

# Dialog

share<sup>edition</sup> for care 5 2020  
ČASOPIS NEJEN PRO DIALYZOVANÉ PACIENTY

## TÉMA

Dialýza v domácím prostředí

## CESTUJEME

A loď na dovolenou už jste si půjčili?

## VELIKÁNI MEDICÍNY

Rytíř moderní urologie  
Leopold von Dittel

ROZHOVOR

# JIŘÍ ŠTRÉBL

MÁ NEJSILNĚJŠÍ ŽIVOTNÍ ROLE BYLA  
PŘI PODPOŘE PŘÍTELKYNĚ PO TRANSPLANTACI

# PHYSIDIA S<sup>3</sup>

INOVACE V OBLASTI  
DOMÁCÍ HEMODIALYZAČNÍ LÉČBY



Maximální  
bezpečnost  
a jednoduché  
ovládání



Zlepšení  
kvality života  
pacienta



Komfort  
a mobilita

## SVOBODA A FLEXIBILITA PRO PACIENTA



Milé čtenářky, milí čtenáři,

podzim už oficiálně zahalil naše města. Rána jsou chladnější, přes den nám obloha ještě sem tam pošle trochu slunečního světla a tepla a z práce už chodíme za tmy. I když je podzim obecně obdobím dešťů, plískanic a aktuálně druhé vlny pandemie koronaviru, neklesajte na duchu. Já sama totiž miluji myšlenku dánského receptu na štěstí hygge, který je velmi jednoduchý – je to umění vytvořit si z domova útulné a vřelé místo, kam se rádi každý den vracíte a kde trávíte čas s přáteli a rodinou při dobrém jídle, pití a rozhovorech. A pro nadcházející období je to ideální metoda, jak se vyhnout davům venku a udělat si to doma hezké. Začněte hned teď a večer vypněte televizi, zapalte si svíčku a jen tak buďte nebo zapojte rodinu a popovídejte si o tom, jaký jste měli den. O doplnění energie, která na podzim schází, se pak postará menu, které si pro vás v tomto čísle připravila naše šikovná foodbloggerka Evička.

Při aktuálních rostoucích číslech nově nakažených, která na nás vyskakují všude, kam se pohneme, je totiž důkladná psychohygiena podstatnější než kdy dřív. Já však věřím, že když jsme ustáli první jarní vlnu, ustojíme i druhou podzimní. Sama si pamatuji ten pocit hrdosti, když se celý národ semknul a začal šít roušky. Byli jsme v tom všichni, senioři i mladí. Proto bychom měli hrdost a ego odložit i nyní a udělat všechno pro to, aby denní čísla nově nakažených nebyla tak vysoká. Stačí opravdu málo a ano, opakování je matkou moudrosti – čili myjte si důkladně ruce, ať už mýdlem nebo dezinfekcí, noste roušku (nikomu se v ní dobře nedýchá), a pokud to jde, držte si rozestupy. O soužití s pacientkou po transplantaci během karantény jsme pro vás tento měsíc vyzpovídali seriálového Miloše z Ulice, herce Jiřího Štrébela.

Přeji vám příjemné čtení a ještě příjemnější podzimní dny

Magda Volná  
šéfredaktorka

**B BRAUN**  
SHARING EXPERTISE

**Dialog** - Časopis nejen pro dialyzované pacienty

Vychází jednou za dva měsíce. Zdarma. ISSN 1803-7267

**Redakční rada:** Ing. Petr Macoun, Ph.D.; MUDr. Martin Kunccek; RNDr. Martin Kalina, Ph.D.; MUDr. Roman Kantor;

Luděk Hajský, Petra Borová

**Šéfredaktorka:** Mgr. Magda Volná

**Redakce:** prim. MUDr. Roman Kantor; Magdalena Bambousková, Mgr. Petr Pavelčík

**Design:** Tomáš Komůrka, BA; Pavel Cindr

**Vydavatel:** B. Braun Avitum s.r.o., V Parku 2335/20, 148 00 Praha 4, Česká republika, IČ: 61856827, DIČ: CZ61856827,

Tel. +420 271 091 111, dialog.cz@bbraun.com, www.bbraun-avitum.cz

Veškeré články publikované v tomto časopisu mají pouze informativní charakter a nejsou právně závazné. Veškerá doporučení uveřejněná v tomto časopisu týkající se zdravotního stavu, dietních a režimových opatření je nutné konzultovat s ošetřujícím lékařem nebo sestrou. Redakce si vyhrazuje právo na úpravu veškerých textů.

5

LETEM  
DIALYZAČNÍM SVĚTEM

Ocenění pro časopis Dialog

6

ROZHOVOR

Jiří Štrébl:

Má nejsilnější životní role –  
podpora přítelkyně po transplantaci

12

TÉMA

Dialýza v domácím prostředí  
je realitou

14

INSPIRACE

Domácí dialýza znamená  
svobodu a zodpovědnost

20

CESTUJEME

A loď na dovolenou  
už jste si půjčili?

33

VELIKÁNI MEDICÍNY

Rytíř moderní urologie  
Leopold von Dittel

# Ve specializované ambulanci na léčbu ran

*I drobné poranění na hýždích vozíčkáře je nejlepší co nejdříve konzultovat s profesionálem, a proto se ambasador „B. Braun pro život“ a zlatý medailista z paralympijských her z Pekingu a stříbrný z Londýna a Ria de Janeiro David Drahonínský vydal za specialistkou na léčbu ran Bc. Alenou Kyselovou do ambulance B. Braun Plus.*



Využili jsme toho, že David za Alenu Kyselovou přišel s konkrétním problémem, a tak jsme si mohli ukázat, jak při ošetření defektu krok za krokem postupuje profesionálka. Současně jsme získali mnoho rad a zkušeností dlouholetého vozíčkáře a profesionální zdravotnice, které od jejich prvního setkání spojuje

pevné přátelství. V neposlední řadě jsme pak při neformálním rozhovoru načerpali hodně dobré nálady a optimismu, který pramenil ze zjištění, že co se týče dekubitů, jsou sice vozíčkáři ohroženým druhem, ale při dodržování konkrétních postupů a režimových opatření prosezeniny vzniknout nemusí.

redakce Dialogu



B. BRAUN PRO ŽIVOT

**Pomáháme tam, kde je potřeba**

Prostřednictvím projektu B. Braun pro život, který zastřešuje řadu dílčích aktivit, podporujeme vybrané organizace i jednotlivce. Ambasadori projektu se stali Kateřina Antošová a David Drahonínský, jejichž příběhy a touha bojovat a nevzdávat se jsou nesmírně inspirující nejen pro ty, které postihl podobný osud. Na Slovensku inspiruje svým životním optimismem Martin Ludrovský.

Seznamte se blíže s charitativním projektem B. Braun pro život.




 ZLATÝ  
STŘEDNÍK  
2019

# Ocenění pro časopis Dialog

*Tištěný časopis Dialog prošel redesignem, a že to byl pokrok a kus dobře odvedené práce, ukazují nejen ohlasy od našich čtenářů, ale potvrdila to i odborná porota soutěže firemních médií a komunikačních projektů Zlatý středník.*



foto Ester Horovičová

Do letošního 18. ročníku dorazilo celkem 415 přihlášek napříč kategoriemi. My se do takovéto soutěže přihlásili poprvé a získali jsme 3. místo v kategorii Zdravotní péče a farmacie. Ocenění nás v takto prestižní soutěži a velké konkurenci o to více těší.

**Zlatý středník PR Klub**  
Zlatý středník je česko-slovenská profesní soutěž hodnotící firemní interní a externí média a nejlepší komunikační projekty vznikající jak v České republice, tak na Slovensku. Odborná porota posuzuje přihláše-

né práce i napříč oborovými sektory. Přihlašování do 18. ročníku soutěže

odstartovalo 19. listopadu 2019 a sběr přihlášek skončil 14. února 2020. Konečné vyhlášení odsunula pandemie koronaviru na září, ale nám to vůbec nevadilo!

Děkujeme vám, našim čtenářům, za to, že náš časopis čtete a máte ho rádi, a také gratulujeme celému týmu, který se na tvorbě tohoto patientského časopisu podílí.

redakce Dialogu



MÁ NEJSILNĚJŠÍ  
ŽIVOTNÍ ROLE:  
PODPORA PŘÍTELKYNĚ  
PO TRANSPLANTACI

*Herec Jiří Štrébl (61) je sice inženýrem ekonomie, avšak po první zkušenosti v amatérském souboru už prkna, co znamenají svět, nikdy neopustil. V rámci letošní karantény způsobené pandemií covid-19 si vyzkoušel novou roli. Roli trpělivého a pečujícího partnera pacientky po transplantaci ledviny. Jak obstál a jak to změnilo jeho život, se dozvíte v našem rozhovoru.*

Zaujalo mne, že jste vlastně inženýr, ale hrajete divadlo. Jak jste se dostal k herectví?

K herectví jsem se dostal omylem. Měl jsem narozeniny a kamarád hrál divadlo v jednom amatérském souboru. Vypravil jsem se tedy za ním, aniž bych tušil, v kolik jim končí zkouška. Zrovna s kolegy probírali, že jim jeden herec odchází a potřebovali by ho nahradit, neboť se blížila premiéra. Tak jsem si řekl, že bych to mohl být já, ačkoliv jsem tam nikoho neznal, tedy kromě toho svého kamaráda. Půl roku nato jsem dělal konkurz do amatérského studia Rubín (dnes se tato scéna jmenuje A studio). Dostal jsem se tam a během dalšího roku na této scéně hrál i profesionálně. Takže to je můj příběh o tom, jak jsem inženýra nikdy nedělal.

Otázka, jestli svého rozhodnutí nelitujete, je asi zbytečná.

Přiznám se, že jednoznačně nelituji. Dobrým příkladem může být i historika, jak jsem od tatínka své tehdejší přítelkyně dostal hned po absolutoriu vysoké školy tak neuvěřitelnou nabídku zaměstnání, že se mnou po odmítnutí už v životě nepromluvil. A to mi, prosím pěkně, nabízel cifru desetinasobně vyšší, než byl můj původní plat. Všichni mí spolužáci z ekonomky by se kvůli té nabídce zbláznili radostí.

Situace v celé společnosti se stále točí kolem pandemie covidu-19. Dočetla jsem se o vás, že je vaše přítelkyně

po transplantaci ledvin, kterou prodělala v době pandemie.

Byl to den jako každý jiný. Ráno jsme ještě spolu s dětmi snídali. Pak jsem odešel na zkoušku do divadla. Zanedlouho mi do divadla volala přítelkyně. Mluvila se svým ošetřujícím lékařem. Ten ji kvůli pandemii koronaviru doporučil být co nejméně mezi lidmi. Jenže já jimi byl obklopen stále. Domluvili jsme se, že se ten den domů už nevrátím, abych ji neohrozil.

Co se dělo po telefonátu od vaší přítelkyně? Měl jste kam jít? Kdo vám sbalil věci, abyste s přítelkyní nepřišli do kontaktu? A kdo byl dárcem – někdo z rodiny, nebo cizí člověk?

Já jsem přítelkyni chtěl samozřejmě darovat svou ledvinu, ale vzhledem k mému věku a dalším přidruženým nemocem to nešlo. Byl to tedy cizí dárc, bohužel už mrtvý. A přespat bych měl kde, přeci jen měl jsem i svůj byt, jenže jsme chtěli být často spolu, tak jsme to vyřešili krátkými návštěvami s velkými rozestupy, než se nám podařilo získat výsledky testů.

Po testech jste tedy mohl za přítelkyní zpět?

Jelikož byla veškerá práce zrušená a divadla zavřená, po testu už jsem s ní mohl zase být. Můžu vám říct, že to odloučení bylo velmi nepříjemné.

Přibližte mi, jak vypadal váš denní režim? Byl asi hodně jiný oproti režimu klasickému v souvislosti se situací vaší přítelkyně, která byla po transplantaci. Přítelkyně musela, předpokládám, dodržovat přísná opatření, aby se nenakazila...

Po mém návratu domů jsme žili úplně normálním životem. Ze začátku jsme



chodili ven opravdu sporadicky, jen s dětmi do našeho oblíbeného parku. Velmi pečlivě jsme se však vyhýbali dalším lidem. Děti nemohly ani za kamarády, stala se z nás taková malá dočasně uzavřená jednotka.

Dělala jsem zhruba před měsícem rozhovor s pacientem, který byl původně dialyzovaný, ale v období pandemie měl štěstí a byl transplantovaný. Říkal mi, že měli doma se ženou přísný režim, kdy chodili pořád v rukavicích a neustále po sobě umývali záchod i koupelnu, dezinfekci měli opravdu všude.

My jsme se opravdu většinu času zdržovali doma, i nákupy jsme si nechali dovážet. Když už jsem šel na nákup, tak někde do malého krámků, kde nikdo nebyl. Všude po bytě jsme měli dezinfekci, neustále jsme si umývali ruce a velmi striktně jsme si udržovali odstup od ostatních. Když jsme chtěli na čerstvý vzduch, odjeli jsme na chalupu.

**Jak probíhá zotavování? Pustili vás do nemocnice, abyste mohl po transplantaci přítelkyni navštívit?**

Ano, já za ní šel hned po operaci. Chodil jsem s ní i na dialýzu. Lékaři nám v té době prognózovali transplantaci nejdříve za rok od první dialýzy. A tak se i stalo. Proběhla přesně rok nato, kdy byla přítelkyně poprvé na dialýze. Po transplantaci jsem za ní chodil i dvakrát denně, když děti byly ve škole, nebo navečer, když jsme měli hlídání.

**Mohla vaše přítelkyně pracovat?**

Ona měla to štěstí, že byla schopná při dialýzách pracovat, protože je novinářka a nebyl pro ni problém pracovat i v nemocnici.

**Když se teď zpětně ohlédnete za denním režimem s dialyzovaným pacientem, jak u vás probíhaly stresové situace, kdy přítelkyně potřebovala podpořit? Jak jste to vy jako zdravý člověk zvládal? Přemýšlel jste i nad tím, že je to třeba na celý život?**

Já jsem jí tu ledvinu samozřejmě přál od chvíle, kdy jsme se dozvěděli, že musí dojít k transplantaci. Hlavně, když s někým takovým žijete a máte ho hodně



Jiří Štrébl s Michalem Novotným v představení Prachy

rád, mnoho věcí si nepřipouštíte. Myslím tím například, že je ten člověk nemocný. Žijete s ním, jako by nebyl nemocný, a všechny ty projevy nemoci se za chvíli naučíte vnímat.

**Vyrazili jste si aspoň užít prodloužený víkend nebo dovolenou? Odpočinout si a načerpat energii?**

Ano, jezdili jsme na chalupu a přítelkyně normálně dojížděla do Prahy, protože to máme do hlavního města z chalupy kousek.

**Divadelních i filmových rolí za sebou máte nespočet. Dalo by se říct, že tato vaše role je vlastně životní? Občas jste možná také musel hrát, abyste přítelkyni podržel.**

NE. Ale byl jsem z toho často podezříván. Ale ne. Nikdy jsem nemusel nic hrát a nehrál.

**Jak dáte člověku v takovém stavu najevo, že jste tu pro něj a ustojíte to spolu?**

Hodně pomáhá intenzivní objetí. Přítelkyni jsem obejmul a ukázal jí, že tady někdo pro ni je. A samozřejmě nejsilnější byly ty stavy v nemocnici, když jsem ji hodiny držel za ruku a ona se třásla, že jí je zima. To byly ošklivé zážitky pro nás oba. Takovému člověku musíte dát najevo, že při něm stojíte.



Ondřej Vetchý, Jiří Štrébl a Jitka Ježková v inscenaci Velká zebra aneb Jak že se to jmenujete





### Dala vám i tato životní zkušenost sílu do života?

Netroufám si tvrdit, že jsem silnější než moje přítelkyně, protože ona si prošla šilennými věcmi, ale zajisté je to velká životní zkušenost. A ano, nějak vás to posune, když žijete vedle těžce nemocného člověka.

### Pojďme to trochu odlehčit. Začala vám divadelní sezona, kde vás momentálně můžeme vidět?

Vůbec poprvé ve své kariéře jsem hrál přesně 1. září. Hráli jsme Smrt obchodního cestujícího v Divadle ABC. Mám takový pocit, že se lidem opravdu stýskalo po divadle, protože jejich závěrečná reakce byla dojemná. Tleskali nám vroucněji než kdy předtím, a když zmíním i fakt, že všichni seděli ty dvě hodiny v sále s rouškou na obličejích, tak bych snad ten potlesk věnoval já jim.

### A kromě divadla vás čekají i nějaké filmové role?

Mám roztočených asi pět věcí najednou. Už sedm let mne můžete vidat v roli Miloše Knoblocha v seriálu Ulice, chystám seriál Děti o záměně novorozeňat už v porodnici, na kterou rodiče přijdou až mnohem později. S režisérem Radímem Špačkem pak v Ostravě natáčíme detektivku Stíny v mlze. Zrovna v tomto projektu hraju šéfa gangu motorkářů, to asi

ani nedovedete představit, jak zní čtyřicet rozjíždějících se motorek. Je to ohromné!

### Prozradíte čtenářům nějakou zajímavou historku ze svého hereckého života?

To mi takhle jednou večer v Podolí ujel autobus, tak jsem zavítal do místní hospůdky. Dal jsem si kafe a chystal jsem se projít si text na další den. Přišel ke mně pán, který vypadal, jako by tam seděl už od rána, a řekl mi, že jsem hajzl, že se k té malé holčičce chovám jako prase. Došlo mi, že mluví o mé roli v seriálu Ulice, tak jsem mu odpověděl, že to si musí postěžovat scenáristům, já jsem pouze herec. Ještě před odchodem jsem si zašel na toaletu a tam mi tenhle pán praštil hlavou o dlaždičky a utrl mi obočí. Poděkoval jsem mu, popřál hezký večer a šel si po svých.

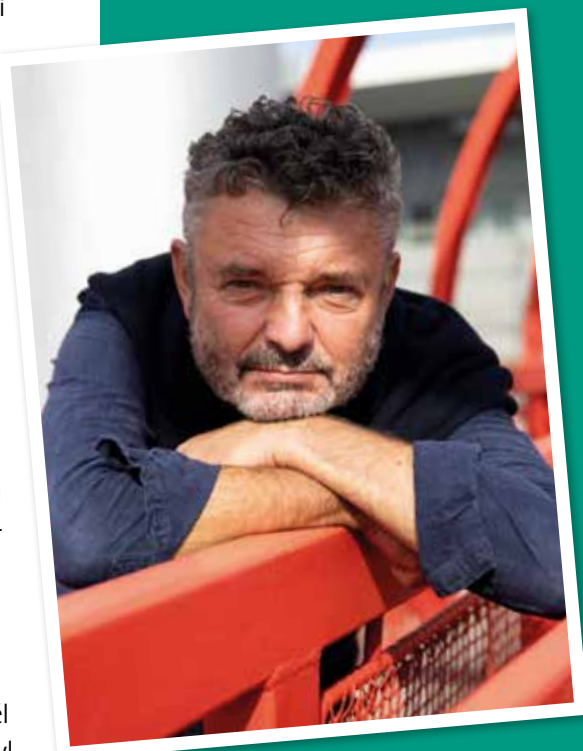
### Mělo to nějakou dohru?

Nemělo, pán vypadal dost opile, měl v sobě podle mě tak dvě promile. Byl o hlavu větší a nevím, jak bych z něj vytáhl občanku. Naštěstí se má seriálová role již pak vyvíjela k lepšímu, takže teď častěji dostávám přátelské poklepání po ramenou.

### Na závěr mi dovoluje poslední dotaz, co byste ještě vzkázal ohledně soužití s transplantovaným člověkem během pandemie čtenářům? Jistě to nebylo jednoduché.

Ne, jednoduché to rozhodně není. Důležité je nebát se a nemít z toho strach, protože strach člověku ubližuje. Myslím si, že čím větší má člověk strach, tím více se mu onemocnění rozjíždí. Neříkám tím brát to na lehkou váhu, ale nezbláznit se z toho.

Kateřina Fišarová  
foto Ester Horovičová,  
Lucie Vítková a Ivo Mičkal



## Jiří Štrébl

se narodil 11. listopadu 1958 v Praze. Herectví nikdy nestudoval, titul získal na Vysoké škole ekonomické, přesto inženýra nikdy nedělal. Uhranul ho svět divadla. Poté, co ho jeho kamarád pozval na zkoušku amatérského divadla, už u něj zůstal. Začínal v souboru A studia Divadla na okraji, poté hrál dva roky ve spolku Kašpar. Jeho cesta pokračovala do Divadla Komedie, kde hrál dlouhých osmnáct sezon. Jeho nejznámějšími hereckými projekty jsou postava Miloše Knoblocha v seriálu Ulice, seriál Svatby v Benátkách a Vraždy v kruhu nebo divadelní představení Hrdinové jako my.

# JAK SE PŘIPRAVIT NA DOMÁCÍ HEMODIALÝZU

*Uvažujete o domácí dialýze? Bojíte se úprav domácnosti? Ptáte se, jestli je nutná kompletní rekonstrukce bytu, nebo stačí jen větší noční stolek a „kumbál“ na potřebné věci? Co to všechno obnáší, dialyzovat se doma, a jak bychom měli mít svůj dům či byt vybavený? O tom všem nám poví vedoucí servisního centra B. Braun Avitum Ing. Tomáš Vápeník.*

## Bud'te pánem svého času s pomocí domácí dialýzy

Hemodialýza jako léčba nedostatečné funkce ledvin je prakticky trvalá záležitost s velkým dopadem na životní režim pacienta. Není tedy divu, že souběžně s rozvojem medicínských aspektů léčby probíhá i rozvoj metod s cílem snížit dopady léčby na život pacienta a jeho denní režim.

Jednou z takových metod je i domácí hemodialýza. Díky současnému technickému rozvoji je dnes možné realizovat domácí hemodialýzu hned několika způsoby. Nejvhodnější způsob léčby závisí na potřebách pacienta, ale také na prostorových možnostech jeho bytu. Pro

domácí hemodialýzu poskytujeme dvě varianty.\* Jak to tak bývá, každá z variant má své výhody a nevýhody.

## Physidia S<sup>3</sup>: Naložte přístroj a vyrazte na dovolenou

Physidia S<sup>3</sup> je speciální mobilní dialyzační monitor určený přímo pro domácí hemodialýzu bez potřeby úpravy vody. Tento speciální dialyzační monitor pro domácí dialýzu nabízí základní spektrum léčebných parametrů, vyžaduje asi 2,5 m<sup>2</sup> pro skladování spotřebního materiálu (vše, co je potřeba mít doma pro domácí hemodialýzu), není však potřeba dělat žádné úpravy bytových rozvodů (voda, elektrina). Monitor je navíc přenosný,

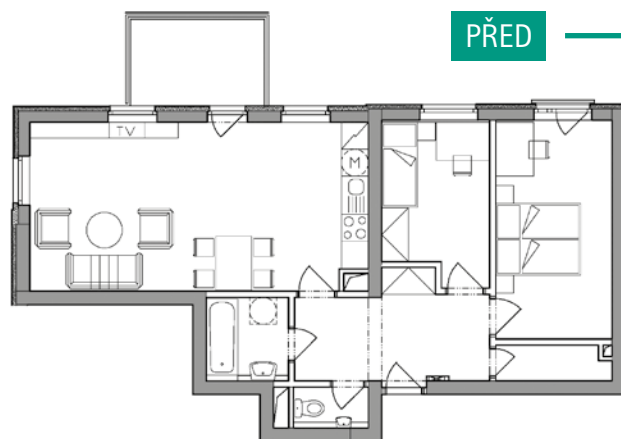
a tak provádění hemodialýzy není striktně vázáno jen na upravený byt a za jistých podmínek umožňuje pacientovi i cestovat a být nezávislý.

## Dialog Plus: Komfort a jistota

Tato druhá alternativa domácí dialýzy využívá standardní hemodialyzační monitor s mobilní úpravou vody pro domácí léčbu. Dialyzační monitor s úpravou vody představuje ověřený princip hemodialyzační léčby se širokou škálou léčebných parametrů.

U domácí dialýzy s monitorem Dialog Plus a mobilní úpravou vody se připravuje dialyzační roztok přímo z pitné vody. Díky tomu nepotřebujete tolik skladovacího prostoru pro spotřební materiál. Na druhou stranu je vyžadována úprava rozvodu vody a odpadu v bytě a vylučuje se provoz na vlastní zdroj vody (studna) především z důvodu rizika kontaminace. Ošetření je tak vázáno na upravený prostor. Péče o dialyzační monitor a úpravnu vody je poněkud časově náročnější.

\* Další možností je i peritoneální dialýza, která je však založena na jiném způsobu léčby.



## Co je tedy třeba zajistit při úpravě prostoru pro domácí hemodialýzu?

### Physidia S<sup>3</sup>

- Vlastní prostor pro ošetřování: cca 2 m<sup>2</sup>.
- Prostor pro dialyzační monitor: cca 1 m<sup>2</sup>.
- Přípojka elektrické energie pro monitor: standardní elektrická zásuvka 230 V
- Kvalitní osvětlení prostoru pro ošetřování, pokud možno s možností regulace intenzity.
- Záložní osvětlení pro případ výpadku napájení při ošetření v noci.
- Prostor pro skladování spotřebního materiálu (cca dvě palety): 2,5 m<sup>2</sup>.

- Prostor pro skladování použitého spotřebního materiálu: chlazený box.

### Dialog PLUS

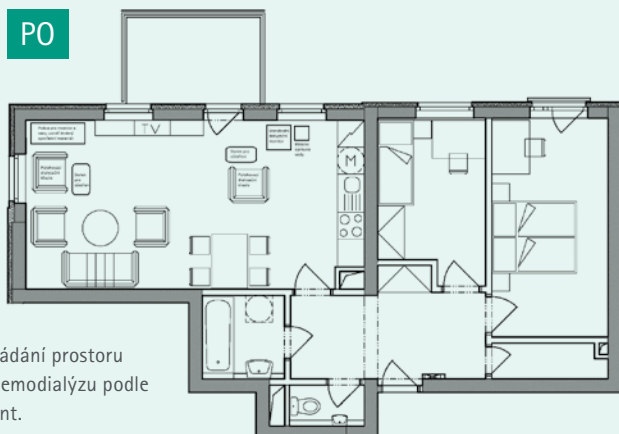
- Vlastní prostor pro ošetřování: cca 2 m<sup>2</sup>.
- Prostor pro dialyzační monitor: cca 1 m<sup>2</sup>.
- Prostor pro úpravu vody: cca 0,5 m<sup>2</sup>.

- Přípojka vody pro úpravnu.
- Přípojka odpadu pro úpravnu a dialyzační monitor
- Přípojka elektrické energie pro monitor a úpravnu vody: 2× elektrická zásuvka 230 V jistěná proudovým chráničem typu B, 30 mA.
- Kvalitní osvětlení prostoru pro ošetřování, pokud možno s možností regulace intenzity.
- Záložní osvětlení pro případ výpadku napájení při ošetření v noci.

- Prostor pro skladování spotřebního materiálu (cca dvě palety): 1,5 m<sup>2</sup>.
- Prostor pro skladování použitého spotřebního materiálu: chlazený box.



PO



Možné uspořádání prostoru pro domácí hemodialýzu podle každé z variant.



### Ing. Tomáš Vápeník

vstoupil na pole zdravotnické techniky nejprve jako servisní technik prvních dialyzačních monitorů B. Braun na českém trhu a infuzních pump. Později působil v pozici technického dozoru při výstavbě a modernizaci dialyzačních středisek B. Braun Avitum. V současné době vede servisní tým B. Braun Avitum a zajišťuje technickou podporu obchodnímu týmu divize Avitum především v oblasti prodeje úpraven vody a míchacích zařízení.

To, kterou z alternativ domácí dialýzy si po konzultaci se svým ošetřujícím lékařem zvolíte, závisí na vás a vašich prostorových možnostech. B. Braun je připraven vás v projektu vaší domácí hemodialýzy podpořit.

# DIALÝZA V DOMÁCÍM PROSTŘEDÍ JE REALITOU

*Pokrok v oblasti poskytování dialyzační péče se nezastavil. Vysoká kvalita samotného očištného procesu se již stala standardem, proto se pozornost výzkumníků, lékařů a techniků mohla zaměřit na kvalitu života samotného pacienta. Jak mu zajistit větší komfort, svobodu a šetřit jeho čas? Vždyť sami víte, jak hodně času musí dialyzovaný nemocný strávit čekáním na ošetření nebo transportem do zdravotnického zařízení, do něhož se často zapojují i další členové rodiny. Domácí hemodialýza Physidia S<sup>3</sup>, o kterou si mohou žádat dialyzovaní pacienti, plní přání mnohých nemocných, a to organizovat si čas dialýzy podle sebe a trávit její průběh ve známém prostředí domova.*

Provádět dialýzu v domácím prostředí bez asistence zdravotníků umožňuje naše legislativa pacientům již od roku 2015. S příchodem lékařského přístroje Physidia S<sup>3</sup> je domácí hemodialýza zase o krok blíže realitě. Jaké jsou první zkušenosti zdravotníků s tím, jak jejich pacienti tuto změnu zvládají? Ptali jsme se v Dialyzačním středisku B. Braun Avitum Teplice, kde si přístroj na konci června pořídili. „Těžko můžeme po tak krátké době hodnotit, ale již teď víme, že obrovské plus domácí hemodialýzy je v tom, že si pacient může dialýzu přizpůsobit svému časovému rozvrhu a není nijak vázán na provoz a směny na dialyzačním středisku,“ potvrzují společně dialyzační sestry Petra Krejzová a Libuše Koudelová. Základním předpokladem je, že pacient má zájem na své léčbě aktivně spolupracovat a nebojí se sám obsluhovat moderní lékařský přístroj.

## Naučí mne někdo s přístrojem zacházet?

Dříve, než nemocný začne používat domácí hemodialýzu, je vyškolen zdravotníky ve svém dialyzačním středisku a s prvním ošetřením začne až v okamžiku, kdy je personál i nemocný přesvědčen, že vše bez problémů zvládne. Dialýzu pak podstupuje zpravidla pět- až šestkrát týdně ve dvou- až tříhodinových intervalech. Získá tak nezávislost na zdravotnickém zařízení a mnoho času navíc, který by jinak musel strávit cestováním a čekáním. Během vlastní dialýzy může být se svými blízkými či se věnovat koníčkům, které se s dialýzou nevyklučují.

## Budu muset přístroj nastavovat?

Pro větší komfort a bezpečí pacienta je lékařský dialyzační předpis vždy uložen v přístroji Physidia S<sup>3</sup> na patientské kartě přímo ošetřujícím personálem. Pacient s kartou nijak nemanipuluje. Kartu lze podle potřeby připojit i do jiného monitoru S<sup>3</sup>. „Velkou výhodou je to, že jsou data vždy uložena nebo importována na dané dialyzační středisko,“ upřesňuje vedoucí vrchní sestra dialyzačního střediska v Teplicích Olga Roučková.

ent s kartou nijak nemanipuluje. Kartu lze podle potřeby připojit i do jiného monitoru S<sup>3</sup>. „Velkou výhodou je to, že jsou data vždy uložena nebo importována na dané dialyzační středisko,“ upřesňuje vedoucí vrchní sestra dialyzačního střediska v Teplicích Olga Roučková.

## Jaké podmínky musím splnit?

Přístroj je velkou pomocí a výhodou pro pacienty, kteří chodí do práce nebo dávají přednost flexibilnějšímu a nezávislému způsobu života. K jeho používání je však zapotřebí určitá manuální zručnost, základní technická dovednost a hlavně chuť učit se novým věcem. Dále je nutné, aby měl pacient ve svém bytě vyčleněné místo na dialyzační přístroj,



křeslo a prostor na skladování materiálu, který je k provádění dialyzační procedury nutný a musí být k dispozici. Podle platných právních předpisů je také nezbytné, aby byl v průběhu domácí hemodialýzy přítomen proškolený asistent, kterým bývají nejčastěji partneři, manžel nebo manželka. Všechny tyto podmínky



pro používání přístroje Physidia S<sup>3</sup> lze při troše organizačního úsilí bez potíží splnit.

#### Je dialýza stejně účinná jako v dialyzačním středisku?

Pokud se ještě podíváme na domácí hemodialýzu ze zdravotního hlediska, máme pro nemocné s chronickým onemocněním ledvin k dispozici jednu z nejfyziologičtějších léčeb, kterou může pacient s renálním selháním využít. Účinnost dialýzy je podobná funkci zdravých ledvin. Na tomto efektu se podílí i vyšší, téměř denní frekvence dialyzačního ošetření.

#### Už to někdo vyzkoušel?

Dialyzační sestry z teplického střediska, které mají v tomto centru přechod pacientů na domácí hemodialýzu na starost, se svěřily, že jejich první pacientka byla týden po přechodu na tuto metodu zcela bez komplikací. „Od prvního dne byla schopná si přístroj sama setovat a připravovat, což zvládala díky své zručnosti bravurním způsobem. Při nastavování vznikla technická komplikace kvůli špatně propojenému vaku. Chybami se člověk učí. Za další tři dny se bohužel přidala komplikace s cévním přístupem, proto jsme začátek první dialýzy v její domácnosti odložili o týden. Nyní již probíhá vše bez problémů a nemocná je naprosto nadšená, protože má teď spoustu volného času,“ potvrzují sestry.

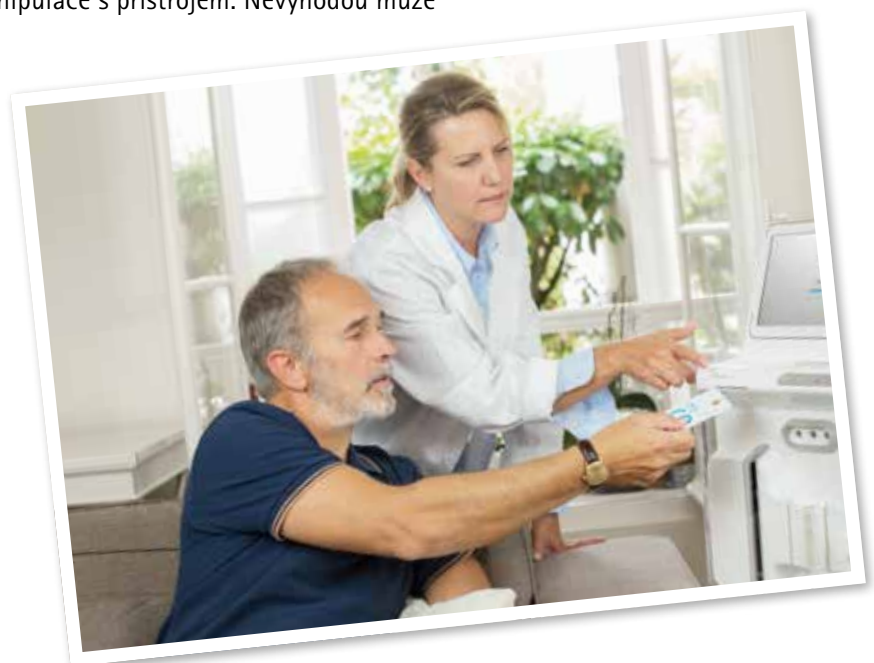
#### A co na domácí hemodialýzu říká pacientka?

Sama nemocná uvádí, že obrovskou výhodou je nejen ušetřený čas, ale také možnost provádět dialýzu kdykoliv během dne. Nevýhodou z jejího pohledu je četnost dialýzy, dlouhá doba proplachu a přípravy. Dialyzační sestry hodnotí výhody a nevýhody metody podobně: „Z našeho pohledu je obrovskou předností ušetřený čas a velmi snadná manipulace s přístrojem. Nevýhodou může



být nutnost naprosté soběstačnosti pacienta. Pro nás všechny je domácí hemodialýza něčím novým. Byla a stále je to výzva, ze které jsme nadšené. Doufáme, že všichni pacienti, kteří přejdou na domácí hemodialýzu, zvládnou s naší pomocí přechod na Physidii bez komplikací a nemocných na domácí hemodialýze bude přibývat,“ přejí si Petra Krejzová i Libuše Koudelová.

redakce Dialogu



# DOMÁCÍ DIALÝZA ZNAMENÁ SVOBODU A ZODPOVĚDNOST

*Potíže s ledvinami pan Pavel dříve vlastně nikdy neměl, nebo lépe řečeno, nevěděl o nich. Kvůli problémům se srdcem však absolvoval vyšetření na interně a prošel sérií testů, které ukázaly, že jeho ledviny nefungují tak, jak by měly. Pan Pavel byl tedy zařazen do dialyzačního programu.*

Nejprve to byla léčba ambulantní, ale po určité době ji musela nahradit léčba dialyzační. Pravidelné návštěvy dialýzy přinesly ovoce a byly tak úspěšné, že se jeho ledviny po roce vrátily takřka do normálu a další dialýza už nebyla nutná. Tento stav trval rok a obrat přišel právě ve chvíli, kdy při chytání ryb na řece Ohři prochladl, dostal oboustranný zápal plic a odvezli ho do nemocnice v Roudnici. Odtud pak byl převezen na oddělení Jednotky intenzivní péče (JIP) nemocnice v Ústí nad Labem. Tam pak strávil tři týdny v umělém spánku a ocitl se opravdu na hraně mezi životem a smrtí. Stav pana Pavla byl velmi vážný a jeho ledviny opět přestaly dobře fungovat a bylo nutné začít s pravidelnou hemodialýzou v nemocnici v Ústí nad Orlicí, na dialyzačním středisku B. Braun.

## Životní změna v podobě domácí hemodialýzy

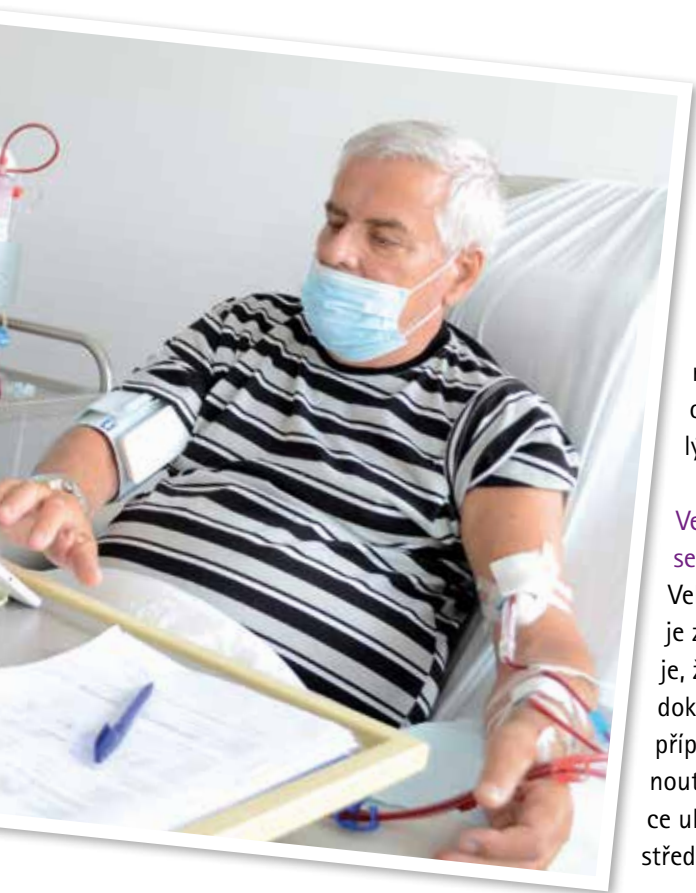
Postupem času mu na oddělení lékařka nabídla možnost peritoneální domácí dialýzy. Pan Pavel si začal shánět všechny informace o možnosti tohoto způso-

bu domácí dialýzy. Později jej však zavrhl. Obrat nastal ve chvíli, kdy v časopise Dialog našel zmínku o domácí hemodialýze jedné paní z Plzně a začal se o tento způsob dialýzy zajímat. V jeho zájmu ho velice podporovaly některé zdravotní sestry, zvláště pak vrchní sestřička a primář oddělení. A ve chvíli, kdy mu primář sdělil, že firma B. Braun má nový dialyzační přístroj pro domácí hemodialýzu dialýzu Physidia francouzské výroby a že by vyhovoval jako kandidát, začal se tedy okamžitě připravovat na přestup na domácí léčbu. Získával také další poznatky z časopisu Dialog a byl pevně rozhodnut domácí hemodialýzu zvládnout.

Aby vůbec bylo možné tento proces nastartovat, musel si začít osvojovat

všechny postupy, po stránce dovedností zvládnutí léčebných manuálů a nastudovat nezbytnou literaturu. Pan Pavel přiznává, že jistá manuální šikovnost a praxe jsou pro úspěch domácí hemodialýzy nezbytné. Přiznává, že přínosem pro něj samotného byla vojna, kde byl zařazen jako zdravotnický instruktor a absolvoval v tomto oboru přípravu v poddůstojnické škole a praxi ve vojenské nemocnici. Tam





taci ledviny, a proto tedy hemodialýza je jediným dostupným způsobem náhrady nefunkčních ledvin. A domácí ošetření je asi proto to nejlepší hlavně z důvodu, že takto prováděná léčba je z hlediska zátěže organismu šetrnější nežli dialýza klasická.

#### Velké plus – dcera zdravotní sestra

Velké plus je, že jedna z dcer je zdravotní sestra, a další plus je, že jak pan primář, tak paní doktorka mají pochopení pro případy, kdy musí sestra „zaběhnout“. Pro pana Pavla je tak velice uklidňující maximální podpora střediska a rodiny.

se třeba pravidelně setkával s odběry krve i s dalšími výkony a návyky, které nyní může „oprášit“.

#### Technická zručnost je jen otázka cviku

Pan Pavel zdůrazňuje, že zvládnout technické věci kolem domácí dialýzy je jen otázkou cviku, ale například píchání do vlastní žíly opravdu není pro každého. Ani jeho žena zpočátku nesouhlasila s jeho rozhodnutím dialyzovat se v domácím prostředí. Měla strach a nechápala, proč nemůže Pavel docházet na nedaleké středisko. Největší obavu měla z toho, že kdyby nastaly jakékoliv komplikace, nezvládla by se o svého muže postarat. Proto právě manželka ale i jeho mladší dcera podstoupily dvou-denní instruktáž na dialyzačním středisku, kde se pan Pavel právě zacvičoval po dobu jednoho měsíce na přístroji pro domácí hemodialýzu.

Protože jeho celkový zdravotní stav je dost komplikovaný, není prakticky tím nejlepším kandidátem pro transplan-

#### Edukace rodiny je důležitá

V současné době je přínosné i to, že Pavlova manželka ví o kladech a výhodách domácího ošetřování a že po vyřešení všech problémů s obývacím prostorem a skladováním se vše zklidní a hektická doba se vrátí „do klidu“. Pan Pavel se bude moci opět věnovat nejen své oblíbené rybařině, ale i ostatním aktivitám, které mu jeho zdravotní stav dovolí, jako třeba četbě, křížovkám, modelařině a dalším činnostem.

Uvědomuje si, že domácí dialýza přináší určitým způsobem svobodu, ale na druhé straně, a to hlavně, musí mít zodpovědnost za všechno, co se týče dodržování potřebných postupů a výkonů. Bez toho by vlastně tato metoda ztrácela svůj význam.

Magdalena Bambousková,  
Foto Khrystyna Bolekhovska

Pan Pavel je aktivní polymorbidní diabetik, kardiak a hypertonik s povšechným sklerotickým postižením cév, a tedy i v ledvinách, což je zřejmě hlavní příčina selhání jejich funkce (zcela jistě to nevíme, neboť neměl provedenu renální biopsii). Vzhledem k tomuto onemocnění je pro něho zvláště vhodné, aby byl dialyzován častěji než třikrát týdně po kratší dobu, a tedy i s menšími mezidialyzačními váhovými přírůstky, a tím i s nutností menší ultrafiltrace během jednoho ošetření. Pro provádění domácí hemodialýzy (HHD) je samozřejmě základním předpokladem aktivní přístup samotného pacienta, schopnost naučit se pracovat s přístrojem pro domácí dialýzu a zvládnout napichování fistule dialyzačními jehlami. Musí mít také oporu v někom blízkém, který by měl být po celou dobu ošetření přítomen pro případ komplikací. Po prvních zkušenostech se jeví HHD u pana Němce jako dobrá volba – pacient je spokojen, bez komplikací, dobře dialyzován (podle laboratoře i kliniky), s možností volnějšího režimu. Jediným problémem je prostorová náročnost (spotřební materiál) v jeho malém bytě, což je řešeno častějšími závozy.

MUDr. Petr Gorun  
ošetřující lékař  
Dialyzačního střediska  
B. Braun Avitum Ústí nad Orlicí



VITAMÍNY



MINERÁLY



LÉKY

NOVINKA

TELEFON NA OBJEDNÁNÍ: +420-542 216 560

# Infuzní terapie a léčba bolesti

Chirurgická ambulance B. Braun Brno Josefská

Klinicky prokázané pozitivní účinky na organismus  
 Účinná prevence a výrazné posílení imunitního systému  
 Rychlá, jednoduchá a nenáročná aplikace  
 Léčivé účinky při léčbě infekcí a dalších onemocnění  
 Prevence při únavě, stresu či fyzické zátěži  
 Pro rychlejší regeneraci (např. po intoxikaci alkoholem)  
 Na uvolnění svalstva či prokrvení tkáně

Vyberte si z našich balíčků pro vaše zdraví



ABY TĚLO  
NEBOLELO

Analgetická infuze\*  
- akutní nebo chronická bolest  
pohybového aparátu



VITAMINOVÁ  
BOMBA

Vitamin C, vitamín A, vitamíny  
skupiny B - B1, B2, B6, B12,  
vitamín E, biotin\*\*



POSILUJME  
IMUNITU

Účinná dávka vitamínu C  
s horčíkem\*\*



HORČÍK

\* částečně hrazeno ze zdravotního pojištění

\*\* nehrazeno ze zdravotního pojištění



### *Je možné se objednat k vám do ambulance B. Braun Plus na vyšetření ledvin, aniž bych měl žádanku od svého praktického lékaře?*

Nefrologická péče je péčí specializovanou, a právě proto je její poskytnutí vázáno na doporučení jiného lékaře. Bez tohoto doporučení není vyšetření možné.

Nejčastěji doporučují k nefrologickému vyšetření praktičtí lékaři, diabetologové nebo urologové, ale vystavit žádanku mohou i další specialisté, a to na základě předchozích nálezů. Jedná se například o záchyt bílkoviny nebo krve v moči či zjištění snížené funkce ledvin z výsledků vyšetření krve (zvýšená hladina urey a kreatinu aj.). Orientační vyšetření správné funkce ledvin a močového nálezu je běžnou součástí preventivních prohlídek. Pokud jsou tato vstupní vyšetření negativní, nejsou pak další podrobnější vyšetření zapotřebí.

Valnou většinu potíží spojených s ledvinami a močovými cestami řeší primárně urolog.

### *Stále přemýšlím nad otázkou, co se děje s člověkem po transplantaci ledviny, pokud orgán tzv. „nenaskočí“?*

Nejsem si jistý pojmem „nenaskočí“, nicméně si představuji situaci, kdy transplantovaný orgán nezačne fungovat, tak jak se od něj očekává. Podle statistik vychází, že celých 65% ledvin po transplantaci obnoví svou činnost ihned. Ostatní ledviny ji obnoví s určitým zpožděním a vzácně nemusí dojít k obnově funkce vůbec.

Příčin neobnovené funkce ledvin může být celá řada. Pokud se funkce ledviny neobnoví, následuje mnoho testů a vyšetření a na základě jejich výsledků je vyvozen další postup. Ve výjimečných případech dochází k odstranění transplantované ledviny. V době, kdy ledvina nepracuje nebo pracuje nedostatečně, je pacient nadále zajištěn dialyzační léčbou stejně jako před transplantací.



*Odpovídá*

**MUDr. Roman Kantor**

*z Dialyzačního střediska*

*B. Braun Avitum Třinec,*

*člen Lékařské rady*

*B. Braun Avitum*

Vážení čtenáři,  
své dotazy nám zasílejte na adresu redakce:

**Redakce časopisu Dialog**

**B. Braun Avitum s.r.o.**

**V Parku 2335/20, 148 00 Praha 4**

nebo e-mailem na adresy:

**dialog.cz@bbraun.com,**

**dialog.sk@bbraun.com**

nebo prostřednictvím internetu

v poradně na **www.ledviny.cz**.

Dotazy můžete také předat personálu dialyzačních středisek B. Braun Avitum.

**Chcete lépe pečovat o svůj zdravotní stav?**

Navštivte stránky [www.lepsipecce.cz](http://www.lepsipecce.cz)



# ALPSKÝ RÁJ V NENZINGU: DOVOLENÁ V RAKOUSKÉM VORARLBERGSKU

*Ne každé místo můžeme označit za ráj na zemi, Nenzing však ano. V nadmořské výšce 1 370 metrů leží horská vesnice s poetickým jménem „Nenzinger Himmel“ (Nenzingské nebe), která v létě i v zimě nabízí všechno, co si můžete přát. Kam až oko dohlédne, jsou louky, pasoucí se krávy a horské chalupy. Jako by se na této proslulé náhorní plošině zastavil čas, částečně i proto, že klid a mír tu neruší žádná auta. Naštěstí sem ale nemusíte šlapat 16 kilometrů z Nenzingu po svých. Pravidelně sem jezdí autobusy a taxi, které vozí výletníky do „nebe“ i zpět.*

**Nenzing ze spolkové země Vorarlbergsko**  
Leží na západě Rakouska. Oproti přírodní rezervaci se samotné městečko nachází v nadmořské výšce kolem 500 metrů nad mořem, díky železniční stanici a dálniční přípojce je snadno dostupné a od roku 2009 má i supermoderní centrum pro pacienty trpící chorobami ledvin.

**Lékař, zdravotní sestry či nefrolog jsou v centru neustále k dispozici**  
Hosté centra se v průběhu pobytu mohou těšit výhledem na alpské panorama, které se jim otevírá do několika stran. Centrum, jež je situováno jen několik metrů od středu městečka, nabízí čtrnáct moderních léčebných pokojů, které jsou všechny vybaveny televizí. V zařízení jsou neustále přítomni lékař a dvě zdravotní sestry, jednou za týden do něj dochází i nefrolog. Městečko je výbornou základnou pro různé typy aktivit. Nemusí jít jen o túry po horách nebo lyžování, na své si přijdou i milovníci umění. Jen 50 kilometrů jsou vzdálená města Schwarzenberg a Hohenems, ve kterých každoročně probíhá největší světový festival hudby Franze Shu-

berta „Shubertiade“. Jen co by kamenem dohodil, se nachází město Bregenz, místo konání legendárního operního festivalu s představeními na jezeře Constance.

Neměli byste si nechat ujít ani další zajímavá místa poblíž – například v římské době založené město Feldkirch nebo středověkou alpskou vesnici Blu-



Dvoustránka  
převzata z německého  
partnerského časopisu  
Share for Care

## Pravidelná rubrika ze zahraničí

V této rubrice jsme pro vás pod názvem Share for Care připravili novinky ze zahraničí. Myšlenka této rubriky vznikla díky stejnojmennému partnerskému časopisu Share for Care, který vychází v Německu, a my bychom vám ho rádi aspoň touto cestou přiblížili.

Vždy pro vás vybíráme to nejzajímavější. Můžete očekávat různé aktuality, tipy, příběhy či poradenství. Věříme, že se vám tato rubrika bude líbit a časem se na ni budete těšit stejně jako na to ostatní. Přejeme vám příjemné a ničím nerušené čtení.

denz. Jen půl hodiny trvá cesta do Lichtenštejnska, jednoho z nejmenších států, kde i dnes ve své rezidenci v hlavním městě Vaduzu přebývá jeho kníže!

V zimě pak můžeme doporučit lyžařská střediska Arlberg, Montafon, Brandnertal a Damüls, do nichž se autem dostanete za méně než 45 minut.

### UŽITEČNÉ INFORMACE

Jak do Nenzingu: po dálnici A14 (Rheintal), exit Nenzing. Nejbližší mezinárodní letiště je v Innsbrucku (130 km) a v Zuriču (150 km).

### VÍCE INFORMACÍ O TÉTO OBLASTI:

[www.nenzing-gurtis.at](http://www.nenzing-gurtis.at)  
[www.vorarlberg-alpenregion.at](http://www.vorarlberg-alpenregion.at)  
[www.vorarlberg.travel](http://www.vorarlberg.travel)

Skupina B. Braun vám prostřednictvím prázdninových dialýz zajistí ošetření v dialyzačních střediscích po celém světě

[www.prazdninove-dialyzy.cz](http://www.prazdninove-dialyzy.cz)



# A loď *na dovolenou už jste si půjčili?*

*Letní dovolené jsou pro letošek u konce a možná přemýšlíte, co nového zkusit příště. Jestliže jste trochu dobrodružné povahy a máte rádi pobyt v přírodě, ale na spaní ve stanu a zdolávání kilometrů (už) nejste, zkuste si půjčit obytnou loď a užijte si přírodu, řeku, ale i společenský a kulturní život v přístavech z pohodlí lodní kajuty. Zvu vás tímto na jihovýchod Moravy na Bařův kanál a řeku Moravu.*

Taková dovolená na lodi je moc příjemná věc. Celý den jste venku na vzduchu, nemusíte nikam daleko chodit, krajina kolem vás plyne a s každým přístavem se objevuje něco nového k prozkoumání. Prostě sen každého dobrodruha. Je čas si plnit sny a na Baťově kanále k tomu máte příležitost. Půjčoven obytných lodí je tady několik a k řízení nepotřebujete nic víc než občanský průkaz. Vše se dovíte a naučíte během zaškolení při vypůjčení lodě. Na výběr je velké množství plavidel od dvoumístných člunů až po velké lodě s více kajutami, WC, sprchou a kuchyňkou. Záleží jen na vás, jestli chcete prožít plavbu sami nebo s přáteli či rodinou. Délku plavby si rovněž můžete zvolit sami, ale pokud chcete projet celou splavnou část Baťova kanálu, pronajmíte si loď rovnou na týden. Stihnete tak prozkoumat i nejbližší okolí přístavů a nebudete muset spěchat. Jak takový týden na Baťově kanále může vypadat, se dočtete v následujících odstavcích.

#### Pondělí – převzetí lodě

Půjčoven lodí je po celé délce Baťova kanálu mnoho, jedna z nich je v Huštěnovicích a právě odtud vyplujeme i my. První den je třeba si vyhradit na převzetí lodě, proškolení a nalodění. Pro týdenní plavbu se plavidlo přebírá většinou v pondělí, protože tento den nejsou plavební komory v provozu, a tak byste stejně daleko nedopluli. Huštěnovice jsou od přístavu poměrně daleko, první den tedy strávíte v přístavu seznamováním se s lodí a krátkou projíždkou k následující plavební komoře do Babic, na které získáte první cenné zkušenosti s ovládáním lodě.

#### Úterý – Napajedla a Otrokovice

Po první noci na palubě se vydáte nejprve prozkoumat severní část splavného úseku, tedy směrem na Otrokovice. První část vede poměrně úzkým kanálem, na kterém vás čekají dvě plavební komory v Babicích a ve Spytihněvi. Po jejich

úspěšném proplutí se záhy ocitnete na řece Moravě a tady je hned více příležitostí a místa pro dravější plavbu a manévrování (na kanále je rychlost plavby omezena na 8 km/h, na Moravě můžete plout 25 km/h). První přístav, kde se vyplatí zastavit, je Pahrbek v Napajedlích. Tady je mrtvé rameno Moravy využíváno jako rekreační zóna a je to velice dobrá příležitost vykoupat se v přírodním koupališti, případně si dát oběd nebo jiné občerstvení (ale pozor na alkohol, vůdce plavidla musí zůstat strýzlivý).

Po zastávce na Pahrbku je na řadě nedaleký přístav v Napajedlích. Tady je toho k navštívení a vidění již více, v první řadě pak hřebčín Napajedla. Jak se tam dozvíte, byl zdejší hřebčín dlouhá léta v chovu koní neúspěšnější v Československu a po rozdělení Československa v roce 1993 je nepřetržitě každým rokem neúspěšnějším v České republice. Koně z napajedelského chovu vyhrávají nejen v České republice či na Slovensku, ale připsali si i vítězství v Anglii, Francii, Švýcarsku, Německu, Rakousku a řadě dalších zemí. Prohlídky se konají právě v úterky (a čtvrtky) od 13 do 14 hodin.

Druhým zajímavým místem v Napajedlech je „nový“ zámek. Tento barokní skvost na rozhraní Hornomoravského a Dolnomoravského úvalu láká návštěvníky nevšední atmosférou a zajímavou historií. Krásné kulisy zámku vytváří barokní vápencová kašna a rozsáhlý zámecký park s romantickým rybníčkem. Dominantou zámku je zcela jistě nádherný kruhový zrcadlový sál, který sloužil především pro přijímání návštěv na zámku či k tanci při slavnostních příležitostech. Prostory zámku jsou veřejnosti přístupné jen částečně, část zámku je využívána jako luxusní hotel a část stále čeká na rekonstrukci. I přesto se na zámek podívejte a dejte si tu na terase nad městem třeba kávu.

Třetím zajímavým místem, které by vám nemělo v Napajedlech uniknout, je zdejší muzeum. To je nově opraveno a expozice skutečně stojí za návštěvu. Pomocí obrázků s krátkými popisky zde poznáte stručnou historii Napajedel, seznámíte se s vývojem firmy Fatra, kterou v Napajedlech založil Baťa, a můžete si prohlédnout i výstavu motorů Slavia. Zvláště expozice o Fatře Napajedla stojí



Cyklostezka podél Moravy do Kroměříže

za podrobnější průzkum. Na své si zde přijdou i děti (a samozřejmě i hravější dospělí), protože součástí expozice je též jeden celý sál zařízený jako velké Člověče, nezlob se!

Při procházce po Napajedlích si jistě všimnete zdejší zajímavé pseudorenesanční radnice. Ta byla postavena podle návrhu Dominika Feye na začátku 20. století několik let poté, co byla Napajedla povýšena na město. O zdobný exteriér se zasloužili významní moravští umělci, mezi nimi Franta Úprka nebo Jano Köhler. Interiéry radnice jsou však přístupny jen při významných kulturních akcích.

Po prohlídce Napajedel následuje poslední úsek úterní plavby na sever do Otrokovic. Splavná část Baťova kanálu končí ještě pár stovek metrů nad Otrokovickým přístavištěm pod jezem. Ten bude snad v blízké budoucnosti rovněž opatřen zdymadlem, a cesta se tak otevře až do Kroměříže.

Do Otrokovic se dostanete s lodí až na večer. Z přístavu do centra města je to pořádný kus cesty, tak si jeho prohlídku nechejte na jindy a zajděte se raději po-



Galerie na vodě ve Vnorovech

divat na první plavební komoru Baťova kanálu. Ta se v současnosti nepoužívá a je zasypaná, ale lze ji v zástavbě nalézt a na informační tabuli si přečíst i něco o tom, jak to v jejím okolí vypadalo, když byla provozována. Nachází se v Přístavní ulici asi dvacet minut pěšky východně od přístavu.

#### **Středa – cyklovýlet do Kroměříže**

Většina lodí na Baťově kanále je opatřena nosičem na kola, a tak je možno si

plavbu oživit cyklovýletem. Takové zpestření se přímo nabízí mezi Otrokovicemi a Kroměříží. Tato města jsou spojena patnáct kilometrů dlouhou asfaltovou cyklostezkou vedoucí podél toku Moravy, tudíž prakticky po rovině. Jedna cesta vám tedy zabere slabou hodinu a půl i s přestávkou na limonádu. V Kroměříži je pak turisticky zajímavých míst mnoho, počínaje zámek se zahradou v podzámčí a konče květnou zahradou. Je třeba se však včas vrátit k lodi, abyste mohli odplout zpět do Huštěnovic,



Moto Veteran muzeum, Kolonial a vila Adler v Uherském Ostrohu



Zámek v Uherském Ostrohu

kde budete nocovat. (Pokud nebudete mít s sebou na lodi kola, dají se snadno půjčit na nádraží v Otrokovicích. *pozn. redakce*)

#### Čtvrtek – Uherský Ostroh a Veselí nad Moravou

Z Huštěnovic se ráno vydáte dolů po proudu přes Staré Město a Uherské Hradiště, kde se opět ocitnete na řece Moravě. Staré Město a především pak Uherské Hradiště jsou pěkná města s řadou zajímavostí. V Uherském Hradišti je příjemné prohlédnout si náměstí a galerii Joži Úprky. Ve Starém Městě pak především Památník Velké Moravy, který patří mezi národní kulturní památky. Pokud ale chcete stihnout plánovaný itinerář a projet celou splavnou část Baťova kanálu, raději se v těchto městech příliš nezdržujte a nechejte si je na konec, když vám zbude čas. Jestliže vyrazíte hned ráno, jakmile bude možné použít zdymadlo v Huštěnovicích (plavební komory se provozují od 9.30 do 18.00 hodin), budete kolem poledne v Uherském Ostrohu. Tady je pěkné historické náměstí, zajímavá bývalá židovská čtvrť, a hlavně zámek a Moto Veteran muzeum, Kolonial a vila Adler. V zámku je přístupná věž a podzemí s prohlídkovou trasou skládající se z několika místností, kde mohou děti i dospělí díky hře světél a uměleckých objektů zapomenout na vnější svět a mohou se nechat unést interaktivní hrou okamžiku.

Moto Veteran muzeum naopak nabídne pohled do období první republiky a meziválečného období. Muzeum se nachází v bývalém obchodním domě, jehož interiéry se zachovaly v málo porušeném stavu a který je nyní z části naplněn překvapivým množstvím dobových exponátů – především věci z běžného života a obchodu. Prohlídku muzea pak můžete zakončit výstupem na střešní terasu

s výhledem na zámek. Na muzeum si nechejte alespoň hodinu, ale raději i více.

Čtvrteční plavbu zakončíte ve Veselí nad Moravou, kde se nachází velký a nově opravený přístav hned nedaleko centra města u zámku s rozsáhlým parkem. Zámek není přístupný, ale večerní procházka parkem s labyrintem a městskou památkovou zónou v okolí Bartolomějského náměstí je příjemným zakončením dalšího dne na vodě.

#### Pátek – Výklopník, Skalica, Petrov

Na pátek je v plánu zajímavá technická památka – Výklopník – a dosažení nejjihnějšího místa splavného úseku – přístavu Skalica – a nakonec obec Petrov se svými vinnými sklepy. Do přístavu Výklopník je to z Veselí nad Moravou asi dvě hodiny plavby kanálem. Výklopník je místo, kde se dříve z vagonů na lodě vykládalo uhlí (lignit) přivezené z dolu v Ratiškovících. Dál do otrokovických továren a tepláren putovalo po vodě lodní dopravou. Za účelem překládky zde bylo vybudováno zajímavé technické zařízení, zmiňovaný Výklopník. Jde vlastně o vysokou budovu, ve které se vagony s uhlím celé podélně zvedaly a naráz vyklápěly do lodí pod nimi. O tom, jaký při tom musel být hluk a jak mohutně se přitom prášilo, si uděláte představu nejlépe uvnitř výklopníku, kde je o celém zařízení zajímavá výstava. V současnosti je však Výklopník klidné místo s příjemným přístavem.

Poslední nejjihnější přístav Skalica leží na slovenské straně česko-slovenské hranice jen asi půl hodiny plavby.



*I takto velkou loď si můžete na Baťově kanále půjčit*

## Baťův kanál

Baťův kanál neboli Průplav Otrokovice–Rohatec je historická vodní cesta vybudovaná v letech 1934–1938 v délce 52 kilometrů. Spojovala Otrokovice s Rohatcem částečně po řece Moravě a částečně po uměle vyhloubených kanálech. Kanál byl vybudován za účelem přepravy lignitu z dolu v Ratiškovících do Baťových továren v Otrokovicích a také pro zavlažování a meliorace okolních pozemků. V dnešní době je téměř celá vodní cesta v délce 52 km opravená, zprovozněno je třináct plavebních komor a umožněna je jak pravidelná, tak i turistická vodní doprava mezi Otrokovicemi a slovenskou Skalicí. Turisté mohou využívat osm přístavů a šestnáct přístavišť. V plánu je upravit vodní cestu s cílem dovést ji až do Hodonína a Kroměříže.



Do města Skalice je to z přístavu ale ještě šest kilometrů. Pokud se tedy budete chtít do tohoto krásného historického města s množstvím sakrálních památek podívat, budou se vám hodit kola a větší časová rezerva. Ve Skalici pak určitě navštívte rotundu sv. Jiří – starobyloou románskou stavbu z počátku 13. století – a kostelík sv. Alžběty z roku 1414.

V přístavu Skalica je třeba se s lodí otočit a vyrazit zase zpět k severu do nedalekého přístavu Petrov, kde strávíte páteční večer a noc. Petrov je malá vinařská obec s velkým moderním přístavem. Až loď bezpečně zakotvíte, vypravte se na prohlídku místních vinných sklepů zvaných Plže – památkové rezervace lidové architektury, chlouby obce Petrov. V Plžích je okolo osmdesáti vinných sklepů budovaných vinaři od 15. století. Sklepy vytvářejí ulicovou zástavbu se dvěma náměstíčky. Na jednom z nich je otevřená vinotéka, kde můžete ochutnat místní vína. Areál je hojně navštěvován turisty a výrazně se zde rozvíjí vinařská turistika. Během letních měsíců zde bývá spousta kulturních akcí.

### Sobota – Strážnice, Vnorovy

Další zastávkou na plavbě je město Strážnice. Tady je v přístavu obvykle velmi těsno a budete muset mít velké štěstí a trpělivost,

pokud zde budete chtít zakotvit. Podaří-li se vám to, pak se vydejte do Skanzenu Strážnice – muzea vesnice jihovýchodní Moravy. Skanzen je hned naproti přístavu a nabídne vám rozsáhlou ukázkou lidového stavitelství jednotlivých oblastí Slovácka. Expozice jsou situované do vybraných objektů seznamujících návštěvníky se způsobem života a bydlení lidí jak v horských oblastech Slovácka, tak v úrodné části Pomoraví. Zajímavá je i ukáзка vinohradnických staveb a jejich zařízení, která je doplněna vinohradem představujícím pěstování vína od nejstarších dob po současnost.

Druhou možností, jak ve Strážnici strávíte příjemných pár hodin, je zámek a jeho park. Ten se nachází také nedaleko přístavu, prakticky přes silnici od skanzenu.

Na zámku, původně vodním hradě, si můžete prohlédnout zámeckou knihovnu, kapli a stálou expozici lidových hudebních nástrojů.

Pokud se vám nepodaří za-

kotvit ve Strážnici, pokračujte s plavbou do Vnorov. Zde strávíte poslední noc. Je zde sympatický přístav, kde vás čeká osobitý a milý přístup, stánek s občerstvením, Pohádková stezka a galerie na vodě. Chovají tu také různá domácí zvířata a prodají vám čerstvá domácí vajíčka na snidani. Zajímavou možností, kterou využijí spíše zkušení vodáci, je zapůjčení kajaku nebo kanoe a všeho potřebného k proplutí nezregulované části Moravy mezi Bzencem–přívosem a Rohatcem. Zde se rozkládá přírodní památka Osypané břehy, kde se řeca nechala původní volnost a ta tu přirozeně meandruje a zařezává se do váťých písků – vytváří tak nad řekou až třináct metrů vysoké pískové stěny. Po plavbě vás i s lodí dopraví půjčovna zpět autem, takže nemusíte mít starost, jak se dostanete zpět do Vnorov.

### Neděle – Uherské Hradiště, vrácení lodě

Poslední den je třeba doplout z Vnorov až do Huštěnovic a v odpoledních hodinách loď vrátit. Pokud budete mít čas a neudělali jste to už dříve, zastavte se ještě v Uherském Hradišti nebo Starém Městě alespoň na krátkou procházku.

Přeji pěkné počasí, ukázněnou posádku a bezpečnou plavbu, na kterou budete dlouho vzpomínat. Ahoj!

Mgr. Petr Pavelčík  
foto autor



Výklopník – zařízení pro vyklápění vagonů s lignitem



Z plavby u Uherského Hradiště



## Pan Baumruk s námi vyhrál řadu let života navíc

Napsala nám do redakce paní Jarka Baumruková, dcera našeho dlouholetého pacienta z Blovic u Plzně. Její otec, který bohužel nedávno zemřel, dojížděl více než patnáct let minimálně třikrát týdně na dialýzu do našeho střediska B. Braun Avitum v Plzni. Na začátku dialyzačního procesu dostal zprávu, že nejvíce optimistická prognóza v jeho komplikované zdravotní situaci je tři roky. Díky pečlivému přístupu a péči plzeňského dialyzačního týmu pod vedením primářky Lady Malánové však získal mnoho let navíc.

Pan Baumruk se prý dokonce stal maskotem dialyzačního střediska. Nejen sestry tak poznaly členy jeho rodiny a příběhy jeho věrného parťáka, psa Montyho. Paní Baumrukové děkujeme za milá slova a do Plzně posíláme velký dík celému týmu.

Pokud i vás někdo na dialyzačním středisku potěšil nebo vám něco leží na srdci, budeme rádi, když nám napíše na e-mail [dialog.cz@bbraun.com](mailto:dialog.cz@bbraun.com).

Vaše redakce



Tým zdravotních sester dialyzačního střediska B. Braun Avitum v Plzni

## Sudoku

### NÁVOD:

Žádná číslice se nesmí v jenom řádku opakovat dvakrát,  
žádná číslice se nesmí v jenom sloupci opakovat dvakrát,  
žádná číslice se nesmí ve čtverci 3 × 3 opakovat dvakrát.

### SNADNÉ

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

### PRŮMĚRNÉ

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

### OBTÍŽNÉ

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

# Podzimní menu

Recepty pro vás připravila *Eva Mašová*, foodbloggerka a redaktorka *maves\_kitchen*. Na těchto stránkách můžete najít další inspiraci nejen pro vaření (*maves-kitchen.cz* a *instagram: maves\_kitchen*).



## Vepřová kotleta a pečená kořenová zelenina

### INGREDIENCE (4 PORCE) KOTLETA

- 4 vepřové kotlety s kostí
- 2 stroužky česneku
- 1 lžička sekaného rozmarýnu
- 2 lžíce slunečnicového oleje
- 1 lžička másla
- sůl a pepř

### ZELENINA

- 400g mrkve
- 240g kořenové petržele
- 4 lístky šalvěje
- 1 lžíce slunečnicového oleje
- 40g másla
- 1 lžíce medu
- šťáva z půlky citronu
- sůl a pepř

Kořenovou zeleninu omyjeme, oloupeme a podélně nakrájíme na čtvrtiny. Na pánvi na středním plameni roze-  
hřejeme slunečnicový olej a orestujeme na něm mrkev a petržel, stačí tři minuty, ke konci vše zakápneme citronovou šťávou a restujeme ještě další minutu. Poté zeleninu přendáme do pekáče vyloženého pečicím papírem, přidáme lístky šalvěje, plátky másla, pokapeme ji medem, osolíme, opepříme a promícháme. Kořenovou zeleninu pečeme v troubě na 180 °C 30–35 minut. Kotlety potřeme slunečnicovým olejem a zprudka je opečeme na pánvi, z každé

strany tři minuty, aby se maso zatáhlo. Do pekáče vyloženého pečicím papírem nasympeme česnek nakrájený na tenké plátky a půl lžičky najemno nasekaného rozmarýnu. Opečené kotlety osolíme a opepříme z obou stran a vložíme do pekáče. Posypeme je zbytkem rozmarýnu, položíme na ně plátky másla a podlijeme 50 ml vody. Kotlety pečeme v troubě rozpálené na 180 °C 15–20 minut, záleží na tloušťce plátků masa. Pečenou kořenovou zeleninu naservírujeme na talíře, přidáme pečené kotlety, přelijeme je výpekem s česnekem a můžeme podávat.

Energie: 2 379 kcal, bílkoviny: 177g, tuky: 152g, sacharidy: 56g, draslík: 5 484mg, vápník: 675mg, fosfor: 1 974mg

## Mrkvovo-celerová pomazánka

### INGREDIENCE (4 PORCE)

- 150 g mrkve
- 75 g celeru
- šťáva z půlky citronu
- 70 g měkkého plnotučného tvarohu
- 60 g zakysané smetany 15%
- 20 g majonézy
- 1 kávová lžička dijonské hořčice
- 1 malý stroužek česneku

- 8 menších krajců chleba
- lístky petrželky na ozdobu
- pepř a sůl

Mrkev společně s celerem omyjeme, očistíme, nastrouháme najemno a zakápneme šťávou z citronu. Přidáme prolisovaný česnek, dijonskou hořčici, měkký tvaroh, zakysanou smetanu,

majonézu, zlehka osolíme, opeříme a vše důkladně promícháme. Pomazánku dáme do lednice a necháme hodinu odpočinout.

Chléb opečeme na pánvi na sucho, potřeme pomazánkou a nakonec ozdobíme nadrobno nasekanými lístky petrželky.



Energie: 1 053 kcal, bílkoviny: 34g, tuky: 38g, sacharidy: 137g, draslík: 1 017 mg, vápník: 272 mg, fosfor: 246 mg

## Obrácený jablečný koláč

### INGREDIENCE – TĚSTO:

- 200 g hladké mouky
- 125 g másla
- 15 g cukru
- 1 žloutek
- 1 lžička studené vody
- špetka soli

### NÁPLŇ

- 1 kg jablek
- 200 g cukru
- 100 g másla
- špetka skořice
- zakysaná smetana na ozdobu



drobenku na koláč. Poté do těsta zapracujeme ušlehaný žloutek s cukrem. Těsto rychle vypracujeme do hladka, vložíme do uzavíratelné krabičky a necháme v lednici alespoň dvě hodiny odpočinout.

Zatímco těsto odpočívá v lednici, můžeme si připravit náplň koláče. Jablka omyjeme, oloupeme, vydlabeme jádřince a nakrájíme na čtvrtiny. V hrnci s tlustým dnem rozpustíme

máslo a postupně do něj vmícháme cukr. Na mírném plamenu, za občasných míchání, prohříváme směs másla s cukrem (20–30 minut), dokud nám nezkaramelizuje. Když je máslový karamel hotový, nalijeme ho do formy na koláč. Použijte raději koláčovou formu s vyšším okrajem, aby karamel při pečení nevytekl do trou-

by. Do horkého karamelu vyskládejte jablka, nejdříve na kraji kolem dokola, pak vyložte střed a nakonec doplňte prázdná místa. Jablka pořádně do karamelu zatlačte a koláč vložte do trouby rozpálené na 200 °C na 20 minut, aby jablka změkla. Jablka v karamelu vyndáme z trouby, posypeme skořicí a necháme na mřížce trochu vychladnout.

Těsto vyválíme mezi dvěma listy pečicího papíru do kruhu o průměru asi o 2 cm větším, než je forma na koláč, a vrátíme zpět do lednice vychladit. Jablka v karamelu urovnáme, položíme na ně plát těsta a okraje těsta zatlačíme do koláčové formy. Pečeme v troubě na 180 °C 25–30 minut, dokud není těsto upečeno dozlatova. Upečený koláč předtím, než ho vyklepneme z formy, necháme lehce vychladnout na mřížce. Pak koláč přiklopíme větším servírovacím talířem, než je forma na koláč, vše přetočíme a opatrně sundáme koláčovou formu. Koláč můžeme podávat společně se lžící zakysané smetany.

Energie: 3 734 kcal, bílkoviny: 34g, tuky: 196g, sacharidy: 446g, draslík: 1 902 mg, vápník: 249 mg, fosfor: 955 mg

JAK NA TO

# SUŠENÍ PRO DLOUHOU TRVANLIVOST

*Ne všechny natrhané bylinky můžete hned začerstva zpracovat. Uložte si tedy trochu zásob na podzim a zimu. Nejjednodušším a často i nejlepším způsobem konzervace je sušení.*



BYLINKY S VELKÝMI LISTY, JAKO JE NAPŘÍKLAD ŠALVĚJ, JE TŘEBA PO SBĚRU JEDNOTLIVĚ ROZLOŽIT NA SUŠENÍ. LISTY BY SE NEMĚLY DOTÝKAT.



FORMY NA SUŠENÍ JSOU VĚTŠINOU STOHOVATELNÉ. PROTO MŮŽETE SUŠIT VELKÉ MNOŽSTVÍ BYLINEK NA MALÉM PROSTORU, NAPŘ. ZDE KVĚTY SLÉZU A MĚŠÍČKU. BÍLÁ DNA FOREM NA SUŠENÍ PROPOUŠTĚJI VZDUCH.



ZA NĚKOLIK DNÍ JSOU BYLINKY ZA DOBRÝCH PODMÍNEK VĚTŠINOU USUŠENÉ. OKVĚTNÍ LÍSTKY MĚŠÍČKU SE ODDĚLÍ OD KVĚTNÍHO LŮŽKA A ZABALÍ DO PAPIROVÝCH SÁČKŮ. KVĚTNÍ KALICH MŮŽETE DÁT DO KOMPOSTU.



SUŠIT KYTICE BYLINEK JE MĚNĚ NÁROČNÉ. TENTO POSTUP MÁ SMYSL TEHDY, KDYŽ JSOU LÍSTKY MALÉ NEBO KDYŽ JE TŘEBA SUŠIT LISTY I KVĚTY NĚJAKÉ LÉČIVÉ ROSTLINY. ZAVĚSTE KYTICE KVĚTY SMĚREM DOLŮ NA SUCHÉ, TEPLÉ, STINNÉ A VZDUŠNÉ MÍSTO.

Dvoustránka byla vytvořena ve spolupráci s nakladatelstvím

 GRADA

### PŘIPRAVTE SI SKLIZEŇ

Všechny bylinky je nejlepší sklízet v době, kdy mají nejintenzivnější vůni. Poté připravte nasbírané části rostlin k sušení: odstraňte zažloutlé listy a odkvetlé květy a vyřídte nezralé plody. V případě sušení celých rostlin je svažte do kytic. Pokud chcete sušit jednotlivé květy, velké listy nebo květenství, nejprve je opatrně otrhejte od stonků a rozložte je na papír nebo na formu na sušení (bez papíru!).

### TEPLÉ A VZDUŠNÉ MÍSTO

Vůně léčivých bylin a látky v nich obsažené se nejlépe zachovají tehdy, když jsou rostliny po sklizni co nejrychleji a nejšetrněji usušeny. Přitom je nutno odebrat z rostlin veškerou vlhkost, aniž by došlo k narušení prchavých éterických olejů. Ideální na sušení je teplota 38 °C. V bytě se takové podmínky vyskytnou jen vzácně. Vhodným prostorem na sušení jsou málo

zaizolované půdy, zahradní domky nebo kůlny. Důležité je, aby se tento prostor v létě dobře ohříval a byl dobře větratelný. Jednotlivé kytice zavěste výhonky směrem dolů. Neměly by viset příliš těsně u sebe, protože při rychlém sušení musí vzduch.

### DOBŘE CIRKULOVAT

Papíry nebo formy na sušení položte nebo postavte do dobře provětrávaných regálů. Po několika dnech, v závislosti na teplotě v místě sušení, se většina bylin prosuší. Dobře to poznáte podle toho, že při doteku usušené byliny šustí.

### UCHOVÁVEJTE V DOBŘE CHRÁNĚNÉM OBALU

Když jsou svazky bylin dobře usušené, otrhejte listy (a květy) od stonků a rozemněte je. Větší listy nebo jed-

notlivé květy vyjměte z formy na sušení a také je rozemněte. Z usušených ploidství vyjměte semínka a shromážděte je. Všechny usušené byliny nasypejte do čistých, vzduchotěsných nádob, které nepropouštějí světlo, nejlépe do papírových sáčků. Takto je můžete delší dobu uchovávat. Abyste měli stále k dispozici voňavé koření, je smysluplné obnovovat zásoby každý rok. Sušené bylinky můžete před uskladněním také smíchat. Provensálské koření je například směs bylinek rostoucích na jihu Francie: levandule, bobkový list, majoránka, oregano, rozmarýn, tymián a saturejka horská.



KOŘENY SE SUŠÍ POMALU A SNÁŠEJÍ PŘITOM VYŠŠÍ TEPLoty, JE PROTO NEJLEPŠÍ SUŠIT JE V TROUBĚ. DŮKLADNĚ JE OČISTĚTE, NAKRÁJEJTE NA KOUSKY, POLOŽTE NA PLECH NA PEČENÍ A SUŠTE NA MÍRNÉM STUPNI S OTEVŘENÝMI DVÍŘKY TROUBY.

Alena Zemančíková

# Lukava

*„Můj muž má koně proti osudu, jak nás práce táhne do města, on se drží stále zarputileji našeho venkovského života, dalšího koně už si nepořídíme a já mám strach, co se stane mezi námi, až Lukavy nebude,“ píše spisovatelka a rozhlasová redaktorka Alena Zemančíková v povídce o jedné obyčejné bílé kobyle, partnerství a stáří.*

Koně jsem do svého života přijala nedobrovolně, podobně jako tehdejší svůj způsob rodinného života na samotě a manuální dřinu v lese. Můj muž si pořídil v době, kdy jsme se z nepřátelského města vzdálili na venkov, postarší šedou kobylu, vysoce ušlechtilou bývalou závodnicí. Pořídil si ji pro nic za nic, kolegové dřevorubci kroutili hlavami a říkali: „Prase by sis měl pořídít,“ a: „Nechceš? Já bych pro tebe jedno měl.“ Dřevorubci nemohli vědět, že jak tu práci, tak koně si můj muž pořídil proti režimu. Časem se ukázalo, že taky proti mně, jako nejbližší osobu mě bylo nejsnazší trestat za všechna příkoří, která ten život přinášel. Pochopitelně to byl on, kdo ztratil o zvíře zájem, a já, na kom zůstala péče o ně.

Nastalo mi těžké starání, kobyla byla nebezpečná a já jsem musela počítat se vším, jen s tím ne, že na ní budu někdy jezdit. Po krátkém čase bylo jasné, že ta kostnatá a netrpělivá bytost už nikomu sloužit nebude, že buď chce žít jen tak, anebo nic. Pásala se vzadu za domem a tyčila se na horizontu jako přízrak nesmiřitelnosti. Byla tmavě šedá, šlachovitá, s nohama opotřebovanými závoděním, zatvrzelá a jalová. Měla vlastnosti, které mi chyběly, učila jsem se od ní. Péči o ni jsem se v tehdejší mládí

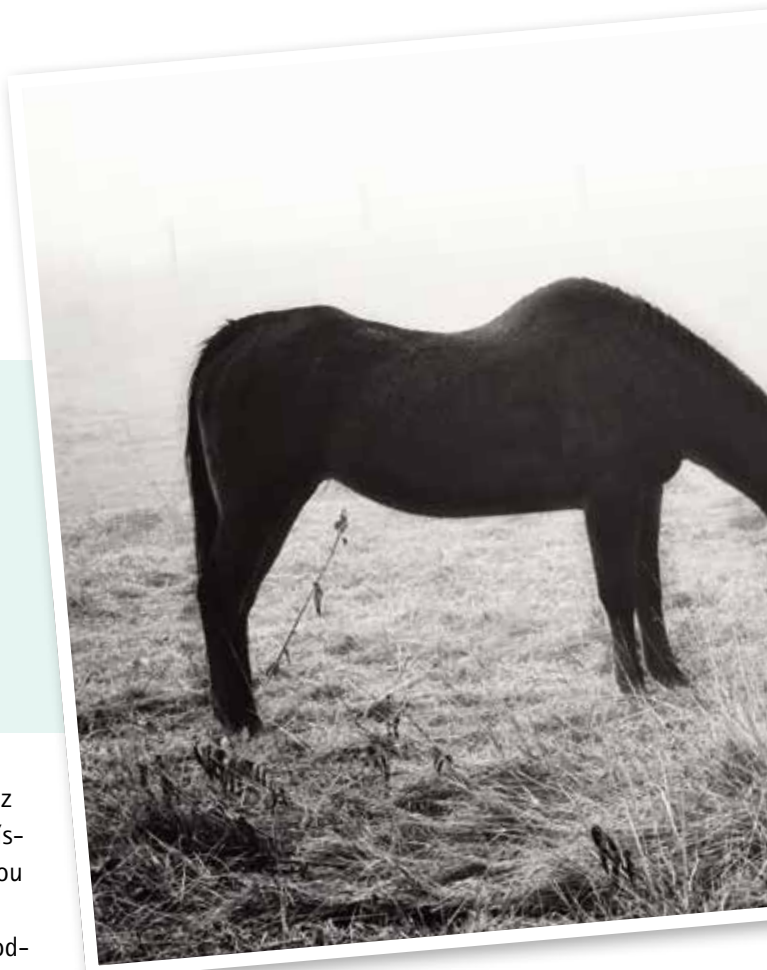
úplně změnila, její výraz a pohyb mě uchvátil, získala jsem podobu, kterou mám dodnes.

Dlouho jsem se odhodlávala odejít, můj muž to cítil a odcházel znenadání sám. Zůstávala jsem po řadu týdnů sama s dětmi a koněm ve velkém starém domě a nemohla se hnout ani na den. Ani k rozvodovému soudu. Nakonec se muž nějakým handlem koně zbavil a já jsem šla taky.

Koňští handlíři nechali kobylu vysoko pojistit, a pak ji utratili.

Můj druhý muž měl huculského hřebce, který nepřinášel žádný užitek. Koupil ho na Šumavě od starého chovatele, který se sem kdysi přestěhoval na protest proti režimu, jenž mu vzal živnost. Starý muž nebyl vůbec vesničan, původně měl v Praze advokátní praxi a z té doby mu zůstaly společenské styky. Jeho huculský chov byl populární a ceny měl vysoké.

Hugo, můj druhý muž, starého chovatele huculů obdivoval a hřebečka ochotně vysoko přeplatil (starý advokát nebyl žádný filantrop). Hugo, romantik a milovník krav a sudetských vesnic, si toho koně pořídil proti osudu. Tehdy měl na to peníze i čas, pracoval v kravíně



ve vesnici na konci světa. Ten kůň, který měl dodat smysl jeho životu ve zpustlém pohraničí v beznadějných časech sbližování vesnice s městem, se stal příčinou následujících vyhazovů, skandálů a stěhování. Byl zlý, nebezpečný a k ne-utahání a stal se svému pánu největší překážkou, nezastupitelnou povinností, každodenním břemenem. Prerostl mu přes hlavu, byl stvořen k primitivní existenci a vyžadoval tvrdou ruku. Muž, který s ním tvrdě jednat nechtěl, vypadal v očích okolí jako zbabělec a neschopný slaboch, a okolí, které vždycky ví, jak zacházet s tvrdým koněm, uplatnilo to proti měkkému člověku.

Moje spolužití s Hugem bylo podmíněno soužitím s tím hřebcem, odnaučili jsme se jakékoli sváteční sentimentalitě, přijali jsme, že život je vyplněn do značné míry křikem, pohrůzkami a násilím: užili jsme jich dost. Ještě víc jich bylo použito proti nám. Hugo se mnohokrát pokoušel hřebce prodat, nikdy to však nedokázal, hřebec pořízený proti osudu



se mu stal osudným. Nakonec se přece jen našel člověk, který stál o zlého huculského koně, a Hugo se odhodlal a poprvé neodstoupil na poslední chvíli od smlouvy. Handlíř totiž výměnou za něj nabídl obyčejnou bílou kobylu zemského chovu, takzvaně bez původu: Lukavu.

Lukava! Bílá, ochotná a mírná, naučila jsem se na ní jezdit já i všechny mé děti. Jedné neděle nám utekla z pastvy po silnici domů, a když jsme za ní konečně doběhli, leželo ve stáji, kterou jsme nechali otevřenou, na slámě čerstvě narozené hříbě. S tím hříbětem nás brzy vyhodili z místa, kde jsme tehdy žili. Hugo byl kastelánem na zámku a se mnou a dvěma koňmi přestal památkové péči vyhovovat. Poprvé jsme táhli spolu listopadovou nedělí po tenkém sněhovém poprašku až do města, kde jsem měla být ve dvanáctém patře v paneláku. Lukavu i s hříbětem a fúrou sena jsme ubytovali za stovku měsíčně u místního notorika, který vedl svůj smutný asociální život v polorozbořeném statečku mezi

vilkami. Jejich obyvatelé nás s tím opilcem hodili do jednoho pytle a hned se k nám podle toho začali chovat. Stejným způsobem se chovali i sousedé v paneláku. V té době se mi zdával sen, že jedu tramvají a všichni se ode mě odtahují, protože páchnu koňmi.

Jednoho rána jsme se na statek nemohli doklepat, nikdo neotvíral, přestože oknem bylo vidět, jak běží televize. Vzali jsme tedy za dveře, vešli do té strašné díry, v níž bydlel náš dobrodinec, a našli ho ležet s vyvrácenými očima v příšerně znečištěné posteli. Než dorazila záchranka, umřel.

Při vyklizení pronajatých prostor jsme zjistili, že poslední týdny žil z prodeje našich věcí uložených u něj na půdě, protože se nám do paneláku nevešly.

Tenkrát jsme dostali s koněm výpověď, ale šli bychom beztoho sami. Znovu jsme táhli do pohraničí, odhodláni sblížit svůj městský život s venkovem, opření jeden o druhého, Lukava zapřažená v bryčce šla sto padesát kilometrů na západ s našimi zavazadly, my dva a děti pěšky vedle ní a za týden jsme dorazili tam, kde jsme se chtěli usadit.

To však už bez hříběte, které jsme na sídlišti každý den museli převádět přes rušnou mezistátní silnici. Budili jsme pozdvižení, ale nenávid v tom nebyla. Snažili jsme se hřebečka prodat, abychom se sami mohli hnout z místa, ale kůň bez původu byl tehdy bezcenný. Jeho výchova a výživa nás přivedly na mizinu a do dluhů, nakonec jsme hříbě darovali. Když jsme ho časem byli navštívit, viděli jsme, jak mění barvu z hnědé hříběci na prokvétající černou mladých šimlů, a jak je čím dál podobnější své matce Lukavě. Bylo nám líto, že ho nemůžeme mít sami, ale chtěli jsme se stěhovat. Nový majitel hříbě časem výhodně prodal do ciziny, padla železná opona a koňskému handlířství nastaly zlaté časy. Dokonce i já už jsem dostala lepší práci.

## Alena Zemančíková

vystudovala dramaturgii na DAMU v Praze. Do roku 1987 pracovala v dělnických povoláních, potom získala angažmá jako lektorka dramaturgie v Západočeském divadle v Chebu, kde působila od roku 1990. V roce 1997 začala pracovat jako literární redaktorka Českého rozhlasu Plzeň, později jako vedoucí kulturní redakce. V roce 2004 nastoupila do literární redakce Českého rozhlasu Vltava, kde pracuje dodnes. Kromě toho externě učí na katedře teorie a kritiky DAMU v Praze. Je autorkou několika divadelních her a adaptací literárních předloh, napsala tři rozhlasové hry a vytvořila řadu literárních, publicistických a dokumentárních pořadů a programových řad. Píše také divadelní kritiky.

Vydala knihu povídek *Bez otce*, soubor fejetonů *Značkování*, román *Příběh v řeči nepřímé* a pro děti knížku *Mařenka a Čenda*. Píše pravidelné sloupky pro Deník Referendum a Salón Práva, nepravidelně pro revue Listy. Žije v Praze.



foto Ondřej Lipár

Dávní hospodáři v naší pohraniční vsi nás uvítali nepřátelsky. Trávu, kterou sami nesekali, nám sekat nenechali, a pást koně na návsi, které říkali park, považovali za zneuctění vesnice, která se velice přiblížila městu, tak dalece, že se stala městskou částí, ač vzdálena přes dva potoky a tři lesy. Za zády nadávali vesničané našim dětem a nepokryté nadávali nám. Z této vesnice nás už však nemohli vyhnat jako dosud odevšad, dům byl náš. Tak jsme si zvykli.

Lukava nebyla mladá, když jsme ji dostali, jedno oko měla slepé a předníma nohama našlapovala dost nepravidelně. Zapřahali jsme ji do bryčky a prochodili tak s ní stovky kilometrů, spali jsme ve stodolách. Když spadla ta slavná železná opona a všichni lid z měst vyjel do ciziny, my jsme měřili s Lukavou a s dětmi denními pochody pusté a krásné hraniční pláně, o jejichž existenci jsme měli tušení, ale nic víc.

Soužití s Lukavou dalo našemu životu neměnný řád: ráno na trávu, pak na kole do města, odpoledne s Lukavou na pastvu a nasekat trávu na noc. V sobotu přivést piliny na stlaní, dřevo do kamen, každé dva měsíce kování, každý měsíc pytel ječného šrotu. Několik sezon si naše děti přivydělávaly rozvozem koňského hnoje po zahradách, v těch revolučních časech jsme s Lukavou pořádali i triumfální jízdy. O jednom masopustu jsem hrála Smrt.

Jedenkrát Lukava odmítla táhnout, bylo to do stráně, kam jsme ji nutili, abychom se vyhnuli jízdě po hlavní silnici. Toho léta hodně lehala, často jsme ji ráno museli křikem zvedat a bičem popohánět na pastvu, kde často opět proležela celé hodiny. Vesničané se nám smáli. Když projížděli na kole kolem našeho domu, volali: „V zatáčce vám chcípnu kůň!“

„My víme,“ odpovídali jsme jim nevrženě a oni jeli dál, toho léta to byl takový místní obyčej.

V tom roce jsme putovali podél hranice s Lukavou naposledy. Z poslední výpravy se dověkla domů v ruce, vypřažená, pro bryčku jsme se museli vrátit s nákladákem.

Vždy na začátku prázdnin, na něž se čeká jako na smilování, nastává u nás seno, největší dřina roku. Sekáme náves, které se už přestalo říkat park, i když je tam spousta stromů a keřů. Špatně se tu jezdí se sekačkou, a tak děláme seno ručně, kosou snadno a rychle, a domů do seníku si svoje fůrky vozí Lukava na bryčce. Na celou zimu bychom potřebovali těch bryček čtyřicet, nikdy se nám však nepodařilo tolik sena usušit. Stovky naložených fůr suchého sena jsme za ta léta odvezli do seníku, desítky fůr zmoklého shnilého hnoje jsme vyvezli do jámy. Každý rok na prahu jara byla Lukava vyhublá a celá rozčilená z prodlužujícího se dne a rašící zelené trávy. Bělostná, s přibývajícím věkem stále nejlepší zimní srst z ní opadávala v plástech a také z nás všude padaly bílé chlupy.

Od toho léta s obavou myslím na okamžik, kdy Lukava umře. Můj muž má koně proti osudu, jak nás práce táhne do města, on se drží stále zarputileji našeho venkovského života, dalšího koně už si nepořídíme a já mám strach, co se stane mezi námi, až Lukavy nebude. Hugo kdysi u krav musel i zabít zvíře vlastníma rukama, ve vsi na konci světa nebylo jen tak dovolat se veterináře a odvozu na jatka. Ano, dobytek, když doslouží, jde na jatka, to ale není možné v případě Lukavy, dávno jsme doma přestali jíst maso, Hugo se úplně přestal zajímat o koňské závody a podobné věci, záleží mu už jenom na tom soužití, na osudovém i osudném pečování o starou kobylu, bytost dokonalejší, než za jakou má sebe i mě.

Hodně se teď píše o eutanazii. Hugo zavolal veterináře a nechal si vyložit všechny okolnosti utracení koně, pak vyzval z banky částku, odpovídající asi ná-

kladům na jeden lidský pohřeb, a uložil ji doma. Lukava už sotva stojí, odlehčuje si střídavě všechny čtyři nohy a chvěje se. Když dostane injekci proti bolesti, uklidní se a nějaký čas zase chodí normálně. Přestali jsme jezdit na dovolenou mimo domov, není, kdo by se o Lukavu staral. Děti odešly a po nikom jiném to nemůžeme chtít.

Jedné neděle jsem vedla Lukavu ze stáje na pastvu, šla těžce, po tvrdé cestě nechtěla. Nechala jsem ji neuvázanou na trávníku za domem. Na silnici, která jí namáhá staré šlachy a klouby, sama od sebe nejde. Za hodinu jsem ji našla stát u potoka a hledět do vody, stála tam ještě celé odpoledne a v sedm hodin večer ještě pořád. Dívala jsem se na ni z lávky, pode mnou tichá voda nesla podzimní listí a rozbitou hračku a pytlík od bonbónů, byly jsme s kobyloou v celém domě samy a obě na odchodu.

Další večer Hugo Lukavu pásl na návsi až do tmy, když tu se všude náhle rozprostřela vůně chléva. Odkudsi utekly krávy, kulaté jalovičky všech tvarů a barev a mezi nimi býci, pěkně narostlí, ale dosud dětsky kulatí, jeden mezi nimi tmavošedý krasavec s kruhem v nose. Stádo přiběhlo tiše s padajícím soumrakem a obklopilo Lukavu i autobusovou zastávku a zrušený krám, podzimní kravince pleskaly o asfalt smyčky, na níž se autobus točí už jenom třikrát denně, krávy stály na parkovišti u opuštěné hospody, pily z potoka a byly tiché, spokojené a krásné. Lukava mezi nimi s hlavou vztyčenou se nepásla, ona už skoro nežere, jenom tak popochází a žvýká, teď ale stála s hlavou nahoře, naposledy měla rozšířené nozdry a zdvižený ocas a tichounce ržála.

Lukavě je třicet let. Ještě jsme ji nechali vystrouhat, ještě jsme zapřáhli, dojeli na pilu pro piliny a vyslechli spoustu vtípů o tom, kdy nám ten kůň chcípne, sena jsme letos udělali třicet fůr. Hugo pečlivě naklepal kosu.



*Rytíř moderní urologie*

## Leopold von Dittel

V severomoravském Fulneku se 29. května 1815 narodil v židovské rodině Leopold Dittel, zakladatel moderní urologie jako samostatného oboru. Vystudoval lékařskou fakultu ve Vídni, kde byl v roce 1840 promován v oboru lékařství a chirurgie a také uznán magistrem porodnictví a očního lékařství. Dittel se ale zabýval také rozvojem nových léčebných metod, hlavně pak problematikou rehabilitací. Po dokončení univerzity se stal asistentem soukromého lékaře ve Vídni se zaměřením na rehabilitaci a ortopedii. Letní měsíce trávil ve slovenských Trenčianských Tepličkách, kde působil jako lázeňský lékař.

O svůj obor měl tak velký zájem, že v roce 1848 ukončil vlastní lékařskou praxi, aby se stal asistentem soudního lékaře a o něco později operatorem na klinice slavného chirurga profesora Dummreichera. Roku 1861 se stal primářem chirurgického oddělení Vídeňské všeobecné nemocnice a jmenováním císaře Františka Josefa I. také mimořádným profesorem. Na všechny své akademické posty však rezignoval, aby se mohl věnovat rozvoji dílčích chirurgických metod a vědecké práci. Krátce nato byl povýšen do rytířského stavu jako Ritter von Dittel a byl mu dokonce přidělen vlastní erb.

V centru jeho zájmu byla urologie, kterou pro medicínu objevil jako samostatný lékařský obor. Současně stál Leopold von Dittel u zrodu cystoskopie, vyšetřovací metody, která lékařům umožňuje pohled do močového měchýře a močové trubice, a to včetně části, která prochází prostatou. Je oceňován za rozvoj mnoha nových diagnostických a chirurgických postupů na poli urogenitální medicíny. Spolu se

svými dvěma lékařskými kolegy F. Legueuem a E. Forgueuem vyvinul chirurgickou metodu uzavření vesikovaginální fistuly. Tato metoda je po nich pojmenována jako „Dittelova-Forgueova-Legueuova operace“. Zároveň má také svůj nástroj, tzv. Dittelovu uretrální sondu, který slouží k léčbě uretrální stenózy.

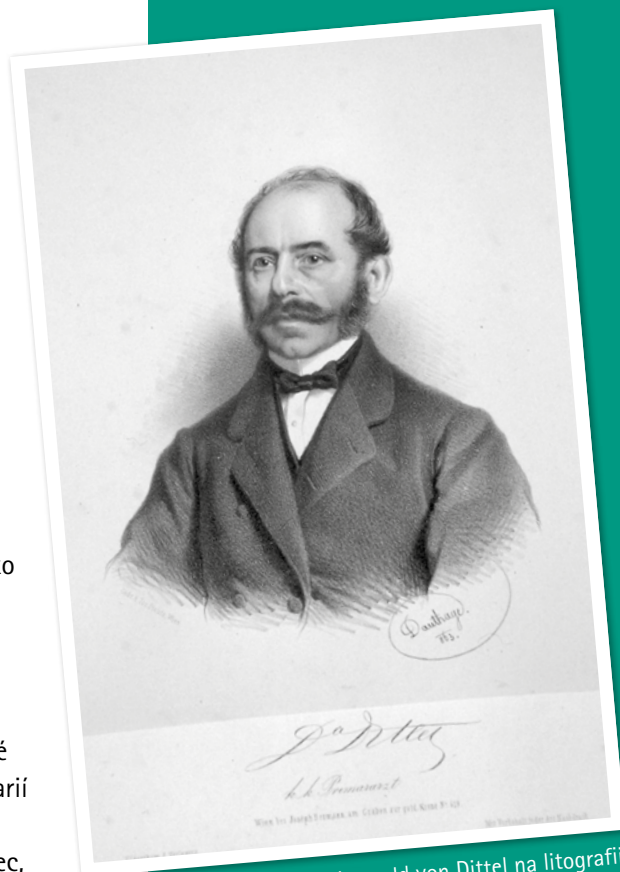
Společenská prestiž Leopolda von Dittel, stejně jako uznání kolegů z medicínského oboru, nabírala na významu, což mu v roce 1894 přineslo velmi významný post. Stal se prezidentem vídeňské Lékařské společnosti. Se svou ženou Marií vychoval tři děti, přičemž syn Leopold se stal, stejně jako otec, lékařem. Leopold von Dittel zemřel po dlouhé nemoci 28. července 1898 a byl pohřben na hřbitově v 17. vídeňském okrsku. Ve Vídni má také svoji ulici – Dittelgasse.

Magdalena Bambousková

**Píštěl neboli fistula** je nepřirozené kanálkovité propojení mezi orgány, cévami nebo i ven na kůži. Většinou se jedná o součást zdravotního problému, ale mohou být i úmyslně chirurgicky vytvořené v rámci léčby.

**Vezikovaginální píštěle** patří mezi nejčastější typ píštěle v močopohlavních cestách. V západním světě se s ním ženy setkávají v důsledku gynekologických operací. Oproti tomu v rozvojových zemích k nim často dochází následkem komplikovaného porodu.

**Dittelova sonda** je jeden z typů uretrálních sond, které se používají při zkoumání močové trubice.



Leopold von Dittel na litografii Adolfa Dauthage, 1863

*O velikánech medicíny*

V této pravidelné rubrice se podíváme na významné i zapomenuté osobnosti nejen českého, ale i světového zdravotnictví. Často o nich tolik nevíme, a přitom nezanedbatelně ovlivnili celou společnost svými poznatky, nápady či objevy.

Vždy pro vás vybíráme to nejzajímavější. Věříme, že se vám tato rubrika bude líbit a časem se na ni budete těšit stejně jako na ty ostatní. Přejeme vám příjemné a ničím nerušené čtení!

# SÚŤAŽNÁ KRÍŽOVKA

	HAVAJSKÁ DROBNÁ MINCA	PUŠKINOV HRDINA	HOKELOVÝ KLUB MESTA (SKR.)	NEVZDELÁVAJ	■	INDICKÝ UČENEC A FILOZOF (982-1054)	VÝKONNÝ VÝBOR (SKR.)	DREVENÝ FLUH	■	■	■	AMERICKÝ FILMOVÝ HEREC (HARRISON)	OPÁT, PO NEMECKY	MPZ VANUATU	TAJNIČKA 5	RIEKA VO FRANCÚZSKU	KTOROU						
ČESKÝ HOKEJISTA (LADISLAV)					ARMÁDNE VÝCVIKOVÉ STREDISKO				ROZRÝVALA	■	CHUDOBNÁ ŠTVŔŤ V MESTÁCH LATINSKEJ AMERIKY												
NEMECKÝ FUTBALISTA (BRANKÁR)					FORMA					CITOSLOVCE TLIESKANIA	PENDREK												
TAJNIČKA 1							TAJNIČKA 2				REGISTER TON (SKR.)			VZOREC OXIDU TITANATÉHO HOVOR									
KÓD EGYPTA			MLČ				ST. FRANCÚZSKY HUSLIŠTA						OZAJ SKR. SVETOVÝ KONGRES SLOVAKOV										
ÚZEMIE V NIGÉRII				TEBA			NAPRIKLAD (SKR.)					SLOVENSKÁ REPUBLIKA (SKR.)			ŠTÁTNA ARBITRÁŽ (SKR.)	TAJNIČKA 6	MESTO V BELGICKU						
ASOCIÁCIA NÁRODNÝCH OLYMPIJSKÝCH VÝBOROV (SKR.)						<p><i>„Zápor lásky je v tom, že i keď človek niekoho miluje, (tajnička 1-6).“</i></p> <p><i>Ferdinand August Bebel</i></p>																	
■	KORUNA ČESKÁ (SKR.)	POPEVOK ŠVÉDSKY HUDBNÝ SKLADATEĽ															BYVÁLÝ HOKEJISTA (PETER, *1979)						
MORSKÝ RAK																	ČESKÉ MENO SVÄTO-SLAVY						
SÍDLO V ČÍNE							DRUH HERCA	POZÝVA	LITERÁRNE DIELO	■	STRÝKO	OSVIETENIE FILMU	SULFID ZINOČNATÝ					ACTIVE SERVER PAGES (SKR.)					
■	PÍSMENO GRÉCKEJ ABECEDY	MEDZISKLAD VYHORETÉHO PALIVA (SKR.)		TAMTÍ	DYM	KÓD KAZACHSTANU				OXID URANATÝ			ÚDAJE										
MILIFARAD			TOHO ČASU (SKRATKA)			OKRESNÉ VLASTIVEDNÉ MUZEUM				JAZYK SLOVENSKÝ				SOLNÍKOVÉ PLOŠINY	■	NAJVYŠŠÍ SUD (SKR.)	ROZHLASOVÝ SYMFONICKÝ ORCHESTR (SKR.)						
TAJNIČKA 3		TAJNIČKA 4	NÁRODNÁ TISKOVÁ AGENTURA (SKR.)			IZRAELSKÁ POLITICKÁ (GOLDA)				TYČINKA NA MAĽOVANIE PERI				KRITIZUJ (EXPRES.)									
VYSOKÁ ŠKOLA TECHNICKÁ (SKR.)		ŠTÁTNY PODNIK				CESTOVNÁ KANCELÁRIA (SKR.)								RIMSKÝCH 49									
PER PROCURA (SKR.)				MEDZINÁRODNÁ CYKLISTICKÁ ÚNIA							STAROEGYPTSKÁ BOHYŇA OBLOHY							NÁPOVEDA: ALARD, AŠY, ATIŠA, ČALI, ENKE, FAVELA, KENETA, KOHN, RAFF, TV					
				KÓD DÁNSKEJ MENY						KEĎ		ZÁHLAVIE											

## Ako súťažiť?

1. Vylúštite súťažnú krížovku a znenie tajničky zašlite poštou na adresu: Redakce časopisu Dialog, B. Braun Avitum s.r.o., V Parku 2335/20, 148 00 Praha 4, Česká republika (na obálku napíšte „Súťaž“ a uveďte celé svoje meno a korešpondenčnú adresu).

2. Vylúštite súťažnú krížovku a správne znenie tajničky zašlite e-mailom na adresu: dialog.cz@bbraun.com alebo dialog.sk@bbraun.com (do predmetu e-mailu napíšte „Súťaž“ a v tele e-mailu celé svoje meno a korešpondenčnú adresu).

Prvé tri správne riešenia doručené jedným z vyššie uvedených spôsobov budú odmenené. Rozhoduje dátum (v prípade e-mailov aj čas) doručenia. Odpovede odoslané po uzávierke budú automaticky vyradené zo súťaže. Z technických dôvodov zasielame

výhry len na území ČR a SR. Pri vyplňovaní svojho mena používajte diakritiku, aby nedošlo ku skomolení vášho mena na výhernej listine.

**Ceny pre výhercov:**  
Reklamné predmety a drobné dárčky.

Uzávierka je 17. 11. 2020.

Výhercovia z minulého čísla:  
Jana Belicová a Nikoleta Guzelová

Riešenie z minulého čísla:  
Keby na zemi vládla láska, nepotrebovali by sme zákony.

*Aristoteles*

	AUTOMATICKÉ NASTAVOVÁNÍ TV STANIC	KULATÁ ROMÁNSKÁ STAVBA	TAJENKA 2	UKAZOVACÍ ZÁJEMNO	ORIENTÁLNÍ KUŇ	■	VĚST	OZDOBY NA LUSTRU	VELKÁ MISTNOST	NÁŠ HEREC	■	PILOTI	MYŠLENKA	ZN. TITANU	MRAVOUCI	ADVENTNÍ MŠE	PLOŠNÁ MIRA						
ODRŮDA KAPUSTY							VČELÍ PRODUKT					PÍSMENO											
PRÁŠKOVÝ PIGMENT DO TISKÁREN							ELIPSA					YDAVATEL											
ZEĎ							TAJENKA 1								EVROPAN		DÍTĚ						
	DOVEDNOST																						
	OZNAČENÍ DRUH VĚTVÍ			FRANCOUZSKÝ DŘEVO					PÍSMO STRAKA						HADR								
															LITOVAT								
REZIGNOVANÝ SOUHLAS				■	ČÁST ÚST				KLAMY					OBILNINA									
															BOL								
CĚDĚČKO			DOMÁCÍ PTÁK	OBEC U BEROUNA	MUŽSKÉ JMÉNO (24.6.)	<p><i>„Jestliže jste postavili vzdušný zámek, vaše práce nemusí být zbytečná. Nyní... (tajenka 1–3).“</i></p> <p><i>Henry David Thoreau</i></p>						SPOJKA PODRÁDÍČÍ			CHEM. ZN. YTERBIA								
	VODÁCKÝ POZDRAV																	NĚM. JAKO			NAVNÍ ČLOVĚK	ZÁKL. JEDNOTKA EL. PROUDU	
	OSOBNÍ ZÁJEMNO	SYMETRÁLA																					
		ANGL. VÁHOVÁ JEDNOTKA																	VÝKALY				
ČÁST VOZU						SEKNUTÍ	NÁŠ LYRICKÝ BÁSNÍK (VLADIMÍR)	MĚSTO V TURECKU	OTEC	ZÁRUKA NA DLUH	■	EVROPSKÁ FEDERACE KOPANÉ (ZKR.)	DRUŽSTVO (ANGL.)		OSOBNÍ ZÁJEMNO								
NEVZDĚLANEC												SPZ ÚSTÍ NAD ORLICI				ODHAD VÝSLEDKU							
	INICIÁLY BRZOBOHATÉHO				MUŽSKÉ JMÉNO (23.11.)											MLADÝ ČLOVĚK (NÁREČ)							
	X				ZDRHOVADLO							LEŠTIDLO				NÁZEV HLÁSKY V	KÓD SRÍ LANKY						
ŘÍMSKY 2			TAJENKA 3									NÁŠ SPISOVATEL											
			CIT. SLOVCE PŘEKYAPENÍ									ZNAČKA KILOTUNY											
ŽVIT MATEŘSKÝM MLÉKEM							MALÁ ANITA							ZKR. ATLETICKÉHO KLUBU									
TRAVNATÉ OBLASTI							OTEVŘÍT (NOVOU KONZERVU)						■	EGYPT. BŮH SLUNCE			NÁPOVĚDA: ARKTA, ALS, ATS, BOIS, OPLEN, PICA, ROB, SHARK						

### Jak soutěžit?

1. Vyluštíte soutěžní tajenku a její znění zašlete poštou na adresu: Redakce časopisu Dialog, B. Braun Avitum s.r.o., V Parku 2335/20, 148 00 Praha 4 (na obálku připište „Soutěž“ a uveďte celé svoje jméno a korespondenční adresu).

2. Vyluštíte soutěžní tajenku a její znění zašlete e-mailem na adresu: dialog.cz@bbraun.com nebo dialog.sk@bbraun.com (do předmětu e-mailu uveďte „Soutěž“ a v těle e-mailu uveďte celé svoje jméno a korespondenční adresu).

Tři první správná řešení doručená jedním z výše uvedených způsobů budou odměněna. Rozhoduje datum (u mailů případně i čas) doručení. Odpovědi odeslané po uzávěrce budou automaticky vyřazené ze soutěže. Z technických důvodů zasiláme výhry pouze

na území ČR a SR. Při vyplňování svého jména používejte diakritiku, aby nedošlo k jeho zkomolení na výherní listině.

### Ceny pro výherce:

Reklamní předměty a drobné dárky.

Uzávěrka je 17. 11. 2020.

### Výherci z minulého čísla:

Kateřina Suchánková, A. Hanzlová a Jana Bystrá

### Řešení z minulého čísla:

Přítel je někdo, kdo vám dává úplnou svobodu být sám sebou.

Jim Morrison



**VYZKOUŠEJTE ZDARMA**

PRO VZOREK NUTRICOMP®  
DRINK RENAL PIŠTE NA  
[dialog.cz@bbraun.com](mailto:dialog.cz@bbraun.com)  
NEBO VOLEJTE +420-773 737 428



Nutricomp® Drink Renal s vanilkovou příchutí byl vytvořen speciálně pro pacienty s chronickým onemocněním ledvin. Vysoký obsah omega-3 mastných kyselin, vlákniny a snížené množství draslíku, fosforu a sodíku z něj dělají pomocníka pro boj s podvýživou a nechutenstvím.

## Nutricomp® Drink Renal

DOPLŇTE POTŘEBNÉ ŽIVINY  
A ZÍSKEJTE NOVOU ENERGII  
S NUTRIČNĚ KOMPLETNÍ VÝŽIVOU

Volně prodejný i na předpis.  
Doporučené denní dávkování by mělo být zkontrolováno s lékařem.  
Objednávejte na [Inkospor.cz](http://Inkospor.cz) nebo [Pilulka.cz](http://Pilulka.cz)