

# LEDVINY SI ZASLOUŽÍ PÉČI. DÁVÁTE JIM JI?

SVĚTOVÝ DEN LEDVIN. NEFROLOGOVÉ PŘÍCHÁZÍ S OSVĚTOU STRANA 7

# metro



Úterý, 9. března 2021

Č. 47, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Františka

mojometro | denikmetro



# Do koberce bychom si vajgla zřejmě netípli

**Plechovky v křoví.** Venku se odpadky „ztratí“, jsou většinou rozházené na velké ploše. **Stádnost.** Když to projde jinému, mně též, vysvětluje psycholožka. **Metroúklid.** Vysbírali jsme hektar a nestačili se divit STRANA 2



## Dobrovolníci se z Prahy pěti auty rozjeli do nemocnic po celé republice

Český červený kříž (ČČK) pošle do deseti nemocnic týmy dobrovolníků. Denně bude v nemocnicích působit 80 členů ČČK a absolventů ošetrovatelského kurzu ČČK. „Budou zajišťovat základní ošetrovatelskou péči u pacientů,“ řekl velitel Ústředního krizového týmu ČČK Richard Smejkal. Dobrovolníci budou podle velitele Ústředního krizového týmu ČČK vykonávat na odděleních v nemocnicích ošetrovatelskou péči, což má pomoci uvolnit ruce zdravotním sestřám. Zapojení ošetrovatelů ČČK tak budou mít na starost zvláště osobní hygienu pacienta, péči o lůžko či budou pomáhat při podávání stravy. „Soustředí se třeba na komunikaci s pacientem. To je totiž pro pacienty a jejich uzdravování velmi důležité,“ doplnil Smejkal.

ČTK



# Doma míváme načančáno, ale venku jsme jako čuňátka

**Plechovka letí do křoviska, nedopalek na zem.**

V obýváku bychom vajgla do koberce zřejmě netípli.

Odpůrci zálohovaných plastových lahví a plechovek od nápojů neargumentují jenom ekonomickými náklady. „Kdyby to bylo tak zlé, tak je všechno kolem nás, kam oko dohlédne, zaplavené vrstvou odpadů,“ argumentují nejčastěji. Jenže odpad je většinou „rozvrstven“, najdeme ho rozházený na velké ploše, kde se ztratí, případně podél zastávek MHD, v příkopech kolem silnic. Pokud ho ale vysbíráte z určité plochy (viz Metroúklid) a shromáždíte na hromadu, nestačíte se divit.

**Stádnost funguje. Jedna ovce následuje tu před ní**

Když to dělají jiní, tak já taky přece můžu. Ono se to ztratí. To je podle psychologů Emilie Šípové jedna z pohutek, proč nemálo lidí kolem sebe všechno odhazuje. „Když vidí, že na místě, kde stojí, už nějaké odpadky jsou a nikomu se nic nestalo, udělají to také,“ říká Šípová. Přirovnává to ke stádnosti. Uvidíte-li posté lidi, jak si zkracují cestu k zastávce přes trávník a nejdou po cestě, uděláte to také. „Ovce jde tam, kam jde ta ovce před ní. Často také panuje takzvaná přenesená zodpovědnost, pokud



Není mezi těmito plechovkami i některá „vaše“?

TRASHHERO

jde o odpadky. Tedy něco jako: on to někdo uklidí,“ vysvětluje psychologka.

**Magnát, co se mýlil**

„Kdysi jsem byl proti systému zpětného výkupu plastových lahví nebo plechovek od nápojů,“ říká Alessandro Pasquale, generální ředitel Mattoni 1873, největšího výrobce nápojů v Česku. Šéf dominantního výrobce i prodejce na našem trhu uznává, že se mýlil. Loni zavedla jeho firma výkup alespoň části nápojů v plechovkách. „Jsem schopní dosáhnout stoprocentní návratnosti nápojových obalů od spotřebitelů,“ říká sebevědomě, i když ví, že to bude trvat, než se ales-

poň přiblížíme situaci například v sousedním Německu. Tam zmizí mimo systém oběhové ekonomiky jen dvě procenta PET lahví. Zbytek se vrátí výrobcům a obchodníkům přes výkupní systém.

**Vratné byly téměř všechny**

Do roku 1989, až na výjimky, neexistovaly vratné nápojové obaly. Lidé po lesích pohazovali spíše staré pneumatiky než lahve od minerálek a piva. Vláčet se do přírody s těžkým skleněným obalem na pití se nikomu nechtělo. Příchod lehkých PET lahví a plechovek ale vše výrazně změnil. Současně s tím se ale také proměnilo chování lidí ve vztahu k prostředí.

**S policajtem za zády**

Na jedné straně státem podporovaný sběr plastů – Česko má nejhustší síť žlutých kontejnerů v Evropě, na druhé straně menší zodpovědnost lidí. „U nás chybí větší smysl pro osobní zodpovědnost,“ míní psychologka Šípová. Je to i tím, že už u dětí odmala funguje spíše systém trestů, příkazů a sankcí než výchova k osobní zodpovědnosti. „Proto i dospělý spíš odhodí nedopalek tam, kde trest nehrozí. Kdyby stál vedle něho policista, neudělá to, protože se řídí strachem,“ dodává Emilie Šípová. V epidemii může o to víc fungovat i „separační tendence“: mohou si dělat, co chci. **PAVEL HRABICA**

**Plastové oceány**

## 6000

Přibližně v hloubce šesti tisíc metrů pod mořem byl v roce 2019 v Mariánském příkopu objeven korýš, který měl v těle malé částice PET, materiálu, ze kterého se vyrábějí plastové lahve. Asi pěticentimetrový korýš se zbytky plastů v těle byl pojmenován Eurythenes plasticus.

## 8

Zhruba tolik milionů tun plastů se ročně ocitne ve světových oceánech a mořích. Jedná se o dolní hranici, plastů může být až 14 milionů tun.

**Dobrovolní sběrači**

Vy odhazujete, my to po vás uklízíme. Lidé sdružující se v organizaci Trash Hero se čistění přírody od odpadků věnovali i v epidemii.

- Během loňských akcí tvořily vratné zálohované obaly od nápojů pouze jedno procento vysbíraných nápojových odpadů.
- V roce 2020 kolem 1500 dobrovolníků Trash Hero uklidilo mimo jiné asi 9400 pivních plechovek a 7200 PET lahví. Celkem vyrazili do terénu 65x.

## Sešlapat. A zahodit?!

V noci se v parčíku na vyvýšenině mezi ulicemi Nechvílova a Roztylská na pražském Chodově shlukují divoká prasata, přes den lidé. Po nich tu na trávnících a v křoví zůstávají obaly od energetických nápojů, piva a limonád. Nescházejí ani skleněné lahve od vína, sektů a tvrdého alkoholu. Vysbírali jsme všechno, co bylo dostupné. Značnou část plechovek i PET lahví konzumenti před odhozením na zem či do houští pečlivě sešlapali, aby nezabíraly v přírodě moc místa. Jediná vratná lahev byla od piva. **METRO**



**Metroúklid v číslech**

## 10 000

Vysbírali jsme plochu přibližně 100 x 100 metrů.

## 50

Tolik bylo plechovek.

## 30

PET lahví byly tři desítky.

## 8

Počet placatic od tvrdého.

## Bez roušek. Policie se zabývá Českým lvem

„Pražská policie prověřuje, zda někteří z účastníků sobotního vyhlášení filmových cen Český lev neporušili vládní nařízení vyhlášená kvůli koronavirové pandemii,“ uvedl ministr vnitra Jan Hamáček. Na sociálních sítích se po skončení ceremoniálu v pražském Rudolfinu objevily fotografie, na kterých umělci postávají v těsných hloučcích kolem stolků před budovou, kouří a povídají si. Nemají na sobě respirátory ani nanoroušky. Na ceremoniálu platila přísná opatření. Všichni, kdo se večera v Rudolfinu chtěli zúčastnit, museli podstoupit PCR test na covid-19



Během pauzy PROFIMEDIA.CZ

a museli mít nasazený respirátor. „Jako pořadatelé však ručíme pouze za průběh akce uvnitř prostor konání, nikoliv za dění venku. Situace, která nastala, nás samozřejmě mrzí,“ řekl prezident České filmové a televizní akademie Ivo Mathé serveru Seznam Zprávy. **ČTK**

### Krátce

#### Očkování se zrychlilo

O víkendu zdravotníci podali přes 21 tisíc dávek vakcíny. Proti minulému víkendu je to asi 3,3krát víc. Nejvíce se podařilo očkování zrychlit na severu Moravy a v Ústeckém kraji a na Vysočině. Ministr zdravotnictví Jan Blatný minulý týden vyzval, aby nemocnice očkování o víkendech urychlily. V pracovních dnech bylo minulý týden podáno přes 30 tisíc dávek vakcíny denně.

#### Rušit maturitní zkoušky? Ne!

Jako špatný nápad byla zhodnocena snaha premiéra Andreje Babiše, aby letošní maturity byly bez zkoušek. Nesouhlasí s ním ministr školství Robert Plaga, který chystá úpravy v maturitách. Babiše kritizuje za jeho výrok také Svaz průmyslu a dopravy ČR. Podle něj není pravda, že zaměstnavatelé maturitu nevyžadují. Navíc by hrozilo, že by úřední maturitu mohly firmy uznávat jako neplnohodnotnou. **ČTK**

## Odčervení koňů. Tento lék podávat nebudeme

Manželka pacienta s nemocí covid-19, který leží v kritickém stavu ve Fakultní nemocnici Motol, žádala lékaře, aby jejímu muži podávali odčervovací pastu pro koně. Podporu žena našla také u poslance Lubomíra Volného. Podle něj lékaři, kteří toto antiparazitikum nepoužívají, „vědomě vraždí“. Nemocnice uvedla, že „žádné donesené veterinární přípravky pacientům nejsou podávány a nebudou“. O ivermektinu a jeho využití v boji proti koronaviru se Volný vyjadřuje na svých sociálních sítích často. Podle jeho tweetů se „připravuje plán na diskreditace ivermektinu

pomocí úmrtí (tedy vraždy) několika pacientů, kteří jej budou užívat“. Kvůli možným vraždám si poslance předvolává policie. Ta připomíná, že každý, kdo se dozví o přípravě vraždy, to musí oznámit policii. V opačném případě se sám trestného činu dopouští. **IDNES.cz**



Lubomír Volný ČTK

### Preparát není určen pro léčbu lidí

Ivermektin je širokospektrální antiparazitikum používané v humánní i veterinární medicíně proti parazitickým hlísticím a některým ektoparazitům, jako jsou vši nebo zákožky.

- V Česku není preparát, který je určený pro léčbu lidí, registrovaný. Státní ústav pro kontrolu léčiv už dříve uvedl, že má zatím k tomuto léku málo informací na to, aby jej mohl k léčbě covidu doporučit.
- Lék, ovšem ve formě preparátu

tu určeného pro lidi, zkouší k léčbě pacientů s covidem nemocnice u svaté Anny v Brně, od konce února ho vyzkoušela u 30 pacientů.

- Praktičtí lékaři vedou s ministerstvem zdravotnictví jednání o tom, aby mohli lék experimentálně podávat.
- Lék vyvíjí americká společnost Merck. Ta v prohlášení uvedla, že nejsou vědecká data, že by přípravek mohl léčit covid-19.



## Testování v automobilce

V automobilce Hyundai v Nošovicích na Frýdecko-Místecku začalo plošné testování zaměstnanců. Přimo ve fabrice bylo otestováno 3000 lidí, kteří byli v práci. **ČTK**

# Výzkumy hodnotící piva tvrdí, že ta česká mají nejvíce bēčka

**Obliba piva u žen stoupá. Zlatavý mok dostávají třeba jako dárek.**

Imunita, dobrá fyzická kondice a dobrá nálada je pro odolnost člověka v současné době tou nejlepší cestou, jak odolat viru nebo se s jeho napadením co nejlépe vyrovnat. Žně mají především výrobci a prodejci vitamínů, různých potravinových doplňků a všeho, co podporuje imunitu.

Mezi ty, které prosazují pozitivní stránky svých produktů, patří v Česku už po staletí pivovarníci. Například Český svaz pivovarů a sladoven vykazuje nejrozličnější studie zaměřené na výjimečnost českého piva mezi těmi evropskými. Slouží k tomu nejrozličnější výzkumy. „Soustřeďují se na možné zdravotní benefity

související s umírněnou konzumací českého piva,“ říká Karel Kosař, ředitel Výzkumného ústavu pivovarského a sladařského (VÚPS).

Z více než dvacátky sledovaných piv od nás a šestnácti piv z ciziny došli v ústavu k závěru, že množství sledovaných benefičních látek bylo v těch našich obecně vyšší. Například vitamínu B6 obsahuje až o 45 procent víc. VÚPS tvrdí, že umírněná konzumace českého piva může mít pozitivní vliv na prevenci řady civilizačních chorob a některé složky obsažené v pivu mají protinádorový a antibakteriální charakter.

Odborníci ovšem takové závěry ohledně prospěšnosti alkoholu většinou odmítají. „Přese všechno je stále dokořina doporučovaný, i když máme doloženo, že negativa nad pozitivy jednoznačně převažují. Proto také nedávno kardiologové, biochemici

a další odborníci vydali společné prohlášení, že lékař by v žádném případě neměl doporučovat jakékoliv pití alkoholu,“ upozorňuje adiiktolog Michal Miovský.

Nicméně je faktem, že například u žen obliba pití národního nápoje piva stoupá, a to i během epidemie, kdy se obecně výroba piva v pivovarech snížila. „Zjišťujeme, že pivo bylo jedním z dáreků, které by například rády dostaly i k takovému svátku, jakým je každoročně Mezinárodní den žen,“ říká Pavlína Kalousová, ředitelka komunikace Plzeňského Prazdroje. Pozoruhodné však také je, že ženy svoji oblibu v pivu stále více směřují na nealkoholické varianty. Podle posledního průzkumu pivovaru v Plzni vychází, že se za poslední dva roky zdvojnásobil počet žen, které se považují za expertky na pivo. Na rozdíl od mužů si česká žena doma pivo větší

### Vitamíny skrze pivo?

## 54

Alkohol vpraví Češi do těla hlavně přes pivo – 54 procent z celkové spotřeby alkoholu. Obyvatelstvo dostane do těla velké množství vitamínů B1, B2 a B6, lékaře ale trápí poškození jater. V Česku se totiž každoročně léčí (lůžkově nebo ambulantně) přibližně 25 tisíc alkoholiků. Riziková konzumace alkoholu se týká asi 1,5 milionu lidí.

nou neotevře a vyrazí ven (v normální době – pozn. redakce). Více než muži touží po společnosti a povídání. Jak zjistila agentur Kantar, ženy před pandemií stráví v hospodě nebo pivnici s přáteli v průměru 192 minut, zatímco muži „jen“ 168 minut. „My upijeme a víc mluvíme,“ komentuje

### Znáte „P“ dobře?

Když se řekne vitamin P, většina lidí bez přípravy vypálí: „Pivo!“ Nenechte se mýlit.

- Vitamin P skutečně existuje, jinak to jsou flavonoidy nebo bioflavonoidy.
- „Péčko“ není v pivu, je v červeném vínu, v bambusu, ovoci, zelenině.
- Jeho nedostatek způsobuje i lámavost kostí.

**PAVEL HRABICA**  
pavel.hrabica@metro.cz

# Vrah. Hrozí mu 40 let

V americkém Minneapolisu začíná soudní proces s policistou Derekem Chauvinem, po jehož zákroku loni 25. května zemřel Afroameričan George Floyd. „Nemůžu dýchat,“ opakovaně si stěžoval Floyd, jenž podlehl osmimínutovému zakleknutí krku.

„Žádná spravedlnost, žádný mír,“ znělo pak na demonstracích Black Lives Matter (Na černošských životech záleží), na kterých nespočet lidí

požadoval „spravedlnost pro George“. Ta by měla teď přijít – a očekávání jsou velká. Mnoho lidí doufá, že soud vynese přísný trest, kterým vyšle signál, že napříště násilí na černoších v USA nezůstane bez trestu.

Obhajoba argumentuje tím, že policista v souladu s výcvikem uplatnil povolený chvat, protože Floyd při zatýkání kladl odpor. Obžaloba chce ale prokázat, že Chau-

vin během 19 let služby tento chvat nadužíval. Policista si během kariéry vysloužil čtyři vyznamenání a 22 stížností. Jen v jediném případě, týkajícím se bělošky, byl napomenut.

Floydův osud byl spolu s pandemií a kampaní před prezidentskými volbami v USA jednou ze stěžejních událostí loňského roku. Brutální zabití černocho vyvolalo podle mnoha pozorovatelů největší vlnu protestů od dob hnutí za občanská práva v 60. letech minulého století.

Pozorovatelé, včetně bývalého prezidenta Baracka Obamy, upozorňovali, že tolik bělochů za práva lidí tmavé pleti předtím nikdy nedemonstrovalo.

Čtyřiařtyřicetiletý Chauvin nyní čelí obvinění z vraždy druhého stupně. Hrozí mu až 40 let za mřížemi. **ČTK**



George Floyd PROFIMEDIA.CZ



Derek Chauvin AP



## Jezdec potěšil Moskvanky

Mezinárodní den žen oslavili i v Moskvě. Diváte se na posluchače Kremelské školy jezdeckví. V Rusku je MDŽ státním svátkem, většina státních institucí je zavřena. **AP**

### Krátce

#### Vakcínu dostane i Západní břeh

Izrael včera zahájil očkování Palestinců, kteří pracují v Izraeli či v židovských osadách na okupovaném Západním břehu Jordánu. Má jít o více než 100 000 lidí. Očkuje se vakcínu firmy Moderna.

#### Výzva pro ženy

Ve Španělsku vznikla první škola pastevečtví pouze pro ženy. Jejím cílem je nabídnout slabšímu pohlaví v době pandemie nové uplatnění v oboru, v němž tradičně vládnou muži, a rovněž pomoci zastavit vyliďňování španělského venkova. Z něj do

měst odcházejí výrazně více ženy než muži.

#### V zemi tulipánů se už zase vlní

Nizozemci o víkendu dostali šanci užít si několik hodin tance v amsterdamském klubu. Vláda akcí pro 1300 lidí povolila

v rámci zkoumání rizik souvisejících s návratem lidí na taneční parket. Účastníci byli rozděleni do několika skupin a celou dobu na ně dohlíželi organizátoři.

#### Tálíbán ve střehu

Americká vláda zatím nerozhodla, zda do 1. kvě-

tna stáhne všech svých 2500 vojáků z Afghánistánu. Stažení slíbila loni v dohodě s hnutím Tálíbán administrativní exprezidenta Donalda Trumpa výměnou za to, že Tálíbán nedovolí svým členům a ani žádným jiným organizacím využívat afghánské území k útokům na USA a jejich spojence. **ČTK**

### Číslo dne

# 190

Tolik let uplynulo od založení jedné z nejznámějších elitních vojenských jednotek na světě – francouzské cizinecké legie. Vznikla jako jednotka zahraničních dobrovolníků původně s cílem chránit francouzské koloniální panství v Africe. Zakládací dekret útvaru podepsal 9. března 1831 francouzský král Ludvík Filip. Nejprve šlo o spíše nahodilé seskupení přistěhovalců z různých koutů Evropy, kterých zlákal příslib anonymity a zold. Postupně si ale cizinecká legie vydobyla věhlas. Její jednotky se účastnily obou světových válek, bojovaly v indočínské válce (1946–1954) či v Perském záblvu (1990–1991). Účastnily se také misi mírových sil OSN, například v bývalé Jugoslávii či Somálsku. Od roku 2012 působí i v Mali. Cizinecká legie, která je součástí francouzských pozemních vojsk, v současnosti čítá zhruba 9000 mužů ze 140 zemí.

# Nová angličtina slibuje také vlastní pravopis

**Blíží se konec britské „tyranie“? Jazykovědec hodlá v Unii prosadit euroangličtinu.**

Brusel by měl po brexitu rozvinout vlastní verzi angličtiny, navrhuje Marko Modiano, švédský lingvista a profesor angličtiny na univerzitě v Gävle. „Je čas, aby lidé v pevninské Evropě, kteří mají angličtinu jako druhý jazyk, rozhodli o její budoucnosti,“ řekl Modiano pro americký list Politico. Lingvista navrhuje, aby Unie rozvinula vlastní verzi angličtiny, euroangličtinu, s vlastní interpunkcí, pravopisem a doplněnou o „určitou gramatiku a určitou slov-



Marko Modiano HIG.SE

ní zásobu“. „Pro lidi bude stále těžší pochopit, že nyní, po brexitu, se stále držíme naší lámané angličtiny,“ míní Modiano.

#### Rovnost jen na papíře

Formálně zajišťuje Evropská unie rovné postavení

všech 24 úředních jazyků, jimiž se v členských státech bloku mluví. Občané mají právo očekávat, že jim Evropská komise odpoví v jejich vlastním jazyce, a europoslanci mohou mluvit na jednání v rodné řeči, přičemž porozumění zajišťuje armáda překladatelů a tlumočnicků.

V praxi však suverénně dominuje angličtina. Devadesát procent všech úředních dokumentů je v angličtině, než se přeloží do dalších jazyků.

#### Akademická záležitost

Mnozí experti Modianův návrh považují za zbytečný. Argumentují, že občané členských států chtějí komunikovat v angličtině, kterou snadno rozeznají i rodilí mluvčí. „Chce zardousit zaběhnutou jistotu,“ je přesvědčen bývalý překladatel pro Evropský

účetní dvůr Jeremy Gardner. Generální ředitel Unie pro překlady Rytis Martikonis vnímá iniciativu jako zajímavou, ale pouze jako akademickou záležitost: „Musíme být realističtí a v jistém smyslu uznat, že jazyky používané v institucích jsou z podstaty méně čisté než jazyky, kterými se mluví uprostřed Paříže, Madridu nebo Helsinek.“

#### Irové by zplakali

Významnou překážkou pro prosazení euroangličtiny je taktéž fakt, že Irsko a Malta mají angličtinu jako oficiální jazyk. „Určitě bychom nechtěli, aby neanglicky mluvící členské státy vnucovaly Irsku druh angličtiny, kterému Irové jednoduše nebudou rozumět,“ podotkl pro Politico nejmenovaný bruselský úředník. **IDNES.cz a HAL**

**Sudoku**

		6						
				2	4	6	8	
	2		8	7				5
8							5	1
6			1		2			8
2	7							6
1				9	8			4
	9	2	3	4				
							3	

**Napište svou bublinu**



**Luštěnka**

C	E	M	L	Í		
1						
S	Á	M	A	Ž	E	
			2			
Á	S	A	F	D	A	
		3				
K	R	Č	T	I	Š	
	4					
T	A	G	I	A	C	E
				5		

Přeházejte písmena a vyjdou vám slova. Ta doplňte do prázdného řádku pod písmeny.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**Počasí**

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
1/5 °C	4/8 °C	7/11 °C	7/11 °C

Teplotní rekordy: ↓ -23,1 °C (1785) ↑ 16,5 °C (1864) Bio: ❤️❤️❤️



**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.50 To je vražda, napsala XI</p> <p>16.40 Cestománie</p> <p>17.15 AZ-kvíz</p> <p>17.40 Černé ovce</p> <p>18.00 Události v regionech</p> <p>18.25 Kde domov můj?</p> <p>19.00 Události</p> <p>19.56 Branky, body, vteřiny</p> <p>20.10 Doktor Martin 2 (2)</p> <p>21.05 Dobrá čtvrť</p> <p>22.05 Dabing Street (3)</p> <p>22.30 Dabing Street (4)</p> <p>23.05 Komici na jedničku</p> <p>00.00 Kriminální</p> <p>01.00 AZ-kvíz</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.55 Rajske zahrady</p> <p>02.10 Dobré ráno</p> <p>04.45 Kočka není pes</p>	<p>16.00 Divoké Mexiko (1/3)</p> <p>16.50 Nádherná americká města</p> <p>17.45 Kočka není pes</p> <p>18.15 České záranky II (3/8)</p> <p>18.45 Večerníček</p> <p>19.00 Běžkotoulky</p> <p>19.15 Cesty víry</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Útok v Salisburý (1, 2/4)</p> <p>21.40 Sergej Vojcechovský, generál bez vlasti</p> <p>22.30 Grantchester II (4/6)</p> <p>23.20 Doktorka Fosterová II (5/5)</p> <p>00.15 Indie Rickshow</p> <p>01.05 Queer: Mlčení o Krškovi</p>	<p>15.55 Dr. House (19)</p> <p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.25 Co na to Češi</p> <p>18.25 Ulice (4007)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Anatomie života (9) V kómatu. Seriál (ČR, 2021)</p> <p>21.20 Mise Nový domov III</p> <p>22.35 Víkend</p> <p>23.35 Dr. House (18)</p> <p>00.25 Dr. House (19)</p> <p>01.15 Castle na zabítí VI (17)</p> <p>02.00 Mise Nový domov III</p> <p>03.05 Co na to Češi</p> <p>03.45 Ordinace v růžové zahradě 2 (900)</p> <p>04.45 Novashopping</p>	<p>16.25 Policie v akci</p> <p>17.25 Krimí zprávy</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY</p> <p>19.40 Sport</p> <p>19.55 SHOWTIME</p> <p>20.15 Slunečná (86) Jednoduchá otázka. Seriál (ČR, 2020)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.50 Fachmani</p> <p>23.25 Policie v akci</p> <p>00.25 Námořní vyšetřovací služba XI (22) Střelec. Krimiseriál (USA, 2013)</p> <p>01.20 Policie Hamburg X (17)</p> <p>02.20 Policie Hamburg X (18)</p> <p>03.20 Prostřeno!</p> <p>04.25 Jak se staví sen</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 Zpátečka</p> <p>10.00 Óčko hity</p> <p>11.00 Tattoo Fixers</p> <p>11.30 Óčko hity</p> <p>13.30 Óčko trendy</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>17.30 Smartmania</p> <p>Novinky ze světa technologií, testy a tipy</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>Klipy nonstop</p> <p>19.00 Moje desítka</p> <p>19.50 Óčko hity</p> <p>21.00 CZ &amp; SK</p> <p>22.00 Naked Attraction</p> <p>22.30 Óčko flirt</p>

# MYSLETE NA PREVENCI LEDVIN. TEĎ? PRÁVĚ TEĎ.

Na čtvrtek 11. března připadá Světový den ledvin. Za normálních okolností v tento den poskytuje síť dialyzačních středisek a nefrologických ambulancí B. Braun Avitum široké veřejnosti bezplatná preventivní vyšetření ledvin. Letos však dveře svých pracovišť otevřít nemůže. „To však neznamená, že prevenci opomeneme. Právě naopak. Teď v době výskytu onemocnění Covid 19 je prevence onemocnění ledvin důležitější více než kdy dříve,“ říká MUDr. Martin Kuncek, ředitel dialyzačních středisek B. Braun Avitum.

## PO VÁŽNÉM PRŮBĚHU COVID 19 JE KONTROLA LEDVIN NEZBYTNÁ

Onemocnění ledvin způsobené koronavirem může zůstat skryté a je nutné ho co nejdříve odhalit. „Pokud člověk prodělal onemocnění Covid 19 s vážnějším průběhem, to znamená, že byl hospitalizovaný nebo trpěl velkou dušností, rozhodně by měl na důkladnou kontrolu funkce ledvin opakovaně přijít,“ pokračuje Martin Kuncek. Ke svému praktickému lékaři by po nemoci měl jít pacient hned dvakrát. „Doporučujeme na první vyšetření přijít po 3 měsících od uzdravení a pak po dalších 6 měsících znovu,“ apeluje Martin Kuncek. „Bez těchto preventivních vyšetření se bude stav ledvin v české populaci zhoršovat, protože virus skutečně může ledviny poškodit a bez prevence se o tom nemusí docela dlouho vědět,“ dodává Martin Kuncek.

## BĚŽNÁ PREVENCE JE DŮLEŽITÁ PRO VŠECHNY NAD 50 LET

Na pravidelnou prevenci by však měli myslet všichni. „Pokud je člověku nad 50 let,

kouří, trpí obezitou, cukrovkou či vysokým krevním tlakem, měl by si ledviny nechat vyšetřovat každý rok,“ zdůrazňuje MUDr. Vladimír Vojanec, primář Dialyzačního střediska B. Braun Avitum na pražské Bulovce. Vyšetření onemocnění ledvin neboli a trvá jen pár minut. „Je potřeba kapička krve z prstu, vzorek moči, změření tlaku a zhodnocení celkového stavu i s ohledem na rodinnou anamnézu,“ popisuje primář Vojanec. Ostatní se mohou základně otestovat i z domova. „Online test na adrese [www.ledvinovakalkulacka.cz](http://www.ledvinovakalkulacka.cz) pomůže rychle diagnostikovat, zda by se člověk měl co nejdříve objednat na vyšetření,“ dodává Vladimír Vojanec.

## KAREL ZIMA JE AMBASADOREM SVĚTOVÉHO DNE LEDVIN

Transplantační chirurg FN Plzeň Jiří Moláček byl jedním ze strůjců příběhu, který nejen Plzni, ale celým Českem zahýbal v září 2018. Tehdy totiž herec Karel Zima daroval svou ledvinu zpěvákovi kapely 100 °C Karlu Vaňkovi. Nejsou ani příbuzní a nebyli



► Znamý herec Karel Zima (vpravo) daroval Karlu Vaňkovi ledvinu. Oběma se daří výborně.

ani velkými kamarády. Potkali se párkrát při natáčení. Karel Vaňek měl polycystické onemocnění ledvin, po kolapsu téměř zemřel. „Přišlo mi nespravedlivé, že já mám dvě zdravé a on obě nemocné. Takhle mi to přijde mnohem spravedlivější,“ glosuje s úsměvem nápad na transplantaci herec Karel Zima. Transplantovaná ledvina dostala jméno Jitka a daří se jí dobře. „Oba muži jsou u nás pravidelně sledováni jednou za rok. Musím říct, že transplantovaná ledvina funguje výborně, oběma Karlům se daří dobře a já jsem za to velmi rád. Je to vcelku raritní příběh, přál bych si, aby živých dárců přibývalo,“ popisuje aktuální stav profesor Tomáš Reischig, vedoucí nefrologie I. interní kliniky LF a FN Plzeň a zástupce Transplantačního centra FN Plzeň. Od úspěšné transplantace uběhlo 2 a půl roku. „Mně to přijde jako by to bylo let 10. Chodíme s Karlem na pravidelné kontroly a jsme

moc rádi, že naše výsledky jsou dobré, zejména u něj je to pokazit výborná zpráva. A zároveň je to skvělá vizitka celého týmu lékařů plzeňské nemocnice, kteří prováděli transplantaci,“ pochvaluje si Karel Zima. Už v roce 2019 se herec Karel Zima stal ambasadorem Světového dne ledvin, který se koná každoročně druhý čtvrtek v březnu. „Víme toho oba od té doby více nejen o sobě, ale i o ledvinách samotných. A snažíme se naše známé i kamarády edukovat a připomínat jim první příznaky problémů ledvin a „honíme“ je, aby si měřili tlak a chodili na preventivní kontroly,“ zdůrazňuje Karel Zima.

## NEFROLOGOVÉ BOJUJÍ O RYCHLÉ OČKOVÁNÍ SVÝCH PACIENTŮ

V Česku je na 7.000 dialyzačních pacientů, kteří patří mezi covidem nejvíce ohrožené skupiny lidí. Pokud dialyzovaný pacient onemocní

koronavirem, pohybuje se mortalita v této skupině lidí kolem 30 %. Podle nefrologů je tato statistika jednoznačný impuls k tomu zařadit do prioritní skupiny očkovacích i dialyzované pacienty. „Ministerstvu jsme navrhovali, že by ze začátku stačilo zařadit tyto lidi i na „seznam náhradníků“, ale ani s tím jsme nebyli úspěšní,“ komentuje aktivitu nefrologů profesor Vladimír Tesař, přednosta Kliniky nefrologie VFN v Praze. Dialyzační střediska jsou zvyklá si své pacienty, například proti sezónní chřipce, očkovat sami. Stačily by jim tak jen vakcíny. „My jsme připraveni být sekundárními očkovacími centry. V Česku máme 23 dialyzačních středisek se zhruba 1150 pacienty. Mohu potvrdit, že jsme na očkování personálně připraveni. Potřebujeme jen vakcíny,“ zdůrazňuje ředitel sítě dialyzačních středisek B. Braun Avitum MUDr. Martin Kuncek.

**B BRAUN**  
SHARING EXPERTISE



## LEDVINOVÁ KALKULAČKA



[www.ledvinova-kalkulacka.cz](http://www.ledvinova-kalkulacka.cz)

Věnujte 2 minuty prevenci. Rychlý online test spočítá riziko onemocnění ledvin a doporučí další kroky.



„Mám radost, že náš příběh žije dál a proměňuje se v životech dalších lidí.“

*Karel Zima*

Karel Zima, český herec, ambasadore Světového dne ledvin

# Ledviny si zaslouží pozornost

Na čekací listině pro transplantaci ledviny je v Česku registrováno 431 pacientů. Celkový počet Čechů, kteří vlivem onemocnění potřebují novou ledvinu, přitom stále stoupá. Na možnosti prevence a informovanost o moderních léčebných postupech upozorňuje projekt zdraveledviny.cz. Ten odstartoval tento týden u příležitosti Světového dne ledvin. Mezi odborné garanty patří profesor Ondřej Víklický, přednosta Transplantcentra a Kliniky nefrologie, vedoucí Transplantční laboratoře IKEM.

**K rizikovým faktorům chronického onemocnění ledvin patří zvýšená konzumace alkoholu a tuků. V tomto ohledu náš národ nepatří mezi nejstrádanější. Odráží se to na výskytu onemocnění mezi Čechy?**

Zastoupení chronických onemocnění ledvin v české populaci je deset procent, což je podobné jako v jiných evropských zemích. Chronická onemocnění ledvin jsou častější tam, kde je vyšší výskyt civilizačních nemocí jako cukrovka, vysoký krevní tlak nebo obezita. To s konzumací alkoholu a vyšším příjmem kalorií může souviset.

**Jak je to s analgetiky jako ibuprofen, která ledviny**

**zatěžují? Jaké dávkování by se nemělo překračovat?**

Ibuprofen je opravdu oblíbené analgetikum, pokud jej užíváte nepravidelně, a navíc v malém množství, zdravým ledvinám neuškodí. Ale nemocní s prokázaným onemocněním ledvin by jej měli užívat velmi opatrně a raději zvolit jiný preparát.

**Mluví se také o dopadu infekce covid-19 na zdraví ledvin, těžký průběh onemocnění je může poškodit. Máte pro lidi po prodělaném covidu nějaké doporučení, jak ledvinám pomoci s regenerací.**

Většina nemocných po prodělaném onemocnění covid-19 poškození ledvin nemá. V případě závažné infekce ale ledviny mohou být v souvislosti s covidem-19 poškozené a nemocní by tuto informaci měli získat při propuštění z nemocnice. Pokud nejsou přítomna předchozí onemocnění ledvin, stačí jenom jejich stav sledovat při kontrolním vyšetření u praktického lékaře. Ten rozhodne, zda je nutné další vyšetření u nefrologa. Ledvinám určitě pomůže při rekonvalescenci normální – tedy nikoliv malý příjem tekutin, delší klidový režim a vyloučení užívání takových léků, které mohou ledviny poškodit.



Profesor Ondřej Víklický

ARCHIV

**Jak probíhá screening chronického onemocnění ledvin, je dostupný všem?**

Screeningová vyšetření pro onemocnění ledvin jsou dostupná u praktických lékařů nemocným v riziku, tedy starším 50 let s hypertenzí, cukrovkou nebo přítomným onemocněním srdce a cév. Jde o odběr krve a moče, ze kterého lze dobře poznat, jak je úroveň funkce ledvin a zda jsou nějak poškozeny.

**Jakými příznaky se projevují jednotlivá stadia onemocnění a jak se léčí? Pokročily nějak možnosti v posledních letech?**

Onemocnění ledvin nebolí a z toho vyplývá, že příznaků mnoho nebývá. Závisí ale také na příčině. Pacienti mohou mít vysoký krevní tlak již od počátečních stadií nemoci, v pozdějších stadiích může docházet ke vzniku otoků. Nemocní s glomerulonefritidami mají bílkovinu v moči, což se může projevit pěnou při močení. Také je onemocnění ledvin spojeno s řadou abnormalit, které se dají odhalit jenom z laboratorních vyšetření, a se zvýšeným výskytem onemocnění srdce a cév. Léčebné postupy obsahují pečlivou kontrolu krevního tlaku určitými léky

a léčbu všech možných komplikací spojených se základním onemocněním. V případě progresivních forem nemoci, kdy ledviny postupně selhávají, je důležité nemocné připravit na další léčbu, tedy transplantaci či dialýzu.

**Ze statistik IKEM vyplývá, že sice v Česku roste počet transplantací ledvin, ale příliš se nezvedá podíl orgánů od žijících dárců. Přitom jsou pro transplantovaného pacienta mnohem kvalitnější než ledviny zemřelých dárců. Proč tomu tak je, neexistuje dost vhodných dárců?**

Transplantace od žijících dárců jsou nejlepší metodou léčby náhrady funkce ledvin, protože tyto ledviny fungují nejlépe. Dárce se může stát osoba blízká nemocnému, například rodič, sourozenec, partner nebo kamarád. V České republice je velmi rozvinutý program transplantací ledvin od zemřelých dárců a doba čekání na první transplantaci je oproti jiným zemím velmi krátká. To může být důvodem, proč pacienti nechtějí svého blízkého darováním obtěžovat. Větší informovanost odborné i laické veřejnosti o výhodách transplantací ledvin od žijících dárců by to mohla změnit. **MICHAL VEČEŘA**

## Zrak. Nepodceňujte zhoršení

Koronavirus je s námi již rok. A ovlivňuje naše životy víc, než bychom si přáli. Nejohroženější skupinou jsou senioři, kteří mají spoustu dalších zdravotních potíží, které kvůli pandemii často neřeší, odkládají návštěvu lékaře nebo je podceňují.

Mezi obtíže, které senioři v této době nechtějí příliš řešit nebo se jim kvůli nim k lékaři nechce, patří zhoršující se zrak. Více než čtvrtina seniorů nebyla během uplynulého roku u očního lékaře a každý desátý senior dokonce nenavštěvuje oftalmologa vůbec.

Jak vyplynulo z průzkumu agentury STEM/MARK pro oční kliniku NeoVize, dvě třetiny seniorů mají aktuální problémy s viděním. Přesto více než čtvrtina lidí nad 65 let o svůj zrak dostatečně nepečuje – očního lékaře v posledním roce nenavštívilo 28 procent z nich. Přitom zrak je nejdůležitějším smyslovým orgánem, kterým vnímáme až 80 procent podnětů v okolí.



Senioři by neměli podceňovat kontrolu zraku.

PROFIMEDIA.CZ

S postupujícími lety dochází k jeho slábnutí a také se přirozená oční čočka zakaluje, takže se po 60. roce věku začíná často objevovat šedý zákal neboli katarakta. Ve věkové kategorii nad 75 let už postihuje každého druhého. Přitom v případě diagnózy katarakty odborníci doporučují co nejdříve podstoupit operaci, protože šedý zákal v pokročilém stadiu negativně ovlivňuje zrak a člověk postupně ztrácí zdroj vizuálních informací z okolí. To mívá v konečném

důsledku vliv i na jeho vitalitu a psychickou a fyzickou kondici. Odborníci dokonce tvrdí, že odstranění katarakty může být i prevencí atrofie mozku z důvodu stařeckých změn. „Výsledky australské studie Blue Mountains Eye Study prokázaly, že operace šedého zákalu následně snižuje riziko časného úmrtí, a to až o čtyřicet procent, protože lidé mají mnohem větší vitalitu, lepší psychiku, lépe spí,“ upozorňuje doktorka Lucie Valešová, primářka Oční kliniky NeoVize Praha.

Obavy z odstranění katarakty přitom nejsou namístě. V současnosti se jedná o nejčastější oční chirurgický zákrok. Provádí se ambulantně, trvá okolo dvaceti minut, je bezbolestný a základní operaci se standardní monofokální čočkou plně hraadí pojišťovny. Navíc i rekonvalescence je velmi rychlá – pacienti v podstatě ze dne na den mohou pozorovat změnu, kdy z mlhy „vykoukne“ opět ostrý svět plný barev.

Při zákroku chirurg vyjme zakalenou čočku a vymění ji za umělou. Nyní je navíc na trhu široký výběr nitroočních čoček, takže si lze připravit například i za čočku asférickou, která zlepšuje vidění ve zhoršených světelných podmínkách, jako je mlha či šero, torickou, korigující astigmatismus anebo trifokální. Ta umožňuje dobré vidění na tři vzdálenosti: po operaci pacient uvidí ostře i blízko, například při čtení či luštění křížovek, na střední vzdálenost, například na monitor, i na dálku. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

## Ledviny. Když se plní cystami

Bolesti zad, vyšším tlakem a zvětšování břicha – takto se začala paní Beátě (50) postupně ozývat nemoc, která potkala její maminku, babičku a nyní i syna. Takzvaná polycystická choroba ledvin autosomálně dominantního typu (PCHLAD) se v Česku týká přibližně pěti tisíc lidí. Je nejčastějším dědičným onemocněním ledvin. Na nemoc a možnosti léčby upozorňují ve Světový den ledvin (letos 11. března) odborníci z České nadace pro nemoci ledvin. „Více než polovina pacientů s polycystickými ledvinami dospěje mezi 50. až 70. rokem života do fáze selhání, kdy je třeba zahájit dialýzu nebo podstoupit transplantaci. Dosud jsme měli k dispozici léčbu zaměřenou pouze na příznaky a striktní léčbu vysokého krevního tlaku. Nově je pacientům s rychle postupujícím onemocněním k dispozici moderní terapie, která oddaluje selhání ledvin v průměru o 6,5 roku,“ říká profesor Vladimír Tesař, člen správní rady České nadace pro nemoci ledvin. **MET**

# Basketbalistky. Silné soupeřky

**Na ME si Češky proti Francii zopakují souboj z před dvou let.**

České basketbalistky se na červnovém mistrovství Evropy utkají v základní skupině D ve Štrasburku s domácími Francií, Ruskem a Chorvatskem. Rozhodl o tom dnešní los ve Valencii, kde turnaj vyvrcholí. V případě úspěchu se tam svěřeným trenérem Štefanem Svitkou budou stěhovat na semifinále či zápasy o konečné umístění.

Český tým byl před losem v Národním muzeu ve španělském městě nasazen do třetího koše spolu s Běloruskem, Černou Horou a Tureckem, na které tak nemohl v základní skupině narazit. Vytažen byl až jako poslední a přiřadil

## Kdo s kým se utká

Los šampionátu:

- **Skupina A (Valencie):** Švédsko, Bělorusko, Španělsko, Slovensko
- **Skupina B (Valencie):** Černá Hora, Itálie, Srbsko, Řecko
- **Skupina C (Štrasburk):** Bosna a Hercegovina, Slovinsko, Belgie, Turecko
- **Skupina D (Štrasburk):** Francie, Rusko, Česká republika, Chorvatsko

se do skupiny k domácím finalistkám posledních čtyř kontinentálních šampionátů a Rusku, poté tuto trojici doplnilo Chorvatsko.

Souboj s Francií si Češky zopakují z minulého ME 2019,

kde na úvod v Rize prohrály 61:74. Nakonec skončily na turnaji na předposledním, 15. místě. Francouzky dokráčely počtvrté v řadě do finále, kde v Bělehradě nestačily na Španělsko a nenavázaly na triumfy z let 2001 a 2009.

Soutěžní duely s Ruskem se českému výběru dlouho vyhýbaly a ve Štrasburku se tak může snažit o odvetu za semifinálovou porážku z ME v Lodži z roku 2011. S Chorvatskem se utkal Svitkův výběr předloni v červnu v Piešťanech v generálce na ME a vyhrál 79:59. Na Euru se oba týmy utkaly v roce 2013 ve francouzském městě Trélazé a Češky zvítězily v základní skupině 74:68. Turnaj se bude hrát od 17. do 27. června. Dvě skupiny a dvě čtvrtfinále budou hostit Štrasburk i Valencie, kde se bude od semifinále i zápasy o 5. až 8. místo pokračovat. **ČTK**



## DeChambeau má trofej

Americký golfista Bryson DeChambeau vyhrál turnaj okruhu PGA v Orlandu a radost měl hned několikrát sobou. Byl nadšený z triumfu na akci legendárního Arnolda Palmera a před finálovým kolem dostal povzbuzující zprávu od Tigera Woodse, zotavujícího se z těžké autonehody. Loňský vítěz majoru US Open DeChambeau zvládl ve finálovém kole náročné větrné podmínky a zvítězil o ránu před Angličanem Lee Westwoodem. **ČTK**

## Djokovič. Nový rekordman

Novak Djokovič překonal rekord Rogera Federera v počtu týdnů v čele žebříčku ATP. Třiatřicetiletý srbský tenista, který se od minulého týdne s o šest let starším Švýcarem o maximum dělil, je světo-

vou jedničkou 311 týdnů. Djokovič si první místo v předstihu pojistil díky obhajobě na Australian Open, kde zvítězil už podeváté. Celkově si připsal již osmnáctý grandslamový titul a od rekordu Federera se Španělem Rafaelem Nadalem, kteří mají shodně po dvaceti triumfech, ho dělí jen dva.

Česka Petra Kvitová zůstala po titulu v Dauhá v pořadí WTA desátá. **ČTK**

Česka Petra Kvitová zůstala po titulu v Dauhá v pořadí WTA desátá. **ČTK**

## Odvety LM. I s Vaclíkem?

Dnes se rozhodne o prvních čtvrtfinalistech tohoto ročníku fotbalové Ligy mistrů (LM). Juventus Turín v domácí osmičlenné odvetě s Portem zkusí dohnat ztrátu 1:2. Sevilla s reprezentačním brankářem Tomášem Vaclíkem bude hrozbu vyrazení odvracet v Dortmundu, který před třemi týdny ve Španělsku zvítězil 3:2. Obě utkání mají výkop ve 21 hodin.

Juventus v Portu nezvládl začátky obou poločasů a v každém bleskově inkasoval od Mahdího Taremího a Moussy Maregy. Šance italských šampionů do odvety zvýšil v 82. minutě Federico Chiesa důležitou brankou na hřišti soupeře.

Porto ale podle slov svého trenéra Sérgia Conceica ne-

hodlá v Turíně pouze bránit těsný náskok.

Sevilla se díky Susovi brzy ujala nad Dortmundem vedení, jenže pak začal úřadovat kanonýr Erling Haaland, který ještě v první půli asistoval u trefy Mahmouda Dahouda a pak sám dvakrát skóroval. Těsně před koncem porážku úřadujících vítězů Evropské ligy zmírnil Luuk de Jong. Vaclík kvůli zranění brankářské jedničky Jasína Bunúa odchytal poslední dva soutěžní zápasy, ale Sevilla v obou případech vyšla naprázdno.

Dortmund v sobotním bundesligovém šlágru podlehl 2:4 Bayernu Mnichov a zaváhal po sérii čtyř vítězů. Haaland sice o víkendu musel strádat, jeho dnešní start by ale neměl být ohrožen. **ČTK**



## Postupuje

Česká tenistka Markéta Vondroušová na úvod turnaje v Dubaji porazila dvakrát 6:4 Rumunku Anu Bogdanovou a postoupila do druhého kola. V něm dvanáctá nasazená hráčka narazí na Američanku Cori Gauffovou. **MAFRA**

## Krátce

### Trenérem Modrý

Hokejisty Českých Budějovic povede po odchodu Václava Prospala jako hlavní kouč Jaroslav Modrý, který bude i vedoucím sportovního úseku. Jeho asistenty budou Patrik Martinec a Roman Foušek, jenž bude i videotrenérem. Změnu na střídačce Jihočechů, kteří v první sezoně po návratu mezi elitu uzavřeli tabulku po základní části, potvrdil klub na webu.

### Zaboují v Paříži

Evropský kvalifikační turnaj boxerů na olympijské

hry v Tokiu se uskuteční v červnu v Paříži. Ve francouzské metropoli se původně měl konat hlavní světový kvalifikační turnaj. Ten byl ale s ohledem na problémy s cestováním a omezeními v řadě zemí souvisejícími s pandemií koronaviru zrušen.

### Třetí titul

Golfistka Austin Ernstová vyhrála turnaj Drive On Championship v Ocale a na LPGA Tour si připsala třetí titul. Poprvé po 14 letech ovládly první tři turnaje roku Američanky. Ernstová navázala na triumfy sester Kordových. **ČTK**

## Biatlonisté. Nabírali energii, doháněli resty

Počtvrté v sezoně se biatlonisté mezi díly SP nestěhují. Kvůli omezení rizik při cestování v době pandemie koronaviru zůstávají v Novém Městě na Moravě, kde je čekají od čtvrtka další závody ve Vysocina Areně. Včera byly oficiálně tratě zavřené a závodníci využívali volný čas k odpočinku. Oddech měla i mistryně světa z vytrvalostního závo-

du Markéta Davidová. „Už na sobě cítím, že sezona začíná být dlouhá,“ řekla. „Už je třeba vnímat tělo a nasát energii do dalších závodů,“ přidal se Michal Krčmář. Lucie Charvátová se šla vyklusat do lesa. A doufala, že se odhodlá k doplnění tréninkového deníku. „Mám resty, jsou tam i studijní povinnosti,“ řekla biatlonistka z Vrchlabí. **ČTK**