

metro

arda, live.

prime

A

„Toto turné bude
mé nejodvážnější“

DR. BARBARA
STURM

PROFIMEDIA

Robbie Williams jede na evropské scény, **7. září 2025 vystoupí i v pražské O2 areně.** Slibuje nezapomenutelný **večer plný hitů.** Do kin míří i **film** o něm – Better Man. **STRANA 5**

INZERCE



NEWS



ZPRÁVY Z OKRESŮ NA METRO.CZ – VYFOŤTE QR KÓD

Cholesterolový tobogán pojede nejen v listopadu

Restaurace je už nabízejí od minulého týdne. Hlavní svatomartinský husí rej se ale rozjel až včera. Někde i se svatomertinským vínem.

Čeští drůbežáři deklarovali, že na letošní listopadové stoly dodají kolem 180 tisíc pěkně vykrmených husíček. Což by mělo dát necelých 1,1 milionu porcí, je to dokonce o šedesát tisíc porcí víc než v loňském roce. Přesto se české domácnosti i restaurace bez dovozu zahraničních hus neobejdou.

Chovatelé jásají, srdcaři se drží za hlavu i za srdíčko
Drůbežáři si letošní výkrm hus pochvalují, před pěti lety jich bylo o nějakých 25 tisíců



Svatomartinská husa pěkně usazená v pekáči s hustou vrstvou sádla. Kalorická i cholesterolová bomba. MAFRA

vek méně. Velký zájem potvrzují i restauratéri.

Naproti tomu alespoň významné pozdvižení obočí lze pozorovat u lékařů, především kardiologů. V Česku už celou dekádu rostou počty těch, kterým v ordinacích naměří vysoký krevní tlak.

„Lidé se málo hýbou, nejdí dost ovoce a zeleniny a hodně solí. Libují si také v konzumaci tuků a alkoholu a často kouří,“ konstatuje praktička Kateřina Javorská z Nového Města nad Metují. Ona sama dokáže vábení svatomartinských hus odolávat.

Žlučníkáři naběhnou do ordinací až po Vánocích

„Určitě to není příklad zdravého životního stylu. Osobně se na takové jídlo dívám hodně z dálky, ale jednou za rok lze přimhouřit oči,“ říká s mírnou tolerancí Javorská.

Větší nápor těch, kteří to s nadměrnou konzumací jídla a také alkoholu přeženou, ale podle ní nastává až během vánočních svátků. Vysoké hodnoty cholesterolu v krvi ona i její kolegyně naměří u pacientů zcela běžně.

Zanedbávají prevenci

Nejde jen o žlučník, Javorská se nedívá s nadšením na rostoucí počty lidí s vysokým krevním tlakem (viz box). I to souvisí se zmiňovaným nezdravým stravováním a sedavým způsobem života. „Přetlak“ v krevním oběhu by dokázali lékaři včas odhalit, pokud by lidé nezanedbávali preventivní prohlídky.

„Když na něj přijdeme včas, umíme ho velmi dobře léčit a pacienti mohou normálně žít,“ vysvětluje Svato-pluk Býma, předseda Společnosti všeobecného lékařství. Pokud o vysokém tlaku lidé ale nevědí, hrozí jim závažné komplikace. „Ty mohou v krajním případě skončit i smrtí,“ varuje Býma.

Na preventivní prohlídky mají dospělí v Česku nárok každé dva roky. Například ve Skandinávii nebo ve Velké Británii takové prohlídky vůbec nemají. PAVEL HRABICA

POHODA I ZDRAVÍ DÍKY SPA RESORTU LIBVERDA

Wellness • Léčebné pobyty • Hotely
Procedury • Nádherný resort blízko Liberce.

VÁNOČNÍ NEBO SILVESTROVSKÝ POBYT LAST MINUTE

Min. 3 noci | od 7.720 Kč- 7.334 Kč

Ubytování, polopenze, slavnostní menu, punč, voucher na kávu a zákusek, procedury dle pobytu, např. relaxační koupel, masáž, oxygenoterapie, animační program.

DÁRKOVÝ POUKAZ K VÁNOCŮM

Darujte (si) pod stromeček jedinečný zážitek relaxace a odpočinku! Vánoční poukaz do Lázní Libverda je ideální volbou pro ty, kdo si chtějí dopřát chvíle klidu, léčivé procedury a krásu přírody Jizerských hor. Již od 500 Kč. Přát si ho můžete i pro sebe.

Vybrat si můžete od hotelového ubytování, přes několikadenní pobyt až po lázeňskou léčbu.



+420 482 368 100-103 • info@lazne-libverda.cz
www.lazne-libverda.cz



TLAK STOUPÁ, ÚMRTÍ NA INFARKT JE ALE MĚNĚ

2,2 25

Tolik milionů obyvatel Česka se v loňském roce léčilo s vysokým krevním tlakem. Je ale pravděpodobné, že skutečný počet je vyšší, týká se těch, kteří nechodí na pravidelné lékařské kontroly.

O tolik procent klesl za deset let počet úmrtí na infarkt. V Evropě ale i tak umírá ročně na kardiovaskulární onemocnění asi 4,3 milionu lidí. V celé Evropě to představuje téměř polovinu všech úmrtí. PH

KALORICKÉ PODZIMNÍ BOMBY NA JÍDELNÍM LÍSTKU

Se zeleninou jsme stále na štíru. Sice mírně klesá spotřeba masa, ale k chlubení to stále není. Navíc nás nyní čekají nejen husí hody, ale i ty vánoční.

- Zatímco jedna stogramová porce vánočního kapra vyjde na 116 kilokalorií (kcal), stejná váhová porce listopadové svatomartinské husy se dostane na 275 kcal, tedy více než dvojnásobek.

je přibližně 450 gramů a představuje celkovou energetickou hodnotu 4048 kcal. To je zhruba čtyřnásobek celodenního energetického příjmu.

- Přibližně třisetgramová porce svatomartinské husy může obsahovat až 255 miligramů cholesterolu. Denní dávka by přitom neměla překročit 300 mg, člověk s nemocným srdcem by měl denně přijímat ve stravě maximálně 200 miligramů. PH

KRÁTCE

Tučňákovo překvapení

Na jižním pobřeží Austrálie byl nalezen tučňák císařský. Ten žije jen v Antarktidě. Jak se tam dostal, překvapení vědci nevědí. Je v péči ošetřovatelů kvůli teplejšímu klimatu. **ČTK**

Vlčí máky

Svět si na řadě míst připomněl vojenské oběti všech novodobých válek a konfliktů – Den válečných veteránů. Symbolem jsou vlčí máky. Těmi byly pokryty hroby vojáků padlých na západní frontě během první světové války. Příměří bylo uzavřeno 11. listopadu 1918. **ČTK**



Pustit k vodě! Řeky opět lákaly

Střední Čechy se staly turistickým cílem také Britů nebo Irů.

Nová kampaň s názvem Pustit k vodě lákající na středoché řeky se podle dat Českého statistického úřadu (ČSÚ) povedla. A to i přesto, že letos došlo k mírnému úbytku turistů mířících do tohoto regionu. Tam podle informací ČSÚ v létě dorazilo 523 tisíc

výletníků. Samozřejmě nejvíce z Česka. Ze sousedních zemí si region jako místo pro dovolenou vybralo téměř 60 tisíc lidí. Rekordní nárůst ČSÚ zaznamenal u Britů a Irů nebo Američanů. Méně přijelo Nizozemců. Středočeský region v létě kopíroval trend řady krajů v Česku i zahraničí v souvislosti s počtem přenocování. Nejméně turistů zůstalo v regionu v září.

„Bývá obvykle nejslabším měsícem třetího čtvrtletí. Přesto je vidět, že letošní

prázdniny i začátek babího léta byly úspěšné. V květnu jsme také spustili nový produkt cestovního ruchu Pustit k vodě, který lákal turisty nejenom na vodu, ale i na zážitky a výlety okolo vody. V této kampani budeme pokračovat i příští rok. Jsme rádi, že se do regionu povedlo přilákat zahraniční hosty, kteří jsou pro kraj z hlediska ekonomiky velmi přínosní,“ říká Jakub Kulháněk, ředitel Středočeské centrály cestovního ruchu. **MET**

HORSKÁ DRÁHA BEZ STRACHU Z VÝŠEK

Kampaň Pustit k vodě přitáhla pozornost turistů k řekám a jejich okolí.

- Malebné kouty řek, výlety, plavby, zajímavá místa u toků nebo adrenalinové zážitky. Na to letos nová kampaň Pustit k vodě upozorňovala. Podle Středočeské centrály cestovního ruchu byla úspěšná.

- Zajímavé byly rychlé jízdy na speciálním člunu po hladině slapské přehrady. Jednalo se o „horskou dráhu bez strachu z výšek“ a se svou posádkou překonával ostré zatáčky nebo skoky na vlnách. Oblíbenou aktivitou byl i wake-surfing na orlické přehradě. Adrenalinové zážitky jsou v plánu i příštích letech. **MET**

INZERCE

BENU+



Rádi vám poradíme



Fotky na Metro.cz

Zleva Jana Jandáčková, Filip Jeřábek a Josefina Jonášová. Dohromady tvoří akční skupinu ZdiSlavy.

2x JAN HROMÁDKO

Mají rádi beton a nechybí jim humor

Skupina ZdiSlavy tvoří také za tmy. Často je to nezbytné.

Podchody jsou často šedivé a nudné, stejně tak vlaková nástupiště. Pak si ale tyto betonové prostory vezme do parády akční skupina ZdiSlavy a tuctové zdi rozkvetou barvami i humorem.

Jsou tři: Jana Jandáčková, Josefina Jonášová a Filip Jeřábek. Jana je ilustrátorka, Josefina sochařka a Filip výtvarník. Všichni mají výtvarné vzdělání a umění je baví. Dohromady tvoří akční skupinu ZdiSlavy. Jejich modří kačeři nedávno ozdobili vlakovou zastávku Praha-Kačerov, je-

tě čerstvější jsou jejich malby v podchodu v Říčanech. Ten mladí umělci překřtili na myši díru. Stačí jim projít a bude vám jasné proč (viz foto vlevo dole).

Název vznikl na zastávce

Skupina vznikla v roce 2021, kdy byla Josefina Jonášová oslovena na výmalbu nové vznikající vlakové zastávky na Zahradním Městě. Protože to bylo poněkud velké sousto, přizvala do projektu Janu a ta zase oslovila Filipa. Název skupiny vznikl ale až o něco později. „Slovo ZdiSlavy padlo poprvé od Josefiny během čekání na zpožděný vlak do Prahy z Hořovic, kde jsme letos také malovali železniční podchod. Chtěli

jíme se schovat pod společný název už dlouho a variant bylo opravdu dost. Ale až ZdiSlavy to celé rozlouskly,“ vzpomíná pro deník Metro Jana Jandáčková.

Kromě lásky ke kreslení tři kamarády spojuje i smysl pro humor. „Hlavně se ale snažíme, aby naše malby nevypadaly prvoplánově a měly šmrnc. Navíc máme rádi beton, takže ho necháváme v kombinaci s naší malbou spíš vyniknout, než abychom ho potlačovali,“ popisuje Jandáčková.

A kde všude můžete jejich tvorbu vidět? Kromě zmiňovaného Zahradního Města, Kačerova a Říčan jejich malby zdobí i podchody v pražských Vysočanech nebo ve

středočeských Hořovicích, kde vytvořili malbu zasvěcenou místním rodákům a hlavně ptáčkům, kteří poletují kolem a všechno vtipně glosují.

Důležitá je rychlost

Bez zajímavosti není ani fakt, že ZdiSlavy občas tvoří také v noci, kdy jim s malbou pomáhá projektor. „Zejména u rozměrných ploch je skoro nezbytný,“ vysvětluje Jandáčková a dodává: „Naštěstí už nejsme v dobách, kdy bychom museli překreslovat mřížku a zachytávat do ní proporce. Projektor celý proces výrazně urychlí. Často pracujeme v podmínkách, kdy je čas důležitější než peníze, takže musíme být nejen kvalitní, ale i efektivní.“

Než se ale tým umělců pustí do tvorby, předchází tomu spousta práce. „Začneme tím, že se jedeme na místo podívat. Uděláme si fotky a přemyslíme, co by do dané lokality nejvíc zapadlo. Potom se scházíme a vymýšlíme. To je opravdu ‚porod‘, protože přijít s vtipným nápadem je alfa a omega naší práce. Potom se dáme do skicování. A když jsme spokojeni, přejdeme k vizualizaci a prezentaci,“ popisuje vznik výmalby umělkyně a dodává: „Vždy nabízíme alespoň dvě varianty návrhu. Potom přichází na řadu schvalování a obhajoba naší myšlenky. Když si s investorem plácneme, sestavíme rozpočet a stanovíme termín realizace.“

MAREK HÝŘ



Říčanská myši díra. Výzdoba podchodu vznikla letos na podzim.

ARCHIV ZDISLAVY



Slovní hříčky nechybí ani ve vysočanském podchodu.

POP CORN

„Mé nejodvážnější turné“

Příští rok se na pódia vrátí Robbie Williams, zahraje i v Praze.

Britský zpěvák Robbie Williams, který patří k nejpopulárnějším popovým umělcům současnosti, vystoupí po osmi letech 7. září příštího roku v Praze. Jeho předchozí koncert v metropoli se uskutečnil v srpnu 2017 v Letňanech a nabídl show plnou světelných a pyrotechnických efektů, kterou tehdy sledovalo více než 30 tisíc lidí. Jako předskokana si Williams přiveze britskou indie popovou kapelu Lottery Winners.

V rámci turné vystoupí ve městech ve Velké Británii, Irsku a pevninské Evropě. Vstupenky na pražské vystoupení, které bude v O2 areně, budou v cenách od 2690 korun v prodeji od 15. listopadu.

„Toto turné bude mé nejodvážnější, nemohu se dočkat, až vás příští rok uvidím. Zazní písně z filmu Better Man,



Do kin půjde 26. prosince životopisný film o Robbiem Williamsovi s názvem Better Man.

NETFLIX

a také nějaká nová hudba,“ vzkázal fanouškům zpěvák. Oznámení o turné přichází v době, kdy se blíží uvedení životopisného filmu Better Man, který se v kinech objeví 26. prosince. Snímek, který vznikl na základě skutečného příběhu Williamsova života a který režíroval Michael Gracey, sleduje jeho cestu od dětství přes nejmladšího člena slavné chlapecké kapely Take That až po jeho úspěchy jako sólového umělce. To vše

při konfrontaci s problémy, které může přinést obrovská sláva a úspěch.

V Praze Williams poprvé hrál v listopadu 2003 ve vyprodané hale na Výstavišti. V roce 2014 před vyprodanou O2 arenou ukázal svou lásku ke starší muzice, o dva roky později jej pak milionový honorář přilákal na svatbu dcery ruského oligarchy Rašida Sardarova na Žofíně. V srpnu 2017 nabídl svou show na letišti v Letňanech.

DRŽÍ REKORD

Williams dodnes drží Guinnessův rekord za své světové turné z roku 2006, kdy prodal více než 1,6 milionu vstupenek za jediný den.

- Také rekordní návštěvnost 375 tisíc fanoušků během tří večerů na jeho legendárních koncertech v Knebworthu nebyla ve Velké Británii dosud nikdy překonána.

ČTK

ROBBIE WILLIAMS

Narodil se 13. února 1973, do světa showbyznysu naskočil na začátku 90. let jako člen chlapecké kapely Take That.

- Spíš než hudebními výkony tehdy budil pozornost žerty a alkoholovými i drogovými eskapádami.

ČTK

KRÁTCE

Nejlepší cestopis

Výbor pro udělování Ceny Hanzelky a Zikmunda vyhlašuje 7. ročník soutěže o nejlepší cestopis roku. Zájemci o účast v soutěži o nejlepší cestopis roku mohou přihlásit knihy s para-

metry cestopisného žánru v českém jazyce, vydané v roce 2024. Nejdná se o překladové tituly. Cestopis může nominovat autor či nakladatelství. Přihlášku, elektronickou podobu knihy a přímý kontakt na autora, lze zaslat do 15. ledna.

Dajori v kinech

Do kin vstoupí dokument Dajori. Jeho hrdinkou je Marie, která s manželem přijme do péče děti své sestry, která se o ně nezvládá starat. Snímek získal cenu diváků na festivalu v Jihlavě.

Zvukolod' pluje

V srpnu přišla hiphopová sestava Prago Union po nekončících dvou letech s novým, v pořadí již devátým studiovým albem. Deskou pojmenovanou Zvukolod' podle svých slov připomíná, že

český hip hop stále žije a daří se mu. V duchu této myšlenky se ponese i celé podzimní turné. Kluci z Prago Union v rámci něj do konce letošního roku navštíví deset měst po celé republice. Začínají už v pátek v Hradci Králové.

MET

INZERCE

VOYO

KTERÁ ZÍSKÁ JEHO SRDCE?

BACHELOR

Česko

OD 12. LISTOPADU
KAŽDÉ ÚTERÝ A STŘEDA



Do roku 2055 mohou infekce zabít častěji než rakovina

Ve světě narůstá počet bakterií odolných vůči antibiotikům. Podle lékařů za to může nesprávné užívání léků.

Pokud se situace s „předávkováním“ antibiotiky nezmění, podle vědeckých odhadů hrozí, že v polovině století bude na „obyčejné“ infekce zbytečně umírat až 10 milionů osob.

„Bohužel někteří lékaři u banálních onemocnění sahají po antibiotikách se širokým spektrem účinku. Tyto léky ale přispívají ke vzniku bakteriální rezistence, tedy odolnosti bakterií vůči některým typům antibiotik,“ říká infektolog a praktický lékař Igor Karen.

Čechům vévodí makrolidy

Podle praktičky Ludmily Bezdičkové je odolnost vůči antibiotikům globální hrozbou. „Světová zdravotnická organizace odhaduje, že do 30 let může na infekce umírat více lidí než na onkologická onemocnění. V Česku bychom potřebovali zlepšit zejména kvalitu předepisovaných antibiotik, volit ta s co nejužším spektrem účinku,“ upozorňuje. Právě nadužívání takzvaných širokospektrých antibiotik je podle lékařky aktuálně největším problémem. „V Evropě jsme na čelních příčkách v předepisování takzvaných makrolidů – to jsou antibiotika, která mají potenciál vyvolat bakteriální rezistenci,“ poznamenává.

Domácí léčba má výhody

Dlouhodobým problémem pak zůstává předepisování antibiotik v případech, kdy



PROFIMEDIA

za infekcí nestojí bakterie. „V případě virů antibiotika nepomohou,“ upozorňuje doktorka Bezdičková. Lékaři přitom mají k dispozici celou řadu diagnostických metod, s jejichž pomocí lze určit původce onemocnění. „Umíme stanovit hladinu zánětlivých parametrů, nejčastěji vyšetřením C-reaktivního proteinu – CRP, ale i krevního obrazu. CRP může být ale významně vyšší i u některých virových onemocnění, typicky u chřip-

ky nebo covidu-19. Proto je vždy třeba výsledky správně interpretovat,“ zdůrazňuje. A doplňuje, že v mnoha situacích není třeba v počátku onemocnění pacienta testovat, protože pravděpodobnost virové infekce je velmi vysoká, a takový pacient si vystačí s domácí léčbou.

Antibiotika s mírou

Lékaři mohou také využít rychlé antigenní testy, které potvrdí či vyloučí bakteriální

původ. „Nebo naopak provedeme test na streptokokový antigen, který ukáže na streptokokovou tonzilitidu, tedy typickou bakteriální angínu, kterou pak můžeme залечит specifickým antibiotikem,“ navrhuje Igor Karen. „Zapomínat bychom neměli ani na celkový charakter pacienta – zda netrpí nějakým chronickým onemocněním nebo zda nebyl hospitalizován v nemocnici, kde je riziko nákazy vyšší,“ upřesňuje Karen. A zde podle lékaře hrají důležitou úlohu praktici. „Měli bychom zvýšit kvalitu antibiotické preskripce, snažit se залечit maximum infekcí v domácím prostředí, aby se pacienti nedostávali zbytečně do nemocnic. Zároveň omezit předepisování antibiotik v situacích, kdy jsou infekce s velkou pravděpodobností virové a antibiotika nejsou vůbec potřeba,“ shrnuje praktická lékařka. **HAL**

Na obalech panenek byl odkaz na porno



O víkendu začali někteří přispěvatelé sociálních sítí sdílet fotografie nevšedních obalů panenek.

SOCIÁLNÍ SÍTĚ X



Film Čarodějka se má stát hitem podzimu.

PROFIMEDIA

Hračkářská společnost Mattel se zákazníkům omluvila poté, co na obaly k novým filmovým panenkám Glindy a Elphaby z chystané muzikálové pohádky Čarodějka (Wicked) omylem odkázala na pornografické webové stránky.

„Doporučujeme rodičům, aby obal výrobku buď vyhodili, anebo problematický odkaz zakryli,“ nabádá nyní hračkář. O víkendu začali někteří přispěvatelé sociálních sítí sdílet fotografie obalů panenek, na kterých byla místo

odkazu na wickedMovie.com mylně uvedena adresa pornografického portálu wicked.com. Byla vytištěna na krabicích panenek Glindy a Elphaby, hlavních postav filmu Čarodějka, který právě míří do kin, píše deník The Guardian.

„To je šílené nedopatření, za které někoho určitě vyhodí,“ píše se v jednom z komentářů. Někteří lidé na sociálních sítích upozorňují i na to, že přestože se pohádkové franšízy chopilo například i Lego, adresa odkazu na jeho stavebnicích je správně.

Společnost Mattel již v neděli vydala prohlášení, ve kterém se k této chybě vyjádřila. Podniká s cílem nápravy této chyby okamžitá opatření. „Společnost Mattel byla upozorněna na chybný tisk na obalech panenek z kolekce Mattel Wicked prodáváných především v USA. Ten měl spotřebitele správně nasměrovat na oficiální vstupní stránku WickedMovie.com,“ uvádí se v prohlášení. „Těto nešťastné chyby hluboce litujeme a okamžitě přijímáme opatření k nápravě. Upozorňujeme rodiče, že chybně uvedená a nesprávná webová stránka není vhodná pro děti,“ uvedl výrobce. Chybný potisk se týkal panenek prodáváných v obchodech Target, Kohls a Amazon. **IDNES.cz**

INZERCE

PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN

KNIHY DOBROVSKÝ

Sleva 10 %

PRO ZÍSKÁNÍ KUPONU SI STÁHNĚTE APLIKACI

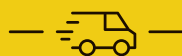
VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ

Nemovitosti - poptávka

- Oddlužení Vaší nemovitosti, vyplátím dluhy, zástavy, exekuce! Vykoupím Vaši nemovitost, peníze ihned! V nemovitosti můžete i nadále bydlet. 737352730

Koupím spoluvlastnický podíl na jakékoliv nemovitosti. Rychle vyplátím nejvyšší možnou cenu, veškerou administrativu zařídím. Celá ČR. Tel: 605 15 11 11





DORUČÍME

NEPORAZITELNÉ

CENY



**STÁHNĚTE SI
NAŠI APLIKACI
S DOPRAVOU ZDARMA**

Kód platí na jeden nákup do 31. 12. 2024.

Promokód: **MAGAZIN**



Odměny za věrnost

- Akce a ceny jako v obchodě
- Ušetříte čas a cestu
- Sleva na první dva nákupy celkem 300 Kč!
- 15% sleva na produkty Nature's Promise
- Garance 100% čerstvosti
- Výhody pro věrné zákazníky
- Snadný nákup přes aplikaci Albert Online
- Oblíbené nákupy na pár kliknutí
- Objednáte i prarodičům či přátelům

Víte, jak správně ošetřit rány a odřeniny? Ideální podmínky pro hojení zajistí pryskyřicový balzám

Drobná poranění, jako jsou odřeniny, škrábance a říznutí patří k životu. Mnoho dospělých se potýká také s chronickými ranami nebo řeší jizvu po operaci. Ve všech těchto situacích je zásadní, aby rána měla vhodné podmínky pro hojení. Jak je zajistit? Řešením je pryskyřicový balzám.



Smrková pryskyřice: cenná surovina s unikátními vlastnostmi

Úloha pryskyřice v přírodě je všeobecně známá – chrání stromy před nepříznivými povětrnostními vlivy nebo škodlivými mikroorganismy. Smrková pryskyřice se ale velmi dobře uplatňuje také v péči o lidské tělo, konkrétně při hojení ran a dalších kožních defektů. Jedinečné složení pryskyřice, která obsahuje stovky různých sloučenin, dává této přírodní surovině hojivé, zvláčňující a antimikrobiální vlastnosti. Finským vědcům se podařilo všechny tyto vlastnosti zapracovat do pryskyřicového balzámu a s prokazatelnými úspěchy ho využívat při hojení ran nejrůznějšího původu.

Jak pryskyřicový balzám pomáhá?

Abilar® balzám na rány dokáže připravit optimální prostředí pro hojení. Na povrchu rány vytváří ochrannou vrstvu, která slouží jako bariéra proti bakteriím a kvasinkám. Balzám dále udržuje ránu přiměřeně vlhkou, aby

ani nemokvala, ani se nevysušovala. Kromě podpory tzv. vlhkého hojení pomáhá Abilar® balzám na rány při správném uzavírání rány a minimalizuje tvorbu jizev. Všechny tyto vlastnosti jsou potvrzeny v laboratorních podmínkách, klinických studiích i v lékařské praxi.

Kdo může používat pryskyřicový balzám

Škála možností využití zdravotnického prostředku Abilar® balzám na rány je velmi široká. Do domácí lékárničky pro něj můžete sáhnout při těchto problémech:

- Odřeniny, škrábance, říznutí a menší popáleniny,
- zanícené rány – akutní i chronické,
- diabetické rány a bérkové vředy,
- proleženiny a otlaky,
- špatně se hojící rány po operaci.

Efekt balzámu je dobře vidět například na příběhu pacienta s popáleninami 2. stupně na horní končetině,

kteří si způsobil vroucí vodou. Pryskyřice u něj zapůsobila velmi hojivě a během léčby se neobjevily žádné známky zánětu nebo komplikací při hojení. Výsledkem léčby bylo kompletní zahojení poranění.

Co byste měli vědět o ošetřování rány a používání balzámu Abilar®?

Aplikace pryskyřicového balzámu je velmi jednoduchá. Na omytou a očištěnou ránu se nanáší tenká vrstva balzámu z tuby a překryje se náplastí nebo obvazovým materiálem. U nekomplikovaných ran postačí běžný obvaz, u ran s větším množstvím sekretu je možné použít materiál s vyšší savostí.

Balzám můžete používat dvakrát denně tak dlouho, dokud se rána nezahojí. Léčba může trvat několik dní

• Pokud byste v průběhu ošetřování rány pryskyřicovým balzámem pozorovali známky infekce, obraťte se na lékaře.

• K typickým projevům infekce patří zarudnutí, otok a zvýšená citlivost v ráně. Objevit se může také zvýšená teplota.

až několik měsíců v závislosti na typu a velikosti rány. Abilar® balzám na rány přispívá k rychlejšímu uzavírání rány – její správné hojení můžete poznat podle „zavírání“ rány novou pokožkou směrem od okrajů ke středu rány. Nezapomeňte, že strup byste neměli předčasně a na sílu odstraňovat, protože má při hojení ochrannou funkci.

Spokojenost pacientů: čísla hovoří jasně

Abilar® balzám na rány sbírá úspěchy i na poli průzkumů spokojenosti. Vysoké hodnocení 9 bodů z 10 možných mu dává 66 % pacientů. Výrobce balzámu si kromě spokojenosti, bezpečnosti a účinnosti zakládá na dlouhodobé kvalitě produktu, proto pravidelně a důkladně prověřuje všechny parametry používané pryskyřice. Pečlivě kontrolovaný je také samotný sběr pryskyřice, při kterém se dbá na šetrný přístup ke stromům.

Zajímají vás detaily složení pryskyřicového balzámu? Každý fanoušek přírodních surovin ocení, že Abilar® balzám na rány neobsahuje kortizon, parabeny, antibiotika ani konzervační prostředek EDTA.



Efektivní pomoc s hojením ran

Vyzkoušejte léčivou sílu pryskyřice

- dezinfikuje a chrání poranění
- hojí rány, popáleniny, štipance a další



Dostupné v lékárnách

Zdravotnický prostředek. Čtěte pečlivě návod k použití a informace, které se vztahují k bezpečnému používání.

www.repolar.cz

PYL BRUSINEK

pro pevný měchýř a zdravé močové cesty

Vylepšená lékařská formule proti inkontinenci moči má tuto jednu pozoruhodnou složku, kterou se vědci z celé Evropy snaží vyvinout již po staletí. Pyl brusinek - částice vysrážené během specializovaného laboratorního procesu z nejkvalitnějších plodů do 3,5 hodiny po sběru. Bojuje proti inkontinenci moči a utěšňuje močový měchýř za pouhých 12 hodin - bez nutnosti použití dalších opatření. „**Absolutní revoluce v urologii,**“ uvádí WHO.

Brusinky se již po staletí používají v medicíně při onemocněních močových cest - jejich antimikrobiální účinky byly opakovaně potvrzeny klinickými studiemi, ale způsob, jakým se získávají, a forma, v níž se podávají do těla - čaje, bylinné tablety - stále nestačí v boji proti nejzávažnějším, pokročilým infekcím močových cest. Chronická inkontinence, opakované záněty močového měchýře, časté močení, ochabnutí močové trubice, bolest a pálení při močení - pro tyto a všechny další nepříjemné potíže je zapotřebí mnohem silnější, lepší a intenzivnější zbraně. A právě o tomto přípravku dnes mluví celá Evropa. „Dosáhli jsme převratného objevu,“ potvrzují odborníci Zdravotnické organizace a dávají k dispozici pro všeobecnou distribuci **revoluční prostředek s brusinkovým pylem,**

kompletní složení je samozřejmě chráněna patentem, ale účinné látky - jak je stanoveno v podmínkách - byly zveřejněny. Na nedávné konferenci BioMedica ve Stockholmu bylo potvrzeno použití specializovaného pylu z plodů brusinek ve výrobku. Toto „**urologické zlato**“ - jak ho nazývají odborníci, posiluje stěny močového měchýře až o 87% již po 1. užití, zcela blokuje přilnavost bakterií E.coli ke stěnám močových cest a utěšňuje močovou trubici, čímž brání nekontrolovanému úniku moči a odstraňuje falešný tlak na močový měchýř, spojený s bolestí, štipáním, pálením a nepříjemnými pocity.

„Klinická pozorování potvrzují, že inovativní přípravek proti inkontinenci moči vykazuje bezprecedentní účinnost (99,8%) při přirozeném buněčném utěsnění močové trubice a potlačení hyperaktivity močového měchýře. Jedná se o první takto účinnou záchranu pro osoby trpící inkontinencí moči a infekcemi močových cest - odhaduje se, že v příštím roce sníží počet lidí hospitalizovaných kvůli onemocněním močových cest až o 72%“.



Konrád Novák,
MedicReporters,
odborník na urologii

Urologický koktejl na míru pro 21. století ↓



který potlačuje nekontrolovaný únik moči a bojuje proti jakémukoli typu úniku moči během 12 hodin.

Složení pro utěsnění močového měchýře 5v1

Kompletní složení je samozřejmě chráněna patentem, ale účinné látky - jak je stanoveno v podmínkách - byly zveřejněny. Na nedávné konferenci BioMedica ve Stockholmu bylo potvrzeno použití specializovaného pylu z plodů brusinek ve výrobku. Toto „**urologické zlato**“ - jak ho nazývají odborníci, posiluje stěny močového měchýře až o 87% již po 1. užití, zcela blokuje přilnavost bakterií E.coli ke stěnám močových cest a utěšňuje močovou trubici, čímž brání nekontrolovanému úniku moči a odstraňuje falešný tlak na močový měchýř, spojený s bolestí, štipáním, pálením a nepříjemnými pocity.

Inovativní formule proti inkontinenci s pylem brusinek

MEDYCZNY HIT 2024 na:

► stresové a urgentní inkontinenci moči ► opakovaným zánětům

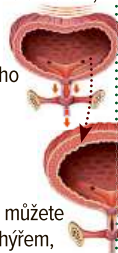
močového měchýře ► litiáze a potížím s ledvinami ► častému močení a poruchám prostaty.

Konec inkontinence moči již po 12 hodinách

Za méně než jeden den se zbavíte potíží spojených s únikem moči a nebudete již pociťovat neustálé nutkání na močení. Konec běhání na toaletu každých 10 minut skrz bolestivých pár kapek moči. Konec opakovaných zánětů močového měchýře, pálení a nepohodlí. Přesně tak funguje inovativní blokátor úniku moči, který jen v testovací fázi

Přípravek číslo 1 na inkontinenci moči:

- Zabráňuje samovolnému, nekontrolovatelnému úniku moči již během 12 hodin
- Obnovuje normální napětí svalů a tkání, které tvoří močové cesty
- Bojuje s inkontinencí moči a problémem hyperaktivního močového měchýře
- Obnovuje normální reflex vyprazdňování močového měchýře již po 1 použití
- Prodlužuje dobu, po kterou můžete být s plným močovým měchýřem, až o 1,5 hodiny - bez úniku moči!
- Odstraňuje bolest, pálení, bodání, nepohodlí a časté močení
- Posiluje imunitu a předchází infekcím močového měchýře



**Chcete zastavit
nepříjemný samovolný
únik moči během
12 hodin?**

**PRODUKT DOSTANETE ZDARMA
NA TELEFONNÍM ČÍSLE:
569 812 984**

**Léčivá formule z brusinek je
pouze nyní na zkoušku za 0 Kč!**



**„Už žádný stud
a mokré skvrny na
spodním prádle“**

Čtyři roky jsem se potýkala s inkontencí moči, nosila pleny, utrácela astronomické částky za další a další léky, které mi jen dočasně ulevily od zánětu močového měchýře. A zde stačily dvě dávky přípravku a samovolný únik moči zcela zmizel. Znovu jsem získala kontrolu nad močovým měchýřem. Získala jsem zpět NORMÁLNÍ život, děkuji!

Dagmar, 37 let, Brno



**„Časté močení
ustoupilo
po 1. užití“**

Je to jediný prostředek, který zmírňuje trapnou inkontinenci - a to jsem jich vyzkoušel spoustu. Ráno jsem ho užil a večer bylo po problému. Zbavil jsem se nočního častého močení, problémů s prostatou a získal zpět fantastický intimní život. Paráda,

Hanuš, 44 let, Hradec Králové

pomohl již více než 8700 lidem v boji proti inkontinenci moči, onemocnění ledvin nebo problémům s prostatou a menstruačním cyklem. Nezáleží na tom, kolik je vám let, jakého jste pohlaví, jaká je příčina - v každém případě **získáte 100% kontrolu nad močovým měchýřem bez nutnosti operace močové trubice.**

PROBÍHÁ BEZPLATNÉ TESTOVÁNÍ PRODUKTU!
Zažádejte si o blokátor inkontinence za 0 Kč, než vás předběhnou jiní.

Prvních 100 lidí, kteří zavolají do 03.12.2024, získá od výrobce **100% UHRAZENÉ ČÁSTKY ZPĚT!**

Tešíme se na rozhovor s vámi: Po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžný místní hovor bez dalších poplatků

ZAVOLEJTE: 569 812 984

**Vypořádejte se
s inkontencí moči
během 12 hodin**

PLAY

SUDOKU: DALŠÍ NAJDETE NA WWW.SUDOKU.CZ

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

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

Hrabárny

Jel jsem coby novinář na reportáž do kliniky dlouhověkosti do Zlatníků, vesnice na kraji Prahy. Když jsem míjel ceduli Zlatníky, uvědomil jsem si, že ten název odněkud znám. Lovil jsem v paměti marně, ale po spatření nápisu Hrabárna mi to docvaklo. Jako když přetočíte video života rychloposuvem zpět. Začátek 90. let. Jedeme se starou škodovkou do Zlatníků, kde byl tehdy největší sekáč. Sekáče byly v postsocialistickém Československu fenomén. Za pár korun jste tam nakoupili oblečení sice obnošené, zato jinde nevídané. Zřejmě již tehdy dovážené za babku z Německa. Hrabárna se pak říkalo levnější části second handu, kde se k vysněnému kousku musíte doslova prohrabat. Nedalo mi to, a zdejší hrabárnu jsem po třiceti letech znovu navštívil. Byla už na jiném místě a samozřejmě to byl už jen odlesk bývalé slávy. Velká hala téměř liduprázdná, prodavačka s ruským přízvukem, mezi bednami s oblečením popocházeli tři chlapi; hledali, co si může jejich peněženka dovolit. V knihovničce s levnými knihami byla většina v němčině a v rohu haly byl dokonce stojan s částmi německých krojů. Drndly – stál nad nimi nápis, do něhož ještě někdo soucitný rukou dopsal mezi písmena d a r chybějící měkké i. Hle, jak i v hrabárně může nic netušící zákazník dosáhnout kulturního obohacení. Hrdý majitel masivního holandského nábytku (pamatujete?) mohl přijít domů s pravými bavorskými lederhoseny. Ja, wir schaffen das!

Za pár korun jste tam nakoupili oblečení sice obnošené, zato jinde nevídané.

IVAN ADAMOVIČ
PRŮVODCE PŘÍTOMNOSTÍ

POČASÍ

DNES

2/6 °C

ZÍTRA

1/5 °C

ČTVRTEK

3/7 °C

PÁTEK

4/8 °C

Teplotní rekordy: ↓ -11,5 °C (1876) ↑ 18,2 °C (1977) Bio: ♥♥♥♥♥

ČT1

20.15 Četnické humoresky (35/39)
Skokan. Krimiseriál (ČR, 2007).
Hrají: T. Töpfer, A. Antalová,
O. Navrátil, Z. Adamovská

21.40 Rapl (11/13)
Tichá voda. Detektivní seriál
(ČR, 2016). Hrají: H. Cermák,
L. Příkazký, A. Pyško, L. Žáčková

22.45 Komici na jedničku
Jiří Sovák

23.40 Ve službách krále
Romantický film (It./Fr., 1961).
Hrají: J. Marais, R. Schiaffinová

01.25 Zajímavosti z regionů

ČT2

20.00 Tady Havel, slyšíte mě?
Premiéra celovečerního doku-
mentu zachycujícího Václava
Havla po odchodu z preziden-
ské funkce

21.35 Můj otec, kníže
Příběh Lily Schwarzenbergové
a jejího otce Karla, od jehož úmrtí
dnes uplyne právě jeden rok

23.00 Rodinný přítel
Drama (It./Fr., 2006). Hrají:
G. Rizzo, L. Chiattiová, B. Val-
morinová, L. Angelillo a další.
Režie P. Sorrentino

00.40 Fauda II (9/12)
Seriál (Izr., 2017)

NOVA

20.20 Jedna rodina
Santiago! Komedialní seriál
(ČR, 2024). Hrají: J. Polášek,
P. Zedníček, T. Kostková, I. Chmela

21.45 Národní házená (6)
Kraj. Komedialní seriál (ČR,
2024). Hrají: F. Kaňkovský,
J. Langmajer, V. Neužil ml.

22.25 Okresní přebor (16)
Návštěva z kraje. Seriál (ČR,
2010). Hrají: O. Vetchý, D. No-
votný, L. Sobota, P. Kikínčuk

23.00 FBI (11)
Krimiseriál (USA, 2018)

00.00 Mentalista IV (15, 16)

PRIMA

20.15 Kamarádi (7)
Rodinný seriál (ČR, 2024). Hrají:
A. Chocholátá, D. Gránský,
J. Komínek, P. Déržel

21.35 7 pádů Honzy Dědka
Populární talk show 7 pádů
Honzy Dědka v nové sezoně
ze Švandova divadla

22.45 Honeymoon – líbáanky k nepřežití
Minuta vzájemných sympatií,
obrád v exotickém ráji a spo-
lečný život na opuštěné pláži!

23.35 Ano, šéfe!

00.35 Policie v akci

ÓČKO

19.30 Óčko hity
Klipy nonstop

21.00 Hot hity
Žhavé klipy

22.00 Naked Attraction Italy
Italská verze nahé seznamky!
Sereně je 43 let, pochází z La-
tiny a před čtyřmi lety se roz-
hodla změnit svůj život

22.30 Virtuální svět TV
Vydejte se na cestu kolem světa
z pohodlí vašeho domova

0.00 Óčko flirt
Proud klipů a sexy vzkazy dí-
váků Óčka

„Chceme hrát osm vyrovnaných půlí“

Remíza 2:2 s Tchaj-wanem je cenná.

Čeští baseballisté si přivezou z asijského turné neocenitelné zkušenosti, chtějí je v roce 2026 zúročit při turnaji World Baseball Classic. Sehráli celkem čtyři utkání s dvěma nejlepšími týmy na světě a zejména remíza 2:2 s Tchaj-wanem v prvním duelu je velmi cenným výsledkem. „Fotbalovou mluvou jsme hráli pět poločasů z osmi na absolutní světové úrovni,“ přirovnal trenér reprezentace Pavel Chadim.

Se světovými jedničkami z Japonska drželi čeští baseballisté dlouho krok, ale vždy v závěru utkání jim soupeř utekl a devět inkasovaných bodů v obou zápasech vypadá hrozně. „Nezapomeňme ale, že je konec listopadu. Kluci obvykle končí sezonu kon-

DIVÁCKÝ ZÁJEM

470

Čtyři zápasy včetně dvou repríz zápasů s Tchaj-wanem sledovalo v České televizi celkem 470 tisíc diváků. Na místě přišlo na české baseballisty celkem zhruba 90 tisíc příznivců. MET

cem září a já jsem na ně hrdý,“ řekl trenér Chadim.

Kouč přivezl do Asie tradiční opory, ale také několik mladých nováčků, kteří by měli držet český baseball v příštích letech a zejména v kvalifikaci na olympijské hry v roce 2028 v Los Angeles. „Nechci fňukat, i když to výsledkově vypadá divoce, tak jsme odehráli vyrovnané zá-

„Jsem nadšený a spokojený. Vůbec to neberu tragicky. Věřím, že z těchto zápasů budeme těžit v budoucnu.“

PAVEL CHADIM
TRENÉR ČESKÉ BASEBALLOVÉ
REPRESENTACE

pasy. Když tak kvalitním soupeřům nabídnete chybu, tak ji využije,“ hodnotil. „Chceme příště hrát osm vyrovnaných poločasů.“

Český tým podle jeho slov musí vychovávat zejména kvalitní nadhazovače. „Když nadhazovači drží pálkaře soupeře na uzdě, ti dělají málo hitů, tak tým má šanci,“ prohlásil kouč Chadim. MET

ČÍSLO DNE

4

Z nominace české fotbalové reprezentace na listopadová utkání Ligy národů v Albánii a s Gruzii ze zdravotních důvodů vypadli obránci Ladislav Krejčí mladší, Martin Vítík a David Zima a záložník Lukáš Kalvach. Reprezenční trenér Ivan Hašek dodatečně povolal zadáka Patrizia Stroinatiho a nováčka středopolaře Jiřího Boulu.

50

Plavkyně Daryna Nabojčenko překonala na mistrovství Belgie v krátkém bazénu vlastní český rekord na trati 50 metrů motýlek. Časem 25,67 vylepšila v neděli o šest setin sekundy národní maximum z loňského mistrovství Evropy a splnila A limit pro prosincový světový šampionát v Budapešti. ČTK

Zpět v top 10

Tenistka Barbora Krejčíková (na snímku) se po postupu do semifinále Turnaje mistryň vrátila do první desítky žebříčku WTA, kterou uzavírá. Její bývalá deblová partnerka Kateřina Siniaková zakončí po čtvrté v kariéře rok jako světová jednička ve čtyřhře. Rok na pozici světové jedničky ve dvouhře zakončí Běloruska Aryna Sabalenková, mužům vládne Ital Jannik Sinner. ČTK



KRÁTKÉ

Zraněné hvězdy

Fotbalová Barcelona oznámila, že její hvězdní útočníci Robert Lewandowski a Lamine Yamal vynechají kvůli zranění reprezentační sraz svých týmů Polska a Španělska. Sedmnáctiletý talent bude mimo hru až tři týdny kvůli zranění pravého kotníku. Lewandowski, jenž je se 14 góly nejlepším střelcem La Ligy, si poranil záda a hrát nebude zhruba 14 dnů.

Repríza finále na evropském ledě

Na šesti stadionech dnes začne play-off hokejové Ligy mistrů. Čeští zástupci v osmifinále mezinárodní soutěže se představí zítra a utkají se spolu – Sparta přivítá úřadujícího extraligového šampiona z Trince. Fanoušci v pražské O2 areně se tak dočkají reprízy semifinále play-off minulého domácí sezony. ČTK

INZERCE

**DARUJTE
PŘEDPLATNÉ,
RADOŠT NA
CELÝ ROK**

mfdnes.cz/darek

OBJEDNÁVEJTE NA 225 555 522 NEBO
NA NAŠICH STRÁNKÁCH **MFDNES.CZ/DAREK**.
NABÍDKA PLATÍ DO 31. 12. 2024.

DNES





Limitovaná výroční nabídka

Získejte exkluzivní měděnou repliku slavné 500 Kčs bankovky

Emise:

Exkluzivní měděná replika slavné 500 Kčs bankovky z roku 1973



Důležité:

Pouze 1 replika slavné 500 Kčs bankovky pro každého zákazníka

Objednejte zde:

www.nejkrasnejsi-bankovky.cz, tel.: 810 50 50 20

Téma:

80. výročí SNP

Distributor:

Národní Pokladnice

Cena:

99 Kč + poštovné a balné ZDARMA!

Získejte exkluzivní měděnou repliku 500 Kčs bankovky!



Provázela nás spoustu let a ve své době se jednalo o nejcennější bankovku, která byla v oběhu.

Právě nyní při příležitosti 80. výročí SNP můžete získat exkluzivní měděnou repliku slavné 500 Kč bankovky za skvělou cenu pouhých 99 Kč. Navíc nebudete platit poštovné a balné, které je pro Vás ZDARMA.

POZNÁMKA:	U objednávky prosím uveďte rezervační číslo
ČÍSLO REZERVACE:	72018933
CENA:	jen 99 Kč + poštovné a balné ZDARMA!
DŮLEŽITÉ:	Pouze 1 kus na osobu!
ZPŮSOB OBJEDNÁVKY:	www.nejkrasnejsi-bankovky.cz , 810 50 50 20

Objednejte zde:

Internetový rezervační systém:
www.nejkrasnejsi-bankovky.cz

Telefonní rezervační linka:
810 50 50 20

Po-Ne - 9:00-18:00

modrá linka - voláte za běžnou cenu místního hovoru



Vzhledem k exkluzivitě nabídky a velkému zájmu je pro každého k dispozici pouze 1 měděná replika legendární 500 Kčs bankovky. **Platíte pouze 99 Kč, poštovné a balné je ZDARMA.**

Garantujeme Vám právo na vrácení repliky ve lhůtě 14 dnů od doručení.

Nabídka platí pouze 10 dní!

www.nejkrasnejsi-bankovky.cz

Speciální nabídka je platná jen 10 dní!

Téma:	80. výročí SNP
Avers:	Partyzáni SNP a zřícenina hradu Strečno v pozadí
Revers:	Hrad Děvín
Rozměr:	100 x 50 mm
Kov:	Měď
Cena:	jen 99 Kč + poštovné a balné ZDARMA!
Důležité:	Pouze 1 replika slavné 500 Kčs pro každého zákazníka!

Internetový rezervační systém
www.nejkrasnejsi-bankovky.cz

