



Člen UICC a ECL

Liga proti rakovině



Informační zpravodaj ▲ Ročník 32 ▲ Červen 2022 ▲ Číslo 2



Milí přátelé a čtenáři,

konečně přišlo teplo, sluníčko se snaží dohnat to, co v zimě zameškalo, milovníci zahrádek a kytiček sází a kropí, sekají stále rychleji rostoucí trávu a těší se z vlídného počasí.

Sedím nad Zpravodajem, mám otevřené okno, ze vzdáleného hřiště slyším ohlasy na předčasně konaný Den dětí, cítím vůni opékaného masíčka a radostný povyk malých uličníků, kteří si toto odpoledne užívají nejvíc. Byli jsme na procházce s naším pejskem, jenž v těchto vedrech trochu trpí, ale když viděl děti, které běhaly po hřišti a plnily „bojovku“ a pak radostně přebíraly odměny a ceny, chtěl se k nim přidat a radostně za nimi běhal.

Výhledu z okna mi začíná bránit náš obrovský ořešák, už nabral jasně zelenou barvu a já slyším ptáčky, kteří si na něm staví hnízdečka.

A tak nic neubírá mé povznesené náladě umocněné vašimi prožitky z Českého dne proti rakovině. Čtu od vás jen samé hezké zprávy, příjemné zážitky a spoustu radosti z toho, že se tento den opravdu vydařil a konečně jsme ho prožili v krásném májovém měsíci, počasí nám vynahradilo dva minulé roky a já tak pevně doufám, že i letošní výtěžek bude nadprůměrný.

Zpravodaj dostanete do rukou před zahájením prázdninové sezony, určitě máte již naplánovány výlety a zasloužené odpočinkové a dovolenkové pobyty. Letos už snad bude vše probíhat dle našich představ a my si prázdniny budeme mocí užít. Budu se těšit na radostné a povzbudivé příspěvky z vašeho společně stráveného času s kolegy z klubů, povyprávějte nám o všech svých aktivitách a zážitcích,

které nám pomáhají v této nelehké době a povzbudí tělo i duši.

Přeji vám krásné léto, sluníčko, pohodu se svými blízkými, ať budete své volné dny trávit v Česku, na chalupkách či chatách nebo někde za hranicemi. Ať načerpáte spoustu sil do dalších dnů.

Těším se na vás zase při našich společných aktivitách, na podzim na Dnech zdraví či na Sněmu patientských organizací.

Iveta Kuchařová



SYMPOZIUM KE SVĚTOVÉMU DNI PROTI RAKOVINĚ

Dne 29. března od 10.00 hod. se konalo v Lékařském domě v Praze 2 ve spolupráci s Českou lékařskou společností JEP sympozium ke Světovému dni proti rakovině.

Prof. MUDr. Svačina, který nás na tomto sympoziu každoročně vítá, se omluvil, úvodního slova se tak ujala MUDr. Alexandra Aschermannová. Uvedla hlavní téma letošního roku – nádory děložního čípku a nádory varlat.

Poté předala slovo MUDr. Fridrichové, která téma ve své prezentaci šířeji rozvedla a upřesnila i statistická čísla incidence a mortality.

Dále se mikrofonu ujala **MUDr. Eva Kindlová z Radioterapeutické a onkologické kliniky FNKV**. V úvodu nej-



prve poděkovala za možnost zúčastnit se sympozia a pak nás seznámila s tématem „Možnosti diagnostiky a terapie nádorů varlat“. Zmínila se o nízké incidenci u rakoviny varlat, nejvyšší je ve věku 20–34 let, v ČR se jedná o necelých 500 nových případů ročně a mortalita je kolem 33 případů ročně. Jsou dva histologické typy, seminomy a non-seminomy, a ty se pak dále dělí. Seminomy se dělí podle stadií do jednotlivých typů 1–3, přičemž typ 3 je již pokročilý. Stadium 1 má nejvyšší zastoupení. Přednášející zdůraznila, že velkou část nádorů lze vyléčit.

Prognóza je závislá i na rizikových faktorech, kterými jsou infekce u HIV pozitivních (zde 3x vyšší incidence), CM virus, EB virus. Dále tříselná kýla a vliv hormonů během nitroděložního života. Do dvou let dítěte by mělo být provedeno zjištění, zda je varle uloženo ve správné poloze v šourku.

Rakovina varlat je v časných stádiích téměř bez klinických příznaků, následuje zjištění zvětšeného varle, sponžité bolesti. U pokročilejších stadií se



přidávají i bolesti v břiše, dušnost při metastázách do plic.

Paní doktorka nás provedla vstupním vyšetřením u obvodního lékaře, provádí se biologické, fyzikální a hematologické. Následuje vyšetření na urologii. Zdůraznila, jak je důležité, aby operace byla provedena co nejdříve od zjištění nádoru. Před operací se provádí odběr markerů a výjimečně se provádí i biopsie. Nádorové markery se sledují před i po operaci, vyšetření zahrnuje i CT. Součástí terapie je sledování, systémová léčba – chemoterapie, radioterapie, ta je již na ústupu.

MUDr. Kindlová uvedla, že všem pacientům před CHTH léčbou doporučuje kryoprezervaci spermatu. Součástí další léčby je také paliativní léčba, bohužel je často podhodnocován její význam. Zdůraznila nutnost samovyšetření varlat – nejlépe po teplé koupeli, je nutné sledovat změny velikosti a barvy. Povrch varlete by měl být hladký, elastický. Pokud se objeví cokoliv neobvyklého, je nutné okamžitě navštívit urologii.

Po velmi pěkné a pečlivě připravené přednášce MUDr. Kindlové zahájila MUDr. Aschermannová diskusi. Jedna z otázek se týkala doby sledování pacienta po zákroku, bylo nám řečeno, že je sledován doživotně. Další otázka se týkala toho, kam by měly vést první kroky od zjištění nějakého problému. MUDr. Kindlová odpověděla, že okamžitě na urologii, nejlépe přímo na kliniku nejbližší nemocnice.

Poté následovala obsáhlá a velmi přehledně zpracovaná přednáška **MUDr. Zdeňky Pechačové z Ústavu radiační onkologie 1. LF UK a FN**

Bulovka „Možnosti diagnostiky a terapie nádorů hrdla děložního“. Paní doktorka uvedla, že v České republice tvoří tyto nádory 3 % všech maligních nádorů a vyskytují se především v pro-



duktivním věku. Incidence je 9 případů na 100 obyvatel. Přednáška cílila hlavně na prevenci, kterou je screeningový program. Vakcinace proti HP virům probíhá v ČR od r. 2008 a podstoupilo ji již mnoho dívek a mladých žen.

Diagnostika je zaměřena na provádění CT a PT CT. U karcinomu hrdla děložního je klíčovou metodou diagnostiky brachyterapie. Nežádoucí účinky během léčby snižuje podpůrná léčba. Neopomněla připomenout i důležitost paliativní péče, tedy každé onkologické péče, která nevede k vyléčení pacienta, ale ke zmírnění bolesti a zlepšení kvality života. Podrobnosti o možnostech diagnostiky a terapie děložního hrdla se dozvíte v článku MUDr. Pechačové, jež byla tak laskava a článek pro nás připravila. Najdete ho v tomto čísle Zpravodaje.

Poté si vzala slovo opět MUDr. Aschermannová, která znovu apelovala na



důležitost prevence, osvětu a zodpovědné chování jedinců.

V závěru sympozia dostal slovo **MUDr. David Jilich z Kliniky infekčních nemocí 1. LF UK a FN Bulovka** s přednáškou „Očkování – prevence nádorů způsobených HPV“. V úvodní části přednášky se zaměřil na důležitost prevence, neboť 15–20 % nádorových procesů souvisí s virem (tedy i HPV, EBV, HBV, HIV, HHV – 8, HTLV – 1). Je zde tedy přímá souvislost mezi HPV a nádorovým bujením. Vysvětlil pojem HPV, který zmiňuje ve své přednášce, jde o lidské papilloma viry, jichž je více než 200 typů. Infekce HPV je bezpříznaková, napadá epitel kůže a sliznic.

Neničí naše buňky a nevytváří viremii. Prevalence, což je jeden ze základních ukazatelů v epidemiologii a označuje podíl počtu nemocných k počtu obyvatel, tvoří 1 % dospělí a 3 % adolescenti. Během života se nakazí 80–90 % sexuálně aktivních. Poukázal na to, že bohužel 5 % všech nádorů je způsobeno HPV, které se podílí na vzniku karcinomů, konkrétně 99 % cervixu, 90 % karcinomu anu a 65 % pochvy. Přenos je buď sexuální, nebo nonsexuální. Rizika přenosu korelují s kvantitou viru (přítomnost oděry, kontaminovaná část těla, předmětů, kontaminované předměty apod.) přenos ve vodě není potvrzen, i když ve vodě ho lze nalézt. K přenosu může dojít i v průběhu porodu. Riziko nakažení je vyšší u děvčátek, činí 17,7 %, u chlapců je 11,6 %.

Rizikovými faktory jsou mnohačetné sexuální kontakty, časné zahájení sexuálního života, kouření či koinfekce jinou STI (sexuálně přenosné infekce), oddálení léčby či dokonce absence léčby.

Karcinom cervixu zaujímá 4. místo u nádorů žen.

Ve druhé části své přednášky se pan doktor věnoval důležitosti očkování proti HPV. Jedná se o profylaktické vakcíny, očkování by mělo proběhnout před zahájením sexuálního

života. Zatím jsou k dispozici tři druhy těchto vakcín, Gardasil, Gervarix a Gardasil 9. První vakcína byla aplikovaná v r. 2006 a byla čtyřsložková. MUDr. Jilich poukázal na významný



podíl očkování proti HPV na karcinomu cervixu a anu. Zmínil také otázku přeočkování, zatím však neexistují přesná data, až čas prokáže, zda bude přeočkování nutné.

MUDr. Aschermannová poděkovala všem přednášejícím za obsáhlé a podnětné přednášky a znovu zdůraznila nutnost prevence a vyloučení rizikového sexuálního chování.



VÝROČNÍ ČLENSKÁ SCHŮZE

Na výroční členské schůzi se v úterý 29. března ve 13.00 hod. sešli zástupci členských organizací LPR a další členové Ligy proti rakovině Praha. Výroční schůze se konala v Lékařském domě ČLS JEP v Praze 2 a byla vedena v souladu s pravidly nového občanského zákoníku.

Po uvítání výkonnou ředitelkou Ligy **Ivou Kurcovou** a seznámení s programem schůze se ujala slova **MUDr. Michaela Fridrichová**, předsedkyně Ligy, a zhodnotila uplynulý rok. Vyjádřila poděkování všem, kteří i v tak náročné době, kdy jsme bojovali s covidovými opatřeními a spousta naplánovaných akcí se nemohla konat nebo se konala za přísných hygienických podmínek, pro Ligu pracovali a pomáhali ze všech sil. Zdůraznila, jak je důležité, že alespoň některé akce jako Český den proti rakovině, Děkovný koncert či Sněm patientských organizací bylo možné uskutečnit, a lidé se tak mohli potkávat a podpořit své dušení zdraví. Pokračovala spolupráce s Českou poštou, společností DPD, podpořila nás opět firma EMCO a řetězec hypermarketů Albert.

Předsedkyně podtrhla důležitost putovní výstavy o prevenci určené pro žáky a studenty základních a středních škol.

Poté dostala slovo **Ing. Jiřka Holoubková**, která nás seznámila se zprávou



o hospodaření Ligy za r. 2021. V obdržených materiálech byla připravena výsledovka a rozvaha za r. 2021, sbírka vynesla více než 16 mil. Kč a čistý zisk ČDpR byl 9 757 000 Kč. Po provedeném hlasování byla zpráva o hospodaření LPR za rok 2021 schválena.

Předsedkyně revizní komise **MUDr. Lenka Hronovská** se bohužel nemohla výroční schůzi zúčastnit, zprávu revizní komise tedy přednesla **Iva Kurcová**.

Revizní komise zkontrolovala oba účty, provedla i kontrolu pokladničních dokladů, v pokladně je zůstatek 12 613 Kč. Dále provedla kontrolu vyúčtování dvou dotací z MZdr. ČR v roce 2021 na ediční činnost a rekondiční pobyty. Vše bylo v pořádku. V závěru svého hodnocení revizní komise konstatovala, že v hospodaření Ligy nebyly shledány žádné nedostatky.

Poté nás Iva Kurcová, výkonná ředitelka LPR, seznámila s návrhem na úpravu stanov LPR Praha. Navržená úprava se týkala dvou bodů – prodloužení volebního období funkcionářů LPR na čtyři roky a odstranění tzv. přechodného ustanovení (bod 12), které bylo do Stanov dočasně umístěno v roce 2014 dle NOZ. Hlasováním byla změna schválena.

Dalším bodem schůze bylo hlasování o odvolání současného výboru a zvolení kandidátů do orgánů Ligy pro volební období 2022–2026 podle navrženého seznamu kandidátů.

Nově zvolený výbor dále zvolil ze svého středu novou předsedkyni a místo předsedkyni a členky nově zvolené revizní komise zvolily její předsedkyni.

Do výboru Ligy proti rakovině Praha z. s. pro období 2022–2026 byli jednohlasně zvoleni:

MUDr. Michaela Fridrichová

– předsedkyně

Iva Kurcová, DiS.

– místopředsedkyně

MUDr. Alexandra Aschermannová

Ing. Jiří Maceška

JUDr. Ondřej Načeradský

MUDr. Vladimíra Stáhalová

MUDr. Marie Tomečková, CSc.

MUDr. Lucie Veselá

Do revizní komise pro období 2022–2026 byly zvoleny:

MUDr. Lenka Hronovská

– předsedkyně

Ing. Eva Drncová

Marie Štachová

Výbor Ligy proti rakovině poté udělil čestné členství ve výboru LPR Praha MUDr. Jarmile Pradáčové, CSc.

MUDr. Fridrichová paní doktorce Pradáčové poděkovala za dlouhodobou obětavou práci pro Ligu a za její skvělou reprezentaci na mnoha



seminářích a konferencích. Předala jí květinu a popřála do dalších let pevné zdraví.

Po krátké přestávce a malém občerstvení nás nově zvolená předsedkyně LPR MUDr. Michaela Fridrichová seznámila s nejbližšími naplánovanými akcemi (tisková konference – 5. 5., Český den proti rakovině – 11. 5., Děkovný koncert – 13. 6.). Ubezpečila nás, že pokud to situace dovolí, opět se obnoví i putovní výstava a Sněm patientských organizací proběhne v říjnu t. r. Vánoční koncert by měl letos mile překvapit hudbou španělsky mluvících národů.

MUDr. Fridrichová poté poděkovala všem za snahu a podporu, pomoc při uskutečňování akcí, za píli, kterou projevují ve své činnosti, a slíbila, že bude usilovat o to, aby byla činnost LPR ještě více vidět, a to nejen ve virtuálních médiích. Požádala všechny, kteří budou mít nové nápady, aby nám psali a podělili se s námi o své zkušenosti.

Na závěr vyslovila přání, aby se všechny plánované akce uskutečnily a my se zase mohli potkávat a vídat se.

MUDr. Alexandra Aschermannová dále informovala o změnách týkajících se rekondičních pobytů v roce 2022. V uplynulém roce byla ukončena vzájemná spolupráce Ligy a Slatinných lázní Toušeň a v Sanatoriu Meziboří nastaly organizační změny. V Nemocnici Na Pleši došlo k omezení kapacit lůžek pro LPR. Po mnohaměsíčních jednáních byla navázána spolupráce s třemi novými lázeňskými zařízeními, kam naši klienti začnou od května t. r. jezdit.

Nyní je tedy k dispozici pět míst, veškeré informace o nich najdou zájemci na webu LPR.

Za agenturu Arcadia vystoupila **Jitka Bajgarová** a předala informace týkající se organizační části letošního Českého dne proti rakovině. Sdělila, že po dobré zkušenosti z minulého roku se budou kytičky opět



nabízet na tzv. pevných místech až do neděle 15. května. K této příležitosti obdrží všichni zájemci variabilní plakáty, kde bude možnost doplnit si čas a místo.

Připomněla všem, jak je nutné přidávat k zakoupenému kvítku i informační leták.

Poštovní vaky bude i letos zpracovávat generální partner sbírky Česká pošta, s. p., a s dopravou bude pomáhat spolehlivá firma DPD. Dobrovolníci se mohou opět těšit na sušenky od firmy Emco a podpoří nás opět i společnost Albert.

MUDr. Fridrichová na závěr výroční členské schůze poděkovala všem za to, že se schůze zúčastnili a zahájila

diskusi, která zahrnovala především dotazy k rekondičním pobytům nebo získávání nových členů.



TISKOVÁ KONFERENCE



Ve čtvrtek 5. května se konala tisková konference, jejímž cílem bylo představit médiím hlavní preventivní téma letošní sbírky Český den proti rakovině. S úvodním slovem vystoupila **MUDr. Michaela Fridrichová**, která připomněla letošní 32. výročí činnosti Ligy proti rakovině. V roce 1990 založili Ligu proti rakovině prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc., společně s MUDr. Evou Sirackou, DrSc. Hlavním mottem stále zůstává: „Boj proti rakovině je, vzhledem ke stále stoupajícímu výskytu nádorů a úmrtnosti na ně, prvořadým úkolem společnosti bez rozdílu věku, národnosti, víry, profese či společenského postavení.“ Cílem Ligy je poskytovat v tomto boji vydatnou pomoc všude tam, kde je nutná a na co stačí rozpočet Ligy.

Liga proti rakovině je členem mezinárodních organizací proti rakovině, ECL a UICC. Paní doktorka pohovořila i o tom, že oba minulý rok jsme byli vzhledem k pandemii nuceni sbírku přesunout z květnového termínu na 30. 9. 2020 a 29. 9. 2021. Letošní Český den proti rakovině se bude konat konečně v řádném termínu, tedy 11. 5. 2022, a tématem roku 2022 jsou „Nádory čípku a hrdla děložního a nádory varlat“. MUDr. Fridrichová uvedla i aktuální statistická data:

V roce 2018: čípek děložní – incidence 734 žen a mortalita 346. Hrdlo děložní – incidence 3565 žen a mortalita 381. ČR zaujímá 105. místo ve světě. Karcinom varlat dle dat z roku 2018: týká se 9 / 100 000 osob, incidence 471 a mortalita 33 osob. ČR je na 7. místě ve světě.



Rizikové faktory:

- kouření
- alkohol
- toxické látky (pracovní expozice, životní prostředí, životní styl)
- rodinná genetická dispozice
- nesestouplé varle v dětství
- úrazy, sport (mikrotraumata varlat)

Poté milý pan moderátor Josef Kudrna předal slovo **MUDr. Zdeňku Pechačovi z Ústavu radiační onkologie 1. LF UK a FN Bulovka**, který pro zástupce médií připravila sdělení k tématu nádorů hrdla děložního.

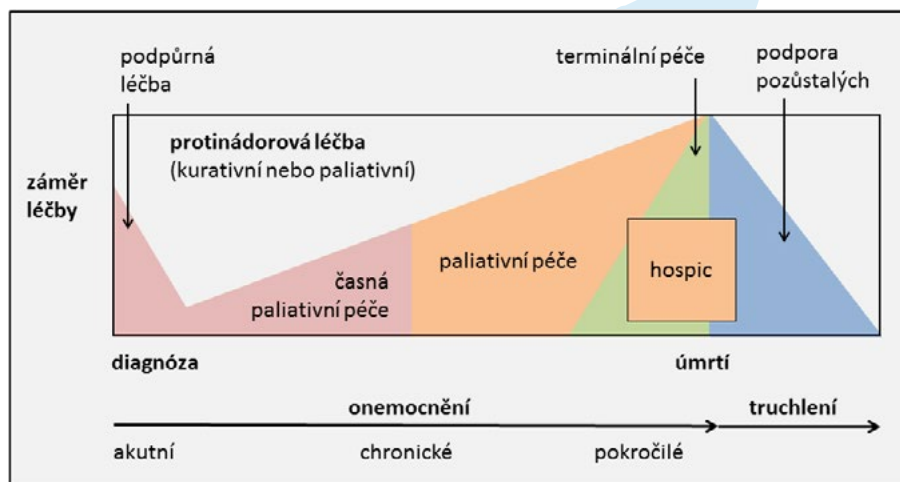
Paní doktorka byla tak laskava, že vyhověla naší prosbě a připravila podrobný článek k hlavnímu tématu letošního roku i pro vás, čtenáře Zpravodaje.

Možnosti diagnostiky a terapie nádorů hrdla děložního

Karcinom hrdla děložního tvoří v České republice necelá 3 % všech malignit a patří mezi častá nádorová onemocnění u žen. V rámci gynekologických novotvarů se řadí na 2. místo v incidenci (1. místo zaujímají novotvary děložního těla) a 2. místo v mortalitě (na 1. místě jsou nádory ovarií). Celo-světově jsou rozdíly v různých zemích světa dané odlišným životním stylem,

úrovni osvěty nebo dostupností screeningových programů. Histologicky se většinou jedná o dlaždicobuněčný karcinom (80 %), adenokarcinom (15 %), další subtypy jsou vzácnější. Dlaždicobuněčnému karcinomu předchází vznik prekanceróz – přednádorových změn tkáně. Záchyt onemocnění v méně pokročilém stadiu nebo prekancerózy zvyšuje naději na dobrý výsledek léčby.

Významným rizikovým faktorem je perzistující infekce onkogenním typem HPV (Human Papiloma Virus), která představuje riziko pro vznik prekanceróz a karcinomu. Je způsobena neschopností imunitního systému eliminovat virus a je častá u sexuálně aktivních mladých žen. Dalšími rizikovými faktory je časně zahájení pohlavního života, promiskuita, neošetřená porodní poranění hrdla děložního, kouření nebo poruchy imunity. Pro včasný záchyt karcinomu je důležitý screeningový program stěru hrdla děložního, který je v ČR zaveden již od roku 2008. I přes adresné zvaní pacientek od roku 2014 se screeningu účastní pouze cca 56 % žen. Důležitým krokem pro prevenci rozvoje karcinomu hrdla děložního je také zavedení vakcinace proti rizikovým kmenům HPV, které brání nové infekci tímto virem a snižuje riziko vzniku



(Obr. 3)

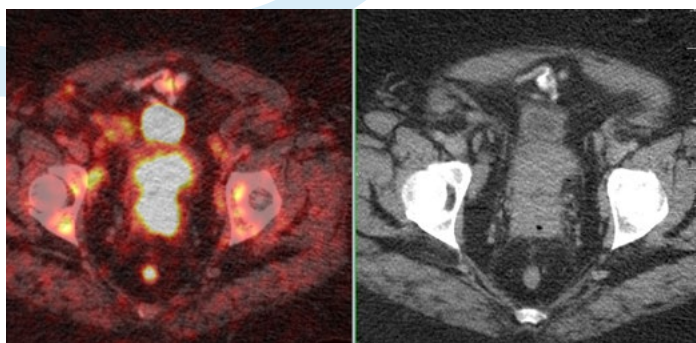
prekanceróz a karcinomu v této oblasti i dalších malignit spojených s HPV infekcí.

Pro diagnostiku i rozvahu o léčebném postupu je přínosem technologický rozvoj zobrazovacích metod: expertního onkogynekologického ultrazvuku (UZ), magnetické rezonance (MRI) i funkčního zobrazování v nukleární medicíně – zejména vyšetření PET/CT (Obr. 1). Významnou roli v rámci stáginových vyšetření si získala laparoskopická lymfadenektomie. Tyto metody dnes umožňují přesnější diagnostiku i individualizaci léčebných postupů. Vzhledem k vysokým nárokům na správnost diagnostických a léčebných postupů mají být pacientky léčeny ve specializovaných centrech se širokým zázemím radiodiagnostiky, onkogynekologické chirurgie, klinické onkologie a radioterapeutických metod.

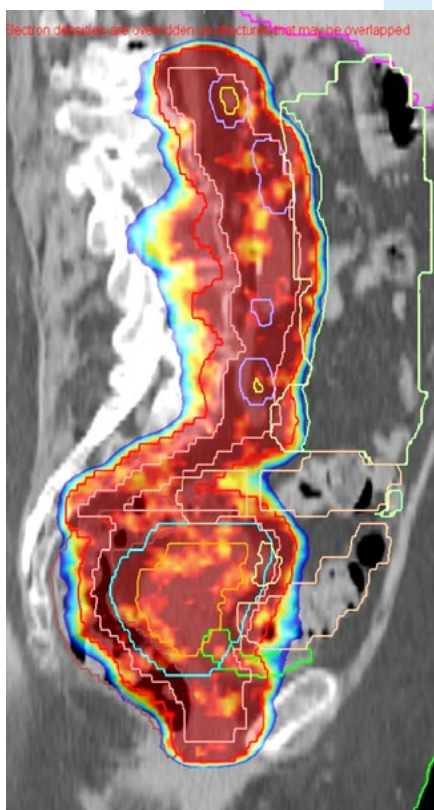
Léčebný postup je stanoven v mezioborovém týmu specialistů účastnících se diagnostiky a léčby (onkogynekolog, klinický a radiační onkolog, patolog, radiodiagnostik a další). Časná stadia karcinomu hrdla děložního jsou léčena chirurgicky – konizace, hysterektomie, lymfadenektomie, fertilitu šetřící postupy. Pro lokálně pokročilý karcinom hrdla děložního zůstává standardem kombinovaná chemoradioterapie (CHRT) ve složení: zevní radioterapie pánve (EBRT) (Obr. 2), intrakavitární brachyterapie uterovaginálním aplikátorem (BRT)

a konkomitantní chemoterapie (CHT). U metastatických stadií je podávána chemoterapie s biologickou léčbou. Důležitou složkou léčby je paliativní ozařování, které může účinně zmírnit obtěžující symptomy a prokázalo i přínos pro přežití.

Kombinovaná chemoradioterapie karcinomu hrdla děložního přináší



snímek z PET/CT vyšetření (Obr. 1)



snímek zevní radioterapie pánve (EBRT) (Obr. 2)

pacientkám řadu nežádoucích účinků daných principem prováděné terapie a vlivem jednotlivých léčebných modalit na orgánové systémy. Podpůrná léčba za účelem zmírnění nežádoucích účinků je nedílnou součástí onkologické léčby (kurativní i paliativní) (Obr. 3) a je nezbytná pro dosažení maximálního léčebného přínosu, k minimalizaci dyskomfortu způsobeného léčbou a k zajištění dobré kvality života pacientek v průběhu léčby i během sledování. Význam protinádorové, podpůrné a paliativní léčby se v průběhu onemocnění mění podle odpovědi na onkologickou léčbu a klinického stavu pacientky.

MUDr. Zdeňka Pechačová
Ústav radiační onkologie 1. LF UK a FN
Bulovka

Dalším bodem tiskové konference byla velmi zajímavá prezentace, kterou připravila **MUDr. Eva Kindlová z Radioterapeutické a onkologické kliniky FNKV** a týkala se nádorů varlat. Jde o 1 % zhoubných nádorů u mužů. Týká se především mužů ve věku 20–34 let, v r. 2018 byl tento typ nádorů diagnostikován u 471 nových pacientů, mortalita činila 33.

Velkým pozitivem je příznivá prognóza, většinu nemocných lze trvale vyléčit.

Nádory se dělí na seminomy a non-seminomy, vznikají ze zárodečných buněk. Přežití – seminomy I. stadium cca 80 % a III. stadium 10 %, non-seminomy I. stadium 60 %, III. stadium 30%.

Příznaky:

Lokální:

- zvětšení varlete
- bolestivost
- nepravidelnost
- zarudnutí

Celkové:

- únava
- anemie
- kachexie

Vyšetření se zahajuje anamnézou, poté přijde na řadu klinické vyšetření. Dalšími kroky jsou:

- UZ a MR, markery – vstupně
- histologické vyšetření
- CT, PET/CT
- markery – AFP, b-HCG, LD – TNM S
- KO, biochemie
- samovyšetření – velmi důležité

Terapie zahrnuje chirurgický výkon, chemoterapii, zlatý standard „BEP“, radioterapii, Bsc.

Dále se MUDr. Kindlová zmínila o péči kurativní a paliativní a možnosti kryopresevance spermatu.

Dalším příspěvkem byla velmi aktuální přednáška **primářky MUDr. Ivany Krajsové z Dermatovenerologické kliniky VFN a 1. LF UK** na téma „Prevence kožních nádorů“.

Kožní nádory se podle svého původu rozdělují na dvě základní skupiny, nemelanomové kožní nádory (NMSC), vycházející z keratinocytů, základních buněk pokožky, a melanom, zhoubný kožní nádor vznikající z pigmentotvorných buněk kůže – melanocytů.

Kožní nádory představují nejčastěji se vyskytující maligní nádory u lidí a jejich incidence se v průběhu let stále zvyšuje. Nemelanomové kožní nádory, basaliom a spinaliom, tvoří až 95 % všech NMSC. Vyskytují se v poměru cca 4 : 1. V ČR bylo v roce 2018 hlášeno 28 520 případů. Basaliom je nejčastější maligní nádor, ročně onemocní cca 655 milionů lidí na celém světě. Tvoří 75–80 % všech nemelanomových nádorů. Zcela vzácně metastazuje, ale může invazivně prorůst do okolních tkání. Spinaliom je 2. nejčastější nemelanomový kožní nádor, tvoří 20 % všech nemelanomových nádorů. Prognóza je většinou příznivá, ale 5–10 % těchto nádorů může metastazovat do uzlin i orgánů.

Melanom – jedná se o méně častý nádor. V r. 2018 bylo 3 428 hlášených melanomů, je ale vysoce agresivní, s vysokou mortalitou a jeho incidence se bohužel trvale zvyšuje.

Léčba kožních nádorů – ve všech případech, u melanomu i u NMSC, je základem terapie chirurgické odstranění s histologickým vyšetřením. U NMSC v případě inoperabilních nálezů je možná kryolizace, laser, radioterapie.

U metastazujících nádorů (NMSC, melanom) přicházejí nové léčebné postupy, které zvyšují četnost léčebných odpovědí, prodlužují dobu do progresu onemocnění a prodlužují celkové přežití pacientů:

- **Biologická cílená léčba**
- **Imunoterapie**

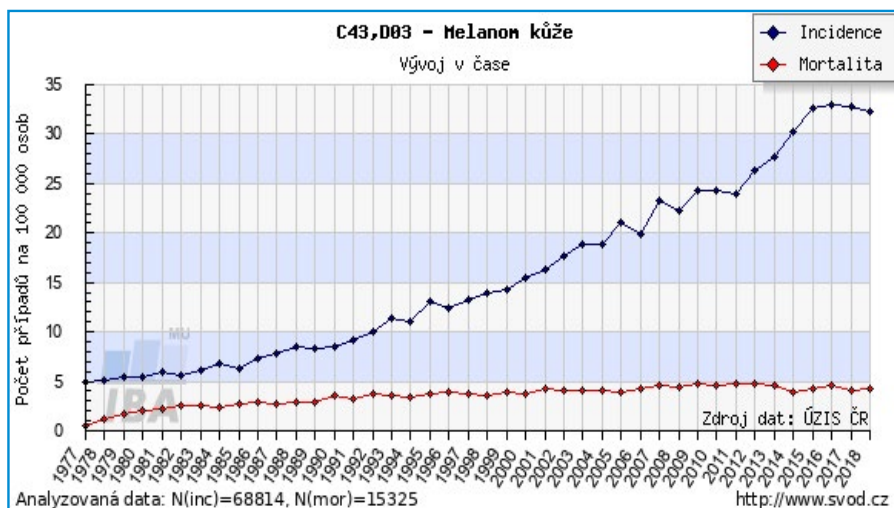
Nejúčinnější léčba melanomu i NMSC je ale stále včasná diagnóza a rychlé chirurgické odstranění!

V průběhu života onemocní kožním nádorem 20–30 % lidí – týká se to nejvíce jedinců se světlou kůží, kteří se příliš nechránili před škodlivým působením slunečního záření. Nejúčinnější prevence před vznikem kožního nádoru je proto ochrana před poškozením kůže intenzivním působením UV záření.

Paní primářka upozornila na hlavní zásady správného opalování a ochrany kůže při pobytu na slunci, mezi něž patří:

- vždy používat opalovací přípravky s ochrannými filtry
- sílu SPF volit podle odstínu kůže a délky pobytu na slunci
- používat vždy prostředky s UVB i UVA filtry
- vyhýbat se přímému polednímu slunci (to znamená dvě hodiny před a dvě hodiny po poledni)
- i ve stínu pod slunečníkem ošetřit kůži opalovacími přípravky s ochrannými filtry
- pokud se kůže spálí, nevystavovat ji slunci dokud zánět zcela neodezní
- při koupání používat vodě odolné přípravky
- děti chránit intenzivně před sluncem a používat pouze přípravky určené výrobcem pro dětskou kůži
- opalovací přípravky používat na nechráněnou kůži i při práci na slunci

Závěrem tiskové konference pan moderátor vyzval zástupce médií k dotazům a dal prostor i k individuálním rozhovorům s přítomnými odborníky.



ČESKÝ DEN PROTI RAKOVINĚ

Upřímně děkujeme vám všem, kteří jste podpořili 26. ročník veřejné sbírky.

Děkujeme všem dárcům, dobrovolníkům a podporovatelům,
kteří přispěli k úspěšnému výsledku letošní květinové sbírky.

Průběžný výsledek – na sbírkovém účtu se k 15. červnu t. r. podařilo shromáždit

17 930 000 Kč.

Děkujeme i všem partnerům, kteří 26. ročník sbírky podpořili.

Český den proti rakovině 2022 podpořili:

Generální partner:



Hlavní partner:



IT partner:



Hlavní mediální partneři:



Partneři:



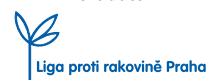
Spolupracovníci:



Mediální partneři:



Pořadatel:



Organizátor:



26. ročník tradiční veřejné sbírky se letos konečně konal opět v klasickém jarním termínu – ve středu 11. května.

Více než 12 000 dobrovolníků vyšlo ve žlutých tričkách do ulic českých i moravských měst a obcí. Letos jste dobrovolníky mohli potkat na 1 350 místech po celé naší zemi.

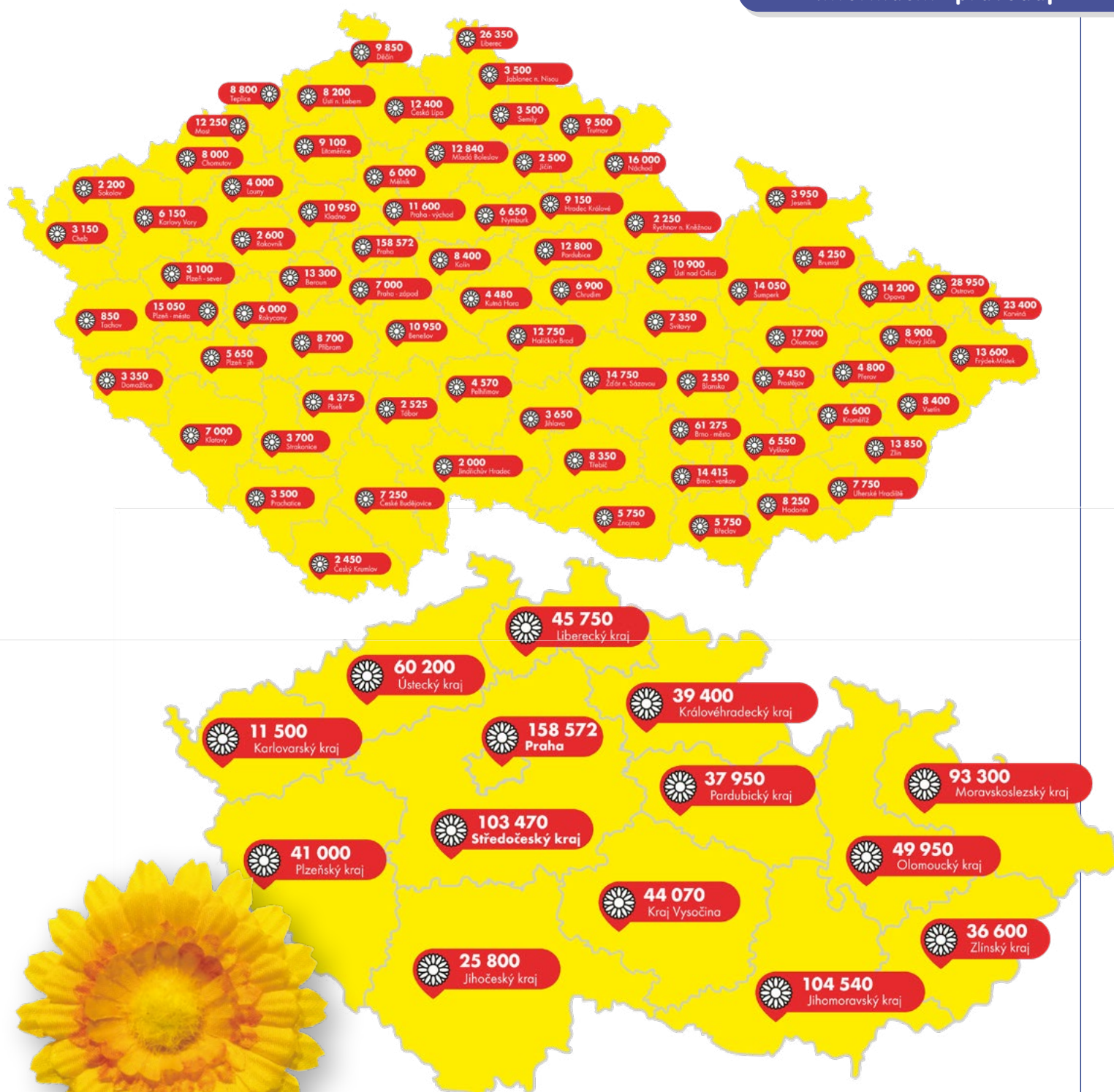
Dobrovolníci nabízeli přes 850 000 kvítků, letos s krásnou fialovou stužkou, která mile ladila k žlutému měsíčku lékařskému. Každý dárc,

kteří si kytičku zakoupil, obdržel i letáček s informacemi o prevenci nádorů děložního čípku a nádorů varlat.

Do sbírky se zapojilo více než 1 300 spolupracujících subjektů – 300 středních škol, 320 základních škol, 51 sdružení onkologických pacientů (členských organizací Ligy), 68 skautských oddílů, 48 pionýrských skupin, 85 sborů dobrovolných hasičů ze Sdružení hasičů Čech, Moravy

a Slezska, 19 základních organizací ČSŽ, 19 oblastních spolků ČČK, 153 knihoven, 80 jednotlivců, 150 ostatních (obce, firmy, MŠ aj.). Díky vstřícnosti vedení hypermarketů Albert dostávali zákazníci v 90 obchodech preventivní letáčky ke svému nákupu.

Až do neděle 15. května bylo možné kytičky získat i na tzv. pevných místech, kterých bylo přes 300.



A jaká byla atmosféra po celé republice?

Následující příspěvky jsme obdrželi od vás, milí čtenáři, a nyní se o ně chceme podělit s ostatními.



BENEŠOV

Benkon – Benešovský klub onkologicky nemocných se každý rok aktivně zapojuje do sbírky organizované jako symbol Českého dne proti rakovině. Tato sbírka, která se koná již přes čtvrt století, letos proběhla 11. května. Vzhledem k tomu, že naše členská základna je zase o rok starší, je pro nás čím dál složitější nacházet dobrovolnice z našich řad, které se vydají do ulic s květinami měsíčku lékařského. Ale zadařilo se a naše členky za pomoci žáků, studentů a junáků se tohoto úkolu velmi dobře zhostily. Naše velké poděkování patří Střednímu odbornému učilišti Vlašim, Obchodní akademii Neveklov, základním školám Bystřice, Týnec nad Sázavou, Sedlčany, Chlum a Postupice a členům Junáku Votice.

Děkujeme také všem členkám Benkonu, které se každý rok aktivně zapojují do nabídky kytiček. Lidé byli velmi vstřícní a často nám zdůrazňovali, že přes všechny potíže se zdražováním na tuto sbírku rádi přispějí! Naše snažení mělo šťastný konec, všechny objednané květinčky byly rozebrány. Díky krásnému počasí jsme za 3 600 kytiček poukázaly na účet Ligy proti rakovině 95 619 Kč, to je krásných 26,56 Kč v průměru na jednu kytičku. Děkujeme všem, kteří přispívají a pomohou tak zlepšit kvalitu života onkologických pacientů. Přejeme všem hlavně mnoho zdraví a optimismu!

Jana Randulová
Benkon Benešov

BRNO

Na rekondicích, v podhůří Jeseníků – městě Bruntále, na začátku měsíce května, jsme si odpočali a načerpali nové síly. Ty byly nutné na překulení se do 2. týdne měsíce, protože nás čekal květinový den – práce i zábava. Byl to rychlý přechod, ani jsme nestačili přemýšlet a slunečná středa s krásným letním počasím nás hnala do ulic. Nastoupilo nás 22 skupinek, vše už jsme v dubnu měli připravené, a tak trička na sebe, plné moci, vaky přes rameno, tašky do ruky se vším potřebným a jde se na to. Já začala u královopolského nádraží, ale vlastně nezačala. Volala mně Jana K., že na velkém úřadě, kde už nabízíme kytičky 6. rokem, má prodáno od 6.30 do 7.30 celou svou dávku, a to 270 kytiček, a nemá co nabízet. „Honem přijed’ za mnou, odkázala jsem zájemce, že budu mít další přiděl za hodinu,” pravila. Tak já šupla do tramvaje a hurá za ní. Měla jsem 200 kytiček a společně jsme se daly do díla. A věřte, nevěřte, v 11.30 bylo hotovo. Všech 470 kytiček pevně sídlilo u svých nových majitelů. Protože mince byly těžké, jeden z našich vaků tu váhu neunesl a praskl. Penízky se rozkutálely po chodbě, poctiví pracovníci úřadu, kteří se nacházeli zrovna u tohoto úřadu, pomohli korunky posbírat, přinesli i náhradní tašku, do níž se vše uschovalo. Další prodej jsme už dávaly do druhého, pevnějšího vaku. Takže to je naše příhoda se zdárným koncem. Kdyby se to stalo na ulici, těžko věřit, že si chtějí kolemjdoucí něco nenechat za nehty. A stejnou příhodu s prasklým vakem

měl i jeden student, který se spolu s námi sbírky zúčastnil. Takže zde upozorňuji na problém k řešení. Pevnější a bezpečnější šev. A jak se dařilo našim soupeřníkům ve středu? Všem se podařilo kytičky dostat k zájemcům, jen si trochu postýskali, že přece jenom mají lidé hlouběji do kapsy a jejich příspěvky byly nižší než v předcházejících letech. Většinou během dopoledne naši dobrovolníci skončili a předávali vaky se složenkami na poštách. A zde nastal problém. Přepážkoví úředníci vaky odmítali před námi spočítat s tím, že toho mají moc a že nám zavolají na předané telefonní mobilní číslo, abychom zde nemuseli čekat. To v jiných letech bylo zcela ojedinelé a reptali jsme. Byli jsme zklamaní,

že nevidíme na vlastní oči sčítání. I vedoucí pošty trvala na tomto rozhodnutí s tím, že mají nižší počty pracovníků díky další privatizaci, a my museli až na výjimky kapitulovat. Někteří se však nedali a dosáhli svého, takže z pošty odcházeli s vyplněnou složenkou a rozstříženým vakem, spokojeni a s radostí, že vidí svůj výnos. Takže letošek je za námi – 2 950 kytiček jsme prodali, svůj úkol splnili a budeme se těšit na příští rok. Teď rychle zkompletujeme vratné věci, vyúčtujeme, pošleme do Prahy, zveřejníme výsledky v našem květinovém zpravodaji.

Jana Strnadová
Klub stomiků Brno, z. s.



ČESKÉ BUDĚJOVICE

Ve středu 11. května se celkem 16 dobrovolníků ve žlutých tričkách ze tříd 1. EA a 1. EB vydalo do ulic Českých Budějovic prodávat kytičky na podporu prevence rakoviny, onkologické léčby a onkologického výzkumu. Se Střední průmyslovou školou strojní a elektrotechnickou jsme se tak zapojili do celostátní veřejné sbírky, kterou pořádá Liga proti rakovině Praha.

Každá dvojice měla k dispozici 75 kytiček, které měla spolu s informačními letáčky za úkol během dopoledních hodin nabízet kolemjdoucím. Minimální cena jedné kytičky byla 20 Kč, dárči však mohli dát i příspěvek vyšší, což se v mnoha případech opravdu stalo. Všechny 600 kytiček, které měla škola k dispozici, se za dopoledne prodalo. Lidé měli o sbírku zájem, často naše



dobrovolníky i sami zastavovali. Celkem tak dobrovolníci vybrali **20 394 Kč**, které jsme následně prostřednictvím České pošty zaslali na účet Ligy proti rakovině Praha.

Těší nás, že jsme mohli takto podpořit dobrou věc, a velmi děkujeme všem dobrovolníkům, kteří se do akce zapojili.

Mgr. Pavlína Šustrová
SPŠ SE

DOBRONÍN

Dlouholetá členka Sboru dobrovolných hasičů v Dobroníně v okrese Jihlava nám napsala krásný vzkaz: „Tento rok nám vyšlo skvělé počasí a prodali jsme úplně všechny kytičky. Je to úžasný pocit pomáhat. Doufám, že se vybralo i dost peněz.“

Vera Wastlova

HRÁDEK

Od našich dlouholetých spolupracovníků – dobrovolníků z Pionýrské skupiny v Hrádku u Rokycan jsme dostali zprávu z průběhu letošního sbírkového dne: „Zdravím všechny zapojené do Dne proti rakovině a posílám výsledky kytičkové sbírky 11. 5.

Zástupcům Pionýrské skupiny Hrádek se podařilo za 700 kytiček získat 16 520 Kč, průměr na kytičku je 23,60 Kč.

Trošku se lidé divili, že se sbírka konala nedávno a už je zde opět (sbírka byla v roce 2021 přesunuta z květnového termínu na 29. září). Tak jsme vysvětlili, že to bylo vinou koronavirových opatření a omezení.

Vlasta Vasková
vedoucí Pionýrské skupiny Hrádek



CHOMUTOV

Jako každý rok i letos jsme se zapojili do akce Český den proti rakovině a nabídli jsme žluté kytičky měsíčku lékařského na podporu boje proti rakovině. Mimo členek našeho spolku KAPKA 97, sdružení onkologických pacientů a přátel, se zapojili i studenti místních škol, Střední zdravotnické školy a Střední průmyslové školy v Chomutově. Celkem jsme prodali 1 852 kusů kytiček.

Tímto bych chtěla poděkovat všem zúčastněným, kteří se zapojili do akce. Květinový den se vydařil nejen tím, jak velké množství kytiček bylo rozebráno, ale přálo nám i krásné slunečné počasí a pomohli jsme dobré věci. I v této složité době je stále hodně příznivců Ligy proti rakovině, která je stabilní společností podporující pacienty, patientské organizace i onkologický výzkum. Zlepšuje tak péči o takto nemocné pacienty. Naše patientská organizace



funguje již více než 24 let a ten pokrok je velký, přesto je stále co zlepšovat. Příští rok se opět zapojíme. Zasíláme fotografii litvínovských hokejistů, kteří také sbírku podpořili.

*Bc. Marcela Vöršová
KAPKA 97, spolek onkologických
pacientů a přátel*

CHRTNÍČ

V obci Chrtňič na Havlíčkobrodsku se do sbírky opět zapojili naši věrní podporovatelé z řad místních dobrovolných hasičů. Vedoucí, paní Petra Dobrá, nám napsala:

„Jako každý rok zasílám fotku do Zpravodaje z našeho dne, kdy jsme vyrazili s malými hasiči nabízet kytičky měsíčku lékařského. Na účet Ligy proti rakovině bylo zasláno celkem 8 968 Kč. Příští rok se určitě rádi zúčastníme znovu. Držíme pěsti, ať letos sbírka překoná jakékoliv představy. I s dětmi vás zdravíme.“

*Za malé hasiče SDH Chrtňič
vedoucí Petra*



KARVINÁ

Hezký slunečný den 11. května 2022. Jako stvořený pro úspěšný průběh sbírky Český den proti rakovině.

Dva roky nazpět onkospolek v Karvině sbírku neorganizoval. Covidová pandemie a související opatření znemožnila spolupráci se školami a firmami, které dříve nabízely kytičky v zastoupení spolku. Dalším důvodem bylo ovšem to, že už není ve spolku nikdo, kdo by se sbírkou zabýval. Postaral se od objednávky po vyúčtování sbírky a odeslání dokumentů zpět. Je to náročná akce. Noví členové nepřicházejí, a pokud ano, jsou to pacienti po sedmdesátce, někdy už hodně.



Tak jsme se pro letošní rok rozhodli objednat si kytičky jen pro nás, pro naše rodiny a známé. Nejvíce kytíček se rozebralo na společné schůzce.

Kytičky, které jsme nabízeli v ulicích, byly přijímány s úsměvem, vstřícností, což nás velmi příjemně překvapilo.

V Karviné kytičky nabízely i jiné organizace, takže ve všeobecném povědomí karvinských občanů květinový den zůstal. Zřejmě by byl zájem i o více než těch 300 ks, které jsme si objednali. Je nám to líto a věříme, že se realizační tým spolku obmění,

nahradí nás mladší členky a spolek dál bude sbírku v Karviné organizovat.

*Blažena Monczková
ONKO Naděje Karviná*

KRÁLŮV DVŮR

Klub Zvonek v Králově Dvoře se letos opět úspěšně zapojil do sbírky Český den proti rakovině. Výsledek byl vyšší než v roce 2021. Za nabízené kytičky se nám podařilo vybrat celkem 268 601 Kč, z toho 185 331 Kč vybrali studenti ze škol, 76 915 Kč členové klubu Zvonek a částka 6 355 Kč byla za měsíčky lékařské ziskána v Zahradě Lisý. Průměr na jednu kytičku je 25,51 Kč.

Naše členská základna bohužel stárne, takže se obáváme, že v příštím roce výsledky nebudou pravděpodobně tak pěkné, přesto se těšíme na další spolupráci.

Krásné léto všem z Ligy přeje

*Alena Kosnarová,
předsedkyně Klubu Zvonek*



NÁCHOD

Český den proti rakovině na Náchodsku

Po covidových komplikacích již v tomto roce mohl proběhnout Český den proti rakovině v náchodském regionu v tradičním termínu. 26. ročník této veřejné celonárodní sbírky se konal 11. května za krásného jarního počasí. Kampaň byla zaměřena na prevenci nádorů reprodukčních orgánů, jejichž výskyt je u nás bohužel vysoký. V zájmu snížení rizika všech typů nádorů i odolnosti proti chorobám vůbec by si měl každý již od mládí osvojit způsob života zahrnující pravidelnou fyzickou aktivitu, zdravou výživu a duševní pohodu, na což upozorňovaly i letáky.

Celkem se do nabízení symbolických kytíček měsíčku lékařského s fialovou stužkou zapojilo bezmála 30 skupin dobrovolníků z Náchodska, Trutnovska, Jaroměřska, Broumovska, Policka a Novoměstska, z toho deset středních škol, jejichž přínos sbírce je vždy největší. Připojila se mnohá zdravotnická zařízení a další obětaví dobrovolníci v regionu. Již poněkolkáté se také osvědčil stánek náchodské Ligy proti



rakovině přímo na náměstí. Ochota veřejnosti přispět na tuto tradiční sbírku byla opět značná. Bylo prodáno celkem 11 550 ks kytíček, takže na celorepublikový sbírkový účet bude poukázáno minimálně 231 000 Kč.

Historicky nejlepší výsledek ze září 2021 náchodská Liga proti rakovině letos zřejmě nepřekoná, přesto je to

v současné složité době nepochybně úctyhodný výkon. Nelze zde jmenovat všechny dobrovolníky, velké uznání si však zejména zaslouží studenti a pedagogové Vyšší odborné školy zdravotnické a Střední zdravotnické školy Trutnov, Obchodní akademie Trutnov, Střední průmyslové školy stavební a Obchodní akademie arch. Jana

Letzela Náchod a také Střední průmyslové školy Otty Wichterleho – Centra propagační tvorby a polygrafie Velké Poříčí. Velkou měrou rovněž pomohli skauti z Náchoda a z Červeného Kostelce.

Upřímné poděkování patří všem dobrovolníkům – žákům, studentům i jejich pedagogům, skautům a dalším, kteří pomáhali, především však členům

výboru LPR Náchod za jejich obětavý přístup ke sbírce. Celý náš rozsáhlý podhorský region je již po mnoho let oblastí, kde má Český den proti rakovině vždy vstřícné přijetí a podporu veřejnosti, mnoha dárců z řad občanů. Srdce příznivců sbírky zůstávají i v nelehkých letech otevřená pro pomoc druhým. Zároveň je také důležité, že významná část výtěžku sbírky se rok

co rok vrací zpět do regionu, v první řadě pro Hospic Anežky České v Červeném Kostelci.

Děkujeme a přejeme všem hlavně pevné zdraví!

MUDr. Vladimír Müller

Ing. Libuše Kučerová

Mgr. Renata Lelková

Liga proti rakovině Náchod, z. s.

OLOMOUČ

Konečně po dvou letech skončila pandemická opatření, a tak se celonárodní sbírka organizovaná Ligou proti rakovině mohla uskutečnit v tradičním květnovém termínu. Pro Český den proti rakovině (dříve zvaný a i nyní běžně užívaný kytičkový den) byla určena středa 11. května.

Příprava sbírky v našem klubu probíhala od začátku roku s cílem pomoci Lize proti rakovině plnit její poslání, tj. šířit nádorovou prevenci, zlepšovat kvalitu života onkologických pacientů, podporovat onkologický výzkum a přispívat k vybavenosti onkologických pracovišť.

Na lednové schůzi byla podána základní informace k letošnímu ročníku. Organizací sbírky byla i letos pověřena místopředsdkyně klubu Boženka Filipová. Na únorové i březnové

členské schůzi, resp. telefonicky, mailem apod. se členky našeho Onko klubu zavazovaly k odběru kvítků měsíčku lékařského. Požadavky na kytičky byly velmi odlišné od deseti (minimální počet stanovený členskou schůzí) až po 400 ks.

Kytičky si členky vyzvedly na dubnové nebo květnové členské schůzi, resp. individuálně u místopředsdkyně. Čas, který zbýval do 11. května, využily k zajištění pomocníků, k dojednání podmínek na nejrůznějších zařízeních i k nabídce kytiček v rámci rodiny.

A již tady byl 11. květen a s ním i krásné počasí, sluníčko a nebe bez mráčku. A naše děvčata, jejich příbuzní, přátelé a dvě dvojice studentů Gymnázia Olomouc-Hejčín vyšli s kytičkami nejen do ulic Olomouce. Přispěli i občané dalších míst, odkud naše členky pocházejí: Šternberka, Litovle, Tovačova, Hluboček, Věrovan, Bystrovan, Velkého Týnce, Skrbeně, Bělko-vic-Lašťan, Slatinic a Grygova. Dobrovolníky s kytičkami (a nejen naše) bylo možné potkat mj. především v centru Olomouce, ale i na hlavním nádraží, u Globusu, v Centru Haná, v podnicích a institucích jako na krajském úřadě, magistrátu, a. s. Gemo, celní správě, ve fakultní nemocnici, MŠ Wolkrova.

Sluníčko přispívalo k dobré náladě i občanům, nehroutil covid, a tím se vytvořily příznivější podmínky pro prodej kytiček, než tomu bylo v posledních dvou letech.

Nyní uvedu několik postřehů ze sbírkového dne, jak je zaznamenala především Miluška Šebestová, potvrdily je i další členky. O kytičky se hlásily především ženy středního a staršího věku a maminky s dětmi, dobře se květiny nabývaly v menších obchodech a v případech, kdy se dařilo navázat bližší kontakt. Slabší byl zájem mužů (dle statistiky M. Šebestové na koupi 380 kytiček se jich podílelo jen 30) a minimální u mladých lidí. A jedna milá příhoda, která se stala dceři Olinky Císařové: Maminka s dětmi chtěla zakoupit kytičky dětem, sobě

a manželovi. Ale děti si vyžádaly kytičky nejen pro babičku a dědu, ale také pro pejska, želvu a dvě rybičky.

A teď ještě několik čísel. Do letošní sbírky Českého dne proti rakovině se zapojilo 57 našich členek, které zajistily nabídku 3 350 kytiček. Největší podíl na tomto výsledku mají již osmdesátiletá Miluška Šebestová (400 kytiček), Darja Lešanovská (310 kytiček), Liduška Kleislová (300 kytiček) a Jaruška Hegerová (200 kytiček). A výtěžek, který letos putoval na konto sbírky, činil 82 005 Kč, tj. o 12 337 Kč více než loni.

Velký dík patří nejen našim členkám, ale také jedné chlapecké a jedné smíšené dvojici z Gymnázia Hejčín (jedna z dvojic dosáhla dokonce třetího nejvyššího průměru na kytičku, a to 38,77 Kč) i vedení školy, které je uvolnilo, dále Městskému úřadu a Domovu pro seniory v Tovačově a všem již výše jmenovaným a dalším podnikům a institucím. Nemohu letos jmenovitě opomenout pracovníky Celního úřadu pro Olomoucký kraj, Blanická 19 a detašovaného pracoviště CÚ, Sladkovského 1213/39. Jmenovaní výši částek trvale přispívají k tomu, že naše členka a jejich bývalá kolegyně Jarmila Fenclová dosahuje nejvyššího průměru na kytičku v rámci našeho klubu. Letos to bylo 52,10 Kč.

Oceňujeme i letos součinnost s pracovníci pobočky Pošty Olomouc 8 na Horním náměstí, které profesionálně zajišťovaly přebírání výtěžků z prodeje kytiček a jejich odeslání na účet sbírky.

Božence Filipové se podařilo vyřešit problémy vzniklé převážně pasivitou některých našich členek a patří jí dík, že přesto zajistila vzornou organizaci sbírky.

Průběh a výsledky kytičkového dne v rámci našeho Onko klubu přispěly k naplnění cíle sbírky a tím k podílu na vytváření podmínek, aby Liga mohla plnit své poslání.

Věra Kratochvílová

Onko klub Slunečnice Olomouc



OPAVA

Tak jako každý rok se náš klub ONKO-ISIS Opava zúčastnil celonárodní veřejné sbírky LPR konané 11. května 2022. Zapojilo se 17 členek (z 23), Církevní konzervatoř Řádu německých rytířů a Masarykova SŠZe a VOŠ. Letos nám počasí přálo, a tak jsme zazářily v nových tričkách, která se nám velmi líbila. Květin-ky jsme nenabízely jen v Opavě, ale také v okolních vesnicích, kde členky bydlí. Lidé byli vstřícní a přispívali většími částkami, než bylo základních 20 Kč. Myslíme si, že sbírce hodně pomáhá propagace v České televizi a možnost doprodat zbytky další den. Také organizační pokyny jsou velmi dobře propracované.

Pro LPR jsme získaly přes 120 000 Kč za 4390 květin, aby mohla plnit své poslání.

Anna Lorencová
ONKO-ISIS Opava



OSTRAVA

ONKO Amazonky

Květinový den, jak jsme zvyklí říkat Českému dni proti rakovině, byl letos po dvou letech v tradičním jarním termínu. A my i naši dobrovolníci jsme byli plně připraveni. Jako by nám i počasí chtělo vynahradit předešlé roky, Ostrava se probudila do krásného slunečného dne. V ulicích byla vidět žlutá trička dobrovolníků mnohem více než loni, i lidé byli daleko příjemnější. I když ne všichni si kytičku koupili, nemračili se. A některé naše dvojice už dopoledne hlásily: „Hoto-vo“. Někdo kytičku jen koupil, někdo přidal i několik přátelských slov. Zvlášť milé bylo setkání na ostravské radnici, kde si primátor Ing. Macura nejen koupil květek, ale udělal si čas i na

fotku s našimi členkami. Letos poprvé jsme měly i stálé místo pro nabídku kytiček. Až do neděle je pro nás nabízely pracovnice ve stánku Nová trafika v Ostravě-Hrabůvce. Těší nás, že se do sbírky opět zapojili naši dlouhodobí dobrovolníci z řad studentů ostravských gymnázií Františka Hajdy, Olgy Havlové, Wichterlova a SZS zdravotní. Co je potěšitelné, přibývá i dobrovolníků, kteří nám s kytičkami pomáhají. Za všechny paní Macháková, paní Bartková, paní Klímová, paní Rašková, matka a dcera Gajovy. Všem jim moc děkujeme. Podle prvních odhadů se podařilo prodat více kytiček než loni a příspěvky byly mnohdy vyšší než minimálních 20 Kč. Zdá se, že květinový den je stále úžasnou celonárodní akcí.

Mirka Juřinová
Onko-Amazonky Ostrava



Slezský klub stomiků

26. ročník celostátní sbírky Český den proti rakovině byl opět úspěšný. Počasí bylo velmi dobré a lidé si kytičky ochotně kupovali, k čemuž jistě velmi přispěla propagace v médiích.

Slezský klub stomiků Ostrava se zapojil do této sbírky už po dvaadvacáté. Za tuto dobu se nám podařilo veřejnosti nabídnout přes 85 000 kytiček.

Je to příležitost, jak přispět dobré věci a také si tím můžeme přivydělat na svou činnost. Průměrný věk našich členů je téměř 75 let, a tak jsme vždy rádi, když se mezi našimi členy najdou dobrovolníci, kteří se vydají do ulic nabízet žluté kytičky měsíčku lékařského. Letos jich bylo 12 a celkem prodali 2 124 kytiček. S dalšími 2 276 kytičkami nám pomohli studenti ostravského gymnázia Matiční a Střední školy prof. Zdeňka

Matějčka, za což jim moc děkujeme. Celkem se podařilo prodat 4 400 kytiček za 126 034 Kč.

Lidé ochotně přispívali. Letos se podařilo vybrat o 20 tisíc Kč více než v loňském roce za stejný počet kytiček. Líbí se nám možnost vícedenního prodeje. Pokud několika prodejčům zbyly nějaké kytičky, mohli jsme je snadno zájemcům nabídnout další den na pevných místech. Žádný z dobrovolníků se

nesetkal s nějakou vyloženě nepříjemnou reakcí. Lidé si buď kytičku koupí, anebo se usmějí, že už ji mají. Proti minulým letům jsme častěji byli dotazováni na to, jak budou vybrané peníze využity. Často jsem se setkával s lidmi, kteří si chtěli popovídat o svých zkušenostech s rakovinou v rodině.

Už 16 let má organizaci sbírky v našem klubu na starosti členka výboru Hedvika Juřinová, která se díky svým aktivitám stala Seniorekou roku 2021 v Ostravě. V organizaci jí vydatně pomáhá další člen výboru pan Václav Bureček. Děkujeme samozřejmě i všem ostatním, kteří se do prodeje kytiček zapojili, přejeme všem hodně zdraví a elánu a věříme, že se podaří uskutečnit všechny projekty, které chce LPR z výměnky letošní sbírky podpořit.

doc. RNDr. Pavel Kreml, CSc.
Slezský klub stomiků Ostrava, z. s.



Kytičkový den v OVAHELPU

I v roce 2022 jsme se zapojili do sbírky Ligy proti rakovině Praha.

Ačkoliv víme, že je s touto aktivitou vždy spojena hromada práce administrativního charakteru, nenechali jsme se ani letos odradit. Většinu klientů OVAHELPU tvoří pacienti aktivně procházející léčbou – přesto se i letos zapojilo 95 % členů centra.

Největším překvapením byla „naše“ Libuška Pivoňková, dáma zralého věku, přesto kypící elánem a snahou pomoci, která zastihuje i mladší ročníky. Neváhala oslovit starosty několika obcí severní Moravy, s dcerou Šárkou osobně objely veškeré radnice,

rozvezly dárky a vracely se s úsměvem a úspěchem. Skupina kolem těchto dvou dam získala za nabízené kytičky cca 31 tisíc. V jediný den! Šárka Prchalová vyrobila pro všechny prodejce zatavené kartičky s informacemi o letošní sbírce – to lidé velmi chválili, ulehčilo to komunikaci na obou stranách.

Jako dárek starostům posloužila naše knížka *Deník na cestě k uzdravení*, který dostává každá pacientka v regionu ve své ordinaci zdarma od lékařů. Kniha ji vede celý rok na její cestě k uzdravení. A i tato velmi oceňovaná knížka spatřila světlo světa díky již třetímu vydání sponzorovanému právě Ligou proti rakovině v Praze – veliká pomoc v Moravskoslezském kraji.

Letošní sbírka byla jiná. Jiná v tom, že jsme slýchávali: „Nic nechci... co zase chcete... nemám díky covidu ani pro sebe... zase sbírka, dejte mi už pokoj... byl covid, teď zase válka, kde to mám brát... poslala jsem na Ukrajinu, už nemám... všechno zdražuje, kdo dá mně?“ a mnohé další věty. Ano, víme, že vše je pravda, a o to více vděčnosti náleží naprosto všem lidem, kteří přes všechny tyto těžkosti posledních dvou let našli „dvacku“ a vložili ji do vaku s tím, že: „Víte co, tady máte, je to dobrá věc, já se uskrovním“.

Veliký dík náleží také všem členům a přátelům centra OVAHELP pomáhajícím s nabídkou kytiček, nebylo jich málo, a většinou šlo o onkologické pacienty, kteří již o této nemoci ví své. Vše je spočítáno, pro krabici s tričky a zbytky kytiček si přijede kurýr v pondělí a my založíme složku s názvem „kytky 2022“ do šanonu k těm ostatním z předešlých ročníků.

Jak to řeklo pár lidí? „Je to dobrá věc.“ Ano, za tím si stojíme i my v OVAHELPU, je to kvalitní pomoc lidem s vážnou nemocí, peníze jdou na výzkum této nemoci, jdou i za lidmi, kteří pomáhají takto nemocným lidem, a co je nejdůležitější, přesto v dnešní poněkud těžší době o to vzácnější: je to transparentní, čistý a slušný počín.

Takže co říci na závěr – my z OVAHELPU posíláme do Prahy pozdravení a „BYLO NÁM CTÍ“ být součástí i v letošním roce!

Zdeňka Hyvnarová
a „její OVAHELPáci“





Z celého srdce děkujeme za vaši pomoc..



Ing. Zdeňka Hyvnarová
Ředitelka centra
OVAHELP – Centrum pomoci
onkologickým pacientům, z. s.



PRAHA

Klub ALEN

Minulé dva ročníky květinového dne proběhly z důvodů covidu až na podzim. Letos se již květinový den konal opět v tradičním květinovém termínu. Počasí nám přálo a naše členky vyrazily do ulic nabízet kytičky. Podle našich zvyklostí si připravily kytičky předem připíchnuté k letáčku.

Nálada byla příjemná, několikrát jsem odpovídala na dotaz: „Vy jste nezdražili?“ Lidé byli většinou milí a štedří. Několikrát jsme dostaly za kytičku 100 i 200 Kč.

V regionálním tisku v Dobřichovicích a v Černošicích jsme uveřejnily prodejny, kde je možné koupit kytičky od středy 11. 5. až do neděle 15. 5. Vyplatilo se: paní z Černolic si přijela koupit kytičku do trafiky na dobřichovickém nádraží. V Černošicích v K dekoru sice



neprodali mnoho kytiček, ale průměr byl 60 Kč na kytičku.

Jedna příhoda: Naše členka prodávala kytičky Na Knížecí u autobusů MHD a nejvíce mě potěšila řidička autobusu, která tryskem vyběhla z autobusu a chtěla dvě kytičky. Ale ouha, měla jen bankovku 500 Kč. Ze sbírky jsem jí rozměnit samozřejmě nemohla. Byla hodně smutná a zklamaná, tak jsem jí dala alespoň 1 kytičku a do vaku jsem hodila „dvacku“ ze svých financí. Jaké bylo moje překvapení, když se asi za hodinu u mě řidička hlásila znovu – už v civilu. V ruce třímala slavnostně 100 Kč a chtěla 1

kytičku. Do sbírkového vaku mi nasoukala celou stovku. Velice mě potěšilo, že se zase ke mně vrátila, ač si mohla kytičku koupit jinde.

Měly jsme také sedm pevných prodejních míst – dvě v Radotíně, dvě v Dobřichovicích, jedno v Černošicích, jedno na Smíchově a jedno v Podolí. Nejúspěšnější bylo Antonínovo pekařství ve Štefáníkově ulici na Smíchově. Děkuji všem ALENkám, které při sbírce pomohly. Tak zase za rok.

Hana Kudelová

Amelie a kytičky proti rakovině v roce 2022

Amelie, z. s., se jako tradičně zapojila do nabídky kytiček, a to v Praze a Olomouci. Všichni dobrovolníci i organizátoři v Amelii byli po kytičkovém dnu spokojeni.

Jak se dařilo v Praze? Na rozdíl od předchozích dvou „covidových“ roků probíhala nabídka kytiček nad očekávání dobře. Dobrovolníci, kteří do ulic vyrazili brzy ráno, měli už před polednem

všechny kytičky prodané. A přálo i počasí, byl nádherný slunečný den a dle slov dobrovolnice Moniky: „I lidé byli usměvaví a vstřícní“. Pro dobrovolnice Zuzanu a Pavlínu bylo zase nabízení kytiček příjemným zpestřením dne i odpočinkem od kancelářské práce.

V Olomouci šlo vše také hladce. Dobrovolníci vyslechli mnoho příběhů a vybrali pro čtenáře jeden, který je za srdce nejvíce chytil. „Je to příběh paní, která nám přispěla větší částkou a kytičky věnovala všem, co stáli ve

frontě na preventivní vyšetření znamének. Ona sama si prošla onko léčbou a znala i naše dobrovolníky z ambulance. Potěšilo nás, že si vybrala právě nás,“ říká Katka, koordinátorka dobrovolníků Amelie v nemocnici.

Věříme, že díky pěkné akci dobře dopadne i celá sbírka roku 2022.

Michaela Čadková Svejková
ředitelka

FIT ILCO

Už v 6 hodin ráno, kdy jsem vycházela z domu, bylo jasné, že tuto středu bude slunečný a bezvětrný den, což bývá zárukou úspěšné nabídky kytiček. Začala jsem na stanici metra Háje jako obvykle. Dvě moje každoroční „konkurentky“ tam již byly a nabízely kytičky všem, kteří kolem nás spěchali do práce. Po nás ještě přibyla spousta studentů, ale ti obvykle mají jen málo kytiček. Já jich měla 400 a kolegyně ze spolku Jarka (mohla přijet z Modřan až později) ještě 200 ks.

Příznivci kytičkového dne byli letos velmi vstřícní, což se projevilo hlavně na výnosu z našich společných 600 kytiček. Já měla z jedné kytičky průměrně 39 Kč a Jarka 29 Kč.

Na obvyklý dotaz: „Kolik je letos za kytku?“ jsme odpovídaly: „Je to jako vždy 20 Kč, ale může být i víc, je to na vás“. A nejen ti, co měli v rodině nebo sami s rakovinou zkušenosti a znalosti a vědí, jak je sbírka potřebná a užitečná, byli opravdu štedří.

Taky jsme volaly: „Letos kytky s nádherně fialovou stužkou, kterou ve své sbírce doma ještě určitě nemáte“. A k tomu jsme každému doporučili, ať si nezapomene přeložený leták o důležitosti prevence, letos téma pro ženy i muže. Všichni slíbili, že si letáček přečtou.

Přes poledne jsme si daly pauzu na káféčko a svačinu. Pak jsme se přesunuly na Opatov – opět k metru, kde je



jeden východ, a všichni museli kolem nás. Ale většinou už nás vyhlíželi, že to ráno nestihli a jsou rádi, že ještě kytičky máme.

Nechali jsme si už jen pár kytiček pro rodinu a přátele, přidali za ně peníze do vaků a vydaly jsme se spokojeně

domů s dobrým pocitem, že jsme pro sbírku LPR i letos udělaly maximum.

*Libuše Logojdová
místopředsedkyně spolku FIT-ILCO*



PROSTĚJOV

Už poněkolkáté jsme se s děvčaty zúčastnily sbírky Český den proti rakovině, kterou pořádá Liga proti rakovině Praha. Letošní nabídky kytiček se zúčastnily naše členky, které už nepatří k nejmladším, ale i přesto kytičky nabízely. Máme i členku, bývalou předsedkyni, která, i přes větší zdravotní potíže, s vypětím sil také prodala všechny kytičky, které měla. Dále nám pomáhaly i studentky Střední zdravotní školy Prostějov a Gymnázia Koniče. Ředitelům těchto škol patří dík, že umožnili studentům se sbírky zúčastnit. V den sbírky nám přálo i teplé až horké počasí. Do ulic se vydaly dvojice hned ráno a některé až odpoledne. Lidí bylo vlivem počasí ve městech i vesnicích dost, takže jsme oslovovali kolemjdoucí, jejichž reakce opět byly různorodé. Někteří nás obešli

obloukem, jiní s poděkováním odmítli, ale většina reakcí byla pozitivních. Od dvacetikoruny až po tisícikorunu za jednu kytičku.

Sama jsem tisícikorunu obdržela třikrát s tím, že jsem upozornila, že nemohu vrátet, ale občané to věděli, řekli, že ji chtějí dát. Já jsem měla trochu

úsměvnou nabídku od pána, který mi řekl, že jediné za hubičku. Tak dostal „hubanu“ na tvář a dal do vaku větší částku :-).

Celkem se prodalo všech 3 300 kytiček s výtěžkem něco málo přes 97 tisíc Kč. S výsledkem jsme spokojeny a jsme rády, že členky a studentky tak

přispěly k využití získaných finančních prostředků na onkologickou prevenci, výzkumné projekty a podporu onkologických pacientů.

*Zdeňka Pluháčková
předsedkyně
ONKO DIANA Prostějov, z. s.*

ROKYCANY

Letošní květinový den se opravdu vyvedl. Počasí jak malované, tak se kytičky velmi dobře nabízely. Náš spolek si jako každý rok prodával kytičky sám, a tak členky již mají své trasy, své úřady, abychom obsáhly co nejvíce míst ve městě – a povedlo se. Všechny objednané kytičky byly bez problémů rozebrány. A letos nám nikdo ani nevynadal, jen velmi malinko se ozývaly negativní názory.



I když svítilo sluníčko a lidé by měli být usměvaví, tak to se bohužel nekonalo. Usoudily jsme všechny, že je to dáno situací a drahotou ve společnosti, což se i projevilo ve výši příspěvků za kytičku. Snad bude příště lépe.

Já ale musím pochválit naši členku paní Venuši Kozákovou (84 roků), která i s francouzskými holemi obětavě nabízela kytičky až do konce. Hluboká poklona.

Je pravda, že všechna děvčata v našem klubu vyzrávají (nechci říci, že stárnou) a že všechny akce klubu, ať

zábavné, či pracovní, jsou pro nás náročnější. Ale pod heslem Emila Zátopky „Když nemůžeš, tak přidej!“ se těšíme na další ročník Českého dne proti rakovině.

P. S.: Letos je to bez foto, nějak se radostí, jak nám to vše skvěle šlo, na focení zapomělo.

*Anička Šimová
Spolek Onko Rokycany*



ŠUMPERK

O kvítky měsíčku lékařského byl v Šumperku velký zájem.

Žlutý kvítek měsíčku lékařského je už šestadvacet let symbolem sbírky, která veřejnost seznamuje s riziky zhoubných nádorů a současně získává peníze na pomoc onkologickým pacientům a na výzkum. Letošní Český den proti rakovině se 11. května zaměřil na prevenci nádorů děložního čípku a varlat.

Lidé si mohli látkový kvítek léčivky s fialovou stužkou koupit v Šumperku na „Točáku“ a u dobrovolníků v ulicích. Kromě studentek a studentů z místní „zdrávký“, Střední školy řemesel, Gymnázia Zábřeh a SPŠE a OA v Mohelnici se do akce opět zapojily členky klubu Eva. Vybrané peníze půjdou nejen na prevenci vzniku rakoviny, ale i na výzkum v onkologické oblasti. Část výtěžku použije šumperská Liga proti rakovině na rekondiční pobyty žen po operaci prsu.

*Jana Krahulová
Vedoucí sestra
Oddělení klinické onkologie
Nemocnice Šumperk*



TÁBOR

Celé to začalo asi před šesti, sedmi lety. Pracně jsem po Táboře sháněla pověstnou žlutou kytičku. Dopoledne jsem se z práce do města nedostala a odpoledne bylo nemožné kytičku koupit. Většinou je prodávali studenti a ti odpoledne už nechodili. Pátrala jsem, jak to napravit. Určitě jsem nebyla sama. Tak jsem se dostala do kanceláře LPR a tam jsem zjistila, že nemusím být v žádné organizaci a mohu pomoci s prodejem jen tak, že chci. A nejsou v tom pro mne žádné složitosti.

První úkol byl najít někoho k sobě. Podařilo se mi „ukecat“ dceru Elišku. Nebyla zrovna ta, která by hravě

oslovovala lidi na ulici, ale pro maminku se obětovala. První sbírka byla v dešti a chladnu, ale i přes nepřízeň počasí jsme si to užily. Byl to bezva den mámy a dcery. Další roky z důvodu studia nemohla a chodila se mnou kamarádka Jana. Nikdy nic takového nedělala, ale zjistila, že ji to baví. Na kytičkový den si už bere volno z práce. A letošek? Byly jsme všechny tři. Počasí sluníčkové, nálada ještě lepší a ke každé kytičce a letáčku jsme přidaly úsměv a přání krásného dne. Lidi od nás odcházeli usměvaví a nás to úžasně nabíjelo dobrou náladou. Byli jsme ve městě až do šesti večer, aby se i pracující mohli ozdobit kytičkou a udělat dobrý skutek. Kytičkový den je pro nás výletem, dnem plným

pohody, kdy hodíme za hlavu všechny všední starosti. Užijeme si i spoustu legrace a soupeříme, kdo vybere nejvíc za jednu kytičku a nejvíc jich prodá, protože my přece kytičky nevracíme. A taky tu nesmím zapomenout na kamarádku Marušku, ta má vak a kytičky ve své veterinární ordinaci, protože z pracovních důvodů nemůže vyrazit do ulic s námi.

Cestou zpět už jsme plánovaly příští sbírku. Jak a co uděláme jinak, kam půjdeme a jestli ještě navýšíme počet objednaných kytiček. No a hlavně, koho bychom mohly do naší party přibrat.

Martina Březinová

ÚSTÍ NAD LABEM

Po dvou dlouhých letech opět v máji rozkvetlo v ulicích oranžové kvítí.

Ač doba není příznivá, u nás na Ústecku a Teplicku byli lidé štědrí. K úspěchu přispěla i možnost prodeje v ostatních dnech a na pevných místech.

Děkujeme touto cestou za spolupráci KÚ ÚK, supermarketu GLOBUS, UJEP – Fakultě zdravotních studií. S velkou radostí se po dvou letech opět do sbírky zapojila ZŠ Teplice Maršovská s rozšířenou hudební výchovou.

A samozřejmě poděkování patří i některým našim členkám – květinářkám, které mezi sebou rády soutěží o nejvyšší počet prodaných kytiček a hlavně dosažený průměr za kytičku.

*Eva Živnůstková,
Ing. Dagmar Papežová
Ústecký ARCUS, z. s.*



VELKÉ MEZIŘÍČÍ

Letošní květinový den se vyznačoval dobrou náladou a viditelnou radostí ze vzájemné komunikace, a to nejen ze strany těch, kteří kytičky nabízeli, ale i těch, kteří kytičky opravdu s chutí nakupovali. Překvapila nás mladá maminka, jež se třemi dětmi kolem sebe za kytičku předala 400 Kč. Nechyběla vzájemná setkávání, rozhovory o významu a důležitosti akce, podání rukou. V této náladě se velmi osvědčily materiály zaslané Ligou proti rakovině a trička ve výrazné žluté barvě, které

již dlouho a dobře prezentují barvu kytičky měsíčku lékařského a dobře zviditelňují dobrovolníky a upozorňují dárce v ulicích. Společné snaze přálo i krásné počasí, naše členky tak mezi kytičky opravdu dobře zapadly. Doufáme, že se nejedná jen o záležitost konkrétního dne, ale o dlouhodobý trend v následujících letech.

*Výbor spolku
Klub NADĚJE, z. s.*

VLAŠIM

Český den proti rakovině je nejstarší sbírka v ČR, která se pravidelně koná již od r. 1996. Liga proti rakovině Praha byla založena v roce 1990 a v letošním roce slaví 32 let své činnosti. Ve zpětném zrcátku spatřuje tisíce odpovědí na dotazy směřované na Nádorovou telefonní linku, stovky účastníků rekonvalescenčních pobytů, desítky tisíc návštěvníků putovní výstavy „Každý svého zdraví strážcem“, statisíce výtisků odborných tisků a informativních publikací pro laickou veřejnost. Především si však

s úctou připomíná miliony dárců, kteří při každoroční květinové sbírce pomáhají Lize plnit své poslání. Všem přispěvatelům, kteří pomáhají pomáhat, UPŘÍMNĚ DĚKUJEME!

Hlavním tématem letošní sbírky jsou možnosti prevence rakoviny děložního čípku, aktuální téma pro muže: rakovina varlat. Žlutý kvítek s barevnou stužkou se stal symbolem boje proti rakovině. Barva stužek pro letošní rok je fialová a za minimální cenu (příspěvek za nabízené kvítky měsíčku lékařského) 20 Kč veřejnost přispívá na programy prevence, podporu onkologického výzkumu, vybavení onkologických pracovišť a zlepšení kvality života onkologických pacientů.

Žáci 1. NP: M. Voňavka, J. Švec, Š. Kuklíková, T. Bakos, 2. KC: N. Šimánková, K. Doubková, M. Běželová, N. Stankušová, P. Holub a L. Zelman nabízeli kytičky měsíčku lékařského po celý den ve Vlašimi a na OP v Tehově. Veřejnost tuto sbírku vnímá pozitivně. Lidé sami vyhledávali v krásném a slunečném počasí žáky ve žlutých tričkách s logem sbírky. 500 kytiček s fialovou stužkou bylo během poloviny dne rozebráno.



Chtěla bych poděkovat žákům, že dokázali trpělivě, vstřícně a velmi optimisticky vystupovat na veřejnosti a prezentovat tím naši školu. Děkuji řediteli školy, že sbírku podpořil. Byli jsme jediná škola v regionu, která ji uskutečnila a nepřerušili jsme tím pětadvacetiletou

spolupráci s Benešovským klubem onkologicky nemocných a s Ligou proti rakovině.

Andrea Khaurová
Střední odborné učiliště Vlašim

VSETÍN

Ve středu 11. května se uskutečnil 26. ročník sbírky Český den proti rakovině. V našem okrese se její organizace tradičně ujala ONKO – Duha Vsetín. Sběrka byla zaměřena na prevenci nádorů děložního čípku a varlat. Letáček s touto tematikou a kvítek měsíčku lékařského prodávali studenti středních škol a naše členky za symbolický příspěvek 20 korun svým spoluobčanům v ulicích města Vsetína a v některých přilehlých vesnicích. Navštívili také obecní úřady a firmy ze Vsetína a okolí.

Lidé nám většinou do vaků dávali více než dvacetikorunu. Měli o akci zájem, byli milí a vstřícní.

Na Vsetínsku bylo vybráno 115 430 Kč, ve Valašském Meziříčí, v Rožnově pod Radhoštěm a v Hustopečích nad Bečvou bylo vybráno 41 114 Kč.

Celkem se tak v okrese Vsetín vybralo 156 544 korun, které budou zaslány na konto Ligy proti rakovině Praha.

Letošní květinový den je za námi. Snad výtěžek z něj pomůže zlepšit život našim onkologicky nemocným pacientům.

Anna Plášková,
organizátorka sbírky
ONKO – Duha Vsetín



ŽELEZNÝ BROD

Český den proti rakovině jsme si, myslím, doopravdy užili. Usměvaví lidé, kteří si kupovali kvítka měsíčku, sluníčko, co se snažilo a hřálo jako v létě. I radnice zářila novou omítkou. Náš spolek děkuje všem, kdo si koupili květinu a tím podpořili dobrou věc. Díky patří také členkám, které se na prodeji podíleli. Prostě den plný úsměvů, krátkých i delších rozhovorů se, jak doufáme, líbil všem. Pevné zdraví všem.

Vladimíra Petružálková
Spolek zdravotně postižených
Železnobrodská



Český den proti rakovině
11. KVĚTEN 2022

Právě jste si koupili kvítka měsíčku lékařského a přispěli jste do tradiční celonárodní sbírky, jejíž výtěžek pomůže v zápasu se zhoubnými nádory. Liga proti rakovině vám za to upřímně děkuje! Naše sbírka se koná už přes čtvrt století a je i preventivní akcí. Tento letáček vás chce blíže informovat o účinné prevenci rakoviny děložního čípku a varlat. Prosíme, pozorně si jej přečtěte!

Generální partner: Česká pošta

Hlavní mediální partner: Česká televize, Radiožurnál

Mediální partner: vlasta maffra, vltava

Partner: Emco, AOK

Poděkování dalším partnerům a spolupracovníkům: Blumach, s.r.o., Český cenový list, Český oves, Český oves, Hypermarkety Albert, Mladá Boleslav, s.r.o., Moravia media, s.r.o., Soudní kancelář Česká Morava a Slezsko, Solista Signum, s.r.o., Soudní kancelář a informační pracovníci ČR a Záměrná

26. ročník celonárodní veřejné sbírky
Český den proti rakovině
11. 5. 2022

Liga proti rakovině Praha

Generální partner: Česká pošta

Hlavní mediální partner: Česká televize, Radiožurnál

Mediální partner: vlasta maffra, vltava

Partner: Emco, AOK

Poděkování dalším partnerům a spolupracovníkům: Blumach, s.r.o., Český cenový list, Český oves, Český oves, Hypermarkety Albert, Mladá Boleslav, s.r.o., Moravia media, s.r.o., Soudní kancelář Česká Morava a Slezsko, Solista Signum, s.r.o., Soudní kancelář a informační pracovníci ČR a Záměrná

AKCE NA PODPORU SBÍRKY

TÁBORSKÉ FIT STUDIO O.K. OPĚT V RŮŽOVÉ

Tradiční RŮŽOVÉ DNY V POHYBU PROTI RAKOVINĚ se po dvou letech konaly opět v květnu. Z důvodu covidových opatření byl jarní termín 2x přesunut na podzim, ale konečně jsme se dočkali. Růžové dny ve Fit Studiu O.K. tak probíhaly 11. a 12. 5. – letos v rámci již 26. ročníku celonárodní veřejné sbírky České dny proti rakovině. Ženy a dívky v růžové zaplnily cvičebný sál, vybrat si mohly z různých typů lekcí, setkání plné pohybu a energie si všechny náležitě užily. Tradičně také mohly využít poradnu VZP. Aktivní životní styl a jeho podpora napříč všemi věkovými kategoriemi je mottem Fit Studia O.K.

A propojení s podporou dobré a správné věci se stalo tradicí. Všem děkujeme za účast a podporu.

Za tým Fit Studia O.K.
Mgr. Olga Kundrátková



RŮŽOVÉ DNY V POHYBU PROTI RAKOVINĚ
11. - 12. 5. 2022

PROGRAM:
18:00 BODYFORM s Veronikou
čtvrtek
17:30 POWERJOG s Vladkou
18:45 REEBOK STEP s Olinou

Růžové oblečení vítáno
Růžové dny je možná platit lekce pouze v hotovosti
Výtěžek bude odeslán na účet LIGY PROTI RAKOVINĚ
Poradna VZP ČR

PŘIDEJTE SE K NĚM, MÁ TO SMYSL!

Fit Studio O.K.
Jihlava (střední část, podzemí)
Vstupné a zisk: 100 Kč

Výtěžek akce ve výši 3 000 Kč byl věnován na programy Ligy proti rakovině Praha. Upřímně děkujeme!

ALZA EXPRES

Firma Alza Expres se opět zapojila do sbírky Český den proti rakovině a pomohla s šířením informací o prevenci nádorových onemocnění. Každý, kdo 11. května v Praze, Brně a Ostravě obdržel svou objednanou zásilku, dostal od pana řidiče také kytičku měsíčku lékařského a letáček o prevenci nádorů děložního čípku a varlat. Firma Alza Expres také podpořila Ligu částkou 10 000 Kč, za kterou obdržela 500 ks kytiček. Velmi děkujeme.

-red-



PODĚKOVÁNÍ ZA ÚŽASNÝ DAR

Nestává se často, aby výtěžek „Posledního zvonění“ na střední škole byl věnován na něco jiného než na podporu a vylepšení kondice před nadcházející zkouškou z dospělosti. Studenti Gymnázia Budějovická v Praze 4 vymysleli



originální řešení – podpořili Ligu proti rakovině!

Maturitní ročníky 8. A, 6. D a 4. E vybraly celkem 34 105 Kč a celou tuto částku opravdu věnovaly na programy a činnost naší organizace.

Studentům jsme upřímně poděkovali a popřáli hodně úspěchů u maturity. Věříme, že v těchto dnech, kdy vychází náš Zpravodaj, mají již všechny strasti s maturitní zkouškou za sebou a tráví své zasloužené prázdniny.

-red-

NA CESTĚ ZA ZDRAVÍM

To je název poradny, kterou provozuje paní Ivetta Trubačová ve Švehlově ulici 363 v Hradci Králové. Zájemci mohou do poradny přijít buď osobně, nebo se domluvit na tel. čísle 775 127 770. Paní Trubačová se letos poprvé

zapojila i do veřejné sbírky Český den proti rakovině, svou poradnu přihlásila jako tzv. pevné místo a jak píše, zažila krásné tři dny při nabídce květin a informačních letáčků.

-red-





5.A ze ZŠSRVJ Jeremenková, Praha 4



Pani trafikantka v Ostravě



Gabriela Šimková v Lenoře



Jednota Strunkovice nad Blanicí



Boženčina zlatá knihovna v Bačetíně



ZŠ a MŠ Šarátice



Poslanci KDU ČSL



Dobrovolnice v Ústí nad Labem



Klub ALEN Praha



Dobrovolníci ze Šumperku



SDH Horní Blatná



Knihovna Brno Černovice



ZŠ a MŠ Šarátice



ZŠ a MŠ Šarátice



Victoria Litoměřice



Dobrovolnice z Kuřimi

REKONDIČNÍ POBYTY ORGANIZOVANÉ LIGOU

Již 29. rokem pokračujeme v organizaci rekondičních pobytů pro onkologicky nemocné. Tento projekt považujeme za velmi důležitou součást následné péče po proděláním onkologického onemocnění a považujeme za nezbytné v něm pokračovat.

V minulých číslech Zpravodaje jsme vás informovali o změnách, které postupně nastaly v druhé polovině loňského roku, a také o tom, jak se vše usilovně snažíme řešit. Oslovili jsme na dvě desítky lázeňských zařízení po celých Čechách a Moravě a díky vstřícnému jednání tří z nich jsme domluvili vzájemnou spolupráci. Jde o lázně Libverda, Kunderatice a Mšené.

Všechna tři lázeňská zařízení jsme postupně navštívili společně s garantkou rekondičních pobytů MUDr. Aschermannovou a s paní Birkovou, která všechny pobyty, včetně dopravy, zajišťuje organizačně.

Shodly jsme se, že po osobní návštěvě můžeme všechna tři místa doporučit s klidným svědomím, že o naše klienty bude postaráno, jak to bude nejlépe možné. Samozřejmě chápeme i složitou situaci s navyšováním cen, přesto jsme se s vedením jednotlivých lázní snažili vyjednat pro naše klienty co nejpríznivější podmínky. Paní doktorka Aschermannová si prošla i jednotlivé balneo provozy a s vedoucími lékaři domluvila vše potřebné týkající se našich klientů.



První turnusy rekondičních pobytů již proběhly a my s napětím očekáváme reakce účastníků.

Iva Kurcová



DĚKOVNÝ KONCERT

Koncert věnovaný všem, kteří spolupracovali při letošním ročníku veřejné sbírky Český den proti rakovině, se konal dne 13. června od 19.00 již tradičně v aule ČVUT v Betlémské kapli.

Slavnostní večer je především díkem všem spolupracovníkům, kteří se podíleli na úspěchu 26. ročníku celonárodní sbírky, a je důstojným ukončením květinového dne. Za úspěch letošního Českého dne proti rakovině vděčíme nejen spolkům, dobrovolníkům, studentům, ale i těm, kdo si kytičku koupili pro sebe a své blízké.

Večerem nás provázel pan **Petr Hora Hořejš** a my se díky jeho působivému vyprávění dozvěděli mnoho zajímavostí a detailů o životě jednotlivých hudebních skladatelů. V úvodu večera vystoupila předsedkyně Ligy MUDr. Michaela Fridrichová a vyjádřila radost nad setkáním se všemi a zmínila se i o tom, jak dobře Liga plní své preventivní a edukační programy. Hovořila o podpoře v podobě dárcovství, které nám umožňuje vykonávat naši činnost.

Poté už jsme se mohli těšit ze zpěvu a hudby v podání letošních významných hostů koncertu. S radostí a potěšením jsme přivítali sopranistku **Evu Müllerovou**, která původně vystudovala francouzský jazyk na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy a poté obor klasický zpěv na Pražské konzervatoři pod vedením prof. Kotouče. V současnosti se věnuje především oratornímu zpěvu a koncertní činnosti, vystupuje po celé České republice. Často se účastní nejrůznějších nastudování barokních oper, např. pro festivaly v Českém Krumlově a Valticích. Vystupuje ale také v zahraničí, Francii, Itálii, Anglii, Německu.

O klavírní doprovod se postarala **Lenka Navrátilová**. Ta nejprve studovala na konzervatoři v Teplicích obory hra na klavír a hra na cembalo a poté



na Pedagogické fakultě Univerzity Karlovy obor sbormistrovství chrámové hudby. Po absolutoriu na teplické konzervatoři působila od roku 1984 na stejné škole jako profesorka pěvecké korepetice. V roce 1987 přešla do Prahy do souboru Komorní opery jako korepetitorka a cembalistka. Poté působila také v operním souboru tehdejšího Smetanova divadla. Od začátku devadesátých let spolupracuje s Pražským filharmonickým sborem, tato spolupráce trvá dodnes. V září roku 2000 se stala profesorkou korepetice na pěveckém oddělení Pražské konzervatoře.

Vystoupení **Olgy Šroubkové** a **Miroslava Sekery** uchvátilo všechny přítomné umem a profesionalitou. Olga Šroubková se věnuje hře na housle od čtyř let, v osmi letech nastoupila k prof. Jiřímu Fišerovi, u něhož absolvovala v roce 2014 Pražskou konzervatoř. Od téhož roku studovala na Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover pod vedením prof. Adama Kosteckého. Je laureátkou řady českých i mezinárodních soutěží, na nichž

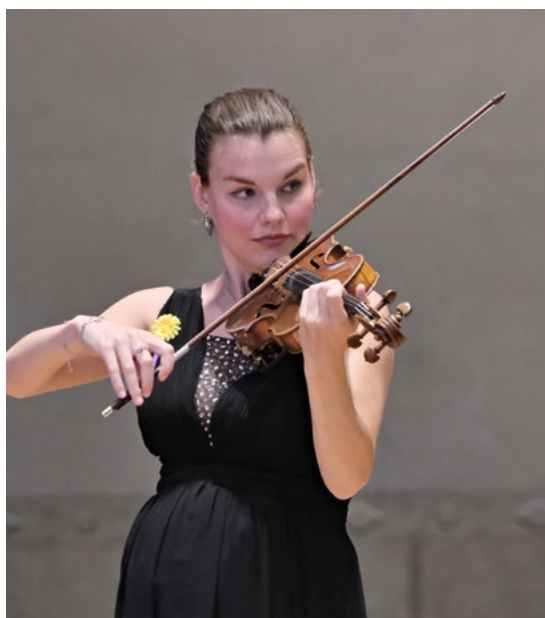
získala také mnohá speciální ocenění za výjimečnou interpretaci. Účinkovala na mnoha významných festivalech, jako je například Dvořákova Praha, Pražské jaro, Smetanova Litomyšl, Allegretto Žilina, MHF Leoše Janáčka, Film Music Prague nebo Ticino Musica International Classic. Je to houslistka s bohatými zkušenostmi z pódíí v zahraničí, virtuoska mimořádné techniky, vroucího tónu, širokého repertoáru. A také udivující paměti, neboť i ty nejobtížnější party hraje zásadně s notovou předlohou v hlavě.

Miroslav Sekera se již od tří let věnoval hře na klavír a housle. Díky svým ohromujícím hudebním schopnostem byl jako sedmiletý vybrán do role malého W. A. Mozarta ve filmu Amadeus režiséra Miloše Formana. Později se rozhodl věnovat pouze hře na klavír, studoval na Pražské konzervatoři a na HAMU. Účastnil se řady interpretačních soutěží, kde získal přední ocenění, mj. cenu v soutěži F. Chopina v Mariánských Lázních, mezinárodní soutěži ve francouzském Gaillardu, v roce 2002 zvítězil v mezinárodní soutěži J. Brahmsa v Portschachu. Vydal několik kompaktních disků, spolupracuje s Českým rozhlasem. Koncertuje v Česku i v zahraničí.

Po dvou letech nečinnosti a absence kulturních akcí jsme si celý večer krásně užili a máme na č vzpomínat. Oslava květinového dne a poděkování všem podporovatelům byla opravdu důstojná, ovace nebraly konce a zážitek byl velkolepý.

Iveta Kuchařová







KAŽDÝ SVÉHO ZDRAVÍ STRŮJCEM

Mobilní výstava o prevenci nejen onkologických onemocnění pokračovala na své pouti po základních a středních školách i v jarních měsících tohoto roku. Navštívili jsme Základní školu Nad Přehradou v Praze 15 – Horních Měcholupech. Vždy jsme úplně nadšeni, když pedagogové věnují nad rámec své práce chvíli času a napíší nám své dojmy a postřehy z výstavy. Je to pro nás skvělá zpětná vazba, jak celý projekt dále rozvíjet a vylepšovat.

Paní zástupkyně ze ZŠ Nad Přehradou nás potěšila následujícím textem:

Zpětná vazba k výstavě: Každý svého zdraví strůjcem

Expozice Ligy proti rakovině v přízemí ZŠ a její vnímání dětmi z 1.–4. ročníku ZŠ, kteří chodí do ŠD

Děti strávily opakovanou prohlídkou dost času. Děti, které ještě neumí ani pořádně číst, se dívaly jen na obrázky a fotografie a vyvozovaly z nich nějaké závěry.

Ve školní družině jsem s nimi o expozici několikrát mluvila a udělala anketu na lístečky, co se líbilo, nelíbilo, co si pamatují.

Nejvíce je zaujalo:

nahé miminko na PC, paní s tabletem, fotografie tlustých lidí a žen v podprsence, nahatý anděl, který pije víno, pyramida jídla.

Poznatky, které děti získaly:

význam slova bulimie (1 žák), „i děti kouří“ (2 žáci), viry jsou škodlivé (fotografie viru zaměňovaného za koronavirus).

Mně osobně se výstava líbí, názorně a stručně vysvětluje, co je škodlivé a co zdraví prospěšné, ale takto mohou expozici asi pochopit děti 10+ let. Děti ve školní družině měly možnost projít si celou expozici vícekrát.

Nejprve je zaujímaly především nepochopitelné, až směšné obrázky, ale po vysvětlení námi vychovatelkami, co vlastně naznačují, se se zájmem vyptávaly na každou určitou problematiku do větší hloubky a zároveň přispívaly z vlastních zkušeností. Vždyť také malí vědí nejlépe, co je správné a zdravé!

Ty nejmladší – teprve začínající čtenáře – bavilo „louskat“ záhadná slovíčka, jejichž význam jsme opět postupně odkrývaly. Ovšem s opatrností, abychom snad nevyzradily více, než je přiměřené jejich věku.

Expozice Ligy proti rakovině v přízemí ZŠ a její vnímání dětmi 1.–9. ročníku ZŠ

• zúčastnily se všechny třídy

• v 1.–3. si děti s třídní učitelkou výstavu prohlédly a shrnuly pravidla pro zdravý životní styl

• v ostatních třídách žáci vyplňovali pracovní listy ve dvojicích, na závěr jim vyučující řekl správné odpovědi a následně probíhala diskuse u těžších otázek

• většinou měli žáci PL vyplněné správně, část dvojic si nevšimla, že může být víc správných odpovědí, i když je to v PL přímo napsané (možná by bylo vhodné dát tuto informaci už na začátek, a ne na konec PL)

• především pro mladší žáky byla těžší otázka 10 – výpočet BMI (vzorec dokázali na panelu najít, ale bylo potřeba jim dovysvětlit, o co přesně se jedná)

• panely se žákům po grafické stránce líbily, ocenili texty umístěné do koleček, ale zase na druhou stranu jim text takto rozložený přišel o trochu méně přehledný než v obdélníku nebo čtverci (řešili jsme to s deváťáky v rámci výtvarky)

Mgr. Kateřina Dražanová
zástupkyně ředitele školy

Po osmi školách na Mladoboleslavsku putovala naše preventivní výstava od března do konce května. Jako první navštívila ZŠ v Debsí, odkud jsme dostali hezkou zprávu od paní učitelky Žaludové:

Ve čtvrtek 10. března byla u nás na základní škole v Debsí u Mladé Boleslavi nainstalována výstava Ligy proti rakovině. Zábavnou formou, doplněnou o vtipné ilustrace a obrázky, měli žáci možnost seznámit se s problematikou



různých druhů rakovinových onemocnění, dozvědět se spoustu informací ohledně prevence a předcházení těchto onemocnění. Výstava od začátku vzbudila veliký zájem nejen u dětí, ale také u učitelů. Studenti druhého stupně si v rámci výuky vyplňovali pracovní listy. Některá témata, zejména pak ta pro kluky a holky, vzbuzovala u dětí lehké rozpaky. Velký zájem byl také o témata nebezpečí na internetu, poruchy příjmu potravy, kouření a drogy. Dle reakcí dětí i učitelů skládala výstava úspěch. Chtěli bychom tímto Lize proti rakovině poděkovat za zprostředkování této osvěty, která přinesla zejména dětem spoustu cenných informací a osvětlila jim i témata, o nichž se mohou často ostýchat mluvit.

Petra Žaludová, ZŠ Debsí
a red.



Preventivních vyšetření prsu ubývá. České poslankyně to spolu s Ministerstvem zdravotnictví a organizací Loono chtějí změnit.

U příležitosti Českého dne proti rakovině se poslankyně Parlamentu ČR spojily s Ministerstvem zdravotnictví a organizací Loono v rámci osvětové kampaně s názvem „Poznej (si) prsa“. Chtějí tak upozornit na významný pokles počtu žen účastnících se preventivních vyšetření prsu. To u řady žen vede k zachycení rakoviny v pozdějším a často výrazně obtížněji léčitelném stadiu nemoci. V rámci akce vznikla koláž fotografií poslankyň, která má za cíl ukázat na nezbytnou prevenci spočívající v samovyšetření, a tedy v poznání vlastních prsou. Prevenci onkologických onemocnění se dlouhodobě věnuje tým mladých lékařů, studentů medicíny a dalších profesionálů sdružených v organizaci Loono, která pořádá workshopy a webináře ve školách, firmách i na festivalech. „Loono již sedm let učí veřejnost o důležitosti prevence, proto jsme nadšení, že jsme byli přizváni na tuto tiskovou konferenci a mohli předvést, jak si správně samovyšetřit prsa. Samovyšetření je při prevenci onkologických onemocnění naprosto klíčové a může skutečně zachránovat životy. Čím dříve se na rakovinu přijde, tím větší je šance na vyléčení,“ řekla Veronika Macková, marketingová ředitelka Loono.

„My ženy máme často tendenci starat se o všechny okolo, ale na sebe myslíme na posledním místě. Prevence stojí jen trochu času a její efekt je obrovský. Nádor prsu je nejčastějším zhoubným nádorem u žen v Česku a může se týkat každé z nás. Prosím, nepamínejme

na prevenci,“ uvedla Marie Jílková (KDU-ČSL), členka výboru pro sociální politiku.

Že je situace skutečně vážná, potvrzují i data Ústavu zdravotnických informací a statistiky ČR. „Pandemie covid-19 se významně promítla do poklesu návštěvnosti preventivních programů. Zejména v první polovině roku 2020 byl pokles velmi zásadní, např. počet provedených screeningových mamografií klesl v ČR meziročně o více než 15 %, v některých regionech až o více než 20 %. Ačkoli se screeningová centra snažila tento propad následně nahradit, úbytek vyšetření dosud nebyl vyrovnán. Klesající pokrytí populace prevencí povede k nárůstu pozdě zachycených vážných onemocnění, u kterých je významně menší šance na vyléčení,“ doplnil ředitel ÚZIS ČR, prof. Ladislav Dušek.

Konference s rekordní účastí měla tedy za cíl upozornit na důležitost pravidelných vyšetření a samovyšetření a Dominika Čírtková, zkušená školitelka, v závěru konference ukázala, jak správně samovyšetření provést, a vysvětlila také, jak postupovat, když najdeme něco podezřelého.

Veronika Macková,
Marketing manager Loono

České ILCO zahájilo provoz ILCO Linky psychologické pomoci

Známa a uznávaná onkopsycholožka, sexuoložka a odbornice na partnerské vztahy Laura Janáčková odpovídá každé druhé pondělí na často těžké problémy nejen stomikům a jejich blízkým, ale i onkologickým pacientům s onemocněním střev a konečníku.

Situace před vytvořením stomie, její samotné vyšítky či její zvažování jako řešení zdravotního problému je velký zásah do života každého z nás a může mít vliv i na naši psychiku. Zejména v období krátce po nebo před operací není snadné se s novou situací vyrovnat. Abychom tuto situaci usnadnili nejen stomikům a jejich blízkým, ale i všem, kterým vývod hrozí nebo se ho obávají, rozhodli jsme se zřídit linku psychologické podpory. Mezi pacienty jsou často i lidé s onkologickou diagnózou.

Cílem linky tak je poskytnout psychologickou podporu, která pomůže vyřešit problémy a situace, se kterými se pacienti často potýkají. Tedy zvládání nemoci (jak se vyrovnat se strachy, obavami, úzkostí či depresí); jak komunikovat s lékařem, rodinou, dětmi, přáteli, spolupracovníky atd.; otázky nadlimitního stresu, sebevědomí, partnerských vztahů, intimních a sexuálních problémů či najít individuální cestu k pozitivnímu myšlení a vnímání.

ILCO Linka je dostupná jednou za 14 dní vždy v pondělí od 7. 2. 2022 do 31. 12. 2023, v čase od 16–18 hod celé dva roky. Zarezervovat termín je možné po vyplnění krátkého dotazníku na stránkách www.ilco.cz či volat přímo na telefonní číslo **725 556 889**.

Linka je realizována v rámci projektu „Ano, my můžeme!“ financovaného z Norských fondů 2009–2014.

Mgr. Petra Michálková
PR & Fundraising
České ILCO z. s.

MEZIGENERAČNÍ DESKOVÉ HRY V PRAZE 13



Městská knihovna – pobočka KD Mlejn, Kovářova ul. spolu s Městskou částí Praha 13, místní Agenda 21 pořádala již tradiční Mezigenerační deskové hry.

Byla možnost si vyzkoušet známé i méně známé hry.

Děkujeme zejména paní Kravčíkové, vedoucí místní knihovny.

18. května bude pokračování, tentokrát u nás na radnici Prahy 13.

Pobavili se všichni – a o to šlo.

Hry a puzzle jako odměny pro účastníky věnovala mimo jiné Liga proti rakovině, které tímto velice děkujeme za spolupráci

Aneta Ečeková Maršálová,
členka rady MČ Praha 13



ZE ŽIVOTA KLUBŮ

Upřímně blahopřejeme pacientským organizacím, které v letošním roce oslavují kulatá výročí své činnosti.

Ostravské AMAZONKY se s námi podělily o zážitky ze slavnostního výroční schůze klubu ONKO Amazonky Ostrava.

Do Havířova jsme se na pozvání klubu INNA rozjely s paní Birkovou a oslav 25. výročí založení jsme se osobně zúčastnily.

25. VÝROČÍ ZALOŽENÍ KLUBU INNA HAVÍŘOV

Ve čtvrtek 24. března jsme se s paní Ivanou Birkovou vydaly na severní Moravu, kde nás čekalo příjemné odpoledne s členkami klubu INNA v Centru volnočasových aktivit. Krásně vyzdobený sál, vše pečlivě nachystáno, dobroty napečeny a oslava 25. výročí organizace INNA Havířov mohla začít. V úvodu předsedkyně Marta Marčová přivítala jak své kolegyně z klubu, tak i pozvané hosty. Poděkovala členkám klubu za bezchybnou přípravu akce a poté nás podrobně seznámila s činností klubu od počátků v roce 1997.

Iniciativa, Nápad, Název, Aktivita – INNA – pod tímto názvem se sdružují pacienti se všemi onkologickými

diagnózami, ženy i muži, a navzájem se mohou podporovat a společně dál plnohodnotně žít. Činnost klubu je velmi bohatá a je zaměřena jak na podporu vlastních členů, tak na edukaci široké veřejnosti. Vyškolené členky klubu provádějí přednášky na školách, v klubech i v pracovních kolektivech v regionu a učí přítomné technice samovyšetření prsu na silikonovém modelu. Zúčastňují se rovněž osvětových akcí pro veřejnost, jako jsou Dny zdraví aj.

Členové klubu se pravidelně scházejí ve své „klubovně“, podnikají výlety do přírody i za kulturou, jezdí na rekondiční pobyty apod.

Po pěkné prezentaci paní předsedkyně pokračovala oslava kulturním programem, který zajistily „Havířovské babky“. Vtipné pásmo písní a veršů v nářečí těšínského Slezska všechny pobavilo a potěšilo.

Slavnostní odpoledne uběhlo velmi rychle v přátelském povídání s členkami klubu a najednou jsme si uvědomily, že náš vlak do Prahy jede co nevidět. Byly jsme velmi rády, že nás paní Mokrošová opět k vlaku dovezla a nemusely jsme běžet. Prožily jsme moc hezký den a cestou domů nám v uších zněly rozverně popěvky „Havířovských babek“.

Iva Kurcová



30. VÝROČÍ ZALOŽENÍ ONKO-AMAZONEK

Výroční členská schůze se koná každý rok, ale ta letošní, která se konala 25. dubna, byla něčím výjimečná. Začínala kávou a koláčem. A pak

následoval ustálený program. Schůzi řídila jako vždy s přehledem Eva Bartuszková. Zprávu o činnosti přednesla naše vedoucí Katka Pintérová. Po

dvou letech omezení kvůli koronaviru se rozbíháme a takto sečteno, stihly jsme toho poměrně dost. Rekondice, schůzky, opět se rozběhlo cvičení, květinový den. Vrcholem loňského roku bylo setkání onko klubů SM kraje, které jsme pořádaly v DOV. Tuto akci jsme měly připravenou už na rok 2020, ale tehdy to nedovolila pandemická situace. O rok odložená akce se opravdu povedla. S hospodářským organizací nás seznámila Gita Wilkowská, a že je všechno v pořádku, potvrdila ve zprávě revizní komise Renata Rajnochová. Ještě plán na příští období – je tak trochu opatrný, nevíme, co nás vzhledem k situaci čeká. Všechny zprávy i plán činnosti byly přijaty bez připomínek a pracovní část byla ukončena. Ale ne celý program, nastal čas pro druhou část, proč je



tato schůze výjimečná. V tomto roce oslavují ONKO-AMAZONKY 30. výročí své existence. A kdo by o tom měl více vědět než sama zakladatelka a první předsedkyně Lída Váchová. Pozorně jsme naslouchaly jejímu líčení začátků organizace.

Jak se potkávaly v čekárně onkologické ordinace a potom i mimo ni, o setkání s Evou Bartuskovou. Po asi dvou letech prvních devět členek založilo v r. 1992 Onko-Amazonky, sdružení. Pro vzájemnou podporu, dodání odvahy pro další život. V době, kdy slovo rakovina vzbuzovalo hrůzu a beznaděj a informací bylo málo, brzy nabízely pomoc, osvětu i naději stejně postiženým pacientkám. Hned v začátcích navázaly spolupráci s dalšími organizacemi. Vstup do Ligy proti rakovině byl logickým krokem. Květinový den, ten první ročník jen jako dobrovolníci, ale od dalšího se už zúčastnily jako sdružení a od té doby jsme ani jednou nevynechaly. Byly mezi zakladatelkami Aliance žen s rakovinou prsu v r. 2002. Postupem času z Amazonek odcházely členky a zakládaly svoje organizace v Havířově, Opavě, Karvině a jinde. Lída Váchová vzpomněla na schůzky v domově seniorů na Gajdošově ulici, kde jeden den v měsíci byl vyhrazen pro nově přichozí i jako poradna pro rodinné příslušníky. Bylo to vlastně centrum pomoci, i když tomu tehdy tak nikdo neříkal. Všichni pozorně poslouchali, bylo zajímavé slyšet historii od zakladatelky, a i když Lída v r. 2015 předala pomyslné žezlo Katce Pintérové, je pořád naší váženou členkou.

Kateřina se vrhla do práce se vši energií a přes složitou rodinnou situaci, kterou v té době procházela, vede organizaci k naší velké spokojenosti. Spolu s Gitou fungují jako přesně seřízený stroj. Katka doplnila vyprávění o začátcích prezentací, připomněla některé společné akce. Opravdu nejde ukázat všechno, za těch 30 let toho byla spousta, prošla stovky fotografií a dokumentů, tak alespoň některé. Každé ze přítomných utkvělo v paměti nějaký jiný zážitek, mnohé si při tom vzpomněly na svůj příchod mezi nás a už během promítání se s tím potřebovaly podělit se svými kolegyněmi. Kytice pro členky výboru a Lídu jako poděkování od kolegyněk vyvolaly dojetí. Pak se otevřely dveře a v předzáhlí čekaly skleničky vína na přípitek a připravený odpolední raut. S radostí jsme si připily na minulost, na budoucnost, ale hlavně na zdraví. Ale to už se spustila lavina vzpomínek na společné zážitky a mezi konzumací řízečků, sýrů a jiných lahůdek se probíralo kde co. Rodina, přátelé, zahrádky a jiné. Jen mezinárodní situaci jsme se asi podvědomě vyhýbaly, přeci jen to byl náš sváteční den. Mísy se pomalu vyprazdňovaly, co bylo třeba povědět, bylo povězeno, a tak jsme se pomalu rozcházely do dalších všedních dnů. Ještě zkontrolovat, jestli někdo něco nezapomněl a ejhle. Pod stolem se krčí igelitka a v ní nádherná kytka. Předpokládanou majitelku jsme nezastihli, tak najde prozatímni domov v kanceláři. Krásné odpoledne skončilo a nás čekají další společné zážitky.



Mirka Juřinová
Onko-Amazonky

ROKYCANSKÉ ONKOVKY ZAČALY JARO SPOTEM

Opět po dvou letech odmíčení kvůli koronaviru jsme navázaly na staré onkové tradice, že jsme roční činnost klubu začínaly sportem.

A tak v březnu hurá na bowling.

Letos jsme to ještě vylepšily a po 22 letech jsme si dopřály nová klubová trička.

Prožily jsme pěkné odpoledne, zakouřily, zasmály i dobré papky si dopřály, den jak malovaný.

Úplně obyčejné věci jsou tak jednoduché a tak krásné, že?

Anička Šimová
ONKO Rokycany

REKONDIČNÍ POBYT KLUBU STOMIKŮ BRNO V BRUNTÁLE

2. května jsme se v počtu téměř 40 lidí z našeho klubu a jeho přátel ubytovali v hotelu Slezan v Bruntále. Cestou jsme se zastavili na prohlídku kláštera ve Šternberku a byli jsme velmi mile překvapení nezvykle pojatou exkurzí. Pan průvodce nás nejen provedl klášterem, ale v každém sále nám zahrál a zazpíval duchovní písně za doprovodu cembala, fujary, harmoniky, klavíru a varhan.

Od úterka do pátku jsme každé ráno poctivě půl hodinku cvičili. Protahání bylo příjemné a pro zdraví velmi potřebné.

V úterý nás čekala prohlídka překrásného bruntálského zámku s rokokovou výzdobou a mobiliářem, je to pýcha českého Slezska. A v nově

zrekonstruované sala terrene je kavárna, kde si mnozí z nás prohlédli výstavu fotografií Sary Saudkové, které si nic nezadájí s fotkami Jana Saudka. Odpoledne jsme strávili se zástupkyňmi firmy Welland. Vyslechli jsme řadu cenných informací o pomůckách a také užitečné rady k ošetřování stomie. Děkujeme Kamilce, že vážila cestu za námi a předala nám potřebné informace. Večer se pořádaly soutěže v hodu kruhy, míčky, v chůzi s vejci nebo hodu granátem na potkany (umělohmotnými). Veselo bylo až až. Ve středu jsme vyjeli na exkurzi do přečerpávací elektrárny Dlouhé stráně. Vyslechli jsme historii její výstavby a prošli tunelem do útrob elektrárny. K horní nádrži jsme vzhledem

k zledovatělé silničky nedojeli, ale alespoň jsme se prošli kolem dolní nádrže.

Čtvrtek byl nejkrásnější den, jednak bylo nádherné počasí, cesta z Hvězdy na Ovčárnu se dosud neopravovala, a tak jsme všichni vyjeli vzhůru k Pradědu a někteří k němu i došli. V Karlově Studánce jsme popili železito-sírnou kyselku a zajedli ji dobrými zákusky. Bylo překrásně. A večer se slétly z Petřových kamenů čarodějnice a zpívaly,





tančily a veselily se do pozdních hodin v sále hotelu Slezan.

Pátek patřil Jeseníku a hlavně Priessnitzovému lázním. Pan průvodce nám předestřel historii lázní, ale hlavně nám řekl, kdo byl Vinzenz Priessnitz a jak léčil. V 6 hodin ráno budíček, ponoření do studené vody, poté zabalení do lněných prostěradel a uložení do postele s mnoha přikrývkami, dvě hodiny pocení a poté znovu lázeň a odpoledne práce na čerstvém vzduchu – řezání a štípání dřeva a žádné ulejšování. Všichni bez rozdílu stejným dílem, ať byl chudšas, nebo šlechtic. K tomu celodenní popíjení čerstvé vody ve velkém. Tyto metody

měly úspěch a mají dodnes, i když trochu v pozměněné formě. Večer jsme uskutečnili „vánoční“ tombolu, aby nikdo nepřišel zkrátka. Výhry byly mnohdy zajímavé a vcelku nepraktické, ale nasámali jsme se a pobavili.

Po celý týden jsme využívali nabídky hotelu a chodili si zaplavat v krásném bruntálském bazénu, zašli i do sauny. Hotel Slezan můžeme všem velmi doporučit. Stravování i péče ve všech službách je úžasná.

V sobotu po snídani jsme se s Bruntálem rozloučili, ač neradi a cestou do Brna jsme se zastavili na Svatém Kopečku u Olomouce, abychom si prohlédli nádhernou barokní baziliku.

Kromě exkurzí jsme praktikovali také turistiku. Okolí Bruntálu má zajímavé geologické útvary – totiž sopky, které byly činné ještě před 2 miliony let, tedy podle vulkanologů „včera“. Uhlířský vrch s kapličkou a zajímavou křížovou cestou a Venušina sopka byly nejbližší a byly velmi pozoruhodné. Viděli jsme sopečnou strusku, sopečnou načervenalou hlínu a čedičové varhany. Rekondice v drsném severomoravském kraji se vydařily a máme na co vzpomínat!

Eva Bekeniová
Klub stomiků Brno

ONKO NADĚJE KARVINÁ

Náš spolek bude realizovat projekt s názvem Workshop v Lomné, chceme naše řady doplnit o mladší členky. Ve dnech 10.–12. června se uskuteční pobytová akce v hotelu Excelsior v Dolní Lomné. Pobyt je určen pro dvačty účastníků, z nichž polovina by měli být noví členové spolku, kteří budou ochotni podílet se na přípravě aktivit spolku, ale mělo by dojít i k náhradě stávajícího vedení. Přesto, že je projekt dostatečně prezentován, zatím

se nikdo nový nehlásí. Takže seznam účastníků je doplněn stávajícími členy spolku, s tím, že je stále rezervováno sedm míst v pobytu. Na finanční krytí nákladů spojených se seminářem jsme vyčlenili prostředky poskytnuté Ligou proti rakovině Praha. Jsme vděční za tuto podporu a věřím, že seminář splní očekávání. Spolek dále organizuje běžné aktivity, o které je zájem. Největší je o rekondiční pobyt. Letos budeme relaxovat týden v hotýlku Kempa v Bukovci. To je nejvýhodnější vesnice v pohraniční se Slovenskem. Bude nás třicet, pro víc rekreatantů ani místo není. Takže v klidu, v hezkém

prostředí. Pohybových aktivit se nabízí hodně, což je pro nás moc důležité. Společné schůzky probíhají každý měsíc a účast je skvělá. V dubnu jsme si vyslechli a prodiskutovali zajímavou přednášku. Od jara chodíme na procházky, především do parku B. Němcové.

Uskutečnili jsme také zájezd do Starých Hamer a prošli se po obrázkové cestě na Javořinku. Byl to krásně prožitý den.

V červnu plánujeme zájezd do Kroměříže a na pozvání polských kolegyně z Rybníka plánujeme společný výlet do příhraničního městečka Ustroň.

S děvčaty ze Svazu žen z Petrovic u Karviné jsme odehráli jarní turnaj v bowlingu. Dále jsme navštívili Literární salónek Regionální knihovny, kde jsem se dozvěděli spoustu zajímavých informací, o kterých jsme pak dlouho diskutovali.

Moc se těšíme na setkání zástupců regionálních onkospolků. Proběhne 30. června v Havířově. To jsou vždy příjemné akce, setkání s milými kolegy, němi a hlavně inspirace k další činnosti. Dva roky byly tak nějak v útlumu,

ale všichni věříme, že bude lépe.

Blažena Monczková
ONKO Naděje Karviná



ČLENKY KLUBU VICTORIA LITOMĚŘICE EDUKUJÍ VEŘEJNOST

Paní Libuše Žamberská, vedoucí klubu Viktoria Litoměřice, a její kolegyně jsou již dlouhá léta velmi aktivní v oblasti programů prevence. Ve spolupráci se Zdravým městem Litoměřice

provádějí v Centru kultury v Litoměřicích školení pro širokou veřejnost, pravidelně navštěvují střední školy apod.

-red-



Jejich práce si váží i zakladatelka screeningu a prvního mamacentra v ČR, ředitelka Mamma centra Opatov a Hradčanská, lékařka **MUDr. Mirka Skovajsová, Ph.D.**, od které členky klubu Victoria obdržely milý dopis plný uznání:

„Moje milé,
děkuji vám všem za krásnou práci, kterou odvádíte. Jste prostě skvělé. Některé ženy se u vašeho stánku zastaví, ostatní – těch je více – se ostýchají zastavit, ale vy se jim otisknete do paměti, zůstane jim to jako zasazené semínko, informace, kterou použijí ve správný čas. Všechny vás objímám.“

LPR HRADEC KRÁLOVÉ

Dovolte mi, abych dnes vzpomněl na úspěšné období činnosti organizace LPR Hradec Králové, jehož jsem se aktivně spoluúčastnil od založení, tj. již v době bezprostředně po revoluci. Tedy shodně s dobou vzniku celé pražské LPR. Byli jsme v začátcích velkou fungující organizací o 50 členech. Moje odborné zaměření jako lékaře onkologa mi umožňovalo poznat určité nedostatky v onkologické péči. Zejména ty po ukončení akutní diagnostiky a léčby. Tato fáze nemoci byla charakterizována obdobím velmi kvalitní péče (cílené ozařování, chemoterapie apod.). Trvale jde nejen o osvětu v prevenci rakoviny. Zůstává zlepšit ne vždy správně chápanou a skutečně realizovanou psychologickou péči. Také stát musí dále pomáhat hendikepovaným občanům v dalším období života.

Považovali jsme za cenné odborné řízení naší činnosti Ligou proti rakovině Praha (informace pro pacienty – brožury, Zpravodaj a odborné přednášky). I naše vzájemná laická pomoc vedla k dosažení řady přátelství, vzájemné empatie a nezištné pomoci mezi členy. Naše pravidelná setkání v rámci LPR Praha vedla i k ocenění naší práce (trvale přední umístění v rámci květinového dne, Cena Skokan roku apod.). To svědčí o úspěšnosti našeho snažení. Věk a zdraví je pro nás darem. Vše má své limity a končí i dobrá snaha aktivní pomoci v této potřebné oblasti. Na VČS naší organizace dne 20. 4. 2022 jsem po doplnění a volbě nového výboru svou činnost předsedy organizace ukončil. Předsedkyní byla zvolena Blanka Potůčková, naše aktivní členka. Oporou jí bude zkušený a doplněný výbor. Přiji všem členům celostátní organizace Liga proti rakovině Praha zdraví, radost v životě a vzájemnou potřebnou pomoc.

doc. MUDr. Václav Svoboda, CSc.



Ze srdce děkujeme panu docentu Svobodovi za dlouholetou skvělou spolupráci a za obětavou práci pro Ligu proti rakovině v Hradci Králové.

za výbor LPR Praha
Iva Kurcová

INFORMACE A POZVÁNKY NA LIGOVÉ AKCE

Dovolte, abychom vás srdečně pozvali na plánované akce Ligy proti rakovině Praha z.s. v druhé polovině letošního roku.

Sněm členských pacientských organizací:

Hotel DUO, Teplická 492, Praha 9
Termín bude upřesněn

Vánoční koncert:

6. prosince 2021, Karolinum, Praha 1



Detailní informace o plánovaných akcích získáte na telefonním čísle **224 919 732** nebo napište na e-mail: **birkova@lpr.cz**

ceník celoplošné inzerce Informační zpravodaj Ligy proti rakovině Praha z.s.

formát		rozměr na zrcadlo	čistý formát po ořezu	ceník
1/1			210 x 297 mm	6 000 Kč
1/2	výška	88 x 267 mm	103 x 297 mm	3 500 Kč
1/2	šířka	180 x 130 mm	210 x 146 mm	3 500 Kč
1/3	výška	57 x 267 mm	72 x 297 mm	2 500 Kč
1/4	šířka	180 x 65 mm	210 x 72 mm	1 800 Kč

Technické podmínky: tel.: 233 091 454, e-mail: petrus@allin.cz • Inzerce přijímá: e-mail: lpr@lpr.cz, houszicka@allin.cz

Závěrem několik praktických informací

Liga proti rakovině Praha z. s.
Ústav radiační onkologie
Na Truhlářce 100/60
180 81 Praha 8
Kancelář – tel.: 224 919 732
www.lpr.cz, e-mail: lpr@lpr.cz

Nádorová telefonní linka – tel.: 224 920 935
Lékaři denně: 9–16 hod., záznamník nepřetržitě

č. účtu LPR Praha: ČSOB 8888 88 8888/0300

Veškeré publikace, které LPR vydává jak pro preventivní, tak i následnou péči, obdržíte zdarma na výše uvedené adrese nebo prostřednictvím Nádorové telefonní linky. Současně nabízíme pro onkologická sdružení možnost zapůjčení kazet z videotéky.

Vydávání Informačního zpravodaje povoleno MK ČR: E 11079.



Zpravodaj je bezplatně zasílán všem členům Ligy proti rakovině Praha z.s.

Roční členský příspěvek 100 Kč pro důchodce a studenty, 200 Kč pro občany výdělečně činné a právnické osoby.

Zpravodaj k tisku připravily: Ing. Iveta Kuchařová, Iva Kurcová, DiS. • Grafická úprava: ALL IN AGENCY • Vydává: Liga proti rakovině Praha z.s.