po předložení této pozvánky)
- KDO POTŘEBUJE ODVÉZT** od MHD ke hradu:

V 10.15 hodin bude odjíždět autobus označený **PARKINSON SLOVÁCKO**, o.s. ze zastávky tramvaje č. 4 na Komenského náměstí (doporučujeme předem se ohlásit na tel. č. 603 275 968).

*Za výbor PKB
Mgr. Eva Vernerová, předsedkyně
www.parkinson-brno.cz*



Pozvánka do Olomouce na Svatý kopeček



Pozvánka na výstup k bazilice Navštívení Panny Marie na Svatém Kopečku u Olomouce

U příležitosti Světového dne Parkinsonovy nemoci si vás dovoluujeme pozvat na pěší výstup na Svatý Kopeček u Olomouce.

Termín konání: Sobota 13. dubna 2013

Sraz účastníků – 9.45 – v 10.14 hod. na autobusové zastávce MHD linky č. 11 v Samotiškách. Účastníci mohou použít autobusovou linku č. 11 – stanoviště před budovou železniční stanice Olomouc hl. n., jednotlivé spoje odjíždí v 9.31, 9.46 a v 10.00 hod.

Pro méně pohyblivé účastníky je možnost pokračovat dále autobusem do obce Svatý Kopeček a dostavit se před baziliku, kam dorazí pěší poutníci. Samotný výstup není příliš náročný, délka je cca 2 km.

V rámci programu je zajištěna prohlídka baziliky s průvodcem a oběd v místní restauraci.

Ukončení předpokládáme ve 14 hodin. Odjezd bude MHD.

Pro účastníky, kteří přijedou do Samotišek autem je možno zaparkovat v obci, kde je za tím účelem dostatek parkovacích míst.

*Na Vaši účast se těší členové výboru
Marie Salavcová, Martin Pátek, Radomil Žert*

Móda a fotografie, aneb když tvoří parkinsonik

*Na hrad Houska se 8. 6. 2013 sjedou
příznivci fotografií, módy a jahodových
knedlíků.*

Paní Renata Burianová a pan Radek Frýsa pod záštitou společnosti PPP o.s. a ve spolupráci s mnoha dalšími subjekty a jednotlivci pořádají akci **MÓDA A FOTOGRAFIE**.

Kdo z Vás dvou je autorem projektu a co je jeho cílem?

RF: Autorkou projektu je Renata. Pokud bych měl stručně popsat co je cílem, pak bych řekl za sebe – tvořit krásné věci a sdílet je s lidmi, kteří jsou k umění vnímaví. Jakýmsi „vedlejším

produktem“ by měl být výtěžek z aukce modelů, které Renata navrhuje a realizuje. Já mám za úkol je krásně nafotit na krásných ženách a vytvořit z fotografií kalendář, který tam pokřtíme a snad i vydražíme. Výtěžek připadne klubům, které parkinsoniky sdružují.

RB: Odpověděla bych stejně jako Radek ... Pro mě osobně je to však i příležitost pozvat přátele, jejich přátele, rodinu, klienty a jejich klienty. Mám ráda kolem sebe lidi, doma máme stůl pro 12 osob a k němu se všichni tito lidé nevejdou... tak mě napadl hrad Houska.

Počkejte, počkejte, jak to tedy bude probíhat?

RB: Celé akci je věnován web www.tvorimpro-parkinsona.cz. Postupně ho doplňuji fotografiemi, které Radek pořizuje, takže zájemci o tuto akci nechť navštíví tyto stránky.

V zásadě a v tomto pořadí se můžeme těšit na jahodové hody, módní přehlídku, křest ka-



Móda a fotografie

Zveme Vás na charitativní setkání a přehlídku modelů i s Andreou Verešovou, křtem kalendáře s fotografiemi modelů a hlavně s jejich dražbou.

**HRAD HOUSKA
8.6.2013 v 15 hodin**

Program:

- prohlídka hradu,
- přehlídka modelů,
- bohatá tombola,
- křest kalendáře a
- dražba modelů, kalendářů a
- fotografií

doprovodný program:

- jahodové hody,
- koláče
- grilované prasátko, jehňátko a kuřátko
- moravská vína
- slivovice
- nealko

atrakce pro děti:

- obří bublárky
- a další překvapení

Prosba o podporu parkinsoniků
Prosím, zamysleme se nad dnešním způsobem života a uvažováním současné společnosti. Opravdu dokážeme mít radost jen z toho, co získáváme? Nepotěšilo by Vás někdy jen tak něco darovat? Nečekat materiální protiplnění? Podpořte tuto akci, podpořte parkinsoniky. Celá akce má několik aspektů, umožní setkání parkinsoniků v krásném prostředí, setkání byznysmanů - našich klientů a jejich klientů, naši touhu tvořit a ukázat Vám krásné věci, ale hlavně získání finančních prostředků pro společnost PPP o.s. a Parkinson-Slovácko o.s. Jak můžete přispět?
Kupte si sponzorské poukázky, každá má hodnotu 1000,- Kč. Jejím nákupem darujete 1000,- Kč. Poukázka platí jako vstupenka na tuto akci. Prodáme Vám předem jakékoli množství poukázek. Na nákup poukázek Vám můžeme vystavit darovací smlouvu. Hodnotu daru si tak můžete odečíst bu z příjmu, nebo z základu daně.
Objednat je můžete na telefonním čísle: 773 131 171
mailu: cousteau@seznam.cz
Sledujte www.tvorimpro-parkinsona.cz
www.ppp-parkinsonum.org

Renata Burianová
návrhy modelů - hobby
tvořím pro radost
profesí účelů
+420 773 131 171

Radek Frýsa
tvořitel
fotím s láskou
+420 602 522 909
www.foto-frysa.com

ve spolupráci s:
PARKINSON



lendáře, kejklířské představení, obří bubliny a grilování.

RF: Určitě se najde chvilka na prohlídku hradu.

Na jaké šaty se můžeme těšit?

RF: Já tomu moc nerozumím, ale je tam od všeho trochu. 12 modelů pro 12 měsíců v roce. Na webu už jsou k vidění. Jeden z modelů nafotí a předvede Andrea Verešová.

RB: Původně jsem myslela výhradně na hedváby, ručně barvené a malované, ale nechala jsem se lákat krajkou, brokátom ... modely jsou společenské, plážové, malé večerní ...

Pro Andreu mám specialitu ...

Jak dlouho už spolupracujete, zdá se, že jste sehraní, doplňujete se.

RB: se směje, sehraní tedy jsme od 1. 2. 2013. Zavolala jsem panu Frýsovi, protože je fotograf parkinsonik a jeho fotky s atmosférou jsou nádherné. Také fotografuji, ale ne

profesionálně. Aniž by mne znal, řekl, že do toho se mnou půjde. Dělá se s ním moc dobře, vnímá podstatné a nepodstatné stejně jako já. Pro mě celá akce je přínosem právě v jeho osobě.

RF: Renata je akční člověk, který si ventiluje kreativní potřeby v oblasti navrhování poetických a nositelných modelů. Mám rád kolem sebe spolupracovníky, kteří žijí v přítomném čase, nebojí se bláznivých nápadů, přijímají moji otevřenost a formu humoru. Takže mám rád i Renatu. Jistě znáte ten pocit, že úplně cizího člověka znáte... Na něco myslím a ona to řekne a naopak, sakra proč si tak nerozumí občané a politikové! Nedokážeme si představit, jaké harmonické bytí bychom prožívali, kdyby naše hrstka politiků udělala to, co si přeje několik milionů občanů (na tomto světě je to naopak). Takže s Renatou rozvíjíme pracovní úkoly k užtku většiny a máme z toho příjemné pocity.



Vladař – svědek dávné minulosti a místo úchvatné přírody

Vladař a parkinsonici

I v letošním roce – po výstupu na Říp – je připraven výstup na horu Vladař. Akce se uskuteční ve dnech 23.–25. 6. 2013 na Zámku v Chyších a na Vladaři. Projekt „**Vladař – svědek dávné minulosti a místo úchvatné přírody**“ je uspořádán pro parkinsoniky, jejich zdravotní doprovod, seniory a studující mládež. Parkinsonikům je rozsáhlý program určen především první den tří denního setkání, tj. neděle 23. 6. 2013. Cílem tohoto projektu je setkání dvou generací a uskutečnit se při společném výstupu na horu. Při kontaktu starších osob, často zdravotně postižených, a generace studentů by mělo dojít ke kontaktu a uvědomění si toho, čím se obě generace liší, ale co je také spojuje. U studentů by mělo dojít k posílení sociálního citění i k posílení kladných charakterových vlastností. Studenti budou mít při výstupu i sestupu funkci asistentů, a proto neváhejte spoolehnout se na ně, případně je požádejte o pomoc.

Kromě výstupu na Vladař, bude součástí programu také řada zajímavých přednášek významných odborníků.

Protože na Zámku v Chyších v roce 1917 působil mladý doktor filosofie a spisovatel Karel Čapek jako vychovatel u hraběte Vladimíra Lažanského, zvolili jsme vedlejší téma „**Karel Čapek a Chyše**“, abychom vzpomněli na jednoho z nejvýznamnějších českých autorů 20. století.

Výstup na Vladař povede po lesní cestě a není příliš náročný. Při výstupu se několikrát zastavíte, abyste si poslechli odborný výklad.

Méně zdatní parkinsonici mohou využít druhou trasu, která vede chráněným územím v délce asi 2 km bez převýšení.

Ke dni 7. 3. 2013 je předběžně přihlášeno 670 účastníků. Aby byla zvládnuta organizace, je zapotřebí od účastníků dodržování časového rozpisu přednášek, exkurzí i oběda. Stravování je zajištěno v Zámecké restauraci v Chyších. Hodnota celého oběda (polévka, jedno ze 4 hlavních jídel, nápoj) v ceně 144,- Kč bude účtován za 100,- Kč. Stravenky pro účastníky zajistí vedoucí autobusu v pokladně na zámku. Vedoucí autobusu připraví k odevzdání jmenný seznam účastníků, který nutně potřebujeme.

Doprava účastníků do Chyší a na Vladař

Účastníci projektu z Prahy použijí rychlíku ČD (odjezd z Prahy hl. n. v 6.10 hod. – příjezd do Plzně hl. n. v 7.50 hod.)

Účastníci z Českých Budějovic odjezd v 6.01 hod. – příjezd do Plzně hl. n. v 7.58 hod. Urychleně přestoupí do autobusu – parkoviště před Hlavním nádražím Plzeň, odjezd v 8.10 hod. do Chyší.

Doprava parkinsoniků autobusem z Plzně do Chyší a zpět je zdarma.

Doprava účastníků z Ústeckého kraje a zpět se koná společným autobusem – jízdné zdarma.

Nástup a výstup z autobusu je na autobusových nádražích:

Děčín 5.30 hod., Ústí 6.05 hod., Most 7.00 hod., Chomutov 7.36 hod.,

Chyše – náměstí 8.40 hod.

Odjezd zpět z Chyší v 16.00 hod.

Organizace

Hostitelé: Ing. Vladimír Lažanský, Ing. Marcela Lažanská – majitelé Zámku Chyše

Pořádající organizace: Společnost Parkinson, o.s., Praha

Spoluúčast: Plzeňský kraj, Karlovarský kraj,

Ústecký kraj, Magistrát města Plzně, Město Plasy, Město Chyš

Koordinátorka přednáškové činnosti a kulturního programu: Veronika Kalivodová – kult. ref. Města Plasy

Informatika a skript: Iveta Hezká

Majordomus: Ing. Petr Brodský, lesní ing., předseda Muzejní rady Žluticka

Autor projektu: Mgr. Zdeněk Sadílek,

Mgr. Anna Schejbalová

kontakt: Lipová 244, 331 01 Plasy

tel. č.: 728 720 429

e-mail: zdsad@seznam.cz

12. ročník výstavy Senior – Handicap: aktivní život

Výstava Senior – Handicap: aktivní život, je již tradičně spojená s výstavou Šikovné ruce našich seniorů a Lázeňským veletrhem a od loňského roku i s výstavou růží a květin časného léta Růžová zahrada.

I letos najdou návštěvníci v odborné části výstav Senior – Handicap a Lázeňský veletrh nabídku pomůcek a služeb pro různé druhy handicapů, zdravotní poradny, nabídku lázeňské léčebné, rehabilitační či relaxační péče, ale i odborné semináře a workshopy... A rovněž tu budou vystavovatelé se zbožím nezbytným pro každodenní život. Podobná veletržní přehlídka tohoto typu v republice neexistuje, žádná například neposkytuje možnost prezentace poskytovatelům sociálních služeb. Domovy důchodců a ústavy sociální péče tady mají příležitost představit nelehkou práci, kterou v péči o staré a fyzicky či psychicky nemocné odvádějí. A nejen to. Na svých stánkách nabídnou i výrobky svých klientů, což jim může přinést peníze, tolik potřebné třeba právě k rozšíření arteterapie či dalších zájmových činností. V předchozích letech dokonce některá zařízení díky svým prezentacím našla sponzory.

Šikovné ruce našich seniorů

Senioři mohou soutěžit v těchto disciplínách:

Ruční Práce

Ruční práce, které **senioři vytvořili** dle vlastní fantazie a zájmů **v průběhu minulého roku**, z různých druhů materiálů i různými technikami, jako například vyšívání, háčkování, pletení nebo práce ze dřeva, kovu, hlíny, papíru, výrobky ze suchých květin a plodů i dalších materiálů, budou zařazeny do soutěže.

Literární Práce

Téma: **I malé věci dělají život velkým**
kategorie

- próza – max. dvě literární práce o max. třech stranách textu (povídka, fejeton, vyprávění...)
- poezie – max. 3 básně

Fotografická Soutěž

Téma: **Dnes jako zamlada...**

Zúčastnit se může každý senior šesti jednotlivými snímky či dvěma fotografickými cykly nejvíce o pěti snímcích.

Fotografie mohou být černobílé i barevné ve formátu nejméně 13 × 18 cm.

Každá fotografie musí mít na zadní straně uvedeno (nejlépe na přilepeném štítku) jméno a příjmení autora, adresu, věk, název snímku (cyklu) a způsob nasnímání (digitálně, na film).

Je možné začít připravovat díla pro soutěž, během měsíce dubna zájemci vyplní přihlášky a odešleme jejich práce. všem, kdo se budou chtít zúčastnit, přejeme hodně zdaru při tvorbě soutěžního díla.

Parkinsonova choroba převrátila Márii Opltové život naruby, přesto bojuje

Už na první pohled je Mária Opltová šarmantní, příjemná a zábavná dáma ve středních letech, která se ničím výrazně neliší od svých vrstevnic. Do chvíle, než začne vyprávět o svém životě, který ji před jedenácti lety nabourala zákeřná nemoc – Parkinsonova choroba.

Ta postupně převrátila její život naruby, Mária se kvůli depresím dokonce pokusila svůj život několikrát ukončit. Po nasazení originální léčby se její stav poněkud zlepšil a nyní bojuje každý den o možnost trávit čas jako lidé, kteří jsou zdraví. Protože většinu svého života pracovala jako zdravotní sestra, dělá, co je jí nejbližší – pomáhá ostatním.

Mária Opltová se narodila před zhruba 55 lety v Bratislavě, dětství prožila ve vesnici poblíž Malacek. Poté se s rodiči odstěhovala do Kralup nad Vltavou, v Kladně vystudovala obor zdravotní sestra a dva roky obor anestezie a resuscitace a intenzivní péče v Praze. Třináct let pracovala na interně JIP v Kralupech, kde se seznámila se svým manželem – lékařem. Práce ji bavila, přestože byla náročná. Postupně se jim narodily tři děti. Manžel dostal pracovní nabídku z pražské nemocnice, a tak se celá rodina přestěhovala do Prahy. Po mateřské dovolené nastoupila Mária jako sestra na anestezii a jako úseková sestra na očním sále jedné z pražských nemocnic. „Na sále jsem uspávala i slavné osobnosti, například paní Jiřinu Jiráskovou, Petra Čepka nebo Wabiho Daňka. Byla to doba, kdy jsem byla velmi šťastná.“

S manželem žili jako stovky dalších rodin, vychovali tři děti. Prostřední syn ukončil fyzioterapii s bakalářskou prací zaměřenou na fyzioterapii nemocných Parkinsonovou chorobou. Je ženatý a má dvě děti. Dcera bydlí ještě s doma.



Vše se zdálo úplně v pořádku. „Najednou jsem začala trochu kulhat. Příliš jsem tomu nevěnovala pozornost, ale kolegyně mě nutila, ať s tím zajdu na neurologii. Tam mi řekli, že mám zřejmě jednu nohu kratší a projevuje se to při únavě. Když se problém stále zhoršoval, šla jsem k jinému doktorovi a ten se mě opatrně zeptal, zda jsme v rodině neměli Parkinsona. V prvním šoku jsem mu řekla, že ne a že já tuto nemoc také určitě nemám. Jako zdravotní sestra jsem samozřejmě věděla, co nemoc obnáší a jenom slyšet její název mě vyděsilo,“ vzpomíná na první kontakt s diagnózou Mária.

Lékař jí poslal ke specialistovi na dané onemocnění – panu docentu Rothovi z neurologické kliniky VFN v Praze. Ten jí pomohl se s diagnózou smířit a především začít ji v rámci možností léčit, později přešla k docentu Jechovi. „První roky jsem nemoc v práci tajila, nechtěla jsem, aby to někdo věděl a litoval mne,“ vysvětluje Mária Opltová. Prvních pět let po stanovení diagnózy nebylo ještě nic poznat, a někdy Mária dokonce nemoci využila. „Když

přivezli na sál nějakého pacienta, který měl Parkinsona a byl hodně vyděšený, pošeptala jsem mu do ucha, ať se nebojí, že ji mám taky. Použila jsem svůj stav k tomu, abych jej uklidnila a povzbudila,“ vzpomíná. Maskovat nemoc však nešlo donekonečna, zvlášť když začala zlobit i ruka. V té chvíli se rozhodla, že o své nemoci kolegyním řekne. „Nakonec se ukázalo, že problémy s rukou neměly s nemocí nic společného, ale už bylo pozdě. Začala jsem úzkostlivě sledovat reakce okolí a měla pocit, že se na mne ostatní dívají skrz prsty. Vyvrcholilo to tím, že jsem se rozhodla z práce odejít, což nyní vidím, jako největší chybu,“ říká Mária Opltová. Po tom už nikdy nenašla práci, která ji by ji tak moc bavila. „Dostala jsem dobrou nabídku od soukromé zdravotnické firmy, ale manžel mne umluvil, abych se zbytečně nevyčerpávala a zůstala doma.“ Přesto se ještě pokusila práci zdravotní sestry nadále vykonávat, nastoupila v jiné nemocnici. Na oddělení byla ale nejstarší a mladší sestry se jí stranily. „Atmosféra byla velice nepříjemná, navíc jsem se kvůli nemoci začala potýkat s depresemi, a to vše dohromady zapříčinilo, že jsem se pokusila o sebevraždu. Skončila jsem ve stejné nemocnici na psychiatrii a až jsem se

dala dohromady, z práce jsem odešla. Pak už jsem zůstala doma,“ vzpomíná na nelehké období Mária. Deprese se ohlásily ještě několikrát, proto si pobyt na psychiatrii bohužel několikrát zopakovala. Snažila se najít smysl života, který jí s limitující nemocí připadal bezútešný. „Pomohlo mi, když pan docent nasadil lék ve formě gelu, který se podává přímo do tenkého střeva, a to hadičkou přes břišní stěnu žaludku. Tento přípravek mi zcela odboural třes a mimovolné pohyby a já jsem tak mohla vyjít na veřejnost bez obav,“ popisuje léčbu Mária, která nosí u pasu zavěšenou krabičku, která lék průběžně dávákuje přímo do těla.

S depresí se paní Mária snaží bojovat péčí o rodinu, do níž přibyli vnuci, a také slepý pesek a dvě koťata, jezdí na chalupu do Jizerských hor, kde má kamarádky. Angažovala se v patientské organizaci lidí, kteří trpí stejnou chorobou, pomáhala vybudovat stacionář pro nemocné Parkinsonovou chorobou. Z koncertů pro nemocné PN poznala take profesora Radovana Lukavského a dělala mu společnost. Říkával mi:

„Mařenko, nepolykejte slova, dokončete větu a poté bych si dal sklenku dobře vychlazeného bílého vína.“

Mária Opltová začala o své nemoci povídat lidem, kteří se parkinsoniky starají, například v domovech důchodců nebo sociálním pracovnícím a pečovatelkám,“ popisuje svoje aktivity Mária.

Jejím současným největším snem je procestovat Zanzibar a Tanzánii. „Reálněji ale vidím dovolenou se svou dcerou, pokud se vše podaří, pojedeme na Sardínii,“ přeje si Mária. Jejím dalším snem je sepsat knihu se svými básněmi, kresbami, vzpomínkami na mládí na Slovensku a tradičními recepty na jídla, která se už nyní téměř nevaří. „Léčba pumpou má jeden zajímavý vedlejší účinek, stimuluje totiž tak, že v sobě objevujeme nečekané umělecké sklony. Já například hodně maluji, především miniatury a vyřezávám, nejraději domečky a těmi pak obdarovávám rodinu,“ uzavírá své vyprávění Mária Opltová, která se se zákeřnou nemocí statečně pere každý den.

Autor: Markéta Pudilová



Parkinson, parkinsonici, Parkinsonova choroba, parkinsoniáda...

Áno, bez ohľadu na to, s akým „P“ sa píšú tieto slová, stretávame sa s nimi každý deň. Je to náš život, naša choroba, naše priateľstvá, naše problémy.

Je začiatok ďalšieho roka a ja som si tak na Silvestra doma premietala, čo mi uplynulý rok priniesol a čo ma čaká. Résumé – ešte je to dobré. Ešte sa viem smiať sama zo seba, ešte dokážem dosť zrozumiteľne artikulovať, ešte sa dobre pohybujem a netrasiem sa – pohárik nevylejem... Povedala by som, že táto choroba obohatila môj život. Ale to len vďaka vám, priateľom parkinsonikom. Kdežeby som si ja niekedy pomyslela na to, že v mojom úctyhodnom veku sa budem naháňať okolo stola so stolnoteniskovou raketou a chodiť s veľkým nadšením hrať bowling. Mám aj ja chvíľky, kedy ma prepadá smútok, ale potom si spomeniem na rôzne humorné príhody (ktoré nebyť parkinsoničkou, by sa nestali). Zasmejem sa a život ide ďalej.

Nie je nič strašné na tom, že ľudia neverdia, čo to je Parkinson. Dopadne to potom tak, ako sa stalo mne – smiala som sa ešte večer v posteli. Stretla som bývalého kolegu a ten mi hovorí: „Ako dobre vyzeráš! Ty už niekoho máš?“ Ja mu na to vážne: „Áno.“ On na to: „Vážne? A už niekoho stálejšieho?“ Odpoviem: „Nebudeš mi veriť, ale bude pri mne až do smrti.“ Začudovane krúti hlavou: „A to je kto?“ Ja hovorím: „Verný priateľ Parkinson...“

Kolega obdivne prikývne: „To sa ti podarilo – dokonca aj cudzinec...“ A zamyslene pokračoval v ceste. Zadržala som smiech a rozchechtala som sa, až keď bol dosť ďaleko.

Moja kaderníčka mi minule povedala: „Už

čakám, kedy sa ozvete, lebo keď prídete, aspoň sa z chuti zasmejem.“ Nuž bodaj by sa nesmiala, keď si vypočuje maléry, ktoré sa mi prihodili, lebo som takmer hromozvod, čo privoláva absurdné situácie.

Nie je nič strašné na tom, že sme nemotorní. Len sa treba ozbrojiť trpezlivosťou. Tak ako ja, keď som vyťahovala spod skrine zapadnutú šípku a zacvikla som si tam ruku. Skriňa má totiž sklápaciu dosku, takže pod nábytok možno poukladať aj veci nelahodiace oku. Ruku som tam vopchala, ale šípka bola ďaleko, potisla som ruku ďalej a zasekla som sa pod tú dosku. Fajn. Predstava, ako ma tam nájdú nevládnú, len v tričku s holým zadkom (nestihla som sa ráno obliecť a už som horľivo trénovala) ma nadchla – vidieť úžas záchrancov som si živo predstavila a tak ma to pobavilo, že som sa rozosmiala a doska zázrakom povolila ruku.



Nie je nič strašné na tom, že priberáme pôsobením liekov. Má to len jednu chybu – garde-roba sa nám scvrkáva a potom to dopadne tak, že všetko je tesné. Bola som na bowlingu a pri jednom rozhodujúcom hode som do vrhu vložila mimoriadnu energiu a naraz rup!! odletel mi gombík z tesných nohavíc a mala som čo robiť, aby som ich v poslednej chvíli zachytila. Čo teraz? Nenosím so sebou ihlu a niť, ani nikto z prítomných samozrejme nemal. Našťastie sme mali po bowlingu ísť hrať stolný tenis a ja som



mala v ruksaku tenké 3/4 nohavice. Tie som si prezliekla a potom s myšlienkou na Pavla Nového, ktorý vraj celú zimu chodí v kraťasoch, som odkráčala po snehu na stolný tenis v mrazivom popoludní s holými bielymi nohami a so slušivými svetlofialovými nohavicami, trčiacimi kúsok spod kabáta až na druhý koniec mesta.

Nie je nič strašné na tom, že strácame čuch. Ja, darebák, som raz pozabudla, že v rúre zostal zvyšok z upečených rebier. Asi po 5 dňoch som ich objavila a s chuťou som si ich vzala k televízoru a objedala. Zdalo sa mi, že majú trochu divnú chuť, ale hlad je najlepší kuchár, jedla som... Z jednej strany som už kosti „ohlodala“, otočila na druhú stranu ... a zdúpnela. Na mäse bola krásna žltá-zelená plesň, ako nadýchaný obláčik. Keby som mala čuch, určite by som ju zacítila. Ale takto som si len spomenula na to, že otrava mäsom je tá najhoršia, že človek upadne do bezvedomia a zomrie. Nemocnicu máme ďaleko, bola nedeľa, autobusy chodili len riedko a pri predstave, že prídem na bicykli na urgentnú službu a poviem, že som zjedla pokazené mäso, aby mi vypumpovali žalúdok, som dostala strach, že si ma tam nechajú asi na psychiatrii. Nešla som nikam, ale strach som mala. Večer som si povedala – no a čo, už som prežila v živote takmer všetko, čo sa dalo, možno je aj čas odísť. Vytiahla som kľúč zo zámky, napísala dcére, kde mám peniaze, srdcervúci odkaz ako ju ľúbim a ľahla som si do postele. Ešte som si pospomínala na pekné chvíľky a spokojne som zaspala. Ráno som sa zobudila vyspatá doružova – odkaz som roztrhala a išla som ku kamarátke vypiť šampus na oslavu, že som prežila svoju smrť.

Nie je nič strašné na tom, že chodíme s paličkou. Mala som také obdobie. A musím povedať, že palička bola inzerciou – „pomôžte mi.“ Stretala som sa len s ochotou a snahou pomôcť. Najhorší však bol začiatok, kedy mi palička prekážala, plietla sa mi pod nohy, potkávala som sa o ňu. Moja fyzioterapeutka ma musela učiť pred zrkadlom ako chodiť. Vraj mám do chôdze vložiť eleganciu. Ja som len elegantne vrávorala a bola som rada, že mi táto zdravotná pomôcka nepomohla k nejakému „cestnému lišaju“ alebo zlomenine. Našťastie som s paličkou nechodila dlho.

Nie je nič strašné na tom, že sme popletení. O to väčšia radosť, keď nájdeme to, čo sme dlho bezvýsledne hľadali. Jedného rána som márne hľadala prstene, ktoré si zvyknem z rúk skladať, keď niečo robím. Prstene neboli na mieste, ani na žiadnom z viacerých, kam ich občas zapotroším. Nešťastná som sa vybrala hľadať do kontajnera, lebo večer som



čistila jablká a mala som dojem, že som ich možno položila na papier a spolu so šupkami vyhodila. Ten jeden by som oželela, ale druhý prsteň bol pamiatkou na otca – on ho dostal od krstného otca, bola to už starožitnosť. Hrôza ma oblieala, ako to poviem dcére – kontajner už smetiari ráno vyprázdnili. Na jednej strane som sa potešila, lebo som si nevedela predstaviť ako budem v kontajneri hrabať, či doň budem musieť vliezť, či sa neprevrátim doň dolu hlavou a ako vyleziem – živé obrazy mi leteli pred očami, ako ma susedia vyťahujú z tých sajrajtov, čo ma napriek strate pobavilo, ale na druhej mi bolo veľmi ľúto zmiznu-

tých prsteňov. Zamyslená sa vraciam od kon-
tajnera, vyťahujem kľúče a strkám do zámky
na vchodových dverách do paneláka a vtom
pozriem na ruky – prstene mám obidva na ru-
kách! Šok a radosť.

**Nie je nič strašné na tom, že niektorí sme
invalidi.** Chodievam hrať bowling do iného
mesta a potom ideme s kolegom na víno do
jedného pivničného šenku – pije sa tam „na
stojáka“ a je tam jediný stolík a nad ním tabu-
lka **VYHRADENÉ PRE INVALIDOV
A DÔCHODCOV** – spokojne si sadneme na-
priek nevraživým pohľadom stojacich konzum-
mentov – ja som dôchodca a kolega invalid.
Nevyzeráme na to, ale nech nás každý má rád
– „Na zdravie!“

A týmto prianím – Na zdravie – končím svo-
je bláboly, prepáčite mi dúfam, som len parkin-
sonik.... (Nestrácajte náladu, bude sa vám žiť
lepšie). Nech váš každý deň sprevádza úsmev.

Pozvanie

Milí priatelia!

(Ako dobrí priatelia sa pozývame navzájom
na oslavy, chceme sa podeliť so zážitkami).

Tí, ktorí sa rozhodnú prijať naše pozvanie sú
srdečne vítaní na Slovensku 5.–6. apríla 2013.

Týždeň pred vami oslavujeme Svetový deň
Parkinsonovej choroby už tradične – výstupom
na Pustý hrad a stolnotenisovým turnajom
„PARKINSON CUP – 2013“.

Výstup organizuje tak ako každý rok regio-
nálny klub SPS vo Zvolene na čele s predse-
dom Jánom Krnáčom. Na spustenie programu
sa koná už pravidelne stolnotenisový turnaj pre
parkinsonikov „PARKINSON CUP – 2013“.

Pre slovenských parkinsonikov sa koná pri
tejto príležitosti v priestoroch Doprastavu naj-
prv výročné valné zhromaždenie. Po valnom
zhromaždení sa na uvoľnenie a radosť z pohy-
bu koná od 17.30 hod. v herni (takisto v areáli
Doprastavu) turnaj, na ktorý srdečne pozýva-
me aj vás, zahraničných hostí. Prihlásiť sa tre-
ba včas u pána Krnáča. Nocľah bude zabezpe-
čený v ubytovni Doprastavu alebo na zimnom
štadióne.

Program:

5. apríla, piatok:

- od 14.00 hod. VALNÉ ZHROMAŽDENIE
pre členov SPS v jedálni Doprastavu
- od 17.30 hod. stolnotenisový turnaj „PAR-
KINSON CUP – 2013“ v herni .stolnoteni-
sového oddielu Doprastav
- ubytovanie priebežne, strava zaistená

6. apríla,

sobota:

- 09.15–09.30 hod. zraz účastníkov za Zim-
ným štadiónom vo Zvolene, pri rampe pred
vstupom do lesa.
- 09.30–10.30 hod. výstup na Pustý hrad.
- 1. PEŠI: Voľným krokom, pohodlnou cestou
trvá výstup 50–60 minút. Strmšie stúpanie
je len krátky úsek na začiatku a konci trasy.
- 2. AUTOM: Na parkovisko pri križovatke
chodníkov, potom peši 15 min.
- 3. ODVOZ AUTOM: Pre menej zdatných –
dovoz ku bráne horného hradu – 10.30–
12.00 hod. príhovor, prehliadka hradu, voľ-
ný program – zostup
- 12.00–13.30 hod. obed, spoločné pose-
denie
- 13.30–13.45 hod. odvoz na železničnú
stanicu

Všetci ste srdečne vítaní – nezabudnite svoju
účasť prihlásiť u p. Janka Krnáča – kontakt:

e-mail: krnyjan@gmail.com

mobil: +421 0917 574 548

Ján Krnáč,

predseda regionálneho klubu SPS Zvolen

Druhé pozvanie

Vážení priatelia,

tí, ktorí chodievate na parkinsoniády viete, že
t.r. ju organizujeme na Slovensku, a preto si
dovoľujeme srdečne vás pozvať na 6. ročník
parkinsoniády – športových hier parkinsoni-
kov, ktorá bude v dňoch 2.–4. augusta 2013 na
Slovensku, v kúpeľnom meste Piešťany.

Urobíme všetko preto, aby aj šiesty ročník
bol taký úspešný ako predchádzajúce ročníky.

Ako sme parkinsoniádu pripravili? Podrob-
nosti o súťažiach, o programe a ďalšie informá-
cie nájdete na webovej stránke www.parkinsoniada.sk. Ak sa vám bude zdať, že sme na niečo

zabudli, dajte nám prosím vedieť. Zúčastniť sa a prežiť jej neopakovateľnú atmosféru na vlastnej koži však môžete, iba ak pošlete prihlášku do 30. 4. respektíve do 31. 5. 2013.

Na tohtoročnú súťaž pozývame okrem stálych súťažiacich aj parkinsonikov z Nemecka a Maďarska. Okrem bežných súťažných disciplín obohatíme súťaž o ďalšiu disciplínu – plávanie. Uskutoční sa v závislosti od počtu prihlásených – v prípade menej ako štyroch sa disciplína nekoná. Plánujeme tradične stolný tenis, bowling, petang, kop na bránku, šípky, krúžky a hod loptou do koša.

Predbežné hromadné prihlášky by mali zaslať vaši predsedovia klubov do 30. apríla, aby

sme mohli upresniť objednávku ubytovania. Do 31. mája majú zaslať definitívne záväzné prihlášky jednotlivci, kde žiadame konkrétne uviesť, v ktorej disciplíne bude účastník súťažiť, aby sme si mohli pripraviť aj časový rozvrh. Štartovné na rozdiel od doterajšej praxe žiadame uhradiť na náš účet už pri podaní záväznej prihlášky, a to v eurách.

Ubytovanie bude v Hoteli SOREA Sĺňava, kde bude prebiehať súťaž v stolnom tenise a v hotelovom bazéne sa bude plávať. Ostatné disciplíny v okolitých centrách – Bowling Centre Victoria a Squash Clube.

Tešíme sa na vás.

L. Kokošková

Kontakty

(po voľbách na valnom zhromaždení 13. 4. 2012 – 2. funkčné obdobie)

Spoločnosť Parkinson Slovensko (SPS)

Ul. Čingovská 1379/9, 040 12, Košice, Slovenská republika

Predseda SPS:

Katarína Félixová

Hronské Kľačany 134, 935 29 Hronské Kľačany

e-mail: felixova.katarina@gmail.com • mobil: +421 908 434 186

Podpredseda SPS:

Ľudmila Kokošková

Stodolova ul. 1882/4, 031 01 Liptovský Mikuláš

e-mail: kokoskova@imafex.sk • mobil: +421 905 992 352

Eva Kovalová

Okružná ul. 1300/66, 071 01 Michalovce

e-mail: eva.kovalova@centrum.sk • mobil: +421 903 276 384

Reprezentant SPS

Zuzana Michalková, zakladajúci predseda SPS

pre styk s verejnosťou:

Čingovská ul. 1379/9 041 12 Košice

e-mail: zuzana@parkinson-net.sk • mobil: +421 908 323 520

Odborný garant SPS:

lekár – neurológ: doc. MUDr. Ján Benetin, PhD.

Regionálne kluby

Košice – Ing. František Scherer	scherer@fema.sk	+421 905 818 147
Liptovský Mikuláš – Ľudmila Kokošková	kokoskova@imafex.sk	+ 421 905 992 352
Zvolen – Ján Krnáč	krnyjan@gmail.com	+421 917 574 548
Bratislava – Ing. Jozef Stohl	jozef.stohl@gmail.com	+421 908 124 367
Bánov – Marta Verbóková		+421 905 730 670
Nitra – Lýdia Trubačová	lydia.trubacova@gmail.com	+421 907 438 273
Levice – Agáta Molnárová	agamary2009@yahoo.com	+421 915 266 434
Trnava – Ing. Jiří Kovář	jirko@kovar.co.uk	421 905 481 317



Společnost Parkinson, o.s.

Volýňská 20, 100 00 Praha 10 tel.: 272 739 222 • kancelar@spolecnost-parkinson.cz

	JMÉNO A PŘÍJMENÍ	SKYPE ADRESA	TELEFON	MOBIL	E-MAIL
VÝBOR	Ing. Jindřich Kahoun			724 021 873	kahoun@spolecnost-parkinson.cz
	Ing. Václav Veselý			606 781 054	vesely@spolecnost-parkinson.cz
	Václav Fiedler	vaclav-mb		774 443 560	fiedler@spolecnost-parkinson.cz
	Jana Večlová			774 443 562	veclova@spolecnost-parkinson.cz
	Vladka Svobodová			777 276 970	svoboda@spolecnost-parkinson.cz
	Jan Svoboda			724 259 769	svoboda@spolecnost-parkinson.cz
	Mgr. Pavel Štroner			608 383 149	stroner@spolecnost-parkinson.cz
Kancelář	Jaroslava Kopecká	parkinson-cz.net	272 739 222	774 443 552	martinu@spolecnost-parkinson.cz
	Martina Hájková	parkinson-cz.net	272 739 222	774 443 557	kancelar@spolecnost-parkinson.cz
Účetní	Jitka Turková	parkinson-cz.net	272 739 222	774 443 558	kancelar@spolecnost-parkinson.cz
Časopis	Jana Večlová			774 443 562	casopis@spolecnost-parkinson.cz
www-admin	Ing. Josef Cajtler	pepanc		774 443 559	admin@spolecnost-parkinson.cz
	Zdislava Erbanová	slavka400		774 443 561	erbanova@spolecnost-parkinson.cz

STACIONÁŘ: Denní stacionář Parkinson DS Háje, k Milíčovu 734, Praha 4-Háje

Vedoucí stacionáře Bc. Magda Šýkorová, sykorova@dshaje.cz, mobil 739 959 857

	PŘEDSEDA	TELEFON	MOBIL	E-MAIL	VS
Brno	Mgr. Eva Vernerová	545 577 450	606 145 248	pk-brno@spolecnost-parkinson.cz	649003
Červený Kostelec	Helena Kukrálová		737 109 815	pk-c.kostelec@spolecnost-parkinson.cz	649004
České Budějovice	Ing. Bohumila Šindelářová		777 941 585	pk-c.budejovice@spolecnost-parkinson.cz	649005
Děčín	Jan Ďurďák		608 809 969	pk-decin@spolecnost-parkinson.cz	649006
Havlíčkův Brod	Jaroslav Dušek		773 980 506	pk-havl.brod@spolecnost-parkinson.cz	649007
Hradec Králové	Martin Brus		603 483 598	pk-h.kralove@spolecnost-parkinson.cz	649008
Chomutov	Jaroslav Bednář, Irena Bednářová	474 375 184	603 728 012	pk-chomutov@spolecnost-parkinson.cz	649009
Liberec	Zdeněk Konopáč	482 711 371	602 350 905	pk-liberec@spolecnost-parkinson.cz	649010
Litomyšl	Marta Skřivanová		723 148 356	pk-litomysl@spolecnost-parkinson.cz	649011
Mladá Boleslav	Václav Fiedler		774 443 560	pk-ml.boleslav@spolecnost-parkinson.cz	649012
Most	Jan Uxa	728 074 713	476 448 427	pk-most@spolecnost-parkinson.cz	649013
Olomouc	Radomil Žert		737 286 243	pk-olomouc@spolecnost-parkinson.cz	649014
Ostrava	Jarmila Slivečková	596 738 458	723 755 688	pk-ostrava@spolecnost-parkinson.cz	649015
Pardubice	Jiří Vála		606 461 697	pk-pardubice@spolecnost-parkinson.cz	649016
Plzeň	Luboš Vágner		732 179 553	pk-plzen@spolecnost-parkinson.cz	649017
Poděbrady	Dita Daňková		604 892 324	pk-podebrady@spolecnost-parkinson.cz	649018
Praha	PhDr. Michaela Kramerová		774 443 556	pk-praha@spolecnost-parkinson.cz	649019
Ústí nad Labem	Věra Jelínková	474 557 073	724 029 264	pk-usti.n.l@spolecnost-parkinson.cz	649020
Zlín	Ing. Zdenka Kymlová		775 360 802	pk-zlin@spolecnost-parkinson.cz	649021
Žďár nad Sázavou	Marie Benešová		607 779 384	pk-zdar.n.s@spolecnost-parkinson.cz	649022
Rožnov p. Radhoštěm	Vladka Svobodová		777 276 970	pk-roznov@spolecnost-parkinson.cz	649023
Parkinson Slovácko o.s.	Jan Škrkal	511 119 420	733 523 085	skrkal@seznam.cz	

Variabilní symboly (VS) slouží pro informativní přehled o klubové příslušnosti dárce. Pro webový klub on-line použijte 649002. Nepřislušíte-li k žádnému klubu, uveďte 4444. Děkujeme

Příhláška na rekondiční pobyt – Společnost Parkinson, o.s.

Zakroužkujte prosím písmeno u pobytu, kterého se chcete zúčastnit

A	Bílá Strž	15. 05. ÷ 25. 05. 2013	G	Wellness Mas	113. 10. ÷ 20. 10. 2013
B	Štikov I.	19. 05. ÷ 26. 05. 2013	H	Wellness Mas	227. 10. ÷ 03. 11. 2013
C	Pastviny	14. 06. ÷ 23. 06. 2013	I	Wellness Mas	303. 11. ÷ 10. 11. 2013
D	Staré město p. Sněžníkem	19. 06. ÷ 23. 06. 2013	(na pobyty G, H, I není třeba lékařské doporučení)		
E	Štikov II	11. 08. ÷ 21. 08. 2013			
F	Hotel Jelenovská	26. 08. ÷ 05. 09. 2013			

Žadatel

(Titul, příjmení, jméno) Číslo obč. průkazu

(Číslo průkazu spol. Parkinson jen u členů) Rodné číslo Datum narození

Adresa PSČ

Tel.: mobil: e-mail: ☒ Jsem: ☐ TP ☐ ZTP ☐ ZTP/P

Doprovod (vyplňte nebo napište „bez doprovodu“)

(titul, příjmení, jméno) Číslo obč. průkazu

(Číslo průkazu spol. Parkinson jen u členů) Rodné číslo Datum narození

Adresa: PSČ:

Tel.: mobil: e-mail

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že se jsem se v roce 2013 nezúčastnil a nezúčastním žádného pobytu organizovaného jiným občanským sdružením než Společností Parkinson o.s. nebo jiných akcí, podporovaných Ministerstvem zdravotnictví ČR, tzn. že nečerpám dotaci vícečetně. Souhlasím, aby tato přihláška včetně záznamů lékaře byla archivována pro případnou kontrolu MZ ČR. Souhlasím s publikováním záběrů z rekondičního pobytu.

Já níže podepsaný/á prohlašuji, že budu dodržovat řád a program rekondičního pobytu a v opačném případě po písemném odůvodnění na vlastní náklady bez nároku na odškodnění pobyt opustím.

Podpis žadatele

Podpis doprovodné osoby

V dne 2013

Odborný lékař označí diagnózu Parkinsonovy choroby, případně parkins. syndromu a zodpovědně potvrdí soběstačnost, pohyblivost a orientační schopnost účastníka, s ohledem na náročnost rehabilitačních cvičení a společných vycházek. Nebude-li skutečný zdravotní stav pacienta odpovídat vyjádření odborného lékaře, bude pacient odeslán domů bez nároků na vrácení zaplacené úhrady za pobyt.

Diagnóza nemoci (číselně i slovně)		
(volby prosím označte zakroužkováním)		
<u>Soběstačnost pacienta:</u>	DOBŘÁ	ZTÍŽENÁ
JEN S DOPROVODEM		
<u>Pohyblivost pacienta:</u>	DOBŘÁ	ZTÍŽENÁ
JEN S DOPROVODEM		
<u>Orientační schopnost pacienta:</u>	DOBŘÁ	ZTÍŽENÁ
JEN S DOPROVODEM		
Další diagnostikované nemoci, na které je pacient léčen		
.....		
Rekondiční pobyt:	DOPORUČUJI	NEDOPORUČUJI
Razítko a podpis		
Datum	 2013	odborného lékaře (neurologa):

Významní sponzoři v roce 2013

Společnost Parkinson, o. s., nezisková organizace, by nemohla provozovat svou činnost bez pomoci sponzorů. Významně nám pomáhají především dotace projektů Ministerstva zdravotnictví ČR a firmy NOVARTIS, UCB, GSK a Abbvie.

Děkujeme i všem ostatním firmám, které se rozhodly nás podpořit. Velmi důležitou součástí našich prostředků tvoří také drobnější finanční dary od jednotlivců.

Také jim patří náš dík.



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



abbvie



Medtronic



IPSEN
Innovation for patient care




glenmark



čeps_{,a.s.}

M  DONET

– partner



PARTNEŘI



česká
asociace
pro vzácná
onemocnění


KOALICE PRO ZDRAVÍ



Národní rada osob
se zdravotním postižením ČR

Účtovat nám pomáhá:

STORMWARE
POHODA
Ekonomický systém

Partner Klubu Pardubice:


VŠEOBECNÁ ZDRAVOTNÍ POJIŠTOVNA
ČESKÉ REPUBLIKY



SLAVNOSTNÍ SETKÁNÍ ČLENŮ A PŘÁTEL

PARKINSON KLUBU BRNO

Pojďte s námi i vy zdraví, i vy jakkoliv postižení, vy slavní, i vy neznámí.

M
U
Z
E
U
M



M
Ě
S
T
A



grafika & tisk > eX-press.cz

u příležitosti

16. Světového dne pro Parkinsonovu nemoc a **15. výročí založení PARKINSON KLUBU BRNO**
zpod záštitou patrona Zdeňka Junáka

PROGRAM

- Zahájení hymnou parkinsoniků
- Oslovení přítomných o významu uvedených výročí – patron Zdeněk Junák
- Vystoupení taneční skupiny **Mystery ze Sokola Líšeň**
- Národopisný soubor **Líšňáci za doprovodu cimbalové muziky Líšňáci**

Po ukončení hlavního programu jste zváni na **odpolední party** do Zahrad pod Špilberkem. Zajištěno občerstvení, pro větší jedlíky ke koupi další chutovky a nápoje dle vlastního výběru. Můžete si zazpívat a zatančit s **Cimbalovou muzikou Líšňáci**, kochat se vyhlídkou na Brno a nebudou chybět další překvapení. Pomocnou ruku a bezpečný doprovod po nádvoří a do Zahrad pod Špilberkem vám nabídnou opět **rytíři CORNETA MORAVIA**.

KDY:
KDE:
JAK:

**V SOBOTU 13. DUBNA 2013
ZAČÁTEK V 11.00 HOD**

HRAD ŠPILBERK - HLAVNÍ NÁDVOŘÍ

PĚŠÍ > Výstup k hradu z ulice Husovy, za hlavní bránou doleva krytým schodištěm do areálu hradu.

AUTEM > Bezbariérový přístup: Z ulice Úvoz přes Gorazdovu až k hradu (je zajištěna asistence Městské policie ČR pro volný vjezd po předložení této pozvánky)

KDO POTŘEBUJE ODVÉZT od MHD ke hradu: v 10.15 hodin bude odjíždět autobus označený **PARKINSON SLOVÁCKO**, o. s. ze zastávky tramvaje č.4 na Komenského náměstí (doporučujeme předem se ohlásit na tel. č. 603 275 968).

Doporučení: Vezměte s sebou podsedák na sezení na lavičce.

PODĚKOVÁNÍ

Muzeum města Brna - Veřejná zeleň města Brna - eX-press (grafika, tisk, reklama) - Parkinson Slovácko, o.s. - Český rozhlas Brno - Brněnská televize - Městské ředitelství policie ČR - Samab Brno group, a.s. - Týdeník Nos - Program Brněnsko - NAKLADATELSTVÍ MISE, s. r. o. - MŠ a ZŠ Horníkova 1, Brno - Marie Řezaninová a Věra Kintrová, členky PKB

Všem účinkujícím a přátelům, kteří svou nezištnou pomocí přispěli k realizaci tohoto setkání. Vyjádřili velké pochopení lidem s handicapem a podpořili naši snahu o zlepšení života nemocných PN při pořádání této akce.

Případné další informace: vern.eva@seznam.cz nebo ha.hela@seznam.cz

Za výbor PKB

Mgr. Eva Vernerová, předsedkyně
www.parkinson-brno.cz