

## REGION | Téma

Téma „roztrošená skleróza“ je stále citlivé tím, že veřejnost často neví, co je vlastně roztrošená skleróza. Chybí osvěta, která by informovala o nemoci

## Běh s čelovkou je nadějí ve zdánlivé beznaději

Předvánoční Běh s čelovkou není jen charita, ale i jistá dávka solidarity od společnosti, která pomůže dětem

BARBORA ŠMUDLOVÁ

**Ostrov** - Třetí ročník unikátního dobročinného Běhu s čelovkou má letos za cíl pomoci dvěma holčičkám, Michalce, Terezce, a jedné ženě Romaně, kterým byla diagnostikována roztrošená skleróza. Běh s čelovkou je stále úspěšnější a každý rok si nachází nové příznivce. Více v rozhovoru s jeho organizátorkou Michaelou Valentovou.

## Kde se vzala myšlenka uspořádat Běh s čelovkou? Co bylo prvotním impulsem?

Prvotní impuls uspořádat dobročinnou akci byl, když mi lékaři oznámili, že mám roztrošenou sklerózu. Společně s kamarádem jsem uspořádala první ročník, který přišlo podpořit 187 účastníků, a částka, která byla vybrána (téměř 19 tisíc korun), byla předána RS centru Teplice. Z vybrané částky byl pořízen televizor, který je umístěn v čekárně pro pacienty.

**Každý ročník je pro někoho určen, že? Pro koho se vybíralo v předchozích dvou letech? A kolik jste vlastně vybrali?**

Předchozí dva ročníky se vybraly peníze právě pro RS centrum Teplice. Z prvního ročníku se zakoupil zmíněný televizor do čekárny. V druhém ročníku se vybralo téměř 90 tisíc korun. Tyto peníze byly použity na nové rehabilitační pomůcky do RS centra.

**Čím je letošní ročník výjimečný?**

Letošním ročníkem podpoříme děti a jejich rodiny. V České republice žije 50 dětí s onemocněním RS a já

se budu do budoucna snažit, abych



**Co je tedy onemocnění RS? Jaké jsou**

**příznaky a dají se vůbec nějak utlumit?**

mohla pomoci všem dětem, které mají roztrošenou sklerózu. Víím, že to nebude lehké, ale udělám maximum, abych mohla pomoci.

**Jaká je trasa? Stejná jako v předchozích letech?**

Trasa pro letošní ročník zůstává stejná, délka trasy bude 4,5 km a je určena pro všechny věkové kategorie.

**„V ČESKÉ REPUBLICE JE VÍCE JAK 17 000 LIDÍ, KTERÍ ONEMOCNĚLI ROZTROŠENOU SKLERÓZOU, Z TOHO JE 50 DĚTÍ.“**

Trasu můžete jen projít. Pokud počasí dovolí, můžete cestu i projet na koloběžce.

**Chápu to správně, že se bude běhat za tmy? Proč se běh nekoná jindy?**

Chápete to správně. Běží se opravdu za tmy. Čelovkou dáváme naději, že bude líp. Víím, že každý pacient má průběh nemoci jiný, ale právě z tohoto důvodu vznikla čelovka. Má podpořit pacienty, kteří potřebují pomoc druhých. To je smysl čelovky.

jsem jakoby zamlženě, pocítovala jsem pálení končetin, především pravé nohy, mravenčení, slabost nohou, zakopávání, nesnesitelnou únavu.

**Jak se dá postupovat při léčbě RSky? Je nějaká účinná léčba?**

Jak jsem již řikala, každý pacient má průběh nemoci jiný a samozřejmě s tím je spojená i samotná léčba. Já sama mám biologickou léčbu. Beru tablety Tecfidera.

**Co bylo pro vás nejhorší, když**

**jste se dozvěděla, že máte roztrošenou sklerózu?**

No..., byl to šok. Měla jsem hrozný strach, jak vše zvládnou a jestli to vůbec zvládnou. Měla jsem ale štěstí. Dostala jsem se do RS centra Teplice k paní přímáničce Martě Vachové, která mi vše vysvětlila, zahájila biologickou léčbu a můj zdravotní stav se začal zlepšovat. Jsou sice dny, kdy mi není zrovna hej, ale život je o tom, abychom překonávali překážky, protože tím se stáváme silnějšími.

**Společnost se snaží o osvětu v různých oblastech lidského zdraví, ale o ERESCE se moc nemluví, mám pravdu? A jak to vůbec vnímá okolí, když narazí na někoho s touto nemocí?**

Téma „roztrošená skleróza“ je stále citlivé tím, že veřejnost často neví, co je vlastně roztrošená skleróza. Setkávám se často s reakcí, že zapominám, ale není skleróza jako skleróza.

Dřív jsem sama nechtěla o nemoci mluvit, jelikož jsem u lidí vzbuzovala soucit a lítost, což mi bylo nepříjemné, ale tím, že se díky čelovce o této nemoci mluví, nevdám mi se bavit na téma „roztrošená skleróza“.

Běh s čelovkou si získává stále více příznivců a já jsem za to nesmírně ráda. Díky tomu se samotná nemoc dostává stále více do povědomí veřejnosti a to je smyslem běhu.

Čelovka lidí na malý okamžik semkne. V ten moment jsou všichni spolu a podporují se. O tom celém běh je – vědět, že nejsem sám/a.

**Kde se veřejnost dozví více informací o Běhu s čelovkou? Veškeré informace nalez-**

**Co je rozroušená skleróza, RS nebo ERESKA? Veřejnost o ní skoro neví**

- jedná se o neurologické onemocnění, které postihuje centrální nervovou soustavu (mozek a míchu). Nejčastěji se objevuje u mladých lidí ve věku mezi 20 a 40 lety a postihuje víc ženy než muže
- Česká republika zároveň patří mezi země s vysokým výskytem RSKy
- i ve 21. století se jedná o nevy léčitelnou nemoc, ale dnes již máme léky, které dokáží RSKu potlačit
- doposud není známo, co nemoc vyvolává, existuje předpoklad, že se jedná o určité dědičné dispozice a faktory prostředí, ve kterém žijeme. Přesto není genetika 100% potvrzena
- RSKa má u každého jiné projevy, což značně komplikuje diagnózu, přitom včasná a správná diagnóza je pro pacienta klíčová

Zdroj: <http://www.aktivnizivot.cz/>

nete na [www.pomahejsrdcem.cz](http://www.pomahejsrdcem.cz), zde je také možné se na běh zaregistrovat. Samozřejmě se můžete přijít podívat na doprovodný program pro děti a rodiče. Ne-

a budu se na vás ve středu 21. prosince velice těšit.

**Jaké jsou vaše plány do budoucna?**

Tak samozřejmě dále po-

**Poběží se ve středu 21. prosince. Běžci i chodci vyrazí na svou dráhu v 19 hodin z Mírového náměstí**



**BĚH S ČELOVKOU 2015.** Foto: Archiv organizátorů

bude chybět klaun, malování na obličej nebo vánoční tvoření. Dále budou přítomné fyzioterapeutky Lenka Geierová a Klára Novotná, které budou mít připravené fyzioterapeutické ukázky cvičení. Nebude chybět pozvánka na Maraton RS, který se v Karlových Varech bude konat již podruhé, a mnohem více. Vešchny vás srdečně zvu

máhat druhým. Do budoucna bych chtěla připravit relaxační tábor pro děti s roztrošenou sklerózou, kde se navzájem poznají a budou vědět, že v tom nejsou úplně samy.

V závěru bych chtěla poděkovat všem sponzorům, kamarádům, rodině a hlavně vám všem, kdo letos na Běh s čelovkou přijdete, jelikož bez vás by čelovka nebyla!

## Před Vánoci myslíme víc na druhé

**Sokolovsko** – Adventní doba a Vánoce jsou obdobím, kdy víc než kdy jindy myslíme na ty, kteří potřebují pomoc. Slovo charita se v této době skloňuje asi nejčastěji. A organizace, které se jí věnují, mají bezesporu právě teď plně ruce práce.

„Každý den teď jedeme naplno,“ potvrzuje ředitel Potravinové banky Karlovarského kraje Milan Hloušek. V současné době se zvýšené míře přijíždějí organizace z kraje a odvázejí si z potravinové banky potřebné zboží. „Zrovna zítra přijedou z chebské farní charity a potřebují připravit nějaké oplatky, sušenky, aby mohli udělat balíčky pro děti,“ dodal s tím, že podobně vánoční balíčky se nebudou připravovat jen pro děti, ale také například pro seniory.

Nechystají se pouze vánoční balíčky. Přišla zima, zaplňují se noclehárny, nízkoprahová centra a potraviny je potřeba daleko více. A nejde jen o jídlo, potravin-

nová banka v letošním roce distribuuje i drogerii, která rovněž zaplňovala sklad během letošního Národní potravinové sbírky.

S prvními mrazy roste také potřeba míst v noclehárnách pro bezdomovce, azylových domech, případně nízkoprahových centrech. Od prosince se v Sokolově nově rozbílá noclehárna pro bezdomovce v Nádražní ulici, která nahradí řadu let používaný stan na Bohemii. Provozuje ji nezisková organizace Pomoc v nouzi, o.p.s. Noclehárna s provozem sedm dní v týdnu bude fungovat ve dvou sezonních režimech. Ten zimní počítá s maximální kapacitou 26 lůžek. „V porovnání se stane oddělenými prostory pro ženy a muže, toaletami, sociálními zařízeními a zázemím pro personál,“ dodal.

V čase adventním se koná také mnoho charitativních

akcí. „Den před Štědrým dnem se chystáme do Domu klidného stáří ve Svatavě. Budeme s panem farářem a dětmi rozdávat balíčky a zpívat koledy,“ informoval ředitel Farní charity Sokolov Jan Sebján. V příštím týdnu pak farní charita připravuje v kostele sv. Jakuba v Sokolově představení pro děti. Klienti Mateřídoušky jim zahrají divadlo.

V Kraslicích organizuje Nadační fond Ještěřice adventní koncerty, případně na Štědrý den Štědroranní výklus. V pořadí druhý adventní koncert se uskuteční již tuto sobotu v kostele Božího těla v Kraslicích. Hlavní interpretkou bude muzikálová zpěvačka, rodačka z Kraslic Kateřina Herčíková. Koncert začíná v 18 hodin, svařené víno a vánoční dekorace se budou prodávat již od 17 hodin.

Třetí koncert už bude vánoční. 26. prosince v kostele Nejsvětějšího srdce Páně ve Stráňově zazpívá zdejší rodáčka Marie Kyselová. (žip)

## Děti mohou udělat hezké Vánoce dětem

**Chebsko** – Děti dětem. Tak by se dal ve zkratce popsat projekt, do kterého se mají šanci zapojit také obyvatelé Karlovarského kraje. Se svými potomky mohou udělat hezké Vánoce i dětem z chudých rodin nebo dětského domova.

Tentokrát se do akce připojuje také Hospic sv. Jiří, o.p.s., jako sběrné místo pro dárky dětem z Dětského domova v Plesně. Krabice s dárky se sbírá do 6. prosince na adrese Svobody 520/3 v Chebu každé úterý od 14 do 18 hodin nebo jiný den po

telefonické domluvě na tel. čísle 736 432 911. Jak vlastně projekt funguje? „Prázdnou krabici od bot naplní děti dárky podle vlastního uvážení a doporučení dospělých. Až krabici s dětmi zaťme, donesete ji do hospice,“ popsala ředitelka chebského hospice Alena Votavová. „Do krabice se dají hračky nové nebo i takové, s nimiž si dítě již hrálo. Mohou to být nejrůznější předměty pomáhající k rozvoji talentu: tužka a hezký sešit, skicák a pastelky, vodové barvy a štětec, spor-

tovní potřeby, knížka přiměřená věku dítěte. Hezké kusy oděvů či oděvních doplňků, o nichž se dá předpokládat, že obdarovanému udělají radost, tričko, čepice a podobně. Pro holčičky a malé slečny např. panenky a dětská bižuterie, pro kluky i mladé muže např. autička nebo nářadí,“ vyjmenovala. Je možné přiložit i fotografii toho, kdo krabici posílá, případně pohled s vánočním přáním. „S plněním krabice mohou dětem pomoci rodiče, důležité ale je, aby při plnění asistovaly samy děti,“ doplnila. Co se do krabice nehodí? To, co byste sami nechtěli dostat, věci rozbité, špinavé, příliš opotřebené, ale také příliš luxusní a drahé. „Věci nevhodné pro dítě vzhledem k věku uvedenému na krabici, či takové, které mohou být pro děti nebezpečné, šípky s kovovými hroty, pyrotechnika, nože apod.“ dodala Alena Votavová. Záštitu projektu poskytují Českobratrská církev evangelická a Diakonie ČCE. (sim)

