



Devět desetin našeho štěstí spočívá výlučně ve zdraví. S ním se stává všechno zdrojem požitku. Naproti tomu bez něho není žádný vnější statek, ať je jakéhokoliv druhu, uchopitelný.

Arthur Schopenhauer



Březen 2007

XORS
office

www.xorsoffice.cz

společnost
C-M-T

www.c-m-t.cz

Příloha k Bulletinu C-M-T č. 19 - březen 2007

Střípky



Březen 2007

Z obsahu:

Úvod str. 2

Dotazy str. 3

Zdraví a zajímavostistr. 3

Internetstr. 7

Příběhy čtenářů..... str. 15



**Zpravodaj Společnosti C-M-T je dotován
Ministerstvem zdravotnictví ČR**

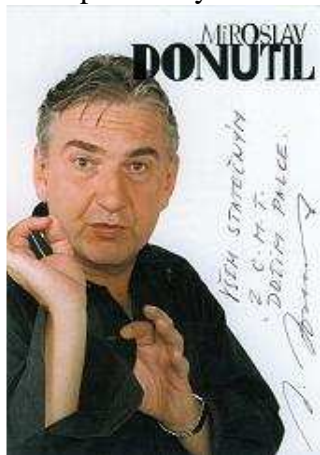
Úvod

Nevím, jestli jste si toho všimli, ale jaro už nejspíš přišlo. Pozdní podzim přešel v lednu do předjaří a od prvního března je tady jaro. Nemá smysl dívat se do kalendáře nebo čekat na astronomické postavení Země. Jaro je prostě tady a to je fakt. Až se louky pokryjí barevným kobercem bylin, rozvoní bezpočtem vůní, rozbzučí včelami a až si do těch bylin lehnete a budete se dívat na plující oblaka, tak budete mít pocit, že jaro dorazilo i k vám.

Věra Kuncová

Miroslav Donutil

Miroslav Donutil, jeden z nejlepších a nejrespektovanějších českých herců se narodil v Třebíči a vyrůstal ve Znojmě, většinu svého dětství, ale nakonec prožil v Brně. Už mnoho let dodržuje člen činohry Národního divadla Miroslav Donutil zavedenou tradici. V okamžiku, kdy se prázdniny přehoupnou do druhé poloviny, sbalí kufry a odjíždí do lázeňského letoviska Aurora v Třeboni. Na jihočeský pobyt se těší mnoho měsíců dopředu. "Zdejší lázně jsem si zamiloval. Je tady nádherný klid, pěkné prostředí a vynikající personál. Navíc mi zdejší skvělé procedury skutečně pomáhají "



VŠEM STATEČNÝM
Z C.M.T. DRŽÍM PALCE.

M. Donutil

svobodu po měsíci, posledního propustili po půldruhém roce. Každému „přišli“ diagnózu a poté léčili už jen podle diagnózy, ne podle faktického stavu. Psychologové poté vydali pro veřejnost cennou radu: Dostanete-li se omylem na psychiatrii, neříkejte, že jste normální a že vám nic není. Tím psychiatry jen utvrdíte v opaku. Nejlepší je říkat – už se cítím lépe. To zalichotí jejich vědecké ješitnosti a časem vás „sami“ vyléčí a propustí.

Chlípák?

Na jedné naší společné třídní besedě v podtatranské chalupě s námi byla i jedna pedagožka s desetiletým synkem. Pochlubila se, že ho vychovává tak, že ho nevychovává vůbec. Bylo to vidět. Jinak ale ráda přednáší o dětech. Jednou ráno zabral hošík záchod, sloužící celé chatičce, ve které nás spalo asi patnáct. Vesele si tam zpíval. Měl talent a výdrž, trávil tam celé ráno. My ostatní z chatičky jsme byli nuceni nečekaně vyhledávat, celí rozespálí a v nočních úborech, okolní přírodu, kde jsme o sebe málem zakopávali. Asi dvakrát jsem musel čelit nevraživým pohledům překvapených dam, na které jsem neúmyslně narazil. Připadal jsem si jako chlípák. Do konce pobytu jsem pak před nimi uhýbal pohledem. Když jsem už energicky zaklepal na dveře stále obsazeného záchodu, ustal hošík ve zpěvu a ochotně zvolal – Dále. Jak situaci řešila jeho maminka, se mi nepodařilo zjistit. Nebyla k vidění.

pokračování příště...

Příjemné jaro, krásné Velikonoce a mnoho pohody vám všem přeje

Věra Kuncová



Přišlo jaro, slunce svítí,
v zahradách je plno kvítí.
Co to ptáci štěbetají?
Že mi tady rádi dají,
malovaná vajíčka,
co jim snesla slepička.



Brzy vystoupali až na samotný vrchol a mohli spatřit kouř vycházející z několika chatrčí z hlíny kamení a větví. Byly postaveny tak aby vždy alespoň jednu stěnu tvořila přilehlá skála.

pokračování příště...



Další povídky na pokračování od pana Karla Funka – Trapasy. 1.díl

S doktorem Rejdákem na psychiatrii

Na prahu dospělosti jsem se setkal s tajemnými jevy parapsychologie a zahořel po jejich bližším poznání. Dokonce jsem se pak stal členem Psychotronické sekce Československé akademie věd, kterou vedl dr. Rejdák. Můj tehdejší big-beat'ácko-hippiesácký zevnějšek ale některé ctihodné vědátoři asi poněkud provokoval, takže jsem z jejich pohledů četl – co tenhle tady dělá? Na to jsem ostatně byl tehdy od starší generace zvyklý a měl jsem to jako test tolerance jednotlivých lidí. Brzy jsem účast v sekci vzdal, spíše ale proto, že jsem pochopil, že ani tudy pro mne cesty nevedou. Jedna cesta odtud ale vedla. Do Bohnic. Kdosi mi řekl, že dr. Rejdák bude v sále psychiatrické léčebny v Bohnicích promítat psychotronické filmy, třeba s tehdejší věhlasnou ruskou pokusnou senzibilkou Kulaginou. To jsem si nechtěl nechat ujít, tedy jsem do vrátnice ústavu přiklusal s velkou rezervou a ptal jsem se bezelstně vrátne, kdeže jsou tu ty filmy. Ta odvětila, že jen v neděli pro pacienty. Trval jsem na svém, že za chvíli tu musí být nějaké filmy. Už nevráživěji řekla, že ne. I já jsem přitvrdil na tónu a dožadoval se filmů. Posílala mne pak do místního kina v obci Bohnice, ale stál jsem na svém, že tady a teď. Oba jsme se na sebe mračili a mručeli, když náhle rozjasnila tvář a začala na mne mažlivě šíšlat: A že kterýhopak vy šte utek pavilónu, čo? Pomalu jsem pochopil situaci a rychle se vzdálil na ulici, ohlížeje se přes rameno, jestli už na mne nevyslala hromotluky se svěřací kazajkou. Na chodníku ale už přicházel dr. Rejdák, který mne poučil, že jde o přednášku, která bude doplněna filmy. O přednášce vrátne samozřejmě věděla.

Kdysi prý učinili američtí psychologové pokus u svých kolegů psychiatrů, a dvacet psychologů se k nim nechalo zavřít, předstírajíce nějakou potíž. Poté se už ale chovali normálně. První se dostal na

Dotazy

Dotaz:

Dobrý den, dnes jsem byl informován, že budu muset vracet příspěvek na provoz mot.vozidla. Jsem majitelem vozu a ten používám k přepravování nevlastní dcery (ZTP). S její matkou jsme oddáni. Mohu se považovat za blízkou osobu ve smyslu §36 vyhl.182/1991? Podle sdělení úřednice touto osobou nejsem. Příspěvek dostávám již 3 roky prý neoprávněně. I kdyby tomu tak bylo, jsem povinen příspěvky již vyplacené vrátit?

Odpověď:

Úřednice nemá pravdu, pokud jste manželé, bydlíte ve společné domácnosti a staráte se společně o dceru, tak nárok máte. Podejte odvolání. Navíc již tři roky tuto skutečnost úřednice znala.



Dotaz:

Dobrý den. Vlastním průkaz ZTP/P a narazila jsem na problém s věkem průvodce. Nikde jsem nevyčetla kolik musí být průvodci minimálně let. Musí být plnoletý? Opravdu nemohu, např.ve vlaku mít s sebou 17letého průvodce, který tím pádem má jízdenku zdarma? Předem děkuji za odpověď. Vinšová

Odpověď:

Soukromě můžete jít s kým chcete, ale profesní pracovník z nějaké organizace by měl být plnoletý a vyškolený = odpovědnost.



Zdraví a zajímavosti

Čeští vědci vynalezli samo-dezinfekční obvazy

Čeští vědci z pražské Univerzity Karlovy a liberecké Technické univerzity se mohou pyšnit unikátním objevem, který může revolučním způsobem pomoci při léčbě zraněných pacientů. Vylepšením velmi tenkých syntetických vláken, takzvaných nanovláken, vyvinuli náplasti a obvazy, které mají samo-dezinfekční vlastnosti. Nový způsob výroby

nanovláken, který vůbec poprvé umožnil jejich průmyslové využití, objevili před více než dvěma lety vědci Technické univerzity v Liberci. Tento výjimečný materiál, jehož tloušťka kolem 200 nanometrů je viditelná pouze elektronovým mikroskopem, může být přitom využit nejen na náplasti a obvazy v lékařství. Vědci a firmy jej začínají používat i v dalších odvětvích, například stavebnictví či letectví. "Samotná tkanina z nanovláken je schopná díky malým pórům zadržet bakterie a některé větší viry," řekl Právu spoluobjevitel patentovaných samo-dezinfekčních nanovláken Jiří Mosinger z Přírodovědecké fakulty Univerzity Karlovy. Vědci ale museli zpočátku překonat velký problém, když zachycené bakterie časem i malými póry v nanovlákněch prorostly. "Nanotkaniny s takzvanými foto-senzitizery, což jsou chemické látky citlivé na světlo, však tento problém vyřešily. Na světle tyto látky totiž přenášejí svoji energii na kyslík za vzniku vysoce oxidativního, tzv. singletového kyslíku. Ten je pro mikroorganismy toxický a zabíjí je. Tím získávají nanotkaniny samo-sterilizující, auto-dezinfekční vlastnosti," vysvětlil Mosinger. Licenci na využití nanotechnologie, která vznikla na Technické univerzitě, vlastní liberecká firma Elmarco. Ta v květnu letošního roku otevřela svou první zahraniční pobočku v japonském městě Kóbe. Podle ředitele marketingu společnosti Petra Kužela o samo-dezinfekční náplasti a obvazy projevila zájem už řada renomovaných nadnárodních firem.

MIS, svj, [Právo](#)



Pomoc, ztratil jsem místo! Víte, kde vám poradí hned

Čtrnáct pracovníků call centra totiž celé dny radí a odpovídá lidem na jakékoli "pracovní" dotazy. Call centrum, je informační středisko zaměřené na pracovní problematiku. Už čtyři měsíce ho provozuje Ministerstvo práce a sociálních věcí. Za tu dobu se na něj obrátily více než tři tisíce lidí. "Máme k dispozici takzvanou znalostní databázi. To je seznam pěti stovek nejtypičtějších otázek a odpovědí. Ty jsou pak navíc rozdělené podle jednotlivých témat," přibližuje svou práci operátorka call centra Lucie Dolejšová. "Klíčové dotazy jsou prakticky stejné. Kdy se můžu zaregistrovat na úřadu práce, jaké doklady si musím vzít s

odmítavě hlavou. Pak se také batolili jako pavouk a ukazovali směr, ze kterého přišli. Rukama naznačovali velké stromy, pavučiny a vlnky na potoce. To všechno provázela kaskáda nejrůznějších zvuků mnohdy výmluvnějších než řeč rukou a mrštných těl.

Všiml si, že zatím co dva černovlasí kudrnáči se hlasitě pustili do zážitkem pořád ještě paralyzované Kiri, ta jen po očku sledovala Marka. Začal jí třít ruce a nohy aby se trochu prokrvily a za chvíli už byla schopna vstát. Usmála se na Marka zašklebením dítěte které nechce jíst polívku a začala se celá opatrně prohmatávat. „No jo nejspíš Ti nic nechybí“ uchechtl se Marek a zašklebil se na Kiri stejně vesele jako ona na něj. Kluci zatím kroužili kolem nich a něco sbíraly z trávy. „Ježíšmarjá, snad nebudu muset jíst nějaké potvory“ začal mít Marek obavu. „Kiri, Kiri!“ volali kluci utíkajíc k místu kde se dívka postavila. „Gega!“ „Kamu!“ zapištěla Kiri vesele a zajíkávě se zasmála. „Šťastní lidičkové.“ „Jakoby tu hrůzu ani nezažili“ přemítal Marek. Ucítil, jak do něj jeden z hochů šťouchnul prstem. Byl jen o malinko menší než Marek a zvědavě se na něj díval. „GEGA!“ vyslovil a prstem se dotkl své hrudi. Postavil se a s napětím sledoval co udělá Marek. „MAREK“ pronesl Marek co nejslavnostněji a ukázal na sebe. „TO, TOOO“ řekla Kiri podávajíc Markovi velké lesní jahody. Voněly tak nádherně, že ani nemusela Markovi pusou názorně předvádět co s nimi má udělat. Tak se Marek seznámil s Gegou, Kiri i Kamou-druhým z chlapců. „Co teď asi bude, kde mají domov, doufám, že mně jejich lidé nesežerou jako vzácného exota při nějakém šíleném rituálu.“ Tohle všechno se honilo Markovi hlavou. Byl si ale téměř jistý, že jeho obavy jsou zbytečné. Když znovu vstali a vyrazili po mnohem vyšlapanější stezce se zapadajícím sluncem v zádech. Po cestě ukazovali Markovi jeho noví přátelé všechny skryše, oblíbená místa a ta nejlepší naleziště hub a různých plodů.

Jak to asi bude vypadat doma u této podařené trojice si mohl Marek zatím jen představovat. „Jak se ale dostanu domů já?“ „A kde to mé doma vůbec je“ ptal se sám sebe v duchu už asi tisíckrát. „Vždyť absolutně nemám tušení jak jsem se sem dostal“ vzdychl a ani si nevšiml, že se před nimi objevil svah do kterého stoupala jen úzká stezka kolem níž se bujně rozstříkávaly nepokojné vlny většího potůčku

tomu zvláštnímu cizinci. Pavoukovi začalo ubývat sil a zůstal na moment strnule stát na místě jakoby smířen s rány, které na něj dopadaly. Pak ale zase trhaně skočil blíže směrem k chlapcům. Marek měl tím pádem trošinku vzácného času hodit zbytek hořících větví pryč a rychle přinést další hořící větev. Novou hořící kyticí smrkového klestí se pak spolu s dopadajícími kameny podařilo to čemu nikdo z nich už ani nevěřil. Potvora se vymrštila a rychle zmizela v hustém porostu. „Kéž bys běžel chcípnout stvůro.“ Řekl Marek nahlas a rychle se přiblížil k trojici. Začal pomáhat klukům s transportem Kiri co nejdál a co nejrychleji z toho nebezpečného místa.

Uprostřed nevelké mítinky se zrcadlila studánka a tam se mohli konečně zastavit. Položili Kiri do trávy a Marek se opatrně rozhlížel kolem. Zbylé dvě děti se velmi rychle vzpamatovali a začali na Marka mluvit, hulákat a skákat kolem něj jako blázni ukazujíc přitom na ležící Kiri. Marek je posunkem vybídl a společně se pokusili sundat z Kiri pavučinový obal. Nikdy by nevěřil že vlákno může být tak pevné a utažené. Obličej Kiri byl už značně promodralý. Na hrudi a zádech bylo vidět stopy po ostrých drápcích pavoučích nohou. Žádné stopy po kusadlech našťestí na těle neobjevili. To ale dvěma kamarádům, kteří neviděli u Kiri žádné známky života nebránilo v nešťastném a vystrašeném hořekování. „Klid!“ „Sakra, zklidněte se!“ Zařval Marek směrem k těm dvěma a začal zkoumat tep nešťastné Kiri. Zdálo se, že je už po všem ale Marek automaticky zaklonil hlavu bezvládné Kiri a odhodlal se bleskově k umělému dýchání z úst do úst. Ani nestačil pomyslet na nějaké hygienické zábrany. Šlo o život. Ještě že v kurzu dával dobrý pozor. Pamětliv slov instruktora za chvíli ucítil první reakci do té doby nehybné Kiri. Po přidavku asi deseti vdechnutí doplňovaných masáží srdce zjistil, že „mrtvolka“ na trávě začala dýchat sama. Z počátku váhavě ale brzy z plných plic. Hlasitým kašláním dávala Kiri celému okolí najevo, že se s ní už zase může počítat. „No jestli je tu takových drobečků víc tak se ani nedivím, že mi tady dole nebzučelo nic kolem hlavy.“ Zamumlal si Marek jen tak pro sebe, když si ošetřoval škrábance, které utržil od dorážejícího křížáka. Podíval se tázavě na kluky. „Po-Vu!“ Napodobil rukama pavoučí pohyby a z otázkou v obličeji ukázal rukama kolem sebe. Kluci začali hulákat a kroutit

sebou na úřad práce, kam se mám obrátit, když mi šéf tvrdí, že nemá na výplatu," vypočítává Tomáš Breuer. "Volají ale třeba i podnikatelé.

Kam, kdy a za kolik

- * kdy volat - od pondělka do pátku čeká na dotazy okolo práce v call centru celkem čtrnáct lidí, kteří pracují ve dvou směnách
- * kam volat - na číslo 844 844 803 je možné telefonovat od 8.00 do 20.00
- * kolik to stojí - minuta hovoru z pevné sítě stojí 1,53 korun, z mobilu 4,50 korun.

Dotazy je možné posílat i e-mailem na adresu callcentrum@mpsv.cz



Moderní vycházková hůl přivolá při pádu záchranku

Starší, postižení a nemocní lidé s omezenou pohyblivostí se již nemusí obávat o své zdraví na výslapech, ale i doma. Němečtí vynálezci přišli s inteligentní vycházkovou hůlí, která v okamžiku, kdy její majitel upadne, přivolá rychlou záchranou pomoc. Vědci z Fraunhofer Institute v Kaiserslauternu svoji počítačem a satelity jištěnou novinku pojmenovali i-Stick. Jedná se ovšem pouze o první vlašťovku z projektu "Asistované bytí", v rámci kterého vznikne mnohem více nových technologií, jež pomohou starším lidem. Senzory v i-Sticku nepřetržitě kontrolují, zda se neocitne hůl v horizontální poloze, například při pádu jejího majitele. Pokud se tak stane, vyšle kontrolní mechanismus signál, aby majitel hůl zvedl. V případě, že tak neučiní a hůl zůstane ležet na zemi, kontrolní box vytočí okamžitě záchranku, nebo číslo vybraného příbuzného. i-Stick je k dostání prozatím pouze v německých obchodech. Vynálezci stále hledají distributora, který by vycházkovou hůl prodal i za hranice Německa.



Autor: Famous

Ponožky proti zápachu - Zázračné ponožky: Se zápachem je konec!



PRAHA – Konečně už se nemusíte trápit zápachem nohou! Na internetu si můžete objednat ponožky, které vás tohoto nepříjemného problému zbaví!

Bavlněné ponožky Nanosilver s lycrou jsou totiž impregnované miniaturními částicemi stříbra. Tento kov svými antibiotickými účinky znemožňuje život bakteriím, které jsou původcem nepříjemného zápachu. Ponožky při pravidelném nošení zbavují nohy i plísně a urychlují hojení ran. K mání jsou za 200 korun.

Tady ponožky nakoupíte - <http://www.nanosilver.cz/shop/>



Léčba kočkou - na psy v roli doktorů jsme si sotva zvykli, a už tu je další chlupatý terapeut...

Felinoterapie je podpůrná léčba somatických, ale hlavně psychických poruch a zátěží lidské osobnosti formou kontaktu s kočkou – tolik oficiální definice. Řečeno jednoduše: nemocní, osamělí a utrápení lidé mohou opět nalézt ztracenou naději prostřednictvím láskyplné kočičí přítzně. **Hebká spolčnice.** Možná se divíte (hlavně vy, kteří kočky příliš neznáte), jak může tohle hrdé a nezávislé zvíře dát cizímu člověku najevo lásku a porozumění. Kdo však držel vrnící kočku v náručí, pochopí. Kočka sice neprojevuje divoké nadšení z vaší přítomnosti, neolizuje vám ruce ani obličej, pouhým pohledem a zapředením vás však dokáže zbavit stresu, zahrnout vás něhou a přesvědčením, že svět nemůže být tak úplně špatný. Tak kočky pomáhají při depresích, úzkostech a pocitech osamění, zmírňují vnímání bolesti po operacích a umožňují vytvoření nových citových vazeb.

Jak má vypadat? Na kočičí doktory se hodí jen zvířata klidná, vyrovnaná a společenská. Musí dobře snášet cestování, neznámé prostředí, nezvyklé pachy i zvuky. Samozřejmě musí být zdravá a mít osvědčení o provedení nutných povahových zkoušek. České

slyším stále dokola. Nesmím prý už spát, vše je ale tak ...

pokračování příště...



Povídka na pokračování od Jindřicha Rozsypala - Běžec 4. část

Hnědovláska zatím urputně bušila do netvorovi hlavy kamenem, který jí zůstal v ruce při pádu. Práce pavoukových nohou však začala přinášet své ovoce a nešťastná dívka byla víc a víc obalena do pavučiny.

Marek ani netušil, kde se v něm vzala ta rychlost. Vše se odehrálo během několika vteřin. Hbitě popadl náruč suchých smrkových větví a snad jen zázrakem je bleskově zapálil zapalovačem z kapsy své větrovky. „Běžteééé!“ „Utíkejte pryč! „Rychle pryč!“ řval co mu hrdlo stačilo na překvapené a vyděšené děti. Rychle se přiblížil k pavoukovi s hořícími větvemi, v druhé ruce máchajíc svou holí.

Ta se mu teď perfektně hodila. Potvora sebou rychle trhla a přestala se na chvíli věnovat Kiri. Křížák se očividně nechtěl vzdát do pavučin napůl omotané, ale stále se bránící Kiri. Stačilo už přece jen málo. Vzápětí se kraťoučkým skokem téměř na místě natočila stvůra směrem k Markovi a začala na něj zle dorážet nebezpečnými končetinami. Oheň potvoře evidentně nesvědčil, ale nemínila se vzdát lehce nabyté kořisti. Markův útok byl naštěstí pro pavouka hodně nečekaný.. Musel se přestat věnovat chycené Kiri a zaměřil se na ohnivý útok. Vystartoval po dorážejícím Markovi ale snažil se mít dívku stále v dosahu. To mu však Marek ohněm a drtivými zásahy silné hole, neměl v úmyslu dovolit. „Odneste ji pryč!“ „Rychleéééé!“ Řval Marek na zkoprnělé divochy. Hlavou se snažil naznačovat aby Kiri zvedli a zkusili odnést. Naštěstí se ve zlomku vteřiny vzpamatovali a v okamžiku odtáhli Kiri z dosahu křížáka teď vztekle dorážejícího už jen na Marka. Ten měl pocit, že už dlouho nevydrží neboť sil ubývalo a oheň už strávil většinu v ruce držných větví. Oheň se postupně zmenšoval a už nebyl takový aby stvůru vážně ohrozil. „Tak to je konec, týýý vole jestli se něco nestane tak se budu za chvíli houpat někde v pavučinách místo té holky“ pomyslel si Marek. O to usilovněji a s posledních sil teď bušil do křížáka svou holí. V tom dopadly první větší kameny zasahující řadu pavoukových očí a kusadla. To rychle zasáhly dva hoši, aby pomohli

Ani nevím v kolik hodin si pro mě přijdou. Každé cvaknutí kliky u dveří se rovná úleku. Sestry neustále vcházejí, převlékají postele, nosí léky, ještě vizita, snažím se číst, ale procházím jen písnička a nevnímám obsah. Další a další otevírání dveří a nekonečné čekání na něco, co nevím jaké bude. Mám opravdu strach...

Do pokoje vjíždí pojízdné lehátko a zřízenec mě vyzývá, abych si na ně ulehnu. Snažím se mu naznačit, že to není třeba, že jsem chodící. Před chvílí mi sestřička dala nějakou injekci a já cítím už vsedě jakési omámení spojené s ospalostí, ale na spánek ani pomyšlení. Rozrážíme několik chodebních dveří, sjíždíme někam výtahem, projíždíme dokonce venkem do jiné budovy. Okolo nás procházejí lidé oblečení ve svých „civilních“ kalhotách, džínách, tričkách a šatech, zatímco já jsem v jakési košilce zakryt dekou s nápisem OÚNZ Trutnov a vleže všechny tyto výjevy jen rozmazaně vnímám.

Před dveřmi operačního sálu zastavujeme, okolo procházejí doktoři a sestry v zelených pláštích, čepičkách a rouškách přes ústa. Působí to velmi depresivně. Třesu se, jedna ze sester mě pomáhá svléknout vše co mám na sobě a převáží mě k operačnímu stolu. Jak je úzký! Za mou hlavou mi někdo měří tlak, vůbec na něj nevidím. Levou ruku si mám natáhnout na stranu, do níž dostávám injekci. Pronikavé světlo směřují k nohám. Přes pusy a nos mi pokládají gumovou masku. Mám pocit, že se dusím a lapám po dechu. Instinktivně uhýbám a jsem napomenut. „Neboj, budeš spát, nic Tě nebude bolet!“, říká někdo za mnou, je to žena, to už aspoň vím...

Tahle věta mi tedy vůbec uklidnění nepřinesla. Kolikrát jsem ji slýchal v souvislosti se smrtí tatínka a příbuzných. Mám neskutečný strach, vždyť to je jako konec, ačkoliv bych se nejraději bránil, stávám se odevzdaným. Masku má nepříjemný gumový zápach a cítím syčení něčeho nasládlého. „Dýchej zhluboka“, slyším opět za sebou „a počítej!“ To už se mi ale třísťí zvuky, brní mě celé tělo, někteří si dávají pokyny, vše se mi rozeznívá a každé slovo je plné ozvěn, zesiluje se obrovské hučení, vlastně všechno doslova řve a hučí, ještě silněji, ještě víc...

Cítím pleskání přes tvář, ale nebolí to, jsou to tupé nárazy a já se snažím znovu ztratit v tom stavu omámení. „Jak se jmenuješ, zvedni hlavu!“,

felinoterapeutické centrum je v Mladé Boleslavi, pokud vás budou zajímat jakékoliv další informace, pište na nchk@centrum.cz



Skořice – pro a proti

Na cukrovku platí skořice - Na český trh přichází nová naděje pro nemocné cukrovkou.

Jde o preparát, který obsahuje výtažky ze skořice a podle odborníků dokáže neuvěřitelně! Už po 40 dnech užívání sníží hladinu cukru v krvi téměř o 30 procent! Přípravek Diaskor MPX je novou "záchrannou brzdou" pro všechny, kteří trpí diabetem 2. typu. Tobolky preparátu obsahují vodní výtažky ze skořice cejlonské, které jsou zbaveny silného aroma a éterických olejů koření. Díky tomu jsou vhodné i pro lidi, kteří tyto složky skořice "nesnášejí". "Pro snížení hladiny cukru v krvi stačí zhruba šest gramů extraktu ze skořice denně," říká předseda České diabetologické společnosti Milan Kvapil.

Autor: **htl**

Šok: Skořice způsobuje rakovinu

BERLÍN – Také milujete skořicové pečivo, skořicový štrúdl, svažené víno či krupicovou kaši se skořicí? Dejte si pozor, tyhle dobroty vám mohou způsobit vážné zdravotní problémy!

Důvodem je příliš vysoký obsah vonné látky kumarin, která ve vyšším množství může lidem vážně poškodit játra. A jak nyní vědci zjistili, způsobuje dokonce i rakovinu! V sousedním Německu začali kvůli tomu v těchto dnech už některé skořicové výrobky stahovat z prodeje.

Autor: (end) Foto: profimedia.cz



Internet

Kam za veřejným internetem

Mnozí z nás už si zvykli na internet natolik, že se bez něj těžko obejdou i na dovolené. Pokud nejsou vybaveni mobilním připojením, pídí se proto při zařizování dovolené také po tom, jestli v místě jejich pobytu

budou mít možnost zajít si někde na internet. Přečíst si došlé e-maily či prohlédnout oblíbené stránky, aby nepřišli o nějakou důležitou novinku. Užitečným rádcem se může stát databáze www.verejnyinternet.cz kde najdou základní informace o zařízeních, která nabízejí veřejný přístup k internetu. Počátkem června 2006 v ní bylo zaregistrováno 1573 míst.

Mezi poskytovateli veřejného internetu naprosto dominují knihovny (1316), následovány internetovými kavárnami (97), infocentry (61) a obecními úřady (26). Ostatní typy zařízení - městský úřad, prodejna, restaurace/hotel, vzdělávací zařízení i jiné zařízení, dosáhly každé méně než 20 registrací.

Z poskytovaných doplňkových služeb je nejčastější možnost tisku (1272), uložení na disketu (1212) a kopírování (746 zařízení). Základní školení ke zvládnutí práce s internetem poskytují na 746 místech zdarma a na 96 za úplat. Ve 100 zařízeních nabízejí i placené školení pro pokročilé uživatele. Vozíčkáři se dostanou bez problémů díky bezbariérovému vstupu do 421 míst s veřejným internetem. Nedočkavci lační po informacích během víkendu pochodí v sobotu na 321 místech a v neděli u 185 zařízení. Na www.verejnyinternet.cz lze vyhledávat podle názvu obce nebo PSČ a vyhledávání upřesnit podle typu internetového místa (knihovna, kavárna, úřad atd.), otevírací doby, možnosti bezbariérového přístupu či zda je připojení zdarma, popřípadě za jaký poplatek. Zobrazí se taková zařízení, která vyhoví zadaným kritériím a nacházejí se v okruhu do 30 kilometrů.

Databáze neobsahuje všechna místa s veřejným přístupem k internetu, protože registrace v ní je dobrovolná. Výhodou pro provozovatele těchto zařízení však je to, že obdrží po zaregistrování zdarma výraznou samolepku Veřejný internet o formátu A4, kterou si mohou označit své zařízení a vizuálně tak na ně upozornit.

Autor: Jaroslav Winter, předseda sdružení BMI

Zdroj: Právo

Příběhy čtenářů

Další pokračování z minulého čísla Strípků – vyprávění pana Ladislava Chodilka z Přerova.

Ou, tak to je horké jako vroucí voda. Abych se ale neztrapnil, zkouším ponořit hlouběji, noha je rudá a já znova trpím. „Hele, Chodílek, takhle ne, strč to tam najednou a ne po částech!“ Rančáková skoro řve a já opět na vteřinku vkládám tak, abych ušetřil alespoň prsty. Sestra dokrajuje svůj buček a hrne se ke mně, můj strach dostupuje vrcholu. Zavírám oči a nohu ponořuji až po koleno dle jejích pokynů, je to šílená bolest a pálí to snad jako láva. Druhé ponoření je již o něco mírnější, ale pořád trpím hrozně. Tímto vzniká na noze něco jako vosková vrstva a jakmile je silnější, další ponory už nevnímám. Představa, že totéž budu muset absolvovat i na noze druhé mě opravdu deprimuje, ale překonávám se.

Dnes vím, jakou chybou bylo ze strany lékařů, že nezohledňovali různé citlivosti jednotlivých diagnóz a „naše“ C-M-T se touto přecitlivělostí přímo vyznačuje. Jen stoupnutí bosou nohou na třeba malý kamínek se rovná bodnutí nožem. Nakonec i to svým způsobem charakterizovalo dobu, ve které jsme byli takto léčeni. Pěkně stádovitě, jednou metodou a bez individuálních přístupů. Na straně druhé, klobouk dolů před tím, jak i při těchto podmínkách svou práci sestry, pomocný personál a hlavně lékaři prováděli. Ačkoliv nedisponovali dnešními přístroji, které dovedly mnohé zmírnit, či dokonce diagnostikovat, dokázali díky svým zkušenostem většinou vhodnou léčbu určit a byl-li nutný operativní zákrok, přijeli trutnovští lékaři a primář ortopedie, kteří pravidelně prováděli tzv. konzilia, na kterých rozhodovali o jednotlivých úkonech.

Po dvou měsících lékařka usoudila, že i já mám relativně šluchy uvolněny tak, že by bylo vhodné deformaci nohy zmírnit operativně. Levá noha jevila známky zhoršení jen náznakově, zatímco pravá se povážlivě vytáčí tak, že došlapuji jen na vnější stranu kotníku. Prý stačí povolit jen ta šlacha podél došlapovací plochy nohy a že se tím nožka i vyrovná. Konzilium totéž potvrdilo a datum zákroku byl stanoven. Asi za čtrnáct dní mě odváží lázeňská sanitka do trutnovské nemocnice. Tak já budu operován...strašně se bojím. Jaké to asi je... prý mě čímsi uspí a nebudu nic cítit. Co to je za spánek, kdy člověk necítí nic?

Co když se už neprobudím? A jestli ano, bude to moc bolet?

Noc před operací nemůžu usnout, ani večeri jsem už nedostal, stejně nemám strachy hlad. Už se rozednívá, jsem nevyspaný a vystresovaný.