



LORM

SPOLEČNOST PRO HLUCHOSLEPÉ
SOCIETY FOR THE DEAFBLIND

DO TEKY

BULLETIN LORMU - JARO

Z OBSAHU TOHOTO ČÍSLA:

- **VERŠE** • Opora
- **SLOVO ŠÉFREDAKTORA**
- **ZPRÁVY** • Vánoční setkání • Sbírka pro hluchoslepé „Červenobílé dny“ • Rodinná konference o hluchoslepotě • Jubilea • Úmrtí
- **PRÁVNICKÁ PORADNA** • Důležité změny u zvýhodněných telefonních stanic pro zdravotně postižené občany
- **PORADNA PSYCHOLOGA** • Výzva čtenářům
- **ZDRAVÍ** • Mykózy • Toxoplazmóza
- **ŘÁDKY PRO SENIORY** • Můj „růžový den“ při cestě na Šumavu
- **DOPISY** • Naše tulačka
- **ZE SVĚTA** • Evropská konference hluchoslepých
- **ZÁLIBY (HOBBY)** • Ženšen kořen života • Pověsti z našich krajů • Z literární činnosti hluchoslepých Lormáků
- **INFORMACE** • Zhroucení sluchu • Tinnitus na webu • Kdy nesmím mít sluchadlo • Brožura Hluchoslepí mezi námi • Bezbariérové ubytování
- **RECEPTY** • Velikonoční menu Heleny Růžičkové
- **VZKAZY** • Vzkazy moudrých

38 2004

**Jste-li okouzleni krásou barev, zvuků,
neděkujte tomu štěstí přede mnou,
raději podejte mi bez rozpaků ruku,
abych šla s vámi a ne za stěnou.**



VERŠE

OPORA... (mé ženě)

Rudolf Kukačka

Tak jak rybář potřebuje síť

jak réva nosný drát
jak střecha pevný krov
i vedení svůj sloup
jak rodič svoje dítě...
Jak kolej dlouhý vlak
po cestě vede dál...,
tak ona je tou oporou
když žití stíní mrak

Tu hru – psanou životem
šlo přerušit
a závod s tíhou vzdát
za jízdy z káry vyskočit
zradit, tnout
a jít
slib dříve daný porušit
Šlo však i jiný důkaz dát
...co krásné je
silné
a hodné člověka
– chtít vytrvat!

SLOVO ŠÉFREDAKTORA



Milí čtenáři!

Hned na úvod musím oznámit všem čtenářům Doteků důležitou informaci, která by nikomu z vás neměla uniknout. V únoru tohoto roku byla naše organizace LORM – Společnost pro hluchoslepé přijata do Asociace organizací neslyšících, nedoslýchavých a jejich přátel (ASNEP).

V úvodní části tohoto jarního čísla si přečtete první z básní, které nám ochotně poskytl vozíčkář Rudolf Kukačka z Tábora. Na stránkách Doteků letos dochází k některým změnám. Dosavadní rubrika PORADNA nyní nese název PRÁVNICKÁ PORADNA. V ní přinášíme aktuální informace o změnách, týkajících se poskytování slev při provozování telefonních stanic pro zdravotně postižené. Důvodem změny názvu této pravidelné rubriky je hlavně skutečnost, že od tohoto čísla bude vycházet PORADNA PSYCHOLOGA, kterou vás bude provázet Mgr. Magda Zurinková, externí psychologka LORMu. V příštích číslech Doteků nejsou vyloučeny ani další zajímavé změny.

Čtenáře jistě zaujmou také informace o mykózách, známých jako kožní plísň, které pro některé takto postižené osoby mohou představovat velký problém, zejména po stránce psychické a společenské. Součástí rubriky ZDRAVÍ je nový seriál Příčiny hluchoslepoty, na jehož tvorbě se podílejí studentky speciální pedagogiky na Pedagogické fakultě v Hradci Králové. První díl je věnován toxoplazmóze, vážnému parazitárnímu onemocnění. Dále si můžete přečíst humorný dopis M. Váňové, která se s vámi podělí o neobvyklé zážitky s domácími zvířaty ze života na Českomoravské vrchovině.

Velmi významným mezníkem v otázce integrace hluchoslepých do společnosti byly dvě akce v Dánsku – 5. konference hluchoslepých lidí Evropské unie nevidomých a založení Evropské unie hluchoslepých (EDBU), které se uskutečnily v říjnu loňského roku. O těchto dvou mezinárodních akcích se více dozvíte v rubrice ZE SVĚTA. Seriál o léčivých bylinách je věnován ženšenu, jedné z nejslavnějších rostlin všech dob. Pověsti z našich krajů jsou oblíbeným čtením zvláště mezi neslyšícími Lormáky, pro které jsou často zdrojem poznatků z české historie. Tentokrát je pro vás zařazena méně

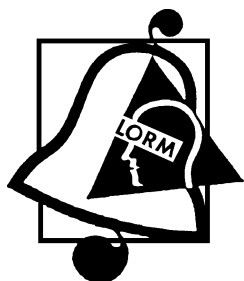
známá pověst o pražském Klementinu, kde se prý ukrývá velký poklad.

Závěrem bych vás chtěl upozornit především na novou útlou brožuru Hluchoslepí mezi námi, kterou LORM vedle knižní podoby vydal i na CD-ROM. Podrobnosti o této knížečce včetně pokynů ohledně objednávky přinášíme v rubrice INFORMACE. Nechybějí samozřejmě ani další drobné zprávy, cenné rady a informace. Jsou věnovány vám všem, kteří je žádáte v dopisech, za které vám moc děkuji. Doteky jsou určeny výhradně pro vás!

Hodně jarního sluníčka, radostné prožití velikonočních svátků, životní optimismus a dobré počtení upřímně přeje

Váš

Zdeněk Sedláček



ZPRÁVY

VÁNOČNÍ SETKÁNÍ

Dne 12.12. 2003 od 13:00 hodin probíhalo vánoční setkání členů LORMu z celé České republiky ve stacionáři České unie neslyšících se sídlem v Dlouhé 37, Praha 1.

Jednalo se o starší, spíše historický objekt, ale měli jsme k dispozici vyhovující zázemí: kuchyňku, šatnu, malý salonek a větší sál, kde probíhala vlastní akce. Nechyběl samozřejmě ani krásně nazdobený vánoční stromek a malé sváteční občerstvení. Sešlo se nás zde asi 40 účastníků a když přihlídneme k tomu, že se setkání konalo v době předvánočních příprav, zúčastnil se jej dostatečný počet.

Hlavní kulturní program připravili žáci ze zájmové umělecké školy. Soubor se nazýval Vyšehrad a byl sestaven ze 14 žáků do 15 let. Děti nám přednesly s kytarami několik skladeb světových klasiků, které prokládaly básněmi Jiřího Žáčka s adventní a zimní tematikou. Na závěr jsme si všichni zazpívali vánoční koledy s doprovodem kytaristů zmíněné skupiny Vyšehrad.

Tuto zprávu píší proto, aby měli informace z našeho setkání i ti Lormáci, kteří na takové akce rádi jezdí, ale neměli možnost se z vážných důvodů dostavit.

Ing. Leopold Brückner

SBÍRKA PRO HLUCHOSLEPÉ „ČERVENOBÍLÉ DNY“

Zakoupením komiksové pohlednice 19. dubna 2004 podpoříte 2. ročník celonárodní sbírky „Červenobílé dny“.

Občanské sdružení LORM – Společnost pro hluchoslepé pořádá v pondělí 19. dubna 2004 další ročník celonárodní veřejné sbírky „Červenobílé dny“, jejíž výtěžek je určen na podporu a pomoc hluchoslepým spoluobčanům. Sběrka se koná pod záštitou senátorky Zuzany Roithové.

V pondělí 19. 4. v ulicích 50 českých i moravských měst budou dobrovolníci oblečení do červenobílých barev prodávat pohlednici za 20 korun. Příspěvky za pohlednice budou dobrovolníci ukládat do uzavřených pokladniček označených symbolem sbírky – panáčkem s červenobílou holí. Občané se tak díky pohlednici s vtipným komiksovým obrázkem ilustrujícím hluchoslepu osobu na přechodu dozví o skutečnosti, že mezi námi žijí hluchoslepi spoluobčané. Tuto informaci mohou odesláním pohlednice předat dál svým přátelům a známým.

Sběrka vyvrcholí Červenobílou beneficí v neděli 25. dubna od 17 hodin v Divadle v Dlouhé na Praze 1. Na koncertě mimo jiné bez nároku na honorář vystoupí Jiří Suchý, Pavla Šuranská (zpěv), Barbora Konečná a Petr Pačes (housle, kytara), Jan Páleníček a Jitka Čechová (cello, klavír) a Radka Fišarová (zpěv), soubor Tichá hudba. Předprodej lístků v pokladně Divadla v Dlouhé. Více informací najdete na www.lorm.cz a www.cervenobiledny.cz.

Petra Zimermanová

RODINNÁ KONFERENCE O HLUCHOSLEPOTĚ

Od 22. do 24. dubna 2004 proběhne v Olomouci již 2. ročník mezinárodní konference k problematice osob s hluchoslepotou. Organizuje ji sdružení rodičů a přátel hluchoslepých dětí Záblesk z Kopřivnice, Speciální mateřská škola a Speciální základní škola pro sluchově postižené v Olomouci. Jejimi účastníky budou osoby s hluchoslepotou, rodiny hluchoslepých dětí, zástupci LORMu - Společnosti pro hluchoslepé z Prahy, pracovníci MZ, MŠMT a MPSV ČR, foniatři, oftalmo-

logové, psychologové, speciální pedagogové, studenti a další pracovníci z oblasti zdravotnictví, školství a sociální sféry. Součástí odborné sekce budou tato témata:

- a) současné možnosti a trendy ve vzdělávání hluchoslepých,
- b) pracovní uplatnění a sociální péče o osoby s hluchoslepotou po ukončení vzdělání,
- c) volnočasové aktivity a osobnost lidí s hluchoslepotou,
- d) zdravotní aspekty u lidí s hluchoslepotou,
- e) rodina a dítě s hluchoslepotou – chráněné bydlení,
- f) kompenzační pomůcky pro hluchoslepe lidi.

Jednací jazyk je čeština (slovenština) a znakový jazyk. Konferenční poplatek je 300,- Kč. Od poplatku jsou osvobozeny rodiny hluchoslepých dětí a jsou jim hrazeny i náklady na dopravu, ubytování a stravování díky finanční podpoře od Perkinsovy školy pro slepé Wattertown Massachusetts.

Korespondenční adresa: Mezinárodní konference, Mgr. Daria Kubínová, Speciální MŠ a Speciální ZŠ pro SP, třída Kosmonautů 4, 772 00 Olomouc.

Bližší kontakty: tel: 585 567 125, fax: 585 567 124

Převzato z časopisu GONG, č. 2/2004

Jubilea

V prvním pololetí roku 2004 oslaví nebo již oslavili svá životní jubilea tito členové a klienti LORMu:

89 let – Milada Studenovská

88 let – Václav Dlouhý

84 let – Jarmila Otáhalová

81 let – Ing. Jaroslav Kolář, Jiřina Růžičková

80 let – Rudolf Růžička, Vlasta Maňhalová, Václav Řehák,
Zdeňka Slabá

75 let – Růžena Dušková, Olga Špinková, Ing. Bohumil Volf,
Miroslav Kolář

70 let – Kurt Opitz

65 let – Jiří Czerný, Jaroslava Sedláčková, Marie Volfová,
Zdena Menclová

55 let – Jaroslava Kolářová, Irena Matějčková

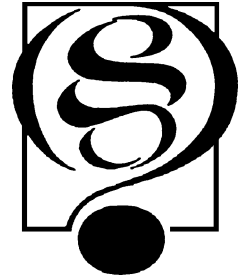
50 let – Marie Novotná (Chrastava)

Úmrtí

Začátkem roku se s námi navždy rozloučila klientka LORMu paní Marie Hradecká. Se smutkem v srdci vzpomínáme.

PRÁVNICKÁ PORADNA

DŮLEŽITÉ ZMĚNY U ZVÝHODNĚNÝCH TELEFONNÍCH STANIC PRO ZDRAVOTNĚ POSTIŽENÉ OBČANY



V jednom z předešlých vydání Doteků jsem vás, vážení čtenáři, informoval o možnostech získání zvýhodněné telefonní stanice pro těžce zdravotně postižené občany ze strany Českého Telecomu a. s.

Od počátku tohoto roku v této oblasti došlo k důležitým změnám, o kterých byste měli vědět. Zde jsou nejdůležitější informace, které jsem převzal z občasníku pro zdravotně postižené občany *Náš zpravodaj*, prosinec 2003.

Změna postupu při poskytování zvýhodněných telefonních stanic a koncových telefonních zařízení osobám se zdravotním postižením.

Na základě Rozhodnutí ČTÚ ze dne 25. 9. 2003, čj.: 24631/2003, které nabylo právní moci dnem 15. 10. 2003, nebude již společnost Český Telecom a. s. vyžadovat „Doporučení místně příslušného Centra pro zdravotně postižené“ v případě uplatnění požadavku fyzickými osobami se zdravotním postižením na zřízení cenově zvýhodněné telefonní stanice. Totéž platí i v případě přeložení cenově zvýhodněné telefonní stanice, jakož i v případě převodu účastnictví a současně přeměně plně placené telefonní stanice na cenově zvýhodněnou telefonní stanici. Shora uvedené doporučení příslušného Centra pro zdravotně postižené nebude ze strany Českého Telecomu a. s. vyžadováno rovněž v případě nájmu speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení za cenu standardního koncového telefonního zařízení.

Pro lepší informovanost uchazečů o uplatnění výše uvedených požadavků, týkajících se zvýhodněných telefonních

stanic, uvádím podrobné informace, týkající se dokladů prokazujících nárok na poskytnutí zvýhodněné telefonní stanice těžce zdravotně postiženým občanům.

Žadatel o poskytnutí cenových slev, resp. o nájem speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení předloží:

- a) žádost
- b) prohlášení (viz níže).

Příslušné formuláře jsou k dispozici buď přímo u Českého Telecomu a. s., nebo na jednotlivých Centrech pro zdravotně postižené.

Žádá-li o poskytnutí výše uvedených slev zdravotně postižený občan, jemuž byly přiznány mimořádné výhody II. stupně (průkaz ZTP) z důvodu praktické nebo úplné hluchoty, musí k žádosti přiložit úředně ověřenou kopii rozhodnutí příslušného orgánu České správy sociálního zabezpečení, ve kterém je uvedeno, že zjištěné zdravotní postižení odpovídá postižení uvedenému v odst. 2, písm. l) přílohy č. 2 k vyhlášce č. 182/1991 Sb., ve znění pozdějších předpisů.

Žádá-li o poskytnutí výše uvedených slev těžce zdravotně postižený občan, jemuž byly přiznány mimořádné výhody III. stupně (průkaz ZTP/P), je třeba, aby k žádosti přiložil úředně ověřenou kopii tohoto průkazu.

Osoba, která je uznaná lékařem příslušného orgánu České správy sociálního zabezpečení bezmocnou ve smyslu vyhlášky č. 182/1991 Sb., kterou se provádí zákon o sociálním zabezpečení v platném znění, přiloží k žádosti úředně ověřenou kopii rozhodnutí tohoto orgánu o zvýšení důchodu na základě bezmocnosti.

V případě požadavku na nájem speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení je třeba, aby žadatel k žádosti přiložil doklad, v němž je provedeno podrobné vymezení druhu koncového telefonního zařízení. Toto vymezení provede příslušný odborný lékař, a to dle přílohy k vyhlášce č. 92/2001 Sb., kterou se vydává seznam speciálně vybavených koncových telefonních zařízení, určených pro potřeby těžce zdravotně postižených osob.

V případě osoby, která nedovršila věk 18 let, je třeba k žádosti přiložit úředně ověřenou kopii prohlášení zákonného zástupce nebo opatrovníka.

V případě osoby, která byla rozhodnutím soudu zbavena způsobilosti k právním úkonům, nebo které byla omezena způ-

sobilost k právním úkonům, je třeba předložit též úředně ověřenou kopii rozhodnutí soudu ve věci zbavení (omezení) způsobilosti k právním úkonům, případně i ve věci ustanovení opatrovníkem.

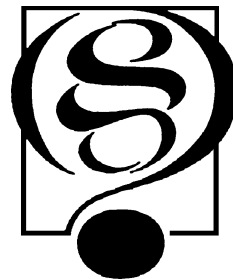
Při osobním uplatnění požadavku (osobní návštěva žadatele příslušného kontaktního místa Českého Telecomu a. s.) příslušný zaměstnanec pořídí fotokopie předkládaných dokladů a stvrdí svým podpisem jejich ověření. V tomto případě tedy není nutné, aby si žadatel obstarával úředně ověřené kopie příslušných dokladů. Vše potřebné za něho obstará příslušný pracovník Českého Telecomu a. s.

Cenové slevy, případně i nájem jednoho kusu speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení, jsou poskytovány pouze u jedné telefonní stanice, a to v místě trvalého pobytu oprávněné osoby.

V případě osob, které nedovršily věk 18 let, resp. byly rozhodnutím soudu zbaveny způsobilosti k právním úkonům, budou cenové slevy, případně i nájem speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení, poskytnuty pouze za podmínky, že tyto osoby nejsou trvale umístěny v ústavech sociální péče nebo v internátních školských zařízeních. Žádost o poskytnutí cenových slev i nájmu speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení, případně i příslušná Smlouva (dodatek ke Smlouvě) musí být podepsána zákonným zástupcem nebo opatrovníkem takovéto osoby.

Účastníci telefonních stanic, jimž jsou poskytovány cenové slevy, případně i nájem speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení, nebo jejich zákonní zástupci či opatrovníci, jsou povinni oznamovat poskytovateli veškeré skutečnosti, které mají vliv na poskytování uvedených výhod, a to bezprostředně po jejich vzniku, nejpozději však do 7 kalendářních dnů ode dne, kdy k takové skutečnosti došlo, případně na vyzvání poskytovatele prokázat, že i nadále trvají podmínky pro jejich poskytování.

Pominou-li důvody pro poskytování nájmu speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení, je účastník, jeho zákonný zástupce či opatrovník, povinen vrátit bez zbytečného odkladu příslušné koncové zařízení poskytovateli. V případě neoznámení takovýchto změn bude poskytovatelem požadováno (případně i vymáháno) navrácení bezdůvodného obohacení v rozsahu poskytnutého zvýhodnění, a to od prvního dne měsí-



ce následujícího po dni, kdy došlo k zániku podmínek pro poskytování cenových slev, případně i pronajatého speciálně vybaveného koncového telefonního zařízení.

JUDr. Bohuslav Dohelský



PORADNA PSYCHOLOGA VÝZVA ČTENÁŘŮM

Milí čtenáři DOTEKŮ,
s mnohými z vás jsem měla možnost se již osobně poznat a povídat si o vašich starostech a problémech. Ne každý ale může přijet za mnou do Prahy, Brna nebo Liberce, kde mám poradnu, a proto jsem moc ráda, že se budeme setkávat i prostřednictvím vašeho časopisu. Pokud máte nějaký problém, starost, nebo se potřebujete jenom vypovídat ze svého trápení, napište mi na mou e- mailovou adresu nebo na adresu LORMu v Praze. Budu moc ráda, pokud vy sami navrhnete témata, která vás zajímají .

Na posledním Klubu v Praze jsme si povídali o problému jak slušně odmítnout nabízenou pomoc. Je to téma, které souvisí se schopností zdravého sebeprosazení, tzv. asertivitou. Pokud máte nějakou zkušenost, o kterou byste se chtěli s námi podělit, napište. Můžete napsat také o případech, kdy jste se dostali do situací, ve kterých jste nevěděli, jak zareagovat. Povíme si, jak by to mělo být správně. Těším se na vaše dopisy.

Srdečně zdravím vaše

Magdalena Zurinková
magdalena.zur@seznam.cz



ZDRAVÍ

MYKÓZY

Nejrozšířenější formou mykóz jsou všem známé kožní plísňe. Způsobují je různé spóry (výtrusy), které se šíří převážně vzduchem, vodou i dotykem, také pomocí hmyzu či vinou špatné osobní hygieny nebo neutěšeného prostředí (např. po

povodních). Poměrně časté jsou případy nakažení kojenců jejich matkami, a to všech sociálních vrstev, které nedostatečně věnují péči správným stravovacím návykům a hygieně kojenců. Kožní plísně se často chovají velmi houževnatě a svému nositeli způsobují nejednu trpkou chvíli. Málokdo však ví, že plísně představují pro některé lidi nepříjemnou chorobu, která je provází po celý život. Rozvoj kožní plísně u nás podporují zejména kakaové výrobky, které jsou příčinou vzniku až 60% všech mykóz. Proč tomu tak je? Česká republika dosud nedodrží mezinárodní předpisy ke zpracování dovážených kakaových bobů. Zatímco ve světě je tolerováno v zásilce 20-30% kakaových bobů napadených plísní a jinými houbovými chorobami, u nás je povoleno 46%, tedy bezmála polovina dovezené zásilky. Zbytek – zhruba 40% původců kožních plísní tvoří sušené mléčné výrobky, např. nekvalitně zpracovaný Sunar a jiná dětská výživa (zvláště nesterilizovanou vodou přímo z vodovodního kohoutku), pudinky a různé práškové kaše. Zdrojem nákazy mohou být samozřejmě i mouka, zejména hrubá, krupice, kroupy, vločky a jiné obilné výrobky či trvanlivé potraviny, všechny masové konzervy včetně olejovek, zvláště s prošlou lhůtou jejich doporučované spotřeby.

Největším zdrojem mykóz globálně na celé naší planetě je kromě kakaových bobů také sušené maso. Velké nebezpečí výskytu plísní představuje sušené maso z těchto zvířat: nejvíce z amerického bizona, následuje hovězí, vepřové, skopové ze starších kusů, dokonce i koňské.

Zatímco v našem státě trpí různými druhy mykóz kolem 80% veškerého obyvatelstva, v ostatních částech naší planety je toto číslo daleko nižší. Přispívá k tomu rozhodně i skutečnost, že ve většině ostatních zemí je používán ke slazení cukr třtinový na rozdíl od našeho rafinovaného řepného, který rovněž přispívá k rozvoji mykóz.

Nebezpečí některých agresivních druhů kožních plísní, například v obdobích po povodních, tkví také v tom, že při zanedbání osobní hygieny a léčby mohou způsobit i závažné choroby zažívacího traktu jako je rakovina jícnu a žaludku, ojedinele i střev. U kuřáků a narkomanů mohou vést ke vzniku žaludečních vředů a kožních afektů, připomínajících těžké spáleniny. U těhotných žen-narkomanek může vést k potratům a vážnému poškození plodu. Jsou známy i případy, že při změně



prostředí mohou mykózy vést až k akutním formám leukémie.

Do budoucna se počítá s rozšířením výroby protimykóz-
ních léčiv s prodlužujícím účinkem podobně jako u vitamínů. Vývoj těchto přípravků se širokým spektrem působnosti je
teprve na samém začátku. Předpokládá se, že budou ve formě
tablet či kapslí k vnitřnímu užívání.

*Podle MUDr. V. Š. Čermáka pro Doteky
upravil Z. S.*

TOXOPLAZMÓZA

Toxoplazmóza je způsobena parazitem nazývaným TOXO-
PLASMA GONDII, což je cizopasný prvok. Tento mikrosko-
pický živočich vytváří cysty, které přecházejí do výkalů pri-
márního hostitele KOČKY.

Kočky při svých potulkách znečišťují svými výkaly zahrady a
rovněž i zeleninu. I přes likvidaci těchto výkalů se můžeme naka-
zit tím, že sníme cystickou formu toxoplazmózy. Velká pravděpo-
dobnost nákazy touto nemocí hrozí dětem, které si hrají na
pískovišti. To je také jeden z důvodů, proč by pískoviště měla
být každý rok sterilizována a plněna novým pískem.

Toxoplazmóza může postihnout jakékoliv zvíře, včetně člo-
věka. Většina zvířat přenáší infekci ve svém těle. Tam, kde
jsou chována domácí zvířata, se člověk může nakazit při vý-
měně misek pro kočky, při práci na zahradě bez rukavic (v zemi
mohou kočičí výkaly zůstat v infikované podobě až 14 měsí-
ců) a dokonce i při pouhém požívání neumyté zeleniny ze za-
hrady. Samotné kočky nejsou jediným důvodem výskytu této
infekce. Mezi další dvě možné příčiny patří špatně tepelně
upravené maso a zvyšující se spotřeba nepasterizovaného
kozího mléka. Ve Francii je považován za hlavní důvod rozši-
řující se infekce požívání syrového nebo nedostatečně pro-
pečeného masa.

Naštěstí infekce ve svém výsledku bývá velice mírná. Může
se projevit zduřením uzlin nebo jako lehká chřipka. Pokud se
však touto infekcí nakazí těhotná žena, dopad postižení je mno-
hem větší u plodu než u ní samotné. Asi u 40% nakažených
plodů se vyskytují vrozené abnormality. Z tohoto počtu je u 10%
dětí vysoká pravděpodobnost vážného postižení.

Jestliže je choroba zachycena v raném těhotenství, je

menší pravděpodobnost přechodu infekce přes placentu k plodu. Pokud k tomu však dojde, následky jsou velice vážné. Jestliže těhotná žena získá infekci později, je pravděpodobnější přechod přes placentu, avšak postižení plodu je menší (v důsledku toho, že už proběhla organogeneze – fáze vzniku a vývoje orgánů).

U dětí, které se s toxoplazmózou narodí (infikované nejčastěji mezi 3 - 6 měsícem těhotenství), se mohou objevit vážné syndromy (příznaky) mezi něž patří: hydrocefalus (nahromadění mozkomíšního moku v nitrolebním prostoru), zvápenatění mozku, chorioretinitida (poškození sítnice). Může se objevit i epilepsie a hluchota. Nejvíce znepokojujícím v tomto ohledu je skutečnost, že se zrakové postižení nemusí objevit až do pozdní adolescence.

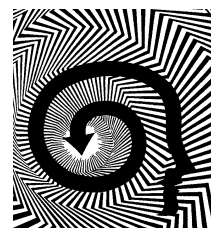
Mnoho dospělých se z toxoplazmózy uzdravilo samovolně bez jakékoliv léčby, ačkoliv léčba je možná pomocí sulfidů. Léčba oka u infekce toxoplazmózou je mnohem složitější, a těhotným ženám musí být podávány během léčby jiné léky neboť ty, které se běžně užívají, jsou příliš toxické. Žádná léčba však nedokáže vyhubit všechny cysty, což znamená, že se po vyléčení může infekce v budoucnu znovu objevit.

DbI Deafblind Education, No.19, January – June 1997
Překlad: Marie Sochorová

ŘÁDKY PRO SENIORY

MŮJ „RŮŽOVÝ DEN“ PŘI CESTĚ NA ŠUMAVU

Máte také občas „růžové“ dny? Není jich sice mnoho, ale ten den vše vychází, lidé jsou k vám milí a vstřícní. Nedávno, v době sucha, jsem měla před sebou cestu na Šumavu, a to na Lipku, které jsem se velmi obávala. Všichni máme jistě v paměti 34 stupňová vedra, která tenkrát dlouhou dobu sužovala celou zemi a lidé se zdržovali buď v bytě, nebo u vody. Na pobyt v přírodě mezi dobrými známými, kam jezdím každý rok, jsem se sice těšila, ale cesta ze stanice Lipka, 3,5 km stále do kopce k chalupě Klubu českých turistů, mne v tom



horku děsila. Protože jsem však měla svůj „růžový“ den, nemusela jsem se tolik obávat.

Prvé příjemné překvapení bylo, že jsem nemusela přestupovat dvakrát, jak obvykle přestupujeme, ale pouze v neděli se přestupuje jen v Písku, tedy 1x. Dále – vždy mi do vlaku s kufrem někdo ochotný pomohl. Měla jsem ještě batoh, byla jsem za každou pomoc vděčná.

I pan průvodčí byl nebývale milý. Na nádraží v Písku, kde jsem čekala na vlak do Strakonice a dále, si mne všiml a upozornil, že souprava přijede na 4. kolej, abych tam šla raději dříve a stačila nastoupit. Který průvodčí si všímá jednotlivých cestujících?

Po příjezdu na Lipku jsem si myslela, že tam od 11 hodin počkám ve stínu a nahoru půjdu až navečer. Věděla jsem, že bych s plnou zátěží za poledního slunce ty kilometry neušla.

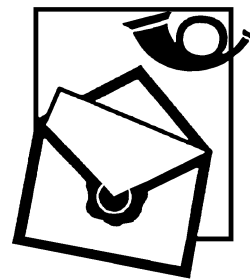
Jedna známá mi v Táboře říkala, že snad jezdí na Borovou Ladu z Lipky autobus, ale moc jsem tomu nevěřila. Nikdy tam žádný autobus nejezdil. Přesto jsem se prvního pána, kterého jsem po vystoupení z vlaku uviděla, zeptala, zda tam nějaký autobus existuje. Odpověděl záporně, prý nikdy nejezdil a nejezdí žádný autobus. Prý jdu asi k Broučkovi, tak se říká zmíněné chalupě, která byla kdysi myslivnou a myslivec každého oslovoval „broučku“. Chalupě to zůstalo, i když myslivec již dávno nežije. Pán se nerozmýšlel a hned řekl, že mne nahoru doveze autem. Za takového vedra bych prý nedošla. Nebyl zlatý? Byla jsem mu moc vděčná, chtěla platit, ale zdráhal se něco přijmout. Bral to jako dobrý skutek, prokázaný starší osobě. Říkal, že kdyby mi bylo 20 let, nenabízel by se, ale viděl asi, že nemám síly nazbyt. Obyčejně však to bývá naopak, lidé spíše svezou mladice než babky, ale jednak jsem měla svůj „růžový“ den a jednak pán z nádraží byl moc hodný. Tak se stalo, že jsem byla na chatě Klubu českých turistů z Tábora již před polednem, mohla si ohřát něco, co jsem si přivezla k obědu a navečer se s ostatními vydat na procházku krásnou přírodou. Byl to den, na který budu dlouho vzpomínat a v duchu dobrému pánovi ještě děkovat.

M. J., G-centrum Tábor.

(Převzato z internetového časopisu SENIO, listopad 2003)

DOPISY

NAŠE TULAČKA



Po přečtení „Doteků“, kde byl příběh o laňce Lízince, jsem si vzpomněla, že velmi dávno, když jsem byla ještě mladší, chovali jsme si na naší samotě různá zvířátka. Drůbež, králíky, ovce, prasátka i kravičku. Byla to toho času i naše živitelka a jmenovala se Maruna. Nebyla to ale obyčejná kravička, dělala nám velkou radost. Každým rokem měla pěkné zdravé telátko, dávala hodně mléka, které se prodávalo a také se z něj dělalo domácí máslo a tvaroh. To byla pochoutka!

Z jara jsme ji uvazovali na řetěz a s ní vyběhla ovečka Irenka, beran Lojza a prasátko. Někdy i pejsek Čertíček a kočky. Byla to pěkná podívaná na celé stádo.

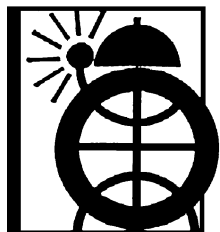
Maruna byla velice společenská. Ráda si udělala výšlap do přírody, lesa, vesnice, ba i do kravína si zašla. Nerada se vracela zpět na samotu. Říkali, že je po paní domu, která také toužila být ve společnosti a mezi dobrými lidmi. Takže naše kravička žila volně. Na podzim si vždy vybrala pěknou jetelinu, zastavila se u hromady brambor nebo se zakousla do sladké řepy, ale vždy věděla, kdy má dost. Stále se toulala a byla-li daleko od domova, přenocovala třeba na okraji lesa.

Jednou také zamířila do vesnice, kde zrovna byla svatováclavská pouť, a procházela se mezi boudami a kolotoči. Naštěstí byla velmi inteligentní a nezpůsobila žádnou škodu. Jeden známý ji odchytil, roztáhl paraple a udělal s ní cirkusácké vystoupení. To vyvolalo velké nadšení, zvláště u dětí. Také se stalo, že za mnou přijela sestra z Opavy a měla oblečené krásné, pestré, květované šaty. Kráva Maruna si ji pečlivě prohlížela, poznala, že je cizí.

Asi po týdnu jsme praly prádlo a sestra své šaty a pověsily jsme je na šňůru. Když se milá Maruna vracela z pastvy, zahlédla sestřiny pestré šaty. Nevím, co jí to napadlo, zda si je chtěla dát na hlavu, ale to se jí nepodařilo, tak je celé rozžvýkala a donesla je na dvůr. My jsme mohli smíchy puknout, ale sestra začala naříkat, v čem pojedou domů. Nezbývalo nic jiného, než koupit nové šaty. Ty se určitě naší Maruně nelíbily, protože už nebyly tak pestré.

Maruna se dožila vysokého věku, měli jsme ji velmi rádi a moc na ni vzpomínáme. Jistě tyto příhody s naší tulačkou potěší i čtenáře Doteků.

Marie Váňová, Hybrálec



ZE SVĚTA

EVROPSKÁ KONFERENCE HLUCHOSLEPÝCH

Dvě akce roku 2003: Evropská konference hluchoslepých a založení Evropské unie hluchoslepých

V dánském městě Fredericia se ve dnech 18. – 23. 10. 2003 konala dvě důležitá setkání. Byla to pátá konference hluchoslepých lidí Evropské unie nevidomých (the 5th EBU Deafblind Conference) a Založení Evropské unie hluchoslepých – EDBU (the Founding of the European Deafblind Union - EDBU). Obě události jsou významným mezníkem v procesu emancipace hluchoslepých lidí.

Cílem konference bylo navrhnout, shrnout a ukázat široké veřejnosti, vládám a mezinárodním organizacím způsoby, jak optimálně řešit problémy lidí postižených hluchoslepotou. Téma konference bylo vyjádřeno názvem „Nezávislost a rovnost hluchoslepých lidí – práva hluchoslepých lidí a odpovědnost státu“. Tomu odpovídal obsah příspěvků a navazujících pracovních skupin (tzv. workshopů). Na základě doporučení a závěrů z diskusí v jednotlivých pracovních skupinách účastníci konference přijali tuto rezoluci:

USNESENÍ

V souladu se všemi konvencemi Spojených národů o lidských právech a v souladu se Standardními pravidly Spojených národů O vyrovnání příležitostí pro osoby s postižením:

My, zástupci hluchoslepých lidí v Evropě, sjednoceni na 5. EBU konferenci hluchoslepých dne 20. října 2003 ve Fredericii v Dánsku, naléhavě žádáme všechny vlády v Evropě:

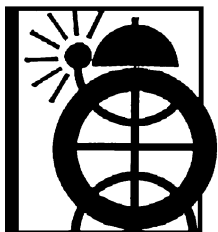
- aby uznaly hluchoslepotu jako jedinečné postižení;
- aby uznaly, že všechny osoby s hluchoslepotou jsou osobami majícími právo na plné zapojení do všech oblastí společnosti počítaje v to vzdělání, informace, komunikaci, zaměstnávání, sociální a politický život;
- aby zajistily kvalitu života, sociální začlenění, příležitosti k zaměstnání, mobilitu a plnoprávné zapojení všech hluchoslepých lidí tím, že budou poskytovat všechny nezbytné služby, počítaje v to:

- kvalitní speciální vzdělávání;
- kvalifikované tlumočnický;
- osobní asistenty a průvodce;
- rehabilitaci;
- přístupné informace;
- plnoprávný přístup ke všem zřetelům informační společnosti;
- komunikaci přístupnou každé hluchoslepé osobě v úpravě a jazyce, jaké potřebuje;
- poskytování technických kompenzačních pomůcek;
- pomocná a přizpůsobená zařízení;
- přístupnost celého životního prostředí;
- aby zajistily zákonný základ pro nezbytná opatření a služby a aby právě tak zajistily, že vývoj a poskytování služeb budou probíhat v partnerství a dialogu s hluchoslepými osobami a jejich organizacemi.

Schválením tohoto usnesení skončila konference. Setkání hluchoslepých lidí ve Fredericii ale pokračovalo dalšími jednáními. Uskutečnil se zakládající sjezd Evropské unie hluchoslepých a hned poté zakládající První valné shromáždění Evropské unie hluchoslepých.

Na zakládajícím sjezdu se projednával návrh stanov Evropské unie hluchoslepých. Nejvíce se diskutovalo o definici hluchoslepoty, která je uvedena v prvním článku stanov, a o podmínkách členství. Účastníci se shodli na této definici: „Hluchoslepota je jedinečné postižení, které je způsobeno různorodými kombinacemi sluchového a zrakového poškození. Způsobuje potíže při komunikaci a sociální a funkční interakci a zabraňuje plnému a inklusivnímu (včleňovacímu) zapojení do společnosti“. (Deafblindness is a unique disability caused by various combinations of auditory and visual impairments. It causes obstacles in communication and social and practical interaction and prevents full and inclusive participation in society.)

Druhou obtížnou otázkou, kterou účastníci vyřešili, bylo vymezení členství v Evropské unii hluchoslepých. Pro jeho specifikaci byly zavedeny klíčové pojmy národní organizace hluchoslepých (national organization of the deafblind), národní člen (national member), národní zástupce (national representative), přidružený člen (associate member) a zástup-



ce přidruženého člena (representative from the associate member).

Stanovy nejprve vymezují pojem národní organizace hluchoslepých. Je to taková organizace hluchoslepých lidí, v jejíchž orgánech mají hluchoslepí lidé většinu, přičemž členové těchto orgánů jsou voleni v pravidelných intervalech hluchoslepými členy organizace. Pouze národní organizace hluchoslepých se mohou ucházet o členství v Evropské unii hluchoslepých, kde se mohou stát buď národním, nebo přidruženým členem.

Jádrem členské základny Evropské unie hluchoslepých jsou národní členové. Národní člen je vymezen právní konstrukcí jako právnická osoba, která zastupuje všechny hluchoslepe obyvatel ve své zemi, čili prezentuje svůj stát, nikoli jednu určitou národní organizaci hluchoslepých. Každý národní člen prezentující svůj stát je reprezentován jednou fyzickou osobou, tak zvaným národním zástupcem. Národním zástupcem může být pouze hluchoslepaná osoba.

Pokud v některé zemi je více národních organizací hluchoslepých lidí, které vyhovují podmínkám daných stanovami, může roli národního člena plnit pouze jedna z nich. Ostatní organizace (skupiny a instituce) hluchoslepých lidí mohou požádat o přidružené členství. Přidružený člen je podobně jako národní člen právnickou osobou a je prezentován fyzickou osobou, tzv. zástupcem přidruženého člena. Také tento zástupce musí být hluchoslepým člověkem. Přidružení členové mají právo účastnit se valných shromáždění jako pozorovatelé, ale nemohou navrhnout kandidáty do žádné z volených funkcí.

Toto uspořádání je velmi důležité ze tří důvodů. Jednak zaručuje, že jednotlivé evropské státy jsou zastoupeny vždy pouze jedním národním členem, jenž má speciální právní subjektivitu. Uvedená konstrukce navíc zajišťuje, že jak národním, tak přidruženým členem může být jedině národní organizace hluchoslepých a že jejich konkrétními zástupci smějí být pouze hluchoslepané osoby. Dalším důvodem této konstrukce je potřeba umožnit členství v Evropské unii hluchoslepých také skupinám hluchoslepých obyvatel v zemích, kde sdružení hluchoslepých lidí jsou přičleněna k organizacím zrakově postižených nebo sluchově postižených. Smyslem celé úpravy je zpřístupnit Evropskou unii hluchoslepých všem uskupením hluchoslepých lidí a současně zajistit, aby o záležitostech týkajících se hluchoslepých lidí rozhodovali sami hluchoslepí lidé.

Po zakládajícím sjezdu následovalo zakládající první valné shromáždění EDBU. Valné shromáždění nejprve schválilo stanoviny, potom ustavilo členskou základnu přijetím sedmnácti národních členů a v tajných volbách zvolilo šestičlenný výkonný výbor. Dále zvolilo dva auditory a tři členy volební komise pro volby na příští volební období. Evropská unie hluchoslepých má k dnešnímu dni sedmnáct národních členů, kteří zastupují hluchoslepe obyvatelé z těchto států: Belgie, Bulharsko, Chorvatsko, Česká republika, Dánsko, Finsko, Francie, Island, Itálie, Německo, Norsko, Maďarsko, Polsko, Rusko, Španělsko, Švédsko, Švýcarsko.

Výkonný výbor EDBU má toto složení:

předseda Ove Bejsnap (Dánsko), místopředseda Sergej Sirotkin (Rusko), generální sekretář Jozef Mendrun (Polsko), pokladník Mona-Britt Broberg (Švédsko), dva členové výboru Julia Roessler (Švýcarsko) a Jan Jakeš (Česká republika).

Auditory jsou Geir Jensen (Norsko) a Dimitar Parapanov (Bulharsko). Členy volební komise jsou Sanja Tarczay (Chorvatsko), Daniel Alvarez Reyes (Španělsko), Lex Grandia (Dánsko).

Dovršila se tak jedna etapa evropského emancipačního hnutí hluchoslepých lidí. Práce tím ale nekončí. Nyní nastal čas dalšího rozvíjení, postupného rozšiřování a prohlubování. Odhodlání hluchoslepých lidí pokračovat se zrcadlí mimo jiné i v rozhodnutí, že druhé valné shromáždění Evropské unie hluchoslepých se bude konat spolu s šestou evropskou konferencí hluchoslepých lidí v roce 2007 v Chorvatsku.

PhDr. Jan Jakeš

ZÁLIBY (HOBBY)

ŽENŠEN – KOŘEN ŽIVOTA

Ženšen patří mezi nejstarší cizokrajné léčivé rostliny, kterou znali již staří Číňané, když jej používali k přípravě posvátného vařeného či dušeného pokrmu. Později se uplatnil jako univerzální všelék prakticky na všechny známé choroby. Dnes je ženšenový kořen všeobecně uznáván, a to především jako posilující lék proti onkologickým nemocem.

Všehoj ženšenový (latinsky *Panax ginseng*) je malý dřevnatý keřík, dosahující výšky kolem půl metru. Má svěže zele-



né, na okrajích pilovité listy a drobné žluté či růžové květy, které tvoří kulovité květenství na dlouhém stonku. Kvete v květnu a v červnu.

Pochází z východní Asie, kde byl na mnohých místech vlivem intenzivního sběru zcela vyhuben. Dnes se vyskytuje v severní Číně, v ruské části Dálného východu (hlavně kolem řeky Ussiri), v Koreji a v některých částech Japonska (například na ostrově Hokkaidó). Roste zejména na okrajích listnatých lesů v humózních půdách, nejčastěji v nadmořských výškách 700 až 800 metrů.

Pro farmaceutické účely se využívá výhradně řepovitý kořen této rostliny, který se často větví a při troše fantazie může připomínat lidskou figurku. Do Evropy se ženšenový kořen v současnosti hojně dováží nejen z uvedených asijských zemí a Ruska, ale i z USA a Kanady. Poptávka po této rostlině stále stoupá, tak se ženšen v dnešní době získává převážně z pěstovaných kultur na velkých plantážích, a to zčásti ve východní Asii, nejvíce se však pěstuje v Severní Americe. Vedle všehože ženšenového se v těchto zemích pěstují i další druhy s obdobnými léčebnými účinky, například severoamerický všehož pětistý (latinsky *Panax quinquefolius*), uváděný jako americký, nebo kanadský ženšen. Odtud pak putuje ženšenový kořen do celého světa převážně již usušený k dalšímu zpracování. Pěstování ženšenu je velice náročné a v evropských podmínkách není dosud příliš úspěšné (u nás se vzácně pěstuje spíše pro okrasu na zahrádkách jako rarita). Semena totiž klíčí až po dvou letech a navíc vzešlé rostliny rostou velmi pomalu. Sběr kořenů se obvykle provádí až šestým nebo sedmým rokem po vyklíčení, kdy je v nich nejvíce účinných látek. V původní vlasti se kořeny nejprve opatrně vykopou nebo vyryjí, odstraní se jejich nadzemní části a pak se důkladně omyjí. Nakonec se suší ve specializovaných sušárnách. V Jižní Koreji se často kořeny navíc dosud utajovaným způsobem upravují v páře, což způsobuje, že takto zpracované jsou pak červené a téměř průsvitné. Většinou bývají k dostání i v našich obchodech se zdravou výživou a v lékárnách sušené a neupravené kořeny, tzv. bílý ženšen.

Sušený kořen ženšenu má všestranné léčivé účinky. Podporuje a zvyšuje odolnost proti ozařování, posiluje oslabený organismus po chemoterapii, užívá se při rekonvalescenci po různých chorobách a operacích. Dále pomáhá při nepravi-

delné srdeční činnosti, slouží jako pomocný lék při cukrovce (diabetu), upravuje krevní tlak a zlepšuje poměr červených a bílých krvinek. Blahodárně působí při únavě a nachlazení, příznivě ovlivňuje a léčí i některé psychické poruchy. I když je ženšen poměrně bezpečný, přesto může mít nežádoucí vedlejší účinky. U citlivých osob často vyvolává například bolesti hlavy, podrážděnost či alergickou reakci. Pro těhotné ženy je podávání ženšenu zcela zakázáno, neboť může nepříznivě ovlivnit vývoj plodu. V každém případě je při užívání ženšenuvých přípravků nutná velká opatrnost!



Ve východní Asii se ženšen pro své mimořádné léčivé účinky používá nejméně 3 000 let. Do Evropy se tato rostlina prokazatelně dostala už v 9. století, když ji do Španělska dovezli arabští cestovatelé. Největší slávy mezi léčivými bylinami dosáhl ženšen v 16. až 18. století, kdy býval mnohdy cennější než zlato. V současnosti je největší spotřeba ženšenu nejen v USA, ale i v některých západoevropských zemích (Velká Británie, Francie, Německo, Dánsko), kde rovněž probíhá nejrozsáhlejší lékařský výzkum této léčivé rostliny. Sušený kořen ženšenu se v dnešní době zcela běžně zpracovává také k výrobě mnoha léčiv, jako jsou různé tablety, kapsle či injekce. Drcený nebo mletý kořen se přidává do posilujících čajových směsí, do lihových výtažků a četných mastí, používaných na regeneraci poškozené kůže. V neposlední řadě je ženšen také významnou součástí některých zubních past a ústních vod, neboť má příznivé a hojivé účinky, zvláště při bolestech zubů, paradentóze, krvácivosti dásní a zánětlivých procesech v dutině ústní.

Zdeněk Sedláček

POVĚSTI Z NAŠICH KRAJŮ

Ve zdech pražského Klementina se ukrývá velké bohatství

Nedaleko vltavského břehu bydlel chudý zedník. Jednoho tmavého večera ho navštívili dva neznámí muži v černých pláštích a s klobouky hluboko do čela, aby jim nebylo vidět do obličeje. „Máme pro tebe práci“, řekli vyděšenému zedníkovi. „Nesmíš se však na nic vyptávat, a když budeme spokojeni,

dostaneš dobře zaplaceno!“ Co chudákovi zbývalo? Peníze potřeboval, a tak vzal zednické náčiní a bez zbytečných řečí následoval podivné návštěvníky do přistaveného kočáru. Sotva se rozjel, jeden z mužů mu zakryl oči šátkem, a tak neměl ani tušení, kam ho vezou.

Kočár drkotal po dláždění a nakonec vjel do rozlehlého nádvoří. Zedník stále nic neviděl, jen slyšel, jak se otvírají a zavírají těžká vrata. Stále poslepu byl veden z vozu do jakéhosi domu, dále dlouhou chodbou a po schodech dolů. Když mu sňali šátek z očí, poznal, že se ocitl v malém sklepení, v jehož sousedství se nacházela další místnost.

Tajemní muži ukázali lucernou do místnůstky, v níž ležely naskládány železné bedny: „Vchod do tohoto sklepení zazdíš tak, aby nikdo nepoznal, že tu něco bývalo!“ Zedník si všiml, že cihly i malta jsou již připraveny opodál, proto se na nic nevyptával a hned se dal do práce. Zakrátko byl otvor zazděn, jen čerstvá omítka ukazovala, kde býval vstup do druhé místnosti. Zedník na to upozornil zahalené muže, ti však byli s jeho prací zřejmě spokojeni a ujistili ho, že s tím si už poradí sami. Za dobrou službu dostal chudšas hrst zlaťáků a ze snadného výdělků měl takovou radost, že mu ani nevadilo opětovné zavázání očí. Muži ho odvezli domů a ještě mu pohrozili, aby nikomu o noční práci nic neříkal, jinak se mu povede zle. Zedník to rád slíbil.

Po čase se rozkřiklo, že jezuité byli vyhnáni z Klementina a všechno jejich jmění bylo zkonfiskováno. Zedník se dověděl, že zřejmě pomáhal ukrýt část jezuitského bohatství. Proto se vypravil na radnici a tam podrobně vylíčil svůj noční výlet. Radní mu nevěřili, ale nakonec se s ním přece jen vypravili do sklepů Klementina hledat ukrytý poklad. Přestože se zedník domníval, že přesně ví, jak vypadala sklepní místnost, kde zazdíval otvor, už se mu ji nepodařilo nalézt. Jezuité si dali záležet, aby dokonale zahladili stopy. Pro železné truhlice s pokladem se však již nevrátili, a tak v podzemí Klementina leží dosud.

Ivana Mudrová, Deník Bohemia

Z LITERÁRNÍ ČINNOSTI HLUCHOSLEPÝCH LORMÁKŮ



Hlas zvonů

Kdysi jsem byla s maminkou na dovolené nedaleko Brna. Blízko se nacházelo vyhlášené poutní místo Vranov s krásným kostelíkem. Bylo mi něco málo přes dvacet let a na ten výlet ráda vzpomínám.

Tentokrát jsem se vypravila sama – i když ne tak docela. Společně se mnou jel celý autobus poutníků. Ty davy lidí mi ale vadily, tak jsem se rozhodla jít postranními cestičkami. Říkala jsem si, že vodítkem mi budou hlasy těch, kteří jdou po nedaleké silnici, a podle nich se budu moci orientovat.

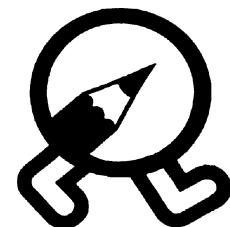
Šlo se mi hezky. Přeskakovala jsem potůčky, zdolávala kopečky a mírné srázy. Byla jsem dokonale spokojená a vnímala jen krásu okolní přírody. Najednou jsem si uvědomila, že již neslyším hlasy ze silnice. Podívala jsem se na hodinky a zjistila, že lesem jdu už dvě hodiny. Bylo mi jasné, že jsem zabloudila, i když panovalo krásné počasí, sluníčko hřálo a ptáčci zpívali. Pocit, že vlastně nevím, kde jsem, tu idylku pokazil. Moc jsem si přála, aby ten krásný den skončil šťastně. V tu chvíli se na vranovském kostelíku rozezněly zvony a já neomylně zamířila za jejich hlasem. Když jsem konečně dorazila na místo, bylo už dávno po bohoslužbách. Lidé, kteří přijeli se mnou, se již vraceli zpátky. Celá utmácená jsem vešla do kostelíka a posadila se do lavice. Přestože byla přestávka, varhaník začal hrát nádherné melodie. Připadalo mi, že hraje jenom mně pro radost.

*Příběh Jarušky Navarové z Chomutova pro Doteky
upravil Z. S.*

INFORMACE

ZHROUCENÍ SLUCHU

Podle současných zkušeností pacientů se dá předpokládat, že každý takto postižený člověk dostane první terapii v podstatě až po nejméně třech dnech. Zároveň však studie v tomto ohledu ukázaly, že u asi poloviny takto nemocných pacientů sluchové potíže spontánně ustoupí. Léčba se však ve všech případech pokládá za oprávněnou, neboť dává obecně lepší výsledky než vyčkávání, jak se tento stav bude dále vyvíjet.



Nutnost ústavní léčby se pokládá za nutnou v těch případech, kdy je ztráta sluchu velmi výrazná či úplná, dále v případě, že tato porucha znemožňuje pacientovi jakoukoliv komunikaci s okolím, kdy ambulantní léčba nevede k očekávanému efektu či v případě, že pacient má ještě jiné závažné onemocnění.

Zatím není úplně jasno v otázce, jak toto náhlé zhroucení sluchu léčit, až dosud se praktikovala především léčba infuzemi, ne všichni experti však zastávají názor, že by tato metoda byla z vědeckého hlediska plně oprávněná. Totéž se týká i léčby s kortikoidy, pobytu v hyperbarické komoře, určitě by se však nikdy neměla aplikovat ginkgo-laserová léčba či akupunktura.

GONG, č. 12/2003

TINNITUS NA WEBU

Tinnitus, neboli ušní šelest, může pacienty, kteří jím trpí, pouze obtěžovat, ale také se pro ně může stát nesnesitelný. Univerzální léčba neexistuje, a tak je třeba hledat léčbu každému šitou na míru. Pomoci může co největší přísun informací. Vybrali jsme pro vás 4 webové stránky, kde naleznete mnoho užitečných rad i kontaktů v angličtině. Pro německy hovořící čtenáře doporučujeme stránky Německé tinnitus ligy www.tinnitus-liga.cz

www.data.org - stránka Americké tinnitus asociace.

www.tinnitusvic.asn.au - stránka Australské tinnitus asociace.

www.tinnitus.org.uk - stránka Britské tinnitus asociace.

www.tinnitus.co.uk - stránka zabývající se výzkumy v oblasti ušních šelestů ve Velké Británii i v zahraničí. Můžete si zde objednat i čtvrtletník Sound Sense.

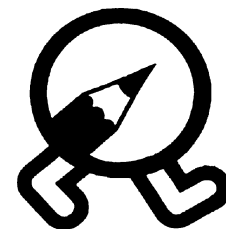
Převzato z časopisu GONG, č. 12/2003

KDY NESMÍM MÍT SLUCHADLO

Upraveno podle článku MUDr. V. Hübsche „Musím k doktorovi“ (GONG, č. 12/2003).

Sluchadlo nesmíte mít, když jdete na rentgen, CT, desitometrii apod. Při vyšetření EKG vám nevadí. Pokud jste na pochybách, personál vám rád poradí. Rozhodně si sluchadlo ponechte při návštěvě lékaře, tam prakticky nevadí žádnému základnímu vyšetření, dále při pobytu v nemocnici a nezapo-

meňte si vzít náhradní baterie. Usnadníte a zpříjemníte si tak svůj pobyt v nemocnici. Neuniknou vám důležité informace při vizitě a budete se cítit klidnější a soběstačnější. Člověk by si měl dávat pozor, co kdo říká, a to právě v těchto životně důležitých situacích.



Ota Pačesová

BROŽURA HLUCHOSLEPÍ MEZI NÁMI

Občanské sdružení LORM – Společnost pro hluchoslepé vydalo na sklonku roku 2003 brožuru „Hluchoslepí mezi námi“, která přináší základní všeobecné informace z historie i ze současnosti z oblasti péče, služeb a potřeb hluchoslepých.

Všem zájemcům z řad odborníků i veřejnosti se tak otevírá možnost vstoupit do světa ticha a tmy, světa hluchoslepých. V brožuře je možné se například dočíst, koho lze považovat za hluchoslepeho, jaké jsou vhodné komunikační techniky a rehabilitační i kompenzační pomůcky, které usnadňují hluchoslepým spoluobčanům život. V textu lze také najít kontakty na lékaře, kteří jsou oprávněni předepisovat pomůcky pro zrakově postižené, zásady průvodcovství a také adresář institucí a škol pro hluchoslepé včetně odkazů na zahraniční organizace.

Verze na CD-ROMu je rozšířená a přináší více informací o problematice hluchoslepoty, např. odkazy slavné osobnosti mezi hluchoslepými, příčiny hluchoslepoty, anotaci odborné literatury, informace o sdružení LORM, navíc kompletní adresář služeb pro hluchoslepé, zrakově i sluchově postižené a také fotogalerii, dokumentující např. výuku komunikace u hluchoslepých, ale i společenské a kulturní aktivity, které pro hluchoslepé pořádá LORM.

Obě verze jsou neprodejná a lze si je objednat v Poradenském centru LORM Praha, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, tel/fax: 257 325 478., email: info@lorm.cz. CD-ROM je také ke stažení na stránkách www.lorm.cz.

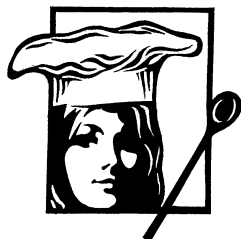
Barevná brožura vyšla díky finanční podpoře Ministerstva zdravotnictví ČR v nákladu 3 500 ks v tištěné podobě a 500 ks na CD-ROMu.

Petra Zimermanová

BEZBARIÉROVÉ UBYTOVÁNÍ

Bezbariérové ubytování pro zdravotně postižené a jejich doprovod nabízí SZdP v ČR – Centrum denních služeb na Karlínské nám. 12 v Praze 8 v maximální délce 7 dnů. Cena podle doby ubytování a druhu průkazu (75,- Kč až 250,- na osobu a noc).

Rezervace na tel. 222 314 990 nebo email: l.vondrakova@cds-szdp.cz



RECEPTY

VELIKONOČNÍ MENU HELENY RŮŽIČKOVÉ

Velikonoční mazanec

Potřebujeme: 1/4 kg polohrubé mouky, 1/4 kg cukru, 1/4 kg másla, 5 žloutků, 60 g droždí, 1 lžičku soli, 1/2 litru mléka, citrónovou kůru, 1 balíček vanilkového cukru, 2 lžíce rozinek, 2 lžíce nasekaných mandlí, 1 vejce na potření, pořádnou hrst mandlí na ozdobu.

Do mísy nasypeme mouku, uprostřed uděláme důlek a do něho vlijeme vzešlý kvásek (připravený z trochy vlažného mléka, lžičky cukru a droždí). Zpracujeme a postupně přidáváme máslo, cukr, žloutky, mléko, sůl, citrónovou kůru, vanilkový cukr, rozinky a spařené, oloupané a nasekané mandle. Mísu zakryjeme utěrkou a necháme těsto vykynout. Potom těsto vyklopíme na vál a ještě je rukama propracujeme. Z dávky připravíme dva menší mazance nebo jeden velký jako kolo od vozu (ten je podle mého názoru lepší, protože je na stole vidět), který přeneseme na vymazaný plech. Potřeme jej rozšlehaným vejcem a posypeme nasekanými mandlemi. Pečeme zvolna dozlatova asi hodinu.

Velikonoční nádivka s uzeným masem

Potřebujeme: 5 housek, 3 vejce, 300 g uzeného masa, 4 hrsti jarních bylinek (zejména mladých kopřiv), kůru z 1 citrónu, špetku zázvoru, sůl, pepř, 2 dl mléka.

Housky nakrájíme na kostky a namočíme je do mléka. Pak je dobře vymačkáme a dáme do mísy. Maso nakrájíme na kostičky, bylinky jemně nasekáme. Vše smícháme, přidáme vejce, okořeníme, osolíme a promícháme. Dáme do dobře vymazaného pekáčku a upečeme v troubě, až se utvoří zlatavá kůrka.

*Z deníku Heleny Růžičkové „Mezi životem a smrtí“ – III. díl,
vybral a pro Doteky zpracoval
JUDr. Bohuslav Dohelský.*

VZKAZY

VZKAZY MOUDRÝCH

„Bude dnes hezké počasí?“ ptá se výletník osamělého ovčáka.

„Určitě takové, jaké mám rád!“

„Jak to víte?“

„Poznal jsem, že většinou nepřichází to, co si přeji! Tak jsem se naučil mít rád všechno tak, jak to dostanu.“

Jen na nás samotných záleží, zda to, co dostáváme, jsme schopni cenit jako štěstí nebo jeho opak!

Anthony de Mello



DOTEKY. Bulletin LORMU, jaro 2004, číslo 38. **Vychází čtvrtletně.**
Vydává: LORM – Společnost pro hluchoslepe, Zborovská 62, 150 00 Praha 5.
Vychází v černotisku, bodovém písmu a jako zvuková nahrávka na kazetách.

Sponzorství je vítáno a za sponzorské dary předem děkujeme.

Naše bankovní spojení: Komerční banka Praha Smíchov, č. účtu: 19-1451940207/0100.

Šéfredaktor: Zdeněk Sedláček, Chlum 55, 264 01 Sedlčany.

Za LORM: Ota Pačesová, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, tel: 257325478

Grafická úprava: Michal Vondráček, Pařížská 19, 110 00 Praha 1.

Sazba a tisk: Fastr typó-tisk, Nad Buďánkami II./13, Praha 5.

Náklad 250 černotiskových výtisků.

Tisk a distribuce bodové a zvukové verze: Knihovna a tiskárna pro nevidomé

K. E. Macana, Ve Smečkách 15, 110 00 Praha 1, tel: 222210492, 222211523.

Distribuce zvukových nahrávek: p. Ajm, adresa a telefony uvedené výše. Každé nové číslo se zasílá výměnou za vrácenou kazetu (distributorovi se vracejí zpět původní nebo zasílají nové kazety C 90 pro pořízení nahrávky nového čísla).

Minimální příspěvek na 1 výtisk je 12,50 Kč. Celoroční příspěvek včetně distribuce činí 50,- Kč. Informace a objednávky přijímá LORM, Zborovská 62, 150 00 Praha 5, email: info@lorm.cz. Časopis je rozeslán na základě objednávky členům LORM a ostatním osobám a organizacím, včetně povinných výtisků. Zasláné rukopisy, kresby a fotografie se archivují a vracejí pouze na vyžádání odesílatele. Uzávěrka příspěvků do čísla 39 (Léto 2004) je 20. 5. 2004.

Doteky mohly vyjít díky finančnímu příspěvku od Nadačního fondu Českého rozhlasu a dotaci od České rady humanitárních organizací. Děkujeme.

LORM

Zborovská 62

150 00 Praha 5

tel: 257 314 012

tel./fax: 257 325 478

REGISTRACE MINISTERSTVA

KULTURY ČR Č. E 11000