

Parkinson



SPOLEČNOST
PARKINSON, z. s. 

„Tančíme proti strachu.“

SPOLEČNOST

PARKINSON, z. s.

VOLYNSKÁ 933/20, 100 00 PRAHA 10



Poradna pro nemocné a jejich rodiny
+420 774 443 561
www.spolecnost-parkinson.cz

ADOPTUJ TULIPÁN

Záhon je symbolem Vaší podpory lidí s Parkinsonovou nemocí

PARKINSONOVA NEMOC: Když tělo přestává poslouchat

Představte si, že chcete natáhnout ruku pro sklenici vody, ale vaše prsty vás neposlechnou.

V hlavě je vše jasné – ale tělo vás zrazuje.

Nemoc krade pohyb, hlas, mimiku i schopnost polykat.

Je to boj – proti třesu, strnulosti, vyčerpání a bolesti.

Jsmo v 11 městech po celé ČR! Spolupracujeme s předními českými neurology. Organizujeme cvičení a setkávání, která pomáhají proti osamění a depresím. Společnost stejně nemocných a podpora rodin jsou totiž stejně důležité jako léčba.

Pošlete dar jednoduše na číslo účtu
274028895/0600 (Moneta money bank)
nebo přispějte platbou přes QR kód

100 Kč



QR platba

200 Kč



QR platba

500 Kč



QR platba

Za příspěvek Vám děkují kluby v těchto městech:
Praha, Brno, Červený Kostelec, České Budějovice,
Havlíčkův Brod, Hradec Králové, Liberec,
Mladá Boleslav, Olomouc, Pardubice, Plzeň

**Pomozte nám šířit povědomí
sdílejte – podpořte – nezapomínejte**

Nechejte tady tulipány růst. Budou tu pro Vás a Váš dar zase pomůže nám.

VTIŠTĚNO ZDARMA ZA PODPORY

EURONOVA
GROUP

matrix
media®

Spustili jsme sbírku **ADOPTUJ TULIPÁN**.

Slouží k financování aktivit Společnosti Parkinson, z. s.

Její součástí je i prodej náramků, které vyrábí dobrovolníci a členové klubů a také tabule na veřejných prostorách vyzívající k příspěvku.

Veškeré dary se shromažďují na transparentním účtu č. 274028895/0600 u MONETA MONEY BANK.

Kdo by chtěl přispět může tak učinit i prostřednictvím QR kodu.



QR platba



QR platba



QR platba



Časopis Parkinson obdržel
čestné uznání Ceny
VOZP (Vládního výboru
pro osoby se zdravotním
postižením) za
publicistické práce v roce
2021.

Vydavatel: Společnost
Parkinson, z. s. Volyňská
933/20, 100 00 Praha 10
IČO 60458887, reg. pod
číslem zn. L6265 u
Městského soudu v Praze,
registrace MK ČR E 7888
ISSN1 1212-0189, telefon:
774 443 561,
kancelar@spolecnost-
parkinson.cz

č. účtu: 1766806504/0600
MONETA Money Bank
Praha

Vedoucí redakce: Marta
Pátková, 774 443 561
patkova@spolecnost-
parkinson.cz
Redakční rada: Marta
Pátková, Stanislava
Pospíšilová, Jakub Jašek,
Petr Hořava, Dagmar
Votrubcová, Eva
Vernerová, Dagmar
Dupalová
Grafické zpracování:
Marta Pátková

Editor: Jakub Jašek

Číslo 75 vychází
v červnu 2025

OBSAH

Úvod	str. 4
Zamyšlení	str. 5
Jubilea	str. 6
Ze života klubů	str. 7
• BRNO - 11. duben – Světový den Parkinsonovy nemoci a 27. výročí PK Brno, na návštěvě Ústřední knihovny Pedagog. fakulty (Ped) MUNI	str. 8 - 10
• LIBEREC - Velikonoční setkání v Paláci Liebieg	str. 11 - 12
• OLOMOUC - Rok v Olomouci NeuroDance – tanec, který pomáhá pohybu. radosti ze života.....	str. 13
Tanečníci z NeuroDance	str.15
• HR. KRÁLOVÉ - Sportovní hry Předměřice.....	str.16

Odborné okénko

- Seminář v Praze: Psychopatologie a
pokročilé metody léčby u Parkinsonovy
nemoci.
- Hranice mezi technikou a mozkem se
posunula!
- O Neurologické klinice 1. LF UK
a VFN

Inspirace a zážitky

- Můj život s Parkinsonem – osobní výpověď
.....

Rozpis cvičení v klubech	str. 31 - 33
Projekt Parkinsoncare	str. 33

Historie tulipánu	str. 34 - 36
Cestovní pas pro parkinsoniky	str.36

Cvičení paměti, jazykolamy	str. 37
---	---------

Ombudsman rozcestník	str. 38
-----------------------------------	---------



Vážené čtenářky, vážení čtenáři,

v letošním čísle našeho časopisu bychom Vás rádi nejen informovali, ale také pozvali k přemýšlení, sdílení a možná i novému začátku. Společnost Parkinson, z. s. vyrostla na pevných základech – na obětavosti, zkušenosti a vůli těch, kteří ji budovali a drželi při životě, často v nelehkých podmínkách. Na těchto základech nyní stavíme dál. Ale současně vnímáme, že se svět kolem nás mění – a my s ním.

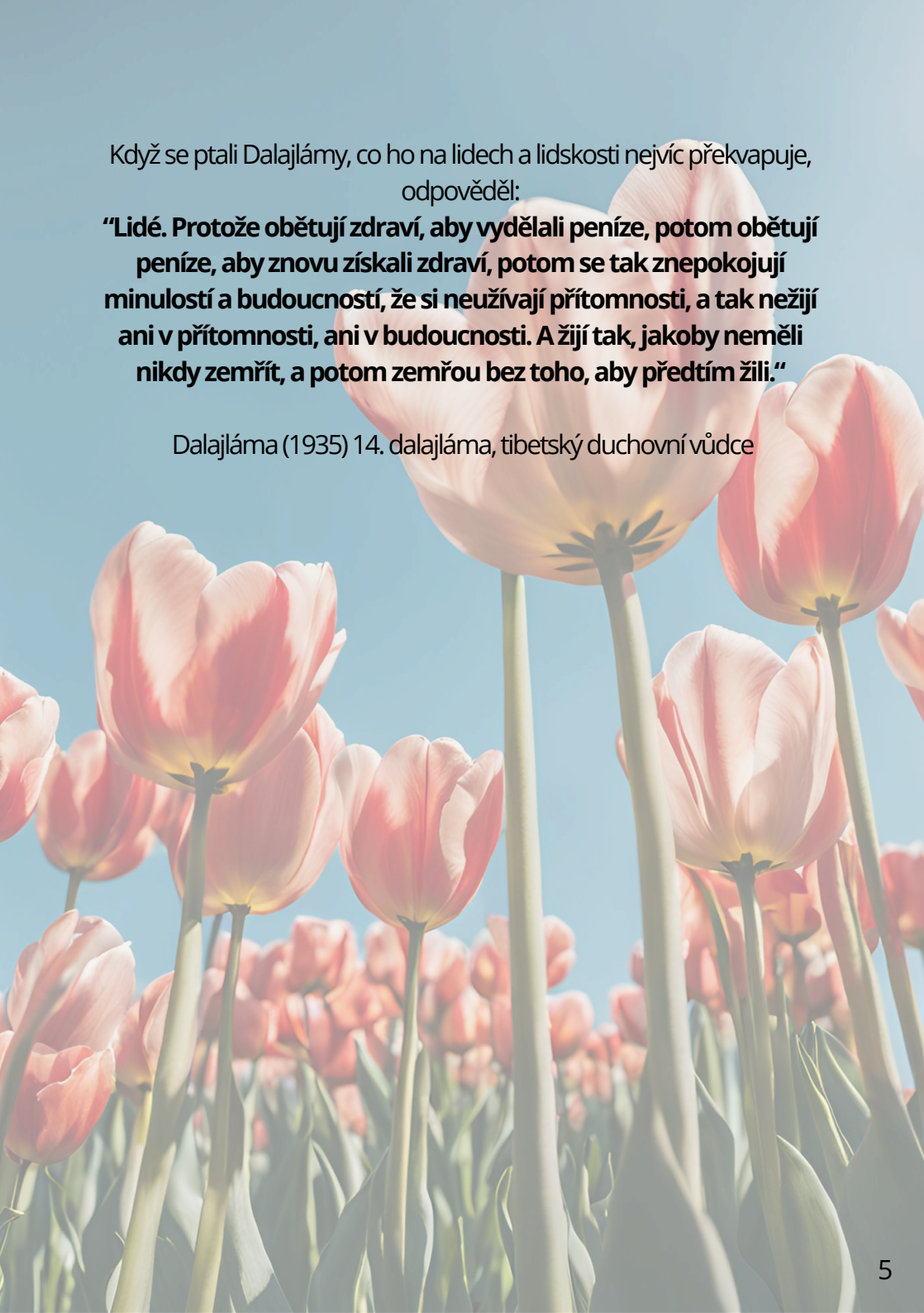
Fungování neziskové organizace dnes vyžaduje nejen odhodlání, ale i pružnost, otevřenost a schopnost oslovit veřejnost srozumitelně a důvěryhodně. Proto se snažíme hledat nové způsoby, jak být vidět, jak mluvit jazykem dneška – a přitom neztratit nic z hodnot, na kterých stojíme.

Nasloucháme Vám – našim členům, pacientům, rodinám, odborníkům i dobrovolníkům. Vaše potřeby, příběhy a nápady jsou tím, co nás vede. Víme, že každá nemoc je jiná – a přesto v mnohém společná. A právě sdílení zkušeností, vzájemná podpora a dostupná péče jsou cestou, jak zvládnout i ty nejtěžší chvíle. Spolupracujeme s předními neurology v České republice, kteří jsou našimi odbornými partnery a spoluvůrci aktivit, jež posouvají kvalitu života lidí s Parkinsonovou nemocí kupředu. Zároveň si nesmírně vážíme všech dárců a podporovatelů, díky nimž můžeme naše plány převádět do praxe.

S velkým respektem a vděčností děkujeme i našim cvičitelkám, fyzioterapeutkám a logopedkám, které se pravidelně věnují našim členům – s trpělivostí, odborností a lidskostí. Stejně tak děkujeme všem předsedům klubů a jejich pomocníkům – za jejich obětavou práci, organizaci setkání a srdečný přístup, který dělá z našich klubů skutečná společenství.

Chceme více mluvit s veřejností. Ukázat, že Parkinsonova nemoc není jen třes rukou – ale i životní výzva, která si zaslouží respekt, pochopení a podporu. Naše práce má smysl. Věřím, že i s Vaší pomocí ji budeme dál rozvíjet – moderně, srozumitelně a srdcem. Děkujeme, že jste s námi.

Marta Pátková - za Společnost Parkinson, z. s.

A low-angle photograph of a field of pink tulips. The tulips are in various stages of bloom, with some showing vibrant pink and others a lighter, almost white, hue. The stems are tall and green, reaching towards a clear, pale blue sky. The background is slightly blurred, emphasizing the flowers in the foreground.

Když se ptali Dalajlámy, co ho na lidech a lidskosti nejvíc překvapuje,
odpověděl:

**“Lidé. Protože obětují zdraví, aby vydělali peníze, potom obětují
peníze, aby znovu získali zdraví, potom se tak znepokojují
minulostí a budoucností, že si neužívají přítomnosti, a tak nežijí
ani v přítomnosti, ani v budoucnosti. A žijí tak, jakoby neměli
nikdy zemřít, a potom zemřou bez toho, aby předtím žili.”**

Dalajláma (1935) 14. dalajláma, tibetský duchovní vůdce

Kulaté narozeniny v letošním roce oslavili, nebo oslaví tito členové. Všem přejeme všechno nejlepší!

V Plzni

Ivan ZAGAINOV

Jiří KALISTA

Věra STREJCOVÁ

Ludvika KRAUSOVÁ

V Pardubicích

Dagmar VOKNEROVÁ

Lenka ŠIMAROVÁ

Miloslava HORNÍKOVÁ

V Českých Budějovicích

Radko BÜRGER

Radomír PETRŽELA

Jan CHYŇAVA

Alena GALBAČOVÁ

V Praze

JAN ROLLO

Ladislav KURC

Jiřina PAVLÍKOVÁ

Libuše FÁRYOVÁ

Jiřina DEJMKOVÁ

Vladimír KELLNER

Martin BODZIANÝ

Milan POSPÍŠIL

Jaroslava DOLEČKOVÁ

Marie BENEŠOVÁ

V Olomouci

Alena ZELENKOVÁ

Eva VYROUBALOVÁ

V Brně

Zdeňka FUXOVÁ

Jana STRNADOVÁ

Eva KUBIKOVA

Ivana FOERSTEROVÁ

Dušan PIAČEK

Milan CHMELÍK

Brigita STRÁNSKÁ

Dagmar LANGEROVÁ

Ludmila STAŇKOVÁ

Iveta KYZLINKOVÁ

Ludmila URBANOVÁ

Oto Stefan KUBIK

V Červeném Kostelci

Jana ERLEBACHOVÁ

Dagmar FRANCOVÁ

V Hradci Králové

Stanislava POSPÍŠILOVÁ

Marie ČAPKOVÁ

Milena ŘEHÁKOVÁ





11. duben 2025 – Světový den pro Parkinsonovu nemoc a 27. výročí založení Parkinson Klubu Brno

Slavnostním setkáním Parkinsoniků, jejich rodinných příslušníků, přátel i široké veřejnosti, na počest anglického lékaře Jamese Parkinsona, který poprvé popsal příznaky této choroby, vrcholí celoroční aktivity Parkinson klubu Brno. Společnost Parkinson, z. s. Letos klub slaví již 27. výročí založení; nyní registruje kolem 90 členů, především z Brna a okolí. Je nejstarším a nejpočetnějším z 12 regionálních klubů Společnosti Parkinson, z.s., která má celorepublikovou působnost.

V sobotu 12. 4. 2025 ve 14 hodin zahájila kulturní program v Klubu Šelepka Mgr. Květoslava Hasoňová. Nastínila změny plánovaného programu a přivítala všechny přítomné, a především vzácného hosta: MUDr. Pavla Ressnera, Ph.D., garanta Projektu PARK s cílem zlepšení péče o pacienty s PN prostřednictvím propojování péče napříč odbornými pracovišti. PKB spolupracuje na projektu.



Všechna slavnostní setkání zahajujeme vlastní Hymnou brněnských Parkinsoniků – „Chceme bojovat“. Na motivy písně “Šly panenky silnic” složil text náš bývalý člen,

Jarda Dufek, a nazpíval Jirka Látal. Kdo mohl, povstal, při zpěvu se všichni symbolicky drželi za ruce.

Již od roku 2014 spolupracujeme s taneční skupinou MYSTERY. I letos měly tanečnice krásné kostýmy, jako obvykle předvedly emotivní tance. Bohužel, patron Parkinson klubu Brno, Zdeněk Junák se nemohl uvolnit z jiných pracovních povinností – všechny vzkázal srdečně pozdravit.

Naše Slavnostní setkání podrobně připomínal v Českém rozhlasu Brno, díky čemuž se na něm sešla necelá stovka hostů. Tobiaš Košíř, mnohonásobný světový šampion ve stepu, od svých 11 let každoročně stepuje v našem programu. Založil a vede nejúspěšnější školu stepu na světě. Dnes doprovází své svěřence na soutěž v Praze. Alespoň nám poslal video s ukázkami jeho velké stepařské show LIFETIME. Bylo přijato s údivem i nadšením.

Malým překvapením bylo vystoupení třináctileté Lucie, vnučky manželů Krejčích, která předvedla na bezpečném gymnastickém koberci ukázkou perfektně provedených gymnastických cviků, které trénuje delší dobu v rámci svého volného času. Lucinka je i hudebně nadaná. Bleskově vyměnila cvičební trikot za dlouhé šaty a přinesla si flétničku. Zahrála vždy kousek melodie z pohádek a ten, kdo pohádku první uhodl, dostal malý dárek.

Dárcečků však bylo víc – na každém stole byly k dispozici naprosto dokonalé líšeňské mini-koláčky, které naše ženy napekly v pátek ve cvičné kuchyňce Základní školy na Horníkově ulici. Celkem jich bylo kolem 900. Každý host dostal také propisovací tužku se žlutou stužkou, zvoucí na výstup na hrad Špilberk.

Bohouška Hrabala, našehodlouho letého člena, kterému zdravotní stav již nedovoluje účast na klubových aktivitách, přivezl na setkání jeho syn.



Dostali jsme 5 Bohouškem krásně malovaných a rytých obrázků na dřevě, využijeme je při různých soutěžích. Děkujeme!



Následující dvaceti-minutová přestávka ani nestačila na pokec s přáteli. Bylo možné přispět na činnost Společnosti Parkinson zakoupením náramku s červeným tulipánem, který je od roku 1980 symbolem Parkinsonovy choroby. Stalo se tak na popud holandského pěstitele květin, Van der Werelda, rovněž Parkinsonika.

Po přestávce Klub Šelepka ovládla hudba, tanec a zpěv – skupina Old Boys Poutníci, kterou založili roku 2008 dva původní členové legendární country kapely Poutníci, Fanoš Linhárek a Jiří Píďa Látal (kytarové duo). Nyní se k nim přidal basista Michal Rašovský a krásná houslistka Pavlína Stankušová. Kapela hraje převážně písničky na texty jejich kamaráda Josefa Prudila, ale předvedli i další široký repertoár.

A teď to velké překvapení. Na plac nastoupila naše cvičitelka Darja Klíčová, zaujala postavení kaprála před svojí rotou. ...mužů a žen v decentních uniformách, šedé tričko s označením brněnského klubu na zádech, tmavé kalhoty a kanárkově žluté cvičky. Jednoduché, pro Parkinsoniky však obtížné kroky dle hlasitých povelů předcvičovala. Obdivuhodné, krásné, skvělé. Parodie na řecký tanec s hudbou se všichni dobře zhostili, včetně sedících na židli. A k tomu každý účinkující ladnými pohyby roztančil i svůj barevný šifónový šátek.

Jednoduché, pro parkinsoniky však obdivuhodné, krásné, skvělé. Diváky takové představení pozvalo do tance, kapela hrála a všichni se náramně bavili. Závěrem se dostalo upřímných díky a uznání všem, kdo se na přípravách podíleli.



V neděli jsme se sešli na 12. výstup na hrad Špilberk. Někteří jej zdolali pěšky, jiní vyjeli autem k hradu. Všichni jsme se sešli na hradním nádvoří. Za zvuku zvonkohry a vyzvánění brněnského poledne v 11 hodin jsme zavzpomínali na ty, kteří nemohli být s námi, na předchozí výstupy, včetně Řípu, kam jsme také mávali na pozdrav. Velkou radost jsme měli z přítomnosti pana docenta Marka Baláže, který nás celou dobu doprovázel se svými dvěma pejsky. Byli přítulní, nechali se hladit a pan docent si po celý výstup neformálně rozprávěl s účastníky.



Parkinsonici na návštěvě Ústřední knihovny Pedagogické fakulty (Ped) MUNI

Protože parkinsonici většinou nemají tolik elánu, a snad ani odvahy, pouštět se do neznáma a objevovat novinky, snaží se pro ně brněnský klub připravit podle našich i i jejich možností různé prohlídky, přednášky apod.

Dcera našeho bývalého člena, Ivanka Hříbová Suchardová, která nám dál zachovává svoji přízeň při různých příležitostech, je nyní zaměstnaná v Ped knihovně MUNI a nabídla nám exkurzi s jejím odborným výkladem.

Ivanka nás přivítala i s Liškou Bystrouškovou na šatech, o které nám nejednou četla na vycházce v bílovických lesích, a sdělila nám o knihovně spoustu zajímavostí.

Knihovna vznikla už v roce 1947, v 90. letech pak došlo k automatizaci a elektronizaci. Byly otevřeny studovny vybavené nejmodernější technikou. Služby nabízí nejen studentům, ale i veřejnosti. Jednotlivá patra jsou odlišena barevně a stylizovaná podle přírody – 1. patro je hnědé jako země, 2. patro je zelené a růžové jako tráva a rostliny, 3. patro je modré a žluté jako obloha a slunce. Stěny jsou zdobeny obrazy studentů Katedry Výtvarné výchovy. rohlédli jsme si i suterény, kde se nachází moderní archiv všech písemností, které mají být zachovány pro budoucnost.



Pr Po prohlídce jsme se zastavili v místní kavárničce ochutnat její dobroty. Ocenili jsme krásné prostředí nabízené studentům k odpočinku. Pochvala patří i obsluhujícímu personálu, který nám také zpříjemnil toto dopoledne.

Zapsala a fotografovala:

Eva Vernerová

Dne 22. 2. 2025





Velikonoční setkání klubu v Paláci Liebieg

Členové Parkinson klubu Liberec se sešli v čase před Velikonocemi na slavnostním posezení v klubovně Hermína. Měli jsme tentokrát připraveno drobné občerstvení i tematický program.

Endy Votrubec úvodem vysvětlil význam i vznik tohoto významného svátku. Jako hosty jsme pozvali manžele Klárku a Petra Boudných. Klárka nám na kytaru zahrála a zazpívala několik vlastních písní. Petr, který se teprve před pár dny vrátil z humanitární mise, zajímavě promluvil o těžkostech života na Ukrajině. Uvědomili jsme si, jaké máme štěstí, když žijeme v míru. Závěrečné vzájemné přání klidných Velikonoc pro nás najednou mělo úplně jinou atmosféru.

Napsala: Dagmar Votrubcová



Pravidelné cvičení pro parkinsoniky

Rozšiřujeme od začátku roku postupně naše aktivity. Každý týden se scházíme v libereckém Paláci Liebieg ve velké tělocvičně. Cvičíme střídavě na židlích i karimatkách. Pro zpestření přitom využíváme sortiment sportovního náčiní – činky, míče, masážní míčky, gumy, cihličky. Nezapomínáme ani na trénink paměti. Cvičíme vždy 45 minut a zbývající čtvrthodinka je vyhrazena pro dotazy, náměty a sdílení starostí i radostí. Díky pravidelnému cvičení, které zahrnuje protahování, posilování, dechové cvičení i obličejovou gymnastiku, udržujeme naši fyzickou i psychickou kondici.

Konečně jsme se po půldruhém roce dočkali znovuotevření rekonstruovaného bazénu Krajské nemocnice Liberec. Jednou za čtyři týdny máme k dispozici cvičení s rehabilitační sestrou v příjemně teplé vodě 36-38°C. Na závěr si užíváme přímo v bazénu vířivku. Škoda, že se do bazénu vejde pouze šest cvičících - musíme se v návštěvách spravedlivě prostrídat.

Podařilo se konečně najít logopedku se vzácnou specializací – pro dospělé a navíc parkinsoniky. V květnu s ní absolvujeme první lekce. Má to jeden háček – paní je na mateřské dovolené. Aby se nám mohla v klidu věnovat, musíme v okruhu našich rodinných příslušníků najít hlídání na procházky s kočárkem v okolních parcích. Držte nám palce!



Rok v Olomouci

Vážení čtenáři, moc vás zdravím.

Co se dělo v posledním roce v Olomouci? V říjnu 2024 proběhl v BEST Sportcentru bowlingový turnaj „Memoriál Josefa Salavce“. Tento tradiční turnaj, organizovaný Katedrou fyzioterapie Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého, spolu s Parkinson klubem Olomouc Společnosti Parkinson, z.s., přilákal více než 30 účastníků z různých míst – Olomouce, Brna, Rožnova pod Radhoštěm a Ostravy. Akce přinesla báječnou příležitost znovu se setkat. Ostřílení hráči předváděli vynikající výkony, zatímco my ostatní jsme bojovali o každou sraženou kuželku. I když nám občas úspěch překazil levý či pravý žlábek, nálada zůstala výborná. A závěrečná slova účastníků: „Děkujeme za skvělý den a těšíme se na příště!“

Další společnou akcí bylo vánoční tvoření v klubu seniorů na adrese U hradeb 2 v Olomouci, v pátek 29. listopadu 2024. Užili jsme si vánoční atmosféru a vyrobili krásné adventní věnce.



Uplatnili jsme svou kreativitu a byl to i výborný trénink jemné motoriky. Ne všechno šlo snadno a tak jsme tvořili stylem „kdo může – pomůže.“

Také jsme pravidelně plavali a cvičili v bazénu. A poslední pátek v měsíci v klubu seniorů U hradeb vede naše členka Maruška Salavcová trénink paměti a řeči.

Tímto bych ráda poděkovala Olomouckému kraji za finanční podporu naší celoroční činnosti v roce 2024. Díky této podpoře jsme mohli hradit náklady spojené s pronájmem prostor pro naše pohybové aktivity a pořídit nové cvičební pomůcky.

A čím žijeme nyní? Tančíme!

Přeji vám krásné léto!

Dagmar Dupalová



NeuroDance – tanec, který pomáhá pohybu i radosti ze života

Od dubna probíhá na Fakultě tělesné kultury UP v Olomouci nový projekt NeuroDance, zaměřený na využití tance pro osoby s Parkinsonovou nemocí a jejich partnery. Dvakrát týdně se setkáváme na šedesátiminutových tanečních lekcích, které vedou vyškolení lektori. Cílem programu je využití rytmu a hudby k usnadnění pohybu, jejichž účinnost potvrzují i vědecké studie.

Tanec pomáhá nejen tělu, ale i duši – zlepšuje náladu, rovnováhu, koordinaci a posiluje sociální kontakt. Už při plánování jsme cítili velká očekávání, a dnes můžeme říct, že se na lekce těšíme, baví nás a motivují nás. NeuroDance není jen cvičení – je to prostor pro pohyb, radost a sdílení.

Projekt je otevřen pacientům, jejich blízkým i zájemcům z řad odborné veřejnosti. Přidejte se – tanec může být léčivý! Pokud to v letošním roce nestihnete, dobrá zpráva: Hýbat se za hudební podpory a tančit budeme i v následujících dvou letech.

Lektorský tým v ČR: Prof. Jana Pelclová, Ph.D., Mgr. Jana Harvanová, Ph.D., Mgr. Martina Šlachtová, Ph.D., Mgr. Dagmar Dupalová, Ph.D. a studenti FTK



Co nám řekli o NeuroDance jejich účastníci?

Redakce: Jak se ti ráno vstává, když víš, že dnes půjdeš tančit?

Jak se cítíš během lekce? Co ti dělá radost?

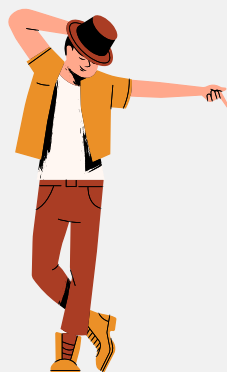
Vnímáš rozdíl na svém těle před a po tanci?

Zkoušeli jste něco z lekcí i doma?

Vlasta: Veseleji, těším se hlavně na tu srandu. Radost mi dělá ta pozitivní atmosféra, je mi tam dobře. Ale doma se potom cítím strašně unavená a raději nic nezkouším a také to plantám, Šla bych do toho vždycky znovu.



Víťa: Já se vždycky těším - i když jsem za "kopyto". To mě mrzí. Těším se vždycky.



Luboš: Doma není ta správná atmosféra. Těším se na paní učitelku a partu přátel, kde je dobrá nálada a sranda. Na chvíli se zapomene na starosti a bolesti a to je to nejdůležitější. Vždy se těšíme.



Iva: Vždy se moc těším na prima kolektiv. Užiji si legraci a co hlavně, odcházím domů většinou uvolněnější a mám radost, že se naučím novým tanečním krokům. Doma si tanec zkouším, ale s hudbou a výbornou paní lektorkou to jde lépe. Lidem s Parkinsonovou nemocí rozhodně tanec pomáhá jak po psychické, tak i fyzické stránce.



Sportovní den Předměřice

Jako každý rok se i letos v Předměřicích konal sportovní den, na který mě předsedkyně Hradce Králové pozvala. Přijelo pro mě auto na nádraží a dovezlo mě až k hale, kde už mě u vchodu zdravila spousta známých tváří z Brna, Olomouce, Pardubic i Hradce Králové a další. Seznámila jsem se také se sportovci ze Slovenska. Jednotlivá sportoviště byla už připravená a rozhodčí si rozebrali dohled nad nimi.

Sportovní den zahájila Stanislava Pospíšilová a uvítala zástupce města Hradce Králové a všechny sportovce i jejich doprovod. Na stanovištích se soutěžilo ve stolním tenise, halovém petanque, v šipkách, kop na branku, florbalová střela na branku, střelba foukačkou na terč a v bowlingu. I.

Všichni se dobře bavili. Koláčky byly skvělé a oběd všem chutnal. Při slavnostním vyhlášení se rozdalo spousta pohárů. Tady ale určitě nebylo důležité vyhrát, ale zúčastnit se. Připojuji fotečky z akce a těším se na další ročník.

Napsala: Marta Pátková



Seminář v Praze: Psychopatologie a pokročilé metody léčby u Parkinsonovy nemoci.

U příležitosti Mezinárodního dne Parkinsonovy choroby se uskutečnil 11. dubna 2025 ve Velké seminární místnosti neurologické kliniky 1. lékařské fakulty UK a VFN seminář s názvem Psychopatologie a pokročilé metody léčby u Parkinsonovy nemoci.

Cílem akce bylo poskytnout veřejnosti, zástupcům i členům patientských organizací informace o doprovodných psychopatologických symptomech a pokročilých metodách léčby Parkinsonovy nemoci. Mezi ty se řadí pumpové systémy a hluboká mozková stimulace (DBS).

Hlavními organizátory odborného semináře byly Společnosti Parkinson, z. s. a Parkinson – Help z.s., ve spolupráci s Neurologickou klinikou 1. lékařské fakulty UK a VFN. Pozvání přijali MUDr. Tereza Uhrová, Ph.D., MUDr. Petra Havránková, Ph.D. a prof. MUDr. Robert Jech, Ph.D. zástupce ředitele NEURIN a pražského Centra pro intervenční terapii motorických poruch (ITEMPO) Neurologické kliniky 1. lékařské fakulty UK a VFN.

V úvodu Ing. Romana Skála-Rosenbaum (Parkinson-Help, z.s.), Marta Pátková (Společnost Parkinson, z.s.) pozdravili účastníky s připomenutím Světového dne Parkinsonovy nemoci.

Přednášející:

MUDr. Tereza Uhrová, Ph.D.

Psychopatologie u Parkinsonovy nemoci

Měli jsme možnost vyslechnout poutavou a velmi přínosnou přednášku paní doktorky MUDr. Terezy Uhrové, Ph.D., která se dlouhodobě věnuje pacientům s Parkinsonovou nemocí na specializovaném pracovišti ITEMPO. Tématem její přednášky byla psychopatologie u Parkinsonovy nemoci, tedy duševní obtíže, které mohou toto neurodegenerativní onemocnění doprovázet. Paní doktorka ve svém vystoupení vysvětlila, ve kterých stádiích Parkinsonovy nemoci je psychologická nebo psychiatrická pomoc nejčastěji potřebná a proč.

Zdůraznila, že deprese a úzkostné poruchy patří mezi časté průvodní jevy tohoto onemocnění, a to nejen v pokročilých stádiích, ale často i v období před samotným rozvojem motorických příznaků.

Z její zkušenosti vyplývá, že mnoho pacientů již před diagnózou Parkinsonovy nemoci mělo zkušenost s psychiatrickou péčí, nejčastěji právě kvůli depresím. Na druhé straně u pacientů, kteří před nemocí psychiatrickou pomoc nevyhledávali, se potřeba této podpory může objevit až v průběhu léčby Parkinsonovy nemoci. Důvodem může být jak samotné neurobiologické pozadí nemoci, tak i psychologická reakce na zhoršující se zdravotní stav, sníženou soběstačnost nebo společenskou izolaci.

Velmi důležitou kapitolou přednášky byly také tzv. impulsivně-kompulzivní poruchy chování, které mohou být vedlejším účinkem dopaminergní terapie. Patří sem např. patologické hráčství, kompulzivní nakupování, hypersexualita či záchvatovité přejídání. Tyto projevy často zůstávají skryté, přitom mohou mít závažné důsledky na život pacienta i jeho rodiny. Objevují se především při užívání dopaminových agonistů, a je proto důležité na ně upozorňovat a včas reagovat.

Paní doktorka rovněž zmínila kontraindikace některých antidepresiv, zejména inhibitorů, které mohou být rizikové v kombinaci s levodopou. Při nesprávné kombinaci hrozí serotoninový syndrom, nebo hypertenzní krize, a proto je volba antidepresiv u pacientů s Parkinsonovou nemocí velmi citlivá záležitost vyžadující úzkou spolupráci neurologa a psychiatra.

Na závěr přednášky odpověděla na otázku, co radí pacientům bezprostředně po sdělení diagnózy Parkinsonovy nemoci. Uvedla, že lidé většinou spadají do dvou skupin – ti, co diagnózu odmítají a ti, co propadají zoufalství z takové diagnózy. Jedni realitu popírají, druzí se jí naopak zcela poddají. Obojí přístup je pochopitelný, ale dlouhodobě neudržitelný.

Je důležité diagnózu přijmout, i když to nějaký čas trvá, a co nejdříve o ní mluvit se svou rodinou a blízkými. Sdílení je první krok k tomu, aby člověk nebyl s nemocí sám – a okolí mělo šanci porozumět, pomoci a být oporou. Nemoc mění život, ale nemusí zničit jeho kvalitu – zvláště, pokud je kolem porozumění, péče a otevřená komunikace. Přednáška byla zakončena zajímavou diskusí a za ní následovala další neméně zajímavá část.

V další části odborného programu vystoupila MUDr. Petra Havránková, Ph.D., která se zaměřila na pokročilé metody léčby Parkinsonovy nemoci, konkrétně na podávání léků pomocí pumpových systémů. Tyto metody jsou určeny pro pacienty ve středním stádiu Parkinsonovy nemoci, u kterých již běžná perorální léčba nestačí k udržení stabilního stavu a dochází k výrazným motorickým výkyvům (tzv. on-off fenomény). MUDr. Havránková podrobně vysvětlila principy a využití dvoudruhových pumpových systémů: Podkožní pumpy umožňují buď podkožní podávání agonisty dopaminu (apomorfínu) nebo nově i podkožní podávání levodopy. Pumpa s podkožním podáváním levodopy je první pumpa určená pro 24 hodinové podávání a tím může výrazně zlepšit noční a ranní hybné obtíže u pacientů. Jejunalní pumpy podávají léčivo pomocí jejunalní sondy (sondy zavedené do tenkého střeva) přes PEG - k dispozici jsou dvě pumpy: první podává pouze levodopu, druhá levodopu s entacaponem. Obecně všechny pumpy umožňují plynulé vstřebávání léčiva a tím výrazně zlepšují kolísání hybného stavu, které známe u perorální léčby. Pumpové systémy vyžadují podrobnou edukaci pacienta i pravidelnou péči o pumpu a celý systém, což zajišťují vyškolené zdravotní sestry. U jejunalních pump je navíc důležitá úzká spolupráce s gastroenterologem.

Zkušenost pacienta s pumpovou léčbou

Během přednášky MUDr. Petry Havránkové, Ph.D. vystoupil spontánně jeden z přítomných pacientů, který sám užívá pumpový systém pro podávání léků. Jeho vystoupení nebylo plánované, o to autentičtější však bylo.

Pacient popsal, jak funguje s pumpou v běžném životě. Uvedl, že jeho model pumpy je starší a těžší, než dnešní moderní přístroje – nosí ji připnutou přes hrudník k pasu, což může být v některých situacích nepraktické. Přesto si na systém zvykl a vnímá jeho přínos v každodenním fungování. Působil vyrovnaně a celkově spokojeně, zdůraznil, že pumpa mu pomáhá zvládat běžné činnosti a umožňuje větší stabilitu během dne. Jeho vystoupení bylo přínosné nejen pro ostatní pacienty, ale i pro odbornou veřejnost, protože přineslo reálný a upřímný pohled na život s pokročilou léčbou.

Závěr odborného programu patřil významnému odborníkovi na Parkinsonovu nemoc, prof. MUDr. Robertu Jechovi, Ph.D., který se ve své přednášce zaměřil na hlubokou mozkovou stimulaci (DBS) – jednu z nejmodernějších metod léčby Parkinsonovy nemoci.

Pan profesor nás nejprve krátce seznámil s historií této léčby, která se v klinické praxi používá již několik desetiletí a stále se rozvíjí. Zdůraznil, že hluboká mozková stimulace není metodou pro každého pacienta a její úspěšnost zásadně závisí na správném výběru kandidátů.

Podrobně představil kritéria pro výběr pacientů, mezi nimiž hraje klíčovou roli reakce na levodopu. Právě z toho důvodu pacienti často vedou grafy s denními záznamy účinků léků, na základě kterých odborníci posuzují motorické výkyvy a fáze „on/off“. Tyto grafy poskytují cenné informace o tom, kdy se pacient dostává do stádia, kdy je hluboká mozková stimulace vhodná.

Vedle motorických symptomů zdůraznil i faktory, které naopak mohou být důvodem k nevhodnosti této metody. Patří mezi ně především psychický stav pacienta, například deprese, úzkosti nebo demence, které mohou zásadně ovlivnit výsledek operace. Dále pak věk – u starších pacientů je nutné pečlivě zvažovat poměr přínosů a rizik, stejně jako schopnost podstoupit náročný zákrok a následnou rehabilitaci.

Profesor Jech apeloval na důležitost komplexního posouzení každého pacienta a na roli multidisciplinárního týmu při rozhodování o nasazení této formy léčby.

Upozornil, že dobře vybraný kandidát může z hluboké mozkové stimulace výrazně profitovat – zlepšení kvality života, stabilizace motorických funkcí a snížení potřeby léků jsou reálné dosažitelné cíle.

Autor: Marta Pátková



Hranice mezi technikou a mozkem se posunula!

Zdroj: Tisková zpráva Neurologické kliniky 1.LF UK a VFN v Praze ze dne 16.4.2025

Hranice mezi technikou a mozkem se opět posunula: neurostimulátor poprvé samostatně řídí mozek. Převratné nové metody v léčbě neurologických onemocnění zavedla mezi prvními v Evropě Neurologická klinika 1. LF UK a VFN společně s Nemocnicí na Homolce. Metoda adaptivní hluboké mozkové stimulace pomáhá především pacientům s Parkinsonovou nemocí, u kterých kolísá hybnost při klasické kontinuální stimulaci.

Autonomní neurostimulátor na základě komunikace s mozkem poprvé sám rozhoduje, kdy je potřeba mozek stimulovat. V současnosti má v Česku implantovaný nový přístroj přibližně 70 pacientů, z toho 5 již využívá plně autonomní režim. Odborníci z VFN v blízké budoucnosti počítají i s využitím umělé inteligence pro ještě přesnější nastavení stimulace.

Když technologie naslouchá mozku

Klasická metoda hluboké mozkové stimulace (DBS) u léčby pokročilé Parkinsonovy nemoci funguje díky zavedení elektrod do přesně určeného místa v hloubi mozku, kde ovlivňují nervová centra odpovědná za pohyb. Mozek nemá žádný „konektor“, ale odborníci přesně vědí, kam elektrody umístit, aby měly co nejlepší účinek. „V České republice tato metoda pomáhá českým pacientům už 27 let,“ říká MUDr. Dušan Urgošík, CSc., neurochirurg z Nemocnice Na Homolce. Na rozdíl od DBS, která stimuluje mozek kontinuálně bez ohledu na situaci, je nová metoda adaptivní hluboké mozkové stimulace (aDBS) plně autonomní.

Neurostimulátor snímá elektrickou aktivitu mozku, analyzuje ji v reálném čase a zasahuje pouze tehdy, když detekuje patologickou aktivitu, například spojenou s nedostatkem dopaminu. Po jejím odeznění se stimulace automaticky tlumí nebo vypíná. Funguje odděleně pro levou a pravou hemisféru a díky tomu je schopna pacientovi „namluvit“, že má mozek dostatek dopaminu, čímž zlepšuje motoriku a snižuje třes i ztuhlost a pacient se začne normálně hýbat,“ vysvětluje prof. MUDr. Robert Jech, Ph.D., přednosta Neurologické kliniky 1. LF UK a VFN. Oproti kontinuálnímu způsobu stimulace je hybný stav pacienta lépe regulován, protože mu je stimulace ušita na míru vždy pro daný okamžik. Vyhodnocení a pravidelná kontrola probíhá telemetricky při návštěvě pacienta.

„Dosavadní výzkumy a naše první zkušenosti ukazují, že hybný stav pacientů během dne díky tomu daleko méně kolísá. Zatím tento přístup zkoušíme u pacientů, u kterých dosavadní kontinuální způsob stimulace nevedl k dostatečně dobrým výsledkům.

Zda to bude vhodné pro všechny stimulované pacienty si musíme ještě počkat,” dodává MUDr. Filip Růžička, Ph.D. z centra pro intervenční terapii motorických poruch Neurologické kliniky.

Adaptivní hluboká mozková stimulace v číslech

Vývoj technologie a DBS začal už v roce 2008, intenzivně se rozvíjí od roku 2014. Do klinických studií se zapojily desítky pacientů v Evropě, USA a Japonsku. Česká republika patří mezi první desítku evropských center, která tuto pokročilou metodu začala používat. V současnosti má v Česku implantovaný nový neurostimulátor přibližně 70 pacientů, z toho 5 již využívá plně autonomní režim. Ten bylo možné aktivovat až po oficiálním schválení ze strany EU začátkem tohoto roku. V celé Evropě jsou aktuálně desítky pacientů s touto technologií, celosvětově pak nižší stovky. Odborníci odhadují, že minimálně 20 % pacientů s Parkinsonovou nemocí v České republice by mohlo z obou metod stimulace výrazně profitovat.

Budoucnost neurostimulátoru s AI

Další vývoj směřuje k ještě větší personalizaci. Lékaři z pražského centra pro intervenční terapii motorických poruch (iTempo) aktuálně připravují pilotní studii, která bude zkoumat možnosti propojení neurostimulátoru s umělou inteligencí. Cílem je, aby zařízení bylo možné lépe naprogramovat. Studie by měla začít již během několika týdnů.

Parkinsonova nemoc

Parkinsonova nemoc je po Alzheimerově demenci druhou nejčastější neurodegenerativní nemocí. Ztěžuje život více než 8–9 milionům lidí po celém světě. V České republice k neurologovi aktuálně dochází až 50 tisíc lidí s tímto onemocněním. Typickou známkou onemocnění je ztráta nervových buněk v oblasti mozkového kmene. Tyto buňky za normálních okolností produkují dopamin – tzv. neurotransmitter neboli neuopřenašeč, který zajišťuje správný přenos signálů mezi nervovými buňkami. Nemoc se netýká pouze seniorů, jak si mnozí myslí. Nejčastěji člověk onemocní mezi 50 až 60 lety a přibližně 10 % nemocných nemoc postihne před dovršením 40 let.

Známymi projevy bývá třes končetin, celkově zhoršená koordinace pohybu a nadměrná ztuhlost svalů. Pacient se pohybuje obtížně nebo vůbec. Tento stav lze dočasně zvládnout pomocí substituční léčby, kdy je chybějící dopamin nahrazován pomocí léků podávaných ústy. Příznaky se díky tomu výrazně potlačí, ale pacient se tím nevyлéčí. V pozdějších stádiích léky přestávají situaci zvládat a motorický stav pacienta začne prudce kolísat od stavů nehybnosti až po nezvladatelné chaotické pohyby (dyskineze), které se začnou dít samy od sebe zcela bez kontroly pacienta. Jedním z řešení jsou pokročilé pumpové systémy, kterými je do těla lék dodáván katetrem do střeva nebo do podkoží průběžně v malých dávkách, anebo právě obě metody hluboké mozkové stimulace.

Češi jako evropská špička

Pražské centrum iTempo, tvořené lékaři Neurologické kliniky 1. LF UK a VFN, a lékaři Nemocnice Na Homolce v Praze jsou významným evropským implantačním centrem. První zákrok provedli již před 27 lety. Od té doby provedli implantaci téměř u 500 pacientů trpících převážně Parkinsonovou nemocí a těžkými formami třesu (jimi trpí převážně dospělí), ale i tzv. dystonickými syndromy, které se objevují již u dětí. Lékaři centra školí v této metodě hluboké mozkové stimulace lékaře ve více než třiceti zemích Evropy, Asie a Afriky.

Za dobu existence centra publikovala desítky odborných prací zaměřených na patofyziologii zobrazování účinků hluboké mozkové stimulace. V místech, kde to nečekali, objevili v nitru mozku člověka neurony se specifickými vlastnostmi, které řídí nejen vykonávání pohybů nebo řeč, ale které také reflektují emoční stavy nebo zrakové vnímání. Zdokonalili způsob provádění implantačního zákroku a popsali, co se v mozku pacientů při hluboké mozkové stimulaci se správně umístěnou elektrodou vlastně děje.



NEUROLOGICKÁ KLINIKA
1. lékařská fakulta UK a VFN

O Neurologické klinice 1. LF UK a VFN

Klinika vznikla v historickém areálu nemocnice jako první klinika tohoto oboru v naší republice, spojuje se současným moderním přístrojovým vybavením i vynikající intelektuální kapacitou pracovníků předpoklady pro špičkové pracoviště. Je jedinou klinikou v České republice, která sdružuje v jednom celku ambulantní i lůžkové oddělení dospělé i dětské neurologie s diagnostickým komplementem neurofyzilogických, neuroradiologických a neuroimunologických laboratoří.

Všeobecná fakultní nemocnice v Praze (VFN) patří mezi největší nemocnice v ČR. Poskytuje základní, specializovanou, a zvláště specializovanou léčebnou, ošetrovatelskou, ambulantní a diagnostickou péči dětem i dospělým ve všech základních oborech. Zajišťuje také komplexní lékařenskou péči, včetně technologicky náročných příprav cytostatik nebo sterilních léčivých přípravků. Je zároveň hlavní výukovou základnou 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a největším výzkumným medicínským pracovištěm v ČR. www.vfn.cz O

1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy je největší z českých lékařských fakult navštěvuje ji přes 4500 studentů. Základními studijními programy jsou všeobecné a zubní lékařství, kromě nich fakulta nabízí studium dalších zdravotnických oborů, specializační a celoživotní vzdělávání a řadu doktorských programů. Každoročně absoluuje 1. LF UK více než 300 nových lékařů. www.lf1.cuni.cz

Pro další informace:

Mgr. Marie Heřmánková,
tisková mluvčí VFN v Praze,
e-mail: marie.hermankova@vfn.cz, tel.: 224 962 074

Můj život s Parkinsonem – osobní výpověď

Autor: Mirka Bahenská -

Redakční poznámka:

Následující text může být pro některé čtenáře náročný, ale je velmi silný a upřímný. Děkujeme autorce za odvahu sdílet svůj příběh s diagnózou MSA-P (multiple system atrophy-parkinson). Může být cennou oporou pro další pacienty i jejich blízké.

Psal se květen 2023 a mě se během vteřiny otočil svět vzhůru nohama.

Hlavou se mi honí spousta myšlenek a otázek. Hlavní myšlenka je ta, proč se to muselo stát zrovna mě, a proč zrovna v tuto chvíli?

Není odpověď, ne proto že by mi ji nikdo nechtěl dát, ale proto že nikdo neví. Neví, proč jsem touto nemocí onemocněla právě já a už vůbec ne proč zrovna právě nyní. Občas se propadám do naprosté beznaděje, a potom zase vyjde sluníčko a já mám chuť jít dál i s tímto mnou nezvaným hostem. Četla jsem spoustu příběhů od lidí s touto nemocí o tom, jak jim to začalo, o tom, jak je to omezuje. Bylo jich hned několik desítek, a každý byl jiný, u každého se to objevilo v různém věku a v různé situaci. Jen jedno, jsme měli a máme všichni společné a stejné a to, že ani jeden z nás na to nebyl připravený. Nyní se jistě ptáte, na co připravený? Na toto nelze odpovědět jednoduchou větou, protože najednou jsme postaveni před hotovou věc

Do dnes slyším lékařovo slova, jak mi, povídá: „je to Parkinsonova nemoc“ a v tichosti dodává bohužel je to neléčitelné. V tu chvíli jste jako ve snu a slova slyšíte jen z dále, protože mozek je opravdu zvláštní a ihned začíná informace vyhodnocovat. Najednou máte v hlavě něco, jako malé skřítky, co vám různě napovídají a nahlodávají vaše vědomí. Strašně dlouho mi trvalo si tuto nemoc připustit a přijmout fakt, že to tak bohužel je.

Dlouho jsem odmítala pomoc psychiatra, ale bez něj by to bylo mnohem složitější. Snažila jsem se držet svou rodinu mimo toto sdělení, ale byla to velká chyba, protože najednou jste na to vše sami, přestáváte racionálně uvažovat a propadáte se do depresí. V hlavě vám jede jedna myšlenka stále dokola a to, jak dlouho tedy, kolik let mám ještě, než mi mnou nezvaný host vezme i poslední kousky mé osobnosti. Vědět tehdy to, co vím dnes nestyděla bych se za tu nemoc a netajila to před nikým.



V hlavě vám jede jedna myšlenka stále dokola a to, jak dlouho tedy, kolik let mám ještě, než mi mnou nezvaný host vezme i poslední kousky mé osobnosti. Vědět tehdy to, co vím dnes, nestyděla bych se za tu nemoc a netajila to před nikým. Ta nemoc mi hodně vzala, vzala mi mou samostatnost, vzala mi práci a některé kamarády, ale také mi hodně dala. Dostala jsem možnost nahlédnout do svého nitra, do koutů, kam jsem se dříve bála jít. K tomu všemu velkou podporu a pomoc od rodiny. Dneska vím, že na to nejsem sama a nemusím se bát a stydět se říct si o pomoc. Jsou dny, kdy je vše relativně dobré ale, převládají ty, kdy je nemoc aktivní, a tehdy je nutné si uvědomit, že není důležité být všude první a být bezchybný, ale to, abych zvládla alespoň část toho všeho a sama.

Pokud si zadáte do vyhledávače na internetu slova „Parkinsonova nemoc“, vyjede Vám spousta zjednodušených popisků a informací. (Jako např: Parkinsonova choroba je progresivní mozková nemoc, která ovlivňuje centrální nervovou soustavu a způsobuje pohybové problémy, psychické problémy a další...)

Symptomy zahrnují třes, ztuhlost, potíže s mluvením a problémy s rovnováhou, jak nemoc postupuje, lidé mohou mít potíže s chůzí a mluvením, a mohou zažít psychické změny a změny chování, problémy se spánkem, deprese, potíže s pamětí a únavu.

Jakých je 5 stádií Parkinsonovy choroby?

1. nekontrolovatelné třesení a otřesy.
2. zpomalený pohyb (bradykinezie)
3. potíže s rovnováhou a případnými problémy v stoje.
4. ztuhlost končetin. (Zdroj: Wikipedie).

Jaké testy se dělají pro potvrzení Parkinsona?

Testování na Parkinsonovu chorobu Parkinsonovu nemoc / Podpůrná skupina. Neexistuje žádný laboratorní nebo zobrazovací test, který by byl doporučen nebo definitivní pro Parkinsonovu chorobu Nicméně v roce 2011 schválil americký úřad pro potraviny a léčiva zobrazovací sken nazvaný DaTscan. Tato technika umožňuje lékařům vidět detailní snímky dopaminového systému mozku. Na toto vyšetření Vám musí dát doporučení neurolog, ale ani on to neučiní hned na poprvé. Nejprve si udělá testy on sám pro potvrzení jeho domněnky o diagnóze, takže bude následovat: laboratorní odběry, vyšetření EEG, EMG, a také MRC. A pokud tyto budou vyhodnoceny jako pozitivní pro Parkinsona odešle Vás pro jasné potvrzení na DaTScan.

15 časných příznaků Parkinsonovy choroby, které byste neměli ignorovat a jak zvrátit symptomy (opět zdroj google)

Klíčová raná znamení:

Motorické symptomy: Třesy v rukou, prstech nebo bradě, zpomalené pohyby (bradykinezie), svalová ztuhlost (tuhost), snížené houpání rukou při chůzi, obtíže při zahájení pohybu, zastavený postoj, malý, stísněný rukopis (mikrografie), máchací chůze ...

Tímto vším si můžeme my jako nemocní projít, někdo dřív jiný později a někomu se některé zde popsané symptomy dokonce úplně vyhnou.

Já na svou povahu jsem se nespokojila jen s tímto obecným tvrzením, ale začala jsem pátrat po radách a zkušenostech i mimo území ČR.

Zjistila jsem, že u nás je osvěta velmi slabá oproti jiným zemím v EU. U nás jsme se zaměřili na to přiblížit lidem RS, Alzheimeru, SPA ale na Parkinsona nějak nevybyl prostor. Přitom je toto neurodegenerativní onemocnění centrální nervové soustavy, druhou nejrozšířenější nemocí mezi populací.

Mýtus, že to postihuje pouze lidi od 65+ je již dávno překonán a není výjimka, kdy si tento verdikt vyslechne i čtyřicátník. Mně v tu dobu 55 let a tohoto nezvaného hosta jsem dostala dárkem k půlkuletinám, dneska už se nad tím i usměji, ale tehdy jsem vzteky křičela..... Postupem času, jak nemoc se snaží dostat mne pod svou kontrolu je to mnohem náročnější.

Dříve když sem slyšela, že má někdo bolesti takové, že ani neudrží tužku v ruce, pomyslela sem si, tak ten přehání. Ale vůbec nepřeháněl mohu posoudit z vlastní zkušenosti. Jsou dny a hlavně noci, kdy bych hlavou mlátila o zeď jen abych dokázal mít bolesti pod kontrolou.

Nejhorší je to, že bolesti, deprese, úzkosti na vás nejsou okem vidět, a tak si mnozí mohou myslet, že jen fňukáte, že jste líní anebo že, chcete být za každou cenu vidět. Opak je pravdou: V ty dny chceme být neviditelní a nechceme řešit nic, chceme se jen soustředit sami na sebe a na své pocity.

Dneska už dokáží rozpoznat, kdy budu mít špatný den a kdy bude den sluncem zalitý. Naše nemoc je také hodně ovlivňována počasím, pokud je slunečno i my jsme mnohem aktivnější, než když je pod mrakem, nebo přší.

Hodně mi pomáhá psát si deník, je to o tom, že si zde zapíši pro mne důležité sdělení, protože vím, že přijde doba, kdy si toto pamatovat nebudu. Prozatím je mým největším problémem to, že mi otékají klouby, a tak se psaný projev hodně zhoršil, od roku 2023 jsem prošla různými projevy od nekontrolovaného pádu, třesu rukou, zadrhávání se v řeči při hledání vhodného slova až po totální vypnutí. Vypnutí, co to je?? Je to stav, kdy jdete ven jste na procházce a náhle se vaše kroky zmenšují a zmenšují až zjistíte, že vlastně stojíte na místě a nejde vám pokračovat.

Trvá několik minut, než dokážete dát mozku pokyn, aby zase pracoval a dovolil vám se rozejít, po takovém stavu většinou dochází k tzv. automatické chůzi, kdy si dáváte povely jak vojáci levá, pravá, levá, pravá... tímto si navodíte rytmus a v tom pokračujete až do cíle. Naučila jsem se tuto chůzi ovládat. Jenom mé schopnosti jít na vycházku, tak jako před nemocí, už dávno neplatí. Ujdu jen pár km a jsem hned unavená, ale to souvisí i s přidruženými nemocemi, které s sebou Parkinson nese. U mne je to hypertenze, diabetes, organická úzkostně depresivní porucha atd... Vzhledem k tomuto jsem odkázána na užívání léků.

V současné době užívám 21 tablet trvalo dlouho než sem si na takové dávky chemie zvykla. Už se ani nepozastavuji nad lidmi, kteří si díky třesu myslí, že mám abstinenci příznaky a jsem alkoholik. Špatně se jim něco vysvětluje, když nemají o naší nemoci ani potuchu. A jak čas plyne, tak jsem prošla opět okamžikem rozčarování, jsem na pravidelné kontrole po 8 týdnech u lékařky, a ona mi povídá, tak jak Vám je, můžete konečně spát alespoň 3 hodiny v kuse? Povídám, kdepak, rekord je 55 minut, a to mám naspáno na 16 hodin dopředu, potom se mi ale chce spát během dne a musím si prostě alespoň na hodinu jen tak lehnout. A paní doktorka mi povídá to je dobře, jen si lehněte, ještě že nechodíte do práce a máte ten ID. Koukala jsem na ni jak jelen v létě. Povídám, nemám, jsem čekatelem od května 2023 a stále nikde nic.

Poslední dny byl můj nezvaný host dost agresivní, snažil se uzurpovat celé mé tělo a mít zase navrch. Zkoušela jsem se nevzdávat, nepovolovat, ale nakonec jsem boj o přetahovanou vždy prohrála. Poslední dny byly jak v ledovém království, můj pohybový aparát byl na bodě 0 a absolutně jej nešlo rozhybat. Takže jsem poctivě čekala až zaberou opiáty a pak směle vykročila – no, vykročila je silné slovo – spíše se vyploužila.

Zřejmě má na tom svoji vinu také počasí, které se snažilo být slunečné a opíralo do toho celou svou podstatu. Mně stačilo sejít ven na dvůr osm schodů a byla jsem jak po 20 km maratonu... Snažila jsem se hýbat v rámci možností cviky doma s míčem a pomalá chůze venku s trempink holemi. **Pomáhá mi plavání, ale momentálně je to dost daleko na dojezd. Nicméně každý den je pro mne výzva do neznáma nevím, co mi přinese a ani co odnese, vím jen jediné zatím se nevzdávám...**

Není to tak dlouho co jsem potřebovala být už v 8 hodin v nemocnici na vyšetření, nešlo to ale vůbec podle plánu. Nedařilo se mi vůbec vylézt z postele, celé mé já bylo jakoby zmražené. Takže vše mi i s pomocí partnera trvalo neskutečně dlouho, tělo jako želatina se klepalo ve větru a hlava byla jakoby z mramoru. Nakonec jsme se vypravili, v nemocnici mne hned šli točit EKG a potom kontrola tlaku, to byl oříšek, protože dnešní den se jal i můj oběhový systém stávkovat a tak

jsem musela vysvětlovat, že opravdu hodnoty 185/115 a pulz 125 bývá bohužel u mne často. Po krátkém hovoru jsme odjeli směr domů. A tady to zase začalo, neustále hvízdají hodinky, poplach pro pulz a tlakoměr se neustále spíná. No a moje já se rozhodlo, že se z toho poblínká, a tak mne donutilo trávit odpoledne mezi postelí a WC. Opravdu je toto efektivně strávený čas? Mám pocit, že nikdo by si to vyměnit nechťel. Ještě, že už se blíží konec dne a ráno snad bude trochu líp...

Jeden běžný den: Hodiny ukazují 5:45, ale už od 1:35 hod přemýšlím, proč vlastně chodím spát, když nakonec mne bolesti donutí vstát a chodit, eventuálně se pohupovat na velkém míči. To jsou dvě pozice, ve kterých mé bolesti nejsou doprovázeny křečemi. Ne, nechci a nebudu si stěžovat na život a ani na rány osudu, každý z nás má v sobě nějakou křivdu a nějakou bolest nebo touhu. Já se snažím se svým osudem prát, jak jen to jde, někdy lépe, jindy hůř, ale ne, nestěžuji si, protože jsem vděčná za každý okamžik strávený se svou rodinou. Jsou dny, kdy mám plno výčitek vůči nim, za to, že jim nemohu poskytnout takové zázemí, jaké si zaslouží, ale snažím se moc si to nepřipouštět, protože vím, že já to neovlivním. Včerejší den (neděle) byl jedním takovým pitomým dnem. **Nedokázala jsem bez pomoci druhého vstát z postele už se nestydím říct si o pomoc, dokonce už ani kvůli tomu nebrečím, protože vím, že takových dnů bude víc.**

Snažím se o to, aby i takové chvílky nebyli na obtíž.

Velkým motivátorem je pro mne vnuk, jeho slova „Babiko neboj to dáme“ mne vždy nahodí. On je živý, který když přijede, tak je jako lavina zavalí vás láskou, objetím a pusinkami. A proto se snažím každý den, každou minutu fungovat a nenechat se připravit o tyto okamžiky. Mám skvělou rodinu. Bez manžela bych tady určitě už nepsala, je to on, kdo na sebe převzal veškerou starost o domácnost, ačkoliv on sám by si již zasloužil trochu zpomalit. Syn a dcera, to jsou taková naša motivátora, a hlavně milující děti. Dlouho jsem jim neříkala, co se se mnou vlastně děje, až se jednou domluvili a prostě za mnou došli s otázkou „Mami co se děje?“ A tehdy jim to řekla, se slovy „Nechci aby se to dotýkalo i vás, vy máte své životy.“ Byla jsem naivní, když jsem si myslela, že je to nikterak nebude svazovat. Od té doby jsou oni jako rodiče; neustále mne kontrolují, povzbuzují a pomáhají. Je pravda, že co jsem se jim svěřila, ulevilo se mi, nemusím už předstírat jak jsem „happy“. A ano, jejich starostlivost a pomoc je až dojemná a hlavně je vidět, že jim to nedělá žádný problém, naopak, berou to zcela přirozeně. Jsem na ně opravdu pyšná, protože znají hodnotu života, lásky a rodiny...

No tak asi dost, chtěla jsem napsat jen pár řádků a zase je to jako slohovka. Ale psaní mi pomáhá; urovnám si myšlenky a procvičím prsty na klávesnici. Teď se jdu pokusit obléknout, což vlastně činím od 4 hodin, zatím bezúspěšně...



Tudíž lze říct, že i tato diagnóza je hodně o komunikaci, o vztazích v rodině a o sociálních hodnotách.

Nyní vám sem vložím, takový můj vlastní souhrn co a jak dělat po prvotním šoku z diagnózy. Myslím, že jej můžete aplikovat i na někoho známého, kolegu bratra atd...

- **Nestydět se za projevy nemoci**
- **Určitě přijmout pomoc od psychiatra (psychologa)**
- **Netrápit se tím, co si okolí myslí**
- **Netajit nemoc před rodinou**
- **Nebát se nahlásit v zaměstnání, že se může stát, že budete pomalejší**
- **Vyhledat si v okolí klub Parkinsoniků, pokud není, přidat se do skupiny na FB**
- **Cvičit to, co mi vyhovuje**
- **Požádat o lázně svého neurologa, tam Vás naučí spoustu triku na nemoc**
- **Nestydět se říct s klidným svědomím, už nemůžu, potřebuji si oddychnout**
- **Úplně bez výčitek si klidně během dne natáhnout**
- **Poslouchat své tělo**
- **Určitě si psát deník**

Pokud jste dočetli až sem, tak moc děkuji za pozornost

V Rosovicích 4. 5. 2025

Mirka Bahenská



Cvičení v klubech

BRNO

Setkávání v klubovně

Pravidelně každé třetí pondělí v měsíci od 13.30 – 17.00 hodin, Vojtova 7, Brno Štýřice

Rehabilitační cvičení parkinsoniků - podrobné informace

V tělocvičně - každý čtvrtek od 15.00 – 16.00 hod.

OneClub, Václavská 6, Zelený sál. Od zastávky MHD Václavská se do objektu dostanete přes parkoviště, výtahem do 2. patra k šatnám a Zelenému sálu. U recepce je možné posedět i občerstvit se. Cvičit budeme hodinu, opět s Darjou. Prosíme o dochvilnost. První polovinu roku ukončíme cvičení 20. 6. 2024. S sebou: přezůvky, pohodlné oblečení, karimatka, overbal.

Stolní tenis

Každé úterý v klubovně Spartaku Slatina, Tuřanka 1, Brno, od 9.00 do 11. 30 hodin,

KONTAKT: nově Libor Jaša, mobil 608 113 923.

Bowling

1x za 14 dnů: zatím nedoplněno, Makovského nám. 1, Brno Žabovřesky (nad Billou)

KONTAKT: Libor Jaša, mobil 608 113 922

ČERVENÝ KOSTELEČ

Pravidelná cvičení v pondělí v domě s pečov. službou U Jakuba Č.Kostelec

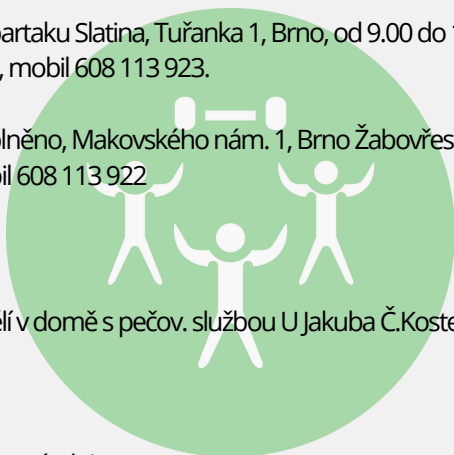
ČESKÉ BUDĚJOVICE

Cvičíme každý týden mimo prázdniny

- v Českých Budějovicích, v Nemocnici České Budějovice, tělocvičně rehabilitačního oddělení, každou středu od 14 do 15 h.

- ve Strakonících, v budově Sdružení zdravotně postižených v ČR, Stavbařů 213, 386 01 Strakonice, každý čtvrtek od 13 do 14 h.

Kromě toho se pravidelně scházíme poslední středu v měsíci v budově Zdravotně sociální fakulty Jihočeské univerzity, v těsném sousedství Nemocnice České Budějovice. Na schůze navazuje cvičení. Na schůzích probíráme informace, související s činností klubu i Společnosti Parkinson, z. s., jako takové, také Národní rady osob se zdravotním postižením, jíž je náš klub členskou patientskou organizací.



Cvičení v klubech

HRADEC KRÁLOVÉ

Cvičení - každé úterý od 9.15 do 10.15 hod.

Bowlingová liga - každé první úterý v měsíci po cvičení (termín je upřesněn v příspěvku Bowlingová liga 2025)

Pétanque 3. čtvrtek v měsíci po cvičení

7.-14.6.2025 - ozdravný pobyt Pastviny - viz Ozdravné pobyty 2025

24.6.2025 - Společné setkání klubu - členská schůze

září - ozdravný pobyt hotel SVRATKA

9.12.2025 - poslední cvičení letošního roku

16.12.2025 - vánoční setkání a členská schůze

HAVLÍČKŮV BROD

Docházkové cvičení probíhá 1x za 14 dní každou sudou středu od 8.30 do 10.00 hodin

PARDUBICE

Každé úterý mimo dnů školního volna budou od 16:00 probíhat pravidelná cvičení v tělocvičně ZŠ Štefánikova.

PRAHA

Skupinové cvičení

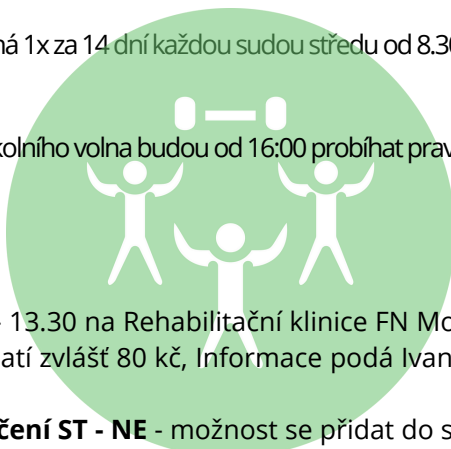
každou středu 12.30 - 13.30 na Rehabilitační klinice FN Motol, navazuje 30 minut logopedie. Každý si platí zvlášť 80 Kč, Informace podá Ivana Grusová tel. 602 211 217.

NOVĚ - nabízíme cvičení ST - NE - možnost se přidat do skupinek v Balneu Lípa, Praha 13 - Stodůlky, ul. Seydlerova 2451. Hodiny pro Vás jsou v pátek od 9:00 hod a neděle od 15:00 hod. Vstupné 130 Kč/hod - hlase se na lekci předem telefonicky tel.296 113 290 nebo e-mailem: recepce@balneolipa.cz. Pokud bude 10 zájemců pravidelně chodit, získáme slevu a lekce bude za 100 Kč/hod při koupi permanentky. Nahlaste se na e-mail: patkova@spolecnost-parkinson.cz. Prozatím jsou nahlášení 4 zájemci.

(přidat se můžete i na cvičení pořádané Parkinson- Help <https://www.parkinson-help.cz/pravidelne/> PO - 14,00 hod Cvičení - kruhový trénink Domov pro seniory HÁJE; navazuje 15,00 hod Trenink paměti, Domov pro seniory HÁJE, vstup 75 Kč/1 osoba)

Bowling (PRAHA)

ÚT, PÁ - Na Bělidle (Metro Anděl) informace podá Lenka Svobodová tel. 744 720 248 , Projekt Sportovní činnost PK Praha spolufinancuje Městská část Praha 10.





LIBEREC

Cvičit začínáme pod vedením předsedkyně Votrubcové,

OLOMOUC

v Olomouci-Neředíně FTK UP Olomouc, Neurodance úterý a čtvrtek v 10:00 hod. Skupinka je momentálně plná, ale zájemci o tance od září hlase se předsedkyni Dagmar Dupalové

MLADÁ BOLESLAV

Skupinové cvičení probíhá vždy v pondělí od 14.00 hod v Klementýnce.

PROJEKT PARKINSONCARE



Projekt ParkinsonCare si klade jako hlavní cíl zajistit nejlepší možnou péči pro osoby s Parkinsonovou nemocí. Vychází z propracovaného a komplexního modelu péče vytvořeného v Nizozemsku pod jménem ParkinsonNet. Ve spolupráci s nizozemskými kolegy tento projekt postupně implementujeme do českého prostředí.

Snažíme se o zvýšení kvality a dostupnosti péče pro osoby s Parkinsonovou nemocí, školíme fyzioterapeuty a další odborníky v užívání nejnovějších léčebných postupů, zahájili jsme a dále podporujeme celorepublikový výzkum efektivity těchto postupů a jejich zavádění do praxe, a v konečném důsledku usilujeme o snížení nákladů na zdravotní péči o tyto pacienty. **Hledáte fyzioterapeuta proškoleného v péči o pacienty s Parkinsonovou nemocí? Klikněte na mapu na webu parkinsoncare.cz a najděte ho!**

Historie tulipánu jako symbolu Parkinsonovy nemoci

V roce 1981 J.W.S. Vand der Wereld, holandský zahradník, trpící Parkinsonovou nemocí, vypěstoval tulipán jako cenu pro Mezinárodní rok zdravotně postižených. Pojmenoval růžovou květinu s bílými znaky na každém okvětním lístku „tulipán Dr. Jamese Parkinsona“, po britském lékaři, který jako první nemoc popsal.

Ale jak došlo k tomu, že se tulipán stal mezinárodním symbolem Parkinsonovy nemoci a oficiálním logem organizace Parkinson's Europe? Mluvili jsme o tom se spoluzakladatelkou Parkinson's Europe Lizzie Graham.

Celoevropská charta pacientů s Parkinsonovou nemocí

Asi deset let po té, co byl tulipán jako symbol Parkinsonovy nemoci vytvořen, byla založena organizace Parkinson's Europe (tehdy pod názvem Evropská asociace Parkinsonovy nemoci – European Parkinson's Disease Association – EPDA). Organizace založená v roce 1992 devíti členy, patientskými organizacemi, budovala kontakty napříč kontinenty.

Lizzie Graham vzpomíná, že si tehdy všimla, že dost národních organizací sdružujících pacienty s Parkinsonovou nemocí ve světě, od Evropy po Austrálii a Nový Zéland, si zvolily jako společný symbol tulipán.

Jeden z prvních projektů EPDA 's byl v roce 1994 průzkum, který se týkal členských organizací v Evropě i jinde. Ukázalo se, že všechny pracují na stejných principech a s obdobnými cíli, což inspirovalo EPDA k vytvoření charty o pěti bodech, které se rozhodla celosvětově zveřejnit, aby tak zvýšila povědomí o Parkinsonově nemoci.

Charta deklarovala, že lidé s Parkinsonovou nemocí mají právo na to – aby o ně pečoval lékař se specializací pro Parkinsonovu nemoc – obdržet přesnou diagnózu – mít přístup k podpurným službám – aby se jim dostalo soustavné péče a podílet se na procesu zvládání nemoci. Klíčovým pro podporu těchto požadavků bylo, že se EPDA spojila s WHO. V té době se WHO zabývala neurologií a když ji EPDA oslovila, rozhodla se chartu Parkinsonovy nemoci podpořit.

Den jednoty napříč kontinenty

EPDA se tehdy zeptala členských organizací ve světě, jestli by podpořily vznik Světového dne Parkinsonovy nemoci, navrhla pro to 11. duben, což byl den narození Dr. Jamese Parkinsona. Odpovědí bylo „hlasité ano“, z čehož bylo zřetelně cítit, že členské organizace stojí o to spojit se a podpořit zveřejnění charty společně s WHO.

Když se EPDA dozvěděla o Parkinsonově tulipánu, rozhodla se přijmout květinu jako symbol, který jí pomůže spustit kampaň, spojenou se zveřejněním charty. EPDA proto oslovila linkolnshirského pěstitele tulipánů Roberta, který byl ochotný pomoci. Lizzie vzpomíná: „Když k nám všechny ty tulipány dorazily, celá naše kancelář byla pokryta cibulkami tulipánů.“ EPDA navrhla členským organizacím, aby ve svých zemích zasadily tulipány a připomněly tak Světový den Parkinsonovy nemoci. Společnost TESCO ve Velké Británii se rozhodla prodávat cibulky tulipánů pro EPDA podpořit tím jejich věc, velmi tak EPDA pomohla.

Britská královská rodina podpořila spuštění kampaně WHO

Květina se stala symbolem odvedené tvrdé práce, den spuštění



kampaně byl stanoven na 11. dubna 1997. Den osvěty Parkinsonovy nemoci a charty byl odstartován prestižní událostí.

Akce s podporou WHO a start kampaně v Kensingtonském paláci si získala pozornost významných lidí tehdejšího světa, včetně princezny Margarety a princezny Diany, britského premiéra Johna Majora a Tonyho Blaira, papeže Jana Pavla II, italského operního zpěváka Luciana Pavarottiho a americké boxerské legendy Muhamada Aliho.

Po celém světě pořádaly členské organizace akce, kterými na významný den upozorňovaly. „Evropa byla zaplavená tulipány“, vzpomíná Lizzie.

Na základě prvního Světového dne Parkinsonovy nemoci byla ustavena nová pracovní skupina WHO, která se věnovala Parkinsonově nemoci, pracovala v letech 1997 – 2004.

Lizzie dodává: „A zpráva tak byla předána. Nezapomínejte, že to všechno se stalo předtím, než lidé začali používat e-mail. To byl začátek Světového dne Parkinsonovy nemoci a tulipánu.

Symbol přetrval do dnešní doby, nejen jako logo Parkinson's Europe a dalších organizací, ale také jako inspirativní téma. Například aktivity české organizace Společnost Parkinson, z.s., v roce 2025 zahrnují sázení tulipánů na různých místech, společně s informacemi, zvyšujícími povědomí o této nemoci. Členská organizace ve Velké Británii žádá podporovatele, aby upletly nebo uháčkovaly modré tulipány, poslaly jí je, a pomohly tak vytvořit symbol, který tento významný den připomene.

Přeložil: Petr Hořava



Parkinson's Europe pro vás také připravila vzor pasu, který si můžete vytisknout, vyplnit a vzít sebou na cesty do zahraničí. Když v něm vyplníte informace o sobě a svých lécích a budete ho nosit u sebe, může být užitečný, kdybyste potřebovali lékařskou pomoc. Vícejazyčné verze nalezne na stránkách:

<https://parkinsonseurope.org/the-parkinsons-passport/#download-the-parkinsons-passport>

HLAVOLAMY

Zkus si trochu lámat hlavu

Najdi na obrázcích 7 rozdílů

Vytvoř slova z písmen



lerych

rčkkáoe

ulkboko

arPha

čavunipa

konev oceli

rychle, kočárek, hluboko,
Praha, pavučina,
velikonce



Jste v tíživé životní situaci a potřebujete pomoc?

Pokud se ocitáte v situaci, kdy potřebujete pomoc státu. Ať už je to bydlení, dluhy, zdravotní postižení, právní pomoc, sociální podpora. Náš úřad ombudsmana připravil rozcestník informací na koho a kam se v dané situaci obracet. Věřím, že je to dobrá a přehledná pomůcka a proto se chci s vámi o ni podělit. Najdete ji na stránce

<https://www.ochrance.cz/situace/>

Byla jsem pozvaná ke kulatému stolu na téma diskriminace starších lidí. Diskuze byla velmi podmětná a určitě přínosná. Co pro mě ale bylo velmi povzbuzující, že je v tomto úřadě zaměstnáno spousta lidí, kteří vytváří hodnotné a velmi užitečné materiály pro občany. Věřte mi, poznala jsem je osobně. Na setkání jich bylo asi 15 a většinou mladí lidé, což mě také překvapilo vzhledem k tématu setkání. Opravdu jsme spolu diskutovali. Takže věřím, že umí podat pomocnou ruku a když zrovna nejsou v pozici, kdy by mohli zasahovat, umí poradit a nasměrovat na úřady či osoby, které pomohou. Když navštívíte webové stránky a nejdete si tento rozcestník, určitě se zorientujete, kam se obrátit s vaším problémem. Nezapomeňte, že ombudsman nemůže zastupovat úplně každého ve všem. Je to pomoc v krajním případě, kdy instituce a právníci selhávají. Spousta věcí si můžete vyřešit sami a tento rozcestník vám poradí kudy se vydat.

Napsala: Marta Pátková

- [Bydlení](#)
- [Cestování a cizinci](#)
- [Diskriminace](#)
- [Dluhy a exekuce](#)
- [Důchody](#)
- [Finance a zboží](#)
- [Formuláře](#)
- [Lidé se zdravotním postižením](#)
- [Ochrana zvířat](#)
- [Ombudsman a jeho pravomoci](#)
- [Pozemky, stavby, cesty](#)
- [Práce](#)
- [Právní pomoc a poradenství](#)
- [Rodina, děti](#)
- [Sociální pomoc a podpora](#)
- [Soudy](#)
- [Státní správa a samospráva](#)
- [Školství](#)
- [Vězeňství](#)
- [Zdravotnictví](#)

Kontakty

Společnost Parkinson, z. s.
Adresa: Volyňská 933/20, 10000 Praha 10
IČ: 60458887

Telefon kancelář: 774 443 561
Web: www.spolecnost-parkinson.cz
I Č. účtu: 1766 806 504/0600 MONETA Money Bank

Výbor

Předsedkyně	Marta Pátková	739645261	patkova@spolecnost-parkinson.cz
Místopředseda	Ing. František Klíma	604590597	fjklima@gmail.com
Místopředsedkyně	Stanislava Pospíšilová	603815285	stanapospisilova@seznam.cz
Člen výboru	Jiří Rára	607969772	rara@spolecnost-parkinson.cz
Členka výboru	Marcela Plachá		marcik37@seznam.cz

Kluby

Brno	Mgr. Eva Vernerová	606145248	vern.eva@seznam.cz
Červený Kostelec	Helena Kukrálová	737109815	helena@kukral.cz
České Budějovice	MVDr. Petr Hořava	604259414	horavaml@seznam.cz
Havlíčkův Brod	Jana Růžičková	737557902	ruzickova.brod@seznam.cz
Hradec Králové	Stanislava Pospíšilová	603815285	stanapospisilova@seznam.cz
Liberec	Mgr. Dagmar Votrubcová	603542136	dagmar.votrubcova@seznam.cz
Mladá Boleslav	Josef Březina	728233022	josef.brezina@cejetice.cz
Olomouc	Mgr. Dagmar Dupalová	604209687	dagmar.dupalova@upol.cz
Pardubice	Štěpánka Šimonová	775324466	petrstepanka@atlas.cz
Plzeň	Valer Mičunda	775342444	val.mic@seznam.cz
Praha	Ing. Ivana Grusová	602211217	grusova@spolecnost-parkinson.cz

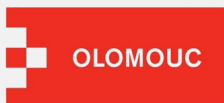
DĚKUJEME NAŠIM SPONZORŮM



HRADEC KRÁLOVÉ



NADACE
AGROFERT



Medtronic

