

### REKORDNÍ SVĚTOVÝ DEN PRVNÍ POMOCI 2004

Již popáté se druhá sobota v září - tentokrát vyšla na 11. 9. 2004 - stala termínem pořádání **Světového dne první pomoci**. Vyhláší jej Mezinárodní federace Červeného kříže a Červeného půlměsíce a v letošním roce proběhl ve **169** zemích naší planety.



V České republice byl letošní Světový den první pomoci rekordní jak rozsahem, tak počtem účastníků. Organizovalo jej **66** Oblastních spolků ČČK v **64** městech ČR (v hlavním městě Praze jej pořádalo na historickém Staroměstském náměstí společně 6 OS ČČK z Prahy, v několika okresech se zase tato akce uskutečnila ve 2 městech). Za ČČK tuto akci připravovalo **946** jeho členů, dobrovolníků a pracovníků, v celé ČR se jí zúčastnilo rekordních **66.699** osob. Na **11** místech ji sledovaly televizní kamery, ve **14** městech rozhlasová reportéři, ve všech 64 městech pak redaktoři regionálního tisku.

Potěšující bylo i zapojení dalších partnerů - kolektivních členů ČČK, Policie ČR, profesionálních i dobrovolných hasičů, zdravotnické záchrané služby, zdravotních pojišťoven, základních a středních škol, sportovních a tělovýchovných organizací, domů dětí a mládeže, vojenských útvarů Armády ČR, ale např. i praktických lékařů.

Vždy se jednalo o praktické ukázky poskytování první pomoci pro širokou veřejnost na namaskovaných poraněních, dětské soutěže, ale také o měření krevního tlaku, glykémie, cholesterolu či podkožního tuku, ukázky záchranářské techniky i výcviku záchranných psů, aj.

Obrazové zpravodajství z průběhu letošního mimořádně úspěšného Světového dne první pomoci v regionech ČR najdete na vloženém listu v dnešním čísle Novin Červeného kříže.



*Redakce přeje  
všem čtenářům Novin ČČK  
příjemné prožití vánočních svátků  
a úspěšný rok 2005*

### JIRÍ PTAČNÍK A ČERVENÝ KŘÍŽ

Herce **Jiřího Ptáčníka** jsme si zvykli vídat kromě „prken co znamenají svět“ především na obrazovce veřejnoprávní televize, kde s několika svými kolegy tvoří zcela specifickou profesi - televizní hlasatel. Do budovy České televize, která jako jediná u nás hlasatele dosud využívá, vstoupil Jiří poprvé v roce 1976: „V hlasatelně jsem zůstal až do roku 1981, kdy u mě na poměrně dlouhou dobu zvítězilo divadlo... Do televizního studia jsem se znovu vrátil před třinácti lety. Televize mě zaměstnává jako externistu, a tak mi zbývá čas i na hraní. Kontakt s živým divadlem je pro mne totiž velmi důležitý,“ vysvětluje s úsměvem sympatický umělec. Profesionní propojení umožňuje Jiřímu vykonávat tato zajímavá povolání souběžně. Do hlasatelně České televize jsme se za panem Ptáčníkem vypravili i my, abychom mu položili naši jedinou otázku...



**Redakce Novin ČČK:** „Co se Vám vybaví, když slyšíte o Červeném kříži?“

**Jiří Ptáčník:** „Otázka ve mně především vzbuzuje asociaci na moje dětství, kdy jsem si často hrál na pana doktora... (Smích) Ke zdravotně jsem se však dostal o mnoho let později. Bylo to na divadelní fakultě, kde jsem absolvoval dvouletý zdravotnický kurz, který mě později předurčil k výkonu funkce vojenského zdravotníka - tedy lapiducha. **Veškeré moje zdravotnické vzdělání má vlastně na svědomí Červený kříž.** Dobrovolné sestry nás na DAMU naučily dokonce aplikovat injekce, což bylo pro mne do té doby nepředstavitelné. Snažily se do nás vpravit co nejvíce informací o zásadách poskytování první pomoci. Ze začátku jsme kurzy

nebrali moc vážně a výuka byla pro nás jen určitou formou recese. Musím však říct, že ve mně přece jenom zanechala stopy...“

Není to tak dlouho, kdy jsem si to opět uvědomil. Při jednom zájezdním představení zkolaboval na cestě náš řidič - jinak kardiak. Já i moje dvě kolegyně (**Jiřina Jirásková** a **Jana Brejchová** - pozn. redakce) jsme rázem stáli před nezáviděníhodnou skutečností. Zatímco se Jiřina snažila telefonicky přivolat lékařskou pomoc, já s Janou jsme se střídali v masáži jeho srdce. Nechci v žádném případě zveličovat, ale kdybychom tenkrát nevěděli jak postupovat, nemusel by být náš kolega třeba také už mezi námi. Člověk si prostě v takové chvíli zřejmě začne vybavovat i ty nejzasunutější informace, které v minulosti získal.

V dnešní době, kdy je obrovský boom automobilismu, se mně potřeba takových znalostí a dovedností jeví jako samozřejmá nutnost. **Pokud vím, Červený kříž byl v minulosti jedinou organizací, která se výchově v poskytování první pomoci v takové šíři věnovala. Osvěty není v tomto směru asi nikdy dost...**

Česká televize například před časem odvysílala seriál, na jehož tvorbě se mimo jiné podílel i Úřad Českého červeného kříže, a který byl věnován právě této problematice. Nebylo to ostatně poprvé. Vzpomínám si, že jsem už před lety spolupracoval s režisérem Václavem Filipem, který vytvořil podobný několikadílný miniseriál... Takové pořady mají smysl a je dobře, že se i v současné komerci u nás dělají...“

*Text a foto: Otto Lokaj*

## O PORADĚ ŘEDITELK A ŘEDITELŮ ÚRADŮ OS ČČK

Ve dnech 11. a 12. října tohoto roku proběhla v Pardubicích již tradičně poradka ředitelk a ředitelů Úradů OS ČČK. Cílem tohoto setkání, které probíhá každoročně, je předání informací o činnosti ústředí ČČK, vzájemné spolupráci a předpokládaném dalším vývoji činnosti a vůbec ČČK. V letošním roce jsme připravili novou strukturu jednání, která by měla oživit aktivitu účastníků jednání a zájem o jednání vůbec.

Při zpracovávání souhrnné informace o práci a výsledcích ČČK, tedy i činnosti Úradu ČČK, jsem vždy překvapen jejím rozsahem. Při každodenní činnosti, běžném denním shonu, si tento objem činností mnohdy neuvědomujeme. Ve většině případů se jedná o pozitivní výsledky, o kterých je dobře hovořit, znát je nejen proto, abychom se jimi mohli pochlubit, ale také proto, abychom je mohli použít jako argumenty k získávání podpory a nových spolupracovníků.

V letošním roce jsme tuto informaci zkrátali na 45 minut, poté měli na svá vystoupení celkem 45 minut vedoucí úseků Úradu ČČK a pak již následovala řízená diskuze na dané programové okruhy. Mohl bych také napsat, že k daným problémům, otázkám, úkolům. Vše by asi bylo dobře. Zaměřili jsme se především na **zpracování Strategie rozvoje ČČK**, což je dlouhodobý úkol vycházející z usnesení Shromáždění delegátů ČČK. Cílem bylo vysvětlit důležitost a postup při jejím zpracování.

Další okruhy také byly věnovány tomu, co je

v současné době pro ČČK nejdůležitější. **Výuka první pomoci** a její rozšiřování na co nejširší část obyvatelstva v České republice a dále pak **příprava na katastrofy**. Především tedy vytváření a příprava Humanitárních jednotek ČČK schopných pomoci při zajišťování základních potřeb obyvatelstva v přípravě evakuace.

Dalším tématem byla také **příprava volebního období**, protože v květnu roku 2005 nás čekají volby vrcholných orgánů ČČK. Tomu by měly předcházet volby na všech organizačních stupních ČČK. Zde byla zdůrazněna **nezbytnost kvalitní spolupráce mezi volenými funkcionáři a profesionálními pracovníky ČČK**. Máme přece jeden cíl, proč tedy někde přetrvávají nedobré vztahy ovlivňované ješitností a politikářením. Ještě horší je situace tam, kde problémy vyplývají z totální neschopnosti zúčastněných.

K jednotlivým tématům se nebudu již rozepisovat. K většině z nich byly zaměřeny dřívější úvodníky a co zde bylo napsáno je zatím stále platné.

Důležité bylo, že se účastníci k jednotlivým tématům aktivně vyjadřovali. Vyměňovali si názory i zkušenosti a podstatné bylo i to, že ve svých vystoupeních byli schopni pohledu na celek, na potřeby celého ČČK. Přesto, že vystoupení byla někdy kritická, nezazněl zde tón zloby, nenávisti, pohrdání k práci jiných. Z těch téměř padesáti diskuzních vystoupení jasně vynivla snaha přispět k rozvoji, pomoci řešit pro-

blémy, někdy i podělit se o své dobré nápady a zkušenosti. Po dlouhé době jsem měl pocit spolupráce nebo alespoň maximální snahy o spolupráci.

K vytvoření pozitivní atmosféry spolupráce přispěla nejen změna programu, ale především všichni účastníci porady svým přístupem, pravděpodobně také přítomnost viceprezidentů ČČK dr. Jukla a dr. Lebedy a prezidenta Mládeže ČČK I. Sackého, který za své věčné vystoupení sklídl zaslužený potlesk.

Věcná diskuze probíhala i druhý den jednání. Snažili jsme se pro účastníky jednání připravit kvalifikovanou přednášku o marketingu, ale námi oslovení červenokřížští odborníci příslíbenou účast odřekli. Myslím, že to bylo to jediné, co se na tomto jednání nepovedlo. Snad příště. Ještě něco. Neúčastnila se skoro čtvrtina ředitelk ÚOS ČČK. Některé se omluly, některé neuvažovaly za vhodné ani to.

Děkuji všem za aktivní účast a za snahu přispět k dalšímu rozvoji ČČK. Tato poradka byla tou nejlepší ukázkou toho, jak je možné spolupracovat, jak společně vytvářet ČČK. Nejsme již na úplném začátku a máme již za sebou hodně dobrých výsledků. Jsou nejlepší odpovědi na nehorázné pokřikování věčných skeptiků. Máme před sebou ale ještě dlouhou a těžkou cestu. Začínám věřit, že se nám ji podaří společně zdolat.

JUDr. Jiří Procházka,  
ředitel Úradu ČČK

## ZAHRAŇIČNÍ AKTIVITY ČČK

### ZASEDÁNÍ EVROPSKÉ KOMISE PRO PRVNÍ POMOC

V Berlíně se ve dnech 14. - 16. 10. 2004 uskutečnilo pravidelné výroční zasedání Evropské pracovní skupiny pro výuku první pomoci. Zabývalo se mj. projednáváním pravidel pro udělování Evropských certifikátů na jednotlivé normy znalostí první pomoci, hodnocením průběhu Světového dne první pomoci 2004, přípravou Evropské soutěže první pomoci (FACE) 2005, rozšiřováním automatických externích defibrilátorů a dalšími aktuálními otázkami. Zúčastnili se zástupci 32 evropských národních společností ČK; ČČK na zasedání zastupoval člen Otevřené databáze expertů ČČK **Ing. Pavel Štajer**.

### BESEDA S POLSKÝMI DĚTMI

Dne 1. 10. 2004 se v zasedací místnosti Úradu ČČK v Praze uskutečnila zasedání beseda se skupinou polských dětí ze Štětína. S činností ČČK zejména v oblasti práce s dětmi a mládeží je seznámila **Květa Řeháková, Dis., Sekretář Mládeže ČČK**.

### ŠKOLENÍ S HESSENSKÝM ČK

Již druhý seminář určený pro členy sekce první pomoci Otevřené databáze expertů ČČK k automatické externí defibrilaci se uskutečnil v Praze dne 23. 10. 2004. Novinky přednášel na tomto semináři **Wolfgang Lap-pöhn**, učitel ze školy paramediků Hessenského ČK.

### NÁVŠTĚVA Z MEZINÁRODNÍ FEDERACE ČK A ČP

Dne 9. 11. 2004 jednala na Úradě ČČK zástupkyně Mezinárodní federace Červeného kříže a Červeného půlměsíce ze Ženevy **Erja Rei-**

**nikainenová**. Byla přijata ředitelkou Úradu ČČK **JUDr. Jiřím Procházka** a dále jednala s vedoucím úsekem odborných činností Úradu ČČK **Mgr. Josefem Švejnohou** o jednotlivých programech ČČK a možné spolupráci.



### JEDNÁNÍ SE ZÁSTUPCI ČK Z BERLÍNA

Dne 25. 10. 2004 navštívili Úrad ČČK zástupci Německého ČK z Berlína p. **Kužma** a p. **Petzoldová**. Jednali s vedoucím úsekem odborných činností Úradu ČČK **Mgr. Josefem Švejnohou** o nabídce možné spolupráce v oblasti psychosociální pomoci a terapie pro uprchlíky a emigranty a při odstraňování bariér mezi obyvateli sousedících zemí.

Mladý muž: „Žádám o ruku vaší dcery. Je to ovšem jen formalita.“ - „No dovolte,“ křičí budoucí tchán, „kdo vám řekl, že jde jen o formalitu?“ - „No přece gynekolog...“

**ZPRÁVY Z ÚŘADU ČESKÉHO ČERVENÉHO KŘÍŽE****VÝKONNÁ RADA ČČK 6. 11. 2004**

Výkonná rada ČČK na tomto svém zasedání schválila návrh nového projektu ČČK na státní dotaci na rok 2005 na Ministerstvo zdravotnictví „Zdravé stárnutí“, dále návrhy na udělení vyznamenání ČČK „Za dlouholetou práci“ a plakety ČČK „Za záchranu života“. Schválila rovněž Dodatek č. 1 ke Spisovému a podpisovému řádu Úřadu ČČK, návrh na doplnění Otevřené databáze expertů ČČK, žádost o poskytnutí půjčky OS ČČK Klatovy, odklad splátek půjčky OS ČČK Ostrava, pokrytí nákladů spojených s oceňováním BDK z Fondu humanity ČČK a informaci o realizaci projektů ČČK na pomoc postiženým povodněmi v roce 2002.

Dověšila také s konečnou platností stížnost družstva z OS ČČK Ostrava na průběh letošního Republikového kola soutěže zdravotnických družstev Humanitárních jednotek - Kubínův memoriál.

V rámci písemně podávaných informačních zpráv vzala Výkonná rada ČČK na vědomí zprávy o činnosti Úřadu ČČK, přehled aktivit Úřadu ČČK a OS ČČK se sdělovacími prostředky, informaci o přípravě zasedání Komor ČČK, zprávu o průběhu Světového dne první pomoci 2004, zprávy ze zahraničních služebních cest a informaci o dalším vybavení kraj- ských pohotovostních skladů ČČK pro pomoc při katastrofách. Seznámila se rovněž s výsledky kontroly prvního viceprezidenta ČČK a předsedy Moravskoslezské komory ČČK dr. Marka Jukla provedené na OS ČČK Prostějov.

Dále vzala VR ČČK na vědomí informace o kontrole plnění Minimálního programu ČČK v OS ČČK Prostějov, o rekonstrukci pavilonu urologie nemocnice v Bělehradě, o průběhu fundraisingové akce ČČK s agenturou SAZ na podporu Dětské léčebny ČČK v Bukovanech a o účasti ČČK na mezinárodní konferenci k psychosociální pomoci při katastrofách.

**SETKÁNÍ KLUBŮ DÁRCŮ KRVE ČČK**

Dne 23. 10. 2004 se ve Štáhlavcích v Plzni ve spolupráci s OS ČČK Plzeň sever+jih uskutečnilo pravidelné republikové výroční setkání Klubů dárců krve ČČK. Za účasti prvního viceprezidenta ČČK **RNDr. Marka Jukla, Ph. D.** a člena VR ČČK **Adolfa Šťastného** došlo k prospěšné výměně zkušeností z oblastí nábory, propagace a oceňování BDK.

**PORADA ŘEDITELŮ ÚŘADŮ OS ČČK**

Již tradičně se v Pardubicích sešla celostátní porada ředitelů a ředitelky Úřadů OS ČČK. Vyslechli referát ředitele Úřadu ČČK **JUDr. Jiřího Procházky** a vystoupení vedoucích úseků Úřadu ČČK k aktuálním úkolům naší organizace i k chystanému přechodu ČČK na placení DPH. Diskuze byla tentokrát cíleně zaměřena na 4 obsahové okruhy: První pomoc, příprava na katastrofy, volební období v ČČK a příprava Strategie ČČK na další období. V diskusi vystoupili rovněž oba přítomní viceprezidenti ČČK **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.** a **MUDr. Pavel Lebeda** a prezident Mládeže ČČK **Igor Sacký**.



Lékař se ptá pacienta: „Pomáhají ty léky, které vám předepisují na vysoký krevní tlak?“  
- „Kdepak, vždycky když za ně v lékárně platím, tak se mi přísěně zvedne“.

**NOVÉ PUBLIKACE  
A VIDEOKAZETY ČČK**

Úřad ČČK vydal v posledních týdnech několik nových edičních titulů:

- **První pomoc pro příslušníky tísňových složek** (MUDr. Juljo Hasík)
- **První pomoc v domácnosti** (MUDr. Pavel Lebeda)
- **První pomoc u dětí** (MUDr. Pavel Srnský)
- **Základní norma zdravotnických znalostí** (reedice).



Dále Úřad ČČK zakoupil ve 2 souborech na každý OS ČČK videokazety s 26-dílným seriálem „První pomoc“ vysílaným opakovaně v letošním roce v České televizi, na jehož přípravě se ČČK aktivně podílel.

**JEDNÁNÍ NA MINISTERSTVU  
ZDRAVOTNICTVÍ**

Dne 5. 11. 2004 jednala delegace ČČK ve složení: **RNDr. Marek Jukl, Ph. D.**, první viceprezident ČČK, **JUDr. Jiří Procházka**, ředitel Úřadu ČČK a **Adolf Šťastný**, člen Výkonné rady ČČK s ředitelem odboru farmacie Ministerstva zdravotnictví **ČR Ing. Josefem Langerem** o efektivnějším využívání prostředků ze sítě transfúzních stanic pro další rozvoj bezpříspěvkového dárcovství krve.

**NOVÍ NOSITELÉ MEDAILE  
ALICE MASARYKOVÉ (3. část)****MUDr. Juraj SZÁNTÓ  
(1928)**

Členem ČČK je od roku 1948. Řadu let působil ve funkcích člena OV a KV ČSČK na Slovensku. Po přestěhování do Čech aktivně pracoval v různých komisích Českého a Federálního výboru ČSČK. Dlouhá léta vykonával funkci předsedy OVR ČČK Praha 2, byl členem Shromáždění delegátů ČČK. Je autorem a recenzentem řady publikací ČSČK a ČČK. V současné době je předsedou Společnosti MUDr. Ivana Hála, místopředsedou Společnosti Alice Masarykové a předsedou redakční rady časopisu Zdraví.

**MUDr. František ULMAN  
(1929)**

Členem ČČK je od roku 1958. Od roku 1964 je aktivním funkcionářem ČSČK a ČČK. Úspěšně vykonával funkci předsedy zdravotnické komise ČÚV ČSČK, řadu let byl předsedou OV ČSČK, v současné době je předsedou OVR ČČK Jičín. Je členem Shromáždění delegátů ČČK a Humanitární jednotky ČČK. Jako mnohonásobný BDK je nositelem zlaté plakety prof. Janského. Dlouhodobě se věnoval funkci lektora a školitele na kurzech ČSČK a ČČK. Více než 40 let aktivně pracuje v MS ČČK.



## ZPRÁVY Z REGIONŮ

DRUHÝ VÝCVIKOVÝ KEMP  
ČLENŮ ČČK V PÍSKU

Konal se počátkem srpna 2004 v bývalém vojenském výcvikovém prostoru Oldřichov. Dobrovolní záchranáři si vyzkoušeli polní podmínky. Ubytovaní byli ve stanech, vařilo se na ohni a zasahovalo bez použití moderní techniky. Navodily se tak podmínky zásahu za mimořádné situace.

V pátek večer se členové pocvičili ve znalostech život zachraňujících úkonů. Hned první večer, zhruba 10 minut po půlnoci, se poprvé rozezněla poplachová siréna. Cvičný poplach měl prověřit reakční čas týmů. Druhý poplach nastal kolem půl čtvrté ráno, nahlášená byla skupinka nezvěstných v nedalekém lese. Týmy utvořily rojnice a zhruba po dvou hodinách byla zbloudilá skupinka nalezena. Jeden člověk jevil známky podchlazení a druhého museli s podezřením na vnitřní poranění transportovat těžkým terémem k přístupové cestě. Konec akce nastal před půl šestou ráno.



V sobotu po budičku byli všichni členové ČČK zapojeni do motivačních her a po obědě bylo školení „Chování v mimořádných situacích“. V podvečer se dobrovolníci rozdělili do 2 skupin - první byla namaskována a simulovala hromadné neštěstí a druhá zasahovala. Celý děj se 2x zopakoval.

Po večeri organizátoři za podpory SDH Malčice připravovali závěrečný zásah. V objektu bývalého muničního skladu byl improvizován výbuch neodstraněné munice. Na místo byli vysláni mladí záchranáři ČČK, nacházeli se zde 3 těžce ranění, 2 středně těžce ranění a jedna zemřelá osoba. O situaci bylo vyzkoušeno cvičné operační středisko a poskytnuta první pomoc. Po převzetí místa zásahu profesionálními týmy museli členové ČČK ještě dohledat asi 5 lidí, kteří v úleku utekli do okolí. Celá akce trvala téměř čtyři hodiny. V noci se ještě všichni včetně figurantů sešli na poradě a výměně zážitků v táboře. V neděli ráno po sbalení byl pěší přesun do Písku v délce cca 7,5 km.

Lukáš Nebes, Záchraný tým OS ČČK Písek

## ZACHRAŇ SE, KDO MŮŽEŠ

Konec června se blížil a u budovy ČČK v Brně jednoho sobotního rána postává hlouček mladých se zavazadly. Kampak mají namířeno? Vždyť ještě nejsou prázdniny! No to přece nevádí, vždyť oni jedou nasytit svoje mozky znalostmi o poskytování první pomoci.

Na naší týdenní akci - Okresním studijním středis-



ku ČČK v Jedovnici u Brna - jsme se dozvěděli o první pomoci ažaž. Měli jsme teoretickou i praktickou výuku a přijela za námi též Rychlá záchranná služba Konsox Brno a Vodní záchranná služba ČČK Brno-město. Získali jsme od nich „moře“ informací a měli jsme možnost vyzkoušet si v praxi některé techniky první pomoci.

Hotel, v němž jsme byli ubytováni, nám poskytl širokou nabídku sportovních služeb. Podnikali jsme výlety za památkami do okolí, zahráli jsme si pár her, pobavili se na kolotočích... Poslední den jsme absolvovali písemné a praktické zkoušky z první pomoci a otestovali své znalosti „minutami pravdy“. Až na pár výjimek jsme prošli „na vybornou“ (unavená komise?) a tak jsme to slavnostně zapili kofolou a ukončili velkou diskopárty pod vedením DJ Davida...

Monika Humpolcová,  
předsedkyně Mládeže ČČK Brno

## DŮCHODCI DĚKUJÍ ČČK

I letos děkuje 16 důchodců ze Zelinkovic a Lysůvek OS ČČK Frýdek-Místek za velmi pěknou rekreaci ve středisku Kahan v Horní Bečvě. Týdenní pobyt v krásném prostředí za pěkného počasí byl pro všechny vítaným odpočinkem, pro mnohé příjemným osvěžením na těle (bazén, masáže) i na duchu zásluhou snad nevyčerpateľné nápaditosti vedoucí paní **Hanky Moškořové**. Byl pro nás i odměnou za **5.000,- Kč** zaslaných Úřadu ČČK k plnění hesla „Pomozte nám pomáhat“.

Lubomír Doležel,  
předseda MS ČČK Zelinkovice-Lysůvky

## PRÁZDNINY STOKRÁT JINAK

Onoho deštivého rána 14. srpna 2004 bylo před budovou OS ČČK Ostrava nezvykle rušno. Na parkovišti netrpělivě přeshlapoval hrozen asi 15 mladých lidí, které spojovalo jediné heslo: „Humanitou k míru“. Všichni byli ochotni obětovat týden z prázdninového „lelků chytání“ uslechtilému cíli, jakým poskytování první pomoci na Regionálním studijním středisku (RSS) ČČK bezesporu je.



V penzionu Na Ploskovci ve Velkých Karlovicích nastalo ještě v sobotu večer první měření zdravotnických znalostí v podobě vstupních písemných a praktických zkoušek. Kolorit dalších několika dní se již odvíjel podle předem připraveného plánu přednášek z oblasti první pomoci, medicíny katastrof, ale i organizační struktury a historie ČČK. Přednáškami provázela pětice vedoucích - členů Záchraného týmu ČČK Ostrava.

Vyvrcholením každého dne byl pak cvičný zásah, kdy tři 5-členná družstva měla za úkol co nejlépe ošetřit zranění a takticky zvládnout modelové situace s několika namaskovanými poraněnými od tržných ran až po otevřený pneumotorax, zástavu oběhu nebo porod. Zajímavé byly i bese-

dy se zástupci kolektivních členů ČČK - Horské služby ČR a Vodní záchranné služby ČČK.

Vyvrcholením celého pobytu byl jednoznačně čtvrtek. Jednak jsme navštívili centrum ZZS ve Vsetíně, jednak od šesti hodin večer prožili cvičnou akci fingovaného hromadného neštěstí. Přijíždějící hasičská vozidla s vysokořzdvižnou plošinou na moment zastavila naše srdce a v dalších 90 minutách to naopak pečlivě doháněla. Celkem bylo totiž roztroušeno po okolí penzionu Kyčerka i v něm samotném 22 figurantů, z nich 17 přímo zraněných při domnělém výbuchu. Věrohodně namaskovaní figuranti představovali poranění od odřenin a zlomenin až po amputace a rozsáhlé popáleniny. Úkolem zdravotníků bylo ošetření a transport zraněných, zajištění celé oblasti včetně likvidace požáru v budově měl na starosti HZS. Součástí akce byla také rojnice prováděná za účelem nalezení osoby ztracené v lese. Celé akci místně velel zdravotník RSS - **Kateřina Bálková** a **Ondřej Kvinta**.

Jana Bjalková, členka Mládeže ČČK Ostrava

LETNÍ TÁBORY ČČK  
V JINDŘICHOVĚ HRADCI

Aktivní OS ČČK Jindřichův Hradec letos v létě uspořádal rekondiční tábor pro 40 zdravotně postižených dětí s ortopedickými vadami na základně v Janově na Dačicku. Dětem prospívalo pravidelné rehabilitační cvičení, ale také řada různých soutěží, výletů i celotáborová hra na zlatokopy.



Druhý letní tábor uspořádal OS ČČK Jindřichův Hradec ve spolupráci se zdejším Městským úřadem a Domem dětí a mládeže. V Radčkově se jej zúčastnilo více než 30 dětí ze sociálně znevýhodněného prostředí.

## PROSPĚŠNÝ POBYT V IGRANE

OS ČČK Rychnov nad Kněžnou uspořádal letos v červenci 14-denní zahraniční rekondiční pobyt pro 31 alergických dětí u moře v Igrane v Chorvatsku.

Denní režim zahrnoval 2x denně plavání a koupání v moři, ranní rozvíčku, pravidelnou přednášku o zdraví a posilování a aerobic na terase hotelu. Zpestřením osobního volna bylo plnění náramku přátelství, copánků, nehtové studio i drátování a lakování mořských kamének jako ozdobných přívěsků. Součástí pobytu bylo také 7 výletů (mj. do Dubrovníku, loď na diskotéku, k vodopádům Krka, na Fischpicnic), ale také volba Miss a Missáka Igrane.

Řadu zajímavých informací jsme vybrali z pečlivě závěrečné zprávy zpracované lékařkou pobytu **MUDr. Yvettou Fialovou**.

Lékař říká kolegovi: „Já se nikdy nezmylím a vždy poznám příčinu choroby svého pacienta.“  
Kolega poznamenává: „Při pitvě, že?“



## NÁŠ HOST

## JUDR. PETRA BUZKOVÁ

Pozváná k rozhovoru tentokrát přijala ministryně školství, mládeže a tělovýchovy a dlouhá léta nejoblíbenější politička České republiky - **JUDr. Petra Buzková**, která ochotně odpověděla na naše tradiční čtyři otázky:

**Otázka:** Můžete se nám trochu představit? Co ve Vašem životě předcházelo Vaší dnešní významné funkci?

**Odpověď:** Narodila jsem se roku 1965 v Praze v rodině prvorepublikového sociálnědemokratického senátora Františka Modráčka. V roce 1989 jsem absolvovala Právnickou fakultu Univerzity Karlovy. Od roku 1994 jsem vdaná za Josefa Kotrbu a po dvou letech se nám narodila dcera Anna.

V roce 1989 jsem byla u zrodu znovuobnovení sociálnědemokratické strany a v březnu roku 1990 jsem byla zvolena místopředsedkyní Československé sociální demokracie (ČSSD). V roce 1992 jsem kandidovala do České národní rady (ČNR) za nástupnickou organizaci, Českou stranu sociálně demokratickou. Od roku 1996 jsem vykonávala funkci místopředsedkyně Poslanecké sněmovny. Z tohoto postu jsem odstoupila v roce 2000 - z důvodu neousouhlasu se změnami volebního zákona, na kterých se dohodly ODS a ČSSD. Od počátku roku 2001 jsem zastávám funkci předsedkyně pražské organizace ČSSD.

V červnu 2002 jsem byla jmenována ministryně školství, mládeže a tělovýchovy a tuto funkci zastávám dodnes.

**Otázka:** Co považujete ve své dosavadní práci za největší úspěch?

**Odpověď:** Pokud bych měla být upřímná, tak pokaždé, když jsem dostala nabídku na no-



vou funkci, považovala jsem to za veliký úspěch, ale zároveň jsem to vždy vnímala jako velkou odpovědnost. Samozřejmě, že když mi byla dána nabídka stát se ministryní školství, tak jsem za ni byla velmi ráda. Také jsem to ale vnímala jako obrovskou výzvu, protože tento resort podle mého názoru zatím nemá takovou prestiž, jakou si právem zaslouží. A proto jsem si slíbila, že udělám vše, co bude v mých silách, aby se pozice resortu školství výrazně zlepšila.

Ale pokud se ještě hlouběji zamyslím nad tím,

co považuji za svůj největší úspěch - a nebudu se soustřeďovat pouze na pracovní úspěchy, tak tím nejlepším, co mě potkalo, je asi narození mé dcery Anny. Pokud má blízce jsou v pořádku a vše dobře funguje, pak i já mohu být šťastná a spokojená.

**Otázka:** S jakými největšími problémy se ve své současné funkci potýkáte?

**Odpověď:** Myslím, že v každém zaměstnání se najde mnoho problémů, které komplikují vaši práci. Když jsem ale nastupovala na Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy, měla jsem poměrně jasnou představu, co mě čeká a na problémy jsem byla připravena. Problémy prostě beru za naprostou samozřejmou součást každé práce, a proto nemůžu jednoduše „vypíchnout“ jednu konkrétní věc, která mě trápí.

**Otázka:** Jaký je Váš vztah k aktivitám Českého červeného kříže? Co Vás z jeho činnosti nejvíce zajímá (dárcovství krve, výuka a poskytování první pomoci dětem, mládeže a dospělých, humanitární pomoci, sociální činnosti a služby, tábory pro zdravotně postižené děti apod.)?

**Odpověď:** Nad touto otázkou jsem přemýšlela opravdu nejdéle. Myslím, že každá z činností této organizace je velmi přínosná a velmi potřebná. Můj vztah k aktivitám Českého červeného kříže je pozitivní. Jakákoliv činnost, která vede ke zmiřování utrpení lidí, by neměla být nikdy přijímána jako samozřejmost. Opravdu upřímně obdivuji vaši práci.

Otázky kladl: Mgr. Josef Švejnoha

## SDĚLENÍ ČTENÁŘŮM NOVIN ČK

Přiblížil se opět konec roku a proto v tomto čísle novin Červeného kříže nacházíte již tradičně složenku na předplatné na rok 2005. **Ani tentokrát jsme cenu pro příští rok nezvyšili** (zůstává 10,- Kč za 1 číslo), takže **roční předplatné novin ČK na rok 2005 bude činit 60,- Kč**. Proto nás velmi mrzí, že existuje skupina čtenářů našich novin ČK, která si je klidně nechá posílat, aniž by uhradila předplatné. Věříme, že se to již v roce 2005 nebude opakovat.

Úhradu předplatného je možné provést přiloženou složenkou (s uváděním předepsaného variabilního symbolu) nebo v hotovosti v pokladně Úřadu ČČK v Praze (Thunovská 18, Praha 1) nebo převodem z běžného účtu (v tomto případě je nutné redakci sdělit jméno, příjmení a adresu předplatitele, neboť tyto údaje bankovní výpis neobsahuje).

Při této příležitosti děkujeme všem našim čtenářům, našim věrným dopisovatelům a také všem dárcům za finanční příspěvek na vydávání novin Červeného kříže.

Redakce novin ČK

## HIPPOKRATOVA PŘÍSAHA

Dodnes se s ní ve sdělovacích prostředcích i ve vystoupeních politiků často setkáváme. Mělo by jít o slib lékařů vycházející ze zásad stanovených nejslavnějším lékařem starověku - **Hippokratem** (460 - 377 př. n. l.). Jak to ale ve skutečnosti s Hippokratovou přísahou lékařů je?

Její původní text zněl takto: „Přisáhám při lékařích Apollónovi a Asklépiovi a Hygiei a Panacei a při všech božích a bohyních, jež beru za svědky, že budu plnit podle svých schopností a podle svého úsudku tuto přísahu a smlouvu: Budu považovat toho, který mě naučil tomuto umění, za rovnocenného svým rodičům a budu žít svůj život v partnerství s ním; bude-li mít potřebu peněz, rozdělím se s ním o svůj díl. Nepodám nikomu smrtící látku, i kdyby ji ode mne žádal, a ani nikomu tuto možnost nenavrhuji. Podobně nepodám ženě abortivní prostředek. V čistotě a posvátnosti budu střežit svůj život a své umění. Nepoužiji nože, dokonce ani ne u lidí trpících kameny, ale ustoupím ve prospěch těch, kteří se zabývají touto prací. Navštívím-li kterýkoliv dům, přijdu pro blaho nemocného a budu prost jakékoliv záměrné nepravosti, veškeré zlomyslnosti a obzvláště sexuálních vztahů ať se ženami nebo s muži, ať svobodnými nebo otroky. Cokoliv uvidím nebo uslyším v průběhu léčení v pohledu na život lidí, to, co se v žádném případě nesmí šířit mimo dům, vše si nechám pro sebe; vždy bych se musel stydět o tom mluvit. Jestliže splním tuto přísahu a neporuším ji, mohu mít zaručeno, že se budu radovat ze živo-

ta a z umění, a že budu ctěn a proslulý mezi všemi lidmi na všechny časy, které přijdou; jestliže ji však poruším a budu přísahat falešně, ať je opak toho všeho mým údělem.“

Dnes již budoucí lékaři takto nepřisahají. Např. v USA na Hippokrata v původním znění přísahali studenti naposledy ve 30. letech 20. století, studenti pražské Univerzity Karlovy jej podle dostupných zdrojů v původním znění neskládali nikdy. Dá se říci, že se z původní Hippokratovy přísahy do moderní doby přenesla pouze myšlenka: „**Pomáhat druhému a neškodit**“ a idea zachování lékařského tajemství.

Uvedme si pro srovnání lékařský slib na Univerzitě Karlově v Praze: „Slíbíte tedy České republice a jejímu lidu především, že si budete vědomi poslání vědy pro společnost a že své vědomosti a svou činnost zaměříte ku prospěchu všeho lidu a své povinnosti budete konat řádně a svědomitě a ochotně s plným vědomím své odpovědnosti a budete dále prohlubovat vědecké poznání a v něm pokračovat; dále že budete podle svého nejlepšího svědomí řídit život zdravých i nemocných vždy jen k jejich prospěchu. Dále, že zachováte svůj život a své lékařské umění čisté a že při každém jednání se zdravým a nemocným budete mít na mysli jen dobro člověka, že to, co uvidíte v životě lidí nebo uslyšíte při provádění svého povolání nebo mimo ně, nebudete dále rozšiřovat a zamlčíte všem nepovolaným; konečně, že vždy uchováte ve věčné paměti Univerzitu Karlovu a fakultu všeobecného lékařství, na které jste vystudovali.“



Spisovatelé říká lékař po prohlídce: „Absolutně žádnou duševní práci. Nejvýše tak tři filmové scénáře za rok!“



## PŘEDSTAVUJEME NÁRODNÍ SPOLEČNOSTI ČK A ČP

### NOVOZÉLANDSKÝ ČERVENÝ KŘÍŽ

Po začátku první světové války v roce 1914 se různé humanitární komunity na Novém Zélandu sjednotily a začaly vybírat peníze na zásoby zdravotnického materiálu a další potřeby pro raněné a nemocné vojáky. Brzy byly tyto komunity vyzvány guvernérem Nového Zélandu, aby založily národní společnost Červeného kříže Nového Zélandu. MV ČK byl uznán Novozélandský ČK jako samostatná organizace až v roce 1932 a v témže roce byl přijat i za člena tehdejší Ligy společností ČK a ČP (dnešní Mezinárodní federace ČK a ČP). Od této doby se také značně rozšířila sféra jeho aktivit.

Hlavní aktivity činnosti Novozélandského ČK vycházejí ze základních principů hnutí ČK a ČP. Značnou pozornost věnuje právě propagaci těchto principů a šíření mezinárodního humanitárního práva. Veškeré aktivity, kterým se Novozélandský ČK věnuje, musí zahrnovat humanitární hlediska a respektovat lidskou důstojnost. Snaží se nejen komunikativně působit, ale také ovlivňovat chování lidí a především vojáků v období konfliktu.

Velmi intenzivně se Novozélandský ČK věnuje problematice odezvy na katastrofy ve světě. Zajišťuje humanitární pomoci při katastro-

fách, přičemž se soustřeďuje zejména na oblast Pacifiku. Každoročně na tyto programy žádá státní dotace od novozélandské vlády.

Z dalších aktivit připomeňme zajišťování záchranné služby a programů zaměřených na pomoc nejzranitelnějším skupinám obyvatel. Finančně a materiálně podporuje fungování služeb v komunitách. Zajišťuje různá školení a také aktivity usilující o integraci do společnosti u skupin lidí, kteří s ní mají problémy.

Linda Sochorová,  
zahraniční úsek Úřadu ČČK

## VÝROČÍ ČÍSLA – ČEŠTÍ LÉKAŘI

### KAREL BĚLOHRADSKÝ (1889 - 1929)

Významný český psychiatr se narodil v Hostouni, studoval na gymnáziu v Praze-Smíchově. Studium na lékařské fakultě UK v Praze zakončil promócí v roce 1914. Poté nastoupil na kliniku prof. Kuffnera, kde



byl kolegou pozdějšího prof. Jana Janského (ten jej se svým typickým humorným přístupem zásadně oslovoval jako „Černozámeckého“). V roce 1922 získal hodnost docenta, o rok později pak mimořádným profesorem psychiatrie a současně přednostou psychiatrické kliniky na lékařské fakultě Masarykovy univerzity v Brně. Svým vědecko-výzkumným zaměřením se prof. Bělohradský věnoval zejména biochemii mozkomíšního moku a to převážně u psychóz. V roce 1928 byl jmenován řádným profesorem psychiatrie v Brně. Během svého působení zde se zasloužil významným způsobem o organizaci ústavní péče o slabomyslné děti na Moravě. Cenné jsou jeho vědecké práce o haemolysinu a aglutininu, na něž všichni další autoři navazují.

Zemřel předčasně na srdeční infarkt v pouhých 40 letech. Letos si připomínáme 115. výročí jeho narození a 75. výročí jeho úmrtí.

## UŽITEČNÉ VYNÁLEZY

### NOVOROČENKA

Kdy přesně vznikl zvyk přát si k Novému roku, se neví, ale pravděpodobně to bylo v době, kdy lidé začali přesně měřit čas. Staří Egypťané toto přání spojovali se zlatým broukem pro štěstí - skarabeem. První tištěné novoročenky se objevily v **60. letech 18.**

**století** jako dřevorezby. Na listech poměrně velkého formátu bylo v silném rámečku heslo „Ať žije nový rok!“. Dřevorezby později nahradily mědirytiny, specializované pro milence, pro přátele, pro příbuzné, apod. Vyráběly se především v Paříži a ve Vídni, odkud byly dováženy do celé střední a západní Evropy. Největší rozkvět novoročenek začal kolem roku **1800**, kdy se na nich objevily jednak ražené ornamenty, jednak figurky a figurální výjevy. Po roce **1814** se další novinkou stala přání v podobě zlaté, stříbrné nebo bronzové plakety s různými výjevy a ještě později přání pohyblivá.

Vznik novoročenek u nás je dáván do souvislosti se šlechtickou leností. Nejvyšší pražský purkrabí, hrabě **Karel Chotek z Chotkova a Vojína**, v roce **1827** zjistil, že již nemůže osobně obcházet všechny své příbuzné a známé, aby jim popřál do nového roku. Proto si u profesora pražské malířské školy **Josefa Berglera** objednal blahopřejné lístky, jimž se také říkalo omluvenky, a všem své novoroční přání poslal poštou. Na přelomu 19. a 20. století na jednu takovou novoročenku český malíř a grafik **Viktor Stretti** ještě připsal dvě francouzská slova „**Pour féliciter**“ (což znamená „Blahopřání k...“). Na světě se tak objevila první česká „péečka“. Zajímavé je, že P. F., která se u nás používá dodnes, zůstala českou specialitou, ve světě se tato slova na novoročenkách nepoužívají.



## ZNÁME PRAVIDLA SPOLEČENSKÉHO CHOVÁNÍ?

### U SOUDU

Většinou si příliš nepřejeme stát se účastníky soudního jednání, ale někdy se tomu nevyhneme (ať již jsme žalovaní, žalující nebo svědci). I zde platí určitá pravidla:

- naši občanskou povinností je k soudu se na předvolání dostavit, a pokud nám nebrání některé osobní důvody, tak také vypovídat
- jako svědci máme nárok na úhradu nákladů, které nám účastí u soudu vznikly
- jednání řídí samosoudce nebo předseda senátu. Žalující strana sedí po pravici soudce, strana žalovaná po jeho levici
- při vstupu do jednací síně a během pobytu v ní musí být sejmuta pokrývka z hlavy. Během jednání musí všichni přítomní sedět na svých místech
- pokud chce účastník řízení cokoli v věci říci, může tak učinit jen se svolením soudce. K senátu i k soudcům se mluví zásadně vestoje. Také rozsudek vyslechnou všichni přítomní vestoje
- oslovení všech účastníků soudního jednání je „paní, pane, slečno“ s připojením funkce a postavení. Vždy se vyká
- v jednací síni není dovoleno jíst, pít, kouřit, žvýkat, a to ani o přestávkách. Při soudním jednání jsou všichni účastníci ve vhodném oblečení. Soudce i senát mají během jednání na sobě taláry.

„Proč neuzíváte lék, který jsem vám předepsal? Myslete si třeba, že je to koňak.“  
Pacient říká: „Mám slabou vůli. Nedokážu ani pít koňak a myslet si, že je to lék.“

**OSOBNOSTI ČERVENÉHO KŘÍŽE****JAN BLAHOŠLAV KRAICZ (1869 - 1929)**

Prof. T. G. Masaryk často debatoval s univerzitními studenty z různých fakult a některé z nich zval i do svého bytu v Thunovské ulici č. 18 na pražské Malé Straně, kde dnes sídlí Úřad ČČK. Nejraději diskutoval s trojicí mediků - Ivanem Hálkem, Karlem Šantrůčkem a Janem Kraiczem, blízkým přítelem Milana Rastislava Štefánika. Přestože se jejich osud utvářel rozdílně, spojoval je čestný charakter, humanismus a vlastenectví. Letos uplynulo 135 let od narození a 75 let od úmrtí MUDr. Jana B. Kraicze, který po vzniku Československa zanechal praxi ve Valašském Meziříčí a v letech 1919 - 1928 se věnoval rozvoji ČSČK a organizaci zdravotnictví na Slovensku.

MUDr. J. B. Kraicz byl prvním ředitelem Slovenské divize ČSČK v době, kdy byl jeho předsedou na Slovensku MUDr. Ivan Hálek. Po roce 1922 se stal přednostou expozitury Ministerstva veřejného zdravotnictví a tělovýchovy v Bratislavě. Z této funkce byl odvolán, když se šéfem tohoto resortu stal nový člen čs. vlády dr. Jozef Tiso.

Ke Kraiczově osobnosti se v Novinách Červeného kříže vracíme již opakovaně. Slovenský časopis Zvesti Červeného kříža s ní ve svém zářijovém čísle seznámil čtenáře článkem PhDr. Z. Mintálové, ředitelky Muzea SČK v Martine. Čtenáře těchto řádků informujeme teď alespoň ve stručnosti o jubilejní konferenci, uspořádané ve spolupráci Úřadu ČČK, Slovensko-českého klubu a Společnosti MUDr. Ivana Hála, o které podrobněji zreferujeme v následujícím čísle.

Ivan Hálek se rozloučil se svým mrtvým přítelem v Praze na Olšanských hřbitovech slovy: „Dobře známe podíl, jenž ti přísluší v našem národním odboji. Po převratu stal jsi se z osobněm československé myšlenky: rodem Slovák, výchovou Čech, přesvědčením Čechoslovák. Jakmile zevní okolnosti dovolily, dal jsi se hned, dobrovolně a nezištně do služeb Slovenska, za jeho kulturní a zdravotně sociální pokrok“.

Položme v duchu kytičku, symbolizující naše společné dějiny a tradice na hrob J. B. Kraicze, který je s manželkou pohřben na evangelickém hřbitově v Bratislavě. *MUDr. Juraj Szántó*

**NAŠE DESATERO****JAK SPRÁVNĚ NAKUPOVAT SEKT**

Rozloučení se starým rokem a důstojné přivítání nového roku mnohým z nás vtiskne do ruky číši šampaňského. Proto neuškodí, když si připomeneme, jak jej vybírat a nakupovat:

1. Předem si uvědomte, kolik jste ochotni za sekt zaplatit. S kvalitou roste i cena.
2. Při nákupu levnějšího sektu si na jeho etiketě zjistěte, zda se opravdu jedná o šumivé víno nebo jde o nápoj sycený kyslíčným uhlíkem.
3. Jistě dopředu víte, jaký sekt vám vyhovuje: extra suché (Brut), suché (Sec) či sladší (Demi Sec).
4. Důležitá je kvalita sektu, proto odborníci nedoporučují nákup neznámkových sektů na trzích.
5. Obecně platí nekupovat neověřenou značku.
6. Láhev s korkovým uzávěrem vydrží déle. I obsah bývá kvalitnější.
7. Pokud na etiketě láhve chybí informace o původu, obsahu alkoholu a výrobci, nekupujte ji.
8. Sekty uskladňujte položené v tmavé místnosti s teplotou 10 - 12 stupňů Celsia.
9. Sekty podáváme vychlazené na 6 - 8 stupňů Celsia, není vhodné rychle zchlazování v mrazáku.
10. Sekt naléváme do úzkých vysokých sklenic.

**PTALI JSTE SE . . .**

**Otázka:** Už delší dobu mě trápí tzv. **patní ostruha**. Zajímalo by mě, o co se vlastně jedná a zda se proti bolesti dá něco dělat?

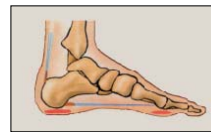
*Vlasta K., Týnec nad Sázavou*

**Odpověď:** U dospělých osob způsobuje bolest pat nejčastěji typická ostruha neboli calcar calanei (na rozdíl od obdobného onemocnění především u chlapců ve věku 8 - 15 let, kdy jde o tzv. Haglund-Severovu chorobu vyskytující se v období růstu při zvýšené pohybové aktivitě).

Bolesti jsou v místě úponu šlach na plosce nohy a ve střední a postranní části paty. Jen asi u 10 % pacientů prokáže rentgenové vyšetření zvápenatělý úpon šlachy.

Ostruha se ohlásí bolestí, paty jsou oředené při nošení uzavřené obuvi, člověk si musí kupovat větší číslo bot, lze nahmatat tvrdý hrbolek na patě. Léčení má dnes většinou neoperativní formu (na rozdíl od dříve prováděných zákroků, při nichž se ostruha odsekávala; byly bolestivé a ve většině případů stejně zůstávaly bolestivé jizvy).

Dnes se doporučuje měkká podpatěnka, obuv z přírodní kůže, (která se přizpůsobí noze), s pevnou patou a stříhem, jež drží správně nožní klenbu. Nejlépe vyhovují ortopedické vložky. Nutností je pravidelné ošetřování chodidel, masáž a cvičení chodidel podle instruktaže fyzioterapeuta. Pomocný význam má vřívaná koupel nohou, magnetoterapie nebo ultrazvuk. Při úporných bolestech je možné ozařování rentgenovými paprsky nebo obstrukcí pat anestetikem s kortikosteroidy, které vede ke zklidnění stavu (jde však o poměrně bolestivou záležitost). *(Využití informace z časopisu Rytmus života)*

**VÝROČÍ ČÍSLA - SVĚTOVÍ LÉKAŘI****FRANZ ANTON MESMER (1734 - 1815)**

Známý německý lékař se narodil v rodině myslivce u Bodamského jezera. Vystudoval teologii a filosofii, později získal doktorát z medicíny za disertační práci na téma „**O vlivu hvězd na lidské tělo**“.



Díky výhodnému sňatku mohl dále studovat. Neléčil často, ale zato mimořádně úspěšně. V jeho vyhledávaném vídeňském salonu účinkovali pozdější slavní hudební skladatelé Gluck, Haydn i začínající Mozart a Beethoven.

Vytvořil teorii živočišného magnetismu (později po něm nazvanou mesmerismem), která se velmi rozšířila koncem 18. století zejména ve Francii a Německu. Jeho teorie byla založena na všeobecně působící prásle, která proudí lidským tělem; nemoc je důsledkem porušení průtoku, uzdravení pak spočívá v jeho obnovení. Z dnešního pohledu Mesmer nevědomky léčil sugescí, případně i v hypnóze, tedy metodou blízkou hlubinné psychologii a psychoterapii.

Po Vídně působil úspěšně také v Paříži, odkud se vrátil zpět do Vídně. Na sklonku života žil v ústraní u Bodamského jezera, kde si otevřel malou lékařskou praxi. Letos si připomínáme, že uplynulo 270 let od jeho narození.

**OKÉNKO SPRÁVNÉ VÝŽIVY****CITRÓN**

**Vánoční a silvestrovské hody vnáší do naší kuchyně ve větší míře také jižní plody. Citrón je jedním z nich. Citróny:**

- jsou jedním z nejvýznamnějších zdrojů vitamínu C (obsahují jej kolem 60 mg ve 100 g)
- dále obsahují provitamin A, vitamíny skupiny B a z nerostných látek zejména vápník a železo
- nalezneme v nich také pektiny, organické kyseliny (až 8 % kyseliny citrónové) a silice
- vzhledem k chemickému ošetření citrusové plody před použitím pečlivě omyjeme v teplé vodě
- citrón nemusíme rozřezávat celý, stačí jej napíchnout a vytlačit potřebné množství šťávy
- citrónová šťáva zabraňuje oxysličení vitamínu C v ovoci a zelenině, proto bychom ji měli používat místo octa do salátů a zálivek
- dále můžeme citrónovou šťávu využívat k ochucování omáček, ale i do pečiva či nápojů (např. velmi osvěžující jsou do zásoby připravené zmrazené kostičky citrónové šťávy)
- citrón nám dobře pustí šťávu, když jej rozválíme tlakem ruky nebo jej ponoříme do horké vody
  - potřetí citrónovou šťávu odstraňuje pachy z ryb nebo skopového masa
  - při vaření rýže do vody přidání plátek citrónu způsobí, že bude pěkně bílá.

„Měl jste čtyřicet stupňů horečky,“ říká lékař potlučenému závodníkovi“. Ten se ptá: „A jaký je rekord na zdejším klinice?“





## NOVÉ ČINNOSTI V ČČK

### SOUTĚŽ KAPÍČKA V TACHOVĚ

Premýšleli jsme o tom, jak na našem okrese podpořit rozvoj bezpříspěvkového dárcovství krve a nábor nových BDK. Osvědčila se nám tzv. soutěž Kapička.



Soutěž „KAPÍČKA“ je určena pro děti a vnoučata bezpříspěvkových dárců krve do věku 15 let. Po odběru krve vyplní dárcé kartičku, kde uvede jméno a bydliště dítěte a věk, abychom mohli výherce vhodně ocenit dle jejich věku. Kartičku je možno vyplnit po každém odběru. Kartička je po vyplnění uložena do tzv. „veselého košíčku“. Losování probíhá vždy 2x ročně a to v červnu a v prosinci. Výherci

jsou vyrozuměni dopisem nebo telefonicky.

Dlouhá léta spolupracujeme se Sdružením obcí pro vybudování a provozování skládky v Černošíně. Toto Sdružení každoročně poskytuje finanční sponzorský dar na BDK a činnost ČČK. Z tohoto sponzorského daru jsou hrazeny ceny v hodnotě 500,- Kč na každého vylosovaného. Chtěli bychom mu za tuto pomoc poděkovat.

*Miloslava Szabóová, ředitelka Úřadu OS ČČK Tachov*

## POJMY Z HISTORIE ČČK

### VELIKONOČNÍ MÍR ČERVENÉHO KŘÍŽE

S myšlenkou na jeho pořádání přišla v roce 1921 zakladatelka a dlouholetá první předsedkyně ČSČK PhDr. Alice Masaryková. Inspirovala se středověkými dny Treuga Dei, kdy ustával boj a nepřátelé skládali zbraně. Pro pořádání Mírových slavností ČSČK byla zvolena velikonoční Bílá sobota.

V roce 1921 vyzval ČSČK historiky, spisovatele a novináře, aby o Velikonočním míru psali. O rok později již spojil prohlášení třídenního míru v novinách s velkým slavnostním zasedáním v Národním divadle v Praze za účasti prezidenta republiky T. G. Masaryka pod heslem „Zdraví a mír“. V roce 1923 byl Velikonoční mír ČK poprvé prohlášen na půdě Parlamentu; konal se zde poté tradičně až do roku 1950 (obnovena byla tato tradice ČČK znovu od roku 2000). V roce 1924 byla tato akce spojena se sjezdem Dorostu ČSČK, od roku 1926 byla z Prahy poprvé rozšířena do všech větších měst republiky, od roku 1928 byla spojována s poutou padlým ve světové válce. Byla složena i „Píseň Míru Červeného kříže“ na slova spisovatele Procházky, na propagačních plakátech byl využíván motiv Štursovy sochy Raněného.



Při slavnostním prohlášení Velikonočního míru ČK se na Bílou sobotu v pravé poledne po výstřelu z děla či hmoždíře (nebo po zapnutí sirény) na ulicích i v domácnostech na dvě minuty zastavil veškerý ruch a lidé sejmuli pokrývky z hlavy. Byla přerušena všechna práce v průmyslových podnicích, kancelářích a obchodech, Na slavnostních shromážděních obvykle promluvili představitelé města a ČSČK. Mírové slavnosti ČK probíhaly každý rok pod jiným heslem - např. „Dobro děti především“, „Úcta ke stáří“, „Čistota všude a ve všem“ či „Zpěvem k srdci, srdcem k vlasti“.

Z tradice Velikonočních mírů ČK vznikl pozdější Světový den Červeného kříže (8. května).

## ČSČK V LONDÝNĚ ZA DRUHÉ SVĚTOVÉ VÁLKY - 2. část

Místnosti jednotlivých odborů našel redaktor Benau nad ordinacemi. „Ošetřovatelský odbor vede školení a výcvik dobrovolných ošetřovatelek. Bude jich třeba v osvobozené republice. Ošetřovatelky, které složí s úspěchem kurs, jsou potom přiděleny do anglických nemocnic, aby získaly i praktický výcvik.“ uvedl ve svém článku. Dále představil i práci sociálního odboru, o němž se dozvěděl, že zkoumá zejména sociální problémy čs. příslušníků a určuje, kde a jak je třeba mimořádné pomoci. „Tento odbor pečuje i o čs. rodičky v Anglii. Dává potřebným vybavičky, příspěvek na kočárek, ošacovací pomoc pro děti i těhotné ženy. Během roku se vydalo 195 kompletních a 125 částečných vybaviček a 274 příspěvků na dětský kočárek“.



*Sídlo ČSČK v Londýně za 2. světové války*

Červený kříž nezanedbával ani naše hospitalizované občany; o ty pečoval kulturní odbor, jenž organizoval návštěvní službu v nemocnicích a zaslal zraněným vojákům a sociálně potřebným civilním krajanům každý druhý týden balíček. Neméně pozornosti věnoval dorostu. „Dorostový odbor měl na starosti péči v otázce fyzické zdatnosti čs. mládeže ve Velké Británii, uplatňování idejí a mravních zásad Červeného kříže mezi mládeží“.

„Během války je Červený kříž každého národa v první řadě pro vojáky;“ uvádí D. Benau tehdy snad neaktuálnější jeho úkol. „Také Čs. červený kříž věnuje nyní nejvíce své péče příslušníkům zahraniční armády. A z prostředků, které dostává, vydává nejvíce na zdravotní péči příslušníků čs. branné moci“. Tato péče, jak zjistil, se členila na kolektivní potřeby armády, např. udržování zdravotní služby u jednotlivých vojenských formací, nákup léčiv, ambulancí, atd., a na individuální péči o vojáky. „Nemocné a raněné příslušníky čs. letectva a pozemní armády pravidelně navštěvují zástupci Červeného kříže a snaží se zpříjemnit jejich situaci balíčky, knihami a jinými dárky“.

Tato činnost ČSČK zahrnovala řadu zemí. Bylo třeba pečovat o příslušníky naší zahraniční armády ve Velké Británii, v Sovětském svazu, ve Francii a v posledních měsících války, kdy Benauův článek vyšel, už i o naše vojenské oddíly v osvobozených částech Československa. Přitom Čs. červený kříž v Londýně pokládal za svoji povinnost pomáhat i civilním občanům, jejichž život byl ve vlasti ohrožen a museli před fašistickou perzekucí utéct do ciziny. Slovy Dezidera Benaua: „Na jeho péči jsou v této době nejvíce odkázáni českoslovenští běženci. Události rozprášily Čechy a Slováky po všech světadílech. Je třeba podporovat nuzné na britských ostrovech a v Rusku, ale i ve Francii, ba ještě i v Africe“.

Článek, jenž je pro nás výpovědí současníka a cenným přínosem k historii našeho Červeného kříže, byl napsán pro čtenáře newyorských novin, kteří mohli být zvědaví, zda jejich peníze slouží dobré věci. Redaktor je v závěru ujistil: „Rozsáhlá činnost Čs. červeného kříže vzbudila v Británii zaslouženou pozornost. Ukazuje veřejnosti, že český a slovenský člověk neopustí v nouzi se nacházejícího bratra. Kdo z amerických krajanů hmotně podporoval činnost ČSČK, podporoval věc opravdu slechetnou“ (Dokončení)

*Připravil  
MUDr. Juraj Szántó*

„Máš dnes už tři piva a lékař ti dovolil jenom jedno,“ říká manželka. - „Víš, já chodím ke třem doktorům“.



**NÁŠ SERIÁL – 140 LET OD VYDÁNÍ ŽENEVSKÉ ÚMLUVY - 6. ČÁST**

Vývoj po přijetí **Ženevských úmluv o ochraně obětí ozbrojených konfliktů z roku 1949** brzy ukázal, že jejich ustanovení nejsou plně dostačující. Částečně to bylo známo již při jejich přijetí, dále vyvstaly problémy, které přinesl mezinárodní vývoj - tím vývojem byl především rozmach národněosvobozenického hnutí, které směřovalo proti koloniálním režimům. Dominia zpravidla nechtěla přiznat těmto konfliktům mezinárodní charakter a tím povstalcům status „legitimních kombatanů“ a spíše na ně nahlížela jako na zločince. Dále se do popředí dostává rozvoj zbraní a metod vedení války a v souvislosti s tím ochrana civilních osob nevyřešená. Další výzvou je nárůst vnitrostátních konfliktů.

Jde však o běh na dlouhou trať mnohem delší, než byla příprava přijetí Ženevské úmluvy r. 1864... Již XX. Mezinárodní konference (MK) ČK (1965) ve Vídni ve své rezoluci formuluje zásady, které je nutné do smluv mezinárodního humanitárního práva doplnit. Tyto zásady schvaluje r. 1968 Valné shromáždění OSN a vyzývá MV ČK k přípravě příslušných předloh - ty jsou přijaty XXI. MK ČK (Istanbul 1969) a poté MV ČK jedná s vládními experty. Je dohodnuto svolat na r. 1974 do Ženevy Diplomatičtí konfe-

renci, které MV ČK předkládá takto „předjednané“ návrhy. Její jednání se však zkomplikuje - jsou zde tři rozdílné platformy - Západ, Východ a rozvojové země, navíc proběhla válka ve Vietnamu se 70 % civilních obětí. Konference dlouze jedná, nakonec je 8. 6. 1977 (viz foto) po složitých jednáních přijat **I. Dodatkový protokol k Ženevským úmluvám** a k překvapení i **II. protokol** (na základě „zjednodušeného znění“ předloženého v předvečer závěrečného hlasování - jak vzpomíná čs. účastník jednání Prof. Mencer, nositel Medaile H. Dunanta).



Oba protokoly jsou významným rozvinutím mezinárodního humanitárního práva - **I. Protokol** (o ochraně obětí mezinárodních ozbrojených konfliktů) výrazně zlepšuje standard ochrany poskytovány Úmluvami z r. 1949, a to všem kategoriím chráněných osob - především zcela zásadně rozvádí imunitu civilního obyvatelstva před útoky, definuje civilní objekty, zakazuje útoky, které by ohrozily civilisty (nerozlišující

útok, útok na zařízení nutná k přežití obyvatelstva, útok na zařízení obsahující nebezpečné síly, útok na přírodní prostředí), upravuje poskytování humanitárních pomoci, nově do mezinárodního práva zavádí civilní ochranu. Dále zaručuje respekt k lidským právům a právům dítěte v době války. Boj proti kolonialismu chápe jako internacionální konflikt. V **protokolu II.** se pro rozsáhlé vnitrostátní konflikty zavádí ochrana srovnatelná s mezinárodními konflikty (ovšem bez statusu válečných zajatců). Souhrnně řečeno, přijetím obou Dodatkových protokolů jsou Ženevské úmluvy z r. 1949 doplněny na vpravdě komplexní, základní kodex mezinárodního humanitárního práva (obsahující na 650 článků), nazvaný **Chartou humanitáry**.

Pro úplnost dodejme, že tento systém je doplněn některými smlouvami zakazujícími konkrétní zbraně - zejména jde o zbraně biologické (1972), některé konvenční zbraně (např. pro radné nástrahy, oslepující laserové zbraně, RTG-nezjistitelné střepiny..., 1980) či protipěchotní miny (1997). Proces humanizace ozbrojených konfliktů nekončí - MV ČK řeší problém nevybuchlé munice či zbraní malé ráže...

Dokud se nepodaří ze vztahů mezi skupinami lidí válku jako prostředek řešení sporů odstranit, je nezbytné nutně snažit se alespoň omezit násilí ji provázející. Je úkolem každého z nás přispívat k pochoopení principů humanitárního práva - jeho neznalost je největším nepřítelem jeho respektování.

RNDr. Marek Jukl, Ph. D.,  
první viceprezident ČČK

**RADA PRO VÁS ...****KOŽNÍ PROBLÉMY  
A ÚPRAVA STRAVY**

Některé kožní problémy mohou být způsobeny i nedostatkem minerálů a vitamínů. Můžete je částečně ovlivnit i úpravou Vaší stravy:

- **padání vlasů, kožní problémy** - přidejte do stravy vitamín H - biotin (celozrnné pečivo, neloupaná rýže, pšeničn. kvasnice, ovesné vločky)
- **namodralé pavučinky na kůži** - pomůže Vám jeden z vitamínů P - rutin (bílá část pod slupkou pomeranče)
- **suchá olupující se kůže** - chybí Vám vitamín E (celozrnné výrobky, obilné klíčky, sója, brokolice)
- **šupinatění pokožky** - přidejte vitamín B5 (pšeničn. kvasnice, játra, sezamová semena)
- **bledá pokožka, ekzémy** - dodejte vápník (mléčné výrobky, sardinky, slunečnicová semena)
- **nadměrné maštění vlasů a pleti** - zkuste zvýšit dávky vitamínu B2 - riboflavinu (pšeničn. kvasnice, vejce, kuřata).

(Využity informace z časopisu *Překvapení*)

**KVÍZ ZNALOSTÍ  
Z HISTORIE ČČK**

1. Ve kterém roce vznikla Vodní záchranná služba ČSČK?
2. Víte, kteří dva předsedové ČSČK zemřeli ve své funkci?
3. Mezi kterými 2 dny probíhaly u nás tzv. Měsíce Červeného kříže?
4. Znáte jména prvních 2 nositelů zlaté plakety prof. Janského z roku 1971?
5. Který tehdy vydávaný časopis stál spolu s ČSČK v roce 1971 u zrodu tzv. Nejdražších koncertů světa pořádaných pro BDK?

Správné odpovědi:  
1. V roce 1967 2. MUDr. František Janouch v roce 1965 a prof. MUDr. Zdeněk Štěpánek v roce 1968. 3. Měsíce Červeného kříže mezi 7. dubnem (Světový den zdravotní péče) a 8. květnem (Světový den zdravotní péče). 4. Karel Laiblík (z Terzina) a Adolf Štáhl (z Havířova). 5. Casopis *Ahoj* na sobotu. Červeného kříže).

Plakal pan Novák po operaci: „Čtyřicet pět let jsem spartán a teď jsem sešřevane!“

**VÍTE, ŽE ... (ŽALUDEK)**

- žaludek je vakovité rozšíření trávicí trubice mezi jícnem a dvanáctníkem
- je asi 30 cm dlouhý a pojme 1-2 litry tráveniny
- stěna žaludku se skládá kromě jiného ze sliznice a tří svalových vrstev (svalovina kruhová, podélná a síčková). Tato svalovina se působením nervstva postupně vlnovitě stahuje tzv. peristaltickou vlnou a tím je přijatá potrava hnětena a posunována v soustech k vřátku
- hlavní úkol žaludku je přechodně zadržet potravu na 1 až 5 hodin (podle množství a obsahu tuku), zkapalnit ji a částečně pomocí enzymů natrávit
- sliznice těla žaludku obsahuje buňky hlavy a krcy, které produkují hlavní složky žaludeční šťávy (vyprodukuje jí až 3 litry denně)
- na povrchu žaludeční sliznice jsou buňky produkující hlen.

(Využity informace z publikace „Člověk“, Scientia, Praha, 1996)

**PRVNÍ POMOC****PORANĚNÍ PÁTEŘE A MÍCHY**

Pokud není zcela vyloučeno, že k poranění páteře mohlo dojít, jednáme s poraněným tak, jako kdyby měl páteř poraněnou a další pohyby by mohly ohrozit i míchu.

**Příznaky:**

- bolestivost, někdy zduření a krevní výron v průběhu páteře v místě zranění, nepřírozená poloha zraněného
- při současném poranění míchy neurologické příznaky - poruchy hybnosti nebo citlivosti končetin
- při vysokém poranění krční páteře nebezpečí zasažení centra dechu a oběhu v prodloužené míše s následnou poruchou základních životních funkcí.

**První pomoc:**

- hlavním úkolem je prevence zhoršení nebo druhotného poškození míchy, především při nešetrné manipulaci s postiženým
- se zraněným nepohybujeme (pouze hrozí-li další nebezpečí - zával, požár, aj.), ošetřujeme jej v poloze, ve které jsme jej našli
- při poranění krční páteře zajistíme její stabilitu pevným uchopením hlavy postiženého do svých rukou v oblasti uší, udržujeme ji v neutrální poloze, obkládáme hlavu a ramena pevnými, ale měkkými předměty
- je-li poraněný v bezvědomí, co nejšetrněji jej otočíme na záda tak, aby během pohybu nedošlo k rotaci páteře. Provedeme uvolnění dýchacích cest trojitým manévrem, který používáme i při umělém dýchání
- zajistíme tepelný komfort, ošetříme přidružená poranění
- jsme-li nuceni postiženého transportovat, ukládáme jej na pevnou podložku v poloze, ve které se nachází nebo v poloze na zádech. Je vždy nutné dokonalé připevnění k podložce
- vždy je nutno zajistit ZZS.

(Učebnice „Zdravotnický instruktor ČČK“)



## ZPRÁVY Z REGIONŮ

DEN S IZS  
VE VALAŠSKÉM MEZIRÍČÍ

Tento název dostala akce iniciovaná radnicí města Valašské Meziříčí mající za úkol představit veřejnosti Integrovaný záchranný systém (IZS), šíří jeho činnosti a spolupráci jeho jednotlivých složek, včetně složek druhošleďových. Proto byl osloven i Český červený kříž. Celá akce probíhala 16. 9. 2004 v prostoru bývalých kasáren ve třech stejných etapách, aby ji mohlo shlédnout co nejvíce diváků. Přihlíželi žáci všech základních škol z města i okolí, studenti středních škol i další veřejnost.



Základním námětem byl teroristický útok na osobní automobil pomocí výbušniny a střelných zbraní. Po likvidaci útočnicků Policií ČR a Městskou policií za pomoci služebních psů došlo k zásahu příslušníků Hasičského záchranného sboru (HZS), kteří uhasili požár a vyprostili zraněné z auta. V tuto dobu již byla na místě i přivolaná sanitka ZZS a zdravotní družstvo Humanitární jednotky ČČK. Posádka sanitky ošetřovala těžká zranění, zdravotní družstvo HJ ČČK pak zraněné lehká způsobená převážně nezúčastněným a šokovaným lidem. Při tom spolupracovalo s psychologem HZS.

Po ukončení ukázky měli diváci možnost shlédnout činnost jednotlivých složek IZS. Ve stanu ČČK a jeho okolí si mohli všichni vyzkoušet resuscitaci na fantomech jak úspěšně, tak i koječně, mohli si vyzkoušet i to, co umí z obvažové techniky a ošetřování běžných poranění. Velký zájem byl o činnost maskérky, která maskovala poranění.

Podle ohlasů jak pořadatelů, tak i účastníků se podařilo opět dobře prezentovat Český červený kříž. Zásahu na tom má MS ČČK ve Valašském Meziříčí.

Milan Sekáč, ředitel Úřadu ČČK Vsetín

LETNÍ TÁBOR ČČK  
NOVÝ BOR SE VYDAŘIL

Po několikaletém snažení se nám letos podařilo uskutečnit letní tábor mládeže. Dříve naše snaha ztroskotala vždy na finančním zajištění. Proto jsme v letošním roce využili grantu města a poskytnutý příspěvek tak částečně pokryl náklady na pobyt dětí.

Tábor se uskutečnil v nedaleké Lindavě za účasti 21 dětí ve věku od 8 do 15 let. Při zajímavých výletech do překrásné krajiny byly děti seznámeny zábavnou formou s poskytováním první pomoci při ústřknutí hadem, bodnutí hmyzem, popáleninách i při běžných úrazech.

Počasí nám přálo po celou dobu pobytu a tak se děti dostatečně vydováděly na koupališti v



nedalekém Sloupu v Čechách i po návratu do tábora při různých hrách na hřišti, v samotném areálu chatky. Na táboře se všem líbilo a pořadatelům se dostalo poděkování i od rodičů dětí. To nás potěšilo a tak věříme, že v příštích letech se setkáme ještě s větším zájmem.

Tábor plně splnil své poslání a díky patří jak městu Nový Bor, tak zejména obětavým vychovatelům a instruktorům, kteří se plnou měrou zasloužili o příjemný pobyt dětí.

Josef Špachman,  
předseda MS ČČK Nový Bor

RESCUE PATROL 2004  
OČIMA KOMISAŘE

Rescue Patrol se koná každoročně již od roku 2000. Původně bylo koncipováno jako putovní cvičení pro zdravotnické jednotky ČČK. Postupně se rozšiřovalo i o další dobrovolné a státní složky a zakotvilo pevně své působení do města Česká Kamenice, které se může jako jedno z mála měst v ČR pochlubit vhodným prostorem a polygonem pro výcvik záchranných týmů větší odborností.

Letošního ročníku se zúčastnilo již 24 týmů a to zdravotníky počínaje přes armádní lezce, hasiče, armádní ženisty, lékaře a záchrannými kynology konče. Celkem 110 zasahujících absolvovalo 23 zásahů o celkové dotaci 85 hodin. Bylo ošetřeno či vyprostěno 183 zraněných a evakuováno 241 lidí.

De svých odborností dohlíželi na průběh zásahů a hodnocení prováděli komisaři. Měl jsem tu čest být jedním z nich - byl jsem delegován jako komisař na zásahy povahy hromadných neštěstí, pátracích a vyprošťovacích akcí, evakuaci a dozoroval jsem činnost záchranných kynologů.

Cvičení se zúčastnilo 5 družstev ČČK. Vyzdvihnout je nutno zvláště jednotku zdravotníků z OS ČČK České Budějovice, která na své odborné přípravě během posledního roku velice zapracovala a svými výkony přesvědčila všechny přítomné o tom, že zdravotnická družstva Humanitárních jednotek ČČK nesmí být v rámci krizové přípravy podceňována.

Součástí programu cvičení byla i řada přednášek na související témata. Jedna z nich byla rovněž věnována základům mezinárodního humanitárního práva a principům Červeného kříže.

Z pohledu komisařů se cvičení jeví jako velice zdařilé. Držme se úsloví „Praeparatorum fortuna iuvat“ („Šťěstí přeje připraveným“). S přáním mnoha úspěchů v dalším výcviku a práci rtm. Radek Thums, 156. záchranný praporek Olomouc, člen Ústřední pohotovostní záchranné jednotky ČČK.

ÚSPĚŠNÉ STUDIJNÍ  
STŘEDISKO ČČK V TŘEBÍČI

Ve dnech 2. - 6. 7. 2004 uspořádal OS ČČK Třebíč úspěšné Oblastní studijní středisko ČČK v Bítovkách u Želetavy. Zúčastnilo se jej 21



mladých zdravotníků, jeho vedoucím byl MUDr. Jiří Filip. Děti nejvíce zaujala obvažová technika, praktické vyzkoušení umělého dýchání a ošetřování zlomenin a popálenin.

CVIČENÍ TEST 2004  
V PARDUBICÍCH

Ve středu 15. září letošního roku se pod názvem TEST 2004 uskutečnilo v Pardubicích ukázkové cvičení Integrovaného záchranného systému (IZS) Pardubického kraje, které vyhlásil jeho hejtman Ing. Roman Linek jako předseda Krajské bezpečnostní rady. Jednalo se o simulovaný výbuch v továrně spojený s únikem jedovatých plynů.



Krajský Hasičský záchranný sbor zve již tradičně na své cvičení a ukázky pro veřejnost i OS ČČK Pardubice. Zejména maskéři nacházejí několikrát ročně uplatnění na různých akcích hasičů i celého IZS. Stejně tomu bylo i při tomto cvičení. Pardubičtí maskéři ČČK tak museli zajistit namaskování všech poraněných. Po konzultaci s ředitelem Územního střediska zdravotnické záchranné služby Pardubického kraje MUDr. Dušanem Libíakem se modelovala těžká mozkolebeční poranění, zlomeniny, tržné rány a další úrazy.

Cvičení se účastnili zástupci kraje, měst a obcí Pardubického kraje, IZS i armády a další významné osoby. Dobře zvládnutá akce proto byla jistě nejlepší reklamou nejen OS ČČK Pardubice, ale i celé národní společnosti ČČK.

František Hanák,  
ředitel Úřadu OS ČČK Pardubice

Jedná se o chorobu z povolání, když domovníkovi zvoní v uších?



## PŘIPOMÍNÁME SI V ČERVENÉM KŘÍŽI

## 45 LET OD PRVNÍHO ÚSTŘEDNÍHO STUDIJNÍHO STŘEDISKA ČČK

Psal se tehdy léto roku 1959. Československý červený kříž tehdy využil prázdninového volna mládeže i pedagogů ze středních škol a ve své Ústřední škole v Lišnu uspořádal první pokusné Ústřední studijní středisko ČSČK. Úspěšně jej absolvovalo 60 členů dorostu ČSČK ve věku 15 - 19 let.



Postupně v průběhu dalších let vznikl na sebe navazující **trístupňový systém studijních středisek ČSČK a později ČČK**. Jeho první stupeň představují Okresní (dnes Oblastní) studijní střediska ČČK pro mládež zdravotníky II. stupně ze základních škol ve věku 12 - 15 let. Na něj navazuje druhý stupeň systému - Krajská (dnes Regionální) studijní střediska ČČK - pro mládež ze středních škol ve věku 16 - 18 let. Třetím a nejvyšším stupněm systému je Ústřední studijní středisko ČČK, které je určeno pro mladé členy ČČK a členy Mládeže ČČK starší 18 let. V posledních letech získávají absolventi Ústředního studijního střediska ČČK nejvyšší odbornou kvalifikaci v naší organizaci - zdravotnického instruktora ČČK.

Jen za rok 2003 prošlo tímto trístupňovým systémem studijních středisek ČČK **1.695** dětí a mládeže. A vše začala právě před 45 lety v Lišnu.

odesílal pan **Erwin Kutzer** své manželce Franzisce Kutzerové do Újezdu u Kladna, který je dnes součástí Kladna-Rozdělova.

Dopisnice s výše uváženými podrobnostmi nám zajistil náš spolupracovník.

**MUDr. Vladimír Valta**,  
předseda OVR ČČK Litoměřice



## ZAJÍMAVÁ JUBILEJNÍ KONFERENCE

Své síly k jejím uspořádání spojili tři partneři (Úřad ČČK, Společnost MUDr. Ivana Háčka, Slovensko-český klub). Věnována byla osobností **MUDr. Jana Blahoslava Kraicze**, prvního ředitele Slovenské divize ČSČK v letech 1919 - 1922. Záštitu nad jejím uspořádáním převzal velvyslanec Slovenské republiky **Ladislav Ballek**, který se konference osobně a aktivně zúčastnil, a také starosta města Valašské Meziříčí **JUDr. Jiří Kubeša** (konference se zúčastnil zástupce starosty **Dr. Vilém Pojssel**).

Konference se konala v zasedací síni Úřadu ČČK v Praze dne 2. 11. 2004, zahájil a zakončil ji svým vystoupením ředitel Úřadu ČČK **JUDr.**

**Jiří Procházka**,

její průběh modelova-

la předsed-

kyně Slovensko-

českého klubu

**Naďa Vokušová**.

Téměř tři des-

ítky posluchačů

vyslechly čtyři

odborné referá-

ty: J. B. Kraicz a

jeho přátelství s

T. G. Masary-

kem (**dr. Josef**

**Kramář**), Profil

studenta, lékaře

a organizátora

zdravotnictví (**MUDr.**

**Juraj Szántó**), Z

rodinného archivu

a z dobového tisku

(vnuk J. B.

Kraicze **Ing. Ivan**

**Kolouch**), První

ředitel Slovenské

divize ČSČK (**Mgr.**

**Josef Švejnoha**).

Konference

plynule přešla z

odborné polohy

do živé

neformální besedy.



## VÝZNAMNÉ DNY A VÝROČÍ ČK V ROCE 2005

Byli jsme z MS ČČK požádáni, abychom v předstihu v Novinách ČK zveřejnili významné dny a výročí Červeného kříže pro rok 2005. Rádi tak činíme:

## A. Významné dny:

- 7. 4. - Světový den zdraví
- 8. 5. - Světový den Červeného kříže
- 14. 6. - Světový den dárců krve
- 10. 9. - Světový den první pomoci

## B. Výročí Červeného kříže:

- 45. výročí vzniku bezpříspěvkového dárcovství krve
- 40. výročí přijetí 7 základních principů Červeného kříže
- 45. výročí uspořádání prvního letního tábora ČSČK pro zdravotně postižené děti
- výročí narození a úmrtí významných osobností ČK (Henri Dunant - 95. výročí úmrtí, Florence Nightingalová - 185. výročí narození a 95. výročí úmrtí, Gustave Moynier - 95. výročí úmrtí, Nikolaj Ivanovič Pirogov - 195. výročí narození).

## POHLEDNICE ČK Z PRVNÍ SVĚTOVÉ VÁLKY

Máme vzácnou příležitost reprodukovat v našich Novinách Červeného kříže poňn dopisnice vydané Rakousko-Uherským ČK v letech první světové války. Tyto dopisnice byly k dispozici i zajatcům pracujícím na ruském venkově.

Originály dopisnic jsou dnes soukromým majetkem a jistým druhem „rodinného stříbra“ vnučky ruského legionáře, dnes již důchodkyně a mj. dnešní předsedkyně OVR ČČK Rakovník. Díky jejímu pochopení se s podobou těchto poňn dopisnic ČK z doby téměř před 90 lety můžete setkat i Vy.

Text na dopisnicích dokonale ilustruje tíhu starostí o to, co se děje doma, nejistotu - co ještě přijde i obavy o to, zda ještě bude nějaké přístí... Musíme si uvědomit, že tomu dotazovanému Tonimu bylo při odchodu

Lékař uklidňuje manžela: „Vaše paní není v nebezpečí. Jde jen o malé nervové podráždění, se kterým může žít do sta let.“ - „A já?“, zděšeně se ptá manžel.

otec na frontu 12 let a když se otec vrátil z války, tak mu bylo již 18 let!!! Dodejme, že dopisnice

## 50 LET MS ČČK KVĚTNÁ

Dne 26. 6. 2004 proběhla, myslím si, zafila akce Českého červeného kříže k 50. výročí založení ČČK ve Květně na Uherskobrodsku. Odpovědně se za hojně účasti neslo v soutěžním duchu. Děti si zasoutěžily v obratnosti i přesnosti. Všichni si mohli prohlédnout sanitku pana Haraše - i jemu patří velký dík. Mládež ze zdravotního kroužku předvedla ukádku poskytování první pomoci.

Vzpomněli jsme zasloužilé členy ČČK i bezpříspěvkové dárcy krve. Zvláště jsme ocenili dlouholeté a mnohonásobné dárcy krve (např. Marie Paulínová - 75 odběrů, Vlastimil Autrata - 61 odběrů, Josef Zámečník - 44 odběrů). Máme radost, že i mladá generace se zapojuje do bezpříspěvkového dárcovství krve (např. Tomáš Jurtík - 30 odběrů, Michal Barták - 27 odběrů, Michal Toman - 14 odběrů).

Ale vraťme se ještě k našemu výročímu odpolední... K dobré náladě nám na Pasínku zahráli Tamburáši a zpěvem s kytarou i tanečky přispěly i dětičky z MŠ ve Květně. O občerstvení se postaral p. Mimochoдек, pekl nám výborné špekáčky! Poděkování patří všem výše uvedeným, ale především všem členkám ČK, které se podílely na přípravě a organizaci celé akce. Doufám, že se nám podaří něco podobného uspořádat i v přístích letech,

napsala nám předsedkyně MS ČČK Květná pí. Kubičková.



**MÍSTA SPOJENÁ S ČERVENÝM KŘÍŽEM****STŘEDISKO ČERVENÉHO KŘÍŽE  
V MLYNČEKÁCH**

Nachází se v hezkém prostředí Popradské kotliny na východním úpatí Vysokých Tater blízko starobylého města Kežmarok. Na svou dobu velmi moderní areál byl otevřen **3. 7. 1976** jako Středisko Slovenského ústředního výboru ČSČK pro mládež.



Za uplynulé téměř tři desítky let se zde vystřídaly desetitisíce dětí a členů Dorostu a Mládeže ČSČK a SČK na letních rekreačních táborech pro zdravotně postižené a zdravotně oslabené děti, na školách v přírodě, studijních střediscích ČK. V roce 1986 se zde poprvé konalo Mezinárodní studijní středisko mládeže Červeného kříže pro účastníky ze 13 evropských zemí. Středisko v Mlynčekách však také mnohokrát hostilo účastníky nejrůz-

nějších kurzů, školení a seminářů, ale také federálních a celoslovenských zasedání a porad funkcionářů a pracovníků ČSČK a SČK.

Ubytovací kapacita střediska v Mlynčekách je 120 lůžek. Sportovní a rekreační vyžití umožňují hřiště, tělocvična a herny, k dispozici je také sauna. Zdravý tatranský vzduch dělá divy a pobyt zde je možné doplnit množstvím výletů do okolí střediska za historickými památkami a přírodními zajímavostmi.

**POMOC POVODNĚMI  
POSTIŽENÉ ŠKOLE VE ŠTĚTÍ**

V severočeském městě Štětí způsobila ničivá povodeň v létě 2002 řadu škod, mj. velmi poškodila zdejší Střední odbornou a Vyšší odbornou školu obalové techniky. Na rekonstrukci školy přispěla řada sponzorů, nejvýznamnějším dílem pak **Český červený kříž** částkou **2.500.000,- Kč**, což je oceněno i samostatnou děkovnou deskou umístěnou na škole.



Dne 15. září 2004 se v rekonstruované škole konala malá slavnost. Škole byl předán obraz nazvaný „**Kometa**“, jehož autorem je ředitel Národní galerie v Praze Milan Knížák. Mezi řadou přítomných hostů nechyběli ani zástupci ČČK - ředitel Úřadu ČČK **JUDr. Jirí Procházka** a vedoucí povodňových projektů ČČK **RNDr. Josef Konečný**.

**NAŠE POŠTOVNÍ ZNÁMKY  
S TEMATIKOU ČK****HUMANITOU K MIERU - 1992**

Zatím poslední dohledaná poštovní známka s tematikou Červeného kříže vydaná u nás je již 14 let stará. Byla vydána 10. 6. 1992 v neuvěřitelně vysokém nákladu 5,61 milionu kusů. Dominující na ní je znak červeného kříže, v němž jsou umístěny motivy složených dětských lodiček vyrobené zřejmě z trojicpých šátků opět s malým znakem červeného kříže. Znamka měla hodnotu 2,- Kč. Byl na ní umístěn slovenský text - „Humanitou k mieru“ a „Československý červený kříž“. Autorem jejího návrhu byl **K. Felix**, grafické provedení je od **M. Činovského**. Bližší údaje o této známce se nám podařilo získat díky pochopení a pomoci ochotného kustoda v Poštovním muzeu v Praze.



Rok 1992 byl v Československu i v ČSČK rokem velkých změn. Rozpadal se společný stát, připravovalo se i rozdělení ČSČK na Český červený kříž a Slovenský červený kříž. Opakovaně se scházely nejvyšší volené orgány, připravovalo se dělení majetku. V březnu 1992 je také schválen Zákon č. 126/1992 Sb. o ochraně znaku a

**I TAK SE DÁ PROPAGOVAT  
ČERVENÝ KŘÍŽ**

K realizaci předvánoční akce „**Štědrá ruka**“ spojily své síly tři partneři: **obchodní řetězec supermarketů Delvita, Úřad Českého červeného kříže a agentura Korzo.cz**.

Ve dnech **29. 11. - 5. 12. 2004** mají ve 23 supermarketech Delvity v Praze nakupující možnost speciálně označené trvanlivé potraviny po zaplacení za pokladnami věnovat na pomoc dětem a hladovějícím. Na předvánočních akcích se prostřednictvím OS ČČK dostanou k obyvatelům vybraných dětských domovů, domovů důchodců, sociálních a azylových domů i k bezdomovcům. Akce tohoto typu se osvědčily např. v Belgii a Kanadě. Patronát nad celou akcí převzala populární zpěvačka **Helena Vondráčková**.



názvu červeného kříže a o ČSČK, který platí dosud a jehož přílohou byly ČSČK vráceny více než dvě desítky jeho bývalých objektů. Svou činnost v tomto roce také zahajuje Domácí ošetrovatelská péče Alice.

Tím končí náš 11-dílný seriál, v němž jsme Vám postupně představovali poštovní známky s tematikou červeného kříže vydávané v Československu od roku 1920 až do roku 1992. Pro rok 2005 pro Vás připravujeme místo něj novinku. Nechte se překvapat!

**Pomozte nám****pomáhat****Fond humanity ČČK**

číslo konta

**10030-7334-011/0100**

Komerční banka Praha 1

## SVĚTOVÝ DEN PRVNÍ POMOCI 2004 V REGIONECH



V Ostravě v místním Shopping parku přihlíželo ukázkám poskytování první pomoci při fingované autonehodě a ukázkám záchrannářského vybavení na 600 diváků.



Ve Vsetíně bylo dějištěm této akce hřiště U Sokolovny, kam se přišlo podívat 220 zájemců na ukázky poskytování první pomoci a nácvik KPR.

V Českých Budějovicích velmi nepříalé Světovému dni první pomoci počasí. Dobře připravené praktické ukázky poskytování první pomoci tak musela nahradit široce pojetá anketa o první pomoci.



V Úpici (okr. Trutnov) připravila tuto akci s praktickými ukázkami spolu s partnery velmi aktivní MS ČČK a Mládež ČČK z Gymnázia Úpice před velkoobchodem „Toman“. Zvala na ni zdařilým plakátem.

V Brně shlédlo celkem 650 zájemců akce spojené se Světovým dnem první pomoci 2004 na dvou místech - jednak na Moravském náměstí ve středu města, jednak v Bystřici na Brněnské přehradě ukázky činnosti Vodní záchranné služby ČČK.



OS ČČK Klatovy připravil Světový den první pomoci na 2 místech - na náměstí Míru v Klatovech a ve Strašíně u příležitosti 750. výročí založení obce, kde se zapojili i místní dobrovolní hasiči a Letecká záchranná služba Plzeň. Na obou místech přihlíželo více než 850 zájemců.

V Karlových Varech pojali letošní Světový den první pomoci netradičně - spojili jej se Dnem otevřených dveří ve Sklárnách Moser. Téměř 1.100 návštěvníků si spojilo prohlídku sklárny s ukázkami poskytování první pomoci.



Před obchodním domem Tesco v Kladně přihlíželo 450 diváků ošetřování zraněných při autohavárii a dalším ukázkám poskytování první pomoci.



Na výstavišti v Lysé nad Labem uspořádal Světový den první pomoci letos OS ČČK Nymburk. Na 5.000 návštěvníků výstaviště neminulo ukázky poskytování první pomoci, nácvik KPR ani měření krevního tlaku.



V Ústí nad Orlicí přihlíželo ukázkám poskytování první pomoci 1.600 zájemců. Příjemným oživením Světového dne první pomoci 2004 v tomto městě byly i dvě výstavy - jednak fotografií a materiálů z činnosti ČČK a jednak výstava záchranné techniky jednotlivých složek IZS.



**DÁRKOVÁ VÁNOČNÍ STRANA PRO ČTENÁŘE NOVIN ČERVENÉHO KŘÍŽE****MIKULÁŠ**

Každý ví, že 5. prosince večer roznáší Mikuláš s čertem a někdy i andělem dětem dárky. Ale víte, proč tak činí právě Mikuláš?

Ze čtyř Mikulášů, kteří byli prohlášeni za svaté, nás nejvíce zajímá jeden z nich. Někdy kolem roku 270 žil na území dnešního Turecka biskup **Mikuláš z Myry**. Podle jedné z legend zachránil tři dcery chudého, ale zbožného muže před jejich prodejem k prostituci. Tajně jim do pokoje hodil kus zlata. Dívky se tak mohly vdát za toho, koho si samy vybraly. A Mikuláš byl za své dobré skutky prohlášen za svatého.

Od 6. st. jej uctívají východní křesťanské církve, od 10. st. také v zemích západní a střední Evropy. Zrodila se další legenda o sestoupení světce z nebes na zem v předvečer jeho svátku, aby naděloval dárky dětem. Dnešní Mikuláše doprovázejí obvykle anděl a čert jako symboly dobra a zla (zřejmě jde o pozůstatek středověkých svatomikulášských maškarních průvodů).

**SVĚTOVÁ VÁNOČNÍ PŘÁNÍ**

**Anglie** - Merry Christmas!

**Francie** - Joil Noël!

**Německo** - Fröhliche Weihnachten!

**Rusko** - S rožděstvom Kristovym!

**Itálie** - Buon natale!

**Španělsko** - Feliz navidad!

**CO NESMÍ CHYBĚT NA SVÁTEČNÍM STOLE V RŮZNÝCH ZEMÍCH?**

**Anglie** - krocán s kaštanovou nádivkou, tradiční vánoční pudink

**Austrálie** - po britském vzoru tradiční švestkový náky s rozinkami a ořechy v závoji vaječného koňaku a meloun

**Dánsko** - pečená kachna, rýžový pudink se sekanými mandlemi a ořechy

**Francie** - ústřice, hlemýždi, bílé klobásky, králík či pečený krocán s kaštanovou nádivkou, sýry a tradiční dezert Beche

**Chile** - ryby

**Itálie** - ravioly, lasagne, špagety, losos

**Nizozemsko** - krocán nebo pečené selet

**Norsko** - pečená kuřata, sladká kaše s kandovaným nebo nakládaným ovocem a mandlemi, vepřové maso s brambory a zelím, pudink políty sladkým likérem a speciální silné sladké pivo

**Řecko** - krocán nebo vepřové

**Švédsko** - sledi, lososi, karbanátky, pečená vánoční šunka, horké kořeněné víno glögg

**USA** - krocán

**ADVENT**

Adventní doba je dobou přípravy na Vánoce. Křesťané se tak připravují na oslavu svátku narození Ježíše Krista. Postupně se adventní období ustálilo na dobu začínající čtyři neděle před 25. prosincem. Pro věřící je advent také dobou pokání a náboženských meditací. Počátky dodržování adventu spadají do období panování císaře Karla Velikého (768-814). Advent znamená v překladu očekávání nebo příchod.

Nejznámějším symbolem adventu je **adventní věnec**. Býval upletený z čerstvého zeleného chvojí a ozdobený čtyřmi svíčkami symbolizujícími čtyři adventní neděle. Svíčky by měly mít fialovou barvu odpovídající postní době a o nedělích se jedna po druhé postupně rozsvěčují. Dnes se adventní věnec dává na stůl, zavěšuje ke stropu nebo na domovní dveře.

**CO TAKÉ PATŘÍ K VÁNOCŮM?**

**Betlém** neboli jesličky - jejich tradici údajně založil sv. František z Assisi v italské Umbriji roku 1223. Podle legendy přivedl se svými přáteli do jeskyně, kterou proměnil v kapli, živého vola a osla a zinscenovali živý betlém, ve kterém kněz sloužil první vánoční půlnoční mši.



**Vánoční stromeček** - první zmínka o vánočním stromku ozdobeném papírovými květinami, ovocem a sladkostmi je z roku 1570 v brémské kronice z Německa. První vánoční stromek v Čechách pochází z roku 1812, kdy jej svým hostům ukázal v libeňském letohrádku v Praze režisér Stavovského divadla Johann K. Liebich.

**Vánoční ozdoby** - původně se stromeček zdobil červenými jablíčky, cukrovím, lidovými výtvoři ze dřeva, perníku či pečiva. Skleněné ozdoby se začaly objevovat až kolem roku 1910, později přibýly ozdoby z korálků, papíru či umělých hmot.

**Vánočka** - tvarem připomíná Ježíška v povijanu. Její křížové pletení má ochránit před zlými vlivy. Pekaři ji pekli od 16. st., od 18. st. si ji lidé připravují i

doma. V minulosti se nazývala húska či calta.

**Vánoční dárky** - vzájemné obdarování znal už středověk, nedílnou součástí Vánoc se však staly až v 19. st. Dostávalo je zpočátku jen služebnictvo a domácí chasa v podobě ošacení, jídla a drobných finančních částek. K nám přišel tento zvyk z Německa, dárky byly obvykle skromné a často praktické.

**Koledy** - svůj počátek mají v rituálních zpěvech spojených s obchůzkami při oslavách zimního slunovratu. S vánočními koledami v latině i lidové řeči se obcházela stavení. U nás byly známy již v předhusitské době (koledoval i mladý Jan Hus na pražských ulicích).

**Purpura** - je spojena s odkazem starozákonních mudrců a připomínkou darů, které přinesli Ježíškovi do betlémského chléva - zlato, myrhu a kadidlo. Kadidlo je pryskyřice ze stromu kadidlovníka pravý, myrha je pryskyřičná látka z balsamovníků. Oboje je dodnes velmi drahé, proto je v dnešní purpře většinou nahrazuje směs různých vonných bylin.

**Vánoční kapr** - jeho počátek bychom vystopovali v roce 1366, kdy byl u nás poprvé pražským biskupstvem nařazen adventní půst a v něm bylo doporučeno kromě ovoce a sýrů jíst ryby (zpočátku spíše štiky než kapry). V 19. st. se však jedl kapr vařený načerno a s knedlíkem!! Až koncem 19. a počátkem 20. st. ovládá české vánoční stoly kapr smažený, později doplněný bramborovým salátem.

**SILVESTR**

Původně vůbec nebyl svátek sv. Silvestra (poslední den v roce) spojován s žádnými zvyky a obyčejí - oslavoval se již od pohanských dob Nový rok. Jídelníček býval stejný jako o Štědrém dnu. Zvyk jíst o půlnoci ovar, kroupy a křen s jablky pochází až z 19. st. Právě na konci tohoto století se začal Silvestr bujaře slavít. Impulsem se stal Silvestr roku 1900, mylně považovaný za počátek 20. století; tehdy se objevil půlnoční ohňostroj a přípitky.

Poslední den v roce je svátkem sv. Silvestra - podle **papeže Silvestra I.** (papežem byl v letech 314 - 335). Ve výčtu papežů najdeme ještě Silvestra II., III. a IV.