

PLÍŠKOVÁ SI PO US OPEN POLEPŠILA, UŽ JE TŘETÍ

V NEJLEPŠÍ DESÍTCE ŽEBŘÍČKU JSOU I DALŠÍ DVĚ ČESKÉ TENISTKY STRANA 12

metro

mojemetro | denikmetro

Úterý, 14. září 2021

Č. 175, www.metro.cz

Volný prodej 6 Kč

/ ostatní distribuce

Svátek slaví: Radka



S termokamerou zoo září všemi barvami

Pražská zahrada. Návštěvníci mají jedinečnou možnost podívat se pomocí vyspělých technologií na život zvířat po setmění. **Prohlídky.** Se špičkovou vojenskou technikou. **Návštěvníci.** Vidí jako had či kočka STRANA 5



Moravské divadlo v Olomouci má svou múzu. Je vysoká dvacet metrů

Italský výtvarník s uměleckým pseudonymem Ozmo včera dokončoval velkoplošnou nástěnnou malbu s divadelní tematikou na budově Moravského divadla v Olomouci. Ústřední postavou obří malby o výšce přibližně dvaceti metrů je múza tragédie Melpomené v klasickém řeckém pojetí doplněná o současné prvky a symboly.

ČTK

Krátké

Návštěvníci
Krkonos horám
nepomohli

O něco slabší než loni a obrovské výkyvy návštěvnosti. Tak podnikatelé v cestovním ruchu hodnotí končící letní sezonu v Krkonoších. Před rokem touto dobou hovořili o famózním létě, tentokrát to tak slavné nebylo. Léto také provázal nevídaný nedostatek

personálu. Většinu hotelů a restaurací chyběli číšníci, kuchaři i pokojské.

Polští šamani
před soudem

Zcela mimořádný případ začal projednávat Krajský soud v Ostravě. Tři Poláci jsou obžalováni za to, že v jihoamerickém Peru nakoupili téměř dvě stě litrů psychotropního nápoje

Ayahuasca a na různých místech České republiky pořádali za úplatu šamanské rituály. Obžalovaní vinu odmítají.

Podváděli. Chtěli
bonus za covid

Zlínský krajský soud se začal zabývat kauzou muže a ženy, kteří jsou obžalováni kvůli fiktivním žádostem o vyplacení kompen-

začních bonusů pro podnikatele postižené opatřeními proti šíření koronaviru. Dvojici hrozí za podvod pět až deset let vězení. „Chtěl jsem upozornit na zneužívání covidových kompenzací,“ tvrdí souzený muž.

Volby by vyhrálo
hnutí ANO

Sněmovní volby by nyní

vyhrálo hnutí ANO s 25 procenty, druhá je koalice SPOLU s 22, Piráti a STAN mají 21 procent hlasů. Pětiprocentní hraniční nutnou pro vstup do Sněmovny by překonalo celkem pět subjektů. Ve dle uvedených ještě SPD a KSČM. ČSSD a Přísaha by neuspěly. Uvádí to v neděli zveřejněný průzkum agentury Data Collect pro Českou televizi z přelomu srpna a září. **IDNES.cz**

Festival

Ve dnech 24. až 29. září se uskuteční filmový festival **Finále Plzeň**. V západočeské metropoli se představí soutěžní přehlídka českých a slovenských celovečerních snímků, dokumentů i televizních a internetových projektů. Festival má na programu třeba novou komedii *Zbožňovaný* Petra Kolečka, *Deníček* moderního fotra Jana Haluzy, *Matky* Vojtěcha Moravce nebo *Večirek* Michala Suchánka. Mezi artovější kusy patří zejména svébytný debut *Okupace* režiséra Michala Nohejla. Program a zajímavosti včera představila ředitelka **Finále Plzeň** Eva Veruňková Košařová. **ČTK**



Číslo dne

293

Řidiči dojíždějící do Prahy budou moci využít záchytné parkoviště u stanice **Nové Butovice**. Dům s 400 stánky bude stát 292,75 milionu korun.

104

Studentka **Nicolette Havlová** dorazila po 104 dnech pěšky z **Havířova** do **Istanbulu**. Na své pouti navštívila i kraje žijící v rumunském Banátu. Cílem její cesty bylo upozornit na problémy, do kterých se tamní obyvatelé dostali vinou koronaviru.

Anketa. Zrušit střídání času?

Stovka čtenářů deníku Metro se vyjádřila k nápadu zavést jeden čas.

ZAVÉST JEDEN ČAS

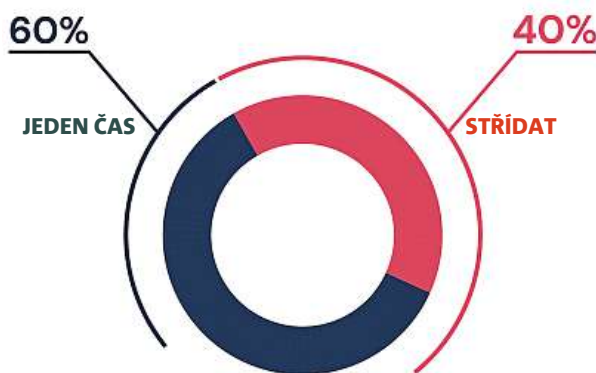
Jediný zimní čas byl uzákoněn zákonem č. 212/1946 Sb., o zimním čase. V současné době u nás máme středoevropský čas (SEČ) a středoevropský letní čas (SELČ), který je uměle vytvořen posunem o jednu hodinu od SEČ. Nejsem zastáncem střídání času, ponechal bych jeden čas, a to SEČ.

Milan Jaroš

Jsem pro zrušení střídání a návratu k normálnímu (tzn. zimnímu) času, který je přirozený. Profese, které ráno brzo vstávají, tak v letním čase vstávají v podstatě o hodinu dřív vůči slunci. Což není zrovna příjemné. Pokud by se mělo zachovat střídání, například kvůli „hezkým letním večerům“, tak zkrátit období letního času, stačilo by například od konce dubna do konce září.

Karolína Absolonová

Standardní čas je ten označovaný za zimní. Tak opravdu nevím, co stále řešíme.



GRAFIKA: PROFIMEDIA, METRO

Slunce je na obloze stále stejnou dobu, jen ukazatele času nám říkají, kolik je to hodin. Jestli grilujete v letním čase do 22 hodin bez přisvědčení, tak to za standardního času bude do 21 hodin a pak si rozsvítíte. Stejně v dnešní době většinou lidi v létě sedí venku do půlnoci a svítí si k tomu.

Zdeňka Bydžovská

Jsem zcela zásadně pro zrušení takzvaného letního času, protože při dnešním

charakteru ekonomiky všechny dřívější důvody pro jeho zavedení pominuly. Letní čas již nepřináší žádnou energetickou úsporu, natož finanční. Pouze extrémně komplikuje život dětem a starým lidem a domácím zvířatům narušením řádu a biorytmů.

Alex Alda

STŘÍDAT ČAS NADÁLE

Zrušit střídání je podle mě největší blbost. Když se pone-

chá zimní, či letní, tak si člověk dne neužije naplno. Bud se začne stmívat brzy, nebo se rozednívá pro změnu brzy. To bude bordel, vstávat v pět ráno a mít světlo už ve tři. Nechápu všechny, co s tím mají problém, mě na srovnání stačí se jednou vyspat.

Michal Surmaj

Vzhledem k tomu, že po celý rok stejně vstávám a chodím spát pokaždé v jiný čas, střídání času prakticky ani nezaregistruju.

Jarda Kročil

Temná depresivní zimní odpoledne jsou adekvátní daní za příjemné dlouhé letní večery. Nechal bych to tak, jak je.

Marek Mahdal

Nikdy mi to nevadilo. Když jsem chodil do školy, problém jsem s tím neměl. No a celý svůj dospělý život mám v podstatě „klouzavého“ budíka, takže hodina sem, hodina tam – neřeším.

Mad Metal Maniacs **HOP**

Objednej online, vyzvedni hned na prodejně



Tlak bude pod kontrolou

OMRON



OMRON M6 Comfort s AFIB

Tlakoměr s Intelli manžetou i pro silnou paži
Detekce fibrilace síní AFib a indikátor hypertenze
Paměť pro 2 uživatele, klinicky ověřená přesnost
Značka č. 1 doporučována pro domácí měření
Zdravotnický prostředek určený k měření tlaku. Pečlivě prostudujte návod k použití.

**5 let
záruka**

2 199,-

2 030,-

obj. kód: OMRTL871

Večeře jako od šéfkuchaře

tescoma.



TESCOMA TitanPOWER

Kvalitní pánve s nepřilnavým povrchem
Pro všechny typy sporáků včetně indukce
Výška 5 cm pro pohodlné míchání
Varianty s průměrem 20, 24, 26 a 28 cm

od 819,-

obj. kód: TESPA639

To bude boží selfíčko



xiaomi

**Xiaomi Redmi Note 10 Pro
6 GB/128 GB**

6,67" AMOLED displej, baterie 5 020 mAh
Fotoaparát 108 + 8 + 5 + 2 Mpx, selfie 16 Mpx
Odemykání tváří, rychlé 33W nabíjení
Voděodolný dle IP53, NFC, Android 11



7 999,-

obj. kód: X1229c2

Jeho displej vás pohltí



xiaomi

**Xiaomi Mi 11 Lite 5G
6 GB/128 GB**

6,55" AMOLED displej, baterie 4 250 mAh
Fotoaparát 64 + 8 + 5 Mpx, selfie 20 Mpx
Čtečka otisků prstů, rychlé 33W nabíjení
Stereo reproduktory, Android 11



8 999,-

obj. kód: X1233b2

Vždy plný energie



xiaomi

Xiaomi Redmi Note 10S 64 GB

6,43" AMOLED displej, baterie 5 000 mAh
RAM 6 GB, interní paměť 64 GB, Android 11
Fotoaparát 64 + 8 + 2 + 2 Mpx, selfie 13 Mpx
Čtečka otisků prstů, rychlé 33W nabíjení



5 499,-

obj. kód: X1235b1

Padne do každé ruky



xiaomi

Xiaomi Redmi 9C 64 GB

6,53" IPS displej, baterie 5 000 mAh
RAM 3 GB, interní paměť 64 GB, Android 10
Fotoaparát 13 + 2 + 2 Mpx, selfie 5 Mpx
Odemykání tváří i čtečka otisků prstů



3 099,-

obj. kód: X1215c1

Více na [alza.cz/nakupovani-budoucnosti](https://www.alza.cz/nakupovani-budoucnosti)

Kup na www.alza.cz nebo volej 225 340 111

Uvedené ceny jsou v CZK s DPH a platí od 14. 9. 2021 do odvolání nebo vyprodání interních skladových zásob. Změna ceny vyhrazena, více na www.alza.cz/reklama. Aktuální ceny najdete vždy na www.alza.cz. Dárky jsou dodávány pouze do vyčerpání zásob.

Bud'te ohleduplní

Na Masarykově univerzitě v Brně začal akademický rok v prezenční formě, zatím bez výrazných omezení. Studenti musí nosit roušky či respirátory ve společných prostorách, nikoli při výuce. Povinné testování se týká těch, kteří jsou ubytováni na kolejích, případně návratců ze zahraničí. Vedení Masarykovy univerzity však zároveň apeluje na zodpovědnost a ohleduplnost studentů i dalších členů akademické obce.

ČTK



Krátce

Lékaři neuznají protilátky

Odborníci se stále neshodli na uznávání testu na protilátky covidu-19 jako na možnost, jak prokázat bezinfekčnost kromě testu, nemoci v posledním půlroce či očkování. Řekl to ministr zdravotnictví Adam Vojtěch. Lidé se změřenými protilátkami se podle něj mohou očkovat jednodávkovou vakcínou Janssen od firmy Johnson & Johnson. Lidé, kteří prodělali nemoc

a jsou očkováni dvěma dávkami vakcíny, třetí dávku mít nemusí.

Vyhrabala groše ze 14. století

Fenka vyhrabala u Ústí na Vsetínsku hrneček se stovkami stříbrných pražských grošů ze 14. století. Majitel zvířete cenný archeologický nálezk odevzdal, nyní jej zkoumá Muzeum regionu Valašsko. Po ukončení všech rozborů bude poklad vystaven pro veřejnost. ČTK

Zájem o solární elektrárny roste. Pořídit si ji je snadné

Zájem stále roste. V Česku bylo v roce 2019 na střechách rodinných domů vybudováno celkem 2905 nových solárních instalací. O rok později bylo instalováno celkem 6293 nových solárních elektráren. Počet instalovaných fotovoltaických elektráren se za loňský rok tedy téměř zdvojnásobil. Za prvních šest měsíců letošního roku vzniklo po celé republice přes 3800 nových fotovoltaických elektráren. „Malou překážkou mohou být vikýře, které zabírají místo, a vysoké komíny, které vrhají stín na panely a snižují tak množství vyrobené energie,“ říká v rozhovoru pro deník Metro o instalaci solárních panelů na střechy domů Jan Krčmář, předseda představenstva Solární asociace.

Co je potřeba k tomu, abych si mohl FVE, tedy systém, který přeměňuje sluneční energii na energii elektrickou, pořídit?

Pořídit si solární elektrárnu není složité, i proto jejich popularita a počet rychle roste. Nezáleží na tom, jestli jste firma, domácnost, nebo obec. Pro instalaci solární elektrárny do 10 kilowattů, která na spotřebu průměrné rodiny bohatě stačí, není potřeba licence od Energetického regulačního úřadu. U staveb a zařízení pro výrobu energie s celkovým instalovaným výkonem do 20 kW dokonce ani není potřeba stavební povolení.

Jaké jsou například nároky na prostor?

Možná to bude znít úsměvně, ale pokud uvažujete o in-



Jan Krčmář, předseda představenstva

SOLÁRNÍ ASOCIACE

stalaci fotovoltaických panelů, potřebujete v první řadě dostatek prostoru a mít prostě vhodné místo na střechu. Malou překážkou mohou být vikýře, které zabírají místo, a vysoké komíny, které vrhají stín na panely a snižují tak množství vyrobené energie. Nicméně dobrá instalační firma umí elektrárnu navrhnout tak, aby k potížím nedošlo. Důležité je zjistit také nosnost střechy, která určí maximální počet panelů. I tam ale drtivá většina střech je vhodná.

Na co všechno by se měl dodavatel zeptat? Které aspekty by měly dodavatele zajímat?

Dobrá firma by se měla zabývat o místní podmínky i vaše zvyky ve využívání energie a vytvořit vám projekt na míru. Úplně na začátku by s vámi měla probrat spotřebitelský profil, tedy kolik energie spotřebujete na co a kdy. A nejen elektriny, ale i třeba energie na ohřev vody. Poté byste se měli podívat na možnost pořízení bateriového systému nebo případného rozšíření instalace do budoucna. Baterie nemusí být ve všech případech ideální, občas se spíše třeba vyplatí energii ukládat ohřevem vody. Technik by měl přijet vše osobně zaměřit a vysvětlit vám fungování solární elektrárny. Samozřej-

mostí je také záruka na jednotlivé části elektrárny. Solární panely jsou konstrukčně poměrně jednoduchá zařízení, přesto se dá hodně věcí pokazit. Důležité je nejen to, na co se má dodavatel zeptat vás, ale i jeho ochota odpovídat na vaše dotazy a připomínky. Ta je také znakem vhodné firmy.

Pomůže mi firma s legislativním procesem, nebo si vše musím vyřídit sám?

Vhodná instalační firma by vám měla v případě vašeho zájmu vše zajistit, včetně vyřízení dotace. Chcete-li se o to raději postarat sami, je při žádání o dotaci na pořízení FVE určité dobré myslet na několik podmínek. Rodinný dům nesmí být v exekuci, minimální účinnost solárních panelů musí být 15 procent a celková výroba fotovoltaické elektrárny by neměla přesáhnout stávající spotřebu elektřiny v domě.

Jaké jsou typy dotací?

V současné době existuje hned několik typů dotací. Nejznámější je program Nová zelená úsporám, který je určen pro majitele rodinných domů a bytových domů. Pro podnikatele se chystá nový operační program OP TAK, který by měl být z hlediska byrokracie méně náročný, než tomu bylo doposud. Obce mají pak přístup k operačnímu programu OPŽP. Většina současných dotačních programů je koncipována jako kontinuální výzva a měla by pokračovat i v roce 2022 i dalších letech. Pro veřejnost a naše členy monitorujeme všechny aktuálně dostupné dotační výzvy nebo

změny podmínek pravidelně každý měsíc. Mohou je najít na našich webových stránkách.

Kdo má na starosti údržbu a následnou likvidaci solárních panelů?

Spolehlivá společnost by vám měla vysvětlit a nabídnout plán údržby. Pro každou solární elektrárnu totiž platí povinnost provádět pravidelně revize elektrického zařízení. Po uplynutí lhůty, jež je pro převážnou většinu instalací čtyři roky, má provozovatel FVE povinnost dát vypracovat periodickou zprávu o revizi elektrického zařízení. Kromě zcela prioritní otázky bezpečnosti je nezanedbatelná i stránka ekonomická. Bez revize je například nemožné se domáhat případné náhrady škod u pojišťovny. Obecně je ale údržba solárních panelů a systému poměrně jednoduchou záležitostí. Obecně recyklace v oblasti energetiky je velké téma a fotovoltaika není výjimkou. Recyklace solárních modulů, které v následujících desetiletích doslouží, je však už dnes zvládnutý proces, který nemá negativní dopady na životní prostředí. Celkově je recyklováno přes 90 procent modulů, které už dosloužily. Důležité také je zmínit, že recyklace nezatěžuje ani peněženky občanů, protože ji platí dovozci solárních panelů a majitelé solárních elektráren už při koupi fotovoltaické elektrárny v rámci recyklačního poplatku.



MAREK HYŘ

marek.hyry@metro.cz

Zoo má i výpravy s termokamerou

Dnes poprvé můžete vyrazit na prohlídku v čase, kdy na scénu přicházejí soumráční nebo noční živočichové.

Pražská zoologická zahrada zpestřuje prohlídky areálu. K těm večerním ve středu a v pátek od 19 hodin se počiná dnešní 20. hodinou přidávají i noční. Návštěvníci budou mít jedinečnou možnost podívat se pomocí vyspělých technologií na to, co nám ze života zvířat po setmění zůstává běžně skryto.

Každý účastník má sám pro sebe po dobu programu k dispozici termovizní monokulární kameru. Během prohlídky s odborným výkladem si bude dále moci zapůjčit noktovizi, která je založena

na principu nočního vidění. Na závěr prohlídky pak lze večerní zoo pozorovat pomocí speciální vojenské termovizní kamery. „Naši návštěvníci mohou sledovat život v noční zoo a současně se kolem sebe rozhlédnout očima zvířat,“ uvedl ředitel zoo v pražské Troji Miroslav Bobek.

„Momentálně jsme s jistotou jediná zahrada na světě, která disponuje takto komplexní technikou a využívá ji pro zábavně-vzdělávací aktivity,“ dodává mluvčí zahrady v Troji Lucie Dosedělová.

Účastníci noční akce se seznámí například s tím, co zvířata dělají po západu slunce. Dozvědí se také, jak u různých druhů zvířat funguje tělní termoregulace. „ Díky termokameře uvidíte například, jak plameňákům postupně chladne noha, na níž stojí ve vodě, a jak ji střídají za druhou, kterou do té doby hráli u těla,“ láká Bobek. **SIM**

Technologie

Pozorovat svět zvířat teď lze také prostřednictvím nejvyspělejších zařízení používaných například armádou.

- U **termovize** jde o kameru citlivou na záření tepelné – lze ji přirovnat k pohledu očima hada, **noktovize** zase citlivě pracuje s odrazy slabého záření světelného – jde tedy o pohled, kterým svět sleduje například kočka.

- **Speciální vojenská kamera** je schopna detekovat objekt o velikosti tanku, v případě zoo třeba slona, až na vzdálenost 11 kilometrů, lidskou postavu pak rozliší na osm kilometrů. Je schopna pracovat v teplotním rozpětí od -32 °C do 55 °C.

- Více info na zoopraha.cz.

Cena

1000

Vstupenka na novou noční prohlídku, která bude trvat zhruba 90 minut, vyjde na 1000 korun pro jednu osobu.

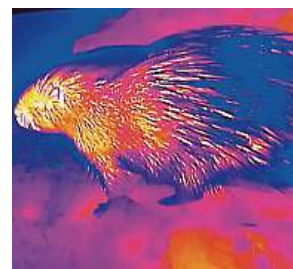
Termíny v týdnu

6

Na prohlídku nočního života trojské zoo lze vyrazit každé úterý, čtvrtek a sobotu vždy od 20.00 nebo 20.30 hodin.



Dikobraz ve svitu baterky a pohledem termokamery



Jedno ze zastavení se věnuje ultrafialovému záření. 3x METRO

Koberec. Místo smrti upravují

Na silnici nad Karlovými Vary, kde se o prázdninách stalo několik tragických dopravních nehod, začaly úpravy na zvýšení bezpečnosti úseku. Silničáři zde zdrsni povrch vozovky, aby se předešlo smykům. Po dobu prací bude v úseku omezena průjezdnost i rychlost. Bez omezení se silnice vrátí začátkem října. Jen v srpnu se na této silnici staly tři tragické nehody, při nichž zemřelo celkem pět lidí, z toho dvě děti. **ČTK**

Krátce

„Otec ze mě udělal bílého koně,“ tvrdí Babiš

Syn premiéra Andreje Babiše více než šest hodin vypovídal na policii v kauze padesátimilionové dotace na stavbu farmy Čapí hnízdo. Andrej Babiš mladší, který byl v případě původně také obviněn a jehož stíhání bylo později zastaveno, novinářům řekl, že z něj otec udělal

bílého koně a že nikdy nechtěl být součástí dotačního podvodu. V kauze jsou z poškození finančních zájmů EU a z dotačního podvodu obviněni premiér a jeho někdejší poradkyně, oba vinu odmítají.

Zemřel autor tanku, který jezdí pod vodou

Bojovník za svobodu a konstruktér Josef

Haisler zemřel v sobotu v 98 letech v Doksech. Plukovník ve výslužbě v roce 1958 nastoupil do Vědecko-výzkumného tankového polygonu, kde se podílel na technologickém vývoji možnosti brodění tanků. Provedl úspěšný test jízdy tanku v sedmimetrové hloubce. Byl proti invazi vojsk Varšavské smlouvy, v roce 1970 přišel o zaměstnání a byl vyloučen z KSČ. Do roku 1989 pracoval v papírnách. **ČTK**

Přes rok. Nová auta nebudou

Čekací doba na některé nové osobní vozy se až zdvojnásobila. Zákazníci v ČR na ně mohou čekat i více než rok. Jde o auta, jež se podle specifikací zákazníků zadávají do výroby a jejichž výbava obsahuje čipy, kterých je nyní nedostatek. Dobu prodlužuje i zvýšená poptávka a celosvětové problémy s logistikou. Prodej nových osobních aut za letošních osm měsíců v ČR meziročně vzrostl o 12,37 procenta, na 147 659 vozů. **ČTK**

35 tisíc voltů. Dva muži bojují o život

Dva muže u Řetové na Orlickoústecku zranil elektrický proud. Dostali zásah velmi vysokým napětím 35 kilovoltů a vrtnutí je musely převést do dvou nemocnic. „Obě zranění byla vážná,“ řekl mluvčí Zdravotnické záchranné služby Pardubického kraje Aleš Malý. „Jeden člověk zůstal v bezvědomí a musel být na místě resuscitován. Naštěstí se jej kolegům podařilo stabilizovat a obnovit základní životní funkce. Následně byl transportován do Fakultní nemocnice Hradec Králové,“

uvedl Malý. Druhého muže s popáleninami převezla helikoptéra do nemocnice v Brně. Oba muži jsou zaměstnanci skupiny ČEZ. Podle její mluvčí pro východní Čechy Šárky Lapáčkové Beránkové pracovali na opravě vedení velmi vysokého napětí. Připomeňme, že život ohrožující je i kontakt elektriny z obyčejné domácí zásuvky. Bývá v ní střídavé napětí 230 V. Elektrické rozvody a přístroje jsou proto vybaveny řadou opatření zamezujících kontaktu. **ČTK**

INZERCE

Portmonka

TVOJE DIGITÁLNÍ PENĚŽENKA S AKČNÍMI LETÁKY

Lidl Retro týden od 5.7. do 11.7.2021
 Platnost od 05.07.2021 do 11.07.2021

PRO ZÍSKÁNÍ APLIKACE NASKENUJTE QR KÓD



LAURA WEISSOVÁ

Cesta z covidové temnoty

Laura Weissová, jež pracovala jako zdravotní sestra, si do loňského roku užívala důchod v americkém Coloradu. Ale když ministerstvo zdravotnictví začalo hledat výpomoc při očkování obyvatel proti covidu-19, přihlásila se. Za posledních sedm měsíců společně s kolegy a kolegyněmi naočkovali statisíce lidí – a Weissová chtěla nějakým způsobem vzdát poctu jejich kolektivní snaze. Výsledkem je metr a půl vysoký lustr, na nějž použila 271 prázdných lahvíček od vakcíny Moderna a asi deset menších lahvíček firmy Johnson & Johnson. „Poslední rok a půl byl nemírně temný, a proto jsem chtěla vnést světlo do čehokoli, co udělám,“ poznamenala Weissová. ČTK

Krátce

Komentáře končí

Francouzská televizní stanice CNews včera zrušila pravidelné vstupy komentátora Érika Zemmoura, který zvažuje kandidaturu na prezidenta. K omezení novinářova prostoru ve vysílání vyzvala minulý týden Francouzská rada pro audiovizuální vysílání.

Láska na síti

Americká zpěvačka Britney Spearsová se zasnoubila s dlouholetým partnerem Samem Asgharim. Pár na sociální síti Instagram zveřejnil video, na němž se usmívá a ukazuje si navzájem zásnubní prsten.

První návštěva

V Kábulu včera přistál první komerční let od chvíle, kdy se moci v Afghánistánu v srpnu ujalo radikální islamiistické hnutí Tálibán. Zajistily ho pákistánské aeroliny. ČTK

Papež. Med i ventilátor

Slovenská prezidentka Zuzana Čaputová předala papeži Františkovi při jejich včerejší společné schůzce v Bratislavě několik darů.

V první řadě se jednalo o chléb v proutěném košíku příkrytý paličkovanou krajkou, což je symbolem spojování.

Podobně jako jiní státníci i papež si z Bratislavy odnese med od včel z úlů, jež jsou umístěny v zahradě prezidentského paláce. Čaputová věnovala papeži rovněž nabíjecí stanici, kterou bude moci Vatikán využít na nabíjení elektromobilů. Pochází ze slovenské produkce a je vyroben částečně z recyklovaných materiálů.

Projekt Vatikánu na podporu boje proti epidemii nemoci covid-19 v chudých zemích podpořila Čaputová darováním plicního ventilátoru slovenské výroby i dalšího zdravotnického materiálu.

Návštěva hlavy katolické církve na Slovensku, první od roku 2003, vyvrcholí zítra



Papež a prezidentka AP

mší v Šaštíne nedaleko hranic s Českem. Zájem veřejnosti o účast na veřejných akcích s papežem na Slovensku dosud zaostal za očekáváním. Podmínkou získání vstupenky nejprve bylo plné očkování proti nemoci covid-19. Později Konference biskupů Slovenska vyčlenila sektory i pro lidi, kteří budou mít pouze potvrzení o testu na koronavirus nebo o proděláním covidu-19. Místa v těchto sektorech s omezenou kapacitou byla v průběhu několika dnů rezervována. ČTK

Videohry už „suplují“ seriózní zpravodajství

Indická televize natočila reportáž o hnutí Tálibán.

Vludila se do ní „videoherní“ chyba s českou stopou.

Vztahy mezi Indii a Pákistánem jsou od poloviny 20. století napjaté, obě jaderné velmoci si totiž nárokují území himálajského Kašmíru.

Součástí dlouhodobě vyhrocené situace je kromě bezpečnosti přeshraničních provokací i mediální válka, kdy se obě strany pokouší proti svému oponentovi poštvat veřejné mínění.

Zatímco svět se o údajné spolupráci mezi hnutím Tálibán a pákistánským vojenským letectvem snaží získat jednoznačné důkazy, indická televize publikuje má jasno. Nedávné pákistánské bombardování afghánského Pan-



Česká hra Arma 3 vychází již od roku 2013. BOHEMIA INTERACTIVE

džíru totiž doložily záběry přímo z místa bojů, které se jí exkluzivně podařilo získat.

Pozorní diváci ale rychle odhalili, že nejde o skutečné záběry, ale o záznam bojové scény z oblíbené válečné simulace Arma 3. Pro její autory z českého studia Bohemia Interactive přitom nejde o žádné překvapení, s podobnými případy už se setkali v minulosti několikrát.

Když ruská státní televize Pervyj Kanal v roce 2018 ilustrovala zpravodajství týkající se vojenské situace v Sýrii záběry z Army, komentoval to ředitel společnosti Marek Španěl slovy: „Myslím, že už je to tak popáté nebo pošesté. Možná bychom se měli ujistit, že do budoucna do hry přidáme vodoznak.“

Podobné přehmaty se nedějí jen televizním stanicím, na-

Nejlepší jsou skandinávci a Korejci

Česko je v kvalitě digitálního prostředí na 28. místě na světě, proti loňsku si polepšilo o čtyři příčky.

- Studie zkoumala pět oblastí digitálního prostředí – dostupnost internetového připojení, jeho kvalitu, digitální infrastrukturu, digitální bezpečnost a eGovernment, tedy správu věcí veřejných pomocí moderních technologií.
- Česko se ve výsledném žebříč-

ku umístilo jako druhá nejlepší země ve střední a východní Evropě – lepší než ČR bylo Polsko, které skončilo na 25. příčce a ve srovnání s loňským rokem si polepšilo o 18 míst.

- Na prvních třech místech se umístily Dánsko, Jižní Korea a Finsko.
- Česko nejvíce zabořovalo v hodnocení digitální bezpečnosti, kde skončilo druhé za Řeckem.

chyťat se nechalo například i ruské ministerstvo obrany, které při prezentaci nezvratných důkazů o americké podpoře USA Islámskému státu použilo obrázek z mobilní hry AC-130 Gunship Simulator: Special Ops Squadron.

Je to jen důkaz toho, jak daleko už se počítačová grafika v posledních letech posunula. Zatímco ještě před dvaceti lety jsme se honili za pár jed-

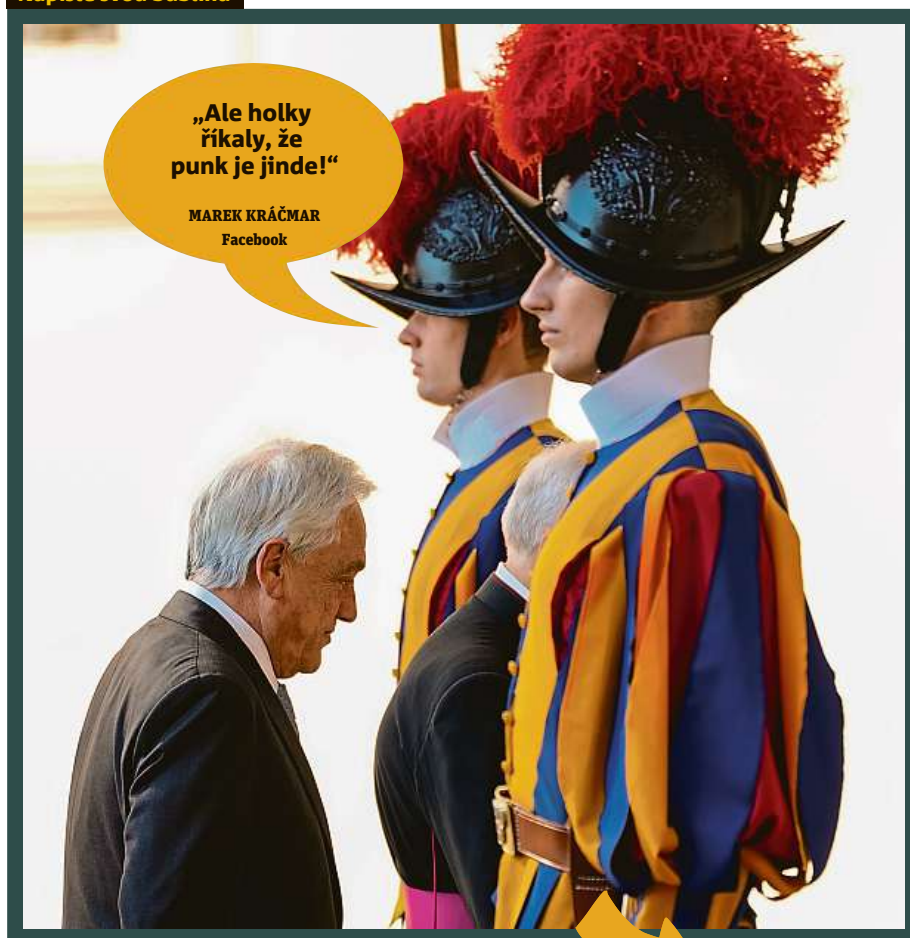
nobarevnými kostičkami, nyní už videohry dokážou netrénované oko snadno zmást.

Spíše než nějakou snahu o cílenou dezinformaci za tím lze vysledovat „pouze“ nedostatečné kontrolní mechanismy některých médií. Odpovědní lidé prostě spoléhají na to, že cílové publikum „videoherní“ rozdíl nepozná. HAL a IDNES.cz

Sudoku

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

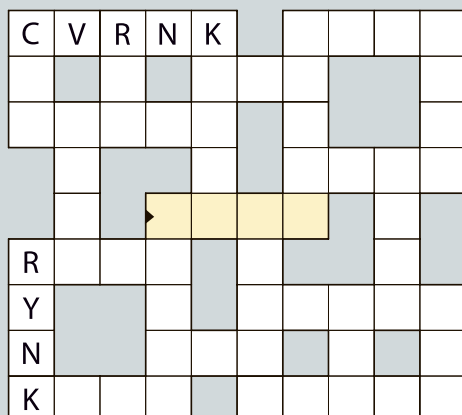
Napište svou bublinu



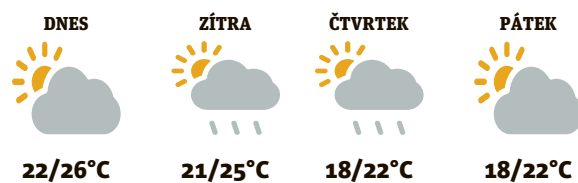
Luštěnka

Doplňte do obrazce všechna slova.

3 – ACHT, CEP, KAZ, MOK, RZI, TYP
 4 – KECY, KUTR, KÝBL, NIKL, RÝČE, SKOK, SUDÝ
 5 – DESKY, DUPOT, EXTRA, KMETI, PSICE, SJEZD, SKUNK



Počasí



Teplotní rekordy: ↓ 5,4 °C (1977) ↑ 32,1 °C (1947) Bio: ❤️ ❤️ ❤️



NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?
 Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro

FOTO: 2x AP

TV tipy

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
 16.40 Cestománie 17.15 AZ-kviz 17.40 Černé ovce 18.00 Události v regionech 18.25 Kde domov můj? 19.00 Události 19.56 Branky, body, vteřiny 20.10 Nejlepší trapasy 21.20 Sanitka 2 (13/13) 22.20 Neobyčejné životy 23.15 Případy detektiva Murdocha XII 00.00 Kriminalista 01.00 AZ-kviz 01.25 Zajímavosti z regionů 01.50 Na stopě 02.15 Dobré ráno 04.45 Bydlet jako... s raubíři 05.15 Černé ovce	 15.50 S kuchařem kolem světa 16.50 Planeta Země 17.40 Českem na koňském hřebetu (1/14) 18.10 Isán, pravá tvář Thajska 19.00 Cyklotoulky 19.15 Křesťanský magazín 19.40 Postřehy odjinud 19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce 20.00 AKT 21.55 LEGIE 100 – Slovenská válka 22.50 Sto divů světa II (1/13) 23.50 Lidstvo: Příběh nás všech (2/12) 00.35 Desatero hříchů (6/6) 01.20 Příběh služebnice III (9/13) 02.10 Cesty víry	 15.55 Můj přítel Monk VII (10) 17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny 17.35 Na lovu 18.25 Ulice (4107) 19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí 20.20 MasterChef Česko V 21.40 Souboj na taliři 22.45 Víkend 23.45 Můj přítel Monk VII (9) 00.45 Můj přítel Monk VII (10) 01.35 Odložené případy IV (14) 02.20 Střepiny 03.00 Na lovu 03.45 Gympl s (r)učněním omezeným (5) 04.45 Novashopping	 15.40 Ano, šéfe! 16.50 Policie v akci 17.50 Prostřeno! 18.55 HLAVNÍ ZPRÁVY 19.40 Krimí zprávy 19.55 SHOWTIME 20.15 Slunečná (123) Zabij, nebo budeš zabít. Seriál (ČR, 2020) 21.35 7 pádů Honzy Dědka 22.40 7 pádů Honzy Dědka 23.55 Ano, šéfe! 01.05 Policie v akci 02.05 Komisař Rex VI (7) Obchod s dětmi. Krimiseriál (N/Rak., 2000) 03.05 Jake a Tlustoch (22) Asi budu muset změnit plán. Krimiseriál (USA, 1987-1992)	 06.00 Ranní fresh 09.00 Zpátečka 10.00 Óčko hity 13.30 Óčko trendy 15.00 Mixxxer Live 17.00 Óčko hity 17.30 Smartmania 17.35 Óčko hity 18.59 Nebud' dřevák, dej si tělák 19.00 Moje desítka 19.50 Óčko hity 21.00 Tour de park: O5 a Radeček, Vojta D, echo CZ & SK 22.00 Naked Attraction 22.30 Óčko flirt 1.00 Tattoo Fixers 1.30 Óčko flirt

KATEŘINA MARIE TICHÁ

PÍŠNÍČÁŘKA



Sloupek

NOMEN OMEN

Co udělá zpěvačka, když před týdnem plným koncertů úplně ztratí hlas? No, nejprve se to s naprosto chladnou hlavou snaží všemožnými způsoby obejít.

Nejprve vsadí na zaručené babské recepty – cibule v medu, šalvějový čaj a islandský lišejník, litry a litry Vincentky a zázvorového čaje...

Když ale po pár dnech ve vzteku zjistí, že nic z toho nezabírá, obrátí se taková zpěvačka k zázrakům moderní medicíny. Odborná vyšetření, antibiotika, kortikoidy a super účinné injekce. S nimi ale taky doporučení absolutního hlasového klidu – a zrušení více než půlky plánovaného hraní...

To už se ona zpěvačka v mírném zoufalství přiklání k nejrůznější alternativě. Obvolává léčitele a léčitelky, na krk si věší

modré kamínky, nechává si vyčistit čakry a popíjí odvar z lékořice.

K tomu všemu pořád ještě zarytě mlčí a doufá, že alespoň ten šestý a sedmý koncert by mohla zvládnout...

No a pak to po tom všem vzteku a neúspěšném smlouvání konečně vzdává. Přiznává si v trochu hysterickým pláči, že nejméně ještě týden nevyleze na žádné pódium – a že se s tím nedá udělat vůbec nic. Dobrý půlden se ohromně lituje, ale kamarád jí pak připomene, že je to vlastně krásný. Že jí totiž na něčem tak moc záleží, že si kvůli tomu prochází všemi pěti fázemi smutnění.

A že „to něco“ není jen její oblíbený koníček, ale její práce. A protože na to ona zpěvačka nemůže říct ani popel, mlčí dál.

A když se pak po mnoha dnech konečně probudí s hlasem na svém místě, připravuje se na další hraní ještě o fous pokornější než po první vlně korony.

Anketa

f Jaký názor máte na papeže Františka?



Zdeněk Vegi

Je hodně pokrokový a lehce posouvá církevní dogma.



Janča Tanclová

Vcelku pozitivní, přijde mně lepší než jeho předchůdci.



Marek Mahdal

Sympatický jedinec v čele organizace, jež je nereformovatelná.

@mojemetro



Přiletěl k nám pradědeček, kterého smontovali ve Francii ještě před první světovou válkou, v roce 1913. Stařeček má typové označení **UL Caudron G3** a o víkendu se předvedl na akci Létáme pro vás. **#mladaboleslav #lkmb #aviationmuseum #caudron #muzeummetodejevlacha**. Za snímek díky **@fotojukl**.

#METROTAG

Tohle je místo na váš vzkaz! Do žlutého rámečku napište přání, výzvu, básničku nebo něco namalujte. Výtvar vyfotíte a sdílejte s hashtagem **#METROTAG** na svém Instagramu. Vzkaz lze poslat i jako zprávu přes Facebook nebo e-mailem na **mms@metro.cz**. Váš výtvar dáme do novin!

Dopisy a vzkazy

Studenti ze Slovenska

Z jakého důvodu u nás stále studují na náklady státu občané Slovenska, pokud občané jiných států musí školné hradit? Zvláště když se jedná o školy se zdravotním zaměřením, po jejichž absolvování odcházejí tito studenti do Německa, pro Česko nevykonávají uvedené profese a zabírají místa našim studentům. Studují na náklady našeho státu, aniž pro něj odvedou nějakou práci.

EVA DUDÁKOVÁ

Proč nesladím a jím dopolosyta

Ví se o tom, že hladovění zlepšuje zdravotní stav: upraví se tlak i cukr, zamezí se mnoha nemocem, omezí se i zhoubné bujení. Tělo více odpočívá. Mám osobní zkušenost. Dá se i zcela žít bez čistého cukru a sladkostí, ušetří se vnitřnosti i zuby. Půstý předepisuje i větší na náboženství.

JIŘÍ VLACH

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/denikmetro

V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Řešení sudoku

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

Řešení luštěnky

DISK

Komiks

Stripoff MUDR. ZHOR



honza-smolik.com

Řešíte, zda máte protilátky na Covid 19

Základním projevem adaptivní imunity je tvorba specifických protilátek, které můžeme detekovat. Přítomnost protilátek je diagnostickým kritériem potvrzujícím prodělání virového onemocnění a často také potvrzením imunity proti danému onemocnění.

Tato teze je v praxi uplatňována již dlouho a je brána za samozřejmou, ale s příchodem COVID-19 jako kdyby snad nikdy neexistovala. Bohužel se setkáváme s tím, že je význam měření hladiny protilátek zpochybňován, a to jak mezi laickou, tak odbornou veřejností. Dlouhodobou imunitní odpověď zajišťují paměťové B a T lymfocyty. Na produkci protilátek se podílejí B buňky a plasmocyty, kdežto Th2 buňky podporují jejich tvorbu a Thc (cytotoxické T lymfocyty) zabíjejí infikované buňky (1). V průběhu infekce se vytvoří pouze jeden typ protilátek, ale hned několik typů namířených proti různým virovým antige-

nům. Nejdůležitější jsou protilátky proti spike proteinu (S, resp. S1 podjednotce), receptor binding doméně (RBD) a nukleokapsidovému proteinu (N). V průběhu virové infekce se tvoří různé izotypy protilátek (IgA, IgM, IgG). Obrovské diskuse se vedou ohledně nastavení hranice pro množství protilátek, která bude pro organismus protektivní. ECDC (European Centre for Disease prevention and Control) považuje za spolehlivý důkaz protektivity výskyt tzv. neutralizačních protilátek proti SARS-CoV-2, které stanovujeme „virus neutralizačním testem“ (VNT), tedy funkčním in vitro testem, při kterém

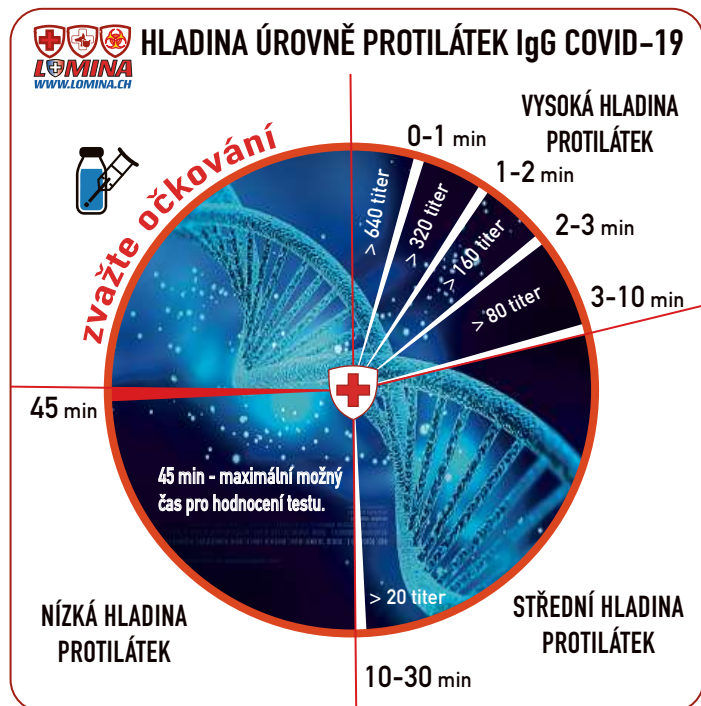
se zjišťuje, jestli dané sérum (resp. protilátky v něm přítomné) ochrání buněčnou kulturu před virovou infekcí (2). Pokud jsou v séru neutralizační protilátky, pak buňky zůstanou živé, protože se virus nemnoží. Pokud nejsou protilátky přítomné, virus buňky napadne, namnoží se v nich a buňky odumřou (3). Výsledek VNT nejlépe pozitivně koreluje s přítomností protilátek IgG proti S1 nebo RBD antigenům. Neutralizační protilátky jsou detekovatelné 7. až 15. den od začátku onemocnění. Maximum dosahují 14. až 22. den onemocnění. Hladina těchto protilátek později mírně klesá, ale udržuje se na určitých hodnotách specifických pro daného pacienta po dlouhou

dobu. Má-li někdo opakovaně pozitivní výsledek VNT, můžeme ho považovat v dlouhodobém měřítku přibližně jednoho roku za imunního. Jelikož VNT není dostupný všem pacientům, je možné používat ke stanovení protilátek standardní laboratorní testy (1). Z dosud dostupných studií je stanovení protilátek proti koronaviru spolehlivou metodou prokazující prodělanou infekci COVID-19 (4,5). Protilátky se vyskytují v krvi dle dostupných dat dlouhou dobu (min. 10 měsíců) a poskytují nám ochranu i při opakovaném kontaktu s infekcí natolik, že eventuelní reinfekce bude mít ve většině případů pouze mírný průběh, nebo bude asymptomatická. Běžně do-

stupné metody pro detekci protilátek spolehlivě predikují výsledky VNT, který je dle ECDC zlatým standardem stanovení imunity. Vzhledem k výše uvedenému se nabízí otázka, proč se neklade větší důraz na stanovování protilátek. Znalost jejich hladiny nám může pomoci v mnoha směrech. Například pokud se rozhodujete, zda se nechat naočkovat po prodělání infekce COVID-19 nebo Vás zajímá, zda Vaše tělo vůbec dokázalo protilátky vytvořit, a to buď po vakcinaci, nebo po prodělání COVID-19. Zda protilátky mám nebo ne je podstatnou informací.

(Plný text článku včetně veškerých odkazů naleznete na www.lomina.ch/media)

- (1) Krátká, Z., Fejt, V., Kučera, R., Fürst, T., Zelená, H.: Protilátky po prodělané infekci poskytují dostatečnou a dlouhodobou ochranu proti onemocnění COVID-19. SZÚ Ostrava. 2021. Dostupné na: <https://zuova.cz/Home/Clanek/protilatky-po-prodelane-infekci-poskytují-dostatečnou-a-dlouhodobou-ochranu-proti-onemocneni-covid-19>.
- (2) European Centre for Disease Prevention and Control - Immune responses and immunity to SARS-CoV-2. <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19/latest-evidence/immune-responses>.
- (3) Krátká Z, Fejt V, Kučera R, Zelená H. Protilátkové repertorium – vyšetření protilátek proti koronaviru v běžné praxi. Čas Lék čes. 2021;160(2-3):52-56.
- (4) Wang Z, Muecksch F et al. Naturally enhanced neutralizing breadth against SARS-CoV-2 one year after infection. Nature. 2021. doi: 10.1038/s41586-021-03696-9.
- (5) Turner JS, Kim W, Kalaidina E, et al. SARS-CoV-2 infection induces long-lived bone marrow plasma cells in humans. Nature 2021; doi: 10.1038/s41586-021-03647-4.



Zdravotnický prostředek určený k detekci protilátek onemocnění COVID-19 určený k volnému prodeji.

Zjistíte přibližné množství protilátek po prodělaném onemocnění COVID-19 a/nebo po očkování.

BENU+
www.benu.cz

+pilulka
lepší život
www.pilulka.cz



ivd@lomina.ch (velkoobchod)

Pozor, i „banality“ mohou ukazovat na vážný problém

Máte pořád žízeň? Vypadávají vám vlasy? Nebo se u vás objevily poruchy erekce? Neberte tyto jevy na lehkou váhu.

Třeba jen malé signály mohou ukazovat na velké potíže. Dejte si pozor, když tělo volá o pomoc.

Bolest hlavy

Občasná bolest hlavy je běžná, ale když trvá příliš dlouho nebo se stupňuje, je čas dojít si k lékaři. Příčinou totiž může být například vysoký krevní tlak, potíže se zrakem, hormonální výkyvy, ale i zablokovaná krční páteř, či dokonce neuroinfekce.

Na vzniku bolesti se také často podílí nesprávné držení těla, poruchy postavení obratlů nebo funkce páteře. Na podzim se u někoho mohou bolesti hlavy objevit častěji. Částečně za to může počasí. Zatažená obloha, déšť, probouzení do tmy, smog, mlha. S tím může být spojený i pokles tlaku. A k tomu se ještě přidá nedostatek pohybu. A pak je tu další důvod – podzimní virózy s typickými příznaky: teplota, rýma, bolest hlavy.

Poruchy erekce

Příčiny problémů s erekcí mohou mít souvislost jak s fyzikou, tak psychickou stránkou. Až u třetiny mladších mužů jsou poruchy ztopoření penisu spojeny se stresem či vysokým očekáváním, s postupujícím věkem pak více převažují organické příčiny. Potíže s erekcí se objevují u každého druhého padesátníka.

Avšak pozor, počínající sehlání erekce může být prvním příznakem jiného závažného onemocnění, jako je například cukrovka, ischemická choroba srdeční. Byly dokonce prokázány i případy rakoviny prostaty.

V případě, že erektilní dysfunkce přetrvává déle než šest měsíců, neváhejte se vypravit k urologovi. A to nejen kvůli zlepšení kvality vašeho sexuálního života. Vyšetření totiž také dokáže odhalit některé závažné choroby, napří-

klad kardiovaskulární onemocnění.

„Tepny penisu jsou mnohem užší než tepny srdce, ucpou se rychleji,“ vysvětluje lékařka Monika Purmová z pražské urologické kliniky UroKlinikum. To, co se tedy jeví „jen“ jako nepříjemnost v posteli, může být ve skutečnosti předzvěstí infarktu či mozkové příhody. Dále mohou být potíže s erekcí důsledkem nemoci, jako je ulcerózní kolitida, Crohnova nemoc, epilepsie, stav po operaci rakoviny prostaty, různá neurologická onemocnění či cukrovka.

Vypadávání vlasů

Mírné vypadávání vlasů je přirozené – průměrně člověk ztratí přibližně padesát až sto vlasů denně. Pokud se ale intenzita vypadávání zvýší, je čas řešit to s lékařem. Na vině může být nedostatek vitamínů B, železa a zinku. Dále lze příčinu hledat v hormonálních změnách, ve stresu, užívání některých léků, podvýživě či genetické výbavě. U mužů mezi třicátým a padesátým rokem ničí vlasové kořínky zvýšená hladina testosteronu, u žen zase bývají na vině nevhodné přípravky z vlasové kosmetiky, drastické diety nebo zátěž těla v těhotenství a v poporodním období.

Překvapivě však může padání vlasů souviset také s nekorigovanou oční vadou. „Opravdu se setkáváme s tím, že nás navštěvují pacienti, kteří si stěžují na nadměrné vypadávání vlasů. Při podrobném vyšetření zjišťujeme, že žili dlouhá léta se skrytou oční vadou, o níž sami nevěděli, anebo odhalíme nevhodně nastavené dioptrie či cylindry,“ uvádí primářka Oční kliniky NeoVize Lucie Valešová. „Okolo se extrémně namáhá při zaostřování obrazu, čímž je drážděné velké množství nervových vláken. Celý komplikovaný proces na úrovni mozku vede k nadměrnému vypadávání vlasů,“ vysvětluje oftalmoložka Valešová.

Neustálá žízeň

Pravidelně a dostatečně pít by mělo být běžnou součástí denní životosprávy. Ale co když máte žízeň skoro pořád a vypijete toho mnohem více než ostatní? Možnou příčinou je přemíra soli v jídelníč-



Bolest hlavy umí být nepříjemná – pokud přetrvává, vyhledejte lékaře.

PROFIMEDIA

ku. Dospělý člověk by měl přijmout dva až čtyři gramy soli denně, průměrná denní potřeba na hlavu se však běžně pohybuje kolem šestnácti gramů.

Na vině ale může být mnohem zásadnější problém, a tím o je cukrovka. Tu odhalí změření hladiny cukru v krvi. Optimální hodnota se pohybuje okolo 5,5 mmol/l. Stanovení hladiny cukru v krvi je nezbytnou součástí preventivní prohlídky v osmnácti, třiceti a čtyřiceti letech a následně pak ve dvouletých intervalech, tedy nepodceňujte prevenci a na prohlídky chodte.

„Diabetes je v dnešní době léčitelné onemocnění, které však pacienti provází celý život. Moderní postupy léčby umožňují diabetikům vést stejně kvalitní život jako zdravým lidem, v první řadě ale záleží na vůli pacienta dodržovat veškerá léčebná do-

poručení,“ vysvětluje Marta Klementová, vedoucí lékařka diabetologického centra DIAVize v Praze.

Únava a přibírání nebo hubnutí

Únava, hubnutí, nebo naopak přibírání na váze? Na vině může být špatná strava, stres a mnoho dalších důvodů, ale také nesprávná funkce štítné žlázy. Ta produkuje velké množství hormonů a ovlivňuje důležité pochody v těle. Má vliv na kardiovaskulární i nervový systém, metabolismus, termoregulaci či imunitní systém. Je zcela nezbytná pro správný růst a vývoj dítěte i reprodukci. Zajímavé je, že poruchy štítné žlázy postihují více ženy než muže. A to až desetkrát.

S léčbou je potřeba začít co nejdříve. „Nejčastější příčinou je autoimunitní porucha – tělo vytváří protilátky proti štítné žláze, které ji poškozují,

jí, anebo naopak vedou k nadměrné a nekontrolované nadprodukci hormonů. Bezprostřední příčina takových reakcí není přesně známá, obvykle se jako spouštěč uvádí stres, škodlivé látky v životním prostředí a potravě. Vliv má jistě i nastavení imunitního systému dané dědičností a celkový hormonální stav,“ vysvětluje endokrinoložka Libuše Schreiberová z EUC Kliniky České Budějovice.

S léčbou defektů štítné žlázy pomůže endokrinolog, specialista na žlázy s vnitřní sekrecí. „Onemocnění je dobře léčitelné, v některých případech je však nutná doživotní regulace tvorby hormonů nebo je nutné její chirurgické odstranění, což s sebou opět přináší potřebu doživotní náhrady chybějícího hormonu thyroxinu,“ dodává k problému lékařka Kateřina Pinterová ze společnosti Synlab Czech. **KAMILA HUDEČKOVÁ**

Nová kvalita v boji proti vbočeným palcům! 98,7% testovaných potvrzuje – je to vhodná metoda jejich odstranění, která neraní chodidla.

MOHOU VBOČENÉ PALCE NENÁVRATNĚ ZMIZET?

Může usnadňovat srovnání vbočených palců, zmírňovat bolest a omezovat deformace chodidel za několik týdnů. Bez plýtvání penězi za pseudokorektory, které poraní chodidla. Zapomeňte na ostudu. Získejte zpět plnou účinnost a noste boty, jaké chcete. To vše díky této inovativní, super účinné metodě boje proti vbočeným palcům...



Vbočené, křivé palce, kuří oka? Bolest, komplexy? Tyto problémy můžete začít řešit sami jako já! Pokud vám deformace chodidel otravují život, vězte, máte šanci si za několik týdnů užít zdravější a krásnější chodidla.

Jak tohle vím? 17 let jsem trpěla vbočenými palci. Predispozice k nim jsem zdědila po mémě. Přesto jsem v mládí nosila úzké boty na vysokém podpatku a na vlastní žádost jsem si úplně zdeformovala chodidla. Styděla jsem se a nenáviděla jsem, když se na ně někdo díval. Nejhorší ale byla bolest. Bolelo natolik, že jsem nemohla chodit v normálních botách. Koupila jsem si takové speciální ortopedické.

CHODIDLA OVLIVŇUJÍ ZDRAVÍ CELÉHO TĚLA!

→ Vbočené palce se tvoří v akupunkturním bodě odpovědném za práci jater a žláz, které produkují hormony odpovědné za metabolismus. Může to ovlivňovat hladinu energie a váhu.

→ Když jsou chodidla zdeformována, váha těla je nerovnoměrně rozložena. Kolenní klouby, kyčelní klouby a páteř jsou postupně zatěžovány, vznikají nepříjemné degenerace a záněty, které způsobují obtížné diagnostikovatelné bolesti.

Boj proti vbočeným palcům je prvním krokem k dobré kondici a štíhlé postavě!

Byly ošklivé a cítila jsem se v nich jako invalid. A jsem přece atraktivní ženská, ještě nejsem stará... Jak jsem měla jít v těchto botách na nákup nebo na svatbu dcery?

Existuje vhodná metoda?

Zkoušela jsem všechno, abych se nějak zbavila bolestivých vbočených palců. O operaci jsem zatím neuvažovala, chtěla jsem předem ověřit běžné dostupné metody. Mnohokrát jsem kupovala různá zařízení a korektory. Nejen byly drahé, ale i vůbec nefungovaly! Navíc strašně tlačily, byly nepohodlné a chodidla se v nich potily. Místo toho, aby mě zbavily vbočených palců a bolesti, způsobovaly puchýře a opruzeniny. Nakonec, když jsem mnohokrát investovala spoustu peněz, začala jsem ztrácet naději, že získám zpět krásná a zdatná chodidla.

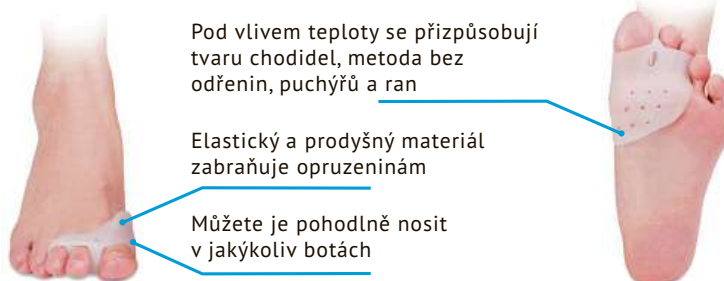
Novinka z Ameriky

Čas od času jsem ověřovala na zahraničních internetových fórech, jestli byl vynalezen nějaký způsob, jak se vypořádat s vbočenými palci. Jednoho dne jsem na americké webové stránce přečetla článek o inteligentních separátorech pro chodidla Hallu Divider, vyrobených z elastického a prodyšného materiálu. Myslela jsem si, že se to zjevně liší od umělých plastových zařízení, kvůli nimž jsem tolik vytrpěla... Proto jsem se rozhodla zkusit a koupila jsem si je!

Pod vlivem teploty se přizpůsobují tvaru chodidel, metoda bez odřenin, puchýřů a ran

Elastický a prodyšný materiál zabraňuje opruzením

Můžete je pohodlně nosit v jakýchkoli botách



INTELIGENTNÍ SEPARÁTORY PRO VBOČENÉ PALCE:

✓ podporují korekci vbočených palců ✓ pomáhají narovnat křivé prsty ✓ snižují bolest a záněty ✓ posilují klouby a svaly chodidel o 97% ✓ mohou omezit další deformace chodidel

Dnes vím, že to bylo skvělé rozhodnutí! Proč?

Inteligentní separátory pro vbočené palce Hallu Divider se pod vlivem tepla přizpůsobují tvaru prstů.

Jsou vyrobeny ze speciálně zpracovaného materiálu. Je podobný silikonu a je prodyšný, díky čemuž se kůže nepotí. Jsou elastické a velmi pohodlné, proto nezpůsobují odřeniny a usnadňují chůzi. Fungují úžasně, protože za několik dnů: usnadňují srovnat vbočené palce, pomáhají nastavit palec do správné polohy a mohou dokonce zahájit proces zvrácení deformace chodidel.

Chcete nosit podpatky? Tak dobře!

Když jsem použila separátory Hallu Divider, okamžitě jsem pocítila úlevu. Sadu jsem používala ve dne i v noci, díky čemuž moje kúra byla nepřetržitá. Konečně jsem bez bolesti začala chodit, běhat a jezdit na kole. Nevěřila jsem svým očím, jak se mi vbočené palce postupně zmenšovaly a narovnávaly. Za pár týdnů jsem získala mnohem krásnější a zdatnější chodidla – a k tomu bolest se zmírnila. Konečně se to zlepšilo! Mohu nosit boty, jaké chci. Nestydím se obout si sandály, jít do bazénu nebo ke kosmetičce na pedikúru. Tančila jsem celou svatbu dcery na vysokých podpatcích! Může to být lepší?

SPECIÁLNÍ AKCE!

Zavolejte do 17. září 2021 a získejte inteligentní separátory pro vbočené palce Hallu Divider se slevou **-73% (doprava ZDARMA)**

Zavolejte: 296 183 086

Po - Pá 8 - 20 hod., So - Ne 9 - 18 hod. (Běžný místní hovor bez příplatku)



Češky si po US Open polepšily, v první desítce jsou tři hráčky

Plíšková je třetí.
Na čele zůstává
vše při starém.

Čtvrtfinálová účast na grandslamovém US Open pomohla českým tenistkám k lepšímu postavení ve světovém žebříčku. Karolína Plíšková se posunula v pořadí WTA ze čtvrtého na třetí místo, Barbora Krejčíková si zlepšila o další dvě příčky osobní maximum a v pořadí WTA je nyní sedmá. Do první desítky se vrátila i Petra Kvitová, která ji

po vyřazení ve 3. kole uzavírá. Novými členkami elitní třicítky žebříčku WTA jsou obě mladé finalistky newyorského grandslamu. Překvapivá šampionka Emma Raducanuová, která k titulu dokráčela z kvalifikace bez ztráty setu, poskočila ze 150. místa na třiadvacáté. Poražená finalistka Leylah Fernandezová se posunula ze 73. na 28. místo.

V čele žebříčku se nic nemění. Světovou jedničkou je Novak Djoković, přestože ve finále podlehl druhému hráči pořadí ATP Daniilu Medveděvi. Mezi ženami vede Ashleigh Bartyová. **ČTK**

Djoković klopýtl těsně pod vrcholem



Oslavující Medvedev

Srbský tenista Novak Djoković letos vyhrál Australian Open, Roland Garros i Wimbledon, na US Open neuspěl.

- Djoković mohl jako třetí muž v historii získat takzvaný kalendářní Grand Slam.
- Srba ale o zápis do historie připravil Rus Daniil Medvedev, s nímž první hráč světa prohrál ve finále US Open třikrát 4:6.
- Medvedev se dočkal prvního triumfu na turnaji velké čtyřky.



Plačící Djoković

2x AP

Postele. Pacienti místo sportovců

Kartonové postele, které se používaly v olympijské vesnici v Tokiu, budou sloužit pacientům s lehkým průběhem covidu-19. Do konce září se přesunou do dočasně zdravotnického zařízení v Ósace, které ještě není postaveno. Účastníci olympijských a paralympijských her v létě spali

na postelích, které byly navzdory nezvyklému materiálu dimenzované až pro dvousetkilogramové osoby. „Ty postele jsou velmi kvalitní,“ uvedl guvernér prefektury Ósaka Hirofumi Jošimura. Pro pacienty by se mělo zatím využít zhruba 800 z přibližně 18 tisíc postelí. **ČTK**

OH. Za humny

Ukrajina se chce ucházet o pořadatelsví zimních olympijských her v roce 2030, případně později. Řekl to ukrajinský prezident Volodymyr Zelenskij po víkendovém setkání s předsedou Mezinárodního olympijského výboru (MOV) Thomasem Bachem v Kyjevě.

O pořádání zimních her v nejbližším volném termínu dosud projeví zájem americké

Salt Lake City, japonské Sapporo a španělská Barcelona společně s Pyrenejemi. Se všemi už MOV nezávazně jednal. Příští rok bude ZOH hostit čínský Peking, v roce 2026 italský Milán společně s Cortinou d'Ampezzo. V minulosti již kandidoval na pořadatelsví zimních OH 2022 ukrajinský Lvov, ale v roce 2014 odstoupil kvůli napjaté politické situaci. **ČTK**



Věk je jen číslo! Chce na další olympiádu

Německá jezdecká hvězda Isabell Werthová (zcela vpravo na snímku z minulého týdne) hodlá závodit i na příštích olympijských hrách v Paříži, kdy jí bude 55 let. O tom, že by si protáhla veleúspěšnou kariéru až do OH 2028 v Los Angeles, už sedminásobná olympijská vítězka a devítinásobná mistryně světa v drezuře neuvažuje. „Paříž je zlomová, po ní se závoděním skončím. Jestli to bude v roce 2024, nebo 2025, se ještě rozhodnu,“ řekla dvaapadesátiletá Werthová v rozhovoru pro německou agenturu DPA. **AP**

Číslo dne

30

Ruský fotbalový obránce Mário Fernandes ukončil ve 30 letech reprezentační kariéru. Brazílský rodák se chce soustředit na působení v CSKA Moskva, kde hraje od roku 2012 a s nímž získal tři tituly. Fotbalista odehrál i jedno reprezentační utkání za Brazílii, ale v roce 2015 přijal ruské občanství.

Krátce

Chce medaile

Kanoista Martin Fuksa se chce na mistrovství světa, které se uskuteční koncem týdne v Kodani, minimálně vyrovnat svému mladšímu bratru Petrovi. Ten na světovém šampionátu do 23 let získal začátkem září dvě bronzové medaile. Fuksa měl už před olympiádou jasno, že na třetí vrcholné akci

této sezony chce startovat.

Silný britský tým

Olympijský vítěz v cross country horských kol Tom Pidcock či elitní spurtér Mark Cavendish vědují silné třicetileté britské nominaci na nadcházející mistrovství světa v silniční cyklistice. Mezi ženami je největší medai-

lovou nadějí pro šampionát, který se tento měsíc uskuteční v Belgii, Lizzie Deignanová, mistryně světa z roku 2015.

Je tu Liga mistrů, i s jedním Čechem

Osmi zápasy dnes začnou skupiny fotbalové Ligy mistrů. Ve hře bude obhájce prvenství londýnská

Chelsea, která přivítá Petrohrad. Ve šlágru večera nastoupí Barcelona proti Bayernu Mnichov, Manchester United s navrátilcem Cristianem Ronaldem se představí v Bernu proti Young Boys. Do švýcarska s Rudými ďábly odecestoval i mladý brankář Matěj Kovář, jediný český hráč v soutěži. Ve skupinách podruhé za sebou chybí český klub. **ČTK**