

# ZLATÁ TRETRA. MEZI HVĚZDAMI I OŠTĚPAŘI

VADLEJCHA ČEKÁ SOUBOJ S MISTREM SVĚTA I VÍTĚZEM OH STRANA 16



# metro

mojemetro | denikmetro

Úterý  
25. dubna 2023  
č. 79  
www.metro.cz  
Svátek slaví: Marek

# Babyboom po covidu? Počet dětí to vyvrací

**Novorozenci.** Po letech vzestupu jich loni přišlo na svět méně než čtyři tisíce. **Jedna rodička.** S průměrem 1,83 dítěte se Česko řadí mezi státy s nejvyšší plodností. **Poprvé.** Věk prvorodičky se blíží 31,5 roku STRANA 2



## Poprvé bude soupeřit manželský pár, tančit pekař a Eben jako duchodce

„Už je to zase tady. To je hrůza, mám pocit, že to skončilo včera,“ uvítal včera Marek Eben příchozí novináře na tiskové konferenci populární taneční soutěže StarDance ... když hvězdy tančí s tím, že novinkou je třeba i to, že už je v důchodu. Ve dvanácté řadě se mezi soutěžícími objeví Marek a Eva Adamczykovi, kteří se tak stanou soupeři. Manželský pár se stejně jako pekař a cukrář, kterým bude Josef Maršálek, dosud StarDance v České televizi nezúčastnili. Novinkou je také pouze tříčlenná porota. Rozdělení účastníků do dvojic s tanečnicí oznámí během června. Více čtěte na straně 3.

MET

# Mámy se více dětí nebojí. Ale žádná sláva to pořád není

**Česko a porodnost. Máme pro vás dvě zprávy. Jednu špatnou a druhou dobrou. Kterou chcete slyšet jako první?**

Seďm dětí za jedenáct let. Řeč je o zesnulé bývalé disidentce Daně Němcové. Pro zemi, kde na jednu matku nepřipadají ani dvě děti, se jedná málem o zápis do knihy rekordů. Jak se nechala Dana Němcová často slyšet, mateřství by neměnila za nic na světě.

## Pandemický babyboom se nekonal

Ta první zpráva, která se týká současné porodnosti, je méně dobrá. Děti se po letech mírného vzestupu rodí méně. V pražském Apolináři

se až do roku 2021 držela roční porodnost nad čtyřmi tisíci. „V roce 2018 to bylo například kolem 4800 narozených dětí, o rok později 4500 a ještě v roce 2020 přibližně 4200 porodů,“ říká Lucie Kroupová z tiskového oddělení pražské Všeobecné fakultní nemocnice, jejíž součástí porodnice je. „Počet porodů za rok 2022 je po dlouhé době poprvé pod hranicí čtyř tisíc. Sestupný trend je u nás i jinde v republice,“ říká Kroupová.

S časovým odstupem se ukazuje, že boom novorozeňat, který se předpokládal kvůli koronavirové izolaci, se při pohledu na porodní data nekoná. Několik let před virovou katastrofou se v Česku ročně rodilo plus minus 110 tisíc dětí. V roce 2021 jich bylo jen 109 tisícovek a v loňském roce přesáhl počet nově narozených stotisícovou hranici o pouhopouhých 214 dětí.

## Když jsou české matky „rekordmanky“

Tou druhou, už pozitivní zprávou je skutečnost, že v roce 2021 přibyl počet narozených dětí na jednu rodičku. S 1,83 dítěte se Česko zařadilo mezi státy s nejvyšší plodností. V případě Česka se jedná o rekordní záležitost od roku 1992.

„V roce 2011 patřilo Česko s hodnotou úhrnné plodnosti mezi země s podprůměrnou úrovní,“ připomíná Magdalena Baštecká z oddělení Demografické statistiky Českého statistického úřadu. Evropský průměr se tehdy pohyboval lehce nad hranicí 1,50 dítěte na jednu ženu. Zajímavé je ale to, že v době, kdy plodnost v rámci Evropy klesala, v Česku šla naopak relativně rychle nahoru, až ke zmíněné úrovni 1,83 dítěte.

Například v kategorii žen 36 let a starších se plodnost zvýšila o více než polovinu.

## Přežívá většina dětí

Děti se v Česku i v Evropě rodí méně už celá desetiletí.

- V porovnání s první polovinou 20. století však dramatičtěji klesla kojenecká úmrtnost do jednoho roku věku, která pokles porodnosti významně brzdí.
- V posledních pěti letech se úmrtnost dětí do jednoho roku pohybuje kolem tří promile. Nejnižší je v Evropě v Estonsku (1,6). čsú

Což je odrazem celkově vyššího věku rodiček. Před dvanácti lety rodila žena poprvé v průměru ve 29 letech, předloni se už věk prvoroďičky blížil k 31,5 roku.

Rozhodují o vysoké nebo nízké porodnosti a plodnosti životní úroveň a bohatství?

## Rekordmanky

# 69

Tolik dětí porodila ruská matka-rekordmanka mezi lety 1725 až 1765. Všechny porody jsou úředně doložené, většina dětí se dožila dospělosti.

# 17

Tolik dětí porodila u nás žena z Bohumína, většinu potomků jí ale odebraly úřady.

Nejméně dětí na jednu ženu se v posledním období rodilo v Karlovarském kraji (1,69). Ten se obecně potýká s úbytkem obyvatel. Hned za ním následovala superbohatá Praha, kde naopak lidé přibývají, ale za tímto růstem stojí přistěhovávaní. PAVEL HRABICA

INZERCE

**Buderus** Vytápěcí systémy budoucnosti.

## Tepelná čerpadla Buderus

Pro nižší náklady za vytápění



Velmi tichá



Umí i chladit



Šetrná k přírodě



Vzdálené ovládání



**ZDARMA**  
Vám připravíme  
cenovou nabídku



[www.buderus.cz](http://www.buderus.cz) / [info@buderus.cz](mailto:info@buderus.cz)



## Od boháčů přes vojáky k rodičkám

Ne každá porodnice v Česku sloužila svému poslání od prvopočátků, jako například známý pražský Apolinář. Architektonicky zajímavá porodnice v Praze-Podolí, přímo pod Vyšehradem, byla původně luxusním sanatoriem. Za 1. světové války hrozilo, že z ní bude lazaret. V meziválečném období se v sanatoriu léčili movití lidé. Jeden den pobytu tu stál údajně tolik, co vydělal dělník za měsíc. Válečnému osudu neuteklo zařízení v roce 1941, kdy se tu léčili němečtí zranění válečníci. V roce 1945 je vystřídali navrátilci z koncentráků. V 50. letech tu vznikl Ústav pro péči o matku a dítě a rodilo se tu až pět tisíc dětí. V 90. letech, když silně poklesla v Česku porodnost, se uvažovalo o zrušení porodnice. Developeři projevili o objekt velký zájem, uvažovali o luxusním hotelu. Nestalo se tak a Karel Gott si odtud odvezl dceru Charlottu Ellu.

VYŠEHRADESKÉJ.CZ

# Po dvouleté pauze se hvězdy vracejí na taneční parket

**Populární StarDance se bude vysílat deset sobotních večerů od 14. října.**

To, o čem se poslední dobou často spekulovalo, už je jasné. Česká televize oznámila, které známé osobnosti a tanečnický budou diváci vidat ve dvanácté řadě populární soutěže StarDance ... když hvězdy tančí. Deset osobností, herci, olympijští medailisté, hudebníci, modelka i cukrář budou po několik měsíců čelit výzvě, které se postaví ve svých životech úplně poprvé. Na parketu se v nové řadě StarDance představí herečky Ivana Chýlková a Darija Pavlovičová, zpěváci Tereza Mašková a Richard Krajčo, kajakář Vavřinec Hradilek, modelka Iva Kubelková, herec David Prachař, cukrář Jo-

sef Maršálek i manželská dvojice, sportovkyně a herec, Eva a Marek Adamczykovi.

Potřetí se před kamery vrátí Martin Prágr i Lenka Nora Návorková, která StarDance vyhrála s hercem Jiřím Dvořákem. Vítězi se stali také Dominik Vodička, ten tančil s Veronikou Khek Kubařovou, a Adriana Mašková v páru s Janem Cinou. Předchozími řadami nezatížený pohled na soutěž naopak letos vnesou Kateřina Bartuněk Hrstková, Zuzana Dvořáková Šťastná, Dominika Rošková, Jakub Mazůch a Daniel Kecskeméti. Unikátem je Jan Tománek, který se z pozice porotce letos vrátí do role tanečníka.

Kdo s kým ale bude tančit, se všichni dozvědí až během června, společné tréninky pak budou moci zahájit v srpnu. Výkony soutěžících, kteří se na obrazovkách poprvé objeví v sobotu 14. října, bude hodnotit trojčlenná porota



Účastníci s moderátory Markem Ebenem a Terezou Kostkovou ČTK

ve složení Tatiana Drexler, Richard Genzer a Zdeněk Chlopčík.

„Člověk by si mohl říct, že už vím, do čeho jdu, ale tím, že to bude zase s novým člověkem, tak je to zase jako poprvé,“ říká Lenka Nora Návorková. Ta při své první účasti v show vyhrála, předložskou řadu s Miraiem Navrátillem jim zkomplikoval covid. Už nyní se ale těší na nové výzvy.

„Mám už nějaké plány ohledně hudby, ale vše pak upravuji a vybírám hlavně podle osobnosti a snažím se odhadnout, co by k tomu danému člověku šlo,“ dodává Návorková s tím, že ona sama preferuje připravit si ještě před začátkem soutěže více tanců, protože v realu je na nácvik choreografie čas jenom od neděle do středy, než začnou generálky na další kolo.

Herec a zpěvák Richard Krajčo přiznává, že produkce ho k účasti oslovila už před rokem a půl. „Tím, že jsem to věděl takhle dopředu, tak jsem si podle toho naplánoval premiéru v divadle i letní koncerty, s těmi končím v září a od té doby se budu moct věnovat jenom StarDance,“ dodává Krajčo s tím, že reakce jeho dětí a ženy byla jednoznačně nadšená.

Přiznává, že nechodil ani do tanečních. „Poskakovat po pódiu by mi šlo, ale skutečně tancovat pod dohledem profesionálů, kteří netuší, že neumím ani valčík, bude těžký úkol,“ dodává se smíchem zpěvák a herec s tím, že na trénincích od srpna bude opravdu začínat od píky. „Teď pracuji, i kvůli koncertům, na fyzice, a to tím, že denně půl hodiny až hodinu skáču přes švihadlo, to bych si chtěl do léta udržet,“ uzavírá. **IVETA BENÁKOVÁ**

INZERCE

## BENU

*Vaše zdraví si bereme na starost!*

**Ušetřete v BENU lékárnách** za doplatek na recept s kartou BENU PLUS u více než **3000 vybraných léků** na předpis.

## Jít s receptem k nám se vyplatí!

**BEZ DOPLATKU NA RECEPT VĚTŠINA LÉKŮ z vybraných kategorií**



Zeptejte se na bližší informace přímo vašeho lékárníka nebo si vyžádejte ukázkový ceník. Informace naleznete také na [www.benu.cz](http://www.benu.cz).

# NA DOHLED ORLICKÝCH HOR 2



## Dobruška. V restauraci potomků místního kata si pochutnáte také na domácích zákuscích

Ideálním východiskem pro poznávání přírodních krás i historických zajímavostí velké části Orlických hor a Podorlicka je Dobruška. Dominantou města je renesanční kostel svatého Ducha a radnice, kde jsou vystavena díla světově proslulého malíře Františka Kupky. Jeden ze zakladatelů moderního abstraktního malířství se narodil v nedalekém Opočně. O tamním zámku jsme si něco málo v deníku Metro napsali včera a rozhodně se vyplatí si tam zajet. Stojí jen pět kilometrů od Dobrušky. V ní si zájemci o české dějiny mohou rovněž prohlédnout například rodný domek národního buditele Františka Vladislava Heka, jehož osudy inspirovaly spisovatele Aloise Jiráska k napsání románu F. L. Věk, nebo výstavu hrdelního práva v radniční věži. Mimochodem, potomci posledního zdejšího kata Františka Zellingerera v Dobrušce dosud nejen žijí, ale také provozují restauraci. V ní si po výtečném jídle dáte ještě výtečnější domácí zákusky či řemeslnou zmrzlinu. **TEXT a FOTO: ŠIMON MERTA**



## Náchod. Zámek nad Škvoreckým

Jste-li milovníky zámků, při návštěvě Orlických hor nesmíte vynechat Náchod. Krásný zámek tvoří dominantu města, na které „shlíží“ z kopce nad náměstím nesoucím jméno prvního československého prezidenta. Dostanete se k němu po červené turistické značce Regnerovými sady. Cesta je dlážděná, ale spíš jako byste stoupali na hrad, tedy do kopce. Náchodský zámek se pyšní pěti nádvořími a největším medvědincem v Čechách. Jeho obyvatelem je třicetiletý Ludvík, který bohužel přišel o „spolubydlící“ Dašu. Tato medvědice hnedá uhynula letos v lednu. Zřejmě nejslavnějším rodákem Náchoda je spisovatel Josef Škvorecký. Od roku 2014 narazíte v srdci Masarykova náměstí poblíž kostela sv. Vavřince na litinovou lavičku s jeho realistickou sochou v nadživotní velikosti a pro něj typické uvolněné póze. Lavičku i podstavce zdobí útržky textů z autorových knih.



## Kladsko. Malá Praha a čtyři z tanku

Protože se o Náchodu říká, že je i branou do Polska, a protože jsem tam za svých několik desítek let života byl pouze omylem, když jsem vystoupil z vlaku na opačnou stranu, bylo na čase to změnit. Cílem výletu se stalo město Kladsko. A to nejen proto, že se mu přezdívá Malá Praha. Ve znaku má bílého českého lva ze zlatou korunou v červeném poli. Turistickou libůstkou je hlavně kamenný most svatého Jana, který tamní obyvatelé přirovnávají k pražskému Karlovu mostu. Svou výzdobou šesti soch je však „chudým příbuzným“ svého předobrazu. Dominantou města nad řekou Kladská Nisa je barokní pevnost, v níž se natáčela i část kdysi populárního seriálu Čtyři z tanku a pes.

Rozdáváme 1000 bezplatných balení přípravku proti močové inkontinenci.

# BLOKUJE ÚNIKY MOČI od 1. použití

Bezplatný prostředek vrací 100% kontrolu nad měchýřem



Získejte metoda zdarma a zapomeňte na úniky moči stejně jako 16 900 Čechů



Nepříjemné úniky moči, mokré skvrny na spodním prádle a časté návštěvy toalety mohou být minulostí. Díky nové metodě se už téměř 17 tisíc lidí zbavilo pocitu neustálého tlaku na močový měchýř a netrápí je inkontinence, znovu získalo kontrolu nad měchýřem a životní komfort bez nepříjemných překvapení – a to vše za méně než 7 dní.

## TOTO NENÍ CHYBA TISKU – 1000 BALENÍ ZA 0 KČ!

Metoda, kterou si nechal patentovat britský odborník Thomas Brown, představuje skutečný přelom ve snižování nepříjemných problémů spojených s úniky moči. Až 98 % lidí, kteří použili novou metodu, přiznává, že problémy s nekontrolovaným vyprazdňováním měchýře ustupují už v prvních 7 dnech, což znamená, že každý může ovládat svůj měchýř, snížit četnost nepříjemných návštěv na toaletě, zbavit se studu a zlepšit kvalitu každodenního života – a to za méně než týden. Jak je to možné?

**Inovativní přípravek  
odstraňuje příčinu problému**



**Thomas Brown,**  
odborník na urologická  
onemocnění

„Pro odstranění problému s inkontinencí je potřebná intenzivní regenerace močové soustavy na buněčné úrovni. Aktivní složky obsažené v novátorském přípravku utěsňují měchýř, obnovují sliznici močové trubice a posilují svaly pánevního dna až o 81 %, čímž navracejí kontrolu nad vyprazdňováním měchýře už během 24 hodin.“

**Inkontinence se dá snížit**

Testy dokazují, že inovativní přípravek účinně tlumí veškeré potíže močové soustavy bez ohledu na věk a pohlaví nemocného a také bez ohledu na stupeň pokročilosti a příčinu obtíží. „V každém případě už po 2–3 dnech kúry se tlak na měchýř zmírňuje, nekontrolované úniky moči ustávají a doba výdrže s plným měchýřem se až 7násobně zvýší, což umožňuje výrazně prodloužit dobu mezi jednotlivými návštěvami toalety,“ vysvětluje Brown.

**Efekty už po 24 h**

Tak imponující účinnost kúry vyplývá ze schopnosti aktivních látek brzdit přehnané reakce močového měchýře a díky tomu se v prvé řadě ztrácí pocit neustálého tlaku na trubici. Pravidelné používání přípravku má také vliv na posílení svalů pánevního dna, regeneruje stěny měchýře, vrací jim pružnost a zlepšuje napětí tkání, z nichž se skládá vylučovací soustava. Navíc nový přípravek využívá přirozenou regenerační schopnost organismu a podněcuje buňky ke zvýšené produkci estrogenu a testosteronu – hormonů odpovědných za navrácení správného vyprazdňování měchýře.

**KONEC STUDU!**

**První efekty už za 24 h**

**NOVÝ PŘÍPRAVEK PŮSOBÍ  
NA INKONTINENCI:**

- ✓ **Z námahy** (např. při kašli, smích, kýchní, fyzické námaze)
- ✓ **Naléhavé** (mj. noční močení, úniky spojené se zánětem měchýře)
- ✓ **Z přeplnění** (nejčastěji po porodu nebo v případě onemocnění prostaty)

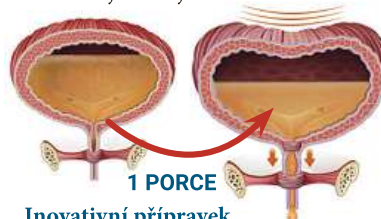
**Vyřešil jsem problém  
jako muž!**

„Mokré skvrny na kalhotách, nekontrolovatelné úniky... Vždyť jsem silný, zdravý chlap! Lékař mi doporučil příslušnou kúru a k tomu jsem začal používat přípravek, který mi koupila moje žena. Stačilo 10 dní, abych získal kontrolu nad svým organismem. Rozhodně se jedná o produkt, který doporučuji.“  
Jozef, 65 let, Teplice



**Konec s inkontinencí**

Odborníci tvrdí, že na trhu v současné době neexistuje rychlejší a účinnější neinvazivní metoda úlevy od přecitlivlosti měchýře. Aktivní látky obsažené v přípravku jsou 100% přírodní. Podílejí se na výstavbě přiměřeného napětí a jadrnosti tkání vylučovací soustavy. Když se jednotlivé úseky močových cest stanou silnějšími a pružnějšími, celá vylučovací soustava je těsnější.



**Inovativní přípravek  
posiluje svaly pánevního dna až  
o 81 %. Už 1. aplikace přípravku  
může obnovit sliznici močové trubice,  
která se stává pružnější a těsnější.**

**Neodkládejte to – ovládněte  
močový měchýř už dnes**

Nejsme charitativní organizace. Nabízíme přípravek nejvyšší kvality a víme, že když se informace o této akci na vrácení uhrazené částky rozkřikne, zákazníci nás zaplaví svými objednávkami. Je to vaše poslední šance získat balení přípravku za tak výhodných podmínek.

**4 SUPER VÝHOD**

**Originální přípravek může:**

- ✓ Výrazně zmenšit problém s úniky moči už za 7 dní
- ✓ Utěsnit vylučovací soustavu za 24 h
- ✓ Snížit tlak na močovou trubici
- ✓ 7krát prodloužit dobu výdrže s plným měchýřem

**Zbavit se nepohodlí  
a nekontrolovaných  
úniků moči**

**RYCHLE, DISKRÉTNĚ,  
NASTÁLO**

**Úleva pro měchýř**

„Vleklé problémy s měchýřem mi zneprjemňovaly život už několik let. Zkoušela jsem různé prostředky, ale teprve tento přípravek mi účinně, rychle pomohl s mým problémem – inkontinencí. Po týdnu kúry jsem už mohla jít volně do bazénu, smát se a kašlat bez obav z nekontrolovaného úniku moči. Nemusím už běhat každých 20 minut na WC. Tento produkt mi zlepšil život o 200 %. Děkuji.“

Ludmila, 53 let, Ostrava



**ZDARMA PRODUKT**  
Prvních 1000 lidí kteří zavolají do 09.05.2023  
obdrží 100% NÁHRADU VÝROBCE!

**ZAVOLEJTE: 296 330 866**

Volejte: po-pa 8:00 - 20:00 sob: 8:00 - 16:00. Běžně místní spojení bez příplatku

**DŮLEŽITÉ: Limit je 1 balení na domácnost**



## Pevnost

Do 10. května jsou ve vstupní hale Krajského úřadu Královéhradeckého kraje k vidění návrhy studentů Technické univerzity v Liberci a Českého vysokého učení technického v Praze pro rekonstrukci a možnou budoucí podobu pozdně barokní budovy kasáren v pevnostním městě Josefov na Náchodsku. Podle projektů by tam mohly vzniknout byty, rehabilitační centrum nebo výzkumné centrum pro globální změny nebo školy. **ČTK**



# Na českém nebi byl vzácný jev

„Nuvěřitelný večer. Občas se sny opravdu vyplní,“ napsal jeden z Čechů k nebeskému divadlu.



Polární záře nad Českem

DAGMAR DRAHOKOUPILOVÁ / FB ČHMÚ

Lidé v Česku mohli v noci z neděle na pondělí spatřit vzácnou polární záři. Na tuto událost už v neděli večer upozornil Český hydrometeorologický ústav (ČHMÚ). „Nuvěřitelný večer. Občas se sny opravdu vyplní. Dnes jsem absolutně nečekal, že bych mohl kousek od domu vyfotit barvy polární záře, a to navíc prakticky vedle Prahy, kde je tak velké světelné znečištění,“ napsal Jiří Bezchleba. Ten polární záři pozoroval kousek od Roztok u Prahy. Dodal, že z jeho pohledu šlo o bleskovou akci.

Polární záře patří mezi nejkrásnější přírodní úkazy na obloze. Zatímco v polárních oblastech jsou celkem běžné, v nižších zeměpisných šířkách je jejich výskyt vzácný. V Česku to může být zhruba v rozmezí dvou až tří let. Letos byla ovšem v ČR viditelná již na konci února. V sever-

ských zemích jsou polární záře viditelné po celé obloze, ale v ČR jsou nevysoko nad severním obzorem, takže si je nezkušený pozorovatel může splést se září vzdáleného města. Podle vědců se polární záře ukazuje jako slabě červená záře, někdy může být i dozelená. **IDNES.cz a ČTK**

## Krátce

### Nebezpečí kvůli elektrokoloběžce

Hasiči museli v Ostravě kvůli požáru elektrokoloběžky včera ráno evakuovat z domu 32 lidí. Sedm obyvatel se nadýchalo kouře a skončili v péči zdravotníků. Požár způsobil škodu 300 tisíc korun. Požáry elektrokoloběžek se podle hasičů v poslední době vyskytují častěji. „Poškození se může projevit například nafouknutím. Nebo i zápachem či kouřem při nabíjení,“ doplnila mluvčí moravskoslezských hasičů Karin Langerová. Nebezpečí i po uhašení trvá kvůli úniku jedovatých látek. Je třeba v každém případě přivolat hasiče.

### V Praze působí světová kapacita

Renomovaný embryolog Daniel Hlinka zakládá na pražském Smíchově vlastní kliniku. Využije v ní revoluční umělou intelligen-

ci. Pod jednou střechou tak zúročí zkušenosti ze své 40leté praxe i vlastní automatizovaný systém CATI (Cognitive Automation of Time-lapse Images) založený na umělé inteligenci. Jedná se o jeden z prvních systémů na světě a první v Česku, který sbírá a automaticky vyhodnocuje veškerá data sesbíraná u embrya i pacientky během léčby neplodnosti. „Díky tomu dokáže vyhodnotit, jaká metoda léčby je pro danou pacientku nejvhodnější a jaké šance na otěhotnění žena má,“ popsal revoluční systém jeho autor.

### Může sněžit

Po teplém víkendu se mírně ochladí. Ve čtvrtek budou noční teploty místy klesat pod bod mrazu a na horách může zasněžit. Obloha bude po celý týden zatažená s přeháňkami. Ke konci týdne a o víkendu očekávají meteorologové ve své předpovědi oteplení. Bude až 19 stupňů. **ČTK**

INZERCE

**PREMIUM KUPÓÓÓÓÓÓN**

**MÖBELIX**

**Sleva 1500 Kč**  
při nákupu nad 5000 Kč

PRO ZÍSKÁNÍ KUPÓNU SI STÁHNĚTE APLIKACI

Portmonka VÍCE INFORMACÍ O PRÉMIOVÝCH KUPÓNECH NAJDETE WWW.ELKUPON.CZ

## Auto-moto - poptávka

• Sbíráme auta, motorky, traktory, voj. techniku, díly, vraky, technické průkazy, typové osvědčení, vybavení dílen, garáže vše do r 1990.  
Tel. 734843403



## Brno. Nonstop záchranka pro zvířata

Přibývá služeb, díky kterým se zraněná či nemocná zvířata dočkají rychlejší pomoci. K dříve založené koňské záchraně přibudou na jižní Moravě nové sanitky pro domácí mazlíčky s centrálním dispečinkem. Do budoucna se počítá s rozšiřováním služby i do dalších krajů. Přibude také aplikace Zvíře+, která je vybavena řadou funkcí a informací pro majitele domácích zvířat. Obsahuje návody první pomoci, kontakty i zobrazení aktuální polohy podle GPS souřadnic. **ČTK**

## Krátké

## Miliardář se opět obrátí na soud

Karel Janeček se opět obrátil na Ústavní soud v souvislosti s prezidentskou volbou. Podnikatel a bojovník proti korupci s majetkem 3,7 miliardy trvá na tom, že ministerstvo vnitra chybovalo při započítávání podpůrných hlasů pro jeho kandidaturu. **ČTK**



## I pro Hrad

Tři nové dekory představí na Porcelánových slavnostech karlovarská výtvarnice Lenka Sárová Malíská. Část její práce se objeví také na zakázce pro správu Pražského hradu. **MAFRA**



## Zemřeli. Bez helmy

42

V loňském roce zemřelo na kole 42 lidí. „Bez přílby bylo 29 z nich,“ říká ředitel služby dopravní policie Jiří Zlý. Účast cyklistů na dopravních nehodách se meziročně zvýšila o téměř 350 případů na 4333. Právě s bezpečností cyklistů na silnicích má pomoci 13. ročník kampaně Na kole jen s přilbou neziskové organizace Tým silniční bezpečnosti. Spolupracovat bude s Policií ČR i horskou službou. Na více než 80 akcích v terénu budou cyklohlídky informovat cyklisty o bezpečnostních zásadách. Z celkových 42 usmrčených cyklistů byla téměř polovina ve věku nad 64 let. Podle Zlého je za tím také rozmach elektrokol. „Elektromobilita rozšiřuje možnosti třeba i starších lidí jízdy na kole. S tím je spojený větší počet cyklistů a větší počet nehod,“ dodal. V letošním roce na silnicích zatím zahynulo 15 cyklistů, helmu nemělo 12. Také se zvýšil počet nehod zaviněných cyklistou, loni jich bylo 2826, což je o 155 více než v předešlém roce. **ČTK**

# Pozor na jedovatý ocún

**Medvědí česnek? Ženy si ho spletly s nebezpečnou rostlinou.**

Kroměřížská nemocnice přijala dvě pacientky po otravě ocúnem. Spletly si ho s medvědí česnekem. „Obě ženy byly přijaty ve vážném stavu, zatímco jedna již byla přemis-

těna na standardní oddělení, druhá stále zůstává na jednotce intenzivní péče,“ sdělila mluvčí nemocnice Veronika Slaměnová. „Požití ocúnu je velmi nebezpečné. U poškozených může dojít až k selhání jater a ledvin či narušení krevetvorby,“ uvedl primář interního oddělení Pavel Třeštík.

První známkou otravy bývá úporné zvracení a průjem. U dětí je situace složitější v tom, že příznaky se proje-

ví později. Lidé, kteří ocún omylem požijí, by měli podle primáře okamžitě vyvolat zvracení, užít černé uhlí a volat sanitku.

„Listy medvědího česneku mají česnekové aroma, jsou bohaté na silici, sirmé složky a čpavek. Chutnají po česneku, ale aroma není tak silné a nezanechává v ústech česnekový odér. Medvědí česnek se však bohužel dá velmi lehce zaměnit se dvěma jiný-

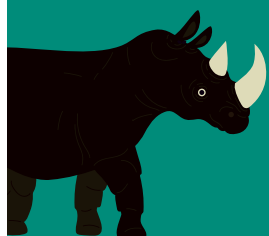
mi rostlinami, a to konvalinkou a zmíněným ocúnem. Obě jsou jedovaté a životu nebezpečné, požití může mít až fatální následky,“ uvedla mluvčí.

Případ dvou hospitalizovaných žen po otravě ocúnem je podle mluvčí v Kroměřížské nemocnici ojedinělý. V posledních dvou desetiletích let byl pacient kvůli otravě ocúnem v nemocnici jen v roce 2017. **ČTK**

INZERCE

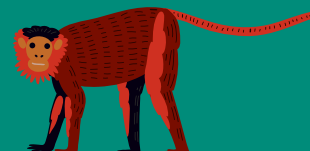


## DĚKUJEME, ŽE JSTE S NÁMI



Út+Čt 2015

Prima



## Arzenál. Ten z Ruska nahradí český

Vietnam jedná s Českou republikou o vojenských dodávkách včetně letadel a radarů, a také o modernizaci obrněných vozidel a střelných zbraní. Hanoj usiluje o diverzifikaci svého převážně ruského arzenálu.

Bezpečnost patřila mezi hlavní témata, o kterých vietnamští představitelé jednali minulý týden s českým premiérem Petrem Fialou při jeho tří denní návštěvě v zemi. Podle agentury Reuters tvořily bezpečnostní fir-

my největší část obchodní delegace, která Fialu při cestě doprovázela.

Konkrétně s 15 společnostmi zastoupených v obchodní delegaci byly čtyři bezpečnostní firmy. Podle Reuters šlo o Czechoslovak Group, Colt CZ Group, Omnipol a STV GROUP.

Česká republika je považována za zemi, která má dobré předpoklady pro uspokojení některých rostoucích bezpečnostních potřeb Vietnamu. České vojenské firmy vynika-

jí v modernizaci ruské techniky a často vyrábějí nové vybavení, které je kompatibilní se sovětskými zbraněmi – což je dovednost, která je ve Vietnamu, kde pochází z Ruska podle odhadů osmdesát procent místního arzenálu, obzvláště ceněna.

„Když chcete udržet staré sovětské vybavení funkční, nemáte moc možností,“ uvedl český velvyslanec v Hanoji Hynek Kmoníček.

Podle odhadů Stockholmského mezinárodního ústavu

pro výzkum míru se Praha v posledních dvou desetiletích stala hlavním dodavatelem zbraní do Vietnamu z Evropské unie.

Hanoj si v roce 2021 objednala u českého výrobce Aero Vodochody desítku lehkých bojových letounů L-39NG, jejichž dodávky mají začít letos. Pokračují jednání o dodávce dalších letounů, dodal zdroj, který se účastnil jednání na vysoké úrovni a s ohledem na jejich interní povahu si nepřál být jmenován. **ČTK**

### Svět zbrojí

# 2,24

Vojenské výdaje ve světě loni stouply o 3,7 procenta na 2,24 bilionu dolarů (47,9 bilionu korun), rostou už osmý rok v řadě. Výdaje v Evropě zaznamenaly nejprudší meziroční nárůst za posledních nejméně 30 let, zejména kvůli válce na Ukrajině stouply loni o 13 procent. Více než polovina výdajů, 56 procent, připadá na tři země – Spojené státy, Čínu a Rusko. Ve své nejnovější zprávě o tom informoval Stockholmský mezinárodní ústav pro výzkum míru.

# 345

Země západní a střední Evropy loni utratily za zbrojení 345 miliard dolarů (7,4 bilionu korun) a poprvé tak utratily víc než v roce 1989, kdy skončila studená válka. O více než třetinu své výdaje na zbrojení navýšilo Finsko, o zhruba desetinu také Švédsko a Polsko.

# 44

Ukrajina loni na armádu vydala 44 miliard dolarů (942 miliard korun), více než šestinasobek výdajů z roku 2021. Vojenské výdaje loni na Ukrajině představovaly třetinu hrubého domácího produktu. **ČTK**

## Skřehotání.

### Křikem chtějí podpořit racky

Třetí evropský šampionát v napodobování racího skřehotání uspořádalo belgické pobřežní město De Panne. Odborná porota hodnotila zhruba pět desítek soutěžících. Porotci mohli udělit každý maximálně 15 bodů za hlasový projev a pět bodů za doprovodné pohyby a imitaci racího chování. Vítězem se stal jednadvacetiletý student architektury z nizozemského Endhovenu, který se soutěže účastnil poprvé.

Racci nemávají v veřejnosti nejlepší pověst kvůli svému dotěrnému až agresivnímu chování, a cílem soutěže proto mimo jiné bylo i jim trochu vylepšit pověst. **ČTK**



## Přilepené aktivisty osvobodila vrtačka

Klimatičtí aktivisté z hnutí Poslední generace včera v Berlíně zablokovali dopravu na nejméně 20 místech. Aktivisté se na protest dobrovolně přilepili k vozovce. Policie je proto musela „vysvobodit“ vrtačkou. Postiženy byly hlavní tahy, rušné křižovatky a také vytižená městská dálnice. Hnutí si stanovilo několik podmínek, za kterých je ochotné časté protesty ukončit. Mimo jiné chce losováním ustavit občanský výbor, který by naplánoval konec používání fosilních paliv v Německu do roku 2030. **ČTK**

# Většina Súdánu je kvůli bojům nadále bez internetu

O život už přišly stovky lidí. Na evakuačních seznamech jsou i Češi.

Zní to zvláště, ale je to tak. Většina Súdánu je v důsledku bojů bez internetu, informovala o tom organizace NetBlocks, která sleduje celosvětový provoz na internetu. Boje mezi súdánskou armádou a polovojenskými jednotkami rychlé podpory (RSF) vstoupily do druhého týdne. O život při nich od 15. dubna přišlo zhruba 420 lidí.

„Súdán je uprostřed internetového blackoutu a zůstává z velké části off-line, přičemž konektivita je na dvou procentech běžné úrovně,“ uvedla organizace NetBlocks.

Zároveň citovala tvrzení súdánské armády, podle níž RSF sabotovala telekomunikační ústřednu v hlavním městě Chartúmu, což mělo dopad na síť v celé zemi. Obyvatelé hlavního města ale uvádějí, že telefonické spojení mají i nadále.

V čele bojujících skupin v Súdánu jsou bývalí spojenci, generálové Abdal Fattáh Burhán, velitel armády, a šéf RSF Muhammad Hamdan Dagaló. V říjnu 2021 společně zorganizovali převrat, jenž zmařil krátký přechod Súdánu k civilní vládě. Jejich spor v rozhovorech o propojení armády s RSF a přechodu k civilní vládě ale nakonec vyústil v nynější boje, při nichž bylo opakovaně porušeno ohlášené příměří. Mnoho států nyní přistoupilo k evakuaci svých občanů ze země. **ČTK**

### Také pět Čechů

V Berlíně včera přistál německý evakuační letoun ze Súdánu, kde byli mezi stovkou cestujících i dva čeští občané.

- Ministerstvo zahraničí nyní pracuje na pomoci dalším dvěma Čechům, kteří jsou na jihu Súdánu v Nyale se skupinou tureckých občanů, a jsou tedy na tureckém evakuačním seznamu. Pátý český občan je v Chartúmu a ministerstvo mu předává informace o chystaných evakuačních letech dalších států EU. Vzhledem k tomu, že má v Súdánu příbuzné, je možné, že se ale rozhodne v zemi zůstat.
- Svě občany evakuovaly z boji zmitaného Súdánu také Španělsko, Itálie nebo Řecko. Na-



Evakuace probíhá vojenskými letadly. **AP**

příklad Švédsko oznámilo, že kvůli evakuaci svých občanů navíc posílá do regionu asi 150 vojáků. Kanada už včera pro změnu oznámila, že dočas-

ně pozastavila operace v Súdánu a že kanadští diplomaté budou dočasně pracovat z bezpečného místa mimo zemi. **ČTK**



metro

ZDRAVÍ

KOMERČNÍ PŘÍLOHA

25. dubna 2023, [www.metro.cz](http://www.metro.cz)

PHOTOMEDIA



*Zdraví seniorů*

# Plíseň se velmi snadno přenáší

**Mykóza kůže či nehtů dokáže potrápiti každého. Především v létě jich přibývá, a to kvůli teplu, vlhku či neprodyšnému oblečení a obuvi.**



Během horkých dní stoupá riziko vzniku mykózy.

PROFIMEDIA

Infekční onemocnění, které často postihuje kůži a nehty, se nazývá mykóza neboli plíseň. Nejčastěji se objevuje na nohách v oblasti prstů. Jednotlivé druhy plísní jsou způsobeny různými druhy dermatofytů a kvasinek, proto se mohou lišit i jejich projevy. V případě dermatomykózy, tedy onemocnění kůže, se mohou objevit nejrůznější papulky, tedy ohraničená ložiska, zarudnutí či šupiny. Kůže může v některých případech svědit nebo mokvat.

Plísně nehtů pak často vznikají jako důsledek neléčené kožní mykózy, k jejich vzniku přispívá i špatné prokve-

ní a nedokonalá péče o nohy. Pokud plíseň napadne nehet, postupně na něm rozkládá keratin, což je stavební prvek nehtu. Dochází pak ke změně zbarvení – žluté, bělavé, někdy i černé, ztluštění, třepení, olupování či úplné deformaci nehtu.

„Pokud si lidé všimnou změny zbarvení nehtu či struktury kůže, měli by problém ihned začít řešit. Často mu ale nevěnují pozornost,

a nemoc se tak může šířit dál nejen na jejich další části těla, ale i na ostatní členy domácnosti,“ vysvětluje Ivana Lánová, odborná konzultantka lékáren BENU, a dodává: „Konzultace každé anomálie s lékařem či lékárníkem je určitě namístě.“

Máte-li podezření, že byste mohli mykózou trpět, obraťte se na dermatologa nebo se poraďte v lékárně ohledně volně dostupných léků. Je

vhodné volit takové, které působí nejen proti plísním, ale zároveň mají antibakteriální a protizánětlivý účinek.

Ve většině případů stačí lokální léčba. „Ošetřování postižených míst musí být pravidelné a dlouhodobé. Doba léčby se odvíjí od toho, kde se plíseň vyskytuje, a její dodržení je klíčové,“ uvádí Lánová. „Pokud se jedná o kůži, léčba trvá přinejmenším čtyři týdny. To je proto, že k obnově

nejsvrchnější vrstvy kůže dochází jednou za tři týdny. U nehtových mykóz může léčba trvat i jeden až dva roky, podle toho, jak rychle nehty rostou. Je třeba, aby celý postižený nehet kompletně odrostl. První výsledky můžeme vidět za osm až dvanáct týdnů,“ říká Lánová.

Protože je plíseň infekční onemocnění, existuje riziko, že nakazíte někoho ve svém okolí. Ten, kdo se s plísní léčí, by měl doma chodit v ponožkách, používat svůj vlastní ručník a po použití pomůcek na manikúru je důkladně vydezinfikovat. „Jedině tak je možné zabránit přenesení plísně na zdravý nehet nebo na ostatní členy domácnosti,“ varuje Lánová.

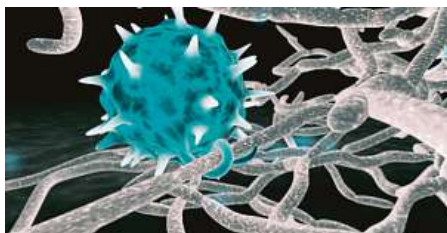
Kožní mykózou se může nakazit každý, někteří lidé jsou však k nákaze náchylnější. Patří mezi ně lidé s oslabenou imunitou, starší lidé, diabetici, těhotné ženy nebo ty, které užívající hormonální antikoncepci, dále ti, co berou antibiotika nebo kortikosteroidy a lidé pracující v horkém nebo vlhkém prostředí. **KAM**

## Proti kožním a nehtovým plísním bez vedlejších účinků

Dermatofytózy způsobují rozšířená a velmi nepříjemná plísněv onemocnění kůže, nehtů, vlasů i srsti. Dermatofytózy se řadí mezi opomíjená onemocnění, ovšem s možnými následky pro infikované osoby, jelikož oslabují imunitní systém, a tím mohou nepřímo podpořit jinou závažnější nemoc.

Doposud k léčbě plísněv kožních a nehtových onemocnění jsou předepisována chemická antimykotika, na která si patogeny vyvíjejí rezistenci. Dlouhodobé užívání chemických protiplísněv přípravků je diskutabilní a většinou nemožné u jedinců s poškozením jater, diabetiků i starších osob nebo osob s oslabenou imunitou.

Čeští vědci zaznamenali mezinárodní úspěch ve výzkumu mikroorganismu *Pythium oligandrum* (chytré houby) a jeho potlačování růstu dermatofytů, které způsobují kožní a nehtové plísně. V renomovaném časopisu *Mycopathologia* (Springer Verlag), publikovali převratnou původní práci, v níž sledovali vzájemné působení *Pythium oligandrum* na dermatofyty, které jsou v rozvinutých zemích nejčastější u lidí a zvířat. K objasnění principu vzájemného působení, bylo sledování i molekulárního pozadí mykoparazitizmu pomocí expresních profilů genů zodpovědných za napadení na straně *Pythium oligandrum* (příprava na útok) a stresové reakce na straně dermatofyta *Microsporum canis* (příprava na obranu). Výsledky potvrdily, že mikroorganismy o sobě vědí a probíhá mezi



nimi komunikace, než dojde ke vzájemnému kontaktu.

Ukázalo se, že dermatofyty jsou účinně potlačeny nebo usmrceny *Pythium oligandrum* v umělém prostředí kultivačního média mezi 48 a 72 h po prvním kontaktu.

### Praktické testování bylo zaměřeno:

- 1) na zápach nohou, kde u 79% sledovaných osob zápach zcela vymizel,
- 2) na potivost nohou, kde u 67% sledovaných osob potivost ustala,
- 3) na meziprstní plísně nohou, kde u 83% sledovaných osob byla plíseň odstraněna
- 4) na plísně nehtů, kde u 15% sledovaných osob byla plíseň odstraněna, a u dalších došlo ke zlepšení.

Publikované řešení spočívá v aplikaci mikroorganismu *Pythium oligandrum*, pro který jsou dermatofyty potravou. Jediněnost mikroorganismu *Pythium oligandrum* (chytrá houba) je v tom, že není schopen napadnout jiné buňky ať rostlin, zvířat nebo lidí, což svědčí o jeho

bezpečnosti. Po likvidaci plísní z místa aplikace odrůstá s kůží nebo nehem a napomáhá k znovuoobnovení přirozené mikroflóry.

Mikroorganismus *Pythium oligandrum* produkuje také množství enzymů. Tyto enzymy se v praxi osvědčily u onemocněních, které nepůsobují plísně, jako jsou například záněty dásní, lupénka, atopický ekzém nebo rozbourávání biofilmů pro úpravu fyziologické mikrobiální flóry poškozené pokožky při nehojících se ranách.

U lidí se přípravky používají pro kůži a nehty se sklonem k plísním, pro intimní hygienu, pro kůži náchylnou k zapaření a pro místa náchylná k výskytu kvasinek, pro kůži náchylnou k lupence a atopickému ekzému, pro péči o podrážděnou, opruzenou a suchou pokožku. Velkou úlevu zažívají lidé, kteří mají sklony k zánětům dásní.

Pro veterinární použití jsou v prodeji přípravky s chytrou houbou, které jsou vhodné pro péči o kůži a kožní deriváty při výskytu kvasinek a plísní, k úpravě fyziologické mikrobiální flóry srsti a kůže, pro srst a kůži náchylnou k zapaření, ekzému nebo při výskytu hniloby kopyt u koní.

Více informací na [www.chytrahouba.cz](http://www.chytrahouba.cz)

K dostání v lékárnách  
a u veterinárních lékařů.  
Infolinka: 728 814 202

# Poruchy paměti mohou být prvními příznaky demence

**Díky rychlému testu u praktického lékaře lze zjistit stadium onemocnění.**

Jak člověk stárne, objevují se potíže s pamětí a zapomínáním. Velmi často v podobě neurodegenerativních onemocnění, jež se vyznačují postupným a nevratným úbytkem kognitivních, motorických a senzoryckých funkcí. Typickým příkladem jsou Alzheimerova či Parkinsonova nemoc.

## Nesprávné léky

Podle organizace Alzheimer's Disease International žije v současné době na celém světě více než 50 milionů lidí s demencí a nový případ se objevuje dokonce každé tři sekundy. V Česku žije v současné době kolem sto pa-

desáti tisíc osob trpících demencí. Z toho se více než polovina potýká s Alzheimerovou chorobou. Pro srovnání je to stejný počet lidí, jako žije v Plzni. Počty osob trpících touto chorobou se zvyšují a zároveň se snižuje věk nemocných, často jsou to lidé v produktivním věku.

Alzheimerova nemoc zásadním způsobem zasahuje do kvality života nejen pacienta, ale také osob, které o něho pečují. Nemocný přestává poznávat své blízké, zapomíná vše, co znal, neorientuje se v čase i prostoru, nerozumí významu slov, neumí použít předměty, které denně používal, ztrácí hygienické návyky. Přesné příčiny nemoci nejsou známy, ale významnými faktory jsou vyšší věk, dědičnost a také nezdravý životní styl.

Podle lékařů jsou prvními příznaky nemoci poruchy paměti. „Velmi často se setkává-



Mozek je dobré trénovat.

PROFIMEDIA

me se situací, kdy člověk, který trpí i pouze mírnou poruchou krátkodobé paměti, udělá chybu při užívání svých léků,“ uvádí lékařka Haňa Vaňková, členka výboru České gerontologické a geriatrické společnosti ČLS JEP. „Tím spíš, pokud žije sám, tehdy se to může stát opravdu snadno. Špatné užití léků pak člověka může snadno ohrozit na životě nebo vést k jeho hospitalizaci,“ popisuje Vaňková. Proto je podle ní klíčová včasná diagnóza.

## Rychlý test

V rámci preventivní prohlídky jednou za dva roky by všeobecný praktický lékař měl u seniorů ve věku 65 až 80 let provádět výkon s názvem Časný záchyt demence v ordinaci praktického lékaře. „Při vyšetření se používá takzvaný Mini-Cog test. Podle výsledku testu má lékař stanovit další léčebný postup. Zdravotní pojišťovna tento výkon plně hraď,“ komentuje Viktorie Plívová, tisková mluvčí Všeobecné zdravotní

pojišťovny. „Jedná se tedy v podstatě o výkon screeningový, kdy je testována široká riziková populace ve vybrané cílové skupině, aniž by dané osoby měly příznaky „hledané“ choroby. Praktický lékař také provádí zpřesňující diagnostiku – standardizovaný test mentálních funkcí – a také zajišťuje návaznou péči o pacienta s demencí,“ říká Plívová.

Mini-Cog test zabere jen několik minut. „Pacienti při něm dostávají za úkol zapamatovat si tři základní slova a zakreslit čas do ručičkových hodin. Podle výsledného skóre pak určíme, zda se již u pacienta projevují první známky onemocnění,“ popisuje průběh testování docent Bohumil Seifert, praktický lékař a vědecký sekretář Společnosti všeobecného lékařství České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně. **KAM**

**Colafit AKUT Pro**

Masážní krém s kyselinou hyaluronovou a kolagenem určený k rychlé úlevě při bolesti svalů a kloubů.

Složení navíc obohaceno o mentol, kafr a kostivalový extrakt.

Vyzkoušejte Colafit také ve formě kolagenových kostiček:

**čistota kolagenu 99,9 %**

Kosmetický přípravek a doplňky stravy. Dbejte na vyváženou stravu a zdravý životní styl. Více informací na [www.senimed.cz](http://www.senimed.cz)

# Tebokan®

## Pro lepší paměť a koncentraci

VYVINUTO A VYROBENO  
1 v ČR\*  
V NĚMECKU

1x denně

**Egb761®**

\*č. 1 mezi léky na vnímání, učení a paměť (kognitiva)  
\*č. 1 mezi přípravky z Ginkgo biloba v lékárnách ČR  
\*č. 1 mezi léky na zlepšení metabolismu a prokrvení mozku (nootropika)  
Zdroj: IMS 6/2021

Tebokan® 120 mg potahované tablety je lék k vnitřnímu užití. Před zahájením léčby je vždy třeba vyšetření Vašich příznaků lékařem. Účinná látka: extrakt z jinanu dvoulaločného (Ginkgo biloba) Egb 761®. Před použitím si pečlivě přečtete příbalový leták. Lék můžete zakoupit v lékárně i bez receptu.

**Schwabe Czech**  
From Nature. For Health.

Schwabe Czech s.r.o.  
Pod Klívkovou 1917/4, 150 00 Praha 5 - Smíchov  
tel.: +420 241 740 447, e-mail: [info@schwabe.cz](mailto:info@schwabe.cz), [www.tebokan.cz](http://www.tebokan.cz)

# Hrozil mu invalidní vozík!

## TOHLE HO ZACHRÁNILO!

„Kolena mě tak bolela, že jsem nemohl chodit.“ A když jsem od svých dcer dostal tento nový vynález, bolest byla za pár dní pryč“.

**K**dyž jsem byl mladý, chtěl jsem žít ve městě. Ale můj starší bratr mě předběhl. Bylo mi 17 let a Stanislav - 5 let starší. Ve městě potkal nějakou dívku a odstěhoval se. Zůstal jsem já a moji rodiče. Kdybych taky šel do města, rodiče by zůstali na farmě sami. A můj otec byl nemocný. Měl stejný **problém s koleny jako já donedávna**“ říká Antonín (72) z Brna.

„Když mi bylo 19, potkal jsem Terezu. Bydlela v sousední vesnici. Vzali jsme se rychle. Vzali jsme se, nastěhovala se k nám a o rok později ... se nám narodily tři dcery! **Ano, ano, tři najednou! Trojčata!** Byla to senzace pro celou vesnici!

Celý život pracuji na venkově. Práce je hodně. Máme pole, spoustu zvířat. Dlouho jsem byl fit.

### Až po šedesátce mě začala bolet kolena

Obzvláště po večerech mně trhalo v těch nohou. Zpočátku stačily tablety a masti. Někdy to bylo lepší, někdy horší. Byly dny, kdy jsem normálně chodil a pracoval. Nebo že bylo těžké ráno vstát. Ale potom **každý den byl noční můrou**. Sám jsem nic nedokázal. Dcery se rozjely po

zemi, vdaly se, manželka měla delší dobu problém s nohama. Neměl kdo dělat! Začal jsem prodávat zvířata...

Chodil jsem k doktorům, ale **žádný nepomohl**. Předepsali mi léky proti bolesti a byly tak silné, že i když mě po jejich užití kolena bolela méně, tak se mi točila hlava. A bolelo mě břicho. K tomu všemu jsem přibral 10 kilo, protože jsem byla celý život v pohybu a teď skoro vůbec.

### Připadal jsem si jako zbytečný mrzák!

Moje dcery našly ve městě specialistu. Řekl **pouze operace**, protože změny v kolenou jsou pokročilé. **Rozdrcená chrupavka, natržené vazy...** To se snadno řekne **OPERACE!** Otec byl na operaci kolen, po které přestal úplně chodit, před smrtí jsme ho převáželi na invalidním vozíku. **A to byl před nemocí pohyblivý chlap!** Když jsme ho posadili na tento vozík, zhroutil se, neuplynulo ani půl roku a byl mrtvý.

Jednou v neděli za mnou přišly všechny tři dcery. Takhle spokojené. Přivezly balíček, prý ze Švýcarska. Netušil jsem, co se děje: **jaký balík, jaké Švýcarsko?!**

Ukázalo se, že i dívky se mé operace bály, protože si vzpomněly

na dědu na vozíku. A pořád pro mě něco hledali. Dozvěděli se o...

### Biomagnetických regenerátorech kolenního kloubu pro úlevu od bolesti

Je to dlouhý název, ale od té doby si ho pamatuji. Byly to takové **opasky na kolena. Novinka. Nedávno patentovaná ve Švýcarsku**. Dcery objednaly. Už tehdy mě to odradilo a nechtěl jsem to nasaďit, ale vyhraje něco se ženami! Začaly mě otravovat, abych to nosil. Konečně jsem mávl rukou. Byl večer, ukázalo se, že tyto opasky jsou pohodlné, tak jsem v nich šel spát. Ráno jsem vstal z postele, šel do kuchyně, udělal si kávu, sedl si s hrnkem a ... **najednou si uvědomuji, že CHODÍM normálně, a nekulhám jako posledních pár let!** Kolena mě stále bolí, ale méně než den předtím. Koukám, a mám tyhle regenerátory na kolenech, přes noc se mi na ně podařilo zapomenout. Křičím na manželku: **Zdá se, že to funguje!**

Tyto regenerátory jsem nosil každý den. Tak, na pár hodin. Nebo jsem v nich spal. Asi po 3 týdnech, manželka říká, že to bylo ještě o 2 týdny dřív, **vůbec jsem neměl**

**bolesti!** Vrátil jsem se ke svým aktivitám. Měl jsem více energie než před těmito bolestmi! Koupil jsem zvířata zpět. Dokonce víc, protože práce jde rychleji. Asi po měsíci jsem usoudil, že by možná stálo za to zajít k doktorovi, aby tato kolena zrentgenoval. **Nikdy jsem neviděl tak šokovaného člověka!**

### Kolena jako nová! Jak jste to udělal?! - doktor stále opakoval.

Od té doby uběhly 4 měsíce, mám pocit, že mi je 30 let. A moje žena říká, že vypadá jako 20letá, protože po mně nosila regenerátory a už ji nebolí nohy!“

**Antonín**

## BIOMAGNETICKÉ ANALGEZICKÉ REGENERÁTORY KOLENNÍCH KLOUBŮ

– je nejnovějším vynálezem Švýcarského Institutu Moderní Ortopedie. Pracovali na tom nejlepší odborníci v zemi, také na magnetoterapii. Hypoalergenní materiál, přízvučený tvaru lidského kolena, obsahuje **4 maximálně silné neodymové biomagnety**. Vydávají zdravotní energetické vlny, které pronikají kůží a pronikají hluboko do

struktury poškozených tkání. Začíná probíhat **regenerace šlach, meniskusu, vazů a kloubní chrupavky**. 97,6 % uživatelů biomagnetických analgetických regenerátorů kolenních kloubů zaznamenalo výraznou úlevu od bolesti již po prvním použití. Kompletní regenerace poškozených tkání kolena **trvá 14-33 dní**.

- + Hypoalergenní, prodyšný materiál
- + Pro ženy i muže
- + Snadno se nasazuje
- + Účinek za 14-33 dní, stačí min. 3,5 hodiny denně
- + Čím déle a častěji ho budete nosit, tím rychlejší bude efekt – můžete ho nasadit i na noc
- + Díky posílení kloubních struktur zevnitř se neduhy nevracejí
- + Urychlí rehabilitaci kolena o 91 %



**Síla 4x 500 Gs**

### Švýcarská magnetoterapie u Vás doma!

**Biomagnetické analgetické regenerátory kolenních kloubů** debutují na našem trhu. Proto distributor nabízí 100 regenerátorů **ÚPLNĚ ZDARMA!** Akce platí pouze do 28.04.2023. Rozhoduje pořadí přihlášek.

Zavolejte:

**296 849 512**

Na Váš telefonát čekáme od pondělí do pátku 8:00-20:00, sobota-neděle 09:00-18:00 (běžné místní volání bez příplatku)



**100 kusů za 0 Kč!**

# Z převodnění může bolet hlava

**Každý druhý diabetik má poškozené ledviny, velká část z nich to vůbec netuší.**

Cukrovka 2. typu se týká zhruba milionu Čechů. Minimálně polovina z nich má poškozené ledviny, přičemž mnozí o tom vůbec nevědí. Anebo nevědí, že mají cukrovku.

Vysoká hladina cukru v krvi, kterou lidé s diabetem mají, poškozuje tělesné orgány již v raných stádiích nemoci. A to i ledviny. Proto lékaři varují, ať lidé nepodceňují prevenci, a především pravidelně prohlídky u praktického lékaře.

„Prvním signálem, že ledviny jsou poškozené, může být bílkovina v moči,“ upozorňuje Barbora Doležalová, diabetoložka z Intendia kliniky v Chrudimi. „Tu zpravidla objeví praktický lékař při preventivní prohlídce nebo při sledování nemocných s diabetem. Sice to hned neznamená komplikace a sníženou kvalitu života, ale je to varování, že je nejvyšší čas dostat diabetes, krevní tlak a další nemoci v co největší míře pod kontrolu,“ říká Doležalová.

„Přítomnost bílkoviny v moči znamená zvýšenou propustnost filtru v ledvinových klubičkách,“ vysvětluje profesor Vladimír Tesař, přednosta Kliniky nefrologie 1. lékařské fakulty UK a Všeobecné fakultní nemocnice v Praze. „U diabetu 2. typu pak po nějaké době v důsledku poškození tohoto filtru dochází i k nedostatečnému očišťování krve a eventuální nutnosti náhrady funkce ledvin dialýzou nebo transplantací,“ upozorňuje Tesař.

Ledviny se mohou vinou diabetu poškodit tak, že začnou selhávat. „V tom případě nemá pacient jinou možnost než absolvovat transplantaci ledvin, a pokud to není možné, tak je odkázán na dialýzu. V současné době v Česku podstupuje dialýzu zhruba sedm tisíc pacientů, z toho asi 35 procent kvůli cukrovce,“ popisuje Tesař.

## Nemoc, která neboli

Ovšem i když ledviny poškozené jsou a nepracují optimálně, člověk to nemusí dlouho poznat. „Ledviny totiž mají minimální množství nervových zakončení, proto samotné ledviny prakticky nebolí,“ upřesňuje Jiří Vlasák, primář dialyzačního střediska Fresenius Medical Care v Sokolově. „Bolesti v oblasti ledvin se týkají obvykle pohybového aparátu, jako je ischias, vývodných cest močových – pánvička, močovod, vzácně souvisí s tlakem na vazivové pouzdro ledvin při akutním zánětu ledvin,“ doplňuje Vlasák.

Velká část i vážně nemocných pacientů s onemocněním ledvin žádné zjevné obtíže nemá a jejich problém se zjistí až z vyšetření krve, které plně hraje všechny zdravotní pojišťovny. Frekvence laboratorních kontrol se odvíjí od rizikového skóre (věk, přidružené choroby) a stupně postižení ledvin.

## Nepravdy a mýty

O ledvinách se podle Vlasáka šíří nejrůznější nepodložené zprávy a mýty. Prvním z nich je, že když močíme normálně a v dostatečném množství, ledviny fungují dobře.

„Zástava močení je příznakem závažné poruchy ledvin nebo močových cest. Normální ani velké množství moči však není vždy zárukou dobré funkce ledvin,“ říká Vlasák. Velké procento nemocných s pokročilým selháním ledvin močí zcela normálně. „Lze si to zjednodušeně představit tak, že tyto nemocní vylučují jen určitý objem tekutin, v moči však nejsou obsaženy ony škodlivé látky, kterých se tělo potřebuje zbavit,“ vysvětluje Vlasák.

Další nepravdivou představou je ta, že k poškození ledvin se „propijeme v hospodě“. „Alkoholické nápoje nejsou jedinou příčinou poškození ledvin, pokud nedošlo také k poškození jater. Z hlediska funkce ledvin je alkohol látkou, která může způsobit dehydrataci navozením velkého množství moči, ale přímé toxické poškození nepůsobuje. Přiměřenou konzumaci alkoholických nápojů, mimo destiláty, obvykle nefrolog nezakazuje,“ uvádí Vlasák.

Mylné informace panují i okolo pitného režimu – čím více pijeme, tím lépe. „Správný pitný režim je pro zdraví ledvin důležitý. Pít bychom ovšem neměli málo, ale ani moc. Zdravý člověk by měl vypít v průměru dva až tři litry vody denně. Záleží na jeho váze, životním stylu i pohybové aktivitě,“ říká Vlasák.

Obecně lze říci, že by dospělý člověk měl vypít asi 20 až 40 mililitrů tekutin na jeden kilogram tělesné hmotnosti za den. Nadměrné množství tekutin nabeurává rovnováhu vnitřního prostředí, především dochází ke snížení hladiny sodíku. Příznakem převodnění (například u kardiaků) může být bolest hlavy, vyšší krevní tlak, nevolnost, zvracení nebo otoky. „U nemocných s onemocněním ledvin je důležitá kontrola tělesné hmotnosti a krevního tlaku ideálně samotným pacientem,“ doporučuje Vlasák.

## Všimněte si doprovodných příznaků

Nesprávné je také spojovat bolesti zad s poruchou ledvin. „Vzhledem k anatomickému umístění ledvin v oblasti bederní páteře může být někdy těžké odlišit bolest zad od bolesti ledvin. Bolest vycházející z ledvin se obvykle objevuje pod hrudním košem ze strany páteře. Lze ji také pociťovat jako bolest přicházející z hloubky uvnitř těla. Může se objevit na jedné nebo obou stranách těla v závislosti na tom, zda je postižena pouze jedna ledvina nebo obě,“ popisuje Vlasák.

Že se jedná o problém s ledvinami, mohou naznačit další doprovodné příznaky, jako například zakalená nebo krvavá moč, bolestivé močení, přetrvávající potřeba močit, nevolnost, zvracení, zácpa nebo průjem, ale také horečka, závratě nebo úna-  
va. **KAMILA HUDEČKOVÁ**



Potíže s ledvinami může naznačovat i horečka.

PROFIMEDIA



**Každý 10. Čech trpí chronickým onemocněním ledvin.<sup>1\*</sup>**

Zkontrolujte si ledviny v našem **online dotazníku** nebo se poraďte se svým **praktickým lékařem.**



[www.vysetriledviny.cz](http://www.vysetriledviny.cz)

AstraZeneca

1 - HILL, Nathan R, Samuel T. FATOBA, Jason L. OKE, Jennifer A. HIRST, Christopher A. O'CALLAGHAN, Daniel S. LASSERSON, F. D. Richard HOBBS a Giuseppe REMUZZI. Global Prevalence of Chronic Kidney Disease – A Systematic Review and Meta-Analysis. PLOS ONE [online]. 2016, 11(7) [cit. 2023-02-17]. ISSN 1932-6203. Dostupné z: doi:10.1371/journal.pone.0158765.

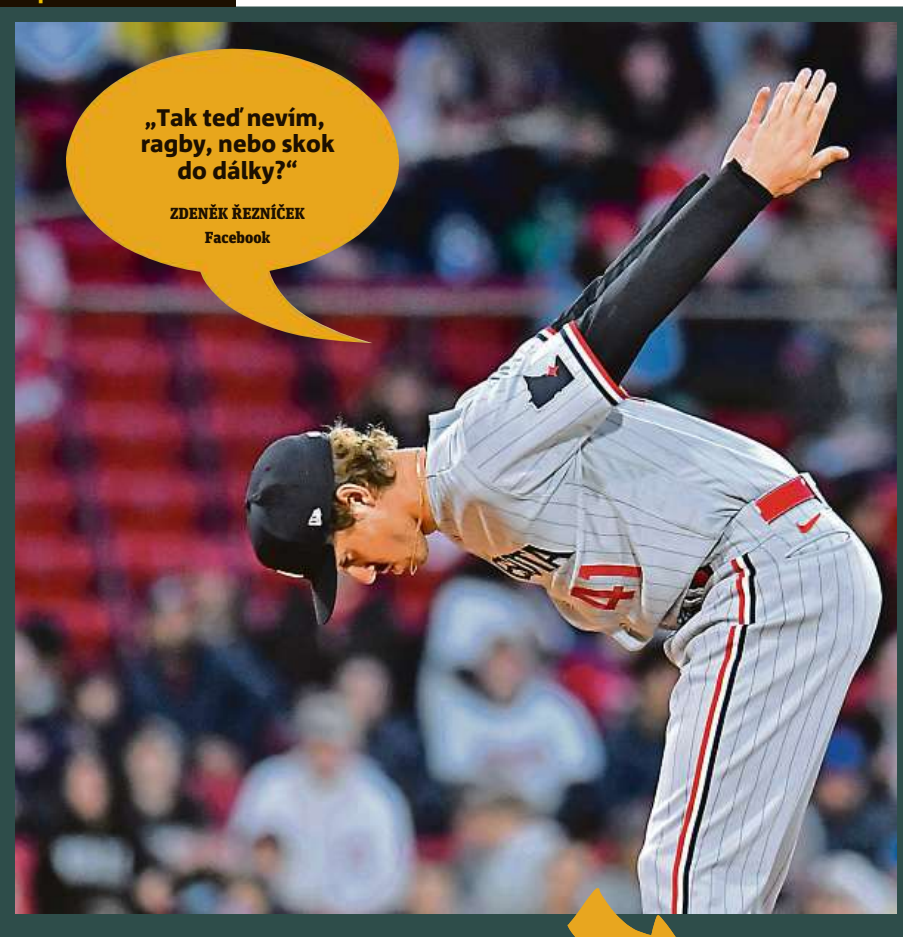
\*Předpokládána světová prevalence chronického onemocnění ledvin je 11 - 13 %.

CZ-4377

**Sudoku**

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

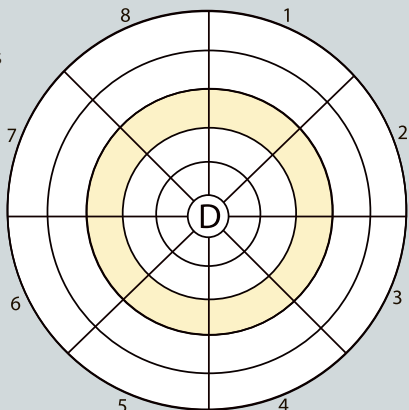
**Napište svou bublinu**



**Luštěnka**

Výrazy vpisujte od středového písmene D ke kraji kruhu. Tajenka je od čísla 1.

1. menší dráp
2. severský stát Evropy
3. diskuze
4. přestat znít
5. působící děs
6. malý drak
7. skokan do dálky (slang)
8. připravený z dýně



**Počasí**

DNES	ZÍTRA	ČTVRTEK	PÁTEK
10/14 °C	8/12 °C	11/15 °C	14/18 °C

Teplotní rekordy: ↓ -1,8 °C (1854) ↑ 27,0 °C (1992) Bio: ❤️❤️❤️

**NAPADÁ VÁS VTIPNÝ POPISEK?**  
Napište bublinu a reagujte na sloupek na: [www.facebook.com/denikmetro](http://www.facebook.com/denikmetro)

**TV tipy**

ČT1	ČT2	Nova	Prima	Óčko
<p>15.50 Zavolejte porodní sestřičky IV (8/8)</p> <p>16.45 Akce: Rekonstrukce! (4/12)</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 Vyprávěj</p> <p>21.05 13. komnata Pavly Vítázkové</p> <p>21.30 Pupendo</p> <p>Komedie (Fr., 2006)</p> <p>23.35 Krimisař Moulin</p> <p>01.25 Zajímavosti z regionů</p> <p>01.50 AZ-kvíz</p> <p>02.15 Dobré ráno</p>	<p>16.30 Nejzajímavější divy starověku (10/10)</p> <p>17.15 Irán z výšky (1/2)</p> <p>18.05 Nádherná Jižní Korea (1/2)</p> <p>19.00 Cyklotoulky</p> <p>19.15 Křesťanský magazín</p> <p>19.40 Postřehy odjinud</p> <p>19.50 Zprávy v českém znakovém jazyce</p> <p>20.00 Trabantem do posledního dechu</p> <p>21.40 Mengele mi říkal prosím</p> <p>22.50 Dublér</p> <p>Komedie (Fr., 2006)</p> <p>00.15 Temný les (1/6)</p> <p>Mysteriózní krimiseriál (N, 2020)</p> <p>01.00 Černobyl</p> <p>01.55 Na moll aneb Pisničky od Bolka</p>	<p>17.00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny</p> <p>17.30 Na lovu III</p> <p>18.30 Ulice (4472)</p> <p>19.30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí</p> <p>20.20 Jedna rodina (17)</p> <p>Komedie (ČR, 2023)</p> <p>21.35 Míse nový domov</p> <p>23.00 Kriminálka Vegas (9)</p> <p>Krimiseriál (USA, 2021)</p> <p>00.00 Kriminálka Miami IX (13, 14)</p> <p>01.55 Kriminálka Vegas (9)</p> <p>02.40 Novashopping</p> <p>02.55 Na lovu III</p> <p>03.45 Ulice (4472)</p> <p>04.25 Ordinace v růžové zahradě (87)</p>	<p>15.50 Koko ve varu</p> <p>16.50 Policie v akci</p> <p>17.50 Prostřeno!</p> <p>18.55 Hlavní zprávy</p> <p>19.40 Krim zprávy</p> <p>19.55 Showtime</p> <p>20.15 Zoo (107)</p> <p>Hodně zajíců, myslivcova smrt.</p> <p>Rodinný seriál (ČR, 2023)</p> <p>21.35 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>22.40 7 pádů Honzy Dědka</p> <p>23.55 Ano, šéfe!</p> <p>01.00 Policie v akci</p> <p>01.50 Policie Hamburg V (19, 20)</p> <p>Krimiseriál (N, 2010)</p> <p>03.35 Kriminálka Montpellier III (8)</p> <p>Krimiseriál (Fr., 2018)</p> <p>04.30 Jak se staví sen</p>	<p>06.00 Ranní fresh</p> <p>09.00 1Charted</p> <p>11.00 Óčko hity</p> <p>15.00 Mixxxer Live</p> <p>17.00 Óčko hity</p> <p>17.30 Gamingmania</p> <p>17.35 Óčko hity</p> <p>22.00 Naked Attraction Italy</p> <p>Natili, 27, dělá animátora, rozhodl se usadit a najít si dívku svých snů. Nové premiérové díly italské verze nahé seznamky</p> <p>22.30 Erotický veletřh</p> <p>Reportáž z pražského erotického veletřhu</p> <p>22.35 Óčko flirt</p> <p>23.30 Erotický veletřh</p> <p>23.35 Óčko flirt</p>

## JAKUB KOHÁK

ON THE ROAD



### Sloupek

## DEFEKT

Minulý týden jsem se vracel z pracovní cesty ze Slovenska, z Liptovského Mikuláše mi to domů ukazovalo příjemných šest hodin. Vyrazil jsem tedy jak výmarský ohař, který zavětřil stopu. Cesta mi krásně utíkala, nikde žádná potíž. Hranice jsem elegantně překročil a ani si toho nevšiml, šup šup a byl jsem v Brně. Zajásal jsem, vypnul navigaci a říkal si: „Teď už jen rovně, dálnice bude volná – však už je po osmé hodině večerní.“ Začalo se stmívat.

Najednou jsem začal cítit něco zvláštního, jako by se něco změnilo. Jakýsi vnitřní zvířecí pud mi začal cosi signalizovat. A bác ho! Na kilometru 170 mi napravo vřadu začalo něco mlátit do auta. Zastavil jsem a šel to prověřit. Pneumatika byla totálně vypuštěná. Inu co, vyměnit kolo umím, zabere to

asi pět minut. Nerad, ale jdu na to. Řeknu vám, že když od vás kamiony sviští na 12 centimetrů, není to úplně příjemný pocit. Proto jsem se rozhodl popojet na nejbližší pumpu. Opatrně jsem se rozjel, ale bouchání sílilo. Navíc

### Cítát

## Na kilometru 170 mi napravo vřadu začalo něco mlátit do auta.

jsem se bál, že se vůz stane neovladatelným, proto jsem našel celkem příhodné místo, kde jsem ho odstavil, a začal řešit vzniklou situaci. Rezerva byla na místě, ovšem klíč nebyl k nalezení! A hever? Nečitelný. Tma zhoustla a já poznal, že stojím přímo na památném místě Devíti křížů!!! Zavola jsem asistenci. Říkali, že do půl hodiny přijedou.

Vteřinu potom, co jsem – sedě ve voze – dotelefonoval, mi někdo zaťukal na okno! Zaječel jsem! Naštěstí to nebyl umrlec, ale dálniční služba! Dva pánové, miláčkové, obestavili mě kule, přede mě dali své oranžově blikající auto a až do příjezdu technika byli se mnou! A nakonec si nevzali ani peníze na pivo. Pánové, smekám, děkuji a vroucně vás líbám.

### Anketa

**f** Koho byste chtěli vidět ve StarDance?



**David Piják**  
Helču Vondráčkovou.  
Když tančí v reklamě,  
tak proč ne tady...



**Marek Mahdal**  
Umělo inteligenci.  
Pokrok se nedá  
zastavit.



**Jaroslava Pitařová**  
Youtuberku Adělu.  
Třeba je na tanec  
šikovná...

## @mojemetro



„Konečně jsem si našel čas kouknout se na ten náš pražský zkušební trolejbus typu Škoda 36Tr T'City, který jezdí na lince 58 každý víkend. Trolejbus se mi povedlo zachytit před zastávkou Fryčovic-ká,“ napsal uživatel\_fotograf\_mhd\_a\_vseho\_okolo\_ ke své fotce na Instagramu a použil hashtagy #metrotag #mojemetro.

# #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](mailto:mms@metro.cz). Váš výtvar dáme do novin!

### Dopisy a vzkazy

## Každá minuta dobrá!

Každý den vidím tisíce lidí honících se za prací a po práci domů za rodinou. Sama jsem jedním z nich. Tady je každá nezmeškaná minuta k dobru, když člověk dojíždí kolikrát až hodinu do práce. Ti, co se jedou do hlavního města podívat z menších měst nebo vesnic, nevěří vlastním očím. Kam spěcháte? Vždyť za minutu a půl jede další metro. Ale Pražák ví, že když nestihne tohle metro, už mu na něj nebude navazovat autobus a bude čekat dalších 10 minut. Proto spěchejme, ale jen s mírou a pak si také rádně odpočínme. Nejsme stroje ani umělá inteligence.

PS: Občas je dobré zvednout svůj zrak od displeje telefonu a hodit očko, zda hned vedle vás nestojí stará babička, těhotná žena nebo chlapec s berlemi.

DANIELA PETRÍKOVÁ, PRAHA

[dopisy@metro.cz](mailto:dopisy@metro.cz),  
[www.facebook.com/denikmetro](https://www.facebook.com/denikmetro)

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

### Řešení sudoku

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

### Řešení luštěnky

PSANIČKO

### Komiks

## Stripoff.....???



## Krátce

## Penalta? Chybně odpískána

Fotbalisté Sparty neměli podle komise rozhodčích v sobotním utkání 28. kola první ligy na Slovácku kopat penaltu po souboji Vlasije Sinjavského s Lukášem Haraslíkem. Komise rozhodčích hlavnímu sudímu Ondřeji Berkovi i videoasistentovi Janu Machálkovi to po včerejším jednání vytkla jako chybu. Sparta z penalty vyrovнала na konečných 1:1.

## Znovu remíza

I jedenáctá partie zápasu o mistra světa v šachu, v které se utkal Jan Něpomňaščíj s Ting Li-ženem, skončila nerozhodně. Ruský šachista díky čtvrté remíze v řadě udržel nad čínským soupeřem vedení v zápase 6:5.

## „Fotbal bychom vysílali volně“

O vysílací práva na první fotbalovou ligu se bude ucházet i mediální skupina A11, která vydává lokální týdeníky Náš REGION a odborné a lifestyle časopisy. Nejvyšší českou soutěž by chtěla vysílat na volně šířeném terestrickém kanálu. Podle dřívějších informací deníku Sport se tendru zúčastní také O2 TV, která ligu aktuálně vysílá, asi ve spojení s Nova Sport. Do tendru by se měla zapojit i Česká televize. Zájem projevila rovněž francouzská televize Canal Plus, která v Česku vysílá anglickou Premier League. **ČTK**

## „Svaz díky mně ušetří“

Největší současná hvězda běžeckého lyžování Johannes Hösflot Kleaebø opustil norskou reprezentaci. Uvedl, že národní svaz díky tomu ušetří a bude mít více peněz na ostatní závodníky. Pokud by pětinásobný olympijský vítěz a devítinásobný mistr světa nebyl členem národního týmu, nemohl by startovat ve Světovém poháru, který letos počtvrté ovládl. Podle listu Verdens Gang má norský lyžařský svaz finanční potíže a čekají ho citelné škrtky v rozpočtu. **ČTK**



## Fotbal. Slavia může odskočit

Dnes se odehrají tři z osmi zápasů vloženého 29. kola první fotbalové ligy. Pražská Slavia bude hájit první místo v Ostravě. „Pro nás tam jsou zápasy vždy složité, uvidíme, komu bude vložené kolo více vyhovovat. Je tam jediný stadion v lize s atletickou drahou. Bývá tam skvělá kulisa,“ řekl slávistický trenér Jindřich Trpišovský. Předposlední Pardubice hostí páté Slovácko a Teplice doma vyzvou Mladou Boleslav. Zbývajících utkání předposledního kola základní části včetně šlágru Sparty s mistrovskou Plzní jsou na programu zítra. **ČTK**

# Zlatá tretra. Hvězdami oštěpaři nebo Duplantis

**Pořadatelé atletického mítinku v Ostravě věří, že švédský tyčkař překoná šest metrů.**

Nejlepší český atlet současnosti Jakub Vadlejch se na Zlaté tretře utká s olympijským vítězem Níradžem Čoprú a mistrem světa Andersonem Petersem. Hvězdné obsazení mužské oštěpařské soutěže oznámili organizátoři mítinku, který se uskuteční v úterý 27. června.

Pěťadvacetiletý Čopra se v Tokiu stal prvním indickým olympijským vítězem v atletice. Ve své zemi se těší velké popularitě, o čemž svědčí 6,2 milionu sledujících fa-

noušků na Instagramu. „Jeho příběh je velmi zajímavý, v Indii je úžasně populární. Do Indie radši moc nejezdí, protože by ani nemohl projít po ulici, jak by ho tam lidé zastavovali,“ uvedl manažer Zlaté tretry Alfons Juck.

Vítězství na Zlaté tretře bude obhajovat Grenadán Peters. Před domácími fanoušky se bude chtít ukázat stříbrný olympijský medailista a majitel několika cenných kovů z ME i MS Vadlejch. Elitní český oštěpař na závěr přípravy v Jihoafrické republice hodil při univerzitních závodech 88,38 metru.

V ženském oštěpu se představí Nikola Ogrodníková, která se vrátila ze soustředění v Africe. „Po všech lapálich, které mě letos potkaly, jsme dohnali, co jsme potřebovali. Zatím mě nic nebolí,“

## Citát

**Někdo říká, že Armand Duplantis je schopný posunout až na 630 centimetrů.**

ALFONS JUCK  
MANAŽER ZLATÉ TRETRY

řekla oštěpařka, která v zimě prodělala boreliózu.

Z domácí špičky se na Zlaté tretře představí i tyčkařka Amálie Švábíková, čtvrtkařka Lada Vondrová a překážkař Petr Svoboda. „Nechci říct, že to bude jeho poslední účast na Zlaté tretře, ale nikdy nevíte,“ dodal Juck na adresu 38letého Svobody.

V Memoriálu Emila Zátopyka, kterým letos bude na Zlaté tretře běh na 1500 metrů, se Lamecha Girma z Etiopie

## Vstupenky

## 1000

Na vedlejší ochozy se prodávají za 50 korun, na hlavní tribunu stojí tisícovku. Zatím je prodáno asi 4000 kusů.

pokusí poprvé překonat čas 3:30. V Ostravě by měla závodit také světová rekordmanka na 100 metrů překážek Tobi Amusanová.

Hlavní hvězdou 62. ročníku Zlaté tretry Ostrava bude světová atletická jednička atletické scény tyčkař Armand Duplantis ze Švédska. Tyč mužů se přesune pod hlavní tribunu a organizátoři mítinku věří, že Duplantis jako první v Ostravě překoná hranici šesti metrů. **ČTK**

INZERCE

# Hubneme do plavek

Každý týden nové cviky a jídelníček

[iDNES.cz/onadnes](https://www.idnes.cz/onadnes)

