

Pečujeme doma

Navštivte s námi
hospic alžbětinek
**Na břehu
řeky Svratky...**
Strana 2 a 3

S psycholožkou Kateřinou Vencálkovou o tom, co se honí hlavou lidem, kteří se starají o nemocné blízké

Co pečující nepřiznají ani sobě

Když se člověk rozhodne převzít péči o někoho, kdo se o sebe nemůže postarat, nejčastěji o stárnoucí rodiče, je to velký krok. Uposlechně přání mámy nebo táty, že chtějí zůstat doma, zní mu v uších věta „jen mě nedávej do ústavu“ a s nejlepším vědomím a svědomím se vydá na náročnou pouť pečujícího. Je to velká věc, oběť i hrdinství, a tak právem za to sklízí obdiv okolí, i když – přiznejme si – mnoho z těch, kdo ho chválí, si v duchu libuje, že není na jeho místě.

„My bychom to nezahládli, nedělali bychom to,“ myslí si okolí pečujícího. Nechtělo by zažít únavu a probdělé noci se seniorem, nechtělo by se jim měnit pleny a nasávat zápach moči, izolovat se od světa a mít stále na očích odcházející rodiče. Sami pečující se dennodenně potýkají s různými potížemi, tápou a překonávají překážky, o kterých by jim bylo trapné mluvit nahlas. Tím se jejich služba ztěžuje. Nezpracované myšlenky jsou mnohdy těžší než polohování mámy nebo posazování táty na WC židli. Jak se s nimi vyrovnat, poradí psycholožka KATEŘINA VENCÁLKOVÁ.

Stydím se

Když začínáme pečovat doma, je všechno úplně nové. Život se nám obrátí o 180 stupňů nebo aspoň o devadesát. Za běhu se učíme, co je potřeba, málokdo má nějakou zkušenost z minula, školení, výcvik...



A i kdyby měl – každý opečovávaný je jiný, to, co jste zažívali třeba s bezmocným tchánem, vůbec neplatí pro bezmocnou mámu. Kromě toho se objevují nečekané problémy. Je to například stud. Nejsme východoněmečtí nudisté, abychom byli zvyklí vídat tátu nebo mámu bez šatů. „Ze začátku mě nejvíce bralo to, že musím tátu přebalovat, převlékat a mýt, a to úplně všude,“ vybavuje si pečující Jiřina. „Trvalo mi několik měsíců, než jsem si zvykla a neodvracela se, čímž jsem si to pečování vlastně ztěžovala. Umyjte někoho, když se nedíváte. Hrozně jsem se styděla.“ Ovšem stud nemusí vyvolávat jen odlišné pohlaví. Anně umírala padesátiletá maminka na nádor v mozku. „Vždycky byla můj vzor. Když se z ní ale stala světu vzdálená bytost chovající se jako batole, byla jsem z toho zoufalá. V tu chvíli mi začalo vadit i to, že ji musím sprchovat a oblékat, její nahota mi symbolizovala ten neutěšený stav.“

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
Tyto pocity a myšlenky jsou naprosto přirozené, ba naopak bych se divila, kdyby vlastně nebyly. Z dítěte se musí stát rázem rodič a mnoho hranic, které ve vaší rodině byly předtím přirozeně respektovány, musí jít stranou. Je to velký obrát a situace si žádá jisté překlenovací období, než nám to začne být přirozené. Myslím, že čas zařídí, že to začneme brát „normálně“ a spíše jako práci. Někdy je ale ta zábrana tak nepřekonatelná, že si na ten konkrétní úkon musíme zkrátka pozvat pečovatelskou službu a nemusíme se za to stydět.

Ztrácím bezpečí

I když už jsme dospělí, stejně máme v hlavách zaseknuto, že táta a máma jsou tu pro nás, jsou silní, anebo aspoň moudří. Když nám bude ouvej, přinejmenším nás vyslechnou. Je to přece naprosto přirozené! A třebaže za nimi

nikdy nepřejdeme se svými starostmi (například proto, abychom jim nějaké nepřidělali), i tak podvědomě víme, že tu jsou pro nás. Co si ale máme myslet, když nás máma ani nepozná a vyká nám a tátovi teče polévka koutkem úst, zatímco na nás nepřítomně kouká? V každodenním shonu si to ani neuvědomujeme, ale najednou jako bychom ztratili obranný štít, zrezlo na nás brnění a postupně odpadávalo. Samozřejmě víme, že je normální, když rodiče odejdou ze světa dřív než jejich děti, a že se to stane i nám. Ovšem mít „trénink“ kupříkladu v podobě demence rodičů, kdy si uvědomujeme, že jsme je jako oporu ztratili, je těžké. Musíme se dokonce vyrovnat s obrátcem rolí – my jste teď ti, kdo jsou silní a moudří a postarají se o ty slabší. Někdy to má i kuriózní projevy. Pečující Andrea se svěří s tím, jak pro ni bylo skličující, když jí její maminka začala říkat „mami“.

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
Ano, chápu, jak je to těžké... Samotné pečování vyžaduje vnitřní odvahu a sílu, a pokud se k tomu ještě přidá demence, pečující si pak někdy připadají, že bojují s větrnými mlýny nebo jsou jako Sysifos, který stále dokola tlačí své břímě do kopce. Co radím? Mějte i svůj vlastní život nebo alespoň nějaký kousek svého života, ať nezapomenete, že je možné ještě zažít radost a prožívat „normální“ věci. Je nutné se úplně neodtrhnout z běžného světa, udržovat kontakty s přáteli a blízkými a pravidelně se odraňovat... Zdroje podpory jsou různé, a pokud to již rodič z pochopitelných důvodů nemůže být, musíme si najít jiný pilíř.

Ujiždějí mi nervy

Nejsme ze železa. Někdy bychom mohli skály lámat a jindy jsme uzlíček nervů. V případě pečování za to nejčastěji mohou únava, nevyspání nebo bezradnost, co si v jaké situaci počít. Pak se může stát, že zareagujeme nervózně, netrpělivě, prudce... „Jednou v noci mě táta vzbudil, že má žízeň. Když jsem mu ale podávala hrnek, najednou se mu zatmělo, ten hrníček mi vyrazil a polil sebe i postel,“ vzpomíná Jiřina. „V tu chvíli jsem se neovládla a plácla jsem ho. Pak jsem si sedla na koberec a dlouho plakala. Ne proto, že ho musím převléct a že už nejspí do rána neusnu, ale proto, že mi bylo hanba. On mi nikdy pohlavek nedal. Navíc jsem se přistihla při myšlence, že se mi ulevilo, když jsem ho plácla. To bylo snad to nejhorší. Do téhle chvíle jsem to nikomu neřekla.“

Andrea doplňuje, že někdy na maminku křičí. „Když už ji krmím půl hodiny a ona ne a ne otevřít pusku, křičím. Nechci, aby si sousedi mysleli, že jsem na mamku zlá, a tak raději ve vypjatých situacích pustím rádio nebo televizi. Hodně se snažím, abych byla klidná a milá, ale vím o sobě, že jsem prostě cholerik.“

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
Únava, nevyspání, frustrace... To jsou všechno faktory, které prostě vyvolávají silné emoce. U někoho je to hněv, u jiného deprese, záleží na našem založení. Myslím, že pomáhá, když zkusíme brát Pokračování na straně 4

Anonce

Strana 2 Zajímavá, ale zcela logická otázka

Promítne se smutný příliv uprchlíků před válkou v Ukrajině aspoň zčásti v přírůstek profesionálních pečovatelek?

Strana 6 V nemocnici zanedbávají péči o mého opatrovance

Co dělat? Jak postupovat? Jak zjednat nápravu? Radíme v případě, který není bohužel vůbec výjimečný. A píšeme o něm hned dvakrát. Také na straně 4.

Strana 10 Pane podnikatel, podívejte se, já taky!

Povídka Ivana Jergla je přímo ze života. Vyrazil si s rodinou na nákup do Lidlu...

Strana 10 Babička mluví se mnou o závěti

A vnučka žádá radu, jak postupovat, když chce, aby to bylo spravedlivé i k mamince. Zapeklitá situace...

Sloupek Ivana Jergla

Není každá ruka pomocná

I když soucit silných je posilou pro slabé, přece jen závažnější zdravotní postižení tělesné nebo duševní a přirozený úpadek ve stáří činí jednotlivce zranitelného a závislého na dobré vůli nejbližších, přátel či kvalitě institucionální pomoci.



Kromě dobrých lidí jsou však i lidé zlí, s nižšími morálními zábranami, nebo lidé různými okolnostmi srazení ke dnu společnosti, kteří vidí oslabené jedince jako snadnou kořist a zdroj příživnictví, zejména když o nich vědí, že jsou zajištěni invalidními nebo starobními důchody a bydlí v bezbariérových domech a bytech.

Tito sociální predátoři se dovedou vetřít do pozornosti osamělých. Tu nabídnou pomoc s odnáškou nákupu ze samoobsluhy,

jindy že vynesou kbelík s odpady nebo půjdou s vámi k lékaři. Přitochi se k vám v restauraci, vedou řeči, vyzvídají.

Naproti nám bydlel soused s manželkou, oba na vozíku. Po sňatku v ústavu sociální péče se vzepjali k samostatnému životu v bezbariérovém bytě. Zpočátku jim chodila pomáhat její matka, jenže brzy zemřela. Zejména Josef byl přes postupující svalovou atrofií velký bojovník. Vykonával domácí práci pro družstvo invalidů za oba a v domě postupně za úplatu získával střídavě pohyblivější obyvatele k různé pomoci prakticky v kteroukoliv denní a někdy i noční dobu, zejména když mu žena s křečovou obrnou spadla z vozíku a bylo potřeba ji zvednout na lůžko. Bylo to před rokem 2005, kdy ještě neexistoval zákon o příspěvcích na péči, takže značnou část výdělku věnoval na zajištění placené pomoci.

Sám si vymyslel a nechal sestavit kladkostroj, kterým přemísťoval velmi korpulentní manželku na WC a do vany. S drsnou sebeironií vtípkoval, že „jde pařit prase“.

Pak se u nich objevil na bytě rozjívěný šedivý pan K., který mu umožnil, aby už Josef s manželkou nebyli „ve společné péči nájemníků“. Chodil na nákupy, pomáhal v bytě s úklidem, podle pokynů vařil. Svůj částečný důchod do společného hospodaření nedával a z nákupu si začal nechávat tučné sprotíné. Kupoval hodné pivo, které rychle konzumoval. Přestože u nich bydlel a stravoval se zdarma, vyžadoval za pomoc stále více peněz, až mu manželé řekli, že už ho nepotřebují. Jak se ukázalo, přeláčený a recidivující alkoholik bez bytu se však odmítal odstěhovat a tak nakonec musela zasáhnout policie.

Bohužel pro pokračující chorobu už Josef potřeboval stejně jako manželka Ladislava celodenní pomoc druhé osoby a pokus o independent living vzdali. Nestačila ani dobrovolnická pomoc neziskovky. Návrat ztracených klientů zpět do ústavu byl pro ně bolestný. Hrdý a sebejistý Josef se uzavřel a než se odstěhovali, byl zde jízlivý a rýpavý. Profesionálně i laicky pečujících je stálý nedostatek, neboť se prodlužuje délka života a přibývá osob potřebujících péči. Je to také odraz snahy v sociální politice, kde podporujeme pokud možno nezávislý život ve vlastním bydlení mimo domovy seniorů a ústavy.

Podle průzkumů v roce 2021, které provedla Asociace poskytovatelů sociálních služeb ČR ve spolupráci se Svazem měst a obcí ČR a Sdružením místních samospráv ČR, chybí 412 778 hodin pečovatelských služeb za rok, při čemž v malých městech pečovatelské služby nejsou vůbec a ve velkých jsou kapacity nedostačující.

Snad se smutný příliv uprchlíků před válkou v Ukrajině promítne aspoň zčásti v dobrem a potřebném přírůstku profesionálních pečovatelek v řadách pečovatelských organizací.

IVAN JERGL

Z blogů

Ticho po pěšině, ale ivermectin je schválen

V blogu na idnes se Karel Wágner zabývá léčivý. Jeho tématem je často ivermectin, léčivo americké proveniencce, ve Spojených státech a v Kanadě známé pod obchodním názvem mectizan, svého času patentované společností Merck.

Autor zdůrazňuje, že jeho užívání je považováno za bezpečné, neboť ivermectin se od roku 1987 v humánní medicíně uplatnil v rámci kampaní veřejného zdraví prostřednictvím distribuce téměř 4 miliard dávek. A že už od roku 2012 řada studií začala uvádět jeho antivirové účinky v rozmanité skupiny virů spolu s jeho protizánětlivými a imunomodulačními vlastnostmi a že všechny tyto poznatky byly publikovány v odborné, tedy vědecké literatuře. Wágner píše, že teprve u SARS-CoV-2, po vypuknutí pandemie na podzim roku 2019 a při experimentální léčbě nemocí covid-19 ivermectinem, začaly být jeho protizánětlivé a imunomodulační účinky, především antivirové, zpochybňovány reprezentanty tzv. moderního lékařského výzkumu. Což byl také jeden z důvodů, proč Úřad pro kontrolu potravin a léčiv (FDA) ivermectin pro léčbu covidu nedoporučil. Na sociálních sítích se o tomto rozhodnutí úřadu psalo často loňského roku v souvislosti s tím, že nový lék aduhelm na Alzheimerovu chorobu americké firmy Biogen schválil Úřad pro kontrolu potravin a léčiv i přesto, že v klinických testech nebyla plně prokázána jeho účinnost a panel externích poradců FDA hlasoval proti jeho schválení.

Po mnoha zkušenostech velká část veřejnosti výsledkům „moderního lékařského výzkumu“ nevěří. A její opatrnost vůči komerčně financovanému výzkumu sdílí i mnoho odborníků. Například John Abramson z fakulty Harvard Medical School říká: „Prvním krokem je vzdát se iluze, že primárním účelem moderního lékařského výzkumu je co nejúčinněji zlepšit zdraví Američanů. Podle našeho názoru komerčně financovaný klinický výzkum má primárně za cíl maximalizovat návratnost investic.“

V obsáhlém článku Wágner upozorňuje, že u nás, byť po značném otálení, Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL) ivermectin v tabletách pro užití v humánní medicíně registroval. Konkrétně se jedná o Ivermectin Exeltis 3 mg tbl (blis. Al/Al) 1×10 ks, doba použitelnosti 3 roky. Celý článek najdete na <https://karelwagner.blog.idnes.cz/blog.aspx?c=782227>.

V našich sdělovacích prostředcích je o ivermectinu ovšem ticho po pěšině. Ten z nich vymizel, jako by nikdy nebyl.

(pd)



Navštivte spolu s námi brněnské církevní zdravotnictví

V Hospici sv. Alžběty



Na pravém břehu řeky Svratky na Starém Brně v ulici Kamenné leží objekty kláštera sv. Alžběty. Jeho historie sahá do poloviny 18. století, do roku 1748, kdy hraběnka Marie Johana Alžběta z Waldorfu darovala řádu alžbětinek dům se zahradou, který ale po čase rozvíjející se bohulibé ošetrovatelské služby sestrám nevyhovoval, a tak díky hraběnce získaly ještě pozemek u Svratky, kde byly koncem osmnáctého století postaveny objekty, sloužící jako špitál a později i nemocným, dlouze upoutaným na lůžko, i těm, kteří zde končí životní pouť.

Alžbětinky, to byl a je, nanejvýš pro starší Brňany, pojem. Několikrát jsem tu byl navštívit kamarády a spolužáky, kteří ale už možná o mně nevěděli... nevnímali mne... většinou byli z věřících kruhů. Ale to není podmínkou, říkají alžbětinky, které tu slouží jako zdravotní sestry v hospici.

Hospic sv. Alžběty, řečeno úředně, je obecně prospěšnou společností. Je právním nástupcem občanského sdružení Gabriela, které vzniklo v roce 2002. Navázalo tehdy na hospic, jenž patřil pod Masarykův onkologický ústav a který byl založen v roce 1998 péčí tehdejšího ředitele MUDr. Josefa Drbala.

Hospic sv. Alžběty nabízí vybrané zdravotní služby podložené smlouvami se zdravotními pojišťovnami (lůžkový hospic, domácí hospic, ambulance paliativní medicíny) a sociální služby podle zákona o sociálních službách (odborné sociální poradenství, terénní a pobytová odlehčovací služba), a to bez rozdílu náboženského, jak už bylo řečeno, či nedej bože politického přesvědčení... Stěžejním cílem je zajistit důstojné dožití těm, kteří se nacházejí v závěru života, a v případě odlehčovací služby pomoci těm, kteří dlouhodobě obětavě a neúnavně pečují o své blízké a potřebují alespoň na chvíli vydechnout nebo řešit své specifické problémy. Ale dopodrobna všechno najdete na internetových stránkách hospice anebo při telefonním rozhovoru nebo při osobní návštěvě... A mohu říct, že zde jsem nikdy nebyl odmítnut, vždy se mnou bylo mile jednáno, i když jsem si

chtěl jen popovídat s panem ředitelem pro výrobu tohoto rozhovoru.

Pana ředitele MUDr. Josefa Drbala znám z dřívějších časů prvního brněnského zastupitelstva, které vzniklo krátce po roce 1989 a v němž primátorem byl zvolen Pavel Podsedník. To první zastupitelstvo vzniklo jaksi živelně, samo od sebe, ze zástupců Občanského fóra a delegovaných odvážlivců i snaživců z řad rodících se stran a organizací, z nichž snad většina to myslela dobře, ale málokdo věděl jak na to... Jedním z nás (autor článku byl rovněž členem prvního polistopadového brněnského zastupitelstva), byl i MUDr. Josef Drbal, onkolog, pozdější ředitel Masarykova onkologického ústavu. Pak se stal úředníkem – vedoucím odboru zdravotnictví v nově ustaveném jihomoravském krajském úřadě, v naději, že svých organizačních schopností využije při nutných krocích, které jihomoravské zdravotnictví potřebovalo. Od začátku avizoval, že přijímá tuto roli jako dočasnou pomoc a následně se bude chtít zase vrátit přímo do některého zdravotnického zařízení. Po desíti letech požádal o uvolnění z této funkce a stal se ředitelem brněnské městské Nemocnice Milosrdných bratří. A to v době, kdy, vzpomínáte, byla v běhu akce lékařů „Děkujeme, odcházíme“, iniciovaná lékařem Martinem Engelem, údajně pro zlepšení platových podmínek lékařů. V Brně v té době z Nemocnice Milosrdných bratří odešel v jednom dni kompletní tým anesteziologů. Situace se řešila provizorně angažováním externích lékařů z ČR a ze Slovenska a postupně

se vytvářel nový tým anesteziologů. To se psal rok 2011.

Z funkce ředitele MUDr. Drbal odešel v roce 2019, po devíti letech. (Ředitelem Nemocnice Milosrdných bratří se stal MUDr. Pavel Piler, dříve působící v brněnské Dětské nemocnici, též ředitel výzkumného týmu v Mezinárodním centru klinického výzkumu Fakultní nemocnice Brno.)

Ač MUDr. Drbal o svém působení v Nemocnici Milosrdných bratří nehovoří, skutečností je, že za téměř devět let se zde podařilo investovat do rekonstrukcí původních objektů více než 200 milionů korun z vlastních zdrojů nemocnice, od města jako zřizovatele a z evropských fondů. Také se významně snížily provozní dotace.

V současnosti je MUDr. Drbal ředitelem Hospice sv. Alžběty. Ještě ve funkci ředitele Masarykova onkologického ústavu (MOÚ) se se svými spolupracovníky na jeho vzniku podílel.

A říká proč:

Jsem především onkolog a v této odbornosti pravidelně a asi častěji než u jiných odborností přicházím do kontaktu i s nevyléčitelnými pacienty. Vím tedy, s jakými problémy se setkávají oni i jejich milí a příbuzní... A další z důvodů: Evropská onkologická společnost tehdy prosazovala zásadu, že by se komplexní onkologická centra měla umět o své nemocné postarat až do konce. Proto jsme hospic pod hlavičkou MOÚ zakládali.

Nové vedení ústavu ale o tom mělo jinou představu a po mém odchodu jej opravdu zrušilo. Proto společně s alžbětinkami skupina přátel a bývalých zaměstnanců hospice usilovala o jeho obnovení, což se podařilo za další tři roky, konkrétně roku 2002, pod hlavičkou občanského sdružení Gabriela. V září 2019 jsem přijal nabídku na přímé řízení hospice, sídlícího v areálu alžbětinek.

Popravdě, milý pane doktore, chvíli trvalo, než jsme se dohodli na rozhovoru. Jako by vás sestry chránily před zbytečnou ztrátou času...

Je pravda, že činností je hodně a čas je limitovaný. Navíc kromě funkce manažerské se snažím pracovat i jako lékař, a to jak zde, zejména v domácí hospicové péči, tak v onkologické ambulanci v nemocnici v Hodoníně. Každou manažerskou funkci jsem totiž vždy přijímal s podmínkou, že zároveň budu v ur-

unikátní komplex zdravotně-sociální péče vlastně od narození až po úmrtí.

Alžbětinky a bratři řeholníci – jak se liší jejich práce a praktické působení jejich řádů v této zdravotně-sociální činnosti? Nevím, zda vůbec lze najít nějaký podstatný rozdíl v práci žen a mužů obou řeholních společenství. Alžbětinky jsou dvě, jsou obětavé, naprosto nekonfliktní, vstřícné, komunikativní. Na částečný úvazek vykonávají práci zdravotní sestry, zároveň jsou i součástí správní rady hospice, tedy jsou zapojeny do managementu. Jsou oddané poslání řádu – mají eminentní zájem, aby na půdě jejich kláštera se provozovala a rozvíjela služba potřebným. Proto se před více než dvaceti lety rozhodly, že by tento řádový majetek měl sloužit pro hospicovou péči v tom nejširším slova smyslu: péči o nevléčitelně nemocné, zdravotně a duševně handicapované, umírající bez

v listopadu 2019 a ukončena na konci února 2021. Pak ještě následovala úprava vstupního i vnitřního nádvoří, celý areál nyní vytváří nesrovnatelné podmínky proti původnímu stavu – poskytuje moderní zázemí pro řadu pracovišť, vnitřní nádvoří tvoří klidný a bezpečný prostor pro pobyt nemocných, respektive klientů hospice s jejich blízkými, stejně jako pro návštěvníky knihovny brněnského biskupství a místní kaple. Vnější – vstupní – nádvoří je určeno pro parkování služebních vozidel hospice, které využívají zaměstnanci k návštěvám nemocných v jejich přirozeném, domácím prostředí. Co se týká samotného severního křídla kláštera, ve druhém podlaží je zázemí pro nově zřízenou pobytovou odlehčovací službu – je to 21 pokojů (19 jednolůžkových, dva mohou být dvoulůžkové), kdy každý má i samostatné bezbariérové sociální zázemí (sprchový kout, WC, umyvadlo). Dále je zde zázemí pro pracovníky terénní odlehčovací služby, sociální pracovníky, pracovníky domácí hospicové péče, administrativu, archiv, je zde také moderní zasedací místnost využitelná pro nejrůznější edukační aktivity. Nelze také nezmínit zázemí pro půjčovnu pomůcek a rozlučkovou místnost. Celkové náklady představují zhruba 110 milionů korun, jejich krytí je vícezdrojové – finance evropských fondů, dotace statutárního města Brna a Jihomoravského kraje a velké množství individuálních dárců z řad právnických subjektů a jednotlivých fyzických osob...

Jaké je personální obsazení a celková kapacita hospice?

Nově máme rozšířenou lůžkovou kapacitu: 22 lůžek pro hospicovou péči a 21 lůžek pro pobytovou odlehčovací službu. Nadále platí zásada, že poskytovaná péče je založena na týmové spolupráci v rámci všech potřebných odborností. Pracují zde lékaři, zdravotní sestry, ošetrovatelé, pečovatelé, psychologové, sociální pracovníci, duchovní, dobrovolníci. A samozřejmě pak jsou tu pracovníci zajišťující technicko-ekonomicko-správní záležitosti. Dá se říci, že takto byla naplněna dlouhodobě nastavená vize rozvoje tohoto hospice: sociální péče o nevléčitelně nemocné a umírající, včetně péče o jejich blízké. Před námi je nyní nekončící proces zkvalitňování těchto služeb, vytváření podmínek pro třigenerační týmy, což nejlépe zajistí kontinuitu péče. Krom toho každý objekt potřebuje pravidelnou údržbu, modernizaci, vybavení moderními technologiemi apod. Cílem tedy nyní není rozšiřovat lůžkové kapacity, ale zkvalitňovat a prakticky uvádět do života model zdravotně-sociální služby, které tyto nemocní potřebují, a to v co možná nejvyšší kvalitě.

MUDr. Josef Drbal je Brňan z Lišně, ženatý, otec dvou dospívajících dívek. Po promoci pracoval jako internista a onkolog v Masarykově onkologickém ústavu, jehož se v roce 1991 stal ředitelem. Po deseti letech byl na krátký čas ředitelem nemocnice v Hodoníně a v roce 2001 přijal nabídku vést zdravotnický odbor Krajského úřadu Jihomoravského kraje. V letech 2011 až 2019 byl ředitelem Nemocnice Milosrdných bratří v Brně. Poté se stal ředitelem Hospice sv. Alžběty. Kromě vedení hospice stále dojíždí do ambulance klinické onkologie v hodonínské nemocnici. Je také odborným poradcem konventu Milosrdných bratří v Brně a angažuje se jako zastupitel městské části Brno-Líšeň.

LADISLAV VENCÁLEK



Josef Drbal

čítém rozsahu vykonávat i práci lékaře. Jednak chci i nadále přímo sloužit nemocným, a zároveň je to i dobrá zpětná vazba pro přijímání vhodných opatření v každodenním řízení a v koncepční práci. Denně se přesvědčuji, že pokud je to jen trochu možné, nemocným na konci jejich života by mělo být umožněno dožít doma, mezi jejich blízkými, v jejich přirozeném prostředí, které znají a na které jsou zvyklí. Odchod z tohoto světa není nikdy jednoduchý, ale pokud člověk končí svoje pozemské putování smířený, bez bolestí, obklopen svými drahými, důstojně, pak z toho musí mít všichni dobrý pocit, že se udělalo maximum.

Hospic alžbětinek je jen přes ulici od Nemocnice Milosrdných bratří. Řediteloval jste tam a spolupracoval při tom s řeholníky. Dnes tedy s alžbětinkami... Je v tom rozdíl? Odborný, v oblasti citové apod.?

Všechno je v lidech – pokud hledají společně smysluplný cíl a jeho reálné naplnění, pak je to krásné. Samozřejmě vždy se objeví plno překážek, ale musí být vůle je překonávat, a ne hledat důvody, proč co nejde. Zde je výhoda, že stávající milosrdní bratři i alžbětinky se dlouhodobě dobře znají, mají mezi sebou přátelské vztahy, tak po této stránce není problém. Navíc jejich poslání je podobné, proto již delší dobu hovoříme a promýšlíme plány, jak prakticky propojit služby provozované v obou areálech, aby byly kvalitní, dostupnou, bezpečnou a efektivní službou těm, kteří ji potřebují. Mohl by tak vzniknout celkem

ohledu na to, zda se jedná o nějakou významnou osobnost nebo bezdomovce. To je jednoznačně v souladu s posláním tohoto řádu a je mi ctí, že se mohu na takovém díle podílet. A pokud se jedná o milosrdné bratry, to jsou také jednotlivci v čele s převorem. Naše vzájemná důvěra je dlouhodobá. Proto promýšlíme a zpracováváme vizi nemocnice provozované řádem, samozřejmě nadále ve spolupráci s městem Brnem. I zde můžeme vidět praktickou vazbu na zdravotní služby. Jeden z bratrů je lékař, dva zdravotní bratři. Je zde tedy konkrétní reálná příležitost k rozvoji sítě tzv. církevního zdravotnictví a v tomto případě dokonce vytvoření centra zdravotně-sociální péče v rámci dvou areálů, které sídlí nedaleko od sebe, prakticky přes silnici. Tyto služby zde mají tradici, občané Brna jsou na ně zvyklí, dopravně jsou dostupné a jejich dlouhodobé provozování je snad i dokladem potřebnosti a kvality.

Před šesti lety, v roce 2016, jsem vyděl elaborát architekta Tomáše Juráka a kol.: projekt rekonstrukce nepoužívaného severního křídla kláštera sv. Alžběty. Cíl: rozšířit hospic o 23 lůžek pro odlehčovací pobytové služby. Uplynulo šest let. Podařilo se?

Od roku 2016 se skutečně konkrétně uvažovalo o úpravě a rozšíření areálu alžbětinek. Nakonec se na investiční akci podílely dva týmy architektů, respektive projektantů – vámi zmíněný ing. arch. T. Jurák a dále Ateliér 2002 ing. arch. V. Vrány. Samotná realizace rekonstrukce a dostavby severního křídla kláštera byla zahájena

Krátce

Zdeněk Matějček byl světově uznávaný psycholog. Češi na něj nezapomínají

Před sto lety se narodil světově uznávaný dětský psycholog dr. Zdeněk Matějček. Jeho knihy byly přeloženy do více než dvaceti jazyků, mimo jiné také čínštiny, japonštiny, ruštiny, mongolštiny. Od narození měl nemocnou kyčel. Po jedné z operací strávil delší dobu na vozičku, postihla ho obezita a zažil ve škole těžkou šikanu. Možná i proto celý život hájil opuštěné, zraňované či nějakým způsobem handicapované děti. Jeho pochopení bylo hluboké, sám prožil mnohé z toho co ony. Česká televize, Český rozhlas i další média a organizace jeho výročí věnovaly velkou pozornost, konaly se mezinárodní konference a odborná setkání. Profesor Matějček se průkopnický věnoval studiu podmínek vývoje dětí v prostředí psychického strádání a zdůrazňoval nezastupitelnou úlohu rodiny. V posledním životním období byl členem rady Konta Bariéry. Pracoval až do konce života, zemřel v roce 2004, bylo mu 82 let. Zde je slavný film Děti bez lásky, který byl ve své době zakázaný a jehož protagonistou je Zdeněk Matějček: <https://www.youtube.com/watch?v=BLoKTwo2uuE>

Pět set korun za každé vychované dítě

Česká správa sociálního zabezpečení od ledna 2023 zvýší starobní důchody v průměru o 825 Kč, přičemž průměrný důchod tak nyní bude dosahovat přibližně 19 500 Kč. Navíc ještě přidala částku 500 Kč za každé vychované dítě. Nárok na výchovné má ovšem jen ten z rodičů, který o dítě pečoval v největším rozsahu. Ženám, které už starobní důchod pobírají, výchovné náleží automaticky. Výchovné může získat i muž, pokud o dítě pečoval ve větším rozsahu, ale jen na základě podané žádosti.

Na zdravotně handicapované a staré přicházejí nelehké časy

Nelehké časy přicházejí na lidi s handicapem, staré, nemocné apod. Zaplatí si víc za zdravotní pomůcky, například za invalidní vozíky, berle, chodítka, naslouchadla, antidekubitní sedáky apod. Důvodem jsou rostoucí náklady výrobců, úhrada z veřejného pojištění však zůstává stejná. V novém roce budou představeny také návrhy na pomalejší růst důchodů a omezení státních podpor. Když připočteme stávající zvýšení energií a zdražení potravin, někdo na zdravotní pomůcky už nebude mít. Bude to zjevný krok zpátky. Na Slovensku vznikla situace velmi podobná naší. Mnoho firem vyrábějících zdravotní pomůcky dokonce činnost ukončilo, protože nemohly dlouhodobě prodávat.

WHO věří, že pandemie koronaviru brzy skončí

Pandemie koronaviru v dohledné době celosvětově zřejmě skončí. Věří v to alespoň generální ředitel Světové zdravotnické organizace WHO Tedros Ghebreyesus. Boj s pandemií koronaviru přirovnal k maratonu a zdůraznil: „Vidíme nyní cílovou čáru. Jsme již ve vítězné pozici. Ale teď by bylo nejhorší přestat běhat.“ Zároveň vyzval státy, aby vyvinuly další úsilí v boji proti šíření infekce. „Pokud tuto příležitost nyní nevyužijeme, budeme za čas čelit riziku nových možností koronaviru a většímu počtu úmrtí než doposud,“ uvedl Ghebreyesus a vyzval všechny země, aby plně očkovaly zejména „ohrožené skupiny, zdravotníky a seniory“. To ovšem bude zřejmě problém, protože mnoho lidí se nakazí právě ve zdravotnických zařízeních. Část zdravotníků se očkování totiž brání a bere je jako omezování osobních svobod.

Tribunál Soudního dvora EU potvrdil zákaz...

Tribunál Soudního dvora EU potvrdil unijní zákaz šíření informací z blokovanych ruských webů. O svém rozhodnutí říká, že nejde o cenzuru, že těmito omezeními pouze chrání nás občany unie, naši demokracii a svobodu. Má za to, že unie svobodu projevu nikterak nezpochybňuje, neboť nikomu nezakazuje produkovat mediální obsah, pouze to nesmí být v zemích EU zveřejněno. Tribunál se rovněž vyslovil, že je trestné pokoušet se obejít blokování způsobem, jakým to dnes činí někteří občané EU. Unijní zákaz je podle mnohých právníků v rozporu s ústavami členských zemí a nepředcházely mu žádné veřejné debaty. Rozhodnutí patnácti soudců však bylo jednomyslné a zdůrazňuje se v něm, že je nyní nedílnou součástí unijního práva. A to bez ohledu na to, zda porušuje vnitrostátní ústavy členských států! No, co k tomu náš postarší čtenář, který ještě zůstal při rozumu a před 33 lety se dožadoval svobody slova, může říct? Nejspíš zvolá něco sprostého...

Byl spuštěn portál PEČUJISLASKOU.CZ

Společnost Hartmann-Rico spustila webový portál určený pro všechny, kdo pečují o blízkou osobu. Na webu Pecujislaskou.cz je možné najít informace o možnostech péče, výpomoci, finanční podpoře nebo dostupných zdravotních pomůckách. Ty je zde možné přímo nakoupit, včetně uplatnění poukazu zdravotní pojišťovny. Nechybí ani praktické rady, mimo jiné i o tom, jak zabezpečit poslední dny života. Tak tohle vše se uvádí v tiskové zprávě provozovatele webu. Navštivte a sami posuďte. **(Pečujeme doma)**

Slovníček

Ronchopatie

Milí čtenáři, mám napsat krátký slovníček, a tak přicházím s ronchopatií. Dám vám pár indicií a vy zkuste uhodnout, co to je. Vyhání naše partnery z ložnice, trpí tím více mužů než žen, má přímou úměru s přibývajícím věkem, k tomuto jevu dochází nejčastěji v noci, nastává při uvolnění svalů, zhoršuje se, když jsme hodně unavení nebo jsme požili alkohol nebo uklidňující léky... Už víte? Ještě vám dám tuto nápoděvu: bude se to zaručeně dít, když máme rýmu a spíte na zádech. Ano, ano, jde o prosté chrápání... **KATEŘINA VENCÁLKOVÁ**

S psycholožkou Kateřinou Vencálkovou o tom, co se honí hlavou lidem, kteří se starají o nemocné blízké

Co pečující nepřiznají ani sobě

Dokončení ze strany 1
pečování více jako „práci“ či poslání, to je jedna věc. Další je opět to, že musíme mít kde a jak nabrat sil. Pak bych ještě radila být i k sobě laskavý: mít špatné svědomí, je jedna věc a je to normální, ale dál se bičovat a trestat nemusím. Jsme lidé, ne stroje, každý občas ujede. Odpustit sám sobě je to nejtěžší, ale také velmi ozdravné.

Trpím pocitem viny

Přestože mnoho lidí považuje pečující téměř za svaté, stejně mívají domácí ošetřovatelé pocit viny a nedostatečnosti. Vědomě je nám jasné, že ochrnutý táta už asi nevstane z postele a máma s demencí už nikdy nebude takzvané „in“, ale stejně někde v hloubi duše neopodstatněně cítíme, že jejich zhoršující se stav jakoby padal na naši hlavu. Staráme se opravdu dobře? Nešlo by to líp? Třeba kdybychom dělali víc, s našimi by to nešlo tak z kopce. „V takové chvíli stačí, aby po čase přijela sestra a řekla něco ve smyslu: Chudák táta, nevypadá vůbec dobře... A já už si to беру osobně a hned přemýšlím, co bych mohla dělat víc. Mám pocit, jako bych za to postupně zhoršování otceva stavu mohla,“ odtajňuje své myšlenky Jiřina.

Anna doplňuje, co dodnes trápí ji. „Když už jsem se o maminku starala asi jedenáctý měsíc, rozhodla rodina, že si nutně musím vzít dovolenou. Přijela sestra, zapsala si všechno, co je nutné dělat, a já opravdu odjela na týden na hory. Vůbec jsem si to tam neužila, pořád jsem volala domů a myslela na to, jak to beze mě zvládají. Předposlední den mé dovolené mamka zemřela. Je to už sedm let, ale stejně se nemůžu zbavit určitého pocitu viny, ale i smutku, že jsem tam s ní nebyla. A rozčílují mě lidi, kteří tvrdí, že si maminka vybrala k odchodu právě tu dobu, kdy jsem byla pryč. Někteří mě dokonce nařkli, že jsem tady svou péči mámu držela přesmoc.“

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
K práci pečujícího patří bohužel i to, že se nám málokdy dostane ocenění či poděkování. Zpětná vazba od našeho pacienta někdy je, ale co si budeme povídat, spíše není nebo je kritická anebo si mnohdy už ani pacienti neuvědomují, co se okolo děje. Tudíž jsme svým vlastním kritikem, ale i oceňovatelem. Čím jsme pro sebe více? Hledáme na sobě spíše chyby, anebo přednosti? Mít zdravé sebevědomí a zdravý pohled na sebe sama je pro tuto práci klíčové. Pokud vím, že dělám, co mohu a jsem v sobě pevná,

pevný, potom se do mě tolik nezavrtají různé kritické poznámky.

Štve mě celý svět

Lékařka, která slíbila návštěvu, nejede... Děti, které slíbily nákup, zavolaly, že dnes nemůžou... V lékárně, kam kvačíme pro podložky do postele, mají inventuru... Co byste přidali na seznam toho, co vás v poslední době opravdu vytočilo? Když je člověk unavený a ve stresu, může to být cokoli, a pečující jsou pořád unavení a ve stresu. Vztek, který skrývají a dusí v sobě, se často obrací proti rodinným příslušníkům. Váš manžel nebo manželka mají sice pochopení, ale mohli by mít větší. Vaše děti by mohly víc pomoci, když je děda a babička kdysi celé dny hlídali. Sourozenec vám málo pomáhá, vždycky se tu jen otočí, ale ono je to možná lepší, v covidové době by mohl ještě něco dovléct, však víte, že mu musíte respirátor pokaždé vnutit... „Když onemocněla máma na rakovinu, bylo mi jasné, že péče bude na mně, protože s ní bydlím v bytě, zatímco bratr žije v jiné čtvrti,“ vypráví Hana poměrně typický příběh. „Nejdřív jsem maminku ošetřovala po chemoterapiích a ozařování, to jsem ještě nějak zvládala, ale její stav se nelepšil. Odcházela. Uvažovaly jsme spolu, jestli by chtěla jít do hospice, a ona nebyla proti, nakonec i tatínek tam pěkně dožil. Já mám totiž ještě pět let do důchodu a odejít z práce by pro mě bylo těžké, nemám partnera, živím se sama. Jenže brácha rozhodl, že máma zemře doma, a ona tu myšlenku ochotně přijala. Jediné, co bratr udělal, bylo to, že mi přinesl číslo na domácí hospic. Ten jsme nakonec využily a maminka opravdu zůstala do poslední chvíle doma, což bylo krásné. Já ale musela i tak dát výpověď, abych všechno zvládla. Při té příležitosti jsem si často uvědomovala, že bratr měl vždycky navrch, vždy byl mámin první a dodnes na něj mám vztek, jak to měl všechno na háku. Nejde mi o to, že jsem se připravila o několik let výděлку na důchod, zatímco on bere měsíčně desítky tisíc, ale že mě v tom nechal.“

Štvou nás ale i ti, o které pečujeme. Přiznali byste to nahlas? Když vás ten, o koho se staráte, už potřeťí v noci budí, že něco chce, neotočíte se vztekle na druhý bok? Stejně nakonec vstanete, ale prožili jste si aspoň krátkou chvíli vzteku a vzdoru. Pak si vyčítáte, že jste nevyskočili hned jako jelen, a tak můžete mít vztek i na sebe. Pro ten se ale najdou i jiné důvody...

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
Opakovala bych se. Ale ke vzteku na ostatní členy rodiny bych dodala, že je dobré jim o svém hněvu říct. Myslím, že mluvit o tom, co prožíváte, i když vám třeba nebudou rozumět, pomáhá, a máte na to právo.

Jsem odpadlík v teplákách

Tím, že jste na sebe vzali péči o někoho blízkého, jste omezili společenské kontakty, aktivity, divadla, kina, kroužky, dovolené, výlety, masáže, kadeřníky, kosmetiky, posezení s kamarády... Pečujícím je doporučováno, aby si aspoň nějaké koníčky ponechali a o starosti se s někým podělili, ale jak už jsme naznačili, někdy je to v rodinách složité. Po nějakém čase pečování se na sebe podíváme s odstupem a ženy zjistí, že přeliv je dávno smytý, účes nedrží, naskočily vrásky, líčidla leží dlouho nepoužitá... Uvědomíme si, že vlastně nosíme jen domácí oblečení. Dokonce i když jdeme na nákup, hodíme si přes ně jen bundu. Přestaneme se sami sobě líbit. Miloš, který pomáhal svému otci po mrtvici, říká: „Sice jsem chodil pořád do práce a mezi lidí, ale hodně času jsem trávil u táty. Dřív jsem hrál aktivně tenis, dokonce jsem i trénoval děti, ovšem to všechno jsem musel na čas odložit. Na kurt jsem se dostal tak jednou za dva týdny. Najednou jsem zjistil, že nemám kondici a roste mi břicho. A začal jsem si připadat jako nejposlednější loser, jako bych se rozpadal.“

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
Chápu, že je těžké se utrhnout, ale je to nutné. A pokud se neutrhnu ven, můžu se utrhnout doma. I doma se dá cvičit jóga, pilates, můžeme posilovat, i domů je možné si pozvat maséra, pedikérku či kadeřnici, pořídit si rotoped...

Bojím se

Pokud jste „hlavní“ pečující, tedy ti, kdo jsou s nemocným nebo bezmocným blízkým v nejčastějším kontaktu a nejvíc se starají, pak vás někdy mohou přepadnout myšlenky na to, co by se stalo, kdybyste z nějakého důvodu vypadli ze hry. Nemusí to znamenat nic tragického, stačí chřipka, pozitivní test na covid, operace slepého střeva nebo žlučníku a vše je hned vzhůru nohama. Nikomu o tom neříkáme, dusíme obavy v sobě, protože nechceme nikoho zbytečně děsit. Samozřejmě máme nějaké plány na situaci „co by kdyby“. Přiznejme si ale – ti, kdo by nás měli

ve chvíli, kdy si pořídíme třeba sádra, zastoupit, stejně věří, že jsme nesmrtelní a nic se nám nestane. Moc nepočítají s tím, že by se situace nějak zvrtila. Nám přitom stačí, aby nás někde nezvykle píchlo a zabolelo, a sevře nás strach.

„Když jsem jednou řekla sestře, že bychom si měly vytvořit plán pro případ, že bych onemocněla, odpověděla, že by se to NĚJAK udělalo. Stejně odpověděly i mé děti. Prostě by se to nějak udělalo, chápete to?“ krouťí hlavou Andrea a přiznává, že se jako pečující bojí.

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
No, ono by se to ale skutečně nějak udělalo. Nejsme superženy a supermuži, i my jsme zranitelní a můžeme onemocnět. A pak se to prostě nějak udělat musí. Chápu, že se bojíme, že ta péče nebude třeba tak kvalitní, ale zase, ruku na srdce, nikdo z nás není nezastupitelný. Prostě by to vzal někdo za nás a ta péče by byla jiná. Ten druhý by navíc poznal, s čím se potýkáte vy dnes a denně, a vy byste třeba zjistili, že nemusíte jet na 200 procent.

Cítím smutek

Ano, i smutek je pocit, který pečující znají a nemluví o něm. Většina z nás se stará o někoho, kdo je nevyléčitelně nemocný nebo v pozhnaném věku, tudíž z našeho lidského pohledu nepřichází v úvahu šťastný konec. Staráme se o dospělého jako o malé dítě; ovšem s tím rozdílem, že to pečování není tak radostné jako u kojenců a batolat. Víme, že se dřív nebo později budeme muset vyrovnat s něčím, na co nejsme plně připraveni. Jsme vděční za množství práce a starostí, protože jinak by nás možná ten smutek držel jako v kleštích. „Jsem věřící, i tak pro mě není lehké připustit si, že máma odejde,“ říká Andrea. „Vlastně nevím, jak to vypadá, jaké to bude. Takže je pochopitelné, že mě to děsí a možná ještě víc naplňuje smutkem.“

JAK TO VIDÍ PSYCHOLOŽKA?
Všichni jsme smrtelní, tak jako narození je i smrt přirozenou součástí života. Je to bohužel tak. Blízcí, o které pečujeme, nám to připomínají každý den. Jsme se smrtí v kontaktu mnohem více. Je přirozené mít strach, být smutní nebo se zlobit. Emocím bychom měli dát volný průběh. Nevím, jestli se na smrt blízkého vlastně připravit jde. Myslím ale, že jde být vděčný za každý den, který tady spolu ještě můžeme být.

MARCELA KAŠPÁRKOVÁ

Trochu podrobněji o jenom z případů v naší poradně

Rodina hlásí zanedbání zdravotní péče

Naše bezplatné poradny mají značné rozpětí. Zvládají dotazy ohledně nároků na pomůcky, průkazy OZP, ošetřovné a dlouhodobé ošetřovné, důchody, také smlouvy s poskytovateli služeb nebo celou agendu opatrovnickou. Často jsme úspěšní s námitkou a s odvoláním u příspěvku na péči a občas rovněž s různými žalobami... Na druhé straně je jedna dílčí oblast, kde nemáme mnoho uspokojivě vyřešených případů. Jde o zanedbání péče v nemocnici a stížností na jednání a chování ke zdravotně postiženým osobám či bezmocným seniorům v dalších zdravotnických zařízeních.

V poslední době jsme zaznamenali několik žádostí o radu, které se týkaly osob zdravotně i mentálně postižených. Například jsme byli v kontaktu s pracovníci, která nám svědila, že její nadřízená veřejná opatrovnice se chová ke svým zdravotně postiženým opatrovancům bez důvodu silně represivně. Chtěla proti ní vystoupit, ale kolegyně to nechťejí dosvědčit, protože se bojí o místo. Nakonec z obav, že to důkazně neustojí, od úmyslu ustoupila. A nyní jsme v kontaktu zase s paní, která se dotazovala, jak reagovat

na přístup jedné okresní nemocnice k jejímu příbuznému. Na tuto nemocnici jsme shodou okolností byli upozorněni dříve již dvakrát, a to ve smyslu, že její služby jsou neuspokojivé a chování personálu lidsky nepřívětivé.

Paní G. nám napsala do opatrovnické poradny, že jejího bratra s mentální retardací v nemocnici neholí, nečistí mu chrup, nepřebalují, je přikurtován, krvácí z katetru, a ptá se, jak zjednat nápravu, že lékaři nekomunikují. My jí odpověděli dost obsáhle (podrobný popis i naši odpověď najdete na str. 6 a www.mskruh.cz/poradna/pravni-poradna-pro-opatrovniky/ptate-se-v-nemocnici-zanedbavaji-peci-o-meho-opatrovance) a paní šla a podala stížnost k vedení tohoto zařízení s tím, že doufá, že to pomůže i jiným zdravotně postiženým. Měli jsme z toho radost, protože takových, co se odváží jít do sporu se zdravotníky, je opravdu málo. Ale upozornili jsme ji, že se musí připravit, že půjde zřejmě o běh na dlouhou trať, protože zdravotnická zařízení prakticky vždy v první fázi svá pochybení rezolutně odmítají. Paní tedy čekala, protože ze zákona je na odpověď 30 dní, a pak nám oznámila s hořkostí, že jí došla velice formalistická odpověď,

v níž nemocnice v podstatě svaluje vinu na ni, že se nenechala hospitalizovat s bratrem. Píše: *Nemocnice odmítá pochybení při ošetřovatelské péči a tvrdí, že se všim už bratr přišel. Strangulační rýhy po brutálním kurtování označili za hematom potom, co si vytrhl katetr. Mám vše nafoceno a každý vidí, že to není hematom... Protože jsem si vědoma, že v tomto zařízení bratr zase skončí, svolila jsem k osobnímu setkání v nemocnici. To ale předčilo i moje nejčernější obavy. Od počátku jsem byla napadána hlavně staniční sestrou, že jsem neměla psát stížnost a vše řešit s nimi. Že se nic z toho, co popisuji nestalo, že krvácení z penisu a ragádu na šourku jsem způsobila já, když jsem bratra neodborně posadila na WC křeslo a údajně mu skřípla močový katetr. Byla se mnou tehdy i dcera a vše měl už před posazením na WC, když jsme ho rozbíhaly z plen, uviděly jsme silné krvácení a plena byla krvavá... Zjistila jsem rovněž, že sestry lékařům lžou a skutečný stav se snaží maskovat. Takže se nic nevyřešilo a pochopila jsem, že tam vůbec nejsou schopni sebereflexe. Když jsem se při svých návštěvách obracela na sestry a sanitárky, tak se mnou o ničem nechtěly mluvit, že mám zavolat paní*

doktorce. Lékaři ale prý ošetřovatelskou péči nemohou ovlivnit, je to starost sester. Věřte, budu se z tohoto setkání dlouho vzpamatovávat. Je to čiré zoufalství, jak se u nás s mentálně postiženými nebo dementními pacienty jedná. Ale když jsem se do toho pustila, budu ve stížnostech pokračovat na další příslušná místa. Pro upřesnění, paní se nyní obrátí na pojišťovnu, a hlavně na krajský úřad jako zřizovatele. My můžeme říct, že podle našich zkušeností na krajských úřadech nejsou lidé, kteří mají za cíl hlavně zastřít pochybení svých podřízených, jak se to jeví třeba v profesních komorách. Ale takhle se to dá říct obecně, poměrně dost však záleží na tom, kdo a s jakým přesvědčením a zájmem na kraji ve zdravotnickém resortu zrovna pracuje. Tak uvidíme, jaký bude další vývoj... Je to samozřejmě jen jeden z mnoha případů. My vyslechneme leccos, příběhy jímavé, ba často smutné, a jedno je zjevné: zdaleka ne všechno je v nemocnicích, jak by mělo být a jak si veřejnost většinou myslí, že je. Blížší pohled leckdy mezi personálem odkryje (a je jedno, že důvodem je třeba vyhoření) okorálé bezcitné duše. A i to je ještě ohleduplně řečeno. (red-ah)

Škola pečování

V příloze najdete další ukázkou z knihy Opatrovník v praxi, v poradně se zabýváme případem, který jsme začali sledovat i po redakční linii a vše otevírá oblíbená rubrika MUDr. Danuše Spohrové.

Naše babičky věděly nebo cítily, jak jsou dýně zdravé

Potravina, která může zachránit život, ale pomůže i peněženke



Dýně, tykve, s tykvemi příbuzné dýně melounové jsou prozatím cenově dostupné. Navíc je jich vždy hodně, a když vám budou chutnat, můžete je v budoucnu začít pěstovat nebo zjet k pěstiteli, tam bývají lacinější.

Zdraví



Dýně je lidový název pro tykev velkoplodou nebo taky tykev turek. Dneska se pěstují i dýně hokaido, máslové dýně a další druhy dýní i z exotické ciziny. Jsem ze Slovácka a dýně tam rostly ve štěpnících mezi stromy, v zahradách, na okrajích polí, zkrátka všude. Krmila se s nimi hlavně prasata, ale dělalo se z nich výborné dýňové zeli, kompoty a dušená zelenina. A to jsme ani nevěděli, kolik živin obsahují. Ale naše babičky dobře věděly nebo to cítily, jak jsou zdravé.

Dýně jsou totiž přímo nacené léčivými látkami. Mají obrovské množství vlákniny, vitaminů a draslíku, selenu i luteinu. Dýňová semínka se sušila všude. Jsou zdrojem omega mastných kyselin a fytosterolů, které prospívají prostatě. Asi byste nevěřili, ale dýňová semínka se k léčbě zvětšené prostaty užívají už více než sto let. Na Slovácku navíc muži věřili, že pomáhají potenci. Rostlinné fytosteroly přispívají ke snižování hladiny cholesterolu. V čínské medicíně je dýně doporučována jako prostředek ke zmírnění komplikací a chronických potíží při cukrovce. Je dokázáno, že snižují hladinu krevního cukru. Konzumace dýňových semínek pomáhá při kinetóze – nevolnostech v dopravních prostředcích.

Protože obsahují spoustu vlákniny, čistí střeva a mají preventivní i léčivé účinky u rakoviny žaludku, tlustého střeva i konečníku. Ale rakovina se léčí ve specializovaných ústavech, to doufám víte. A protože podle čínské medicíny tlusté střevo ovlivňuje plíce, mají léčivý účinek také u rakoviny

plíc a při astmatu. Potraviny nepůsobí z minuty na minutu, ale v dlouhodobém aspektu. A teď několik praktických rad. Když kupujete dýně, vybírejte ty těžké, nejsou staré, vyschlé a mají nejlepší vlastnosti. Dýně na vaření a dušení krájejte na větší kousky, kromě máslové, která se



Zdroj: pixabay.com

musí oloupat, ostatní dýně – i hokaido – se konzumují celé, se slupkou. Pochopitelně zbavené semínek z celého vnitřku.

Jednoduchou polévku připravte s osmaženou cibulkou, mrkví, pórkem, rozmixujte a ochuťte nasekanou petrželkou nebo celerem. Dýni můžete připravovat rovněž v mikrovlnce, nařezanou na plátky, posypanou zeleným kořením přímo na talíři. Dýňová semínka důkladně propláchněte, dejte na plech a pražte 20 až 30 minut při teplotě 190 stupňů.

A JEŠTĚ PÁR RECEPTŮ

Dýně s červenou řepou: 300 gramů dýně, 300 gramů červené řepy, 3 lžíce olivového oleje, 200 gramů bulguru, lžička oloupaných dýňových semínek, tymián, půlka citronu, strouhaný sýr – kdo co chce. Řepu oloupeme a i s dýní nakrájenou na kostičky rozmícháme s olejem, tymiánem a pečeme 25 až 30 minut. V osolené vodě uvaříme 10 minut bulgur a 10 minut jej necháme odpočinout. V pánvi opražíme semínka, vše smícháme, zakapeme citronem a dle zájmu posypeme sýrem.

Dýňová pečená zelenina: 2 cibule, půl kilogramu dýně, 6–8 rajčat, 1 žlutá paprika, lžíce oliv, 3 lžíce oleje, hrst dýňových semínek, bazalka. Zeleninu pokrájíme na kostičky, cibuli osmahneme na oleji, přidáme dýni, rajčata, papriky a restujeme. Pak osolíme, opepříme, přidáme olivy, posypeme semínky. Zdobíme lístky bazalky.

MUDr. Danuše Spohrová

Autorka je ředitelka nadace Zdraví pro Moravu

Velice děkujeme čtenářům za pomoc našim poradnám

Vážení, chceme vám oznámit, že na podporu poraden se do 10. prosince vybralo 23 300 korun. Všem dárcům moc děkujeme!

A děkujeme také za dopisy, které dar provázely. Jedna dávkyně napsala, že ráda přispěla, protože poradny jsou pro nás, pečující velmi potřebné a užitečné. Víme, co vše stojí, a hlavně kolik stojí rady například u advokáta. To člověk hned zaplatí dva tisíce za hodinu... Další nám sdělila, že vůbec neváhala a že ráda na charitativní podniky přispívá, jenom jediný problém měla, když v jejich měs-
tě viděla u zastávky autobusu plakátek na sbírku pro ozbrojenou sílu Ukrajiny, protože na armádu

a zabíjení by se podle jejího názoru vybírat nemělo. A to bez ohledu na to, kdo a s kým válku vede. My s ní souhlasíme. Bohužel prakticky celý Západ, jehož jsme nyní součástí, masivně podporuje na Ukrajině krveprolévání a sbírky na vojenskou výzbroj se konají v mnoha jeho zemích... Toto téma sice není námětem novin o domácím pečování, ale jak vidno z dopisů, našich čtenářů se dotýká.

Co se týče naší sbírky, moc ještě jednou děkujeme a uzavíráme ji konstatováním, že poradny nakonec těžké období přestály. A v lednu si zrušte prosím trvalé měsíční příkazy na poradnu, které jste si do konce roku po naší výzvě zavedli.

A ještě slovo k poslednímu číslu. Nejvíce ohlasů bylo na článek Ladislavy Chateau, líbily se odpovědi a obrázky paní Korbelářové i celý rozhovor, a potom na názor Václava Krásy, přetištěný z jeho blogu. Někomu se líbil, někdo nesouhlasil. Což je zcela v pořádku. Ale přece jen už úplně v pořádku asi není například následující prohlášení jedné pacientské organizace, která píše, že **odsuzuje** postoje vedení Národní rady osob se zdravotním postižením, především pak jejího předsedy Václava Krásy. Jeho relativizace stávajících událostí na Ukrajině jsou **ostudné** a pro mnoho zdravotně postižených **nepřijatelné**.

K tomu je třeba upřesnit, že Václav Krása žádné ukrajinské události nerelativizuje a nikdy nerelativizoval, jen srovnával podporu našich zdravotně postižených s podporou ukrajinských uprchlíků, toť vše. Každopádně NRZP ČR a právě Václav Krása mají za sebou veliký kus práce při obhajobě zdravotně postižených: na rozdíl od jiných, kteří mají obhajobu minoritních skupin jen v názvu a ve stanovách. Národní rada si vydobyla svoje jméno a je nešťastné ho očerňovat, navíc těmi, které hájí. Ale žijeme, jak je stále zdůrazňováno, v mimořádné době. A ta zkouší i naše charaktery. I proto, že k takovým vyhlášením přímo vybízí.

(red)

V nemocnici zanedbávají péči o mého opatrovance...

Opatrovnická poradna

Můj opatrovanec, nesvéprávný, těžká mentální retardace, nekomunikuje, je v nemocnici kvůli střevní infekci. Neholí ho, nečistí chrup, nepřebalují (1 ple na na den), krvácí z katetru, je přikurtován, neposazují jej na WC s tím, že to udělá do pleny. Za týden má čtyři dekubity. Lékaři nekomunikují adekvátně. Jak postupovat, pokud chci přeložení do jiné nemocnice? Jak zjednat nápravu, když mě sice vyslechnou, ale nic se nestane? Jak požádat o nahlížení do dokumentace?



Situace vašeho opatrovance vůbec není jednoduchá a mnoho řešení není rychlých.

Přesto musím říci, že ne každý opatrovník je ochoten opravdu vymáhat práva opatrovance i ve zdravotnických zařízeních, kde často dochází k porušování práv osob, které se tomu nemohou bránit, a současně opatrovníci mají ke zdravotníkům takovou úctu nebo jsou tak submisivní, že opravdu nevyumohou nic (především proto, že si na to netroufnou). Takže ačkoliv mě velmi mrzí, že vůbec potřebujete situaci řešit, jsem nadšená, že máte chuť ji řešit.

Připravte si listinu opatrovníka (ideálně s vyznačenou doložkou právní moci). Pokud je opatrovaný omezen ve svéprávnosti na zdravotní záležitosti, ačkoliv to není tak úplně podstatné, pro laiky (jimiž zdravotníci v tomto ohledu jsou) je to také dobrý důkaz, který vás jistěji postaví do role – mám právo plně rozhodovat. Proto doporučuji (pro rychlejší jednání) vzít i rozhodnutí o omezení svéprávnosti. Pokud opatrovaný není omezen, nevadí – jako opatrovník pravomoci máte tak jak tak, případně nejspíš by byl opatrovaný schopen říci větu: „Ona je

můj důvěrník.“ Což je ještě další institut k obhajobě práv pacienta (který ale nemocnice / lékaři moc neuznávají). K možnostem...

PŘEVOZ

Jako opatrovník rozhodující za opatrovaného, tj. pacienta (stejně jako rodič za dítě), máte dle § 11 odst. 1 písm. b) zákona č. 48/1997 Sb., o veřejném zdravotním pojištění, právo na výběr zdravotnického zařízení, které je ve smluvním vztahu k opatrovancově zdravotní pojišťovně, a to jednou za tři měsíce.

Zdravotnické zařízení by vás (resp. opatrovaného jako pacienta) mohlo odmítnout, pokud by mělo naplněnou kapacitu. Je vhodné vybrat novou nemocnici a zjistit, zda v ní mají volno na oddělení, kam by měl být opatrovaný převážen.

Současná nemocnice bude muset:

- zhodnotit stav opatrovaného, zda je schopen převozu.

a. Pokud je – zhodnotí, zda se může přepravit sám, příp. zda bude k převozu indikovat sanitní vůz.

b. Pokud není – máte možnost za opatrovance podepsat tzv. negativní reverz (poučení o rizicích) a zase pak se bude řešit, zda může odjet sám či bude indikována přeprava sanitním vozem. K indikaci info z VZP zde: <https://www.vzp.cz/poskytovatele/informace-pro-praxi/poradna/preprava-pacienta-vozidlem-zdravotnicke-dopravni-sluzby>

- POZOR – sanita odváží k nejbližšímu smluvnímu poskytovateli, proto vybírejte blízkou jinou nemocnici.
- Opatrovaný nemusí zůstat v nemocnici, ale může být problém s převozem.

NÁPRAVA V SOUČASNÉM ZAŘÍZENÍ

1. Můžete podat trestní oznámení na nemocnici pro:

a. neposkytnutí pomoci (§ 150 trestního zákoníku). V trestném činu jde sice o neposkytnutí pomoci především v akutním případě, ale vztahuje se to i na „neposkytnutí potřebné pomoci“.

b. týrání (§ 198 trestního zákoníku) – nemocnice má osobu v péči. I zde původně trestný čin cílil na jiné skutky, ale nechat pacienta s dekubity nuceně se vyprazdňovat do pleny, přivazování... to by v domácím prostředí bylo jako týrání již možné hodnotit.

Domnívám se, že je to jedno z nejrychlejších nápravných opatření, ačkoliv nejdrsnější.

2. Můžete si **písemně stěžovat**:

a. na zdravotní pojišťovnu

b. na Českou lékařskou komoru (<https://www.lker.cz/problematika-stiznostni-agendy>)

c. ombudsmanovi pro zdraví (<https://www.ombudsman-prozdravi.cz/nespokojenost-s-lecbou-a-chovanim-zdravotnickeho-personalu/>)

d. veřejnému ochránci práv

e. krajskému úřadu (tomuto předchází stížnost řediteli nemocnice, ten má lhůtu na odpověď 30 dnů a pak, pokud nebudete s odpovědí spokojena, tak podat stížnost na krajský úřad). Vzor k tomuto postupu je zpracován zde: https://www.ochrance.cz/uploads-import/ESO/Pri-loha_5312-17-PJE-Vzor_Postupu_pro_vyrizovani_stiznosti_na_poskytovani_zdravotni_pece.pdf

NAHLÍŽENÍ DO DOKUMENTACE

Jako opatrovník máte některá práva podle zákona č. 372/2011 Sb. o zdravotních službách (<https://www.zakonyprolidi.cz/cs/2011-372>)

- § 28 ZZS: **právo na nepřetržitou přítomnost opatrovníka, popřípadě osoby určené opatrovníkem, je-li osobou, jejíž svéprávnost je omezena tak, že není způsobilá posoudit poskytnutí zdravotních služeb.**
- § 38 ZZS: u hospitalizace bez souhlasu je povinnost zdravotníků **informovat osobu určenou pacientem a osoby blízké u pacienta, který nikoho neurčí, popřípadě osobu ze společné domácnosti nebo zákonného zástupce pacienta, pokud jsou mu známy. Pokud nikoho nelze zastihnout, informuje Policii České republiky.**

- § 47 ZZS: Poskytovatel jednodenní nebo lůžkové péče je povinen

b) umožnit pobyt zákonného zástupce nebo opatrovníka nebo osoby jím pověřené společně s hospitalizovaným nezletilým pacientem nebo pacientem s omezenou svéprávností, pokud to umožňuje vybavení zdravotnického zařízení nebo nebude narušeno poskytování zdravotních služeb anebo takový pobyt není na základě jiného právního předpisu vyloučen,

c) včas informovat zákonného zástupce pacienta o propuštění z jednodenní nebo lůžkové péče,

f) pacienta vyvatit při propuštění léčivými přípravky a zdravotnickými prostředky na 3 dny nebo v odůvodněných případech i na další nezbytně nutnou dobu. Pokud není pacient vzhledem ke svému zdravotnímu stavu schopen obejít se bez pomoci další osoby, MŮŽE BÝT PROPUŠTĚN Z JEDNODENNÍ NEBO LŮŽKOVÉ PÉČE AŽ PO PŘEDCHOZÍM VČASNÉM VYROZUMĚNÍ OSOBY, KTERÁ TUTO PÉČI ZAJISTÍ. MĚLI BÝT PROPUŠTĚN pacienti, u něhož není zajištěna další péče, poskytovatel o tom včas informuje obecní úřad obce s rozšířenou působností příslušný podle adresy místa trvalého pobytu pacienta...

• § 65 ZZS: (1) Do zdravotnické dokumentace vedené o pacientovi mohou v přítomnosti zaměstnance pověřeného poskytovatelem nahlížet, pořizovat si její výpisy nebo kopie

a) pacient, zákonný zástupce nebo opatrovník pacienta; do záznamů autorizovaných psychologických metod a popisu léčby psychoterapeutickými prostředky může pacient, zákonný zástupce nebo opatrovník pacienta nahlížet nebo si pořizovat výpisy nebo kopie pouze v rozsahu záznamu popisu příznaků onemocnění, diagnózy, popisu terapeutického přístupu a interpretace výsledků testů.

Věřím, že je to pro vás (nyní akutně) takto dostatečné a využijete některou z nabízených možností.

Mgr. Radka Pešlová

Bude mít syn nárok na invalidní důchod zpětně?

Sociálně právní poradna

Jsem pečující matka – syn narozen 23. 12. 2004 s dg DMO spastická dipareza, StMR. Vozíčkář, nechodící. Uznám osobou s těžkou vadou pohybového aparátu, plně závislý na další osobě, příspěvek na péči IV. stupeň. V letošním školním roce skončí 10letou docházkou na základní škole speciální, ukončení docházky tedy 30. 6. 2023. Ovšem již 23. 12. 2022 dovrší věku 18 let. Předpokládám, že mu bude uznána invalidita III. stupně a teď k dotazu. Lze v tomto případě žádat o invalidní důchod z mládí? A bylo by možné i zpětně, když dg je od narození? Můžu žádat např. o uznání invalidity zpětně od 15 let? A pokud by byla uznána posudkovým lékařem invalidita zpětně, bylo by i vyplacení důchodu zpětně? Bohužel, ani na OSSZ nevědí.



Nejprve je třeba říci, že pro nárok na invalidní důchod je třeba splnit dvě podmínky:

1. zdravotní stav (o něm zřejmě není sporu)
2. dobu pojištění

Doba pojištění je doba, kdy si člověk hradí sociální pojištění. Buď prostřednictvím svého zaměstnavatele (kdy je mu strháváno z výplaty a navíc ještě dopláceno zaměstnavatelem), je-li OSVČ, pak v případě, že si pojištění hradí sám, není-li zaměstnan a je k pojištění přihlášen, hradí si je z vlastních prostředků. Případně, kdy je doba pojištění zajištěna jiným – náhradním – způsobem, např. evidencí u úřadu práce, dobou péče o nezletilé dítě (např. mateřská dovolená).

Potřebná doba pojištění pro nárok na invalidní důchod je odstupňována dle věku žadatele. U osob do 20 let je třeba získat méně než jeden rok.

Problém u vašeho syna je však v tom, že (a teď usuzuji z toho, co píšete) není schopen s ohledem na své závažné zdravotní postižení pracovat ani si pojištění jinak hradit. Doba studia na základní škole se pro účely pojištění neuznává, je třeba získat ji studiem na střední nebo vysoké škole.

(„Pro účely splnění podmínky potřebné doby pojištění pro nárok na invalidní důchod se za dobu pojištění považuje též doba účasti na pojištění osob uvedených v § 5 odst. 2 písm. a) a dále doba studia na střední nebo vysoké škole v ČR, a to před dosažením 18 let věku, nejdříve však po ukončení povinné školní docházky, a po dosažení věku 18 let po dobu prvních 6 let tohoto studia.“ Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění.)

Ani takového studia však patrně váš syn není schopen. Co tedy s tím?

Na takové situace zákon (č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění) pamatuje: „Na invalidní důchod pro invaliditu třetího stupně má nárok též osoba, která dosáhla **aspoň 18 let věku, má trvalý pobyt na území České republiky a je invalidní pro invaliditu třetího stupně, jestliže tato invalidita vznikla před dosažením 18 let věku a tato osoba nebyla účastna pojištění po potřebnou dobu.**

„Za invaliditu III. stupně se pro účely věty první považuje též takové omezení tělesných, smyslových nebo duševních schopností, které má za následek neschopnost soustavné přípravy k pracovnímu uplatnění.“

Rozumíte-li správně výše uvedené citaci ze zákona, vidíte zde i odpověď na vaše otázky. Syn by mohl získat invalidní důchod zpětně od 15 let, pokud by od 15 let studoval na střední škole. Jelikož dosud nedokončil základní školu, dobu pojištění od 15 let nemá.

Invalidita z mládí je označení pro invalidní důchod III. stupně přiznávaný právě lidem, kteří kvůli svému závažnému zdravotnímu postižení nemohou pracovat ani studovat (a zajistit si tak dobu pojištění).

Je-li zdravotní stav syna takto závažný, budete moci požádat o invalidní důchod, když syn dovrší 18 let s tím, že až budete žádost na OSSZ (pobočka České správy sociálního zabezpečení, kontakty na www.cssz.cz) podávat, budete potřebovat potvrzení od lékaře o tom, že syn není schopen soustavně přípravy k pracovnímu uplatnění.

Ještě si dovolím jedno doporučení. Podle toho, co o synovi píšete, předpokládám, že není schopen si své věci vyřizovat sám a od 18 let tomu patrně nebude jinak. Pravděpodobně tedy zvažujete otázku omezení svéprávnosti. Doporučuji této věci věnovat pozornost. A to i přesto, že se jistě setkáte s tím, že vám sami úředníci budou doporučovat, abyste si od syna nechala podepsat plnou moc, abyste jej mohla zastupovat jako dosud (dnes je dítě a na zastupování máte oprávnění dané zákonem).

Pozor, není to pravda a plná moc podepsaná člověkem, který si neuvědomuje, co podepisuje, je po právní stránce neplatná (v podstatě byste se tím dopustila podvodu). Omezení svéprávnosti má své opodstatnění, zvlášť pokud syn není schopen své věci vyřizovat sám.

O omezení svéprávnosti je možné žádat až v měsíci, kdy bude synovi 18 let. Dříve soud návrh na omezení nepřijme. Všichni sice víme, jak soudy pomalu pracují, ale přesto soud nemůže začít řešit omezení svéprávnosti u někoho, kdo je ještě nezletilý.

Vím, že otázka omezení svéprávnosti a zvláště pak soudního řízení, bez kterého se tento úkon neobejde, v mnoha rodičích budí obavy. Ráda bych je u vás rozptýlila, proto budete-li chtít tuto věc více konzultovat, jsme k dispozici.

Tak či onak si budete muset promyslet, zda by pro syna nebyl vhodnější některý z méně omezujících institutů

(nápomoc při rozhodování, zastoupení členem domácnosti...), kdyby pro nic jiného, tak proto, abyste tento fakt uvedla do žádosti o omezení svéprávnosti jako důvod, proč o omezení svéprávnosti žádáte.

Možná přemýšlíte i nad tím, jak budete moci (vy nebo někdo jiný, kdo bude opatrovníkem) za syna po jeho 18. narozeninách vyřizovat jeho záležitosti tak jako dosud, kdy je dítětem a vy jste jeho zákonným zástupcem. Z tohoto důvodu si dovolím doporučit (a zdůraznit), abyste do návrhu na omezení nezapomněla připsat i žádost, aby soud před tím, než vydá konečný rozsudek, rozhodl přednostně o tom, že – pravděpodobně vy nebo někdo jiný z rodiny nebo přátel, kdo by v zájmu syna mohl vystupovat – může vyřizovat za syna některé neodkladné záležitosti. Může jít právě o žádost o invalidní důchod, ale i o vyřizování jiných sociálních dávek. Jelikož píšete, že čerpáte příspěvek na péči, po 18. narozeninách vás velmi pravděpodobně čeká přezkoumání této dávky a jistě bude potřeba vyřizovat i další a další záležitosti.

Každopádně si můžete připravit jejich seznam, abyste některé nezapomněla do návrhu pro soud uvést. Soud by totiž měl vydat rozhodnutí o ustanovení opatrovníka do doby, než bude o opatrovnictví rozhodnuto, a současně tohoto rozhodnutí bude i výčet činností, které je tento „prozatímní“ opatrovník oprávněn vykonávat. Nehledě na to, že výčet činností soudu ukážete, že se nejedná o banalitu, ale o praktické a hlavně potřebné úkony, které nemohou čekat ¾ roku až rok, než soud opatrovnictví vyřeší a vydá oficiální rozhodnutí, resp. rozsudek.

Nezapomeňte do tohoto seznamu připsat právě vyřizování invalidního důchodu (a příspěvku na péči), jen tak získáte zákonně oprávnění tyto věci za syna vyřizovat, nahlížet do spisu, vyjadřovat se k podkladům a v případě potřeby podat odvolání nebo u invalidního důchodu námitku.

S pozdravem a přáním úspěšného vyřízení

Mgr. Jitka Koutová, DiS.

Opatrovnictví se neučí ve školách. Jak na něj? Další rady Radky Pešlové

O povinnostech opatrovníka



Minule jsme při čtení z knihy Opatrovník v praxi Radky Pešlové, kterou vydal Moravskoslezský kruh, otevřeli kapitolu Povinnosti opatrovníka. Je samozřejmě dobré je znát a dnes tedy pokračujeme v jejich výčtu.



Opatrovník by měl obeznámit instituce a smluvní partnery opatrovaného o své funkci (předložení pověření). Neměl by zapomenout na Českou správu sociálního zabezpečení, úřad práce (odborný státní sociální podpory, hmotné nouze, zaměstnanost, dávky pro osoby se zdravotním postižením, příspěvek na péči), zdravotní pojišťovnu, zaměstnavatele, banky (pojišťovny, spořitelny), sociální službu, vlastníka prostoru, kde opatrovaný bydlí, družstvo či pronajímatele prostoru, opatrovnickou radu, provozovatele služeb (energetika, plynárny, mobilní operátor), věřitele, místní zastavárny (zde nezanedbávejte listinu kvůli zneužitelnosti), katastr nemovitostí (zajištění informací o pohybu s nemovitostí – požádat do minulosti), insolvenčního správce, sociální odbor na obci s rozšířenou působností. V jednotlivých spisových dokumentacích může opatrovník sehnat důležité informace třeba o posuzování invalidního důchodu a příspěvku na péči a může tak účinněji dohlédnout na to, aby byly sociální dávky přiznány správně a v odpovídající výši. Opatrovník by si měl zajistit přebírání pošty (dosílku, odnos, přeposílání), dokud nebudou ostatní veřejné i soukromé instituce směřovat poštu na opatrovníkovo jméno namísto opatrovance. Opatrovník by měl zkontrolovat všechny evidence, např. ARES (registru a evidenci veřejné správy o ekonomických subjektech) a obchodní rejstřík, aby odhalil, zda jeho opatrovaný nefiguruje neoprávněně (podvodem) jako jednatel (příp. „bílý kůň“) v nějaké společnosti. Měl by zkontrolovat i další rejstříky, jako je insolvenční rejstřík, katastr nemovitostí nebo evidenci exekucí atd.

Také by opatrovník měl zmapovat bydlení: Forma a způsob bydlení, spokojenost, vybavení, potřeby oprav, schopnost samostatného /sdíleného bydlení, nákladovost, smluvní vázanost (doba určitá, ve výpovědi aj.), klíče, vstupování do obydlí. Pokud je opatrovanému poskytována sociální služba, měl by opatrovník zmapovat sociální služby a sociální dávky: potřebu služby, rozsah, jak je stanovena úhrada (zda je správně), doplácení služby (k němu by mělo spíše docházet z prostředků opatrovaného, jde-li o pobytovou službu), zůstatky (kde jsou uloženy), uložení klíčů (kdo se k nim dostává), individuální plánování (odpovídá rozsah služby potřebě opatrovaného), smluvní zajištění, dialog s pracovníky služby, ověřit registraci služby.

Opatrovník musí mít přehled o dokladech opatrovance a měl by kontrolovat jejich platnost. A učinit si představu o jejich držení, jde o občanský průkaz, pas, průkazku s identifikací nemoci (pokud ji osoba nosí při sobě), průkaz pojišťovny, průkaz osoby se zdravotním postižením, parkovací průkaz, živnostenské oprávnění, oprávnění k držení věci, řidičský průkaz, doklady k vlastněnému vozidlu (technický průkaz, technická prohlídka, pojistka, zelená karta atd.), rodný list, oddací list, doklady o rozvodu (svěření dětí do péče), doklady o studiu, pracovní smlouvy, doklady o předchozím zaměstnání (pracovní smlouva, výplatní listy, doklad o ukončení zaměstnání, zápočtový list, evidenční listy), doklady o přiznaných dávkách, zkontrolovat dále evidenci trvalého pobytu (koresponduje s adresami na úřadech) a doklady k přepravě (slevové průkazky, dlouhodobé jízdní doklady), inkasní listy, výpisy z účtu, existenci závěti, délku platnosti posudku o invaliditě, o zdravotním stavu pro potřeby dávek, povolení k vyhrazení parkovacího místa atd.

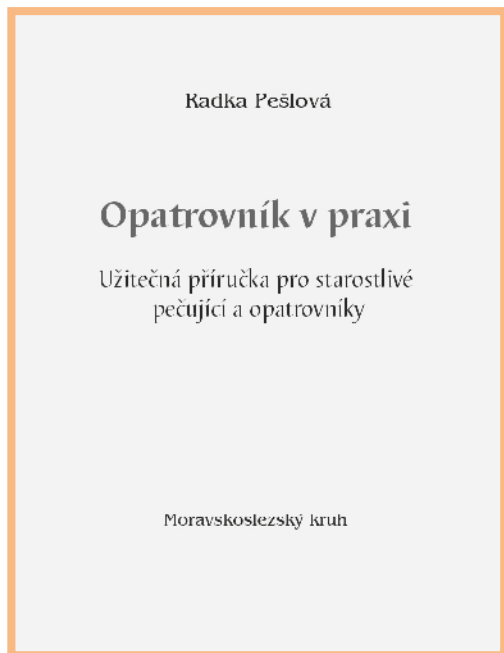
Opatrovník rozhodně musí dostatečně prověřit příjmy (uplatnit opatrovancova práva na odpovídající

příjem). Je to hotovost, stavy na účtech (běžný, spořicí, depozitní), důchod, příspěvek na péči, dávky hmotné nouze, státní sociální podpory, podpora v nezaměstnanosti, nemocenské, mobilita, mzda (včetně kontroly, zda je mzda dobře spočítaná a vyplácená), náhrada škody (včetně renty), nároky z trestního řízení (např. při zpronevěře předchozím opatrovníkem), úroky, služebnosti, pronájmy, nárok na výživné, vratky daně, stavební spoření, penzijní spoření, životní pojištění, přeplatky, cenné papíry, dividendy, úroky atd. Opatrovník musí mít přehled o příchodích částkách, a tak by měl zajistit jejich zasílání (složenkou, na účet) tak, aby „šly jeho rukama“. Opatrovník spravuje jmění, kam patří i příjmy, a má mít o nich přehled. Opatrovník by neměl dopustit, aby platby šly např. rovnou do sociální služby (často je takto vyplácen příspěvek na péči). Platby příchozí i odchodí má mít plně pod kontrolou opatrovník (jako správce jmění).

Na druhou stranu musí opatrovník také pečlivě zaevidovat výdaje a mít o nich přehled. Výčet opět následuje: úhrada za bydlení (nájem, energie, daň z nemovitosti, pojištění nemovitosti, poplatky za svoz odpadu, fond oprav, hypotéka, úhrada správcí, septik / odpadní vody, dodavatel vody, TUV, potřeba a náklad na pevná paliva atd.), pojištění (rozsah pojistných hodnot, cenu pojištění), sociální služba (nutná kontrola smlouvy a účtování služby), úvěry a půjčky (dluh na zdravotním pojištění, doby pojištění pro důchod – vše nutné zrevizovat a pochybné půjčky zneplatnit), platby za telefon, exekuce (také je případně zpochybňovat), výživné (to, ke kterému je opatrovaný povinen, zda je dobře stanoveno; pokud má na nějaké nárok – vymáhat ho), spoření, poplatky za TV a rozhlas (řešit případné osvobození), internet, poplatky za zvíře, pokuty (u dopravní společnosti, přestupkové komise – pokud nebyl opatrovaný řádně zastoupen, lze zpochybňovat např. správní pokuty), náklady na přepravu, revize k insolvenční, bankovní poplatky, poplatky exekutorovi, doplatky, splátkové kalendáře atd. U výdajů musí opatrovník vždy prověřit možnost zneplatnění dluhu, snížení částky, poctivost vzniku nákladu, přiměřenost a možnost úlevy.

Opatrovník by měl znát a podporovat osobní schopnosti opatrovance: Koná opatrovanec práce přiměřené svým schopnostem? Zvládá sebeobsluhu? Je zapotřebí péče třetí osoby? Může a chce pracovat? Jaké má potřeby a přání, vize a cíle? Jakou má minulost (co se kdy a kde stalo a jaké to má důsledky)? Jaké konfliktní situace kolem opatrovaného vznikly a mohou vznikat? Odpovídá rozsah omezení svéprávnosti opatrovancovým schopnostem? Opatrovník je povinen hájit práva a zájmy opatrovaného, a kdyby třeba docházelo ke zneužívání opatrovaného v zaměstnání, měl by je opatrovník odhalit a pomoci řešit.

Opatrovník by měl zmapovat zdravotní stav opatrovaného: lékaři (praktický, zubní, gynekologie, specialisté) a zajistit opatrovanému preventivní prohlídky. Opatrovník by měl nahlížet do dokumentace, mít přehled o prodělaných zákrocích a ošetřeních, nemocích a medikaci (opatrovník by měl řešit doplatky za léky a pomůcky, přiměřenost a nutnost těchto doplateků, vrácení doplateků za léky nad zákonný limit ze zdravotní pojišťovny). Opatrovník by vždy měl řešit i změny zdravotního stavu, prognózy do budoucna, zjištění si informací o nemocech, kterými opatrovanec trpí, kompenzační pomůcky (smlouvy, délka držení, technický stav), závislosti (alkohol, cigarety), potřeba lázni, očkování (včetně povinného, kdy vyprší), alergie, plánované zákroky atd. Opatrovník nemusí opatrovaného léčit, ale často musí vymoci jeho práva spojená se zdravotním



stavem. Například aby se lékař choval k pacientovi důstojně, aby mu v rámci možností vysvětloval, co se bude dít, jak ho bude léčit, aby ho neobcházely jen proto, že má opatrovníka. Opatrovník by měl znát práva opatrovaného a měl by dbát o opatrovancův zdravotní stav.

Opatrovník by měl mít zmapované opatrovancovy další potřeby a přání a mít přehled o trávení jeho volného času. Do této kategorie patří chráněné dílny, kroužky, aktivity, zájmy, potřeba vybavení, očekávaná dovolená, výlety, kadeřnictví, manikúra, pedikúra, kosmetika, potřeba a držení zvířat, věci zvláštní oblíbenosti. Pokud to je možné, tak by opatrovník měl zajišťovat opatrovanci i tato jeho práva (třeba jít ke kadeřnici, když se jedná o opatrovanou ženu, která ke kadeřnici chodila pravidelně půl svého života, a dalo by se očekávat, že kdyby byla schopná o tom ještě uvažovat, že by chodila dál). Některé věci se mohou jevit zbytečné, ale pokud odpovídají opatrovancově příjmu, majetku, dřívějšímu postavení, tak je má opatrovník podporovat. Jiné potřeby bude mít opatrovaný od narození mentálně postižený, který má nižší důchod, a jiné bude mít člověk, který aktivně podnikal, vytvořil / získal větší majetek do doby těžké dopravní nehody, která ho nyní zásadně limituje pro vážný úraz hlavy.

Opatrovník by měl zrevizovat řízení, která se opatrovaného týkají: jsou nějaká „otevřená“ řízení u soudu, dědická, exekuční, u úřadu, na obci, se soukromými subjekty (např. u společenství vlastníků), jaké záznaky má opatrovaný v trestním rejstříku? Zakončená řízení je důležité prověřit, zda byl opatrovanec zastoupen a nebyl řízením poškozen, protože se nemohl hájit / bránit.

Spory v rodině kvůli opatrovnictví a majetku opatrovaného

Sestra, která se o tatínka doted' nezajímala, na mě a moji ženu podává trestní oznámení. My se však o tatínka dlouhodobě s manželkou staráme a pomáháme mu vše vyřizovat, pečujeme a já jsem opatrovník. Co mi hrozí? Může to sestra udělat? Může po nás chtít všechny doklady?

Rodinné vztahy

Rodinné vztahy nebývají vždy ideální, proto je dobré mít „pojistky“. Těmi může být dobrá evidence

majetku opatrovaného a podávání řádných a propracovaných zpráv soudu. Sestra má právo, stejně jako kdokoliv jiný, dělat si co chce, ale rozhodně by se měla vyvarovat krivého obvinění, poškozování vašeho jména a chování porušujícího řádné občanské soužití (např. agresivní ataky).

Rodinné vztahy mohou komplikovat péči i opatrovnictví, ale více než kdy jindy to není o právu, ale o sebevědomí opatrovníka a pečujícího, aby byl schopen vnitřně takové narušené vztahy ustát. Na druhou stranu je dobré, že rodina kontroluje opatrovníka, aby opatrovanému neubližoval. Jistě by se to ale snášelo lépe, kdyby se takový kontrolující také podílel na péči, což se mu zpravidla nechce, anebo se nejsou opatrovník a kontrolující schopni společně na péči domluvit.

Co hrozí, když opatrovník překročí své pravomoci nebo neplní své povinnosti?

Správa cizího majetku s sebou vždy nese odpovědnost. Pokud tedy nejste zodpovědní a vlastně i odvázní, raději se do opatrovnictví nepouštějte. Opatrovník musí řešit úřady, soudy, dluhy, podvody, kontrolovat, papírovat a sám být finančně, byrokraticky a osobnostně zdatný. Pokud opatrovník nedělá zásadním způsobem opatrovnickou práci dobře, může se dopouštět:

Zatajení věci (Kdo si přisvojí cizí věc nikoli nepatrné hodnoty, která se dostala do jeho moci nálezem, omylem nebo jinak bez přivolení osoby oprávněné...)

Zpronevěry (Kdo si přisvojí cizí věc, která mu byla svěřena, a způsobí tak na cizím majetku škodu nikoli nepatrnou...)

Neoprávněné užívání cizí věci (Kdo se zmocní cizí věci nikoli malé hodnoty nebo motorového vozidla v úmyslu je přechodně užívat, nebo kdo na cizím majetku způsobí škodu nikoli malou tím, že neoprávněně takové věci, které mu byly svěřeny, přechodně užívá...)

Podvodu (Kdo sebe nebo jiného obohatí tím, že uvede někoho v omyl, využije něčího omylu nebo zamlčí podstatné skutečnosti a způsobí tak na cizím majetku škodu nikoli nepatrnou...)

Porušení povinnosti při správě cizího majetku (Kdo poruší podle zákona mu uloženou nebo smluvně převzatou povinnost opatrovat nebo spravovat cizí majetek a tím jinému způsobí škodu nikoli malou...)

Porušení povinnosti při správě cizího majetku z nedbalosti (Kdo z hrubé nedbalosti poruší podle zákona mu uloženou nebo smluvně převzatou důležitou povinnost při opatrování nebo správě cizího majetku, a tím jinému způsobí značnou škodu...)

Poškození věřitele (Kdo, byť i jen částečně, zmaří uspokojení svého věřitele tím, že zničí, poškodí, zatají, zcizí, učiní neupotřebitelnou nebo odstraní byť i jen část svého majetku, postoupí svou pohledávku anebo převezme dluh jiného, zatíží věc, která je předmětem závazku nebo ji pronajme, předstírá nebo uzná neexistující právo nebo závazek, předstírá nebo uzná právo nebo závazek ve větším rozsahu, než odpovídá skutečnosti, předstírá splnění závazku nebo předstírá úpadek nebo svůj majetek jinak zdánlivě zmenšuje nebo předstírá jeho zánik a způsobí tím na cizím majetku škodu nikoli malou...)

Zvýhodnění věřitele (Kdo jako dlužník, který je v úpadku, zmaří, byť i jen částečně, uspokojení svého věřitele zvýhodněním jiného věřitele a způsobí tím na cizím majetku škodu nikoli malou...)

Pokračování na další straně

O povinnostech opatrovníka

Dokončení z předchozí strany

Neznamená to sice, že opatrovník je lidově řečeno „jednou nohou v kriminále“, ale že se má své činnosti věnovat, vzdělávat se v opatrovnictví a má se o opatrovancovy záležitosti starat opravdu pečlivě a tuto pečlivost také evidovat.

Pokud je opatrovník neznalý a třeba zaplatí z opatrovancových prostředků dluh, který měl být zneplatněn, protože vznikl podvodem, dopouští se pochybení z neznalosti, tj. nedbalostně. U opatrovnictví totiž neplatí heslo „hlavně ať je uklizeno“, „hlavně všechno brzy zaplatit“, „ať je opatrovaný čistý a starají se o něj někde v nějaké instituci“. Opatrovaný totiž je slabší stranou a mohlo se kolem něj dít bezpráví. A to má opatrovník odhalovat a napravovat.

Komu může/musí opatrovník ukazovat doklady?

Doklady opatrovance jsou soukromoprávní věci, proto je i opatrovník povinen tyto informace chránit, nezveřejňovat je a neukazovat kdekomu. Pokud bude opatrovník ve sporu o neplatnost smlouvy dokazovat věřiteli, že opatrovaný byl v době podpisu smlouvy vážně nemocný a nemohl jednat samostatně, bude poskytnutí těchto citlivých údajů v pořádku, protože budou využity ku prospěchu opatrovaného (respektive za cílem rychleji přesvědčit věřitele). Pokud ale rodinní příslušníci vyžadují vyúčtování, aby opatrovníka kontrolovali, ale současně nejsou schopni nebo ochotni oficiálně založit opatrovníckou radu, neměl by jim opatrovník poskytnout doklady třeba jen z důvodu „ať mám pokoj“, „když jim to dám, nepodají trestní oznámení“, „nemám co před nimi tajit“ apod. Vždy jde o doklady, které de facto opatrovníkovi nepatří, jsou opatrovaného, proto na zprávu má nárok jen soud, opatrovanec a opatrovnícká rada (v případě úmrtí i notář spravující dědictví).

Někdy se dokladů domáhá třeba i sociální služba starající se o opatrovaného. Tato služba je k opatrovanému ve smluvním vztahu, opatrovník by měl zvážit, co je nutné službě sdělit a na co už nárok nemá. Není to služba, která rozkazuje. Obdobná je situace, kdy by opatrovník nejspíš nedával doklady pronajímateli nebo třeba zaměstnavateli opatrovance, resp. zvážil by, které doklady by poskytl, protože tady je smluvní vztah více vidět. Opatrovník má někdy ze služby pocit, že jsou větší odborníci, a tak musí mít pravdu, ale služba se na danou problematiku dívá ze svého úhlu pohledu a ke svému prospěchu. Proto má být opatrovník především samostatný člověk, dospěle

a sebevědomě uvažující a podrobuující požadavky druhých rozumové úvaze.

Zrušení věcného břemene opatrovance

Opatrovaný má omezenou svéprávnost tak, že není způsobilý samostatně právně jednat v žádných záležitostech s výjimkou běžných záležitostí každodenního života. V současné době je umístěn v domově se zvláštním režimem. Na adrese trvalého pobytu (kde již několik let nebydlí z důvodu svého stále se zhoršujícího zdravotního stavu) má zřízené věcné břemeno užívání. Jeho návrat do domácího prostředí je nemožný, protože potřebuje celodenní péči. Nemovitost je ve vlastnictví jeho dvou synů, kteří podali návrh na zrušení věcného břemene. Jak mám jako opatrovník postupovat v záležitosti zrušení věcného břemene?

Zrušení věcného břemene je nutné řešit se soudem

Zrušení práva užívání není běžný úkon, nespadá do samostatné kompetence opatrovníka (jako běžného výkonu opatrovnícké agendy) a je nutné jej řešit prostřednictvím schválení soudu (jde o analogii s § 483 odst. 2 písm. b) občanského zákoníku): b) nabyt pro opatrovance nemovitou věc nebo podíl na ní, ani opatrovancovu nemovitou věc nebo podíl na ní zcizit či zatížit. Synové opatrovance by měli (je-li to jejich zájem) navrhnout dohodu o zrušení věcného břemene. Na jedné straně budou vystupovat oni, na druhé opatrovaný tatínek zastoupený opatrovníkem. Dohodu pak opatrovník nechá schválit opatrovníckým soudem a až schválením bude úplná k zápisu do katastru nemovitostí.

V této dohodě by měl opatrovník pro svého opatrovance požadovat finanční částku jako přiměřenou náhradu za zrušení. Jsou různé způsoby, jak vyčíslit hodnotu věcného břemene a v případě sporu by ji stanovil soud na základě znaleckého posudku. Pokud by šlo o dohodu, tak je běžným a obhajitelným postupem (též v souladu se zákonem o oceňování majetku): stanovení obvyklého nájemného v daném čase a místě za rok, které by opatrovanec hradil, kdyby nemovitost v dohodnutém rozsahu užíval. Tato roční částka se násobí 10 lety fiktivního užívání. Do návrhu na schválení dohody by měl opatrovník

uvést, proč by přistoupil na takovéto „odškodnění za neužívání“ a uvést, proč dává smysl odškodnění a zrušení břemene (např. opatrovaný už se nemůže samostatně do domu vrátit, je mu xy let, potřebuje péči ve velkém rozsahu a tu mu poskytuje domov). Ke stanovení částky by mohly vznikat argumenty, že částku po opatrovaném synové stejně zdědí, protože opatrovaný je již vysokého věku a nemůže takové prostředky zužitkovat. Není ale podstatné, zda sumu opatrovaný zužitkuje či nikoliv, zda ji potřebuje či nikoliv. Možná dokonce daná částka nakonec zbudě do dědictví, ale přesto by měla být požadovaná, protože opatrovník přece hájí práva opatrovaného. Pokud z nějakého důvodu nebyla mezi syny a tatínkem uzavírána dohoda (kterou by opatrovník dával schválit na opatrovnícký soud) a žaloba je už na soudě, tak by měl soud na základě znaleckého posudku a obdobného způsobu výpočtu stanovit úhradu za zrušení věcného břemene. Protože se nejedná o malou částku a jde o soudní řízení, doporučila bych zastoupení advokátem, kterého bude opatrovník hradit z opatrovancových prostředků. Je-li opatrovaný žalován, nemá na výběr, proto to nenechává opatrovník schvalovat soudem (názor opatrovníckého soudu zde nemá žádnou relevanci). Ale můžete požádat o odročení a čas pro uzavření dohody a tu konzultovat (nechat schvalovat) opatrovníckým soudem.

Ještě pozor: pokud jako opatrovník máte blízký vztah jak k opatrovanému, tak k jeho synům (jste např. manželkou opatrovaného a matkou synů), jste současně v kolizi – tedy není jisté, že by zájem opatrovaného pro vás byl na prvním místě, musí pro vedení celé této záležitosti ustanovit soud kolizního opatrovníka. Tento kolizní opatrovník by jednal s advokátem, se soudem, se syny v záležitosti zrušení věcného břemene místo vás.

Opatrovaný a povinnost platit výživné

Za opatrovaného jako opatrovník z jeho prostředků platím výživné na jeho děti. Dříve měl na tomto výživném dluh, který se podařilo doplatit. Nyní již jsou děti zletilé. Podle jejich matky mají stále nárok na výživné. Má opatrovaný povinnost platit výživné i po 18. narozeninách svých dětí? Jak to má matka dětí doložit?

Výživné náleží dítěti, dokud není schopno žít se samo

Občanský zákoník nezabývá rodiče vyživovací povinností v závislosti na věku dítěte (zletilost, 26 let apod.) ani na studiu (např. ukončení střední školy), případně ani v závislosti na přiznaných sociálních dávkách (např. z důvodu těžkého postižení by byl dítěti přiznán III. stupeň invalidního důchodu, IV. stupeň příspěvku na péči atd.). Výživné náleží dítěti od rodiče, dokud není dítě schopno se žít samo. Zpravidla není dítě schopno se žít samo, dokud studuje (pokud nejde o nějaké řetězení škol anebo studium na škole zaměřené prakticky a pak na vysoké škole zaměřené umělecky – zde již soudy došli k závěru, že schopnost žít se samostatně vzniká plně po dosažení prakticky zaměřeného vzdělání). Délka studia může překročit i 26. rok. Je-li dítě postižené, někdy je vyživovací povinnost celoživotní, protože nikdy dítě nenabude schopnost se žít samo, a to ani pokud pobírá sociální dávky nahrazující příjem, protože to nedokazuje schopnost se žít. Maminka dětí, resp. i samy zletilé děti, mohou doložit doklady o pokračujícím studiu (typu školy, prospěchu – aby dítě nestudovalo jen „jako“), protože zpravidla studující dítě ještě není schopno se žít samo – teprve se připravuje k budoucímu povolání. Pokud děti ukončily studium – nejčastěji to bývá, protože už jsou schopné žít se samy (jsou-li zdravé), není podstatné, zda najdou práci nebo jsou evidované na pracovním úřadě. Schopnost pracovat nejspíš mají. Ale aby vše proběhlo správně, je potřeba soud požádat o ukončení povinnosti hradit výživné. Je sice běžné, že rodič skončí s placením výživného hned, jak dítě dostuduje, ale formálně je tu stále platný rozsudek, který vyživovací povinnost stanovuje. Proto by měl opatrovník formálně požádat o ukončení povinnosti platit výživné. Pokud je ale dítě opatrovaného postižené, je možné, že nestuduje, protože toho ze zdravotních důvodů není schopno, nebo studuje dál a třeba praktickou školu (z důvodu postižení třeba není schopno ani řádně školu dokončit). Je proto vhodné vědět, jak je dítě postižené, aby opatrovník mohl učinit úsudek, nakolik je schopno se žít samo. Možná to bude znamenat, že opatrovaný bude dítěti platit celoživotně výživné, protože nikdy nenabude schopnost se žít samo. V případě sporného / nejasného prokazování matkou nebo nemožnosti se s ní domluvit lze požádat soud o ukončení hrazení vyživovací povinnosti (běžně se tak děje na základě dohody mezi dítětem a rodičem) a soud buď výživné ponechá, nebo jej ukončí. **Mgr. Radka Pešlová**
Pokračování příště

V Toruni o holistickém přístupu k dlouhodobé péči

V září 2022 se v polské Toruni uskutečnila 24. Mezinárodní konference dlouhodobé péče, jejímž společným jmenovatelem bylo téma holistického přístupu k dlouhodobé péči. Po loňské přestávce, kdy konference probíhala pouze v on-line prostředí, se tentokrát účastníci konečně potkali i naživo.

Tradice této akce sahá až do roku 1998 a setkávají se na ní vždy profesionálové pracující s chronicky nemocnými, zdravotně postiženými a pacienty závislími na pomoci druhých. Odborníci a kapacity z celého světa mají možnost sdílet zkušenosti, nápady, navzájem se inspirovat a pomáhat si hledat nejlepší řešení situací, která zlepšují život klientům i jim samotným.

A o čem že 24. ročník Mezinárodní konference dlouhodobé péče v Toruni hlavně byl? Především o proměně péče o pacienty v rámci dlouhodobé péče. O tom, že je potřeba začít akcentovat holistický přístup k potřebám osob v dlouhodobé péči a měnit celou kulturu péče v této oblasti.

Všichni víme, že populace stárne. Jedním z důsledků stárnutí lidské populace jsou rostoucí nároky na zdravotní a sociální péči. Více lidí potřebuje více péče. V jednotlivých zemích existuje rozdílná struktura a rozsah poskytování této péče. Nicméně napříč všemi se začíná upouštět od dříve vžitě představy koncentrace sociální péče pouze v zařízeních (např. domovech důchodů, zařízeních pro dlouhodobě nemocné, domovech sociální péče). Naopak je snaha, pokud je to

možné a zdravotní stav klienta to dovoluje, realizovat tyto služby přímo v místě jeho bydliště. V současné době tak mohou klienti v případě potřeby využívat celou řadu různých forem sociálních služeb, a to jak poskytovaných a financovaných státem (obcí), tak i nestátními organizacemi (např. nadace, charity, dobrovolnické služby) a církví. Účastníci konference diskutovali o tom, jak sladit schopnost poskytovat péči klientům, kteří ji potřebují, ale zároveň jim tuto péči zpřístupnit v jejich domácnostech či v blízkosti jejich domova, jak uspokojit zdravotní potřeby klienta, ale zároveň zlepšit kvalitu jeho života, jak mu pomoci vyrovnat se s osamělostí a zajistit co možná nejvyšší míru samostatnosti, či zda je vůbec možné beze zbytku opustit institucionální formu péče.

Holistický přístup k péči má vliv na celkovou pohodu pacientů. Fyzická i psychická stránka jsou propojené, myslet musíme ale také na duchovní potřeby. I když



je kvalita života spojena do velké míry se zdravotním stavem, důležitou roli hraje duševní pohoda, proto je nutné podporovat i nezávislost a svobodné rozhodování. Klienta vnímáme jako celek, rozhodně by nemělo jít jen o uspokojení jeho biologických potřeb. Klient je náš partner a péče o něj by tento partnerský vztah měla reflektovat. Dlouhodobá péče bývá i v současném světě stále vnímána pouze jako nezbytně nutná péče o zdraví pacientů. To ale nestačí. Celostní přístup znamená, že se v péči o klienta zaměříme i na prevenci takovým způsobem, aby byla co nejdéle a nejpřirozeněji zachována kvalita jeho života v jeho přirozeném prostředí, anebo se péče soustředí na péči rehabilitační – tedy na obnovení ztracených dovedností či zpomalení jejich ztráty. Dlouhodobá péče prochází velkými změnami. Stále větší prostor dostávají technologie a nové metody. Všichni, ať už senioři či lidé se zdravotním handicapem, zcela právoplatně touží po plnohodnotném životě. Zdá se, a ze závěrů konference také vyplývá, že největší výzvou dlouhodobé péče je naplnit výše zmíněná očekávání.

Partnery akce byly již tradičně polská společnost s globální působností TZMO SA a Polská gerontologická asociace. Organizátoři, přednášející kapacity i účastníci se jednoznačně shodli, že vytvořením sdíleného prostoru pro získávání znalostí a výměnu zkušeností můžeme hmatatelně ovlivnit kvalitu dlouhodobé péče.

PR články

Vzpomínky a obrazy v lidské duši



Iva Procházková se narodila v Olomouci v rodině spisovatele Jana Procházky a maminky Mahuleny, učitelky na prvním stupni. V druhé polovině padesátých let se Procházkova rodina přestěhovala do Prahy a Iva spolu se svojí starší sestrou Lenkou už začala školní docházku v hlavním městě. Iva, podobně jako Lenka, se velmi brzy začala věnovat literatuře, přesněji literární tvorbě pro děti; příležitostně publikovala již od konce sedmdesátých let. Za tuto tvorbu získala německou Evangelickou knižní cenu (2008), dvakrát i cenu Magnesia Litera (2007, 2010) a kromě toho mnoho dalších. Provádala se za režiséra a herce Ivana Pokorného a později celá její rodina emigrovala (1983) a část života prožila v Německu a Rakousku. Natrvalo se Iva s rodinou vrátila v roce 1995. Nyní žije a pracuje na rozhraní pražského Břevnova a Střešovic. Spolu s manželem vychovala tři děti, které žijí v zahraničí.

Rozhovor

Ivo, literatura, knihy, četba je také rozhovor, rozmluva mezi autorem a čtenářem. A ty rozmlouváš především s dětmi, čím tě právě ten dialog zaujal natolik, že se už léta věnuješ výhradně dětské literatuře?

Pro děti jsem začala psát v době těhotenství, čekala jsem první dítě, a tím jsem se v mysli vrátila k vlastnímu dětství. Dialog s dítětem je zajímavá zkušenost, text musí být jasný a čtivý, žádné velké fabulace, ale zároveň musí autor vyjít vstříc dětské touze po dobrodružství, proniknout, jak to jen jde, do dětské psychiky.

Inspirovalo tě dětství, které jsi prožila v pražském Bubenci? Z našeho dvorku, kde uprostřed stála vzrostlá lípa a v rohu vysoký javor? Ten kus zahrady, kam jsme si chodily hrát se vzrušujícím pocitem vlastní samostatnosti a volnosti. Čím jsem starší, tím se mi to místo vrací v myšlenkách častěji...

Hned moje první knížka *Komu chybí kolečko* je návrat do našeho bytu v posledním patře, na náměstí Družby, nyní opět Terronské ulici. Vzpomínky na ten dvůr, lípu i javor, na naše hry, na naši dětskou komunitu, na to, co dnes je čím dál tím vzácnější. Měly jsme možnost poznávat se zblízka, běhávaly jsme z jednoho bytu do druhého, chodily společně do školy a v sobotu na dětská představení do kina Orlik. Jako děti jsme jeden o druhém věděly mnohem více než dnešní školáci. Znalý jsme prostředí, ve kterém naši kamarádi a kamarádky žili, přespat u některého z nich bylo úplně samozřejmé. Tehdy byla televize ještě vzácná, zato nás obklopovaly knížky, vyprávěly jsme si jejich obsahy někdy i dlouho do noci. V naší čtvrti na rozmezí Bubenče a Dejvic bylo dětí strašně moc. V šedesátém roce se dokonce musela postavit nová škola, takzvaná Osmadvacítka a Devěťadvacítka na náměstí Svobody už nestačily. Z některých našich kamarádů později vyrostly významné osobnosti, jmenuji jen namátkou herečky Tánu Medveckou a Lenku Machoninovou, muzikanta Pavla Vaculíka, dlouholetého ředitele pražského Židovského muzea Leoše Pavláta a mnoho dalších. Tu vzájemnou blízkost umožňovala i urbanistická zástavba, která pamatovala na děti, na dvorky a zahrady; nejezdilo ještě tolik aut, měly jsme větší volnost, vznikaly přátelské vazby, některé přetrvaly až do dospělosti, někdy i na celý život...

U dětské literatury jsem už zůstala, psát příběhy pro děti mě opravdu baví. Nelze si v nich vypomáhat žádným intelektualizováním ani formalistním či dekorativním stylem. Když spisovatel vaří z vody, dětský čtenář to většinou rychle odhalí a ztratí chuť číst dál.

Když na ta léta vzpomínám, uvědomuji si, jak velkou, skoro určující roli má náhoda, kde jsme se právě ocitli, kdy a kde jsme koho potkali, sprátelili se...

Někdo tomu říká náhoda, někdo řízení osudu. My jsme prožili jedenáct let v emigraci a osud nás zasadil do německé jazykové oblasti. Zpočátku nám nejvíce přátel přinesly jazykové kurzy v Goethe institutu, ty nás pak dovedly k dalším vztahům, přinesly nám i nečekané pracovní možnosti. V polovině osmdesátých let začal manžel vyučovat jevištní pohyb na konzervatoři ve Vídni. I tam založil přátelství. Trvají dodnes. Později jsme se přestěhovali do Kostnice. Měla činohru, balet i operu, ale dětské divadlo chybělo. Tak jsme je založili. Můj muž režisoval a spolu s malým souborem hrál, já jsem převzala roli dramaturgyně. Bavilo mě to, ale i vyčerpávalo, protože Kostnice není velké město a abychom se uživilí, museli jsme mít třeba čtyři premiéry za sezonu. Kromě toho jsem vymýšlela příběhy na pokračování do místního časopisu a manžel spolupracoval s experimentálním tanečním studiem. Naše děti chodily do škol a kroužků, navazovaly přátelství, měli jsme příjemné sousedství – začali jsme se cítit ukotvení.



Náhoda si libuje v paradoxech, z odstupu několika desítek let se naše cesty opět setkaly v jedné čtvrti, ulici, zase v šestém pražském obvodu, tentokrát poblíž Pohorčelce a Petřína. Obě jsme prožily jistý čas v jiné zemi. Uspokojoval tě v emigraci čtenářský okruh? Někdy se stává, že právě v emigraci se ztrácí motivace k psaní, ale jindy zase naopak, psaní může být obranou proti stesku i melancholii...

O čtenářském okruhu jsem tehdy příliš nepřemýšlela. Prostě jsem psala. Byla to jak kreativní činnost, tak nezbytné živobytí. Doma jsme mluvili česky, ale na papíře už jsem přebíhala k němčině. Musím říci, že v tomto směru byl pro mne vzorem Milan Kundera, který také z mateřštiny přešel k francouzštině. První dětská kniha, kterou jsem napsala německy, se jmenuje *Fünf Minuten vor dem Abendessen*. Psala jsem ji velmi úsporně, velkou část příběhu odvyprávěly ilustrace. U další mi už s německou verzí pomáhala nejstarší dcera Anna, jazykově velice nadaná, korigovala mi některé výrazy, věděla, jak mladí lidé mluví, znala víc než já nespisovnou a hovorovou řeč, novotvary. Její němčina byla úplně autentická.

Ale zpět ještě k otázce, zda i pro tebe bylo psaní obranou proti stesku, melancholii..., která na člověka v cizí zemi dříve nebo později dolehne.

Říká se, že v emigraci je nejhorší třetí půlrok. Myslím, že se to nedá zobecnovat, ale u mě to platilo. První půlrok jsme byli v domově pro uprchlíky, druhý půlrok byl plný aktivity, úředních záležitostí, učení jazyka a také jsme si začali zvykat na samostatný život ve Vídni. A pak přišel čas, kdy byly základní potřeby zabezpečeny, člověk se jakžtakž domluvil, přestal se bát, že rodinu neuživí – a dostavil se stesk. Teprve tehdy jsem si začala plně uvědomovat, do jaké míry se můj život změnil. Říkala jsem si, že železná opona nikdy nepřečtane existovat, že se už nikdy nepodívám do Prahy, že třeba už nikdy neuvidím stárnoucí babičku a podobně. Abych se těm chmurným myšlenkám ubránila, začala jsem svým dětem na společných procházkách vyprávět příběhy. Samozřejmě se odehrávaly v Praze na Malé Straně, kde jsme před emigrací bydleli. Děti je rády poslouchaly. Anička mi jednou poradila: napiš to, je to zábava. Byla to rada nad zlato. Při psaní jsem zapomněla na stesk, soustředila jsem se na zápletku příběhu, postupně jsem se ze svých depresí vybabrala. A zároveň vznikla knížka *Čas tajných přání*, která mi o rok později vynesla německou knižní cenu a otevřela dveře rakouských a německých nakladatelství. Byl to

příběh pro dospívající, ale k mému čtenářskému okruhu patřily i knihovnice, učitelé, rodiče. Lidé se zájmem o literaturu i o život v tehdejší totalitní Československu. Lidé, kteří se mnou během mých besed mluvili, dávali najevo zvědavost na další moje knížky a tím mě motivovali. Byla to dobrá a potřebná čtenářská odezva, utvrzovala mě v tom, že příběhy, když se píšou s chutí a plným nasazením, nemají hranice a čtenáři je chápou všude.

Žila jsi v několika zemích, městech, různých bytech i krajinách... Každé místo, dům, byt, ve kterém člověk prožil určitou životní etapu, nás poznamenává, význam a hodnotu toho místa pro náš život si však většinou uvědomíme, až když ho ztratíme. Nevím, jak ty, a právě proto se tě ptám, ale já čím jsem starší, tím více cítím neurčitou bolest, smutek k prostředí, kde jsem žila. Někdy bych se tam chtěla vrátit, ještě jednou to místo vidět, vstoupit už nelze, patří už dávno někomu jinému. Existuje místo, dům, byt, park, do kterého bys znovu chtěla vejít, projít se tím místem? Myslím, že význam těch míst spočívá hlavně v tom, co každý z nás v něm prožil, ne stěny, fasáda...

Vnímám to podobně. Prožitky a události našeho života jsou pevně spojeny s místy, kde k nim došlo. V Praze pod Petřínem v bytě kamarádky, se kterou jsme se učily, zazvonil jednoho mrazivého únorového poledne telefon a z něj jsem se dozvěděla, že mi umřel táta. Jeho smrt byla očekávaná, ležel v nemocnici a umíral už několik měsíců. Ode mě neodvolatelně a navždycky odešel ve světle lampy dopadající na kostkovaný ubrus, na kterém byly rozložené sešity a učebnice geometrie. V malé kuchyni, kde voněla smažená vajíčka. To je síla prožitku. Ovlivňuje naše vnímání, pocity, myšlenky a vzpomínky. Ten okamžik – černý telefon, obličej kamarádky, stíny, které promítalo proutěné stínidlo lampy na stěny – mi nikdy nezmizí z paměti. Neznamená to ovšem, že jde o přesný záznam. Myslím, že paměť kreativně upravuje vjemy a vytváří z nich umělecká díla. Neexistují nikde jinde než v nás. Takže vstoupit do stejného domu, usednout ve stejnou kuchyni ke stejnému stolu nelze. Nejen proto, že zestárlý, změnilý se, došlo k přestavbám, úpravám a výměnám nájemníků, ale v té podobě, kterou nám předkládá naše vzpomínka, ve skutečnosti nikdy neexistovaly. Několikrát jsem se pokoušela vrátit do Olomouce na místa raného dětství; ty návraty mi přinesly jenom zklamání. Náš byt v Bubenci, na který se jistě pamatuješ, když ho vidím zachycený na starých fotografiích, je menší, než se zdál mým dětským očím, dům v Brémách, kde jsem s rodinou sedm let bydlela, už zdaleka nepůsobí tak romanticky, ulice vídeňského druhého „bezírku“ ztratily náboj nostalgie, který jim propůjčovala moje čerstvá emigrace a vytrženost z vlasti. Tu bolest ve vztahu k prostředí znám, občas ji intenzivně pocítím, když se ocitnu na místě, kde se zdánlivě takřka nic nezměnilo. Někdy ji převládám do literárního tvaru, jindy si jen trochu zavzpomínám a zateskním po lidech a čase, co se nevrátí. Nic jiného se nedá dělat. I to, co prožívám právě teď, kdy spolu sedíme v téhle kavárně a za oknem žlutnou břevnovskou straně, se jednou stane vzpomínkou. Občas si říkám, že nic jiného než vzpomínky a individuální obrazy v lidské duši není.

Jsi matkou tří dětí a babičkou několika vnoučat, do Čech se ale tvoje děti nevrátili, založily rodiny v jiných zemích a řeč jejich prostředí je jiná... Vím, že to není snadné, někdy to bývá i – řekněme – zatěžující, pohodu duše to přece jen občas naruší.

Anička zůstala v Německu, syn a mladší dcera se s námi sice v devadesátých letech vrátili, po pár letech v Praze odmaturovali, ale pak zase odjeli. Měli už mnohem více zatžitou globalizaci, nechtěli se vázat jen na české prostředí. Máme pět vnoučat, nevidím je často, ale pokaždé se na ně a na to, že budu moct *babičkovat*, moc těším. Pokud jde o „pohodu duše“, o které se zmiňuješ, musím říci, že především u vnoučat si

uvědomuji mnohem naléhavěji rozdíly, které nese život v jiné zemi. Werich říkával, že *doma jsi tam, kde jsi hrával kuličky*. Něco na tom opravdu je. Svým dětem, když byly malé, jsem hodně zpívala české a moravské písničky, emocionálně nás to spojovalo a vracelo ke kořenům. Pokud ale jde o vnoučata, je to už jiné, tak jim alespoň posílám obrázky nebo spíš kreslené vzkazy.

Nedávno zemřela tvoje maminka, tvého otce přežila o více než padesát let. Když jsme se setkaly, říkala jsi, že táta, to byly knížky, filmy, ale máma byl ten obyčejný život, nákupy, běžné radosti i trable... Maminka byla učitelka, nebyla i ona inspirací k tvé tvorbě pro děti? Stále mám v živé paměti, jak s dětmi nastudovala Kvapilovu pohádku Princezna Pampeliška.

Ano, maminka původně učila na prvním stupni, ale když jsem začala chodit do školy, zůstala doma a věnovala se rodině. Jenže jí to tak úplně nestačilo, chtěla něco víc. Založila školní dramatický kroužek a nastudovala s žáky z naší školy romantickou a zároveň smutnou pohádku Princezna Pampeliška. Táta ji v tom i v jiných podobných aktivitách hodně podporoval.

Vždyť sám psal pro děti, podle jeho scénáře byl natočen Kapr, skvělý dětský film, stejně jako Trápení nebo Ať žije republika a Už zase skáče přes kaluže. Všechny ty filmy provázejí už třetí generaci... Škoda, že je televize nezařazuje častěji do svých programů...

My jsme doma hodně žili tím, co táta s mámou dělali, tvořili; knihami, které táta psal, filmy, které vznikly podle jeho scénářů. Často jsme si spolu povídali o tom, co jsme přečetli a viděli. Vzpomínám si na film *Králičky ve vysoké trávě*, natočený podle předlohy Oty Hofmana. Dodnes si ten silný příběh vybavuji. Od táty vím, že původně měl končit sebevraždou dětského protagonisty, ale takový závěr tehdy nevyhovoval politicky, takže se musel přetočit. Bez obalu jsme si o něm doma povídali. Tak jako o jiných věcech. Doma jsme se cítili dobře, všichni jsme spolu bývali rádi. O to horší byla tátova smrt, zemřel v pouhých dvaadvaceti letech...

Maminka zemřela nedávno – opravdu ho přežila o padesát let. Až do jednadvadesátých žila ve svém bytě, skoro všechno zvládala, dokonce se ještě starala o pejska. Právě pocit, že je samostatná, ji ohromně držel v dobré kondici, snažila se nebyť na okem z Karla Boromejského. Tam po několika týdnech pokojně umřela. Její smrt se podobala postupnému odcházení, maminka už nechťela realitu, nezajímala ji, ve svém myšlenkovém světě se vracela do mládí, dětství, kdy byla šťastná. I když zase tak šťastná určitě nebyla, její otec pracoval za války v odboji, byl zatčen a umučen k smrti, bratr Radúz tragicky zahynul při letecké katastrofě, když mu bylo sotva třicet...

Pohádku o princezně Pampelišce si stále dobře vybavuji, máma ji nacvičovala s jednou moc hezkou dívkou v hlavní roli, Alenkou Jelínkovou, která, jak víš, bydlela také v našem domě. A táta pro tu příležitost na Barrandově zapůjčil moc pěkné kostýmy; představení mělo svoji školní premiéru v kině-divadle Kyjev na náměstí Velké říjnové revoluce, odjakživa *Kulátáku*...

Pampelišky odkvétají na podzim a takový byl i Pampeliščin osud, vítr ji zavalí někam velmi velmi daleko. A tím se vracím k tomu, co jsi tak hezky řekla, že břevnovská straně na protější straně už zežloutla a náš rozhovor u kavárenského stolečku se také brzy stane jen vzpomínkou.

LADISLAVA CHATEAU
v pražské břevnovské kavárně Popocafepetl,
listopad 2022

Pane podnikatel, podívejte se, já přece taky

Povídka



Manželka s dcerou rozhodly, že pojedeme do supermarketu, protože je tam podle letáku spousta slev a je třeba se zásobit, než zase na podzim vypukne povodeň covidu. Jsme sice všichni přeočkování už druhou posilující dávkou, ale nač často brouzdat po nákupech a zbytečně prověřovat účinnost získaných protilátek. A taky ceny lezou vzhůru jako larvy kůrovce po smrcích. Našel jsem s naším obstaročním favoritem místo na parkovišti, a když zmizely obě mé dámy ve vchodu Lidlu, zůstal jsem s jezevčíkem Číkem v kabině a pozoroval lidi, Vietnamce, kteří už začínali svoje bazary před stánky balit, pojezdnu avii, která doprodávala poslední grilovaná kuřata, jejichž dráždivá vůně pořád nutila psíka mávat čumákem a toužebně větřit. Mou pozornost upoutal vysoký, hubený blondák, který podle pokynů vietnamského prodáváče

rozšlapával prázdné kartony od zboží a svazoval je do balíků. Sbíral pohozené kusy plastových obalů, ládoval je hbitě do velkého černého pytle a koštětem smetal na hromádku smetí, které pak na lopatě odnášel do kontejneru před restaurací. Když skončil, sáhl Vietnamec do tašky a dal mu nějaké peníze. Mladík je rychle přehrábl na dlani a vstrčil do kapsy texasek. Rozhlédl se po náměstíčku před obchodním centrem a pak se kvapně rozběhl napříč k autu, které parkovalo několik metrů ode mne. Jeho majitel, typ mladého manažera v jemně proužkované bleděmodré košili, seděl kravatě a černých brýlích proti slunci, vykládal svižně z pojezdného košíku do kufru černého terénního auta nákup. Mladík se chopil rukojeti vozíku a řekl, že ho zaveze zpět. Manažer se na něho překvapeně podíval a po kratičkém zaváhání s chápajícím úsměvem sáhl do kapsy saka. Vtiskl mladíkovi do dlaně nějakou minci, zaklapl kufr, nasedl a s tlumeně bublajícím motorem vycouval a zmizel. Mladík úprkem vrátil vozík do prodejny a znovu zkoumal pohledem parkoviště. Nikdo neodjížděl, jen v záři klesajícího slunce vířily mušky

a řidič pojezdného grilu zvedal hliníkovou lesklou bočnici, za kterou mizely už prázdné a chladnoucí rozně bez kuřat. Provokující vůně pečeného drůbežního masa se ještě kroutila mezi procházejícími lidmi a můj jezevčík stál u otevřeného okénka předních dveří a občas vymrštil svůj růžový jazyk až málem ke kořenu nosu, jakoby se olizoval po chutné porci grilovaného kuřete. Pohládl jsem ho po příjemné, krátké srsti kaštanové barvy a řekl: Vydrž, brácho, holky donesou ze samky salámek. Rozevřel jsem noviny a pročetl titulky. Najednou se mi před očima objevily dvě ruce s křečovitě zatřátými, pokrivenými prsty. Čiko výstražně vyštěkl a začal výhrůžně, hrdelně vrčet. Mírně jsem se lekl. Současně jsem uslyšel hlas. „Pane podnikatel, podívejte se, já jsem taky zmrzačený.“ Do kabiny se vsunula světlovlasá hlava hubeného čahouna. Jeho zápěstí už couvla na okraj okénka a dále pokračovala ve viditelné imitaci jakéhosi postižení podobného mému. Překvapilo mě jeho oslovení. Mám bílou košili, tedy musím být podnikatel? Nebo mi lichotí, aby ze mne něco vyrazil?

„Neměl byste dvacku?“ zeptal se vzápětí mladík, který ještě před chvílí obratně dranzíroval kartony a krabice naproti u vietnamského obchodníka. Žebra, ale jeho tvář nebyla pokorná, nýbrž troufalá, jakoby říkala: opovaž se odmítnout. Nadechl jsem se, abych získal čas a klid, protože jeho výrok, že je taky zmrzačený, mě silně podráždil. Místo abych se šacoval nebo vzal z přihrádky peněženku a hledal drobné, zahájil jsem vlnitým tónem výslech jako v době, kdy jsem byl sociálním pracovníkem v jedné neziskovce. Jak se vám to stalo? Úrazem? Máte úrazovou rentu nebo aspoň částečný invalidní důchod? Pracujete někde? Jste v evidenci úřadu práce? Jeho výraz se po mých otázkách rychle zkroutil jako tvář kacíře v plamenech hranice. Zlostí a zklamáním. Konečně úplně vypadl z role, ruce se zázračně uzdravily, pravou, už rovnou dlaní, pleskl vztekla do střechy auta, otočil se a s nesrozumitelným zaklením se rozběhl před samoobsluhu, z níž vyjžděla s košíkem žena středního věku k zaparkovanému volkswagenu. „Tak vidíš, brácho,“ řekl jsem jezevčíkovi. „Asi se dám na zázračného léčitele.“ **IVAN JERGL**

Knižní hlídka



B. Schwartz, J. Flowers Jak selhat jako terapeut

Kniha představuje 50 nejběžnějších, výzkumem podložených chyb, kterých se psychoterapeuti ve své praxi dopouštějí. Nespokojenost s terapeutem je častým důvodem pro předčasné ukončení terapie. Navíc většina terapeutů nemá představu, proč jejich klienti odešli. Přitom příčiny jsou zjevné: neznat vlastní limity, ignorovat vědu, poškozovat terapeutický vztah, nerespektovat hranice, dopouštět se špatného časování, nepředcházet vyhoření a mnoho dalších. Kromě jejich popisu autoři zároveň nabízejí k úvaze, jak se jich vyvarovat. Knihu dobře využijí pracovníci v pomáhajících profesích. *Výdal Portál 2022.*



T. Hayden Přehlížená holka

Eloise je energická a zajímavá dívka, ale prostředí, ze kterého pochází, je plné různých sociálních patologií. Otec závislý na drogách skončí ve vězení, laxní matka, které je osud jejich dětí naprosto lhostejný, matčin přítel, jemuž násilí na dětech není cizí. Eloise se ocitne v kolotoči pěstounské péče a snaží se zvládat věci po svém, což ale nedopadne vždycky tak, jak by chtěla. Navíc se u ní rozvinou poruchy chování. I když se zdá, že se už ze svého vzorce chování nevymaní, objeví se přece jen životní šance a ona dospěje a postaví se na vlastní nohy. Potvrzuje to, že „nikdy není pozdě na šťastné dětství“. *Výdal Portál 2022.*

Naše Sally

Babička se mnou mluví o závěti. Jak mám na to reagovat?

Milá Sally, obracím se na tebe s prosbou o radu. Mám babičku, která mi v poslední době velmi často volá a mluví o smrti. Prostě říká, že už asi

umře, že už tu nemá důvod být a vlastně ani nechce. Nevolá ani mámě ani tetě, ale mně. Prý mě má nejraději a stále mluví o penězích a závěti. Říká, že chce, aby rodina věděla, jak to bude, až zemře. Neumím na to moc reagovat a telefonáty s ní mě vyčerpávají. Mám ji moc ráda a je to má nejmilovanější babička. Prosím, co mám dělat a jak dále postupovat? Chci, aby měla hezký závěr života, ale chci, aby to bylo spravedlivé i směrem k mé mamince a tetě. Děkuji za odpověď, Sandra, 26 let

Milá Sandro, děkuji za důvěru, s kterou popisuješ, co prožíváš. Víš, je vidět, že babička cítí, že se jí krátké dny a chtěla by mít všechny svoje záležitosti vyřešené. Je to v poslední době i moderní, že rodiče či prarodiče sdělí rodině, kdo a jakým způsobem bude dědit. Nedochází pak ke zbytečným dohadům a nárokům. Umím si představit, že mluvit otevřeně o smrti může být velmi těžké, možná je to i poprvé, kdy s tímto tématem přicházíš do kontaktu. Zároveň je to téma, které k životu patří. Nepíšeš, zda jsi o tom s někým již mluvila,

svěřila se. Doporučuji, abys to udělala, řekla o tom třeba dobré kamarádce nebo někomu z rodiny. Cítím z tvého dotazu, že chceš, aby „to celé“ bylo vlastně spravedlivé. Víš, zároveň se babička může rozhodnout s odkazem dědictví udělat, jak si bude přát, a poté nezbyvá než její přání ctít. Myslím, že může pomoci se se svými pocity „nespravedlnosti“ svěřit právě mamince a tetě. Jistě jim také pomůže, když uvidí, jak o všem přemýšlíš. Držím palce, aby ti v celé situaci mohlo být příjemně. Tvá Sally

Co to je být připraven

Derniéra



Z ničeho nic se na našem stole v kuchyni objevily dvě zbrusu nové petrolejové lampy, plechovka petroleje a propanbutanový vaříč. Vše mi manželka osvětlila článkem atomové máti Drábové. Stálo v něm, co by člověk měl mít doma k životu v našich nových podmínkách.

Žili jsme potom ještě asi tak týden logistikou přítomnosti. Špagety a pár lahví oleje, sloupek konzerv vídeňských gulášů, svítidla na baterie

s příslušenstvím... Vše nakonec završilo pětadvacet kilo jasmínové rýže a v domácnosti dvou penzistů došlo k uklidnění. Byli jsme jakž takž na armagedon, blackout nebo jinou katastrofu, jejíž aktuálnost nám paní Jaderná popsala, připraveni. Ale když jsme to sdělili přátelům, se kterými sousedíme v rekreačním objektu, ti se smáli, až se za břicha popadali. „Ach, to je povedené,“ volali mezi záchvaty smíchu, „to je fakt povedené. Když by tady na elektriku spadl strom, vy byste vydrželi tak víkend.“ A potom nás seriózně zasyvětili, ona předdůchodový, on důchodový věk, co to je být skutečně připraven. Ukázali nám dvě studny. Jedna s čerpadlem a druhá záložní na mechanické pumpování. Aby se

neopírali o náhodu, koupili i agregát na naftu, postavili velkou pec na dřevo. A pak jsme přešli k výživě. Vedle velkých pytlů mouky přímo ze mlýna stály palety s fazolemi v rajske, na novozélandské sušičce usušené pětilitrovky křížal, dýně, hrušek, hub a tomu všemu vévodil hrad různých zavařenin. Protože nejde o vegetariány, tak zmínili i několik mrazáků naplněných vším od kurů a legálně odkoupených divočáků až po půlku myslivci skoleného daňka. Seděli jsme mezi pytlí s cibulí a česnekem, bramborami, díženými vyškvařeného tuku a popíjeli kávu, která má už prý také na kahaníku. Nahradí ji opět pražené bučky a žaludy, osladí sirup z výhonků smrků. Vše samozřejmě festovně zatepleno a solární panely jsou v plánu.

Sousedka se potom ještě láskyplně podívala směrem k ohradce, kde hrabalo několik čínorodých slepic, dobrých nosnic a po krátké přednášce o soběstačném životě mimo systém si povzdechla: „Co vlastně člověk potřebuje, že?!“ Takže milí senioři, babičky a dědečkové, můžete-li, buďte taky trochu aktivní. Zvláště nyní, když se vám dostalo štědrých kompenzací. Těch pár maličkostí k životu si přece může opatřit každý... Když jsme odjížděli domů, byly stromy obtíženy jablky, která nikdo neotrhá, a na poli zaorávali kvěťák a kedlubny. Zdálo se mi, že nikomu se nechce sklízet, co zasel. **KAREL NEČAS**

Noviny **Pečujeme doma** podporují:



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



B | R | N | O | J



jihom**o**ravský kraj

POMŮCKA: KEA, LATY, LÉČ, OBOZ, PHA	BIBLICKÝ SILÁK ZRAZENÝ DALILOU	1. DÍL TAJENKY	UZAVŘENÉ HONBIŠTĚ (MYSL.)	INICIÁLY ČESKÉHO PROZAIIKA LUSTIGA	NEVYCHO- VANCÍ (EXPR.)		DERIVÁT AMONIAKU	VÝVIN UDÁLOSTÍ	LOK	VOJENSKÉ VOZATAJ- STVO (ŘIDCE)	NECITELNĚ		KÁVOVI- NOVÁ SMĚS	ZÁJMENO UKAZOVACÍ (M. ROD)	3. DÍL TAJENKY	SMOKINKY (SLANG.)
MÍSTO K PŘÍJMU A SPEDICI MATERIÁLU						JEN PRO TENTO PŘÍPAD (KNIŽ.)						MALÝ ZAVALITÝ PES				
FILMOVÁ MASO- ŽRAVÁ ROSTLINA						2. DÍL TAJENKY JANÁČKOVY INICIÁLY						JENOM (NÁŘ.)				
TEKUTINA JÍMANÁ V MOČOVÉM MĚCHÝŘI				BÝV. PREZI- DENT USA ODĚVY (KNIŽ.)								ZELENINO- VÝ POKRM S VEJCI KŠANDY				
SPORTOVNÍ KLUB (ZKR.)			LESNÍCI JMÉNO HE- REČKY LOLLO- BRIGIDY						ZIŠTNÝ ČLOVĚK (KNIŽ.)							
SLOŽKA STÁTNÍHO APARÁTU						SKLENÁŘSKÁ HMOTA	ÚDAJ NA POŠTOVNÍ ZÁSILCE			DANĚ UVALENÉ STÁTEM NA DOVÁŽE- NÉ ZBOŽÍ				TAHLE MALÉ DÍTĚ, KT. ZAČÍNÁ CHODIT		
DĚTSKÁ PROSTOTA										INICIÁLY HERCE EFFY TYLOVO DI- VADLO (ZKR.)			HLUBOKÝ MUŽ. HLAS ČESKÝ TENISTA			
	ČÁSTI TÝDNE TISÍC GRAMŮ				1 500 (ŘÍMSKY) JSOUČÍ BEZ VLASŮ				LICHO- KOPYTNÍK S DLOUHÝ- MA UŠIMA TVOJE OSOBA ZIMNÍ SPORTOVNÍ NÁČINÍ				ZÁPлаты (OB.) ZLÉ ČINY			
NOVOZÉ- LANDSKÝ PAPOUŠEK				ZNALEC ERBŮ KAPALNÁ POHONNÁ LÁTKA (ZKR.)							NÁZEV HLÁSKY 'Z' CITOSLOVCE POHRDÁNÍ				FANTASIJNÍ OPTICKÉ PROŽITKY BĚHEM SPÁNKU	STAV BEZ SVĚTLA
INICIÁLY HUDEBNÍKA MLÁDKA			LEHKÉ KOČÁ- RY (KDYSI) MOBILE UNIT (ZKR.)							OPAK 'PRÁZD- NOTA' ZN. INDIA						
NESVĚDO- MITÝ, NEDBALÝ ČLOVĚK						4. DÍL TAJENKY										
OPUCHLÉ (RTY)						JMÉNO HEREČKY MIHULOVÉ						ŘEKA ÚSTÍCÍ DO MOŘE LAPTĚVŮ				



Moravskoslezský kruh, z. s.



Sociálně-zdravotní projekty pro pečující
Vydávání publikací a natáčení videí
Web nejen pro pečující

Vzdělávání pečujících laiků i profesionálů
Noviny pro pečující
Rady a informace

Najdete na webu: **www.mskruh.cz** • E-mail: **info@pecujdoma.org** • Telefon: **774 73 80 90**

Výherci křížovky Tajenku s čínským příslovím pošlete do 31. ledna 2023 na **info@pecujdoma.org** nebo formou SMS na číslo **773 060 187**. Uveďte prosím také své jméno a adresu. Tři vylosovaní výherci obdrží knižní cenu z nakladatelství Portál.
Tajenkou v č. 4/2022 bylo japonské přísloví „Hřebík, který vyčnívá, dostane kladivem.“ Cenu vyhráli: Jarmila Bartoncová, Ladislav Plech, Věra Pojmanová.

Nakladatelství Portál již 25 let vydává knihy, které mají duši. V produkci naleznete odborné knihy z oblasti psychologie, pedagogiky, sociální práce aj. Oblíbené jsou také tituly zaměřené na trénink paměti a koncentrace, příručky z oblasti zdravého životního stylu, beletrie, rozhovory s významnými osobnostmi, příběhy. **Knihkupectví Portál:** Praha 1, Jindřišská 30, tel. 224 213 415.

PEČUJEME DOMA

Vydává Moravskoslezský kruh, z. s.
Redaktor: Antonín Hošťálek, hostalek@pecujdoma.org
Manažerka: Blanka Šváblová, svabova@pecujdoma.org
Adresa vydavatele: Moravskoslezský kruh,
Trávníky 12, 613 00 Brno, tel.: 774 738 090, 773 060 187
Grafická úprava: Jakub Kolář
Sazba: Andrea Šváblová
Tisk: Arch Brno
Registrováno u MK ČR pod č. E 23648
Číslo 1/2023 vychází 1. ledna 2023
ISSN 2694-9261
Podporují nás: MZČR, město Brno, MPSV a Jihomoravský kraj
Zdarma

seni



PEČUJEME NEJEN DOMA



ABSORPČNÍ POMŮCKY

- ✚ Lehká inkontinence
- ✚ Střední inkontinence
- ✚ Těžká inkontinence

KOSMETIKA SENI CARE

- ✚ Jemné čištění s použitím vody a bez vody
- ✚ Aktivace pokožky
- ✚ Regenerace pokožky
- ✚ Účinná ochrana pokožky



Zvládneme to spolu

brožura s množstvím informací, návodů a rad potřebných při domácí péči o dlouhodobě nemocné.



Co potřebujete vědět o Alzheimerově chorobě

průvodce složitým světem demence s konkrétními nástroji a případovými studiemi, které pomohou pečujícím porozumět pacientům trpícím některou z forem demence.

Máte-li zájem o tištěnou nebo elektronickou verzi brožur, kontaktujte nás na e-mailové adrese cz-info@tzmo-global.com.

Více informací na www.seni.cz.

TZMO Czech Republic s.r.o., Okružní 1174, 250 81 Nehvizdy, T: 226 212 312, cz-info@tzmo-global.com