

ČERVEN 2013

Prostřednictvím odborných článků motivujeme naše čtenáře.

seniorum.cz  
portál nejen pro seniory

**MEDIA  
PLANET**

# ZRALÝ VĚK

3

TIPY

PRO KVALITNĚJŠÍ  
ŽIVOT

**ZUBNÍ  
IMPLANTÁTY**

Zjistěte, jak Vám  
nanotechnologie  
může pomoci

**NOVÉ  
TRENDY**

v kloubní výživě  
- zbavte se  
bolestí

## PROŽIJTE STÁŘÍ AKTIVNĚ!

**Jan Tříška:** „Běhám 35 let, 7 dní v týdnu, 365 dní v roce. Dává mi to pravidelnost v nepravidelném životě potulného komedianta.“

PHOTO: ARCHIV DIVADLA ARCHA

### CARINE & OASIS PROBIOTIC PŘINÁŠÍ:

- spolehlivou ochranu poševní sliznice při menstruaci
- komfortní aplikaci prospěšné mikroflóry
- obnovu rovnováhy vaginální mikroflóry přirozenou cestou

**Napomáhá odstraňovat kvasinkové infekce pochvy.**

**Vložky ProBiotic jsou určeny pro pravidelné použití.**

Jediný produkt tohoto typu na trhu!



fide@fide.cz . www.fide.cz . www.probiotickevlozky.cz

FIDE s.r.o., Brtnice 35, P.O.BOX 3, 588 32 Brtnice, Czech Republic, tel.: +420 567 216 390, fax: +420 567 216 384

## VÝZVY



Jiří Hrabě,  
Reditel Elpida, o.p.s.

Evropa stárne. V roce 2015 se v Evropské unii vyrovná počet lidí, kteří odcházejí a vstupují na trh práce. Do té doby budou převažovat ti, kteří svou profesní kariéru začínají. Věk odchodu do důchodu se prodlužuje, což je trend, který vzhledem k demografickému vývoji bude pokračovat i nadále.

## Na věku nezáleží

**D**elší a kvalitnější život byl cílem řady předcházejících generací. Když jsme tohoto cíle dosáhli, najednou budí rozpaky. Především u ministrů sociálních věcí. Postavení seniorů v české společnosti se mění jen pomalu. Společně s Maďarskem patříme k evropské špičce co se týče diskriminace na základě věku.

### Mediální obraz seniorů

Přítom v životních a pracovních zkušenostech seniorů se skrývá obrovský

potenciál, který by neměl zůstat bez povšimnutí. Rostoucí seniorské populace si však všimají zatím jen politici před volbami a mnohdy pochybné firmy zprostředkovávající výlet spojený s chutným obědem a prezentační akcí. Mediální obraz seniorů je tím velmi ovlivněn a skoro to vypadá, že jsou všichni senioři stejní. Z vlastní zkušenosti z neziskové organizace, která se seniory pracuje, mohu říct, že takový závěr je hluboký omyl. Řada seniorů pracuje, podniká či se věnuje dalšímu vzdělávání. Zkrátka se i ve starším věku pouštějí do něčeho nového.

### Nové výzvy

Příkladem je třeba pěvecký sbor seniorů Elpida, který tvoří dvacítká dam kolem sedmdesátky. Od loňského roku vystupují na koncertech s kapelou Please The Trees, která letos získala hudební cenu Anděl v kategorii Alternativa. Dámy nikdy nestály na pódiu, nikdy nezpívaly anglicky a nyní, v době, kdy by si řada lidí mohla myslet, že pouze hlídají vnoučata či hledají slevy v supermarketu, objíždějí velké hudební festivaly a tleská jim o dvě generace mladší publikum. Takové projekty velmi přirozeně napomáhají tomu,

abychom lidi nehodnotili podle toho, kolik jim je, ale podle toho, jací jsou.

### Skrytý potenciál

Dříve platilo, že nejstarší členové společnosti byli vypravěči příběhů, zdrojem informací a živými svědky historických událostí. V digitálním věku by se mohlo zdát, že této funkce již není zapotřebí. Pokud bychom na tuto tezi přistoupili, stali bychom se patrně osamělými solitéry bez sociálních kontaktů. A to by byla škoda nejen pro společnost, ale i pro každého jednotlivce. Bez ohledu na věk.

**MEDIA  
PLANET**

We make our readers succeed!

ZRALÝ VĚK,  
4. VYDÁNÍ, 24. ČERVEN 2013

#### Projektový manažer:

Ing. Marek Přeucil  
Jan Fencel  
**Tel.:** +420 222 999 689  
**E-mail:**  
marek.preucil@mediaplanet.com  
jan.fencel@mediaplanet.com

#### Grafické zpracování:

Vratislav Pecka

#### Redaktor:

Jan Barák,  
Anna Burdová  
**Business developer:**  
Juraj Fekiač

#### Editor:

Ivona Pecková

**Foto:** Shutterstock

#### Distribuce:

MF Dnes,  
24. červen 2013

#### MEDIAPLANET Czech s.r.o.

**Tel.:** +420 222 999 692  
**E-mail:** info.cz@mediaplanet.com

Posláním Mediaplanet je vytvářet svým klientům nové zákazníky. Prostřednictvím odborných článků motivujeme naše čtenáře.

**Ocuvite®**  
**Complete**

Doplňěk stravy

Ochrana zraku

založená na vědeckých poznatcích

**Pečujte o zrak s doplňky stravy OCUVITE® založenými na vědeckých poznatcích**

#### ● Omega 3 mastné kyseliny

Jsou důležité pro udržení dobrého zraku.  
Lze je získat pouze ze stravy či z doplňků stravy.

#### ● Lutein a zeaxanthin

Vytváří ochranný makulární pigment, který pomáhá filtrovat škodlivé modré světlo.

#### ● Antioxidanty a zinek

Pomáhají neutralizovat volné radikály a redukovat oxidační stres.





■ prof. MUDr. Pavel Horák, CSc., II. interní klinika Fakultní nemocnice Olomouc.

## Stop bolesti kloubů - vyzkoušejte nové trendy v kloubní výživě

**Klouby se věkem, fyzickou námahou i působením dalších faktorů opotřebovávají. Moderní medicína našťestí skýtá způsoby, jak s neduhem bojovat. Jedním z nich je kloubní výživa.**

„V České republice trpí skeletomuskulárními potížemi kloubů přes 2 miliony obyvatel, což představuje 20-30 % objemu primární péče,“ varuje Prof. MUDr. Pavel Horák, CSc., z III. interní kliniky Fakultní nemocnice Olomouc.

### Jaké jsou nejčastější kloubní choroby?

„Osteoartróza, která degenerativně postihuje všechny klouby. Následuje revmatoidní artritida, Bechtěrovova choroba, infekční artritida, revmatická horečka, autoimunitní choroby a vaskulitidy.“

### Zmínil jste osteoartrózu, jak se projevuje?

„Dochází k selhání kloubu, jehož základním rysem je destrukce chrupavky, která je doprovázena katabolismem chondrocytů a extracelulární matrix (mezi-buněčné hmoty) chrupavky. Pro počáteční fázi je typické zúžení kloubní šterbiny a zaza-

menání výskytu osteofytů. Ve čtvrté, nejzávažnější fázi jsou pak osteofyty velmi výrazné a dochází k úplnému zániku kloubní šterbiny a deformaci hlavičky kloubu.“

### Které vyšetřovací metody je pro prevenci třeba využít?

„Nejvyužívanějším vyšetřením pro stanovení diagnózy osteoartrózy je klasický rentgen. Důležitý je také tzv. WOMAC - test, který vyplní lékař spolu s pacientem a z něhož zjistí dopad osteoartrózy na jeho zdravotní stav.“

### Existují vhodné léky?

„Při bolestech se podávají analgetika nebo nesteroidní antirevmatika, pozitivní efekt mají i obřítky kloubu kortikoidy. Pomoci mohou i tzv. SYSADOA, symptomaticky pomalu působící léky, které pomáhají obnovovat mechanickou rovnováhu v chondrocytech.“

### Jaký význam má pro kloubní chrupavku glukosamin a čím je zajímavý N-acetylglukosamin?

„Glukosamin je základní stavební složkou kloubní chrupavky a dalších pojivových tkání - kostí, šlach a vazů. N-acetylglukosamin

(NAG) je inovativní složka glukosaminu. Jedná se o látku, která se přirozeně vyskytuje v lidském těle, dokonce i v mateřském mléce, což vypovídá o její bezpečnosti. Kloubní chrupavka je díky nim pružná a dokáže tlumit nárazy při pohybu.“

### Čím se liší kolagen typu II od ostatních typů kolagenů?

Kolagen typu II je přirozenou součástí kloubní chrupavky a zajišťuje její pevnost. V kloubní výživě je ovšem třeba rozlišit mezi nativním a denaturovaným kolagenem II. Nativní kolagen zůstává díky modernímu šetrnému výrobnímu procesu vysoce účinný ve své přirozené podobě trojitě šroubovice, zatímco denaturovaný nebo hydrolizovaný kolagen působením vysokých teplot a chemikálií během výrobního procesu ztrácí svou vhodnou účinnost. Důležité je i množství kolagenu obsaženého v kloubní výživě. Tady platí opačný požadavek než v případě jiných doplňků stravy - tedy čím méně, tím lépe. V množství 20 µg může být kolagen typu II prospěšný především při revmatoidní artritidě.

proenzi® Comfort

# Revoluční novinka v kloubní výživě!

Ochucené rozkousatelné tablety s vynikající chutí!



- ✓ Nyní jen 2 tablety denně
- ✓ N-acetylglukosamin – nová forma glukosaminu
- ✓ Obohaceno o vysoce účinný nativní kolagen typu II

Proenzi® Comfort je doporučován pro podporu všech kloubů – kolenních a kyčelních kloubů a dále kloubů rukou a páteře. Účinek trvá po ukončení kúry po dobu 2-3 měsíců.

Více na [www.proenzi.cz](http://www.proenzi.cz) nebo na bezplatné infolince 800 141 141. Žádejte ve své lékárně!

[www.schodolez.cz](http://www.schodolez.cz)



## NOVINKY ZE SVĚTE SCHODOLEZŮ

### Inovovaný pásový schodolez:

- ✓ horní část schodolezu se uvolňuje pomocí páček nahoře u rukojeti a nikoli u pásů schodolezu.
- ✓ Úchyty a opěrky pro invalidní vozík lze sklopit, takže schodolez je skladnější.
- ✓ Po rovině se lze pohybovat po čtyřech kolečkách, které se **elektricky vysunou** po stisknutí tlačítka, takže odpadá fyzicky náročnější manipulace se schodolezem.
- ✓ Obsluhu schodolezu IG 2004 tedy zvládne i křehká žena. schodolez IG 2004 má řadu různých doplňků.

### Kolečkový schodolez

U kolečkových schodolezů je známo, že se musí udržovat rovnováha. U nového typu IG 2020 bylo přidáno třetí kolečko, o které se schodolez opře viz. obrázek vpravo. Tato inovace vynikajícím způsobem **stabilizuje schodolez**.

Máme v nabídce také schodolezy líftkar PT UNI, PT outdoor, PT Fold, Jolly a další.



ASH s.r.o., Lázeňská 6, Praha I, tel. 734 10 50 70, 605 10 18 65, [www.ash.cz](http://www.ash.cz), e-mail: [info@ash.cz](mailto:info@ash.cz)

## INSPIRACE

**Otázka:** Co děláte pro to, abyste byl stále ve skvělé kondici, tak jak Vás veřejnost zná?

**Odpověď:** Běhám 35 let, 7 dní v týdnu, 365 dní v roce. Dává mi to pravidelnost v nepravidelném životě potulného komedianta a málokdo ví, že běhání je dobré na opakování textů.

## JAN TŘÍSKA

■ \*4. 11. 1936 ■ vystudoval herectví na DAMU. ■ R. 1959 se stal nejmladším členem činohry Národního divadla v Praze. ■ Je znám z řady divadelních i filmových rolí, např.: Radúz a Mahulena (1970), Obecná škola (1991) ad. ■ Od r. 1977 žije v USA s manželkou (bývalou herečkou) Karlou Chadimovou. Má dvě dcery.

PHOTO: ARCHIV DIVADLA ARCHA

# Jan Tříska: „Dědečkem na plný úvazek? To si neumím představit...“

## OSOBNOST

Mluví o sobě s nadhledem a přitom s filozofií moudrého člověka, jen zdánlivě neslučitelnou s mladistvým duchem, který je mu vlastní. Herec Jan Tříska srší energií a dobrou náladou, jako kdyby ‚fungoval‘ na sluneční energii, které má doma v Kalifornii dost a dost.

## Stále mlád

Když se ho zeptáte, co pro něj znamená sousloví ‚zralý věk‘, odpoví: „Vím, kam míříte. Já bych měl být ve ‚zralém věku‘. Ale nejsem. Jsem jen více roztržitý a pošetilý. Naštěstí

mám v sobě jakousi lutheransko-evangelickou disciplínu, která mne drží nad vodou. Ačkoliv nejsem ani Lutheran ani evangelík.“ Hovořit o Janu Třískovi v souvislosti se zralým věkem zkrátka nejde. Když jsme se např. zeptali, jestli mu nevadí, že se málo vidá s vnoučaty, která bydlí daleko, a není dědečkem na plný úvazek, odpověděl: „Nedovedu si představit, že bych byl dědečkem na plný úvazek.“

## Sportem ku zdraví

Je o něm známo, že pravidelně běhá. Není to ale jen snaha udržet se v kondici, pro Jana Třísku má běhání

hlubší smysl. „Běhám 35 let, 7 dní v týdnu, 365 dní v roce. Dává mi to pravidelnost v nepravidelném životě potulného komedianta,“ říká s nadhledem a dodává: „I když o běhání byly sepsány celé knihovny, málokdo ví, že běhání je také moc dobré na opakování textů.“ Běhání ale zdaleka není jediná jeho sportovní aktivita. Od sportu se nenechal odradit ani nepříjemnou zkušeností. „Jezdil jsem na kole. Spadl jsem a zlomil si obě ruce. Trošku plavu, denně cvičím doma nebo v posilovně – říkám tomu ‚klencáky‘.“ Na sport si Jan Tříska zkrátka čas udělat umí, a to i tehdy, když ho plně zaměstnává jeho po-

volání. „Například teď jsem natáčel v Hollywoodu, v New Yorku a v Montrealu serial Zero Hour. – Natáčení ale bylo bohužel zrušeno.“

O další práci ale herec jeho formátu určitě mít nouzi nebude. A ochuzeni nebudou ani čeští diváci. Jan Tříska se ze slunné Kalifornie do České republiky často vrací a jeho návštěvy bývají vesměs pracovní. Jinak tomu nebude ani letos. „Přiletím v srpnu do Prahy točit film „Piknik“ s režisérem Hynkem Bočanem. Už se těším!“

ANNA BURDOVÁ

redaktor.cz@mediaplanet.com

## HYGIENICKÉ POMŮCKY PRO INKONTINENCI ZDARMA AŽ DO DOMU!

jednoduše, rychle, spolehlivě

## a ke každé objednávce malý dárek

Abri, Attends, Depend, Euron, Moli, Tena

Tel: 241 097 001-5 | obchod@mkmarket.com

## Korespondenční adresa:

MK MARKET, Povodňová 10/2117, Praha 12, PSČ 143 00

Šetřete svůj čas a peníze, využijte služeb profesionálů, dodáváme pomůcky pro inkontinenci v celé ČR již od roku 1995

Dodávka hygienických pomůcek zdarma platí při předání vyplněného poukazu ZT na uvedené zboží



MK MARKET



## Urologické vložky Seni Lady

Účinné, diskrétní a komfortní řešení při úniku moči

- ✓ garantovaná savost
- ✓ vysoká kvalita
- ✓ výjimečná hebkost
- ✓ vynikající cena

S anatomicky tvarovanými inkontinenčními vložkami SeniLady můžete získat výrazně vyšší počet kusů při předepsání pomůcek od lékaře.

U nejpoužívanější vložky Seni Lady Normal je možné na dvouměsíční poukaz vypsát 13 balení – tedy 260 kusů!!!

## Diskrétní řešení inkontinence

**Nekontrolovaný únik moči trápí 12-15 % populace – muže i ženy, seniory, mladé i děti. Nejedná se ale o problém, kterým by se měli nechat jakkoli omezovat.**

Stud je hlavní příčinou toho, proč někteří lidé o svém problému nemluví ani před svými nejbližšími, natož, aby navštívili lékaře. Riskují tak, že se inkontinence bude postupně zhoršovat, omezovat je a postupně vyřazovat ze společenského života. Únik moči totiž provázají i projevy, které (v případě, že postižený nepoužívá vhodné doplňky) obtěžují jeho samotného i okolí. Patří k nim zejm. zápach, který vzniká v důsledku bakteriálního rozkladu moči. Používání hygienických pomůcek, které k tomuto účelu nejsou přímo určené, je krajně nevhodné. Vata, intimky ani dámské vložky nejsou schopné absorbovat tak velké množství tekutiny, a už vůbec nedokáží eliminovat zápach.

### Speciální pomůcky

Speciální urologické pomůcky lze oproti tomu použít při jakémkoliv stupni inkontinence. Např. při lehkém úniku moči pomohou inkontinenční vložky s výsoce savým jádrem, které díky obsahu antibakteriálních látek zamezují vzniku zápachu. Jsou prodyšné, anatomicky tvarované a pacient nepociťuje nepříjemnou vlhkost.

Při intenzivnější inkontinenci lze použít urologické natahovací kalhotky, jež jsou stejně diskrétní a uživatelé poskytují skutečný komfort.

### Navštivte lékaře!

Stud musí jít stranou. Inkontinence není nemoc jako kterákoliv jiná a vyžaduje zvláštní přístup. Každý, kdo jí trpí, by měl co nejdříve navštívit lékaře. Ten navrhne nejlepší řešení, předepíše inkontinenční pomůcky a doporučí vhodnou léčbu.

REDAKCE

redaktor.cz@mediaplanet.com



Autorem článku je  
MUDr. Viktor Vik

## PŘEDCHÁZEJTE PROBLÉMUM S PROSTATOU

Časté močení během dne i noci a poruchy v sexuální oblasti u mužů kolem 50 let bývají prvními příznaky benigní hyperplazie prostaty (BHP) neboli nezhoubného zbytnění prostaty. Není to však jediné onemocnění prostaty, které může zásadně ovlivnit mužské zdraví.

### Fakta

Prostata neboli žláza předstojná je umístěna těsně pod močovým měchýřem. Středem prostaty prochází močová trubice, a zvětšení prostaty tak způsobuje potíže s močením, zejména ve smyslu oslabení proudu moči (známé močení na špičky bot), pocit nedokonalého vyprázdnění močového měchýře, nutnost tlačit při močení atd. Zvětšená žláza navíc tlačí na spodní stěnu močového měchýře a ovlivňuje jeho funkci, což vede k častému a imperativnímu močení a velmi obtěžujícímu nočnímu močení. Pro vznik BHP je nezbytná produkce testosteronu, resp. jeho metabolit dihydrotestosteron, a dále přibývající věk. „Proces

zvětšování prostaty začíná již mezi 25.-30. rokem života a přibližně u 40 % padesátníků jsou již histologické známky BHP, u osmdesátníků jsou tyto změny přítomny u 70-80 % mužů. Velmi obecně lze říci, že přibližně u jedné poloviny z těchto mužů se objeví obtěžující příznaky,“ říká urolog MUDr. Viktor Vik. Jak dále dr. Vik uvádí, některé rizikové faktory, které souvisejí se vznikem onemocnění prostaty, jako je dědičnost, rostoucí věk a produkce testosteronu, ovlivnit nelze, na druhou stranu určitá prevence ve smyslu změny životního stylu je možná. „Je známo, že na dalším východě je BHP i karcinom prostaty relativně vzácným onemocněním, ale již u první generace imigrantů z Asie, kteří přijmou náš životní styl, se četnost výskytu těchto onemocnění velmi rychle vyrovná s naší populací. Z toho lze soudit, že naše životospráva a náš životní styl hrají důležitou roli v rozvoji onemocnění prostaty,“ vysvětluje MUDr. Vik. Mezi základní doporučení lze jistě zařadit veškerá pravidla

vztahující se ke zdravému životnímu stylu, jako je např. zdravé stravování, přiměřená fyzická aktivita, prevence nadváhy, omezení stresu, alkoholu, kouření, pravidelná sexuální aktivita apod. Zásadním krokem, který muži v prevenci onemocnění prostaty mohou udělat, jsou pravidelné návštěvy urologa, a to od padesátého roku věku (v případě výskytu nádorového onemocnění prostaty v rodině ještě o pět let dříve).

### Nebezpečné komplikace

„Prostata, to není pouze BHP, ale i zcela bezpříznakový karcinom prostaty, který představuje nejčastější zhoubné nádorové onemocnění mužů v ČR,“ varuje dr. Vik. „Jsou zde tedy na jedné straně obtěžující příznaky, které mohou vést nejenom ke zhoršení kvality života, ale i k závažným, zdraví ohrožujícím komplikacím, a na straně druhé pocit plného zdraví, při kterém se může rozvíjet zhoubný karcinom prostaty se závažným ohrožením nejenom zdraví, ale i života,“ dodává MUDr. Viktor Vik.

# Prostamol<sup>®</sup>

## UNO<sup>®</sup>



**1. volně prodejný LÉK na problémy s močením způsobené zbytnělou prostatou**



## Pro bezstarostnou jízdu!

**1 tobolka denně**



Prostamol<sup>®</sup> uno obsahuje extrakt Serenoa repens. Lék k vnitřnímu užití.

Pečlivě si přečtěte příbalový leták.



BERLIN-CHEMIE  
MENARINI

Berlin-Chemie/A. Menarini Ceska republika s.r.o., Komárkova 16, Praha 4  
Tel.: 267 199 333, fax: 267 199 336, e-mail: office@berlin-chemie.cz

## NOVINKY

TIP

2

KVALITNÍ PÉČE  
A SLUŽBY

■ Jedna ze zásadních otázek, která se pojí s tematikou seniorů, jsou možnosti jejich ubytování. Když přijde čas, kdy se jako rodina nedokážeme o svého nejbližšího již postarat, nastane doba, kdy hledáme zařízení, do jehož péče bychom naše blízké s důvěrou svěřili.

# KLIDNÉ STÁŘÍ V RODINNÉM PROSTŘEDÍ

Možnosti řešení jsou dnes různé a lze vybírat jak ze státních, tak i soukromých zařízení, která nabízí denní a týdenní stacionáře, domy s pečovatelskou službou či domovy pro seniory. Na to, jaký je rozdíl mezi soukromým a státním domovem seniorů, jsme se zeptali Lucie Jelínkové, ředitelky soukromého domova seniorů.



## V čem spatřujete již zmíněné rozdíly mezi státním a soukromým domovem pro seniory?

■ Pokud bych mohla hovořit za náš domov pro seniory, tak zejména v tom, že se snažíme našim seniorům vytvořit co nejvíce rodinnou atmosféru v krásném prostředí lázní s kvalitní nabídkou služeb. Pro seniory zde máme k dispozici dvě patra, kde jedno z nich je specializované a určené převážně seniorům s Alzheimerovou chorobou. Druhé patro je určeno ostatním seniorům. Celkem máme připraveno přibližně 60 lůžek, a jelikož jsme zahájili provoz oddělení pro klien-

ty s Alzheimerovou chorobou teprve nedávno, máme ještě volná místa. Domovy seniorů, kde je zřizovatelem kraj, mají výrazně vyšší kapacitu uživatelů a nelze v nich tedy tuto rodinnou atmosféru dost dobře navodit.

## Jaké jsou možnosti ubytování?

■ V převážné většině nabízíme jednolůžkové pokoje. Jsme přesvědčeni, že každý klient má nárok na kousek svého zázemí. Někteří klienti jsou družnější nebo jim samota nedělá příliš dobře, takovým pak můžeme nabídnout dvoulůžkové pokoje. Tyto pokoje jsou také určeny

manželským či partnerským dvojicím.

## Jaký typ zdravotní péče klientům poskytujete?

■ Jako velmi důležitou spatřuji možnost využití rehabilitačních služeb lázní. Náš domov seniorů je přímo součástí Tereziňských lázní, takže pokud chce senior využít léčebných procedur, může sám nebo za doprovodu personálu domova seniorů tyto procedury navštívit. Dále zde máme po celých 24 hodin denně kvalifikované zdravotní sestry a pečovatelky, v pracovních dnech je v areálu stále přítomen lékař, rehabilitační pracovník a ergoterapeut. Spolupracujeme také s psy-

chologem a psychiatrem. Bohužel ne všechny domovy seniorů mohou nabídnout tolik kvalifikovaného zdravotního personálu. Velmi důležitou roli zde mají i naši aktivizační pracovníci, kteří všem seniorům připravují dopolední a odpolední program, popř. kulturní akce a výlety tak, aby si každý mohl najít něco, co jej zajímá.

## Jaké služby u vás klienti mohou využít?

■ Jak už jsem naznačila výše, kolegyně se snaží o naplánování co nejpestřejšího programu pro naše klienty. Sami klienti se do plánování i realizace zapojují, např. při přednáškách na různá témata. Krom

běžných aktivit jako jsou různé čtenářské, poslechové, paměťové či výtvarné aktivity, nabízíme i výlety a kulturní akce. Na každém patře mají klienti k dispozici vybavenou kuchyňku, kterou mohou využívat po celý den a přibližně 1x za 14 dní v rámci aktivit si zde mohou pod dohledem personálu upéct nějakou dobrotu. Probíhají zde i oslavy narozenin a různá posezení ať už s rodinou nebo jen tak spolu u odpolední kávy. K areálu přiléhá také velká zahrada se vzrostlými stromy, kde mohou klienti relaxovat, hrát minigolf, ruské kuželky nebo posedět v kavárně.

## DOMOV SENIORŮ REZIDENCE TEREZA DUBÍ

obecně prospěšná společnost

Hcete zajistit svým blízkým kvalitní péči?  
Zajistíte jim nadstandardní služby a bydlení v našem zařízení  
s integrovanou zdravotní a sociální péčí.

### NOVĚ TAKÉ ALZHEIMER CENTRUM



- \* nabízíme péči osobám po cévních mozkových příhodách, s Alzheimerovou chorobou, s roztroušenou sklerózou či s jiným zdravotním postižením
- \* jsme kompletně bezbariérové zařízení
- \* jsme snadno dostupní z Prahy
- \* jsme součástí Tereziňských lázní

[www.rezidence-tereza.cz](http://www.rezidence-tereza.cz)



Lázně domovem

[www.rezidence-tereza.cz](http://www.rezidence-tereza.cz)  
info@rezidence-tereza.cz  
tel.: 474 530 400, 725 067 500 (sociální prac.)  
Lázeňská 21, Dubí 417 01

■ S přibývajícím věkem přibývají zdravotní problémy. Ty se stávají důvodem složité situace velkého množství seniorů a jejich vyloučení ze společnosti. Pomoc se jim kromě rodiny a přátel snaží specializovaná centra a obecně prospěšné společnosti.

## Největší problém v péči o seniory? Nezájem rodiny, varují sociální pracovníci

„Péče o seniory je stejně důležitá jako péče o děti, proto by nám všem měla být vlastní,“ apeluje Martin Zeman z Místních sociálních služeb.

### S jakými problémy se seniory potýkají nejčastěji?

„Kdybych měl vytipovat z vlastního pohledu jeden, tak se jedná o nezájem rodiny. Ten má, přiznávám, mnohdy objektivní příčiny, nicméně ze sociálního pohledu je to jediný problém, který nedokáže žádná sociální služba vyřešit, přestože se o to většina poskytovatelů, včetně nás, snaží.“

### Jak často dochází k sociálnímu vyloučení seniorů ze společnosti?

„Jednoduchá otázka, složitá odpověď. V momentě, kdy senior z důvodu snížené soběstačnosti omezí své obvyklé vztahy s okolím, začíná se sociálně vyloučovat. Příčina je medicínská, důsledky jsou spíše psychické. A špatná psychika zase nepomáhá fyzickému stavu. Tak trochu začarovaný kruh.“

Lze tedy říci, že sociální vylučování seniorů je častý, nikdy nekončící jev, důsledek obrovské krize rodinného hodnotového systému naší společnosti.“

### Jak se v takové situaci zachovat a lze sociálnímu vyloučení předcházet?

„Podle mého názoru se tomuto jevu efektivně moc předcházet nedá. Jeho příčiny jsou totiž hluboké. Jediným skutečně efektivním řešením je vědomá osvěta mladé generace, která by vedla k obnově institutu skutečné rodiny, k poznání, že péče o seniory je stejně čestná a stejně důležitá jako péče o děti, že není měřitelná penězi, že by nám všem měla být vlastní.“

### Jaká je dostupnost jednotlivých sociálních služeb?

„Velmi rozdílná. V hustě obydlených aglomeracích je nabídka široká, v malých obcích je mnohdy nedostupná. Dalo by se říci - jako každá jiná služba.“

### Existují příspěvky na seniory? Jaké jsou podmínky pro jejich získání?

„Je mnoho druhů nárokových i nenárokových příspěvků. V našem případě pracujeme nejčastěji s Příspěvkem na péči, jehož výše a obecně nárok na něj vychází ze zdravotního stavu, z výsledku sociálního šetření a zjištění potřeb osoby, popřípadě z výsledků funkčních vyšetření a z výsledku vlastního vyšetření posuzujícího lékaře.“

### Co je cílem terénních programů? Jsou bezplatné?

„Zjednodušeně je cílem terénních programů zvýšení kvality života té či oné skupiny klientů. Konkrétně sociální služba na jednu stranu bezplatná není, protože klienti za poskytované služby platí, na druhou stranu tyto úhrady mají kryt právě příspěvkem na péči, takže poskytovaná služba nijak nezasahuje do rozpočtu klienta.“

**MÍSTNÍ SOCIÁLNÍ SLUŽBY**  
**BEZPLATNÁ LINKA: 800 888 722**

## Půjčte si profi polohovací lůžko na doma



PHOTO: WWW.LINET.CZ

### Při péči o Vaše blízké dočasně nebo dlouhodobě upoutané na lůžko může výrazně pomoci elektricky polohovatelné lůžko.

Tato profesionální lůžka a další výrobky pro péči o nepohyblivé rodinné příslušníky v domácím ošetření si můžete pronajmout z půjčovny. Pronájem je ekonomicky dostupný a při dlouhodobém užívání je možný odkup za zvýhodněných podmínek.

### Veškeré funkce

Největším přínosem elektricky polohovatelných lůžek je široké spektrum

funkcí a polohovacích možností, bezpečnost i domácí design. Například lůžko Terno Plus díky elektrickému polohování výrazně usnadní fyzickou námahu při péči. Jednoduchý a ergonomický ovladač umožňuje navíc lůžko samostatně ovládat i ležícím lidem. Lidé s omezenou pohyblivostí jsou často ohroženi vznikem nebezpečných proleženin, které se velmi špatně hojí a vyžadují dlouhodobou léčbu a péči. Proto je výhodné elektricky polohovatelné lůžko doplnit o kvalitní tzv. antidekubitní matraci.

**REDAKCE**

redaktor.cz@mediaplanet.com

### INTIMNÍ POMOCNÍK

V životě každého z nás může nastat situace, kdy se neobejdeme bez pomoci ani při intimní hygieně. Asistence na toaletě přitom patří k nejcitlivějším. Je zde ale řešení - elektronický bidet či sprchovací toaletní sedátko.

Zařízení nahradí stávající prkénko na WC míse. Má vlastní ohřev vody a vyhřívaný sedák. Kvalitnější modely umí odsát pachy, mají UV sterilizaci a další vymoženosti. Např. model s dálkovým ovládáním, velkými českými tlačítky a automatickým programem udělá vše potřebné za vás.

**REDAKCE**

redaktor.cz@mediaplanet.com

**SLEVA 20% do 31.7.**

**Dál už půjdu sám!**

**Získejte zpět svou nezávislost.**  
Se sprchovacím toaletním sedátkem **WC KOMFORT®** se při intimní hygieně obejdete bez asistence.

**222 362 097**  
**777 156 527**

[www.wckomfort.cz](http://www.wckomfort.cz)

**Pronájem lůžka Terno Plus**  
Profesionální péče u Vás doma

- Elektrické polohování
- Bezpečné postranice
- Jednoduché a ergonomické ovládání
- Funkční doplňky

[www.linnet.cz](http://www.linnet.cz), tel.: 606 666 796, e-mail: [pronajem@linnet.cz](mailto:pronajem@linnet.cz)

## INSPIRACE

■ Rozhovor s prof. MUDr. Pavlem Rozsíval



## Trápí vás oční vada? Zbavte se jí laserovou operací

**Laserová operace sice nevyřeší veškeré vady očí, ve většině případů ale není proč váhat.**

Pokud vás trápí myopie, astigmatismus, hypermetropie nebo se vám po čtyřicítce jen nechce nosit brýle na čtení, lékařský zásah je vhodným řešením.

“Pomocí laseru, záření o přesně určené vlnové délce a trvání působení, je v očním lékařství ošetřována také velká řada nemocí, počínaje zeleným zákalem, vadami lomivosti oka, šedého zákalu, postižení sítnice při cukrovce a další,” doplňuje prof. MUDr. Pavel Rozsíval.

**Od jakého roku lze podstoupit laserovou operaci očí?**

„Obecně se doporučuje absolvovat laserovou operaci po skončení růstu oka – stabilizaci refrakční vady, aby byl výsledek co nejpřesnější.

Tato doba bývá v časně dospělosti, navíc by také měl člověk o takovém zákroku rozhodnout sám, s plnou zodpovědností.“



**LÉKAŘSKÝ ZÁSAH JE VHDNÝM ŘEŠENÍM.** Pomocí laseru je v očním lékařství ošetřována řada onemocnění. PHOTO: SHUTTESTOCK

**Existují i nějaká rizika spojená s tímto zákrokem?**

„Největším rizikem je nadměrné hojení spojené s tvorbou jizev, to nastává při příliš velkém zásahu do rohovky, u pacientů s onemocněním pojiva. Oblast ošetření laserem může být nesprávně umístěná, může dojít k změně pacienta a tak dále. V kvalitním zařízení se systémem kontroly a s odpovídajícím vybavením by se však takovéto věci neměly stát.“

**Kolik stojí laserová operace?**

„Cenová politika závisí na jednotlivých zaří-

zeních. Obecně se povrchový zákrok PRK nabízí v cenách 10 - 15 tisíc Kč, záleží také na dalších faktorech. Lasik - zákrok v rohovce s vytvořením lamely stojí obvykle více, 15 - 20 tisíc. Při provedení s pomocí femtosekundového laseru bývá cena vyšší.“

**Podle jakých kritérií by měl zájemce vybrat vhodnou kliniku?**

„Je potřeba se podívat na stránky pracovišť a podrobně se informovat. Obecně nejlevnější nebývá nejlepší.“

REDAKCE

redaktor.cz@mediaplanet.com

## Ulehčeme si stáří kompenzačními pomůckami

**Povědomí o schodišťových plošinách pro vozíčkáře je poměrně velké i mezi širokou veřejností.**

Horší už je ale informovanost o schodišťových sedačkách a stropních zvedacích systémech, tzv. stropácích. To jsou zařízení, o jejichž existenci řada seniorů či osob s vadou pohybového aparátu vůbec neví, případně o nich mají pouze okrajovou informaci. Výbornou osobní zkušenost s pořizováním kompenzačních pomůcek mám se společností, která nabízí veškerý sortiment zařízení pro překonávání bytových či schodišťových bariér.

**Nepodceňujte pomůcky**

A právě pečující osoby by se nejvíce měly o možnost pořízení kompenzačních po-

můcek pro své partnery či klienty nejvíce zajímat, protože imobilní osoby jsou často odkázány jen na fyzickou sílu svého pečovatele. Tato síla však není nevyčerpatelná, ba ani záda pečovatele nejsou nezničitelná. Proto je potřeba osvětlit ohledně vhodných typů kompenzačních pomůcek věnovat mezi potenciálními uživateli velkou pozornost. Na základě žádosti, podané odpovídajícímu pracovišti Úřadu práce ČR a schválené příslušným lékařem, mohou imobilní osoby na tato zařízení získat státní příspěvek. Spoluúčast žadatele přitom činí maximálně 10% ceny pomůcky.

■ Autorem článku je **Tomáš Fila**, člen komise sociální a zdravotní, Městský úřad Uherské Hradiště

**PŘEDSTAVTE SI SVŮJ ŽIVOT BEZ BRÝLÍ**

- odstranění dioptrií 6D laserem
- laserová operace šedého zákalu
- všestranná péče

**Oční klinika  
Fakultní nemocnice  
Hradec Králové**  
[www.fnhk.cz](http://www.fnhk.cz)



ALTECH

POMÁHÁME LIDEM  
PŘEKONÁVAT BARIÉRY

ŠIKMÉ SCHODIŠŤOVÉ SEDAČKY



ZDARMA VOLEJTE 800 303 304

ALTECH, spol. s r.o.  
Průmyslová 1146  
696 01 Uherské Hradištěpobočka Praha:  
Starochodovská 1110  
140 00 Praha 4 – Chodov[www.altech-uh.cz](http://www.altech-uh.cz)  
[altech@aeromec.cz](mailto:altech@aeromec.cz)STROPNÍ  
ZVEDACÍ ZAŘÍZENÍ

# ZUBNÍ IMPLANTÁTY: KVALITNÍ NÁHRADA VLASTNÍHO CHRUPU

**Ztráta chrupu je problé-  
m, který se zda-  
leka netýká jen dříve  
narozených. Když  
dojde na jeho řešení,  
měli byste se dobře  
informovat a vybrat si  
vhodnou metodu.**

Zubní implantáty jsou zpra-  
vidla kovové válečky, které  
se voperují přímo do čelisti,  
a následně se na ně uchytlí  
korunka, můstek nebo pro-  
téz. Nejsou ale vhodné pro  
každého - roli hraje zdra-  
votní stav pacienta, anato-  
mické podmínky atp. Je proto  
nutné vše nejprve konzul-  
tovat s lékařem, který im-  
plantáty zavádí, a podstou-  
pit určitá vyšetření.

## Zavedení implantátu

Operace se provádí  
ambulantně v lokální ane-  
stezii a je bezbolestná. Do-  
ba zavedení implantátu se  
pohybuje od 6 do 15 minut,  
závisí ale na technických  
parametrech použitého  
implantačního systému, na  
zručnosti lékaře a na ana-  
tomických podmínkách  
čelisti pacienta. Cena se

značně liší. Kvalitní české  
implantáty mohou stát  
u výrobce kolem 3000 ko-  
run, zahraniční produkce  
může být i několikanásobně  
dražší. Cena však není uká-  
zatelem kvality provedení  
ani užívaných materiálů.  
Vyplatí se proto podrobně  
se informovat a vybrat si  
opravdu dobrého stomato-  
loga.

## Revoluce v zubních implantátech

Naprostou novinkou jsou  
zubní implantáty z čistého  
nanostrukturního tita-  
nu. Jeho předností je nízká  
hmotnost, odolnost vůči ko-  
rozi a vysoká pevnost, kterou  
se obvykle objemové kovové  
nanomateriály vyznačují.  
Ačkoliv se s jejich využitím  
počítalo zejm. v leteckém  
průmyslu, čeští odborníci  
z něj ve spolupráci s vědci,  
konstruktéry a chirurgy  
vytvořili nový typ tenkého  
zubního implantátu, který  
obsahuje většinu nových  
konstrukčních prvků  
nezbytných pro špičkový  
moderní zubní implantát.  
Životnost implantátů z na-

nostrukturního titanu je  
v podstatě neomezená. Zále-  
ží ale i na tom, jak tělo cizí  
těleso přijme a jak se s ním  
po dobu užívání vyrovná.  
Nejsou však výjimkou pa-  
cienti, jimž implantá-  
ty v ústech vydržely 20 let.  
Dlouhodobá funkce implan-  
tátů závisí i na pravidelné  
zubní hygieně a přiměřené  
péči. Zubní implantáty  
mohou být zavedeny jak  
u náctiletých (v rámci or-  
todontické léčby), tak  
u 80letých pacientů, kteří o  
ně mají zájem, a není důvod  
jim nevyhovět.

REDAKCE

redaktor.cz@mediaplanet.com

## KDYŽ SLUCHADLA NESTAČÍ...

Asi nikdo neví, kolik sluchadel skončí v šuplíku,  
protože už prostě nepomáhají... Sluch se může  
zhoršovat plíživě a člověk postupně přestává mít  
radost ze setkávání s ostatními, protože jim nero-  
zumí, je nespokojený často až nesnášenlivý. Chybí  
mu základní lidská potřeba: komunikace, sdílení a porozumění. Uchyluje se proto do  
ústraní a ztrácí zájem o společenský život. Přisun informací se postupně zužuje a to má  
negativní dopad na mozkové funkce, které se nerozvíjejí, ale naopak ubývají. Smutné, že?



A přitom existuje pomoc. Když je úbytek sluchu takový, že ani výkonná sluchadla  
neumožňují dostatečné rozumění řeči, může pomoci kochleární implantát Nucleus od  
australské firmy Cochlear. Zkušenosti z celého světa ukazují, že „nikdo není tak starý, aby  
nemohl slyšet“. Seniorů používajících tuto nejmodernější sluchovou pomůcku přibývá  
a výsledky jsou překvapivě dobré, ve většině případů nad očekávání výborné.

Nejstarší uživatel kochleárního implantátu Nucleus letos slaví svoje sté narozeniny.  
Implantát dostal ve svých 86 letech a jak říkají jeho dojaté dcery: „vrátil nám tatínka ze  
samoty zpátky do rodiny“. Pokud se nacházíte v podobné situaci, nevzdávejte to.  
Požádejte o odborné posouzení, zda by právě Vám kochleární implantát Nucleus mohl  
pomoci. Odborníci v Centru kochleárních implantací na ORL klinice ve Fakultní nemocnici  
v Motole mají výborné mnohaleté zkušenosti a rádi Vám poradí.

## Kontakt:

Klinika ORL a chirurgie hlavy a krku, Fakultní nemocnice v Motole  
V úvalu 84, 150 00 Praha 5, MUDr. Jiří Skřivan, jiri.skřivan@fnmotol.cz

## Seniorské cestování je na vzestupu

**Nabídka zájezdů  
a pobytů pro senio-  
ry 55+ výrazně roste,  
ať už se jedná o spe-  
ciální produkty či ce-  
nové akce.**

Velké množství nabídek  
však může být nepřehled-  
né a ve výsledku může být  
překážkou.

## Jednoduchost

Projekt Cestování pro senio-  
ry byl zahájen v roce 2010 za  
podpory Ministerstva pro

místní rozvoj. Cestování  
pro seniory je zaměřeno  
především na jednotnou  
a přehlednou prezentaci  
široké seniorské nabídky  
s cílem umožnit klientům  
snadné porovnání a výběr  
bez nutnosti komunikace  
s různými dodavateli.  
Vlastní produkty zahrnují  
pobyty s programem (Pra-  
ha pro seniory, Plzeň pro  
seniory, pobyt s tréninkem  
paměti, pobyty pro kardiaky  
a diabetiky, zimní pobyty na  
horách s programem aj.).

## NANOIMPLANT® - první zubní implantát na světě z čistého nanostrukturního titanu

Timplant s.r.o. Ostrava společně s Uni-  
verzitou pro letectví v Úfě pracuje na  
vývoji a výzkumu objemového nano-  
strukturního titanu (nTi) pro medicínské  
použití, který se v současné době jeví ja-  
ko nejlepší materiál pro výrobu zubních  
implantátů. První nanoimplantáty na  
světě byly vyrobeny v r. 2005 v Ostravě  
a dnes je jich zavedeno přes 6000 nejen v  
ČR. Výhodou v ošetření implantáty NA-  
NOIMPLANT® je jednoduchost, rych-  
lost zavedení, vrtní úzké rány při im-  
plantaci a nízká cena. Pevnost implantátu  
Ø2,4mm je stejná jako u Ø3,5mm. Díky  
nejnovějším konstrukčním prvkům  
samočezného kuželového implantátu je  
vysoká úspěšnost vhojení do kosti. Na-  
sazení protetiky (zubů) do několika ho-  
din po implantaci je možné až u 70%  
případů. Indikace je pro sólo zub,  
můstek i snímání protézu v horní i dolní

čelisti. Pro bezzubou čelist je obvykle  
potřeba 4-6 implantátů. Pro lékaře je  
velmi malá investice do NANO in-  
strumentaria (do 20tis.Kč). Implantá-  
ty jsou vyráběny podle mezinárodních  
norem ISO. Úspěšnost vhojení  
NANOIMPLANT®u a jeho dlouhodobé  
setrvání v ústech je v mnohých případech  
vyšší než u zahraničních implantátů, kte-  
ré jsou výrazně dražší. Podrobné infor-  
mace, kontakt a ukázky ošetření jsou na  
www.timplant.cz. Můžeme doporučit  
nejbližšího lékaře, který se systémem  
NANOIMPLANT® pracuje.

Timplant s.r.o. je jedním ze šesti členů  
Evropského výzkumného konsorcia, kte-  
ré se v rámci FP7 podílí na řešení gran-  
tového projektu ViNaT za podpory EU  
a Ruska.

Dr. L. Dluhoš, [timplant@timplant.cz](mailto:timplant@timplant.cz)

55+ | cítím se dobře:  
pobyty pro seniory

NEBOJTE SE  
CESTOVAT SAMI  
Ubytování v jednolůžkovém  
pokojí bez příplatku

| Pobyty s programem                                                  | od Kč   |
|---------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>Plzeň pro seniory:</b><br>3x €, program vč. vstupů               | 2 700,- |
| <b>Praha pro seniory:</b><br>4x €, program vč. vstupů 1             | 3 000,- |
| <b>Trénink paměti a turistika:</b><br>7x €, ½ P, plný program 1     | 4 100,- |
| <b>Kardio/dia v Krkonoších:</b><br>7x €, plná P, plný program 1     | 5 000,- |
| <b>Lázně:</b> 6x €, ½ P, procedury<br>Jáchymov, Poděbrady, Bělohrad | 5 200,- |



CESTOVÁNÍ  
pro seniory

volejte zdarma  
**800 70 14 14**  
[www.cestovaniproseniory.cz](http://www.cestovaniproseniory.cz)

## INSPIRACE

TIP  
3POMOC  
BLÍZKÝM

## Bazální stimulace pomáhá rozvíjet komunikaci a pohyb

**Dům ošetrovatelské péče v Dolním Rychnově u Sokolova je léčebna následné péče s „národní akreditací kvality“.**

Poskytuje komplexní lékařskou péči i širokou škálu dalších terapeutických služeb.

**V léčebně jste zavedli koncept bazální stimulace. V čem spočívá?**

Jde o koncept, který podporuje vnímání, komunikaci a pohybové schopnosti. Je určen pacientům s narušenou schopností vnímání, pohybu a komunikace, např. po poranění mozku, pacienty s Alzheimerovou chorobou, seniory s poruchou mobility apod. Využívá masážní a rehabilitační techniky zaměřené na stimulaci smyslů nebo k navození klidu. Cílem je zlepšit vnímání postižených.

**Jak vypadá bazální stimulace v praxi?**

Jde o zklidňující masáže na lůžku nebo

v perličkové koupeli. U pacientů, kteří nepřijímají stravu, používáme stimulaci pomocí tyčinek s ovocnou příchutí apod. S pacienty rozmlouváme o jejich životě, zájmech, rodině... Využíváme hudbu a vůně vyvolávající vzpomínky.

**Jak vypadá speciální prostředí zvané Snoezelen?**

Jde o relaxační místnost, v níž je pro pacienty vytvořeno speciální prostředí, jehož účelem je relaxace v atmosféře bezpečí a důvěry. Pacienti se tu mohou ve vodním lůžku uvolnit při příjemné hudbě a hře světla.

**A co další služby?**

Kromě lékařů a terapeutů se pacientům věnuje klinický psycholog a psychiatr. Pravidelně k nám také dochází kněz. Provozujeme také řadu aktivizačních činností, např. muzikoterapii, trénink paměti, canisterapii s pejsky a mnoho dalšího. Mimo to pořádáme různé kulturní akce.

Pamatujete si svůj včerejší program? V České republice žije kolem sto tisíc lidí, kteří si budou vzpomínat jen velmi těžko. Ne, že by byl jejich život tak nezajímavý, trápí je jiný problém – **Alzheimerova choroba.**

## TRPÍ NĚKDO Z VAŠICH BLÍZKÝCH ALZHEIMEROVOU CHOROBOU? VSAĎTE NA POMOC ODBORNÍKŮ

**T**ato nemoc postihuje obrovské množství lidí a mluví se o ní čím dál častěji. Možná se týká i vás a vašich nejbližších. Nejčastěji se jedná o seniory, nemoc běžně postihuje lidi ve věku 60 až 70 let, setkat se s ní můžete ale už od 40 let.

### Jednotlivé fáze

Alzheimerova choroba je doposud neléčitelná a nedá se ani efektivně zastavit, pouze zpomalit. Nemoc má tři fáze, kdy v první fázi nemocný "sem a tam zapomíná". Situace se ale postupně zhoršuje. V druhé fázi dochází ke střídání období plného vědomí s obdobími totální zmatenosti a zapomínání. Ve třetí fázi je již postižený plně závislý na péči třetí osoby. Nicméně péče o pacienta s Alzheimerovou chorobou je extrémně náročná a vyžaduje dohled 24 hodin denně. Ne všechny rodiny takovou péči zvládají a pro obě strany je tak mnohdy nejlepší, obrátit se na specializované centrum. Jedním takovým je Alzheimercentrum, jehož pobočky najdete v Čechách i na Slovensku.

### Bude o ně postaráno

„Rodiny, které k nám přijdou, přijdou proto, že chtějí pro své blízké tu nejlepší možnou péči. V Alzheimercentru dostanou tu péči, kterou prakticky nemohou dostat nikde jinde, ani doma. Ale rozhodně není důvod

kvýčtkám, naopak! V Alzheimercentru se s klienty opravdu pracuje a pečuje se o ně. Přestože to zní zvláště, umístit klienta s Alzheimerovou chorobou do Alzheimercentra je to nejlepší, co rodina může udělat jak pro nemocného, tak pro sebe. Jinak se skutečně stává, že rodiny kolabují, protože řádná péče je doma opravdu prakticky nezvladatelná,“ říká Aleš Kulich, spoluzakladatel skupiny Alzheimercentrum. V Čechách odborná péče pro tuto skupinu pacientů více méně neexistuje. V České republice je oficiálně cca 120 000 postižených Alzheimerovou chorobou a jinými formami demence. Z nich zhruba 30 000 lidí nutně potřebuje odbornou péči. V ČR je asi 700 lůžek, z nichž Alzheimercentrum jich provozuje 450.

### Pro koho jsou určena?

„My přijímáme klienty s Alzheimerovou chorobou a jinými formami demence, nehledě na to, odkud jsou. Často je to kombinace jiným onemocněním, například Parkinsonem. V našem zařízení v Písku dokonce přijímáme i klienty s apalickým syndromem, třeba po autonehodách, ale i s vaskulární demencí. Nehraje roli, odkud klient pochází, záleží jen na rozhodnutí rodiny, kam chce svého blízkého umístit. Rady pro pečování doma i výběr různých zařízení najdete na stránkách Alzheimercentrum.cz,“ uzavírá Kulich.

Mobilní telefony jako asistenti seniorů a osob s postižením

**Snadno ovladatelné telefony pro seniory jsou vybaveny hlasitým reproduktorem, kontrastním displejem a v neposlední řadě klávesnicí s mimořádně velkými tlačítky se zřetelnými symboly.**

Důležité jsou také rychlé volby a hlasitý odposlech – hands-free. Charakteristickou funkcí těchto telefonů je nepochybně SOS tlačítko, které v případě nouze přivolá pomoc automatickým vytáčením a spojením hlasitého hovoru s přednastavenými čísly. Na tato čísla také zašle SMS s informací o poloze telefonu, a ta se příjemci zprávy snadno zobrazí v mapě na displeji. Oblíbenou funkcí je také FM rozhlasový přijímač, praktická svítidla, pokročilejší modely disponují funkcemi pro sledování zdravotního stavu a vzdáleným ovládáním, takže uživatel telefonu nemusí v telefonu téměř nic nastavovat, telefon mu nastaví vzdáleně například rodinný příslušník.

Dům ošetrovatelské péče a Home Care Dolní Rychnov

### Nabízíme léčbu pro dlouhodobě nemocné pacienty

(také pro pacienty po operacích, úrazech s potřebou rehabilitace) v léčebně s národní akreditací kvality – v Domě ošetrovatelské péče. Přijímáme pacienty z celé republiky.

- 24h lékařská a ošetrovatelská péče
- rehabilitace v tělocvičně i na pokoji
- bazální stimulace v ošetrovatelské péči (masážní a relaxační techniky)
- psychoterapie, paliativní péče
- aktivizační činnosti (trénink paměti, arteterapie, muzikoterapie, atd.)
- snoezelen - relaxační, multismyslová terapeutická místnost
- velká zahrada s fontánou a altánem, kulturní akce

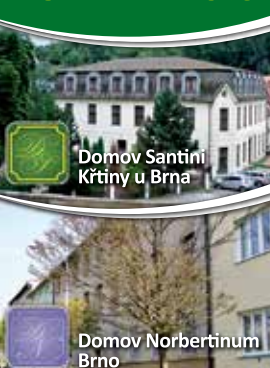
Prostředí naší léčebny je přátelské, personál je ochotný, milý a komunikativní. Návštěvy jsou u nás neomezené. Pacientům, u nichž skončí důvody k hospitalizaci, nabízíme možnost trvalého bydlení a péče v Domově pro seniory v areálu léčebny.

DOP – HC s.r.o.

Tel: +420 352 628 698 • Mobil: +420 739 457 565

E-mail: soc.pracovnik@dop-hc.cz • www.dop-hc.cz

**Domovy pro seniory LUMINA o.s.**



**LUMINA**

www.lumina.cz  
+420 603 437 854

ALZHEIMER  
CENTRUM

# ALIGATOR

**MObilní telefony  
nejen pro seniory s unikátní funkcí  
SOS LOCATOR a vzdáleným ovládáním.**

Stačí jedna SMS a jedno kliknutí  
a Vaši blízcí budou vědět,  
kde se nacházíte.



**SOS Locator**  
funkce určení polohy v mapě

[www.aligator.cz](http://www.aligator.cz)

## ELEKTROKOLA PRO VŠECHNY VĚKOVÉ SKUPINY!



- Jsme tradičním prodejcem elektrokol značky **Spirit** v ČR
- Elektrokolo je ideální pro aktivní seniory a lze jej použít i jako rehabilitační prostředek. Věk, kondice nebo zdravotní indispozice jezdce nejsou překážkou jízdy na elektrokole
- Nabízíme široký výběr kvalitních elektrokol, elektrosad a příslušenství
- Nízké pořizovací ceny/nízké provozní náklady/spolehlivost/pohodlí

### Základní parametry elektrokol **Spirit**:

- motor 250W
- PAS (pedal asistent)
- baterie 10Ah, 36V Li-Ion
- dojezd až 50 km
- max. rychlost: 25 km/h

**SPIRIT**  
elektrokola a příslušenství

Suchbátka 110, 54232 Úpice, tel.: +420 499 979 212, GSM: 604 296 231,  
e-mail: [info@spiritbike.cz](mailto:info@spiritbike.cz), [www.spiritbike.cz](http://www.spiritbike.cz)

**BIOPTRON**   
LIGHT THERAPY SYSTEM By Zepter Group

## Certifikovaný, klinicky testovaný medicínský přístroj

### Biopton - originál jen od společnosti Zepter!

Trápí vás bolesti kloubů, zad, kožní problémy či různá jiná poranění? Čím je člověk starší, tím více zdravotních komplikací má, a proto hledá účinnou pomoc. Systém světelné terapie Biopton je využíván jak v lékařských a rehabilitačních zařízeních, tak v domácnostech.

#### Jaké jsou účinky a výhody světelné terapie Biopton?

- **Analgetický efekt** (ulevuje od bolesti), **protizánětlivý a stimulační efekt** (výrazně urychluje hojení ran)
- **Bez vedlejších účinků**
- **Velmi široké použití** – opary, bércové vředy, jizvy, proleženiny, popáleniny, akné, atopický ekzém, lupénka, artróza kloubů, bolesti páteře, úrazy, záněty dásní, dutin, prsu, kožní problémy kojenců aj.

#### Co společnost Zepter nabízí zákazníkům?

- **Dlouhou životnost přístroje + prodlouženou záruku na 5 let**
- **Poradenskou službu a servis po celou dobu používání přístroje Biopton**



„Světelnou terapii bych určitě doporučila jak do rehabilitačních center a ústavů, tak do domácností. Výsledky léčby jsou velmi dobré a navíc systém světelné terapie Biopton je velmi spolehlivé zařízení. Bioptonová lampa je vhodná nejen k léčbě pohybového aparátu, ale i třeba při rýmě, zánětech dutin nebo oparech.“  
**MUDr. Hana Jarošová**

#### PŘIJĎTE SI K NÁM BIOPTRON ZDARMA VYZKOUŠET!

OBJEDNÁVEJTE SE NA [bioptron@zepter.cz](mailto:bioptron@zepter.cz) NEBO VOLEJTE NA TEL.: 724 338 847.  
Více informací na [www.bioptron.cz](http://www.bioptron.cz).



**zepter**  
INTERNATIONAL  
LIVE LONGER

Společnost Zepter International s.r.o. působí v ČR již 22 let a v minulých dnech získala prestižní ocenění **Superbrands Award pro rok 2013, které je známkou dlouhodobé kvality výrobků a služeb.** Výjimečná kvalita výrobků Zepter byla opět oceněna. Výrobky Zepter jsou investicí do zdraví a představují příkladné spojení nejmodernějších technologií s elegantním funkčním designem.

[www.zepter.cz](http://www.zepter.cz), [www.zepterclub.cz](http://www.zepterclub.cz)

Když bolest volá..., je tu Rychlé řešení.

## Bolesti svalů a kloubů



Bolesti hlavy

Bolesti zubů

Menstruační bolesti

Bolesti zad

Znáte  
z TV  
reklamy!

NOVĚ TAKÉ  
BALENÍ  
30 TABLET!

# Nalgesin<sup>s</sup>

275 mg  
potahované tablety  
proti bolesti

KRKA



- Rychlý nástup účinku.
- Dlouhotrvající účinek 8 – 12 hodin.

[www.nalgesin.com](http://www.nalgesin.com)

Krka ČR, s.r.o.

Sokolovská 79/192, 186 00 Praha 8 – Karlín  
Tel. +420 221 115 115, Fax +420 221 115 116  
[www.krka.cz](http://www.krka.cz), [info.cz@krka.biz](mailto:info.cz@krka.biz)

KRKA

Invence a znalosti  
pro účinné a bezpečné  
výrobky nejvyšší kvality.

LNT 06/2013, Czech Republic, 20134-001046

Lék k vnitřnímu užití. Pročtěte si pečlivě příbalový listák. Obsahuje sodnou sůl naprovenu. Přípravek mohou užívat dospělí a děti starší 12 let.



**solift**  
specialista na zvedání a přesun

**Manipulace  
a přesun nejen  
imobilních osob.**

[www.solift.cz](http://www.solift.cz)

**Zdravotní pomůcky  
s možností příspěvku  
do výše 99%.**

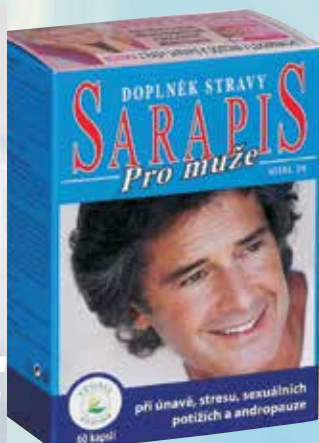


**Volejte zdarma  
800 888 783**



VEGALL  
Pharma

## SARAPIS PRO MUŽE



**Použití:** Sarapis pro muže obsahuje **ranní a večerní kapsle o různém složení**. Je vynikající kombinací vitaminů, extraktů z bylinek a stopových prvků. Hořčík, železo, vitamin C, vitaminy B2, B6, B12, niacin a kyselina pantotenová přispívají ke snížení míry únavy a vyčerpání a k normálnímu energetickému metabolismu. Hořčík, vitamin C, vitaminy B1, B6, B12, niacin a biotin přispívají k normální činnosti nervové soustavy k normální psychické činnosti. Vitamin B1 přispívá k normální činnosti srdce. Vitamin B6 přispívá k regulaci hormonální aktivity a zinek napomáhá udržovat normální hladinu testosteronu v krvi a přispívá k dobré plodnosti a reprodukci.

**Sarapis pro muže** je registrován jako doplněk stravy a je volně k dostání v lékárnách.

Podrobnější informace získáte bezplatně na zelené telefonické lince: 800 100 140. [poradna@vegall.cz](mailto:poradna@vegall.cz) [www.vegall.cz](http://www.vegall.cz)

## Menopauza? Klimakterium?

Pomoc, kterou hledáte:

**PŘÍRODNÍ LÉK  
BEZ HORMONŮ**

# MENOFEM<sup>®</sup>

**žijte naplno!**

**Pro léčbu  
klimakterických potíží:**

- návaly horka a pocení
- poruchy spánku a soustředění
- podrážděnost a změny nálad



VÝHODNÉ  
90 TABLET  
BALENÍ



Schwabe Czech Republic s.r.o.,  
Čestmírova 1, 140 00 Praha 4,  
Tel.: +420 739 649 901, [www.schwabe.cz](http://www.schwabe.cz)

Lék k vnitřnímu užití. Léčivá látka Cimicifuga racemosa. Před použitím si pozorně přečtěte příbalový listák.