

# AURA



INFORMACE O EPILEPSII



**ZE SPOLEČNOSTI „E“**  
Freedom in Mind

**Z JINÝCH OBČANSKÝCH SDRUŽENÍ**  
Agentury, které pomáhají najít práci tělesně  
a zdravotně postiženým!

**ODBORNÉ ČLÁNKY**  
Fotosenzitivita



*“Život je naším  
životním posláním”*

## Redakční sloupek

Průvodce unaveného pacienta českým zdravotnictvím aneb Jak na to . . . . . 4

## Ze Společnosti „E“

Freedom in Mind . . . . . 4

Konference o epilepsii . . . . . 5

Odborný rekvalifikační kurz asistentké péče o nemocné epilepsií . . . . . 5

Kurz anglického jazyka . . . . . 6

Klub „E“ Praha . . . . . 6

Činnost Klubu Brno . . . . . 6

Setkání v Českých Budějovicích . . . . . 8

## Dopisy čtenářů

Výlet do plzeňské ZOO aneb dvě akce v jeden den . . . . . 8

## Z jiných občanských sdružení

Agentury, které pomáhají najít práci tělesně a zdravotně postiženým! . . . . . 11

Nové Centrum pracovní rehabilitace . . . . . 14

## Právní poradna

Finanční situace lidí, kteří musí dodržovat dietu ze zdravotních důvodů, selepší . . . . . 16

## Odborné články

Otázky o epilepsii . . . . . 17

Fotosenzitivita . . . . . 20

## Z domova

Zdolávat překážky v přírodě je hra a dobrodružství . . . . . 26

## Zajímavosti

Navštivte některý z těchto zámků . . . . . 28

## Kluby a poradny


30

## ÚŘEDNÍ HODINY KANCELÁŘE SPOLEČNOSTI „E“

Středa 8–15.30 hod.

Návštěvy nutné telefonicky avizovat.

Čtvrtek 9–17.30 hod.

/fax: 241 722 136

Společnost „E“, Liškova 3, 142 00 Praha 4

# Redakční sloupek

## Průvodce unaveného pacienta českým zdravotnictvím aneb Jak na to

MUDr. Tomáš Julínek

### Jak by to mělo být

Pokud jste došli až k této kapitole a máte pocit, že se točíme v kruhu, musím vám dát částečně za pravdu. Pokusil jsem se vám ukázat, v čem tkví podstata problémů českého zdravotního systému, a věřte, že podobné problémy sužují naprostou většinu tzv. vyspělých států na celém světě. Není lehké je pojmenovat a už vůbec nelze vytvořit jakýsi seznam špatností, které se odstraní a všechno bude v pořádku. Systém zdravotní péče je společenství lidí, z nichž jedni by měli péči profesionálně dávat a druhí ji uvědoměle přijímat. Každé společenství musí fungovat podle daných pravidel. Experti na celém světě se shodují v tom, že dnešní pravidla už nevyhovují našim požadavkům. Důsledky jsou zřejmé – nemožnost zaplatit veškeré naše požadavky a pokřivení vztahu mezi doktory a pacienty.

Oni: „Ale vždyť sám přiznááš, že současný systém v některých nemocnicích funguje, tak o co ti jde?“

Já: „Máte pravdu, ale tam, kde funguje, je to zásluha jedinců ve vedení nemocnice, a ne systému. Právě proto se jednotlivé nemocnice tak výrazně liší, i když si to nepřipouštíme.“

Oni: „Taky je tady už teď spousta soukromých ordinací, kde s člověkem jednájí slušněji a ani nemusí vysedávat tak dlouho v čekárně! Už teď si můžeš vybrat, kam půjdeš, když ti něco je.“

Já: „Ale ti doktoři nemusí mít smlouvu právě s vaší pojišťovnou, takže si to zaplatíte pěkně natvrdo! Já přece mluvím o veřejném systému pro každého...“

Oni: „To je všechno pěkné, ale pořád nevíme, jak by to celé fungovalo?“

Takhle nějak probíhají rozhovory, které absolvuji téměř každý den. A podobně by asi probíhal i rozhovor s vámi, kdybychom se potkali. Tato publikace není mým návrhem reformy zdravotnictví – s tím se můžete seznámit jinde. Tady je mou jedinou snahou ukázat, co bychom vlastně měli chtít a jak by zdravotnictví mohlo vypadat kdyby...

## Ze Společnosti „E“

### ■ Vážení čtenáři,

Společnost „E“ je členem mezinárodní asociace IBE, která sdružuje organizace pomáhající lidem s epilepsií. Nedávno jsme byli IBE osloveni, aby-

chom se připojili do uměleckého projektu nazvaného „Freedom in Mind“, který vyzývá osoby s epilepsií z celého světa k vyjádření svých pocitů z toho, co pro Vás znamená osvobození od záchvatů a také sdělení Vašich cílů, nadějí a snů,

## Ze Společnosti „E“

kteří vkládáte do své budoucnosti. Lidé s epilepsií by nám měli zaslat své umělecké práce v jakékoli podobě - kreslené, malované, fotografické, počítačové grafice, poezii, audiozáznamy, videa, apod. Vybraná díla, která budou zahrnovat tuto myšlenku „Freedom in Mind Experiences“, budou vystavována na několika multimediálních výstavách, které by měly inspirovat další nemocné epilepsií, aby se svým ošetřujícím lékařem pracovali na dosažení bezzáchvatovosti.



Doufáme, že takováto akce bude výzvou pro efektivnější péči o nemocné epilepsií, která by měla oslovit lékaře i samotné nemocné.

Těm z Vás, kteří by měli zájem se do akce zapojit, zašleme přihlášky a formulář, který je třeba

k práci vyplnit. Budeme moc rádi, pokud se nám ozvete!

Společnost „E“, Liškova 3, 142 00 Praha 4, tel./fax: 241 722 136, e-mail:cea@volny.cz

### ■ Dne 26. září 2006 se bude v Národním muzeu v Praze opět konat Konference o epilepsii v rámci Národního dne epilepsie. Všichni jste srdečně zváni.

Program konference se bude týkat problematiky epilepsie- definice, diagnostika a léčba. Svě dotazy, které budete moci přednést přímo na konferenci, můžete předem zasílat na naši adresu Společnost „E“, Liškova 3, 142 00 Praha 4, tel.: 241 722 136. Měli bychom pak možnost cíleně zaměřit program konference.

*sekretariát*

### ■ Společnost „E“ opět pořádá Odborný rekvalifikační kurz asistentské péče o nemocné epilepsií – říjen 2006

Kurz je akreditován MŠMT ČR a účastníkům budou rozdána osvědčení. Obsáhne nezbytné odborné minimum z problematiky epilepsie. Přednášet budou přední epileptologové-neurologové a absolvent bude vybaven teoretickými i praktickými vědomostmi o projevech a zvláštěnostech epileptického onemocnění. Dále bude následovat praktické cvičení první pomoci s figurínami. Podrobné informace o odborné náplni kurzu, jeho rozsahu, termínu a místě konání budou sděleny na výše uvedeném telefonním čísle či adrese. Poplatek za kurz je 1000 Kč. Zájemci hlase se na sekretariát: Liškova 3, 142 00 Praha 4, tel./fax: 241 722 136, cea@volny.cz

*sekretariát*

## Ze Společnosti „E“

■ **Zájemci o kurz anglického jazyka ve stacionáři v Liškově ul, Praha 4, hlase se na sekretariát nejpozději do 15. 9. 2006.**

■ **Program ve stacionáři: během července a srpna je provoz stacionáře a pražského klubu omezen. Totéž platí i pro klubovou činnost v ostatních městech. Zájemci volejte na sekretariát či vedoucím klubů, kde Vám sdělíme termíny schůzek a dalších aktivit.**

### ■ **Klub „E“ Praha**

Programové schéma činnosti pražského klubu na rok 2006

#### **Scházíme se:**

- každý čtvrtek v měsíci od 15:20
- každou lichou středu v měsíci v tutéž hodinu.

#### **Náplň činnosti:**

Turnaje: čtvrtek – lichý týden v měsíci šipky, čtvrtek – sudý týden v měsíci stolní fotbal

Středa – pouze lichá: ruční práce – umělecké drátování pod vedením paní Jiřiny Fišerové, vyšívání, atd.

Víkendové výlety dle počasí a návrhu členů.

Průběžné návštěvy divadel a dalších kulturních akcí dle uvážení jednotlivých členů.

Více info. na tel. vedoucích klubu: p. Hora: 736 688 990, p. Derflová: 723 159 325, p. Váchová: 286 888 418.

### ■ **II. pololetí 2006 – činnost Klubu Brno**

ZÁŘÍ

Každé úterý v měsíci keramika 18.30–20.00 hod.

První úterý v měsíci schůzka 10.00–14.00 hod.: malba květináčů

První čtvrtek v měsíci plavání 17.00–18.00 hod.

Třetí čtvrtek v měsíci schůzka 10.00–19.00 hod.: pokračování kurzu na PC, jaké bylo léto, příprava výletů...

Třetí a čtvrtý víkend návštěva hradů a zámků.

ŘÍJEN

Každé úterý v měsíci keramika 18.30–20.00 hod.

První úterý v měsíci schůzka 10.00–14.00 hod.: kurz na PC, rukodělná činnost

První čtvrtek v měsíci plavání 17.00–18.00 hod.

Třetí čtvrtek v měsíci schůzka 10.00–19.00 hod.: kurz na PC, vyšívání, společenské hry...

První víkend – poslední podzimová plavba lodí po přehradě.

LISTOPAD

Každé úterý v měsíci keramika 18.30–20.00 hod.

První úterý v měsíci schůzka 10.00–14.00 hod.: společenské hry...

První čtvrtek v měsíci plavání 17.00–18.00 hod.

Třetí čtvrtek v měsíci schůzka 10.00–19.00 hod.:

výroba svící ubrouskovou technikou

**Slavnostní zakončení celoročního kurzu na PC.**

Účast na BVV – HOSPIMedica s doprovodným programem *PRO VÁŠ ÚSMĚV*.

PROSINEC

Každé úterý v měsíci keramika 18.30–20.00 hod.

První úterý v měsíci schůzka 10.00–14.00 hod.: příprava na vánoční besídku – balení dárečků

První čtvrtek v měsíci plavání 17.00–18.00 hod.

Třetí čtvrtek v měsíci schůzka 10.00–19.00 hod.: vánoční besídka s občerstvením a nadílkou

## ■ II. pololetí 2006 – klub dětí s epilepsií a kombinovaným postižením

### ZÁŘÍ

Každé úterý v měsíci keramika 17.00–18.00 hod.  
První čtvrtek v měsíci schůzka 15.00–18.00 hod.: stolní a pohybové hry

Třetí a čtvrtý víkend návštěva hradů a zámků s dospělými.

### ŘÍJEN

Každé úterý v měsíci keramika 17.00–18.00 hod.  
První čtvrtek v měsíci schůzka 15.00–18.00 hod.: malba keram. hlínou na lepenku, malba na sklo  
První víkend – plavba lodí s dospělými.

### LISTOPAD

Každé úterý v měsíci keramika 17.00–18.00 hod.  
První čtvrtek v měsíci schůzka 15.00–18.00 hod.: výroba ozdob a svíci ze včelího vosku

### PROSINEC

Každé úterý v měsíci keramika 17.00–18.00 hod.  
První čtvrtek v měsíci schůzka 15.00–18.00 hod.: Vánoční besídka – zpívání koled aj.

### ÚŘEDNÍ HODINY

První úterý v měsíci 10.30 – 12.30 hod.  
První čtvrtek v měsíci 15.30–17.30 hod.  
Třetí čtvrtek v měsíci 10.30–12.30 hod.  
**Schůzky se konají v klubovně na Kounicově č. 43, (na zvonku je napsáno ÚMČ BRNO)**  
KONTAKT: Milada Davidová tel.: 546 212 122, mob.: 777 260 619, e-mail: davidovamil@atlas.cz

## ■ Klub Ostrava – schůzky v roce 2006

Pozor! Změna termínu schůzek ze čtvrtka na úte-

rý, čas zůstává od 15:30. Každé 3. úterý v měsíci v prostorách Diecézní Charity ostravsko-opavské, Kratochvílova 3, Ostrava

**II. pololetí 2006:** T: 12. 9., 17. 10., 14. 11., 12. 12  
Kotakty: p. Kempný: 596 887 306, p. Legerski: legerski@seznam.cz, p. Barabášová: 604 817 464

Trpíte Vy nebo někdo Vám blízký epilepsií? Chtěli byste se seznámit s lidmi, kteří mají podobné problémy? Přijďte si popovídat a vyměnit zkušenosti na setkání ostravského klubu E! Příští schůzka se koná 13.6. v budově Diecézní charity ostravsko-opavské, Kratochvílova 3, Moravská Ostrava. Srdečně zve Petra Barabášová.

Mgr. Petra Barabášová, petra.barabasova@centrum.cz, tel. 604 817 464

## ■ Setkání na Liberecku

**Pokud byste se rádi setkali či pravidelně setkávali na Liberecku s někým, kdo má stejné potíže s epilepsií jako Vy či Vaši nejbližší, pak Vám nabízíme kontakt na pana Hrabánka z Liberce, který by Vás rád poznal a setkání zorganizoval! Nestyďte se a volejte na 603 985 239!**

*sekretariát*

## ■ INZERÁTY

Je mi 46/185. V dětství jsem prodělal obrnu. Jsem chodící, soběstačný, abstinent, nekuřák. Od 12 let bez epi. záchvatů. Bydlím v domku se zahradou v menším městě blízko Plzně. Rád zahradničím. Mezi moje další koníčky patří křížovky, houbaření, sběratelství, cestování, focení, esperanto. Rád bych poznal hodnou a upřímnou partnerku pro společnou cestu životem, která sama pečuje o 1–2 děti a chtěla by žít na venkově. Milan Krákora, 332 02 Starý Plzenec č. 543

## Ze Společnosti „E“

Jsem 41letá žena SŠ, mám slabou epilepsii (2–3 záchvaty do měsíce) a po životní krizi (,kterou jsem nezvládla) docházím do psych. amb.. Jsem solidní, tolerantní bez viditelné vady a hledám přítele (přítečkyni) na poznávací+pobytový zájezd do Egypta. Termín – podzim 2006. Nejraději z ostravska (není podmínkou). Pouze vážné nabídky: cestadoegypta@centrum.cz, nebo na adresu sekretariátu (viz níže).

Epileptička, 36 let, hledá kamaráda z Brna a okolí na doprovod za kulturou a přírodou. Případně

odpovědi zasílejte, prosím, na sekretariát našeho sdružení: Liškova 3, 142 00 Praha 4.

### ■ Setkání v Českých Budějovicích

Pokud Vám schází setkání s někým, kdo je stejně nemocný jako Vy či jste rodiče nemocného dítěte a chcete si vyměnit zkušenosti, volejte nám na sekretariát 241 722 136. Rádi Vám pomůžeme setkání zorganizovat. **Totěž nabízíme zájemcům z dalších měst.**

*sekretariát*

## Dopisy čtenářů

### Výlet do plzeňské ZOO aneb dvě akce v jeden den

V sobotu 13.května 2006 se za velkého přispění rodiny Fišerových uskutečnil celodenní výlet do Plzně, jehož hlavním programem byla návštěva místní zoologické zahrady a dinoparku. Sraz jsme si dali už v půl osmé ráno na stanici metra „C“ Opatov, stejně jako tomu bylo loni na podzim při naší výpravě do Slavkova za Napoleonem. Účastníci zájezdu dorazili v hojném počtu a kromě výše zmíněných Fišerových, jejichž cestovní kancelář nám zapůjčila všem dobře známý modrý autobus s nápisem Rybaření v Norsku, mezi nimi nechyběli Anička, Míša a Gabča Derflový, Alča a Katka Zajíčkovy, Pavel „Kolík“ Kolář, Jindra Skořepová, Jírka „Vláček“ Kratochvíl, Arny Hora, Jolča Růžičková a mnozí další. Někteří s sebou vzali i někoho ze svých neečáckých kamarádů či známých. Jedinou zbloudilou ovečkou, na kterou se muselo čekat téměř až do samotného odjezdu, se stal Štěpán Louda alias Koumes. Kamarád, který s ním

měl původně jet, totiž své rozhodnutí na poslední chvíli změnil, a tak ani nebylo divu, že Koumes málem dobiehal rozjíždějící se autobus. Nakonec všechno stihl a pohodlně se usadil vedle mne na místo, které jsem mu po celou dobu držela.

Cesta ubíhala velmi rychle. Jeli jsme přes Jižní spojku pražským okruhem až na Zličín, kde jsme se za nákupními centry napojili na plzeňskou dálnici D5. Během jízdy jsem chvílemi poslouchala své kapesní rádio a u toho mírně podřimovala, ovšem Koumes mne brzy dokázal přesvědčit, že by bylo daleko lepší a srandovnější bavit se s kamarády. No a co, tak to dospím doma, řekla jsem si a společně s Koumesem jsme si radši pustili jeho discmana a poslouchali ho oba dohromady, každý jedno sluchátko. Ale to už jsme se dostávali do města proslaveného typickým českým nápojem, pivem.

Řidič zastavil na parkovišti těsně u ZOO a my se mohli jeden po druhém vyhnout ven. Tam jsme utvořili dvojice (vzpomínka na základku, co?! :-)), aby nás mohli následně Zuzka s Arnym spočítat, jestli jsme všichni. Nikdo našťěstí nechyběl, a tak jsme si mezi sebou mohli rozdat vstupenky a jít dovnitř. Arny nám akorát řekl, že sraz je ve tři hodiny na parkovišti u autobusu. Bylo kolem půl jedenácté, takže jsme na prohlídku zoologické zahrady a dinoparku měli pěknou fúru času. Někdo se šel projít i do města, ale podstatná většina, mezi níž jsme byli i my s Koumesem, si vybrala ZOO, kde jsme se po dvou či vícečlenných skupinkách rozprchli na všechny světové strany. Mně dělal doprovod Koumes.

V zoologické jsme se setkali s mnoha rozmanitými zvířaty a zvířátky a zjistili spoustu zajímavých věcí. Víte například, že stejně jako ta pražská se i tahle může chlubit zvířátkem, v jehož chovu má prvenství? Zatímco synonymem pražské ZOO v Tróji byl, je a bude kůň Převalského, její plzeňská obdoba je velice pyšná na své lemury. Dokonce i tamní obchůdek se suvenýry získal příznačně název U Lemura a tyto nádherné a dost

roztomilé opičky se tu návštěvníkům předvádí v celé své lemuří kráse. Také jsme tam byli, ale k tomu se ještě dostaneme.

Blížilo se poledne a mně i Koumesovi začala pomalu kručet bříška, tak jsme neváhali a navštívili místní bistro krátce poté, co jsme si prohlédli výše zmíněný suvenýrový krámeček. Tam jsme potkali Jáju a Vojtu Fišerovy společně s jejich maminkou Jiřinou, jak právě obědvají, a přisedli jsme si k nim ihned poté, co jsme si objednali každý porci smaženého sýra s hranolky a tatarskou. Po společném obědě se naše skupinky rozešly a zatímco Fišerovi zůstali v dolní části zahrady, naše kroky vedly do dinoparku, na nějž jsme se dost těšili. Po malé procházce mezi sochami různých dinosaurů a brontosaurů v životní velikosti jsme se rozhodli shlédnout krátký film o těchto prehistorických obludách za pomoci speciálních brýlí s 3D efektem, jaké lze využít například v pražském 3D kině Oskar IMAX. Představení trvalo kolem deseti minut a bylo tak realistické, že jsem se i trochu bála, aby na mne některá z příšer nezaútočila. To se ale našťěstí nestalo. I v dinoparku byl krámeček se specifickými suvenýry,

# www.epilepsie.cz

## Vaše poradna

webové stránky sponzoruje



**sanofi aventis**

Proteže na zdraví záleží.

Sanofi-Synthelabo s.r.o. - Hadovka Office Park - Evropská 2590/33c - 160 00 PRAHA 6 - Tel. : 233 086 111 - Fax : 233 086 222 - www.sanofi-synthelabo.cz

## Dopisy čtenářů

a tak jsme využili příležitost a nakoupili dárky svým nepřítomným drahým polovičkám – trička s emblémem dinoparku. Já jedno pro Martina, Koumes jedno pro Šárku a druhé pro sebe.

Poté jsme se vrátili zpět dolů mezi současná zvířata a jak jsem výše naznačila, opět a podruhé jsme zavítali k Lemurovi. Měli tam spoustu hezkých věcí, plyšáky počínaje a tričky, deštníky, turistickými známkami, klíčenkami a bůhví čím ještě konče. Nebylo tedy divu, že jsem byla v rozpacích, co si koupit na

památku. Naštěstí mi zbývalo ještě dost času na rozmyšlenou. Zatímco jsem váhala, pozval mne Koumes na malé občerstvení do nedalekého kiosku, kde jsme chvíli poseděli s kamarádkou Jindrou Skořepovou a její mámou, rovněž Jindrou. Chvíli jsme společně klábosili, načež jsem poprosila Koumese, jestli by se mnou šel na třetí pokus do Lemura, aby mi pomohl vybrat si nějaký ten suvenýr na památku. Ještě dlouho jsem byla na vážkách, ale nakonec jsem si za pomoci Koumese a tak trochu i prodavačky (ta ženská z nás musela mít radost:-)) vzala malou figurku tygra a turistickou známku.

Čas plynul jako voda v Berounce a blížila se doba návratu k místu odjezdu. Arny se Zuzkou si nás zase spočítali a my naskákali do autobusu jak Jája s Pájou do kalhot. Cestou do Prahy jsme se ještě chtěli rozhlédnout po plzeňském centru, jenže počasí nám jaksi nepřálo, a tak jsme raději jeli dál a přitom sledovali film o Mr. Beanovi. Stavili jsme se akorát v motorestu na dálnici někde

v půli cesty, abychom se posilnili něčím k pití či zakousnutí. Během druhé části naší jízdy nám řidič pustil další snímek, a to filmovou adaptaci Vieweghova Románu pro ženy.



Když náš autobus překročil pražské hranice, čekalo ho nemilé překvapení, a to objížďka skrz Chuchli a Lipence kvůli probíhajícímu Pražskému mezinárodnímu maratónu. My s Koumesem jsme požádali řidiče, aby nás vysadil u smíchovského lihovaru, protože jsme chtěli právě na tuto akci jít. Autobus jsme opustili se dvěma kamarády, oni jeli domů a my do centra. Na

Václavském náměstí, kde jsme vystoupili, Koumesovi nedalo a musel aspoň na skok do Bon-tonlandu, kde si koupil DVD s nejmenovaným charitativním koncertem všemožných rockových skupin. Odtamtud jsme se přesunuli na náměstí Staroměstské, kde v rámci maratónských akcí vystoupila kapela Děda Mládek Illegal Band, proslavená zmodernizovanými verzemi skladeb od Ivana Mládka. A jen tak na okraj, víte, ze kterého města tato skupina pochází a jak vznikla? Shodou okolností vznikla v Plzni sloučením členů tamních kapel Alice a Burma Jones poté, co se frontmani obou seskupení, úspěšných v první polovině devadesátých let, rozhodli pro sólovou dráhu. Já i Koumes jsme se mimo jiné dozvěděli, jak to chodí, když je v Praze abnormální hic, poznali jsme Lindu, co nejradši marmeládu ze všech jídel má a ke konci koncertu nás postrašil Jožin z bažin. Když mládkovská show skončila, byli jsme oba již natolik unaveni, že jsme došli na Národní třídu a odtamtud pokračovali každý svou cestou k domovu.

Z výletu do plzeňské ZOO si každý z nás přivezl bezpochyby hromadu krásných zážitků a vzpomínek. Ani ten obrovský liják, co nás překvapil v centru západočeské metropole, nedokázal zkazit příjemnou náladu, která po celou dobu mezi námi ěčáky panovala. Samozřejmě se mi

líbila i návazná sólo akce s Koumesem, přesto na návštěvu Plzně nikdy nezapomenu a už nyní jsem zvědavá, do jakého města nás Fišerovic autobus zaveze příště.

*Markéta Mašková*

## Z jiných občanských sdružení

### Agentury, které pomáhají najít práci tělesně a zdravotně postiženým!

Praha a okolí	
<b>Rytmus Praha</b> Bruselská 16, 120 00 Praha 2 Tel: 224 251 610, 224 255 819 rytmus@rytmus.org www.rytmus.org	<b>Asistence</b> V Pevnosti 4, 128 41 Praha 2 Tel: 241 404 130 stredisko@asistence.org www.asistence.org
<b>Společnost Duha</b> Bolevecká 468, 109 00 Praha 15 Tel: 274 867 370 pz@duha.nset.cz www.spolecnostduha.cz	<b>Eset help</b> Hekrova 805, 149 00 Praha 11 Tel: 272 93 77 12, 272 91 65 90 podpor.zam@esethelp.cz. www.esethelp.cz
<b>Fokus Praha</b> Dolákova 24, 181 00 Praha 8 Tel: 233 55 33 03, linka 214 cppz@fokus-praha.cz www.fokus-praha.cz	<b>Formika</b> Hornomlýnská 1255, 148 00 Praha 4 – Kunratice, tel. 271 910 016, 775 350 115 formika@formika.org www.formika.org
<b>Máme otevřeno</b> Ve Smečkách 5, 110 00 Praha 1 Tel: 222 212 363 tranzit@mameotevreno.cz www.mameotevreno.cz	<b>Rytmus Dejvice</b> Studentská 541/3, 160 00 Praha 6 tel: 224 324 639 dejvice@rytmus.org http://www.rytmus.org
Jihočeský kraj	
<b>Koník České Budějovice</b> U Tří lvů 4, 370 29 České Budějovice Tel: 386 351 944 o.s.konik@volny.cz os.konik.cz	<b>Koník Strakonice</b> Heydukova 349, 386 01 Strakonice Tel: 383 322 040 os.konik@tiscali.cz os.konik.cz

## Z jiných občanských sdružení

<p><b>Mesada České Budějovice</b>          J.Š.Baara 21, 370 29 České Budějovice          Tel: 721 288 837, 387 310 612          mesada.cb@volny.cz          mesada.webpark.cz</p>	<p><b>Mesada J. Hradec</b>          Růžová 30/II, 377 01 Jindřichův Hradec          Tel: 384 321 513          mesada.jh@volny.cz          mesada.webpark.cz</p>
<p><b>Mesada Písek</b>          Nábřeží 1.máje 2259, 397 01 Písek          Tel: 382 222 246, 724 057 926          mesada@volny.cz          mesada.webpark.cz</p>	<p><b>Mesada Vimperk</b>          1 máje 74, PO Box 18, Vimperk          Tel: 388 411 718, 606 731 196          mesada.v@volny.cz          mesada.webpark.cz</p>
<p><b>Jihomoravský kraj</b></p>	
<p><b>Práh, Agentura PZ</b>          Tuřanská 12, 620 00 Brno          Tel: 545 219 086          prace@prah-brno.cz          www.prah-brno.cz</p>	<p><b>AGAPO</b>          Cejl 68          602 00 Brno          Tel.: 541 210 549, 723 794 833          agpz.brno@post.cz          www.agapo.cz</p>
<p><b>Kraj Vysočina</b></p>	
<p><b>Fokus Vysočina, Středisko Havlíčkův Brod</b>          Rozkošská 2331, 580 01 Havlíčkův Brod          Tel: 569 426 657          socialni.centrum@fokusvysocina.cz</p>	<p><b>Fokus Vysočina, Středisko Pelhřimov</b>          Humpolecká 736, 393 01 Pelhřimov          Tel: 565 323 239          fokus-pe@cbox.cz          http://www.fokusvysocina.cz</p>
<p><b>Liberecký kraj</b></p>	
<p><b>Rytmus Liberec</b>          Tanvaldská 269, 463 11 Liberec 30          Tel: 482 750 06          liberec@rytmus.org          www.rytmus.org</p>	
<p><b>Moravskoslezský kraj</b></p>	
<p><b>o. s. Mens Sana Agentura PZ</b>          Rošického 1082, 721 00 Ostrava – Svinov          Tel: 596 918 104          menssana.apz@email.cz          www.menssana.cz</p>	<p><b>Ninive, centrum PZ</b>          Humpolecká 736, 794 01 Krnov          Tel: 554645027          ninive@slezskadiakonie.cz          www.slezskadiakonie.cz</p>
<p><b>Olomoucký kraj</b></p>	
<p><b>Spolu Olomouc</b>          Dolní náměstí 38, 772 00 Olomouc          Tel: 585 221 546          spolu.apz@volny.cz          www.volny.cz/spolu/</p>	

## Z jiných občanských sdružení

Pardubický kraj	
<b>Rytmus Chrudim</b> Heydukova 392, 537 01 Chrudim Tel: 469 621 599 chrudim@rytmus.org www.rytmus.org	<b>Česká abilympijská asociace</b> J. Palacha 324/23, 530 02 Pardubice, tel: 464646320 abilinfo@abilympics.cz www.abilympics.cz
Plzeňský kraj	
<b>Sdružení Ledovec</b> Z. Wintra 21, 301 00 Plzeň tel.: 377 420 479, 776 795 336 apzledovec@volny.cz http://www.ledovec.cz	<b>Sdružení Ledovec</b> Svazu bojovníků za svobodu 68 337 01 Rokycany Tel: 371 580 681, 775 725 337 apzrokycany@volny.cz http://www.ledovec.cz
Středočeský kraj	
<b>Rytmus Benešov</b> Piaristická kolej – Masarkovo nám 1, 256 01 Benešov u Prahy Tel: 317 742 742 benesov@rytmus.org www.rytmus.org	<b>Fokus Mladá Boleslav</b> Ptácká 138, 293 01 Mladá Boleslav Tel: 326 725 814 fokus@fokus-mb.cz www.fokus-mb.cz
Ústecký kraj	
<b>Rytmus Litvínov</b> Mostecká 21, 436 01 Litvínov Tel: 476 732 807 litvinov@rytmus.org www.rytmus.org	<b>Agentura Pondělí</b> T.G.Masaryka 575, 407 77 Šluknov Tel: 412 398 021 info@agenturapondeli.cz www.agenturapondeli.cz
<b>Jurta, Agentura osmý den</b> 17. listopadu 637/8, 405 01 Děčín I tel: 412 517 051 osmyden@jurta.cz www.jurta.cz	<b>Agentura podporovaného zaměstnávání při Diakonii ČCE</b> Velká Krajská 46/5, 412 01 Litoměřice Tel.:416 700 315, 775 25 15 53-4 apz@razdva.cz http://www.diakoniecceltm.cz
Zlínský kraj	
<b>Elim Vsetín</b> Smetanova 1484, 750 01 Vsetín Tel: 572 429 300 apz@elimvsetin.cz www.elimvsetin.cz	

## Z jiných občanských sdružení

### Nové Centrum pracovní rehabilitace

Nabízené služby:

- Podporované zaměstnávání Lidem znevýhodněným a jiné formy pracovního uplatnění v možnostech pracovního uplatnění
- Nácvik pracovních dovedností z důvodů tělesného nebo zejména v oblasti IT a internetu kombinovaného postižení z území

### Možnost zaměstnání pro plně invalidní občany z celé ČR

#### Práce doma na PC

Strojírenská firma v rámci nového projektu na sledování produktivity pracovního a výrobního procesu Vám opět nabízí několik volných pozic na práci pozorovatele-analytika.

Jedná se o velmi jednoduchou práci na PC – vyplňování čísel do tabulky dle vidozáznamu, který běží z DVD na monitoru. Práci po chvílce zvládne každý, kdo se teprve začíná na počítači učit. Není to těžší než vyplňování křížovky. Běžící monotónní obrázek lze kdykoliv zastavit a práci přerušit.

Nabízíme :

- Řádný pracovní poměr se všemi náležitostmi a tříměsíční zkušební dobou
- Možnost zaškolení nejzákladnější dovednosti na PC u Vás doma
- platové ohodnocení 6000 Kč – hrubá měsíční mzda.

(Práci je možno zvládnout za kratší čas, než je běžná osmihodinová doba.)

- Pracovní a kariérové poradenství hlavního města Prahy

#### Kontaktní osoba:

Kateřina Králíková, DiS.

Tel.: 739 560 211, 241 406, 018

E-mail: katerina.kralikova@asistence.org

Centrum pracovní rehabilitace

Na Topolce 1, 140 00 Praha 4

#### Požadujeme:

- Chuť pracovat
- plný invalidní důchod a následné dodání požadovaných potřebných dokladů o Vaší osobě

**Vybavení:** Potřebujete PC s DVD mechanikou.

PC a zabudovaná DVD mechanika není ovšem podmínkou. V případě vážného zájmu Vám může být i z firmy zapůjčeno. Jak starší PC, tak DVD mechanika. Připojení na internet by pro Vás bylo výhodou, ale opět není podmínkou. DVD na prohlížení Vám může být zasláno poštou.

V případě zájmu kontaktujte personálního poradce a budou Vám poskytnuty veškeré podrobné informace i další rady jak postupovat.

Těšíme se na spolupráci s Vámi.

Ing. Lenka Procházková

personální poradce pro zdravotně postižené

e-mail: aknelproch@seznam.cz

tel: 777 610 617



UCB je mezinárodní biofarmaceutická společnost se sídlem v Bruselu.  
Zabývá se výzkumem, vývojem a výrobou nových léků.



UCB podporuje aktivity  
Společnosti "E" a tím pomáhá  
nemocným s epilepsií

## Finanční situace lidí, kteří musí dodržovat dietu ze zdravotních důvodů, selepší

Od 1. července 2006 selepší finanční situace sociálně potřebných občanů, kteří musí ze zdravotních důvodů dodržovat dietní stravování. Vyplývá to z vyhlášky Ministerstva práce a sociálních věcí, kterou dne 30. 5. 2006 podepsal místopředseda vlády a ministr práce a sociálních věcí Zdeněk Škromach. Nová právní úprava tak novelizuje dosavadní vyhlášku č. 308/2003 Sb.

Při posuzování sociální potřebnosti lidí, kteří se musí dietně stravovat, se zvyšuje částka životního minima potřebná k zajištění výživy a ostatních základních osobních potřeb občana (2400 Kč pro dospělého jednotlivce) následovně:

- a) u diety nízkobílkovinné o 850 Kč,
- b) u diety při dialýze o 850 Kč,
- c) u diety pankreatické o 900 Kč,
- d) u diety nízkocholesterolové při hypercholesterolemii nebo hyperlipoproteinemii o 900 Kč,
- e) u diety diabetické o 1000 Kč,
- f) u diety při onemocnění fenylketonurií o 2000 Kč,
- g) u diety při onemocnění celiakií o 2400 Kč.

V dosavadní právní úpravě se u diety při onemocnění celiakií a fenylketonurií výše uvedená částka zvyšovala shodně (naposledy o 1800 Kč měsíčně). Na základě výsledků studie bylo prokázáno, že lidé s diagnózou celiakální sprue mají v porovnání s ostatními osobami trpícími nemocemi, které také vyžadují nákladné dietní stravování, nejvyšší náklady na svou výživu. Ceny speciálních bezlepkových potravin jsou několikanásobně vyšší než ceny obdobných potravin pro běžnou nebo racionální stravu. Výzkumy prokázaly, že náklady na stravování při tomto druhu onemocnění jsou

přibližně o 2400 Kč vyšší než náklady na racionální (běžnou) stravu.

Lidé včetně dětí, kteří uvedenými nemocemi trpí a nemají dostatek prostředků k úhradě nákladné diety, se mohou obrátit na příslušné pověřené obecní úřady podle místa trvalého bydliště a tam požádat o dávku sociální péče. K žádosti musí doložit doporučení příslušného odborného lékaře. Zároveň musí doložit údaje o výši příjmu a výdajích. Správní orgán poté posoudí v rámci řízení o přiznání uvedené dávky celkové sociální a majetkové poměry žadatele, popř. společně posuzovaných osob.

Do 30. 9. 2003 poskytoval stát na vybrané potraviny potřebné k dodržování bezpečkové diety plošně dotace – v průměru 2500 Kč ročně. Dne 1. 10. 2003 vešla v účinnost novela zákona č. 482/1991 Sb., o sociální potřebnosti, ve znění pozdějších předpisů, a celý systém změnila. Od tohoto data jsou příspěvky na potraviny nutné k dodržování bezpečkové diety poskytovány adresně, a to prostřednictvím dávky sociální péče vázané na sociální potřebnost občana.

*Kateřina Beránková, tisková mluvčí MPSV*

## Otázky o epilepsii

Existují nějaké studie o používání sóji ve stravě jako prostředku k vyrovnání hladiny hormonů a snížení výskytu záchvatů? Existují jiné potravinové doplňky, přírodní léčiva nebo speciální cvičení, které pomáhají upravit hladinu hormonů?

Odpověď: Rostliny jako „yam“ (subsaharské sladké brambory) a sója podporují tvorbu ženských hormonů estrogeneru a progesteronu a vyrovnání jejich hladiny v období menopauzy. Jejich konzumace tedy může zmírnit příznaky menopauzy. Zejména večerní úzkosti, náhle návaly horka, noční pocení, které mohou narušovat klidný spánek, což může být důvodem zhoršení záchvatů. Zařazení těchto potravin může být tedy jedním přínosem pro období menopauzy, pro klidný spánek a ke snížení epileptických záchvatů.

Tyto potraviny mají však i svou stinnou stránku. Existuje pár velmi rozsáhlých výzkumů k posouzení do jaké míry jejich požívání bezpečné a účinné. Zatímco progesteron snižuje epileptiformní výboje a estrogen záchvaty zhoršuje, přesný obsah a vyvážení přítomnosti těchto hormonů v léčících běžně dostupných bez předpisu není obvykle jistý nebo odpovídající a užívání nadměrného množství hormonu estrogeneru vytváří vyhlídku spíše na zhoršení výskytu záchvatů než jejich zmírnění.

Řešení nabízí tzv. hormonální substituční léčba, kterou navrhne ošetřující lékař. Podání chybějících hormonů obvykle nejen rychle odstraní všechny potíže, ale především může předejít výše popsaným rizikům. Estrogeny podáváme buď samostatně, nebo v kombinaci s dalším ženským pohlavním hormonem progesteronem. Na trhu se

často vyskytují přípravky se směsí obou těchto hormonů, kopírující do jisté míry přirozené změny hladin v normálním menstruačním cyklu. Existují však i jiné režimy podání a různé jsou též cesty, jakými se tyto účinné látky do těla dostávají (tabletky, speciální náplasti, injekce, masti, vaginálně podávané léky, aj.). Vždy existují klady i zápory, žádný ze systémů hormonální substituce není nejlepší a nelze ho jednoznačně preferovat. Příklad je vždy nutné posoudit individuálně, vybrat a doporučit to nejvhodnější.

**Mám záchvaty, které se objevují během noci kdy spím a jsou vyprovokovány velmi stresujícími sny. Přicházejí většinou týden před a týden po mé menstruační periodě. Jakou může mít spojitost změna hladiny hormonů v těle právě týden před a týden po období menstruace? Mění se výška hladiny estrogeneru během těchto týdnů?**

Odpověď: Klidný spánek může v období před začátkem menstruační periody narušit snižující se hladina progesteronu (hormon tlumící záchvaty) a podpořit tak vznik záchvatů. Stejně tak může mít vliv na spánek a zvýšenou přítomnost záchvatů, týden po období menstruace, zvyšující se hladina estrogeneru (hormon křeče vyvolávající), která narůstá až do období ovulace.

**Nikdy se v naší rodině neobjevil nikdo, kdo by trpěl epileptickými záchvaty. Svou první zkušenost**

## Odborné články

se záchvaty jsme zažila měsíc po narození syna. Může to být dáno přítomností nějakého hormonu? Nebo je zde nějaká přímá souvislost mezi záchvaty a nevyrovnanou hladinou hormonů?

Odpověď: Během posledního měsíce těhotenství dochází k obrovskému odlivu hormonů.

U některých žen v tomto období může nepřítomnost hormonu progesteronu být příčinou záchvatů. Během prvního období bezprostředně po porodu (postnatální období) má běžný cyklus tendenci potlačovat ovulaci (tedy období, kdy se zvyšuje hladina estrogenu). Může však nastat situace, kdy je estrogen přijímán bez odporu, což má za následek aktivaci epileptických záchvatů. Pokud tento cyklus přijímání estrogenu přetrvává, můžeme jej vykompenzovat dodáním přirozeného progesteronu. V současné době se výzkumem „anti-záchvatového“ účinku přirozeného progesteronu zabývají různá zdravotní centra.

Do jaké míry je běžný počátek epileptických záchvatů ve věku 48-mi let, v období přechodu, bez jakýchkoli viditelných příčin? Může to mít hormonální příčinu? Snažím se zjistit, zda jiný předpoklad jakým je onemocnění celiakií (alergie na lepek) může být důvodem k záchvatům (může dlouhodobě přetrvávat např. osteoporóza nebo jiné symptomy způsobené celiakií).

Jsou tyto dva scénáře běžné? Existují nějaké výsledky výzkumů, ohledně množství výskytu těchto příčin?

Odpověď: Perimenopauza (období 1 roku po menopauze, pozn. překl.) je zcela běžným obdobím

rozpoutání záchvatů, zejména u žen, které již zažily záchvaty spojené s menstruačním obdobím během jejich reprodukčního období. Vznik záchvatů bývá běžnější během páté dekády než ve čtvrté nebo třetí na základě některých studií. Perimenopauza je spojená s pozvolně postupným snižováním přítomnosti estrogenu a progesteronu v krvi. S pokračováním perimenopauzy se zastavuje ovulace a její výskyt je nepravidelný. V období potlačujícím ovulaci je vytvářeno jen velmi málo progesteronu. Tím, že všeobecně estrogen podněcuje a progesteron tlumí záchvaty, nedostatek progesteronu a tudíž poměrně vysoká hladina estrogenu mohou zapříčinit záchvaty. Co se onemocnění celiakií týká, problém není tolik známý. Autoimunitní onemocnění jsou velmi často spojená s výskytem záchvatů. Jejich vzájemný vztah může být zcela jednoduchý. Například protilátky, které napadají střeva mohou stejně tak napadnout i některé oblasti mozku a nebo mohou být smíšené – porucha reprodukčních hormonů může usnadnit vznik jak potíží s autoimunitou, tak i vznik epilepsie.

Trpím záchvaty zejména v období menstruačního cyklu. Začaly se u mě objevovat až v mých 17-ti letech. Záchvaty přicházejí zejména bezprostředně před začátkem menstruace nebo ihned po jejím skončení. Zkoušela jsem nejrůznější anti-epileptické léky, ale zdá se, jako bych byla po čtyřech pěti měsících vůči nim imunní a záchvaty se vracejí zpět. Existuje nějaký hormon, jehož užívání by mi pomohlo? Záchvaty se objevují i v období, kdy jsem pod velkým tlakem. Je možné, že s obdobím přechodu mé záchvaty vymizí?

Odpověď: Přirozená tvorba progesteronu má anti-záchvatový účinek. Během období před za-

čátkem menstruace dochází k jeho rychlému úbytku, který stejně jako snížení antiepileptických léků může zapříčinit záchvaty. Týden po menstruačním cyklu, obvykle velmi brzy poté, co probíhající menstruace skončila, se hladina estrogenu zvyšuje. Zejména 10-14 dnů po skončení menstruačního cyklu. V této době mohou být záchvaty aktivovány díky podněcujícímu účinku estrogenu. V současné době se zkoumá možnost potlačení těchto záchvatů podáním přirozeného progesteronu.

**Jak se stavíte k provedení hysterektomie (odnětí dělohy) u ženy trpící katamenální epilepsií?**

**(epileptické záchvaty jejichž výskyt závisí na menstruačním cyklu, pozn.překl.)**

Před provedením hysterektomie musí dojít k dostatečnému vyšetření zdravotního stavu každé ženy, která má operaci podstoupit. Jestliže celkové zmapování záchvatů ukazuje na jasnou spojitost s menstruačním cyklem navzdory užívání antiepileptických léků, pak se uchylujeme k pokusu pomalého snižování progesteronu před začátkem menstruačního cyklu, abychom tak zvýšili jeho přirozenou tvorbu v druhé polovině menstruačního cyklu. Zjistili jsme, že tento zákrok je v mnoha případech úspěšný. Vedeme nyní



**JANSSEN-CILAG**  
*m y s l í m e n a V a š e z d r a v í*

**Janssen-Cilag  
pomáhá lidem s epilepsií.**

# Odborné články

širší výzkum, který by přesně popsal využití a bezpečnost této metody. Jestliže se projeví jako nedostatečná, můžeme využít léčby pomocí injekce, která oboustranně uzavře vaječníky.

Jinými slovy je možné určit dobrý, či špatný dopad hysterektomie dříve než se rozhodneme pro operaci. Jestliže vyřazení funkce vaječnicků má příznivé účinky a symptomy menopauzy (náhlé návaly horkosti, noční pocení, bolesti hlavy, závratě, pocity bušení srdce, častý výtok a svědění či pálení zevního genitálu, často se měnící se nálady) jsou zvládnutelné, můžeme se pak rozhodnout pro operativně provedenou hysterektomií.

Jedním z takových případů je i příběh ženy, která za námi přišla v loňském roce se zhoršujícími

se katameniálními záchvaty. Zkusila v podstatě všechny antiepileptické léky. K odstranění záchvatů nepřispělo ani operativní odstranění temporálního laloku. Nicméně se podařilo snížit výskyt záchvatů o padesát procent díky progesteronu.

Každoměsíčním podáváním injekcí, které uzavřely průchodnost vaječnicků, byla žena zcela osvobozena od záchvatů. Poté podstoupila úspěšnou hysterektomií a i nadále se jí daří velmi dobře. Ale ještě jednou je třeba zdůraznit, že výběr pacientek vhodných k podstoupení hysterektomie musí být velmi opatrný, abychom nedosáhli účinku opačného.

*(Epilepsy USA, listopad/prosinec 2005) LZ*

## Fotosenzitivita

### Jedna z nejvíce složitých epileptických potíží

Někteří lidé se rodí se speciální citlivostí na jasná, zářivá světla nebo kontrastní zrakové obrazy jako jsou pruhy, mřížky a šachovnice. Mozek takto citlivých lidí ve chvíli, kdy je vystaven takovému to zrakovému vjemu, produkuje něco jako epileptický výboj.

Běžné vyšetření EEG určené právě za účelem identifikace pacientů s tímto netypickým sklonem, využívá blikajících světel tzv. stroboskopu. Během těchto testů mohou být EEG výboje doprovázeny záškuby těla. Pokud je člověk vysoce fotosenzitivní, nebo pokud je zraková stimulace zvláště silná a dlouhotrvající, může dojít i k záchvatu. Lidé trpící touto citlivostí si nemusí ne-

bezpečí vůbec uvědomovat až do té doby, než podstoupí vyšetření EEG a nebo dokud se u nich neobjeví záchvat, jako reakce na určitou světelnou stimulaci.

Naštěstí jsou takto vyvolané záchvaty vzácné. K aktivaci záchvatů působením světla nebo specifickými obrazy u fotosenzitivního pacienta musí být přítomno ještě mnoho dalších jiných okolností.

Koho tato potíže nejvíce postihuje? Kdo je k takové citlivosti nejvíce náchylný?

Fotosenzitivita, která je často spojována s epilepsií, je onemocněním určené genetickým přenosem. Z tohoto důvodu může být tento gen přítomný u několika členů rodiny, nejvíce aktivní je v raném stadiu života. Děti a dopívající jsou více

náchylní k neobvyklým reakcím na světelné stimuly než dospělí. První „světelné záchvaty“ se většinou přihodí před dvacátým rokem.

Děvčata (60 %) jsou zasažena častěji než chlapci (40 %), ačkoli záchvaty jsou obvyklejší u chlapců, kteří častěji hrají videohry. Videohry totiž velmi často využívají světelných stimulací, které mohou být provokativní.

Onemocnění známé pod označením „fotosenzitivní epilepsie“, je nejlépe léčeno antiepileptickými léky. Existují lidé, u nichž nebyly nikdy žádné epileptické příznaky zaznamenány, nicméně právě světelné efekty u nich záchvaty vyprovokovaly. V takových případech musejí být tito lidé sledováni jako pacienti, u kterých by se nemohla rozvinout epilepsie, tedy neřízené záchvaty. Do té doby však postačí, aby se takový člověk zbytečně nevystavoval silnému světelnému podráždění.

### Co je příčinou „světelných záchvatů“?

Fotosenzitivita je spletitý lékařský problém. Vědečtí pracovníci jsou schopni identifikovat mnoho aktivačních stimulů, nicméně mechanismus, díky němuž dochází k vysokému podráždění mozku způsobeného stimulací sítnice, je i nadále nedostatečně pochopený.

Základní znaky dráždivých podnětů, jsou popsány ve finální dohodě mezinárodního vědeckého týmu shromážděných Nadací Epilepsie (Epilepsy Foundation), USA. Jsou jimi:

1.) Zdroj blikajícího světla a frekvence s jakou se mihotající světlo mění. Jinými slovy kolikrát světlo zabliká za sekundu. Obecně, blikající světlo

o frekvenci 30 záblesků za sekundu (Hz) je nejčastějším „spouštěčem“. Aby se fotosenzitivní lidé vyhnuli nebezpečí, neměli by být vystavováni světelným zábleskům vyšším než tři záblesky za sekundu.

2.) Síla zdroje světla, myšleno jak jasné je světlo, stejně jako jeho kontrast mezi světlem a tmou, které blikající zdroj vytváří. Kontrast mezi pravidelně se střídající tmou a světlem by neměl být vyšší než 20 kandela na metr čtvereční (jednotka svítivosti).

3.) Část, kterou vydávající světlo zaujímá ve zrakovém poli. To je velmi důležité, neboť nám tento údaj určuje, jak velká část mozku je stimulována. Pro vysvětlení, v případě pozorování televize na vzdálenost 2,7 metrů, by část, kterou blikající světlo zaujímá neměla být vyšší než 25 % z celkového prostoru. Což vysvětluje, proč lidé více fotosenzitivní, se mohou vyhnout nepříjemným následkům působení světla, jednoduchým zakrytím jednoho oka (tzv.monokulární vidění)

4.) Stále se opakující obraz světla. Nehybné nebo pohybující se obrazy viditelných světlých a tmavých pruhů, mají stejný efekt jako blikající světlo, díky pravidelně se střídajícím světlým a tmavým částem. Nebezpečí záleží na množství a jasnosti střídajících se pruhů v zorném poli. Nebezpečné by mohlo být více než pět párů pruhů střídajících se v zorném poli a více než osm párů střídajících se nehybných pruhů. Kolem 30 % lidí citlivých na světlo, je také citlivých na stále opakující se obrazy.

Jsou zde samozřejmě zastoupené i jiné faktory. Jedním z nich je pozorovatelova vzdálenost od

## Odborné články

světelného zdroje, která přímo ovlivňuje zorné pole. Pro vysvětlení se vrátíme k příkladu s pozorováním televize. Nebezpečí je tím větší, čím kratší je vzdálenost, ze které se člověk na televizní obrazovku dívá. Zorné pole je z velké části zabrané a tím je stimulována větší část mozku.

Dalším faktorem je barva. Určité barvy, zvláště takzvané syté tmavé červené mají zásadní vliv. V rámci viditelného spektra barev, je tato barva s nejdelší vlnovou délkou, což můžeme snadno snížit nasazením speciálních optických filtrů (modré čočky). Nicméně tato filtrace může dost výrazně ovlivnit zrakové vnímání. Takže například u řidičů, kteří používají speciální brýle s filtrem, aby se tak vyhnuli ohrožení případných záchvatů, je velmi důležité, aby neztratili schopnost rozlišování barev na křižovatkách. Na druhé straně mohou být tyto brýle dobrým prostředkem pro cestující v dopravním prostředku a během běžných každodenních aktivit nevyžadujících ostrou barevnou rozlišovací schopnost. Mezi dráždivé brýle s filtry patří například ty, které rychle mění barvu, zejména barvu modrou a červenou.

Všeobecně rozšířený příklad fotosenzitivity se stal v Japonsku v noci 16. prosince 1997, kdy bylo skoro 700 dětí bylo přijato do nemocnic. Většinou kvůli záchvatům vyvolaným během sledování populárního kresleného seriálu Pokémon. Příčinou tohoto epidemického výskytu záchvatů bylo velmi krátká (čtyř sekundová) série raketových startů s blikajícími červenými a modrými světelnými efekty zabírajících celou obrazovku a měnící se s frekvencí 12,5 za sekundu. To nás naučilo, že všechny tyto okolnosti jsou závislé jedna na druhé a mohou mít velmi silné následky pokud proběhnou ve vzájemných kombinacích.

Dalšími vlivy, kromě již zmíněné vzdálenosti a vnímání barev jsou ještě nespavost, únava způsobená přílišným hraním videoher a akutní alkoholické abstinenční příznaky.

Všechny tyto zmíněné faktory mohou usnadnit vznik osudné reakce jakými jsou epileptické záchvaty.

### Kdo je nejvíce v ohrožení a jak často?

Kolem 3 až 5 % z 2,7 milionů Američanů trpících epilepsií (přibližně 100 000 lidí) je fotosenzitivních, jak nám ukázala neobvyklá reakce při použití stroboskopických světél během vyšetření EEG. Podíl pacientů citlivých na světlo je vyšší mezi lidmi s generalizovanými záchvaty, stejně jako u pacientů se záchvaty způsobenými geneticky. Fotosenzitivita je dokonce vyšší (skoro 90 %) u lidí trpících typem juvenilní myoklonické epilepsie, což je druh generalizované epilepsie, která se nejčastěji objevuje u dospívajících.

Určení množství fotosenzitivních jedinců mezi běžnou populací, lidmi, kteří nemají předchozí zkušenost se záchvaty, ale je u nich teoretická možnost vzniku záchvatů v případě, že jsou vystaveni specifickým světelným efektům, je velmi těžké. Většina těchto lidí nepodstoupila vyšetření EEG.

Výsledky již dřívějšího výzkumu provedeného v Evropě, který se zaměřil na provedení EEG vyšetření u „normálních“ školou povinných dětí a adolescentů ukázaly, že nezvyklá reakce na stroboskopické světlo proběhla u 7,8 až 8 % dětí ve věku 1–15 let, ale pouze u 1 % dětí ve věku nad 16–21 let. Pozdější studie, během kterých bylo zřejmě použito přísnějších kritérií, byl zjištěn



VAGUS NERVE STIMULATION

# STIMULACE NERVUS VAGUS



Cyberonics®

## Efektivita

- prokázaná účinnost v redukci počtu záchvatů
- účinnost se s časem léčby zvyšuje
- pozitivní vliv na zkrácení a zmírnění záchvatů

## Kvalita života

- 4/5 pacientů uvádí zlepšení v některém z ukazatelů kvality života
- pozitivní efekt není vázán na snížení počtu záchvatů

## Bezpečnost

- celosvětově dosud implantováno více než 35 000 systémů
- vedlejší účinky jsou minimální a časem mizí
- bez farmakologických interakcí

## Odborné články

počet případů nezvyklých reakcí u srovnatelné běžné populace školou povinných dětí: 1,3 % v Anglii a 1,4 % v Brazílii. Ve Spojených Státech zatím takový výzkum neproběhl.

Dalším takovým výzkumem byl výzkum vedený u britských a dánských Air Force. Vyšetření EEG bylo prováděno na zdravých mužích mezi 17-ti a 25-ti lety ucházejících se o pozici pilota. Výsledkem bylo 0,35 % anglických mužů a 2,2 % dánských mužů reagujících abnormálně na stroboskopická světla.

Jestliže vezmeme do úvahy počet abnormálních reakcí na stroboskopická světla u americké populace (mezi pátým a sedmáctým rokem), což je kolem 1,5 %, můžeme z toho usoudit, že je ve Spojených Státech kolem 800 000 lidí trpících fotosenzitivitou, kteří si nejsou tohoto nebezpečí vědomi.

Jeden důležitý výzkum vedený v roce 1993 ve Velké Británii, který stojí za povšimnutí, založený na studiu populace, konkrétně určení počtu záchvatů aktivovaných hraním videoher u lidí, u kterých se nikdy v dřívější době neobjevil záchvat. Nebezpečí pro tento zcela „nový vzorek“ záchvatů vyvolaných světelnými efekty bylo 1,2 % ze 100 000 jedinců z celkové populace, ale 5,7 % ze 100 000 lidí ve věku 7–19 let.

Tyto údaje jsou velmi důležité, neboť nám ukazují jak nepravidelně dochází k záchvatům i přes vysoký počet lidí trpících hyperfotosenzitivitou. Nicméně tato čísla odrážejí stupeň nebezpečí výskytu ve Velké Británii a to v době, kdy byl výzkum prováděn. Výsledky mohou být zcela jiné v jiném čase a na jiném místě, v jiné zemi a nebo

pokud je vysílán televizí vysoce stimulující program a je pozorován současně širokým obecnstvem trpícím zvýšenou citlivostí na tento jev.

### Co můžeme tedy o problému říct?

Těm, kteří netrpí fotosenzitivitou nehrozí žádný problém. Jinak je to však s lidmi, kteří fotosenzitivní jsou. Zvláště pro ty, kteří o tom ani nevědí. Potenciální nástrahy jsou v jejich okolí skoro všude: divadlo, taneční kluby, rokové koncerty, internet, ulice a dokonce i domov.

Nejběžnějším nebezpečím v okolním prostředí je přirozený sluneční svit, umělá osvětlení (zejména blikání, špatně fungující fluorescentní osvětlení) katodové trubice v podobě televizních přijímačů, pojízdné eskalátory, pruhované stěny a pruhované oblečení. Bohužel nemáme žádné faktické epidemiologické údaje k podpoře tvrzení, že nejběžnějším „spouštěčem“ světelně vyvolaných záchvatů v současné době jsou s největší pravděpodobností videohry. Což není překvapivé zjištění, neboť videohry se dostávají do rukou nejnáze podléhajícím skupině obyvatelstva, a také protože jsou atraktivní právě pro svůj velmi silný vizuální stimul.

Ve Velké Británii a v Japonsku, televizní společnosti dobrovolně přijaly směrnice podobné těm, které obsahuje prozatímní dohoda americké nadace Epilepsy Foundation omezující používání potenciálně nebezpečných vizuálních stimulů pro citlivé a vnímavé diváky televizního vysílání.

Automatický analyzátor zkontroluje „online“ pořady před jejich vlastním vysíláním a upozorní na části překračující hranice bezpečnosti. Americká nadace Epilepsy Foundation věří, že

by stejná opatření měla být aplikována pro videohry. Nicméně zatím tato myšlenka ještě nebyla realizována. Jeden z důvodů proč tomu tak je, že videohry dovolují hráčům vlastní nastavení vizuálních efektů, které se jim líbí. Tím si však mohou vytvořit neočekávané nebezpečí pro ně samotné.

Videohry na DVD jsou posuzovány z hlediska jejich morálního obsahu (sex, vulgární výrazy a násilí) ne z hlediska bezpečnosti užívání.

V současné době v USA neexistují žádná doporučení, směrnice, kritéria, předpisy nebo pravidla, která by řešila problematiku fotosenzitivity a její prevence před možným nebezpečím z okolí.

Ve skutečnosti, v roce 1990 Američané trpící invaliditou vyžadují, aby většina pracovišť a míst pro veřejnost, jakými jsou divadla, restaurace, rekreační části byla vybavena požárním alarmem, který současně bliká a zvoní, a varoval tak i sluchově handicapované lidi. Americká Epilepsy Foundation velmi důrazně doporučuje udržet míru blikajícího světla pod 2Hz s přestávkami mezi jednotlivými záblesky, opatření, které je obvykle realizováno, ale není důsledně vymáháno.

### Co mohou rodiče a uživatelé dělat?

Americká nadace Epilepsy Foundation vydala všeobecná doporučení pro televizní vysílání, která zahrnují následující:

- 1) Sledovat televizi v době osvětlené místnosti, aby se zredukoval kontrast mezi zářením z televizní obrazovky a světlem v okolí
- 2) Snížit jasnost televizoru

- 3) Dodržovat dostatečnou vzdálenost od televize (minimum je 1,5 m)

- 4) Používat dálková ovládání, abychom tak zajistili svou dostatečnou vzdálenost od obrazovky

- 5) Používat malé obrazovky. Pokud se díváme na větší televizní obrazovku je třeba zvětšit i vzdálenost od ní.

### Pro hraní videoher, jako dodatek k výše uvedeným opatřením, je doporučeno následující:

- 1) Uživatelé by neměli hrát, pokud jsou unavení, zejména pokud trpí nedostatkem spánku

- 2) Vyhnout se přílišnému pití alkoholických nápojů

- 3) Často zařazovat přestávky během hry a občas zaměřit zrak někam mimo obrazovku

- 4) Pokud se dostaví divné nebo neobvyklé pocity, hru vypnout. V případě pocitu záškubů v těle, zakrýt jedno oko rukou a okamžitě zaměřit pozornost jinam.

Monokulární vidění (zakrytí jednoho oka) je nejužitečnější postup, neboť funguje ve většině případů a stále subjektu dovoluje vidět. Je důležité si uvědomit, že pouhé zavření očí není prevencí na fotosenzitivní reakci, protože červené zbarvení světla prosvítající skrz oční víčko může být stejně tak provokativní.

Největším zájmem rodičů dětí, kteří pravidelně hrají videohry by měla být znalost, zda je jejich

## Odborné články

dítě fotosenzitivní, či ne. Pokud se epilepsie v rodině již vyskytuje nebo vyskytovala, zejména forma generalizované epilepsie (která je více než často spojená s fotosenzitivitou) a nebo pokud blízký příbuzný, např. sourozenec měl nebo trpí záchvaty způsobené světlem, bylo by rozumné konzultovat případný sklon k fotosenzitivitě s lékařem. Ke zjištění zda je subjekt v nebezpečí nebo je třeba dbát na jistá opatření stačí pouze podstoupit vyšetření EEG.

V dnešních dnech videohry obsahují běžné varování upozorňující hráče na nebezpečí záchvatu způsobené hraním videohry. Naštěstí ještě v ne-daleké budoucnosti, budou hry vybaveny prohlášením, zda jejich vizuální obsah byl kontrolován a je tak schválen epileptickou nadací Epilepsy Foundation a nebo zda obsah neprošel žádným omezením. Americká nadace pro epilepsii věří, že je zde trh pro „bezpečné“ videohry a že rodiče i uživatelé ocení příležitost vybrat si hru podle její vybavenosti užitečnými informacemi.

Jako celek se fotosenzitivita vyskytuje relativně zřídka a její mírná forma je podobná epilepsii, ale není jejím synonymem. Ztotožňování fotosenzitivních záchvatů s epilepsií a její prevence někdy vyvolávají zavádějící lékařské a veřejné zdravotní otázky.

Velká část lidí postižených fotosenzitivitou si není vědoma rizik skrývajících se v okolním prostředí, která jsou všudypřítomná v moderní společnosti a náhodnou stimulací mohou způsobit záchvaty. Možnosti prevence a prostředky k zotavení jsou dosažitelné a mohou být přizpůsobeny specifickým potřebám jedince, což vyžaduje seriózní a individuální přístup ošetřujícího lékaře k pacientovi.

Americká nadace Epilepsy Foundation převzala vedoucí roli v rozvoji znalostí o potížích fotosenzitivity a jejich šíření mezi laickou veřejnost a odborníky.

*(Mudr. Giuseppe Erba, Epilepsy USA, leden/únor 2006) LZ*

## Z domova

### Zdolávat překážky v přírodě je hra a dobrodružství

Využijme pobyt v přírodě k tomu, abychom děti naučili něco nového. Aby se pohybovaly v přírodě rády a beze strachu – aby pro ně mělký potok či veliký balvan nebyly nepřekonatelnou překážkou.

Před výlety a procházkami v přírodě bychom měli sebe i své děti vybavit dobrou trekkingovou obuví. I pro malé děti jsou již k dostání kožené kotníčkové boty, které doma naimpregnujeme. Obchody nabízejí mnoho impregnačních prostředků různých typů – emulze, spreje, tekuté

prostředky. Jak dětem roste noha, je sortiment turistických bot stále širší.

Pro děti i dospělé také doporučuji speciální turistické ponožky – jsou z materiálů, které v sobě nezadržují vlhkost, ale propouštějí ji směrem ven,

takže nohy jsou neustále v suchu. Jsou také upraveny tak, aby se na noze neshrnovaly a nezpůsobovaly zbytečné otlaky. Moje rodina je také velice spokojena s prádlem vyrobeným ze speciálních vláken, obdobně jako je tomu u ponožek. Setkáte se s ním dokonce již i v hypermarketech, a věřte mi, že počáteční investice se vyplatí. Zpočátku vám zřejmě bude stačit tenčí triko s krátkým rukávem, na podzim přidejte teplejší triko s dlouhým rukávem, nebo dokonce i s rolákem na zip. Toto prádlo můžete vrstvit, takže nebudete „nabalení“, a přitom pocítíte neobvyklou tepelnou pohodu. Na ostatním oblečení již tolik nezáleží, pouze kalhoty by měly dobře padnout, aby nebránily v pohybu. A nezapomeneme na repelent a zejména na ošetření oděvu proti klíšťatům a také proti bodavému hmyzu.

### Padlé stromy

Postupně děti seznamujeme s překážkami, se kterými se v lese mohou setkat. Musíme jim například vysvětlit, že padlé stromy jsou pro ně bezpečné, jen pokud opravdu leží na zemi. Jakmile je strom trochu výš nad zemí, může být nestabilně zapřený o další strom nebo pařez a pak stačí i lehký impuls a může se zřítit. Zásadně také dětem zakážeme poskakovat po nařezaných kuláčích, tedy po dřevě připraveném dřevaři k dalšímu zpracování. Takto narovnané dřevo je nestabilní a velmi nebezpečné.

Když tedy strom leží opravdu na zemi a pohyb na něm je bezpečný, můžeme s dětmi lézt napříč přes strom, nebo zkusit zdolat strom od místa,

kde se zlomil nebo vyvrátil, až po špičku. Zkusme podpořit soutěživost dětí – každý přechod stromu bez doteku země můžeme obodovat a nakonec vyhlásit vítěze. Nápadů, jak si zasoutěžit, jistě budete mít víc. Soutěže volíme raději krátkodobější, aby děti nepřestaly bavit.

### Skalky a balvany

Oblíbenou zábavou mých synů je také lezení na různé skalky. Starší syn už jako batole lezl na kdejaký padlý patník a po jeho zdolání si nahoře stoupl a s úsměvem všem okolo oznamoval: „Hele, fpanu“ („Hele, spadnu“). Časem se ovšem oba kluci zdokonalili, a nyní slézají jednu skalku



třeba i mnohokrát za sebou a hledají nové cesty nahoru. Snad nejdůležitější je vysvětlit dětem, že mají mít vždy „tři jisté body“ – tedy drží se oběma rukama a jedna noha stojí na bezpečném stupu, nebo se drží jednou rukou a obě nohy stojí na bezpečných stupech. Nikdy nelezeme po kolenou, ale využíváme celý pohybový rozsah končetin. Vždy je nutné vyzkoušet bezpečnost

## Z domova

následného bodu. Tedy například: obě nohy stojí na bezpečných stupech, jednou rukou se dítě bezpečně drží a druhou rukou hledá bezpečné místo, kde se může chytit. Najde-li příhodné místo, musí výčnělek rukou uchopit a velmi silným zacloumáním vyzkoušet, zda se výčnělek neulomí. Stejný postup platí i pro nový stup, tedy místo, kde se bude opírat noha při dalším kroku. Samozřejmě, že s dětmi začínáme na malých skalkách, kde jim můžeme poskytnout bez problémů „záchranu“. Nedoporučuji ale dítě při lezení stále držet, protože by si na to zvyklo.

*autor: Lenka Světová, Děti a my, 3/2006*



## Zajímavosti

### Navštivte některý z těchto zámků

#### Liběchov a okolí

Bývalá okrouhlá vodní tvrz, která se více jak z poloviny zachovala i když renesančně rozšířena. K ní přistavěl v letech 1720 – 1730 M. Kaňka



novou budovu. Po úpravách v letech 1783 a hlavně 1811 získal zámek klasicistní výraz. Roku 1801 koupil Liběchov všestranně úspěšný průmyslový podnikatel Jakub Veith, za jehož syna

Antonína se v zámeckých interiérech, nově vyzdobených nástěnnými malbami Josefa Navrátila, scházeli představitelé všech složek tehdejšího společenského života, především vzdělanci a umělci. V roce 1963 zámek převzalo Národní Muzeum v Praze.

Poblíž Liběchova lze nalézt skalní plastiky vytesané bývalým kuchtíkem na zámku, později uznáva-

ným sochařem Václavem Myslbekem. Nejznámějšími plastikami jsou Čertovy hlavy.

Co zde krásného uvidíte: expozice asijských kultur – umělecká řemesla, keramika, porcelán, textil, plasty, šperky aj.

Dále krásnou krajinu plnou vytesaných plastik z pískovce



Délka prohlídky: zámek 90 min. Okolí dle časových možností, celková trasa je dlouhá 12 km

### Dobříš

Rokokový zámek s výraznou fasádou. Pochází z let 1745 – 1765 kdy přestavbu uskutečnil Jindřich Pavel Monsfeld. Jeho dcera Marie Isabella byla provdána za Frant. Gundakara Colloreda. Tento rod zde pobýval do 2. světové války. V roce 1942 byl zámek vyvlastněn nacisty a v roce 1945 připadl státu a byl užíván téměř 50 let jako Domov spisovatelů. V roce 1998 byl navrácen spolu s parkem s pěti výškově odstupňovanými terasami a rampami s plastickou výzdobou. Pohledovou osu uzavírá schodiště s fontánou a oranžerie, na který navazuje romantický anglický park.



Co zde krásného uvidíte: 11 pokojů ve stylu rokoka a klasicismu v parku bohatou sochařkou výzdobu

Délka prohlídky: zámek – 60 minut

Park – podle času

Pro malé děti je v zámeckém parku dětské hřiště.



# Poradny

## **CENTRUM PRO EPILEPSIE HOMOLKA, PRAHA.**

Garanti: Za epileptologii dospělých prim. MUDr. Miroslav Kalina, MUDr. Zdeněk Vojtěch. Za epileptologii dětí: Doc. MUDr. Vladimír Komárek, CSc., (tel.: 224 433 300 Motol). Na Homolce, neurologie, Roentgenova 2, 151 19 Praha 5, tel. 257 272 634. Ordinance **epileptologická i epileptochirurgická** je na výše uvedeném čísle.

**CENTRUM PRO EPILEPSIE BRNO.** I. neurologická klinika LF MU, FN U sv. Anny, Pekařská 53, Brno 656 91, [www.med.muni.cz/1neuro1](http://www.med.muni.cz/1neuro1). Komplexní péče o epileptické pacienty, především o problematiku případy (protizáchvatová poradna, EEG laboratoř s video-EEG monitorováním, epileptologická lůžka, diagnostika, farmakoterapie, chirurgická terapie). Kontakt: doc. MUDr. M. Brázdil, PhD. 543 182 639, [mbrazd@med.muni.cz](mailto:mbrazd@med.muni.cz), MUDr. I. Novotná, 543 182 632, [irena.novotna@fnusa.cz](mailto:irena.novotna@fnusa.cz). *Neurologická poradna pro ženy s epilepsií*: prim. MUDr. R. Kuba, 543 182 626, [robert.kuba@fnusa.cz](mailto:robert.kuba@fnusa.cz). *Děti a dorost*: Klinika dětské neurologie, FN Brno, pracoviště Dětská nemocnice, Černopolní 9, Brno 625 00. Kontakt: prim. MUDr. H. Ošlejšková, 532 234 911, 532 234 915, [hoslej@fnbrno.cz](mailto:hoslej@fnbrno.cz). Nutno se objednat na 532 234 917.

**EPILEPTOLOGICKÁ PORADNA PRO DĚTI A DOROST:** Doc. MUDr. Radomír Šlapal, CSc., 678 01 Blansko, Nádražní 10, tel. 516426435, mobil 739 095 686, e-mail: [slapalr@seznam.cz](mailto:slapalr@seznam.cz)

**CENTRUM PRO EPILEPTOLOGII A EPILEPTOCHIRURGII FTN** (Fakultní Thomayerova nemocnice Krč): Vídeňská 800, Praha 4, Garanti: děti a dorost – pavilon U, prim. MUDr. J. Hadač, tel.: 261 082 412. Také dětská psychologie. Dospělí – as. MUDr. J. Zárubová, tel.: 261 082 375, e-mail: [zarubova@ftn.cz](mailto:zarubova@ftn.cz).

**PORADNA PRO ZÁCHVATOVÁ ONEMOCNĚNÍ, NEUROLOGICKÉ ODDĚLENÍ, NEUROPSYCHIATRICKÉ CENTRUM, NEMOCNICE NA FRANTIŠKU, PRAHA 1** (farmakorezistentní epilepsie, video-EEG, epileptochirurgie, neuro-

psychiatrická problematika). Garanti za dospělé nemocné: Doc. MUDr. Jiří Hovorka, CSc., MUDr. Tomáš Nežádál, garant pro psychiatrii: MUDr. Erik Herman. Tel.: 222 801 277, 222 801 221, e-mail: [neuropsych@nnfp.cz](mailto:neuropsych@nnfp.cz). Dětsíí pacienti ve spolupráci s CENTREM FTN, Krč, garant: prim. MUDr. Jan Hadač, as. Mudr. Jana Zárubová.

**EPILEPTOLOGICKÁ** as. MUDr. Evžen Nešpor, tel.: 224 965 051, Kateřinská 30, Praha 2.

**PRO RODINY DĚTÍ S EPILEPSIÍ (1 MĚSÍC – 18 LET).** Problematika atypických záchvatů – neepileptické záchvaty a poruchy chování (video-EEG), JIME, léčba nevládnutelných 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, CSc., přednostka kliniky dětské neurologie FN Motol, tel. 224 433 300, V úvalu 84, 150 00 Praha 5, fax/zázn.: 224 433 322 (po, út, čt – nutno se objednat).

## **CENTRUM PRO EPILEPSIE MOTOL, PRAHA.**

**Garanti:** Za epileptologii dětí: Doc. MUDr. V. Komárek, CSc. Za epileptologii dospělých: MUDr. P. Marusič. **Kontakty:** Klinika dětské neurologie, doc. MUDr. V. Komárek, CSc, MUDr. L. Faladová, MUDr. V. Sebroňová, MUDr. P. Kršek, tel: 224 433 300, fax/zázn.: 224 433 322, e-mail: [vladimir.komarek@lf2.cuni.cz](mailto:vladimir.komarek@lf2.cuni.cz), [ludvika.faladova@lf2.cuni.cz](mailto:ludvika.faladova@lf2.cuni.cz), [vera.sebronova@lfmotol.cuni.cz](mailto:vera.sebronova@lfmotol.cuni.cz), [pavel.krsek@post.cz](mailto:pavel.krsek@post.cz). Neurologická klinika, V Úvalu 84, 150 06 Praha 5, MUDr. P. Marusič, MUDr. H. Krijtová, MUDr. M. Tomášek, tel: 224 436 869, 224 436 860, e-mail: [petr.marusic@fnmotol.cz](mailto:petr.marusic@fnmotol.cz), [hana.krijtova@fnmotol.cz](mailto:hana.krijtova@fnmotol.cz), [tomasek@fnmotol.cz](mailto:tomasek@fnmotol.cz). Web: <http://epilepsie.lf2.cuni.cz/>.

**NEUROCENTRUM PRAHA, PORADNA PRO EPILEPTOCHIRURGII A NEUROCHIRURGII (DĚTÍ A DOSPĚLÝCH).** MUDr. Živný, Stamicova 21, Pha 6, Mgr. Jana Woleská (klinická psychologie a psychoterapie) PaedDr. Jitka Tučková (klin. logopedie). Objednání: tel. 233 018 213, 604 265 487, e-mail: [ambulance@neurocentrum.cz](mailto:ambulance@neurocentrum.cz), konzultace online 603 740 167.

**GENETICKÁ PORADNA.** MUDr. J. Židovská, CSc. Dětská klinika 1. LF UK a VFN, Ke Karlovu 2, Praha 2, budova A, 2. patro, tel.: 224 967 171, 175.

**EPILEPTOLOGICKÁ PORADNA PRO DĚTI A DO-ROST.** Prim. MUDr. M. Kunčíková, FNsP-DNK Ostrava-Poruba, 17. listopadu 1790, tel. 597 373 610.

**KLINIKA U SV. KLIMENTA.** Prekoncepční poradenství pro pacientky s epilepsií. Neurologická ambul. as. MUDr. Jana Zárubová: objednávkový u vrchní sestry p. I. Hrodějkové. Kostelní 9, 170 00 Praha 7, tel.: 222 313 000/118, 777 622 245, e-mail: info@gennet.cz, www.gennet.cz.

## Klub „E“ a kontakty

**KLUB „E“ PRAHA** – sekretariát Liškova 3, Praha 4, tel./fax: 241 722 136, e-mail: cea@volny.cz, klub: p. Hora: 736 688 990, p. Derflová: 723 159 325, p. Váchová: 286 888 418 (více v rubrice ze Společnosti „E“ Zajímavosti, novinky, různé akce a fotografie z akcí, které pořádá Pražský klub E si můžete přečíst a prohlédnout na internetové adrese [www.nezklub.cz](http://www.nezklub.cz) v sekci „casopis“.

**KLUB „E“ BRNO** – schůzka první úterý v měsíci 10.00–14.00, třetí čtvrtek v měsíci 10.00–19.00 hod. – Kounicova 43. Vycházky, plavání, keramika. Dospělí – M. Davidová, Černého 36, 635 00 Brno, tel. 546 212 122, mob. 777 260 619, e-mail: davidovamil@atlas.cz.

**KLUB „E“ BRNO – DĚTI** – schůzky každý první čtvrtek v měsíci 15.00–18.00 hod. – Kounicova 43, relaxační cvičení v době schůzek. Keramika každé úterý 17–18.30 hod. Plavání pro děti není, kdo má zájem, může chodit s dospělými 1. čtvrtek v měsíci – zajišťuje M. Davidová.

**KLUB „E“ KARLOVY VARY** – Plavání pro děti s epilepsií. Kontakt.: MUDr. I. Heineková, Bezručova 10 tel.: 353 230 885.

**KLUB „E“ OSTRAVA** – každé 3. úterý v měsíci v 15.30 hod. v prostorách Diecézní charity ostravsko-opavské, Kratochvílova 3, Ostrava. Mgr. Petra Barabášová, [petra.barabasova@centrum.cz](mailto:petra.barabasova@centrum.cz), tel. 604 817 464

**KLUB „E“ RYCHNOV NAD KNĚŽNOU** – o všech aktivitách klubu a o aktuální činnosti Vás bude informovat paní dr. Zachariášová, tel.: 494 533 978, Českých Bratří 1388, 516 01 Rychnov nad Kněžnou

### KONTAKTY

**BRNO** – Pavla Vydrová, Lýskova 5, 635 00 Brno, tel.: 546 212 394, 608 571 898.

**OLOMOUC** – J. Šufanová, Sladkovského 1200/1D, 772 00 Olomouc – Hodolany.

**PLZEŇ** – Josef Pop, tel.: 377 826 003, 728 777 643.

**LIBEREC** – Dagmar Šlechtová, Oáza zdraví, Náchodská 116, 460 01 Liberec, tel. /fax.: 485 103 456, 602 295 795, e-mail: [dagmar.slechtova@volny.cz](mailto:dagmar.slechtova@volny.cz)

**OSTRAVA** – J. Kempný, tel.: 596 887 306, Spodní 1265, 739 34 Šenov, T. Legerski, e-mail: [legerski@seznam.cz](mailto:legerski@seznam.cz), P. Barabášová, tel.: 604 817 464

### AURA – informace o epilepsii

Vychází 12x ročně • Náklad 1500 výtisků • Vydavatel a redakce: Společnost „E“ (Czech Epilepsy Association), Liškova 3, 142 00 Praha 4 • číslo účtu: 1922992389/0800

• tel/fax: 241 722 136 • E-mail: [cea@volny.cz](mailto:cea@volny.cz) • <http://www.epilepsie.ecn.cz> •

Šéfredaktor: Kateřina Löserová • Příspěvky nejsou honorovány a nevracejí se •

Závěrka čísla 167: 13. srpna 2006 •

Tisková předloha: Vladimír Ludva • Tisk: VOŠTĚP, s. r. o. Brno



**Společnost GlaxoSmithKline  
je partnerem Společnosti „E“.**