

„Znáte hodnotu svého PSA?“ ptá se urolog

Vyšetření prostaty stále patří mezi témata, o kterých se lidé stydí mluvit. Urologický týden, který se bude konat v polovině měsíce, se pokusí muže informovat o prevenci rakoviny prostaty a přimět je k návštěvě lékaře.

Mikuláš Myslbek
spolupracovník MF DNES

NOVÉ MĚSTO Uchopit do rukou nástroje a pomalu zasponkovat cévy, které vedou do rakovinou napadené prostaty. Stačí jeden špatný pohyb a pacient se během takové laparoskopické operace může ocitnout v ohrožení života.

Pro studenty a začínající lékaře je však na Urologické klinice 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice k dispozici jeden z nejmodernějších trenážerů, na kterém si svoji budoucí práci mohou nacvičit. Kromě samotných operací se studenti na stroji naučí odhadovat vzdálenosti a šetrně používat laparoskopické

náčin. „Nové technologie zpřesňují práci operatérů a zajišťují pacientům větší bezpečnost,“ říká přednosta kliniky Tomáš Hanuš.

Do tamější nemocnice letos přibyl i nový endoskop, díky kterému lékaři uvidí vnitřek těla v nejlepším rozlišení, jež v republice nemá obdoby. „Je nutné, aby špičková klinika disponovala zařízeními, která slouží k výcviku moderních operačních metod a která umožní záznam a přenos operačních výkonů a přednášek do učeben,“ vysvětluje přínos nových přístrojů děkan 1. lékařské fakulty UK Aleksi Šedo.

Nová technika obohatila kliniku v roce jejího čtyřicátého výročí, které připadá právě na letošek.

Rok prevence se zaměří na prostatu

Kromě transplantace ledvin se klinika věnuje všem problémům močového ústrojí. Jedním z těch nejzávažnějších je rakovina prostaty.

„Právě karcinom prostaty je nejčastější nádorové onemocnění u mužů a druhá nejčastější příčina úmrtí z onkologických diagnóz,“ vypočítává bilanci primář a zástupce přednosty kliniky pro léčebnou péči Libor Zámečnick.

Tématu urologických nádorů a zejména nádorů prostaty se bude věnovat i letošní Urologický týden v



Laparoskopický trenážer. Studenti a lékaři se učí operovat nanečisto na trenážeru. Foto: Petr Heřman

polovině září. „Jsme rádi, že máme nové možnosti léčby včetně nejmodernějších technologií, ale v medicíně je velmi důležitá i prevence. I proto se připojujeme k aktivitám Urologického týdne i k celoroční akci Všeobecné fakultní nemocnice Rok prevence,“ vysvětluje Zámečnick.

Nemocnice se tak rozhodla posta-

vit na Karlově náměstí v centru Prahy stan, v němž budou lékaři a sestry informovat kolemdoucí o prevenci nádorů. Součástí akce bude i možnost diskrétního vyšetření močového ústrojí ultrazvukem.

„Sestry z kliniky budou na místě také bořit mýty o vyšetření prostaty, kterého se spousta mužů bojí, ale ve skutečnosti není bolestivé.

Mužů se dále například budeme ptát, jestli už někdy v životě na vyšetření prostaty byli,“ nastiňuje program akce primář.

Na zájemce podle primáře čeká i možnost vyzkoušet si práci lékařů. „Lidé si budou moci vlastníma rukama osahat několik modelů prostaty, které máme pro mediky, a poznat tak i pohled z druhé strany,

když pacienty vyšetřujeme,“ vysvětluje netradiční doplněk dne Zámečnick.

Jeden ze sloganů, které lékaři pro akci zvolili, je otázka „Znáte hodnotu svého PSA?“, která neodkazuje na domácího mazlíčka, ale na prostatický specifický antigen, který slouží k diagnostice tohoto nádorového onemocnění.

„Odběr krve je kromě ultrazvuku a pohmatové kontroly prostaty jedním ze standardních preventivních vyšetření,“ doplňuje primář.

Nejdůležitějším opatřením je u karcinomu prostaty právě prevence. Za posledních třicet let se v České republice diagnostikovalo pětkrát více případů onemocnění.

„Toto číslo není dáno tím, že by nádorů bylo více, ale včasným zachycením nádoru. Léčit se nám daří až devadesát procent případů. I přesto ale v Česku na rakovinu prostaty ročně zemře patnáct set mužů,“ poukazuje na statistiky Zámečnick.

Nemoc se za život nevyhne až dvacet procentům mužů. „Zatím se můžeme zabývat pouze sekundární prevencí, tedy vyhledáváním ohrožených mužů, u kterých rakovina vybuchne geneticky. Primární prevence, kdy bychom věděli, čemu se vyhnout nebo co jíst, zatím není,“ doplňuje Zámečnick.

Nabídka z Prahy Zájmové kroužky

Rodičovské dilema: kam s dítětem odpoledne

Kromě začátku školy čeká v září vás i vaše ratolesti ještě další starost: jak a čím zabavit děti poté, co výuka skončí. Družina je sice fajn, ale kromě ní byste měli popřemýšlet ještě nad dalšími aktivitami.

Lenka Brdková
spolupracovnice MF DNES

Jaký kroužek vybrat? Stačí jeden, nebo víc? A jak poznám, co bude dítě bavit? Na to neexistuje univerzální odpověď. Každé dítě je totiž jiné a má vlohy k jiným věcem. I když pomineme základní umělecké školy, do nichž probíhaly talentové zkoušky už na sklonku loňského školního roku, je nabídka poměrně široká, zvláště ve větších městech. Vedle nejrůznějších

sportovních oddílů a domů dětí a mládeže pořádají kroužky i samotné základní školy.

Při výběru byste kromě vloh dítěte měli zvažovat také jeho věk, cenu kroužku a hlavně možnosti dopravy na kroužek a z něj domů. Prvník nebo druhák totiž jen těžko bude cestovat sám z jedné aktivity na druhou a pak ještě domů. Pro takové případy jsou ideální zájmové kroužky konané přímo ve škole, do níž dítě chodí. Obvykle totiž fungují tak, že vedoucí kroužku si děti vyzvedne v družině a po skončení je do ní zase vrátí. Jedna ze zájmových aktivit by měla být pohybová – dnešní děti toho nasedí totiž nepoměrně více než předchozí generace. Už jen proto, že svůj volný čas tráví často u počítače.

V případě holčiček jde obvykle o nějakou formu tance, kluci mají rádi florbal, fotbal či jiný míčový sport. Mějte na paměti, že kolektivní sport dá dítěti ještě jiné benefity než jen pohyb. Naučí jej spolupráci, ale také prohře a neúspěchu, což v dnešních rodinách, kde je ne-

zřídka jen jedno dítě, není zas tak častá zkušenost. Vedle pohybu byste měli zvolit i aktivitu rozvíjející motoriku ruky – k tomu jsou ideální výtvarka, keramika či kroužek ručních prací.

Prvníáci, pro které je ve škole všechno nové, by měli mít maximálně dva kroužky, ale i starším dětem na prvním stupni ZŠ byste měli nechat alespoň jedno, ale ještě lépe dvě odpoledne v týdnu volná – na hraní, na kamarády, na to být jen tak doma. I když i tady existují výjimky – každý prostě zvládne jiný „zápřah“. I když budete zájmové aktivity vybírat společně s dítětem, může se stát, že po pár týdnech nebude chtít na kroužek chodit.

Pokud jste si jisti, že se mu tam ne děje nic špatného, měli byste trvat na tom, aby dítě vydrželo alespoň do pololetí. Z hlediska přípravy na dospělý život totiž není dobré ve všem dítěti vyhovět. Může se stát, že potomek za pár dnů názor zase změní. A pokud ne, naučí se tím zodpovědnosti, vytrvalosti a překonávání jistého nepohodlí.



Hlavně pohyb. Jedna ze zájmových aktivit by měla být pohybová – dnešní děti toho nasedí totiž více než předchozí generace. Foto: Profimedia

INZERCE

DDM hl. m. Prahy

- kroužky
- kurzy
- dílny
- ateliéry

www.ddmp Praha.cz

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE PRAHA 5

NABÍDKA ZÁJMOVÝCH ÚTVARŮ NA ŠKOLNÍ ROK 2015/2016

DŮM DĚTÍ A MLÁDEŽE PRAHA 5
ŠTEFÁNIKOVA 235/11, 150 00 PRAHA 5
TELEFON +420 257 323 918

e-mail: info@ddmp Praha5.cz
www.ddmp Praha5.cz

KURZY TENISU

nábor pro děti od 4 do 15 let

tréninky přímo v ZŠ

včasný zápis: Raketa HEAD + sleva 20%

www.talent.cz tel.: 777 260 262, 603 527 172

SPIRÁLA

Dům dětí a mládeže Praha 8

otevřít ve školní roce 2015-2016 řadu nových kroužků pro děti, mládež, dospělé a seniory.

Nabízíme: kroužky výtvarné, divadelně-dramatické, sportovní, taneční a pohybové, předškolní, hudební, přírodovědné a technické, herní a mnoho dalších.

www.spiralapraha8.cz
e-mail: info@ddmp Praha8.cz, tel.: 233 553 790,
www.facebook.com/pages/Spirala-DDM-Praha-8

Fakta

Kam pro radu?

inlineskola.cz

KROUŽKY INLINE BRUSLENÍ

Inline bruslení zábavnou a hravou formou pro děti 5-12 let. Procvičíme jízdu, bezpečné brzdění i zatáčení.

Lokality: Modřany, Nové Butovice, Ládví, Strahov, Letná

Více info na www.inlineskola.cz, info@inlineskola.cz

V poslední době si rodiče školáků oblíbili **testy talentových předpokladů**, které odhalí, na jaký sport, umělecký kroužek nebo jinou aktivitu má jejich dítě talent. Další možností je **zajít s potomek za dětským psychologem**, který vhodný zájem doporučí na základě pohovoru. I tak nejlépe osvědčenou metodou zůstává **konzultace se zkušenými pedagogy**, kteří zájmy svých žáků dokážou nejlépe odhadnout z jejich chování.