

AURA



INFORMACE O EPILEPSII



116

červen
2002

- Kurz asistentské péče začíná
- o. s. Autistik zve na výstavu
- I s epilepsií může člověk normálně žít
- U vody a na slunci
- Odešel nám pan Pils

REDAKČNÍ SLOUPEK

Vážení a milí čtenáři

prosím všechny spolupracovníky o nová tel. čísla abychom mohli na zadní stránky v co nejkratším čase přepsat nová. Jedná se o Poradny, Centra pro epilepsie, Kluby „E“ a kontakty. Také se to týká farmaceutických firem, které osobně žádám, aby mi zaslali na e-mailovou adresu nová tel. čísla a mobily.

Sice by čísla měla zůstat stejná a jenom předvolby budou jiné, ale uvidíme.

Děkuji předem za odeslání.

E-mail: Pavla.Vydrová@seznam.cz




V září a v říjnu bude asi trochu či hodně zmatku kolem telefonování, ale budeme si muset na chvíli zvyknout, že nepůjde všechno na 100 %. Letní Auru čkejte v srpnu. Bohužel jsem nebyla na setkání, protože jsem byla na menší operaci a ležela jsem na chirurgii. Slyšela jsem, že mi někteří chcete začít pomáhat. Jirka Palán z Prahy, ten se už rozepsal, a moc mu děkuji. V každém čísle bude mít svůj článek. Jirko, ještě by to chtělo nějakou fotku k těm povídkám. To by bylo moc fajn.

Zdraví přeje Pavla Vydrová

ÚŘEDNÍ HODINY KANCELÁŘE SPOLEČNOSTI „E“

ÚTERÝ 9–16 hod.

ČTVRTEK 9–18 hod.

 / fax: 02/4404 1557

Z OBSAHU

Ze Společnosti „E“

Měli jsme setkání	4
Umřel pan Pils	4
Praha – informace	4
Zájemci na plavání hlaste se od září	5
Brno – plavání, klub i keramika	5
Klub dětí v Brně se schází	5
Karlovy Vary – plavání	5
Pořádáme odborný rekvalifikační kurz asistentské o nemocné epilepsií	5

Z jiných občanských sdružení

Vstupte do našeho světa	6
Vzdělávací programy	6

Poštovní okénko

Návštěva koncertu skupiny „TAXMENI“	7
---	---

Právní poradna

Stát nemá místa pro postižené	9
-------------------------------------	---

Odborné články

I s epilepsií může člověk normálně žít	9
42letý pooperační průběh po resekci temporálního laloku (dokončení)	11
Kouření a epilepsie	15
Kdy navštívit neurologa?	16
Epilepsie v Německu	17

Zajímavosti

Při nervozitě vsadte na dobormysl	18
U vody a na slunci	19
Čvachtando grando	20

Z ciziny

Můj příběh: Chay Osler	22
------------------------------	----

Kluby a poradny	25
------------------------------	----

Naše tvorba: Pranostika na červen	27
--	----

ZE SPOLEČNOSTI „E“



SETKÁNÍ

Dne 27. května. 2002 jsme se opět sešli v Národním muzeu, abychom se informovali vzájemně o novinkách v našem sdružení a v regionech a také abychom viděli zase známé tváře. Účast nebyla velká, je škoda, že někteří členové setkání berou jako ztracený čas a nepřijedou. Na setkáních je možnost ovlivnit svými nápady a náměty činnost sdružení.

Program byl pestrý – dr. Bob informoval o konferenci ve Španělsku, kam jsme delegovali Mgr. Ptáčka. Pohovořil o významu dotazníků, které jsme rozesílali s Aurou. Slečna Stuchlíková se zmínila o výzkumu IBE k rekvalifikačním kurzům pro lidi s epilepsií.

Nadace Člověk v tísní nám poskytla švédský dokument o epilepsii, který jsme si promítli. Byla to výpověď lidí s epilepsií o životě s touto nemocí.

Zajímavé byly informace z regionů, pí. Davidová informovala o Brně a nově vznikajícím klubu pro děti, pí. Tesařová informovala o dění v Táboře, J. Palán hovořil o klubu Praha a programu, který si připravují sami, úspěšně, napíše informaci do Aury.

I když jsme byli malá skupinka, bylo to příjemné a také užitečné.

Kolářová

* * *



Oznamujeme všem členům, že zemřel náš dlouholetý člen **Jan Pils**, předseda revizní komise.

Čest jeho památce

sekretariát



Pražský klub se schází v Kamenické, Praha 7, inf. tel. 02/222 43 889 Jana Fialová

* * *



Plavání v Praze – Sokol Vínohady, Polská 2, za dohledu lékaře, každé pondělí od 16.30–17.15 hod. informace na sekretariátu, tel. 02/44041557

* * *



Zájemci o plavání v Praze – opět na témže místě, hlaste se na sekretariátě v září 2002.

* * *



Máme novou www adresu! www.epilepsie.ecn.cz, stará také platí.

* * *



Klub Brno

Plavání 1. čtvrtek v měsíci. Sraz v 16.30–16.45 hodin na zastávce Přísta-višťe a keramika je od 18.45–20.30 hod. každé úterý. Klub 3. čtvrtek v měsíci.

Davidová

* * *



Plavání, které začne opět na podzim, informace podá pro Brno a okolí pí Davidová.

* * *



Keramika dětí je každé úterý od 17.00 do 18.30 hodin. Informace pí Davidová.

* * *

Klub dětí s epilepsií a kombinova-ným postižením: schůzky každá 3. stře-da v měsíci od 15.00–18.00 hod. plava-ní 1. čtvrtek v měsíci od 17.00–18.00 hod. Kontakt M. Davidová tel. 05/46 21 21 22, mob. 0604/260 619, M. Klímová 05/41 24 69 68, mob. 0723/948 966.

Po prázdninách plavání opět začne, zájemci hlaste se na výše uvedené ad-resu pí Davidová a pí Klímová.

* * *



Plavání Karlovy Vary – děti. In-formace na kontakt. tel. číslo MUDr. Heineková 017/323 0885.

Po prázdninách začne opět plavání, zá-jemci hlaste se na výše uvedeném tel. čísle.

* * *



Pořádáme
**ODBOBNÝ REKVALIFIKAČNÍ
KURZ ASISTENTSKÉ PÉČE
O NEMOCNÉ EPILEPSIÍ**

říjen – listopad – prosinec 2002

Kurz je akreditován MŠMT ČR a účast-níkům budou rozdána osvědčení. Ob-sáhne nezbytné odborné minimum z problematiky epilepsie. Přednášet bu-dou přední epileptologové-neurologové a absolvent bude vybaven teoretickými i praktickými vědomostmi o projevech epileptického onemocnění. Podrobnos-ti o náplni kurzu, termínu a místu koná-ní budou sděleny na sekretariátu. Po-platek za kurz bude cca 750 Kč. Rozsah kurzu cca 3 víkendy.

Podmínky pro zařazení do kurzu jsou:

1. spolehlivost, sociální cítění, vstříc-nost a ochota, trpělivost,
2. ukončené středoškolské vzdělá-ní (ve výjimečných případech může být prominuto) ,
3. dobrá motivace, uvědomění si prak-tických problémů oboru a zhodnocení osobních předpokladů pro tuto práci (psychických i zdravotních).

**tel./fax. 02/4404 1557, e-mail:
cea@volny.cz, www.epilepsie.ecn.cz,
Novodvorská 994, 142 21 Praha 4**

Z JINÝCH OBČANSKÝCH SDRUŽENÍ

VSTUPE DO NAŠEHO SVĚTA

Výstava výtvarných prací dětí, mládeže a dospělých občanů s autismem. Výstava se koná pod záštitou Jiřího Koláře a Výboru dobré vůle – Nadace Olgy Havlové od 18. do 28. června 2002



v prostorách vstupní haly Laterny Magiky. Výstava je zpřístupněna od pondělí do pátku vždy do 15.00 do 18.00 hodin. Na Vaši účast se těší občanské sdružení AUTISTIK.

* * *

*Institut pedagogicko-psychologického poradenství ČR Praha 9 Novoborská 372,
e-mail: andrlovam@ippp.cz,
http://www.ippp.cz, tel. 02/83 88 12 50*

Vzdělávací programy IPPP ČR pro I. pololetí školního roku 2002/2003

Kurz pro zájemce o problematiku autismu – zdravotní a vzdělávací aspekty.

Specifika vzdělávání dětí a žáků s autismem (3 části, celkem 50 hodin).

Kurz je určen pro pracovníky SPC, PŠ, ZvŠ, spec. MŠ a ÚSP.

Lektoři: ing. M. Jelínková, CSc., Doc. MUDr. V. Komárek, CSc., MUDr.

J. Macháčková, Doc. MUDr. M. Bojar, Doc. MUDr. I. Hrdlička, CSc., PhDr. D. Krejčířová, Mgr. R. Netušil.

Termíny: 13. a 14. 9. 2002 1. část – 17 hodin /15. 3. 14.00–19.00 hod.

4. a 5. 10. 2002 2. část – 17 hodin /12. 4. 14.00–19.00 hod.

1. a 2. 11. 2002 3. část – 16 hodin /17. 5. 14.00–19.00 hod.

Uzávěrka přihlášek: **2. 9. 2002**

Místo: IPPP ČR, Novoborská 372, Praha 9.

Kód programu: 563/02

Poplatek: 1700 Kč

Odborný garant: PaedDr. H. Šmejkalová.

Obsah kurzu: základní charakteristika a projevy při zdravotním postižení pervazivní vývojovou poruchou (autismem), autistické kontinuum, specifické projevy a deficity v oblasti tzv. triády, problematika autismu z pohledu dětského psychiatra, neurologa, klinického psychologa, atd. Závěrečná diskuse a konzultace s absolventy kurzu – předání osvědčení.

V případě Vašeho zájmu o účast zašlete do termínu uzávěrky přihlášek na adresu IPPP ČR, Novoborská 372, 190 00 Praha 9 – paní Andrlová. Zájem o přespání uveďte v přihlášce (máme „polní podmínky“).

Návratka – závazná přihláška na kurz pro zájemce o problematiku autismu

Jméno, příjmení, titul:

Zaměstnání, telefon:

Adresa pro korespondenci, telefon:

Přihlašuji se závazně k účasti na vzdělávacím programu (název + kód programu):

.....kód:

V termínu:

V dne Podpis.....

NAŠE POŠTOVNÍ OKÉNKO



NÁVŠTĚVA KONCERTU SKUPINY „TAXMENI“

Dne 21. 3. 2002 jsme se sešli v klubu, kde jsme pobýli asi hodinu. Čtyři z nás potom jeli na Prosek, z toho tři jsme jeli do „hotelu DUO“ (dva Jirkové a Zdeněk) a jeden domů (Ivan). I když to měl Ivan domů nejbliž (jednu stanicí) na koncert už s námi jít nechtěl.

Do hotelu jsme přišli okolo 19.00 hod. a chvilku jsme hledali, kde se kon-

cert koná. Teprve po vstupu do hotelové haly jsme zjistili, kam máme jít, neboť jsme zde zahlédli skupinu několika pánů v modrých leteckých uniformách, kteří se jako čestní hosté také koncertu zúčastnili. Jeden z nich – generálporučík František Peřina – měl totiž ten den oslavu svých 91. narozenin. To jsme bohužel nevěděli, takže jsme mu nemohli přinést žádný dárek.

Válečných letců RAF (Royal Air Force – Královské vzdušné síly) bylo na koncertu asi dvacet (odhadem). Někteří se zúčastnili i se svými ženami, přišlo také několik vdov po padlých či později zesnulých letcích. Mezi čestnými hosty bylo také několik členů vlády. Čestní hosté seděli v prvních řadách hlediště. Na stěně nad pódiem visely tři modely

letadel (všechny stíhačky), dvě byly britské a jedna německá. Nad modely visel nápis: „POCTA GENERÁLU PEŘINOVÍ – TAXMENI „. Všichni tři jsme si koupili knihu generálmajora Františka Fajtla (za války stíhací pilot 313 . perut) „Pouta nebes“ s podtitulem „Boje a návraty“. Protože byl pan generál Fajtl přítomen, využili jsme toho a knihy si nechali podepsat. Jirka Palán jako správný letecký fanda sbíral podpisy také od dalších letců (až na sedm lidí sesbíral podpisy ode všech), Jirka Kratochvíl a Zdeněk Červinka se spokojili s podepsanou knihou a pamětním listem.

Koncert začal v 20.00 hod a byl rozdělen na dvě části. V první hrála skupina písně věnované tématu II. světové válce, (letectvu), druhou část vyplnili písně ze starší doby skupiny. Skupina „TAXMENI“ začala hrát na přelomu 60. a 70. let minulého století. V období tzv. normalizace musela změnit název na „KRAJÁNCI“, ale po roce 1989 se opět vrátila k původnímu názvu. Zpočátku hrála tradiční bluegrass, ale postupným vývojem se přeorientovala na country hudbu.

Za dobu existence skupiny se několikrát změnilo její obsazení a z původní

sestavy dnes zbyli jen dva členové: Kapelelník a banjista Jaroslav Čvančara a kytarista Vratislav Vyskočil, který zpíval většinu písniček svým barytonovým hlasem.

Během koncertu se konaly různé akce (předání dárek generálu Peřinovi, prodej suvenýrů, knih, magnetofonových kazet či kompaktních disků s písněmi skupiny TAXMENI). Na plátně se promítaly různé filmy se záběry z bitvy o Británii, leteckých muzeí a jině. Během koncertu si každý z účastníků mohl koupit k osvěžení pivo nebo minerálku.

Na koncertě byl přítomen také štáb televize NOVA a natočil zde několik záběrů pro zpravodajství. Na konci koncertu jsme byli pozváni na „generálský guláš“. Pozvání jsme rádi přijali a nelitovali jsme, guláš byl opravdu výtečný.

Jirka Palán zašel po koncertě za panem generálem, poblahopřál mu k narozeninám a dohodl, že když klub zajistí dopravu, pan generál přijde rád do klubu na návštěvu. Poté panu generálovi poblahopřáli také Jirka Kratochvíl a Zdeněk Červinka. Potom jsme se rozloučili a vydali domů.

Jiří Palán a Jiří Kratochvíl

Knížka **EPILEPSIE** od autorek **Alice Hanscomb** a **Liz Hughes**,
která vycházela v Auře na pokračování,
je k zakoupení na sekretariátě za cenu 39,- Kč, poštovné 23,- Kč.

PRÁVNÍ PORADNA



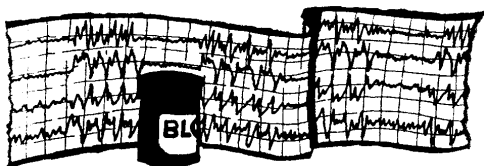
STÁT NEMÁ MÍSTA PRO POSTIŽENÉ

Státní instituce neplní kvóty pro zaměstnávání zdravotně postižených. Úřady místo zaměstnání pěti procent handicapovaných, jak jim ukládá zákon, raději platí státu sankce za nevytvoření těchto pracovních míst. Firma, která má více než 20 zaměstnanců, musí zaměstnat nejméně pět procent zdravotně postižených. „Největším odpůrcem ustanovení jsou školy. Tvrdí, že učitel, kuchařka, školník a uklízečka nemohou být postižení“, řekl místopředseda Asociace zaměstnavatelů zdravotně postižených Karel Rychtář. Ministerstvo školství má

nyní 414 pracovníků, z toho jen sedm zdravotně postižených. Na ministerstvu práce a sociálních věcí, které má zhruba 520 zaměstnanců, pracuje osm postižených. Tři postižení lidé z celkového počtu 200 pracují v Senátu. Podobně to vypadá i v ostatních úřadech. „Na základě výsledků šetření sdružení Lenium vznikl loni materiál, ze kterého vyplynulo, že státní úřady svou povinnost plní v průměru od jednoho do dvou a půl procenta“, sdělil Rychtář. Zákonem danou povinnost může podnik splnit i tak, že odebere služby nebo výrobky od postižených. Když nesplní ani to, zbývá to nejjednodušší: ročně odvést státu 6479 korun. Postižení apelují, aby zaměstnavatelé změnili přístup k jejich zaměstnávání. „Nestačí mít jen legislativu, která vypadá dobře a uplatňuje evropské principy. Je třeba změnit přístup zaměstnavatelů,“ prohlásil Jan Hutař, člen výkonného výboru mezinárodní federace zdravotně postižených.

(Pražské slovo 29. 10. 2001)

ODBORNÉ ČLÁNKY



I S EPILEPSIÍ MŮŽE ČLOVĚK NORMÁLNĚ ŽÍT

Zkráceně je možné definovat toto onemocnění jako záchvatovité, spojené

obvykle s poruchou vědomí. Příčinou epilepsie jsou ložiska abnormálního dráždění v mozku, která mohou být v průběhu záchvatu zachycena na elektroencefalogramu (EEG) jako patologická aktivita.

Proč k záchvatům dochází, nevíme, každý mozek, i ten zdravý, může za určitých okolností takto reagovat. Někdy jsou na mozku *anatomické změny* získané před nebo v průběhu porodu, jindy se na vzniku epilepsie podílí úraz, poruchy prokrvování, nádory. Epileptické záchvaty provázejí také *poruchy látkové výměny* jako je cukrovka (hypoglykemie), v některých případech je na vině *otrava alkoholem*, drogy. Epilepsie postihuje přibližně 0,5 % populace. **Záchvaty** se dělí dle příčiny vzniku, klinického obrazu, záznamu činnosti mozku (EEG křivky), podle věku, kdy se objeví první záchvat. Pro **stanovení diagnózy** je nutě zodpovědět otázky týkající se nejen záchvatu: zda má nemocný předzvěsti, ztrátu paměti a vědomí,

jak se probouzí, byl po záchvatu poraněn, kouzl se do jazyka, odešla moč a stolice při záchvatu, co vyvolalo záchvat? Je výskyt epilepsie v rodině, měl někdy úraz v době porodu, po porodu nebo v průběhu života, prodělal zánět mozku a mozkových blan? Měl v dětství febrilní křeče?

Nejméně příjemné jsou generalizované epilepsie se záchvaty typu „*grand-mal*“ s klasickými projevy: křeče, bezvědomí. Záchvatu zpravidla předchází aura, což jsou předzvěstné pocity (chuť, vůně), následuje výkřik a pád, po 10 vteřinách záškuby, z úst vystupuje pěna, často se nemocný pokouše do jazyka, odchází moč a stolice. Záchvat křečí může trvat několik minut a bývá spojen s bezvědomím, které může přejít do stavu zmatenosti a nakonec k vědomí. Pacient si na nic nepamatuje.

Pravidelný spánek je součástí terapie

Existuje několik typů záchvatů, zvláštní formou jsou například generalizované



febrilní křeče u dětí do 6 let při horečnatých chorobách dýchacích cest.

Bez léčby se záchvaty často opakují a dochází k psychickým změnám. Diagnostika je stanovena dle **klinického průběhu záchvatu a nálezu na EEG** (dnes se používá dlouhodobé sledování EEG a video EEG). Při záchvatu se aplikují léky v injekční formě a je nutné zajistit průchodnost dýchacích cest (jazyk), zabránit poranění pacienta.

Epileptik musí dlouhodobě užívat léky, aby se snížil počet záchvatů či zcela vymizely. Nutností je také pravidelný spánek, zákaz alkoholu a drog a pracovní režim.

(Rytmus života č. 21/2002 s. 40)

OPERAČNÍ LÉČBA PŘI SOUČASNÉ EPILEPSII

Musí-li být pacient z jakéhokoliv důvodu operován, pak by měl být o přítomnosti epilepsie informován jak chirurg tak i anesteziolog, ti by měli být seznámeni s celkovým obrazem této nemoci u daného pacienta, měli by znát průběh záchvatů i kontakt na epileptologa. Užívá-li pacient svoje dosavadní antiepileptika v tabletové formě, pak by se tato měla v den operace podat v injekční podobě do žíly či svalu. Obnovení tabletové formy by se mělo uskutečnit ihned, jakmile bude pacient schopen přijímat potravu ústy. V rámci pooperační péče by měl být jak nejbližší nemocniční personál, tak i pacienti z pokoje operovaného epileptika upozorněni na to, že u něho může dojít

ev. zcela nečekaně k záchvatu i o tom, jak se má okolí v dané situaci chovat.

(Epilepsie, 1989, Brochüre, s. 141) VF

WHO CHCE LEPŠÍ PÉČI PRO DUŠEVNĚ A NEUROLOGICKY NEMOCNÉ

Jeden ze čtyř lidí po celém světě je v některém období svého života postižen duševní nebo neurologickou chorobou. V současnosti tak trpí 450 miliónů lidí. Duševní choroby se řadí mezi vedoucí příčiny nemocnosti a disability (invalidity) na světě. Léčba je přitom dostupná, ale pomoci od zdravotnictví se dostane pouze dvěma třetinám lidí s rozpoznanou duševní poruchou. Ta je podle WHO provázena stigmatizací, diskriminací a zanedbáváním prevence i léčby. Kde existuje takové zanedbání, tam chybí také pochopení a tam, kdy není pochopení, tam je zase zanedbání, říkají představitelé Světové zdravotnické organizace.

V aktuální zprávě nazvané „Nové pochopení, nová naděje“, kterou WHO oficiálně zveřejnila v Ženevě 4. října (a exkluzivně ji s předstihem poskytl Zdrav. novinám), naléhá tato organizace na vlády, aby hledaly dostupná řešení pro duševní zdraví a dává konkrétní návody jak toho dosáhnout. Vlády by se měly přeorientovat z velkých institucí pro duševní choroby na komunitní zdravotní péči a měly by integrovat péči o duševní zdraví do primární zdravotní péče.

„Duševní onemocnění není osobním selháním,“ říká dr. Gro Harlem Brundtlandová, generální ředitelka WHO, a zdůrazňuje, že lidé s duševní či mozkovou poruchou nesmějí být ze společnosti vyčleňováni. „Doufám, že tato zpráva rozptýlí dlouho přetrvávající pochybnosti a dogmata a zahájí novou éru veřejného zdravotnictví v oblasti duševního zdraví,“ dodala.

* 450 milionů lidí trpí duševní nebo neurologickou poruchou

* 121 miliónů lidí trpí depresí

* 24 miliónů schizofrenií

* 50 miliónů lidí trpí epilepsií

* 10 až 20 miliónů lidí se pokusí o sebevraždu, každý rok ji spáchá jeden milión lidí

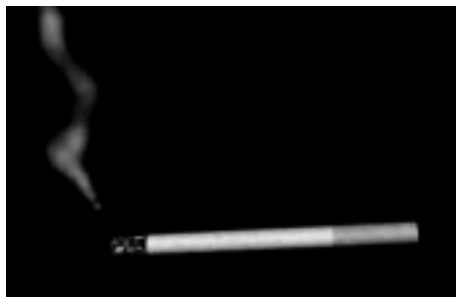
I přes chronický a dlouhotrvající charakter těchto poruch mohou při odpovídající léčbě lidé trpící duševní poruchou žít produktivní život a být vitální součástí své komunity. U přibližně 80 % lidí se schizofrenií po roční terapii kombinující použití antipsychotických léčiv s intervencí v rodině již nedochází k relapsu. Téměř 60 % lidí s depresí se může uzdravit s odpovídající kombinací antidepresiv a psychoterapie. Téměř 70% lidí s epilepsií se může vyhnout záchvatům díky léčbě základními, relativně levnými antikonvulzivy. Zodpovědnost za „akci“ nyní leží na vládách, tvrdí WHO. V současnosti více než 40 % zemí nemá celkovou politiku zaměřenou na duševní zdraví a více než 30% nemá pro duševní zdraví žádný program. Přibližně 25 % zemí

chybí legislativa vztahující se k této oblasti. V současnosti více než 33% zemí alokuje na duševní zdraví méně než jedno procento svých celkových rozpočtů na zdravotnictví, přičemž dalších 33 % utratí na stejný účel právě jen jedno procento svého zdravotnického rozpočtu. Přitom většinu duševních chorob je možné léčit s limitovanou skupinou léčiv. V přibližně 25 % zemí nicméně nejsou k dispozici ani tři nejčastěji předepisovaná léčiva k léčbě schizofrenie, deprese a epilepsie na úrovni primární péče. Ve více než polovině zemí světa je pouze jeden psychiatr na 100 tisíc lidí a ve 40 % zemí mají pro deset tisíc lidí méně než jednu nemocnici zaměřenou na duševní poruchy. Zpráva WHO dále uvádí, že nové znalosti mohou mít obrovský vliv na to, jak jednotlivci, společnosti a veřejné zdravotnictví nakládají s duševními chorobami. Je známo, že velké instituce (u nás psychiatrické léčebny) vedou ke ztrátě sociálních dovedností, praktikují nepřiměřená omezení, porušují lidská práva, vedou k závislosti na pomoci společnosti a snížení možnosti rehabilitace. Jednotlivé státy by proto měly postupně přecházet na alternativní komunitní péči.

(cik, Zdravotnické noviny, č. 40, roč. 50, s. 28)

KOUŘENÍ A EPILEPSIE

Pozdní následky kuřáckých zvyklostí se dají sotva odhadnout, na tyto následky zemře na celém světě 170 lidí denně, u nich je vztah mezi smrtí a kouřením zcela evidentní. Dlouhodobé snahy, jak



příspěť ke kuřáckému odvykání vedly k poznání, že účinná látka bupropion, která se po léta užívala při léčbě deprese má jako žádoucí vedlejší účinek to, že odrazuje chuť na cigaretu. Na tuto souvislost přišli lékaři, kteří tento lék předepisovali svým depresivním pacientům, kteří byli zároveň i silnými kuřáky, přičemž se jim řada pacientů svěříla s tím, že po tomto léku docela ztrácí chuť na cigaretu.

Nový preparát proti kouření má obchodní název Zyban a je rozhodně účinnější než dosavadní nikotinová žvýkačka, náplast či spray. Mezitím už užívají Zyban milióny kuřáků, u nichž se sleduje, zda vedle žádoucího odporu k cigaretě nemá Zyban nějaké nežádoucí vedlejší účinky, které by poškozovaly zdraví. Přitom se poznaly dvě možné komplikace: poruchy srdečního rytmu a možný vznik epilepsie. Německá studie u velkého počtu pacientů se Zybanem však tyto souvislosti nepotvrdila. Zatímco roční podíl epilepsii u všeho obyvatelstva se pohybuje v rozmezí 0,07 až 0,09%, činila tato hodnota u všech pacientů léčených Zybanem asi 0,1%. Proto není žádný důvod, aby se odříkající kuřáci odříkali Zoba-

nu, protože každá nevykouřená cigareta zlepšuje jejich zdraví, ale nemá žádný vliv na možný vznik epilepsie.

(*Ärztl. Praxis*, 54, 2002, č. 4, s. 8) VF

KDY NAVŠTÍVIT NEUROLOGA?

Od šílené krávy po epilepsii

V médiích se rozpoutal „šílený uragán“. Zkratky BSE a CJD, donedávna neznámé i řadě lékařů, budou znát za pár dnů i prvňáčci. *Jedna paní povídala, mám obavu...* Záhy se dočkáme i vyšetření k vyloučení BSE po pobytu v Bretani nebo na Slunečném pobřeží... Pro pořádek uvedme, že některé varovné příznaky popisované u BSE jsou běžné i u řady chorob nervového systému. Neurologové se zabývají, jak patrně víte, „chorobami nervů“. Na „nervák“ se chodí jak s ischiase, tak s migrénou a blokádu krční páteře nebo s nespavostí a bolestmi kostrče... Neurologa vyhledáme, „když je člověk na nervy a ještě není zralý na psychiatrii“. Neurologové se zabývají diagnostikou a léčbou dvou z nejčastějších civilizačních chorob, které představují bolesti zad a cévní příhody mozkové. Ty druhé jsou známé pod zvukomalebným názvem *mrtvice*. Dlužno dodat, že jsou chorobou nepříjemnější a hůře léčitelnou, než *záhať*, tedy infarkt myokardu. Nesmíme ovšem zapomenout na epilepsii a jiné záchvatovité poruchy nebo záněty mozku a nervů, u nichž se často provádí lumbální punkce. Početná skupina pacientů trpících roztroušenou sklerózou je odkázána na léta trvajícím neuro-

logickou péči a rehabilitaci. Totéž platí pro oběti úrazů mozku a míchy.

I demencemi se zabývá neurolog

A to jsme ještě málem zapomněli na to, že Evropou i Amerikou obchází strašidlo zvané *Alzheimerova choroba*. Projevuje se poruchami paměti, chování, známými jako demence. Diagnostikou a léčbou demencí se neurologové na počátku choroby, u níž ubývá nervových buněk, také zabývají. Projevy různých demencí se zprvu podobají příznakům mozkového nádoru, Parkinsonově chorobě nebo jiným závažným chorobám. Takto postiženým pacientům přichází na pomoc zázrak zvaný počítačový tomograf (CT), magnetická rezonance (MRI). Po stanovení diagnózy může pomoci Leksellův gama nůž, léčící nádory, metastázy, cévní melformace a pokusně některé druhy epilepsie paprsky gama. Zapomeňme na šile-



né krávy, bankrotující farmáře a jejich oběti navzdory tomu, že BSE v posledních týdnech zastínila AIDS nebo Ebola virus. Není bez zajímavosti, že starší sestru této nevléčitelné choroby znají neurologové již po desetiletí. Jde o vzácnou Creutzfeldt-Jakobovu chorobu. Není příliš známo, že k dalším jejím sestřenicím patří podle některých odborníků i Alzheimerova choroba. Tuto nejčastější demenci znají neurologové a psychiatři od počátku minulého století. *Nil novi sub sole. (Nic nového pod sluncem).*

Blížíme se světové špičce

Jeden neurolog v ambulantní péči připadá na necelých deset tisíc obyvatel. Blížíme se „světové špičce“. Neurologická péče by tedy měla být dobře dostupná. **K neurologovi by měl pacienta doporučit praktický lékař nebo jiný ošetřující specialista. Do neurologické praxe se mohou pacienti vydat i bez doporučení.**

S nervy a se srdcem si není radno hrát...

*Doc. MUDr. Martin Bojar
přednosta Neurologické kliniky
2. lékařské fakulty a FN Motol*

EPILEPSIE V NĚMECKU

V zemi trpí touto nemocí asi 500 tisíc obyvatel, z toho je asi 200 tisíc dětí, tato čísla se v posledních letech příliš nemění.

Co je však málo pochopitelné, že stále ještě asi každý pátý obyvatel považuje epilepsii za duševní nemoc a má chybné a dávno překonané názory na

tuto nemoc, která nemá s těmito pochybami nic společného. U každého 7. manželského páru to jde tak daleko, že rodiče zakazují svým dětem jakýkoliv kontakt svých dětí s těmi vrstevníky, kteří trpí epilepsií. To může na druhé straně vést k tomu, že rodiče epileptických dětí jejich nemoc tají v obavě, aby takto poškozené dítě nebylo vystaveno stresu z okolí a aby se tak mladí epileptici nedostali na okraj své dětské společnosti, ale ani tento postup není správný.

Děti s epilepsií se ve většině fází svého života nijak neliší od zdravých dětí, neboť jen v době záchvatu pracuje mozek epileptických dětí jinak než u zdravých

dětí. Epilepsie byla dříve označována jako „svatá nemoc“, jde o funkční poruchu, která přichází jako blesk z čistého nebe a není zpravidla dědičná. U takto nemocných dětí však přesto existuje „připravenost“ pro vznik záchvatu, mozek při svém stresu reaguje záchvatem.

K nejčastějším příčinám epilepsie patří předtím proběhlé úrazy hlavy či poškození mozku v období porodu. Nemoc sama může probíhat velmi rozmanitě a to v rozmezí lehkých forem, které lze sotva rozpoznat, až k dramatickým formám, které však jsou řídké.

(Einfälle, 20, 2001, č. 80,
s. 17.) VF

ZAJÍMAVOSTI

PŘI NERVOZITĚ VSAĎTE NA DOBROMYSL

Oregano neboli dobromysl patří mezi typická koření italské kuchyně – neobejde se bez něj pizza ani omáčky k těstovinám. V přírodním léčitelství se používá při nervozitě, menstruačních obtížích, nespavosti, bolestech hlavy a kloubů. Bylinka obsahuje různé éterické oleje, hořčiny, třísloviny a pryskyřice.

Pokud máte **problémy s usínáním**, vyzkoušejte před spaním teplou lázeň s odvarem dobromysli. Po 20 minutách koupele se lehce osušte a ulehněte na lůžko. Na polštář můžete položit ještě plátěný sáček naplněný oreganem, ze kterého se

budou uvolňovat vonné oleje, jejichž vdechování prohloubí spánek.



Nervozitu a napětí zklidní oreganová koupel: 10 lžic dobromysli zalijete 1 l studené vody, přivedte k varu a odstavte. Po čtvrthodince louhování přecedte do vany. Koupel by měla trvat jen 10 minut, pak už by totiž uspávala.

Čaj připravený z dobromysli uvolňuje **křeče v podbřišku**, proto je vhodný při menstruačních bolestech – na jeden šálek počítejte lžící oregana, zalijte vroucí vodou a 10 minut nechte odstát. Scedte a vypijte co nejteplejší. Podle potřeby můžete vypít až tři šálky v průběhu dne.

(Rytmus života č. 21/2002, s. 40) P. Kloud

U VODY A NA SLUNCI

Netrpělivé očekávání léta je spojeno s touhou po dovolené, vodě a slunci, jehož svit i teplo už tak nutně potřebujeme.

Sluneční světlo je stejně samozřejmou součástí našeho žití jako vzduch, který dýcháme, voda, kterou pijeme, i jako zem, po níž chodíme. Slunce má neobyčejnou moc i sílu: Je hlavním energetickým pramenem pro naši planetu, život na Zemi by bez něj nemohl existovat. Hřejivé paprsky však nejsou jen zdrojem života, mohou způsobit i jeho zkázu. Musíme se proto s nimi přátelít opatrně a raději s trochou nedůvěry...

Dovolená u vody

• Jaký jsme kožní fototyp

Reakce na oslunění není u každého člověka stejná. Sklon kůže ke zrudnutí a její schopnost ztmavnout rozděluje lidi do šesti fototypů, které zahrnují

všechny rasové odchylky projevující se hlavně odlišnou barvou kůže. Pro hodnocení bílé pokožky se uplatňují první čtyři z těchto fototypů.

• Co jsou sunscreensy

Jsou to látky, které chrání lidskou kůži před poškozením UV zářením. Lze je používat ve formě gelů, roztoků, krémů i rtěnek a účinnost každého z nich je charakterizována ochranným faktorem (SPF). Čím je číslo faktoru vyšší (sděluje přibližné násobky „bezpečné“ doby pobytu na slunci), tím účinnější je jeho působení. Při koupání je vhodné používat vodě odolné přípravky.

• Jak správně používat ochranné opalovací prostředky

Pro lidi s nízkým fototypem a zvýšenou citlivostí na UV záření by každodenní ochrana těmito prostředky měla



být přímo návykem. Zabrání akutnímu spálení pokožky a jejímu předčasnému stárnutí. I děti je třeba bránit před negativními vlivy slunce. Kojence od šesti měsíců bychom vůbec neměli vystavovat přímému záření, batolata do dvou let by měla být na sluníčku oblečena. Polední slunce je pro ně velmi škodlivé. Svě starší děti by rodiče při pobytu u vody měli ochraňovat vysokým faktorem (10–15). Vhodné je i použití slunečních brýlí (rovněž s ochranným faktorem).

• Podle čeho volit ochranný opalovací prostředek

Podle druhu činnosti a předpokládané doby pobytu na slunci. Čím déle chceme být vystaveni přímému slunci, tím vyšší ochranný faktor (SPF) si vybereme. Jeho první vrstvu nanese na pokožku velice pečlivě, pak totéž učiníme ještě dvakrát.

Pravda není, že:

- S vyšším ochranným faktorem se neopálíme. (Naopak! Vyšší hodnota SPF zabráni poškození kůže a opálení nám tak déle vydrží.)
- Má-li už naše tělo „správnou letní barvu“, není třeba šetřit je před slunečními paprsky. (Mějme se rádi a dá si dopřejme ochranné opalovací prostředky.)
- S vyšším ochranným faktorem můžeme být na přímém slunci i mezi 12. až 15. hodinou (Chyba! Polední slunce je agresivní a velice škodlivé!)
- Při výběru ochranného opalovacího prostředku rozhoduje náš fototyp a citlivost pokožky. (Je nutné brát v úvahu

lokalitu, kde se budete opalovat, hlavně její nadmořskou výšku. Pozor na sluneční paprsky na horách!)

- Po celou dobu pobytu u vody se před negativními vlivy slunce chráníme stejně. (Špatně! V prvních dnech je třeba použít přípravků s vysokým SPF a opalovat se postupně. O něco později přizpůsobíme výšku faktoru a dobu pobytu na slunci svému fototypu a citlivosti kůže.)
- Ve stínu nás slunce neohrozí. (Omyl! Vodní plocha umí dobře odrážet sluneční paprsky, které si nás najdou i pod střechou slunečníku.)

Léto přijde co nevidět, dovolená se blíží. Někoho z nás drží při síle představa moře, jiného vidina jízdy na lodi po řece, další sní o plném košíku hub ale také o nahozené udici s rybou zaseknutou na konci. Voda k dovolené patří. I slunce. Užijme si obojí s radostí, ale i s rozvahou.

*(Zdraví r. 50 6/2002 s. 28–29)
Magdalena Propperová*

ČVACHTANDO GRANDO

Hrstka rad pro bezpečné a pohodové koupání s dítětem

- **Zvykejte dítě na vodu postupně!** Ne každé pocítí k ráchání a potápění hned napoprvé neodolatelnou náklonnost. Opatrnějším dětem mnohdy nahání strach velikost koupaliště nebo bazénu. Vadí jim voda v nose a v očích, bojí se jiných dětí, které okolo sebe divoce cákají. V malém bazénku pro neplavce – voda by neměla sahat výše než po pás –

zahrajte si s ním „na vodníka“ (dítě se nadechne, potopí a s hlasitým bubláním vypouští z pusu vzduchové bubliny), „na parník“ (běží vodou a rukama se přitom po obou stranách odstrkuje), na „Lístek na hladině“ (splývání, břicho může být podepřeno plovací deskou) nebo „na delfína“ (dítě vyskočí do výšky, při dopadu se potopí, rukama se dotkne dna a zase se rychle postaví).

• **Nechodte do vody s úplně prázdným ani s plným žaludkem!** Hladové dítě má málo síly a snadno prochladne. Bezprostředně po jídle je zas jeho organismus příliš zaměstnaný trávením a nemůže se starat o vyrovnání teplotních rozdílů ve vodě. Odpočinek by měl trvat po vydatném jídle asi hodinu. Pokud ovšem dítě snědlo plátek melounu nebo dvě sušenky, jeho tělo tím nijak zvlášt nezatíží.

• **Promodralé rty a nehty jsou znakem počínajícího prochlazení!** Takže nic nedbejte na protesty a rychle z vody ven. Nenechávejte uschnout plavky na těle – riskujete tím zánět močového měchýře a u děvčátek vaječníků. Ať se důkladně vydrbe ručníkem, převlékne do suchého a proheje na sluníčku.



• **Pamatujte na to, že u vody jedí děti za dva!** Plavání a hry ve vodě patří k poměrně namáhavým činnostem. Velké množství kalorií ovšem vaše dítě spotřebuje také na to, aby si v chladné vodě udrželo svoji tělesnou teplotu. Zásobte je tedy dostatkem lehké a pestré stravy, která se rychle nekazí (žádné saláty s majonézou), a také nápoji bez bublinek. Při opravdu velké námaze (intenzivní plavání ve vlnách) nebude na škodu vzít s sebou krabičku bonbónů s hroznovým cukrem.

• **Nafukovací kruh nebo lehátko jsou jenom hračky!**

• **I pro piráty platí maminčiny vodní zákony!** Máte-li doma drsného námořníka, který se potápí jako delfín, skáče šipkou, na mělčině ho ani neudržíte, přesto musí dodržovat dohodnutá pravidla. Vysvětlete mu, že jejich porušování bude mít za následek odchod domů (že jde o jeho bezpečnost, to by nebral vážně). A jak zákony zní? **NIKDY NESKÁKEJ DO NEZNÁMÉ VODY, NEPLAV ZA BÓJE, VYHÝBEJ SE NEBEZPEČNÝM MÍSTŮM** (přístaviště lodí, splavy a jezy, zdymadla, mostní pilíře), **VŠUDE SE POHYBUJ VE DVOU** (s kamarádem), **NEVOLEJ ŽERTEM O POMOC.**

• **Vezměte s sebou nějakou zábavu!** Udržet vyčerpané a promodralé dítě alespoň půl hodiny v teple a v klidu na dece nemusí být jednoduché. Myslete na to už doma a vybavte se napínavou knížkou, balíčkem karet, walkmanem, dětskými časopisy. Jen ne příliš těžké

čtívo (nebo dokonce učení) ani hry náročné na myšlení.

• **Nepodceňujte ochranu proti UV – záření!** Dětská pokožka je tenčí a citlivější než pokožka „dospělá“, její vnitřní ochranný systém navíc není ještě naplno rozvinutý. Přípravek je potřeba rozetřít po pokožce alespoň 20 minut předtím, než vyjdeme na slunce. Mějte na paměti, že sebeodolnější krém nevydrží vykoupaní a usušení – pokaždé je nutné ochrannou vrstvu obnovit. Stejně důležitá jako opalovací krém je i pokrývka hlavy – čím širší bude krempa kloboučku nebo kšilt, tím lépe. Miminka mladší než jeden rok na přímé sluníčko nepatří vůbec.

(PULS, červen 2002, s. 62)

Eva Jedelská

HURÁ, JEDEME DO TROPŮ!

Radost z exotické dovolené může zkažit nejenom obyčejný průjem ale také malárie.

Máte už naplánovanou dovolenou? Rozhodli jste se pro některou z lákavých krajin Afriky, Asie nebo Jižní Ameriky? Je důležité, abyste se na dovolenou nepřipravovali jenom studiem katalogů turistických průvodců! „Každý cestovatel, který vyjíždí do některé z exotických zemí, by měl svoji cestu konzultovat v očkovacím středisku minimálně čtyři až šest týdnů před odjezdem,“ říká MUDr. Věra Paulů z očkovacího centra Hygienické stanice Hlavního města Prahy. Tam byste měli společně s odborníky posoudit rizika

země, do které jedete, a podrobit se doporučenému nebo povinnému očkování. Zároveň vám zde poskytnou i praktické informace o místě vaší dovolené – například o dostupnosti pitné vody, nezávadnosti místní stravy, kvalitě vody nebo ubytování a v neposlední řadě i o tom, jaké jsou v místě zdravotnické služby a kolik zhruba stojí.

Je to nutné?

Očkování před delším pobytem v zahraničí se v současnosti dělí na doporučené a povinné. To druhé se vztahuje jen na žlutou zimnici při cestě do některých zemí rovníkové Afriky a Jižní Ameriky. Jenomže při pobytu v té které se také můžete zranit a musíte se nechat ošetřit v místním zařízení. Je proto dobré nechat se také očkovat proti hepatitidě B, která se může přenést nesterilními nástroji ve zdravotnickém zařízení. Očkováním proti břišnímu tyfu se zase doporučuje pro místa se zhoršenými hygienickými podmínkami. Proti malárii, která je také velice častým rizikem, sice není žádná vakcína, ale máte možnost vybavit se léky, které by vás měly před ní ochránit.

Nepodceňujte riziko

„Od roku 1999 se počet turistů, kteří si z dovolené přivezli např. malárii, zvyšuje – minulý rok jich bylo už 26. Zdá se, že možnost nákazy touto, ale i dalšími nemocemi se stále značně podceňuje,“ říká doc. MUDr. Jiří Vaništa, CSc., z Infekční kliniky v nemocnici Na Bulovce a vypravuje příběh třicetiletého Jana, kterému se splnil životní sen. Jako

turista strávil v africké Ghaně pět týdnů. Procestoval celou zemi a aby zážitek z divočiny byl dokonalý, navíc stanoval v travnaté savaně. Jenomže nepoužíval žádné repelenty ani moskytiéru, a tak ho občas poštipali komáři. Jako prevenci sice použil homeopatikum, ale nestačilo. Desátý den po návratu z krásné dovolené se objevily horečky... Za několik dní byl hospitalizován na Bulovce s diagnózou malárie. I takhle nešťastně může skončit exotická dovolená. Jenomže většině podobných případů se dá podle profesora Vaništy zabránit očkováním, léky a samozřejmě opatrností.

Co by měl každý cestovatel vědět:

- Největšímu riziku jsou vystaveny děti a těhotné ženy
- Velice opatrní by měli být lidé starší a chronicky nemocní
- Před odjezdem nezapomeňte navštívit svého zubaře
- Vaše cestovní doklady by měly obsahovat i mezinárodní očkovací průkaz
- Počítejte předem s reakcí organismu na klimatické změny

- Na ostré slunce si zvykejte postupně a chraňte se brýlemi, pokrývkou hlavy a krémy s UV filtrem
- Při koupání dávejte pozor na kvalitu vody – nebezpečné mohou být především pomalu tekoucí řeky, kanály a rybníky
- Vyvarujte se kontaktu s neznámými zvířaty
- Při stravování dodržujte základní pravidlo: „Převař to, upeč to, oloupej to nebo to nech být! “

Na co nesmíme zapomenout:

- Na dobré cestovní a zdravotní pojištění
- Na lékárníčku, jejíž obsah konzultujte s lékařem – měla by obsahovat kromě základních pomůcek léky na horečku, průjem a bolesti, některá antibiotika, antimalarika, oční kapky, prostředky na dezinfekci vody, případně rehydratační roztok na doplnění tekutin
- Často jsou nezbytné také repelenty a různé insekticidní prostředky proti hmyzu.

(Zdraví č. 506/2002 s. 26–27)

Ivana Dulková

Z CIZINY

MŮJ PŘÍBĚH: CHAY OSLER

Narodil jsem se 2. února 1985. O jedenáct let později jsem měl první grandmal epileptický záchvat v životě. V naší rodině se nikdy žádný epileptický záchvat neobjevil, proto mne má epilepsie o to více zaskočila.

V roce 1995 jsem si začal stěžovat na problémy s krátkodobou pamětí a se zá-

vratěmi. Proto jsem navštívil lékaře, kterého v té době nenapadlo, že bych mohl mít epilepsii. Pamatuji si, jak jsem od něho odcházel s pláčem hlavně proto, že jsem si nedovedl vysvětlit z čeho mé zdravotní problémy vycházejí. Tolik mne to trápilo. Nebyl jsem si schopen zapamatovat, co jsme ten den probírali ve škole. Bylo to chvíli před tím, než se

objevil můj první epileptický záchvat. Věděl jsem, že pší domácí úkol a pak jsem se probral až v nemocnici. Během následujících pěti let jsem vyzkoušel snad všechna antikonvulziva, která jsem vyzkoušet mohl. Každé z nich mělo odlišný efekt. Mé záchvaty vypadaly pokaždé jinak, jednou jsem měl absence, podruhé zase tonicko-klonické záchvaty. Ačkoliv šlo o různé záchvaty, byl jsem pokaždé unavený, ospalý a bolela mne hlava. Užíval jsem medikaci, při které jsem měl záchvaty velmi zřídka, ale musel jsem ji přestat užívat, jelikož jsem ve škole v průběhu vyučování stále usínal. Měl jsem to štěstí, že má maminka přestala pracovat a znovu se mnou doma probírala vše, co jsem si měl pamatovat ze školy. Zdálo se, že jsem stále jen spal.

Také jsem prodělal medikaci, při které jsem ztratil chuť k jídlu. Při jakékoliv zmínce o jídle se mi udělalo nevoľno. Doma musely být dveře od kuchyně v době vaření zavřené, jinak bych se pozvracel. Ve škole bylo nemožné navštěvovat školní jídelnu. Pokaždé, když jsem se k ní přiblížil, musel jsem okamžitě utíkat pryč. Hodně jsem zhubnul a bylo pochopitelné, že jsem danou medikaci nemohl dále užívat.

V té době mi byl doporučen další odborný lékař v jiné nemocnici. Po vyšetření

mi byl diagnostikován jeden syndrom z forem autismu. Konečně jsem porozuměl, proč jsem byl odlišný od ostatních dětí. Bohužel to však neznamenal žádné změny přístupu školy ke mně. Ani ve směru zdravotního zabezpečení. Bylo mi pouze řečeno, že v případě záchvatu budu z hodiny uvolněn. Momentálně jsem však žádné problémy s učením neměl a pokud bych si chtěl odpočinout, jak se domnívali, udělal bych to o přestávce. Moc mne mrzelo, že si mysleli, že „chodím za školu“. Sestřičky z nemocnice proto navštívily školu a vysvětlily, že mé záchvaty jsou opravdu nefalšované.

Po několika špatných letech mi byly léky znovu překombinovány. Ve škole jsem byl velmi smutný, byl jsem ponižovaný a v návaznosti na to se záchvaty začaly objevovat častěji. V listopadu 2000 jsem měl záchvaty tak často, že ze školy zavolali mamince, která si pro mne musela přijet a poprosili jí, abych do školy přišel až záchvaty mít nebudu.



Tímto jsem byl neoficiálně vyřazen ze školní docházky. Přestože jsem užíval dávky vhodné pro mou tělesnou váhu, nebylo nadále možné abych znovu začal chodit do školy. V průběhu vánočních prázdnin jsem byl hospitalizován a začala mnou nazvaná bitva s léky. Byl jsem naprosto zmatený. Téměř jsem nerozpoznal rozdíl mezi skutečností, snem či pořadem v televizi. Léky zasáhly i mou paměť. Po vánočních prázdninách mne teta vezla do školy abych si zde vyzvedl nějaké úkoly. Ačkoliv jsem cestu bezpečně znal, nebyl jsem schopen si na ní vzpomenout. Udal jsem tetě zcela špatný směr. Rozpoznal jsem, že začínám mít halucinace. Viděl jsem muže na koni jezdícího po kuchyni a v uších jsem slyšel zpěv.

Jednoho dne za mnou přišla Sylvie, dívka ze sousedství, která na mne dávala pozor a našla mne ležícího na zemi. Zjistila, že na ní nereaguji a okamžitě zavolala lékaře. Byl jsem převezen do nemocnice, kde jsem se setkal i se svou maminkou, o jejíž přítomnosti jsem stejně tak, jako o přítomnosti všech ostatních několik hodin nevěděl.

Když jsem se probral, nevěděl jsem, kde jsem a proč mám v ruce zapíchnuté jehly, o kterých jsem si myslel, že jsou had. Někdo mne štípnul, aby zjistil, zda reaguji, ale až do odchodu z nemocnice jsem nic necítil. Na radu mého ošetřujícího lékaře, který mne přišel později navštívit, jsem znovu začal chodit do školy, protože mnou užívaná medikace byla zredukována. Na moment jsem se cítil lépe a zlepšila se mi i výslovnost. Nedlouho po tom, kdy

jsem znovu začal chodit do školy se záchvaty opět objevily a já byl opakovaně vyřazen ze školní docházky.

Abych zkrátil svůj příběh: musel jsem jít opět do nemocnice na vyšetření. Znovu jsem nereagoval na lékaře, který na mne mluvil. Bylo rozhodnuto, že mé záchvaty nejsou epileptického rázu, ale jsou vyvolány stresem a mají souvislost s již uvedeným syndromem, ale hlavně bych zanedlouho měl přestat užívat léky.

V dubnu tohoto roku jsem přestal užívat všechnu medikaci. Začal jsem chodit do školy, kde kvůli mně zaměstnali sestřičku, která by mi v případě nevolnosti pomohla. Mělo to své stinné stránky, ale alespoň mne ostatní přestali šikanovat.

Přestože mám čas od času malý záchvat, cítím se po všech stránkách o mnoho lépe. Dokonce jsem začal přibírat na váze. Přestože si myslím, že jsem vyzkoušel téměř všechna antikonvulziva, neobviňuji lékaře z ničeho, jelikož nemohli tušit, že mi žádné z nich nepomůže a navíc je to pro mne již minulost. Už nechodím do školy, ze které mne vyřadili a doufám, že budu moci šestý stupeň povinné školní docházky opakovat na jiné škole.

Můj boj s epilepsií se změnil v boj se syndromem, o kterém se ví zdaleka méně, než o epilepsii. Bohužel nemohu používat žádné léky, které by můj zdravotní stav zlepšovaly, ale obecně mohu říci, že je ze mne konečně „celý člověk“.

*(Epilepsy Today,
č. 57, 2001s. 8–10) AS*



Společnost „E“, Novodvorská 994, 142 21 Praha 4

Přihlašuji se za člena Společnosti „E“

Jméno a příjmení:

Rodné číslo:

Adresa bydliště:

Telefonické spojení:

Zatrhňte, prosím, co se Vás týká

- mám epilepsii
- zastupuji dítě s epilepsií

Jméno a příjmení dítěte:

Rodné číslo dítěte:

- zabývám se epilepsií jako profesionál
- mám o tuto problematiku zájem

.....
datum a podpis

Pomoc hledám zejména v:

Mohu pomoci zejména:

- při organizování akcí „E“ v místě bydliště
- jako vedoucí na dětských táborech „E“
- práce pro časopis AURA
- přepisy, vlastní tvorba, vyhledávání zajímavých textů z různých zdrojů, překlady, kontakty s poradnami...
- při organizaci různých aktivit lidí s epilepsií (v místě bydliště)
- využitím mé profese či hobby:
- roznášením tiskovin Společnosti „E“
- jinak:

Obratťte!

VÁŽENÁ PANÍ, VÁŽENÝ PANE, DRAZÍ PŘÁTELÉ,

dovolujeme si Vás oslovit v souvislosti s touto přihláškou do Společnosti „E“ proto, abychom Vám vysvětlili, proč Vám nabízíme členství ve Společnosti „E“.

Jedná se o zájmové sdružení nemocných s epilepsií, rodičů dětí trpících touto nemocí a přátel, kteří si uvědomují vážnost této nemoci. Společnost organizuje různé aktivity zaměřené na osoby postižené touto chorobou, ale také jedná s různými institucemi o státních dotacích, sociálních dávkách a vládních programech pro nemocné s epilepsií; dále má možnost jednat jménem pacientů s touto chorobou o úhradách léků nebo zdravotních pomůcek se zdravotními pojišťovnami.

Dnes má Společnost „E“ v celé republice pouhých 800 registrovaných členů. Ovšem podle statistických údajů je v celé republice kolem 100 tisíc občanů, kteří trpí epilepsií. Z toho je jasné, že pokud vyjednává Společnost „E“ s institucemi, vypadá to, že hovoří jménem velmi malé skupinky obyvatelstva. Pokud by se podařilo dosáhnout alespoň 50 tisíc členů, bude hlas našeho sdružení mnohem silnější, a proto Vás žádáme, abyste odhodili ostych a zaregistrovali se, protože máte svá práva, za která je potřeba bojovat. Dalším důvodem je také to, že chceme ukázat zdravému zbytku populace, že lidé trpící epilepsií se nemusí za nic stydět, protože jsme lidé jako ostatní a naše nemoc není nic, čeho by se společnost měla bát; naopak mezi epileptiky je nemálo lidí, kteří posouvají naši společnost vpřed.

Co od Vás Společnost „E“ požaduje? Vlastně jen tolik, kolik chcete této společnosti dát. To naprosté minimum je členství v našem sdružení, pokud se cítíte tak silní, že jste schopni pomoci společným zájmům, tak je to jenom dobře a jistě budete vstřícně přivítáni. Pokud chcete využívat Společnost „E“, pak jsme zde pro Vás. Pokud chcete být jen „tichými společníky“, nic Vás nenutí k nějaké aktivitě, buďte jimi.

Co je potřeba udělat pro členství ve Společnosti „E“? Vyplnit tuto přihlášku a odevzdat ji svému ošetřujícímu neurologovi nebo ji pošlete na adresu pražské centrály Společnosti „E“.

Společnost „E“

KLUBY A PORADNY

PORADNY

NSP NA HOMOLCE

Epileptologická: Na Homolce, neurologie, Roentgenova 2, 151 19 Praha 5, tel. 02/5727 2634. **Epileptochirurgická:** prim. MUDr. M. Kalina, MUDr. Z. Vojtěch, adresa a telefon dtto

PORADNA PRO EPILEPTOCHIRURGII A NEUROCHIRURGII (DĚTÍ A DOSPĚLÝCH)

MUDr. B. Živný. NeuroCentrum Praha, Stamicova 21, 162 00 Praha 6, tel. 02/330 18 216 (konzultace), tel. 02/330 18 216 (objednání st–pá dopoledne. Mobil 0603/740 167. E-mail: ambulance@neurochirurgie.cz.

EPILEPTOLOGICKÁ – DĚTI A DOROST

FTN v Praze 4 – Krčí, Vídeňská ul. 800, pavilon U, MUDr. J. Dolanský, prim. MUDr. J. Hadač, tel. 02/6108 2412. Také dětská psychologie.

EPILEPTOLOGICKÁ

MUDr. Evžen Nešpor, tel. 02/2496 5051, Kateřinská 30, Praha 2

NEUROLOGICKÁ PORADNA PRO ŽENY S EPILEPSIÍ

as. MUDr. Jana Zárubová (Čechy), Thomayerova FN, Vídeňská 800, Pavilon B2, tel. 02/6108 2375. E-mail: zarubova@ftn.cz.

MUDr. Robert Kuba (Morava), I. Neurologická klinika, Fakultní nemocnice U svaté Anny, Pekařská 53, 656 91 Brno, tel.: 05/4318 2658, 4318 2674, E-mail: robert.kuba@fnusa.cz

PRO RODINY DĚTÍ S EPILEPSIÍ (1 MĚSÍC – 18 LET)

Problematika atypických záchvatů – neepileptické záchvaty a poruchy chování (video-EEG), JIME, léčba nezládnutelných

epilepsií, léčba ketogenní dietou, konzultace o vhodnosti chirurgické léčby, neuropsychologické vyšetření (EEPSY program), sociální a genetické poradenství. DNK 2 UK, FNM, doc. MUDr. V. Komárek, přednosta kliniky dětské neurologie FN Motol, tel. 02/2443 3300, V úvalu 84, 150 00 Praha 5, fax/zázn.: 02/2443 3322 (po, út, čt – nutno se objednat).

ZÁCHVATOVÁ ONEMOCNĚNÍ, FARMAKOREZISTENTNÍ EPILEPSIE, EPILEPTOCHIRURGIE

Prim. MUDr. J. Hovorka, CSc., MUDr. T. Nežádal, MUDr. E. Herman, neurologie, neuropsychiatrická problematika u epilepsie, Nemocnice Na Františku, Praha 1. Po (9–11), St (9–12). Tel. 02/2481 0502, linka 225 a 277.

CENTRUM PRO EPILEPSIE BRNO

1. neurologická klinika LF MU FN U sv. Anny, Pekařská 53, 656 91, www.med.muni.cz/1neuroI. Komplexní péče o epileptické pacienty, především o problematické případy (protizáchvatová poradna, EEG laboratoř s videoEEG monitorováním, epileptologická lůžka, diagnostika, farmakoterapie, chirurgická terapie). Kontakt: as. MUDr. M. Brázdil, Ph. D. 05/4318 2639 mbrazd@med.muni.cz, MUDr. R. Kuba 05/4318 2674 mail: robert.kuba@fnusa.cz, MUDr. Irena Novotná, 05/4318 2632, mail:irnovotna@post.cz

GENETICKÁ PORADNA

MUDr. J. Židovská, CSc. Dětská klinika 1. LF UK a VFN, Ke Karlovu 2, Praha 2, budova A, 2 patro, tel.: 02/24967171, 7175.

EPILEPTOLOGICKÁ PORADNA PRO DĚTI A DOROST

Prim. MUDr. M. Kunčíková, FNŠP-DNK Ostrava-Poruba, 17. listopadu 1790, tel. 069/698 3610.

GYNEKOLOGICKÁ PRO ŽENY S EPILEPSIÍ

MUDr. J. Petránek, Újezd 39, 118 00 Praha 1, tel.: 02/57 31 65 52

PŘÁVNÍ PORADNA

JUDr. M. Kaňka, Společnost „E“, tel./fax: 02/4404 1557

EPILEPTOLOGICKÁ – DĚTI A DOROST

Nezvládnutelné epilepsie, moderní i ne-tradiční terapie, možnosti operační léčby. Přednosta doc. MUDr. R. Šlapal, CSc., prim. MUDr. Hana Ošlejšková, MUDr. J. Kučerová. Klinika dětské neurologie, DN JGM, Černopolní 9, 662 63 Brno. Nutno se objednat na tel.: 05/45122917

KLUB „E“ A KONTAKTY

KLUB „E“ PRAHA

Kamenická 46, Praha 7, klubovna sociálně ošetrovatelského centra. Jana Fialová, tel. 02/222 43 889, e-mail: fialovajana@hotmail.com

KLUB „E“ BRNO

Každý 3. čtvrtek od 16.00 hod. schůzky – Kounicova 43. Vycházky, plavání, keramika. M. Davidová, Černého 36, 635 00 Brno, tel.: 05/4621 2122.

KLUB „E“ KARLOVY VARY

Plavání pro děti s epilepsií. Kontakt: MUDr. I. Heineková, Krymská 2a, tel.: 017/323 0885

KLUB „E“

Jaroslava Bínová, Polní Chrčice 12, 280 02 Kolín, tel. 0606 38 29 74

KLUB „E“

Mgr. Zachariášová, Českých Bratří 13388, Rychnov nad Kněžnou, tel. 0445/533 978

KLUB „E“ TÁBOR

J. Tesařová, Havanská 2811/33, 390 05 Tábor, tel.: 0361/264 192

ZLÍN-kontakt a poradna

Eva Šebelová, Trávníky 1181, 756 02 Otrokovice, tel.: 067/79 33 421

KONTAKTY

BÍLINA (Teplicko) – M. Zámotná, ČSLA 476/1, 418 01 Bílina, tel.: 0417/925 956

FRÝDEK-MÍSTEK – Kavkova 648, 738 01 Frýdek-Místek(ČČK), každou poslední středu v měsíci od 15.00 hod., J. Sochorová.

JINDŘICHOHRADECKO – P. Frühauf, Pivovarská 350, 378 53 Strmilov, tel.: 0331/3922 95

KLADENSKO – D. Ranftlová, ul. 9. května 199/8 bl. H, 273 03 Stochov

KROMĚŘÍŽ – Středisko výchovné péče, Husovo nám., 767 01 Kroměříž, pí. Butulová, Viceníková, tel.: 0634/333 333

LIBREC – D. Šlechtová, RC Energy, Riegrova 1279/20, 460 01 Liberec 1, tel.: 0602-295 795

OLOMOUC – J. Šufanová, Trnkova 23, 779 00 Olomouc 9, a MUDr. I. Gronský, E-centrum, CKI Dolní nám. 33, tel.: 068/522 37 37

SNĚŽNÉ NA MORAVĚ – Bukáčková Eva, Sněžné na Moravě 162

SVĚTLÁ NAD SÁZAVOU – Bc. E. Kořínková, Nádražní 1000, 582 91 Světlá nad Sázavou, 0451/513 42

TŘEMOŠNICE – L. Pumerová, Družstevní 312, 538 43 Třemošnice, tel.: 0455/915 39

VRCHLABSKO – J. Bajerová, D. Kalná 133, tel.: 0438/448 115

ZNOJMO – L. Kuncová, 671 27 Hrádek 71

ŽACLĚŘ – Eva Musilová, Dělnická 467 B, 542 01 Žacléř

NAŠE TVORBA

PRANOSTIKY NA ČERVEN

*„ PRVNÍ ČERVNA“
DEN SE KRÁSNĚ SKLÁNÍ,
NESA LIDEM ROČNÍ POŽEHNÁNÍ.*

*SVATÝ „JAN“ CO KŘESTÍ,
ČTYŘICET DNÍ VĚŠTÍ.*

*PRO DĚŠŤ NA DEN „LADISLAVA“,
DLOUHÝM MOKREM BOLÍ HLAVA.*

*JAK SE V „ ČERVNU“ MĚSÍC PLNÍ,
NÁHLÝCH BOUŘEK MOC SE VLNÍ.*

Katka Mikulová



AURA – informace o epilepsii

Vychází 12x ročně • Náklad 1400 výtisků • Vydavatel a redakce: Společnost „E“
(Czech Epilepsy Association), Novodvorská 994, 142 21 Praha 4 •
číslo účtu: 1922992389/0800 • tel/fax: 02/440 415 57 • E-mail: cea@volny.cz •
šéfredaktorka: Pavla Vydrová: 05/4621 2394, 0737/160 324, e-mail:
Pavla.Vydrova@seznam.cz • Lýskova 5, 635 00 Brno • <http://www.epilepsie.ecn.cz>
• Příspěvky nejsou honorovány a nevracejí se • Závěrka čísla 117: 20. července 2002
• Tisková předloha: Vladimír Ludva • Tisk: VOŠTĚP, s. r. o. Brno



GlaxoSmithKline