

MONITORING MEDIÁLNÍCH VÝSTUPŮ

SPOLEČNOST VŠEOBECNÉHO LÉKAŘSTVÍ ČLS JEP

ŘÍJEN 2024



Monitorované období: 1.–31. 10. 2024

Počet výstupů: 65

Obsah

TV + ROZHLAS.....	6
1. CNN Prima NEWS: Polední zprávy	6
Televize • Polední zprávy (CNN Prima NEWS) • 2. 10. 2024, 12:00	
2. Přibývá lidí s covidem, objevuje se i chřipka	6
Online • ct24.ceskatelivize.cz (Zprávy / Politika) • 4. 10. 2024, 5:30	
3. Začíná období respiračních nemocí	6
Televize • Události (ČT1) • 3. 10. 2024, 19:29	
4. ČRo Vysočina: Zprávy v 5.....	7
Rozhlas • ČRo Ostrava – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 5:00	
5. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 5.30.....	7
Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 5:30	
6. ČRo České Budějovice: Zprávy v 6	8
Rozhlas • ČRo České Budějovice – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 6:00	
7. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 6.....	8
Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 6:00	
8. ČRo Dvojka: Zprávy v 6.....	8
Rozhlas • ČRo Dvojka – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 6:00	
9. ČRo Plzeň: Zprávy v 7	8
Rozhlas • ČRo Plzeň – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 7:00	
10. ČRo Vysočina: Zprávy v 7.....	9
Rozhlas • ČRo Vysočina – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 7:00	
11. ČRo DAB Praha: Zprávy v 7	9
Rozhlas • ČRo DAB Praha – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 7:00	
12. ČRo Dvojka: Zprávy v 7	9
Rozhlas • ČRo Dvojka – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 7:00	
13. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 8	9
Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 8:00	
14. ČRo Radiožurnál Sport: Zprávy v 8.....	10
Rozhlas • ČRo Radiožurnál Sport – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 8:00	
15. ČRo Brno: Zprávy v 8	10
Rozhlas • ČRo Brno – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 8:00	
16. ČRo Liberec: Zprávy v 8.....	10
Rozhlas • ČRo Liberec – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 8:00	
17. ČRo Vysočina: Zprávy v 9.....	10
Rozhlas • ČRo Vysočina – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 9:00	
18. ČRo Region: Zprávy v 9	11

	Rozhlas • ČRo Region – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 9:00	
19. ČRo Karlovy Vary: Zprávy v 10.....		11
	Rozhlas • ČRo Karlovy Vary – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 10:00	
20. ČRo Hradec Králové: Zprávy v 10.....		11
	Rozhlas • ČRo Hradec Králové – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 10:00	
21. ČRo Plzeň: Zprávy v 10.....		11
	Rozhlas • ČRo Plzeň – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 10:00	
22. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 10.....		12
	Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 10:00	
23. ČRo Radiožurnál Sport: Zprávy v 10.....		12
	Rozhlas • ČRo Radiožurnál Sport – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 10:00	
24. ČRo Brno: Zprávy v 11.....		12
	Rozhlas • ČRo Brno – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 11:00	
25. ČRo Vysočina: Zprávy v 11.....		12
	Rozhlas • ČRo Vysočina – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 11:00	
26. ČRo Liberec: Zprávy v 15.....		13
	Rozhlas • ČRo Liberec – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 15:00	
27. ČRo Plzeň: Zprávy v 16.....		13
	Rozhlas • ČRo Plzeň – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 16:00	
28. ČRo DAB Praha: Zprávy v 17.....		13
	Rozhlas • ČRo DAB Praha – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 17:00	
29. ČRo Liberec: Zprávy v 17.....		13
	Rozhlas • ČRo Liberec – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 17:00	
30. ČRo Karlovy Vary: Zprávy v 18.....		14
	Rozhlas • ČRo Karlovy Vary – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 18:00	
31. ČRo Radiožurnál: Zprávy ve 21.....		14
	Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 21:00	
32. ČRo Radiožurnál Sport: Zprávy ve 21.....		14
	Rozhlas • ČRo Radiožurnál Sport – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 21:00	
33. ČRo Olomouc: Zprávy v 6.....		14
	Rozhlas • ČRo Olomouc – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 7. 10. 2024, 6:00	
34. ČRo Olomouc: Zprávy v 9.....		15
	Rozhlas • ČRo Olomouc – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 7. 10. 2024, 9:00	
35. Studio ČT24: Nemocných s covidem přibývá.....		15
	Televize • Studio ČT24 (ČT24) • 7. 10. 2024, 10:00	
36. Covid-19 a chřipka na vzestupu.....		15
	Televize • HLAVNÍ ZPRÁVY (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 11. 10. 2024, 19:06	

37. Jak správně zapíjet léky?	16
Televize • HLAVNÍ ZPRÁVY (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 13. 10. 2024, 19:29	
38. Prevence a posilování imunity.....	17
Televize • Televizní noviny (TV Nova) • 13. 10. 2024, 20:08	
39. Respiračních onemocnění přibývá.....	19
Televize • Události (ČT1) • 13. 10. 2024, 19:29	
40. Covidu je v Česku nejvíc od začátku roku, sílí zájem o vakcíny.....	19
Online • ct24.ceskatelevize.cz (Zprávy / Politika) • 13. 10. 2024, 20:38	
41. ČT24: Zprávy ve 23	19
Televize • ČT24 – Zprávy ve 23 (ČT24) • 13. 10. 2024, 23:00	
42. ČT24: Zprávy v 5	20
Televize • ČT24 – Zprávy v 5 (ČT24) • 14. 10. 2024, 5:00	
43. Snídaně: Důležitost preventivních prohlídek u lékaře	20
Televize • Snídaně s Novou (TV Nova) • 14. 10. 2024, 6:00	
44. CNN Prima NEWS: Polední zprávy.....	21
Televize • Polední zprávy (CNN Prima NEWS) • 14. 10. 2024, 12:00	
45. Češi zanedbávají preventivní péči.....	21
Televize • Polední Televizní noviny (TV Nova) • 17. 10. 2024, 12:00	
46. Covid se šíří nejrychleji od ledna. Lékař popsal nebezpečnou podobnost s příznaky chřipky.....	22
Online • cnn.iprima.cz (Zprávy / Politika) • 14. 10. 2024, 15:00	
47. Syndrom smažené rýže	22
Televize • HLAVNÍ ZPRÁVY (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 14. 10. 2024, 19:24	
48. Nenápadný zabiják v den starých pokrmů. Jak se projevuje syndrom smažené rýže?	23
Online • cnn.iprima.cz (Zprávy / Politika) • 15. 10. 2024, 18:34	
49. Češi zanedbávají preventivní péči. Každých 20 minut kvůli tomu zemře člověk.....	23
Online • tn.nova.cz (Zprávy / Politika) • 17. 10. 2024, 14:10	
50. Padělky e-cigaret na trhu	24
Televize • HLAVNÍ ZPRÁVY (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 19. 10. 2024, 19:07	
51. V Česku se v prodeji objevily nebezpečné padělky e-cigaret. Obsahují příliš mnoho nikotinu	25
Online • cnn.iprima.cz (Zprávy / Politika) • 19. 10. 2024, 21:53	
52. Polední publicistika: Očkování proti covidu	25
Online • radiozurnal.rozhlas.cz (Zprávy / Politika) • 20. 10. 2024, 12:33	
53. Snídaně: Změna času	25
Televize • Snídaně s Novou (TV Nova) • 25. 10. 2024, 6:00	
54. Nový zákon má odpůrce	26
Televize • Televizní noviny (TV Nova) • 25. 10. 2024, 19:33	
55. ČRo Ostrava: Zprávy v 9.....	27

	Rozhlas • ČRo Ostrava – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 29. 10. 2024, 9:00	
56. ČRo Sever: Dopolnední expres		28
	Rozhlas • ČRo Sever – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 29. 10. 2024, 11:45	
57. ČRo Ostrava: Zprávy v 15.....		28
	Rozhlas • ČRo Ostrava – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 29. 10. 2024, 15:00	
58. Více peněz na podporu prevence.....		28
	Televize • Události (ČT1) • 30. 10. 2024, 19:28	
DENÍKY A ONLINE ZPRAVODAJSTVÍ.....		30
59. Nakažených covidem přibývá. Odborníci doporučují další dávku.....		30
	Online • seznamzpravy.cz (Zprávy / Politika) • 3. 10. 2024, 16:30	
60. Covid je aktuálně na vzestupu. Situace se bude ještě zhoršovat.....		34
	Online • globe24.cz (Zprávy / Politika) • 14. 10. 2024, 10:32	
ODBORNÁ MÉDIA.....		36
61. Preskripční omezení L už praktikům nesvazuje ruce.....		36
	Online • tribune.cz (Zdravotnictví / Medicína) • 3. 10. 2024, 2:13	
LIFESTYLOVÁ MÉDIA.....		40
62. VIRY VÁS LETOS NEDOSTANOU!.....		40
	Tisk • OnaDnes; str. 38, 39, 40 (Životní styl / Móda) • 21. 10. 2024	
63. HEPČÍ! A UŽ V TOM LÍTÁTE... ..		42
	Tisk • Žena a život; str. 78, 79 (Životní styl / Móda) • 23. 10. 2024	
64. Zapomínáte pít? Koledujete si o zdravotní problémy. Noste s sebou lahev a udělejte si z pití rituál.....		44
	Online • prozeny.cz (Životní styl / Móda) • 27. 10. 2024, 5:00	
65. 5 důvodů, proč se vyplatí očkování proti chřipce		49
	Tisk • Receptář; str. 76, 77 (Hobby / Populárně naučné) • 31. 10. 2024	

TV + ROZHLAS

1. CNN Prima NEWS: Polední zprávy

Televize • Polední zprávy (CNN Prima NEWS) • 2. 10. 2024, 12:00

Vydavatel: FTV Prima, spol. s r.o.

... A ve vysílání je s námi **Cyril Mucha**, praktický lékař. Já vám přeji dobré poledne. Dobré poledne. Pane Mucho, máme se tedy bát podzimu vzhledem k výskytu COVIDu, chřipky nebo černého kašle? Tak určitě se nemáme bát. Strach sám o sobě snižuje imunitu, oslabuje člověka apod., ale máme mít respekt těmto onemocněním, to je důležité. To znamená, pokud onemocníme, máme nějakou nachlazení, nějakou teplotu, bolesti v krku a takový, měli bychom zůstat doma, měli bychom, měli bychom to vystonat, nechodit moc mezi lidi. Tady k té vaší reportáži, tam se hovořilo o tom, že je to vlastně jedno, ale já bych s tím úplně nesouhlasil, protože pro starší občany je na COVID nebo nemocné občany je tady specifická antibiotická léčba...



2. Přibývá lidí s covidem, objevuje se i chřipka

Online • ct24.ceskatelevize.cz (Zprávy / Politika) • 4. 10. 2024, 5:30

Vydavatel: ČESKÁ TELEVIZE

Odkaz: <https://ct24.ceskatelevize.cz/clanek/domaci/pribyva-lidi-s-covidem-objevuje-se-i-chripka-353655>

...,Chladná rána a takové to vlhko a mlhy prostě nahrávají šíření respiračních infekcí,“ říká praktický lékař **David Halata**. S chřipkou se v ordinaci na Praze 4 zatím nesetkávají, mají na ni ale vakcíny....

3. Začíná období respiračních nemocí

Televize • Události (ČT1) • 3. 10. 2024, 19:29

Vydavatel: ČESKÁ TELEVIZE

Odkaz: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/1097181328-udalosti/224411000101003/cast/1070760/>

...**David Halata**, praktický lékař, Hošťálková: No a my tam máme trošku takovou malou anginu....



4. ČRo Vysočina: Zprávy v 5

Rozhlas • ČRo Ostrava – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 5:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážně u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidé mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

5. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 5.30

Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 5:30

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážně u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidé mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

6. ČRo České Budějovice: Zprávy v 6

Rozhlas • ČRo České Budějovice – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 6:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

7. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 6

Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 6:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

8. ČRo Dvojka: Zprávy v 6

Rozhlas • ČRo Dvojka – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 6:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

9. ČRo Plzeň: Zprávy v 7

Rozhlas • ČRo Plzeň – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 7:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

10. ČRo Vysočina: Zprávy v 7

Rozhlas • ČRo Vysočina – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 7:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

11. ČRo DAB Praha: Zprávy v 7

Rozhlas • ČRo DAB Praha – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 7:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

12. ČRo Dvojka: Zprávy v 7

Rozhlas • ČRo Dvojka – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 7:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

13. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 8

Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 8:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

14. ČRo Radiožurnál Sport: Zprávy v 8

Rozhlas • ČRo Radiožurnál Sport – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 8:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

15. ČRo Brno: Zprávy v 8

Rozhlas • ČRo Brno – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 8:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

16. ČRo Liberec: Zprávy v 8

Rozhlas • ČRo Liberec – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 8:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

17. ČRo Vysočina: Zprávy v 9

Rozhlas • ČRo Vysočina – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 9:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

18. ČRo Region: Zprávy v 9

Rozhlas • ČRo Region – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 9:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

19. ČRo Karlovy Vary: Zprávy v 10

Rozhlas • ČRo Karlovy Vary – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 10:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

20. ČRo Hradec Králové: Zprávy v 10

Rozhlas • ČRo Hradec Králové – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 10:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

21. ČRo Plzeň: Zprávy v 10

Rozhlas • ČRo Plzeň – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 10:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

22. ČRo Radiožurnál: Zprávy v 10

Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 10:00

Vydavatel: ČESKÝ ROZHLAS

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

23. ČRo Radiožurnál Sport: Zprávy v 10

Rozhlas • ČRo Radiožurnál Sport – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 10:00

Vydavatel: ČESKÝ ROZHLAS

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

24. ČRo Brno: Zprávy v 11

Rozhlas • ČRo Brno – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 11:00

Vydavatel: ČESKÝ ROZHLAS

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

25. ČRo Vysočina: Zprávy v 11

Rozhlas • ČRo Vysočina – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 11:00

Vydavatel: ČESKÝ ROZHLAS

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

26. ČRo Liberec: Zprávy v 15

Rozhlas • ČRo Liberec – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 15:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

27. ČRo Plzeň: Zprávy v 16

Rozhlas • ČRo Plzeň – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 16:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

28. ČRo DAB Praha: Zprávy v 17

Rozhlas • ČRo DAB Praha – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 17:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

29. ČRo Liberec: Zprávy v 17

Rozhlas • ČRo Liberec – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 17:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

30. ČRo Karlovy Vary: Zprávy v 18

Rozhlas • ČRo Karlovy Vary – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 6. 10. 2024, 18:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

31. ČRo Radiožurnál: Zprávy ve 21

Rozhlas • ČRo Radiožurnál – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 21:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

32. ČRo Radiožurnál Sport: Zprávy ve 21

Rozhlas • ČRo Radiožurnál Sport – Zprávy (Český rozhlas) • 6. 10. 2024, 21:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

33. ČRo Olomouc: Zprávy v 6

Rozhlas • ČRo Olomouc – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 7. 10. 2024, 6:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi Ministerstvo zdravotnictví proto radí aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu tak proti chřipce neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny tedy senioři a chronicky nemocní podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkování vážne u některých lékařů totiž zájemci nepochodí lidi mají velký zájem zásobujeme u nás v ordinaci máme ovšem vidím bohužel problém v tom že řada našich praktických lékařů očkování proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkování proti dalším infekcím jako jsou pneumokokové infekce a chřipka ta logistika je náročná je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém vakcíny nabízejí i očkovací centra neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací seznam je na webu ministerstva zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

34. ČRo Olomouc: Zprávy v 9

Rozhlas • ČRo Olomouc – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 7. 10. 2024, 9:00

Vydavatel: ČESKÝ ROZHLAS

...Praktičtí lékaři hlásí vyšší počet pacientů s respiračními nemocemi. Ministerstvo zdravotnictví proto radí, aby se lidé nechali očkovat jak proti COVIDu, tak proti chřipce. Neměli by to podcenit hlavně rizikové skupiny, tedy senioři a chronicky nemocní. Podle **Ludmily Bezdíčkové** ze společnosti všeobecného lékařství je mezi lidmi o vakcíny zájem přesto očkovaní vážně. U některých lékařů totiž zájemci nepochodí, lidé mají velký zájem, zásobujeme u nás v ordinaci, máme ovšem vidím bohužel problém, v tom že řada našich praktických lékařů očkovaní proti COVIDu-19 nenabízí a to samé se týká bohužel je očkovaní proti dalším infekcím, jako jsou pneumokokové infekce a chřipka. Ta logistika je náročná, je potřeba k tomu mít zaveden nějaký objednávací systém, vakcíny nabízejí i očkovačí centra. Neregistrovaní pacienti mohou nově zajít také do sto padesáti ordinací, seznam je na webu ministerstva. Zdravotnictví proti COVIDu je v Česku sedm set tisíc dávek proti chřipce zhruba devět set tisíc...

35. Studio ČT24: Nemocných s covidem přibývá

Televize • Studio ČT24 (ČT24) • 7. 10. 2024, 10:00

Vydavatel: ČESKÁ TELEVIZE

Odkaz: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/10101491767-studio-ct24/224411058061007/>

...Host: **Ludmila Bezdíčková**, všeobecná praktická lékařka...



36. Covid-19 a chřipka na vzestupu

Televize • HLAVNÍ ZPRÁVY (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 11. 10. 2024, 19:06

Vydavatel: FTV Prima, spol. s r.o.

Moderátor: Počty nakažených COVIDem-19 jsou od začátku letošního roku nejvyšší. Jen za poslední týden jich přibýlo přes 8000.

Moderátorka: Ministr zdravotnictví Vlastimil Válek tak doporučuje nejen starším lidem, ale i těm s chronickým onemocněním očkování. Sám se dnes nechal naočkovat už šestou dávkou.

Reportér: Naposledy tolik nakažených přibývalo loni na Vánoce. Počty pozitivních testů za poslední dva týdny pokaždé přesahovaly 10 000. Přibývá ale také hospitalizovaných. Například královéhradecká fakultní nemocnice vyhlásila třetí stupeň pandemické pohotovosti.

Lenka Hobzová, vedoucí oddělení nemocniční hygieny FN Hradec Králové: Vždycky vyčlením určitou lůžkovou kapacitu pro pro infekční, jakkoliv infekční a v tomto případě i pro COVID pozitivní pacienty.

Reportér: V současné době tam leží kolem čtyřicítka pacientů, v celé zemi pak dohromady 430. Předějit komplikovanému průběhu onemocnění a případné hospitalizaci může podle ministra zdravotnictví Vlastimila Válka očkování.

Vlastimil Válek /TOP 09/, vicepremiér, ministr zdravotnictví, 1. místopředseda strany: To, jak ten organismus ať už v případě chřipky nebo v případě COVIDu, je oslaben, jak na něho útočí ten virus, tak pokud ten člověk je starší, tak ta jeho odolnost a schopnost bránit se je daleko nižší.

Reportér: Sám se dnes nechal naočkovat už šestou dávkou vakcíny proti COVIDu, ale i vakcínou proti chřipce.

Ludmila Bezdíčková, praktická lékařka: Dá se říct, že tady v Praze je zájem relativně největší a konkrétně v naší ordinaci jsme tento týden naočkovali 138 pacientů proti COVIDu-19, z toho polovina není našich registrovaných pacientů a zhruba 110 pacientů proti chřipce.

Reportér: Lékaři celkem za poslední měsíc podali přes 80 000 dávek vakcíny proti COVIDu-19.



37. Jak správně zapíjet léky?

Televize • HLAVNÍ ZPRÁVY (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 13. 10. 2024, 19:29

Vydavatel: FTV Prima, spol. s r.o.

Moderátorka: Když už užíváme nějaké léky, ať už k léčbě akutních nebo chronických problémů, měli bychom myslet i na to, čím je zapíjíme. Ovlivňuje to totiž jejich účinek. Podle odborníků bychom měli léky zapíjet jedine vodou. A čemu se naopak rozhodně vyhnout?

Redaktorka: Užití léku začíná jeho zapitím. To se může zdát jako tu nejjednodušší, s čím je léčba spojená. Už v této fázi ale dělá spousta lidí chybu.

Neuveden: Snažím se co nejvíc vodu, ale třeba dneska jsem je zapíjel džusem. S kreatinem jsem je dneska zapíjel.

Neuveden: Většinou nezapíjím, ale když už, tak vodou třeba nebo čajem. Nepřemýšlel jsem o tom, čím léky zapíjím, ale asi začnu.

Neuveden: Čajem nezapíjím, protože reaguje s léky.

Neuveden: Víím, že prostě se má jenom zapíjet vodou.

Neuveden: Já to zapíjím odjakživa vodou a už ty léky беру asi 20 let.

Redaktorka: Největším strašákem pro odborníky je určité grapefruitový džus. Ten zvyšuje účinek léků až o 100 procent. Nevhodných nápojů je ale mnohem víc.

Lucie Malečová, farmaceut: Ovocné šťávy, mléčné výrobky. Ono i potom záleží o jaký typ léčiva jde. A je vždy dobré se zeptat přímo v lékárně.

Redaktorka: Mléko, další nápoj, který radši při zapíjení léků vynechte. Obsahuje vápník, který snižuje schopnost vstřebávání některých antibiotik. A nejen to. Také umocňuje účinek projímadel.

Cyril Mucha, praktický lékař: U černého čaje ten lék vlastně může strávit výrazně víc v tom zažívacím traktu a výrazně víc se vstřebat. Nebo některé bylinné čaje, třeba kopřiva naopak působí močopudně, to znamená může výrazně snižovat účinnost těchto léků.

Redaktorka: Pozor také na třezalku. Třeba ženy si tak mohou nevědomky snížit účinnost hormonální antikoncepce. A jak zní rady odborníků?

Markéta Kerhartová, farmaceut: Zjistit, zda existují specifická doporučení ohledně nápojů při užívání daných léků. Další doporučení – pít dostatek vody. Voda je většinou bezpečná volba, můžeme ji doporučit jako první volbu při zapíjení léků.

Cyril Mucha, praktický lékař: Ať už je to džus, šťáva nebo nějaké nápoje, tak ty vždycky obsahují nějaké chemikálie. A je to jako kdybychom zapíjeli jeden lék druhým lékem.

Redaktorka: Najdou se ale i lidé, kteří léky nezapíjí vůbec a polykají je nasucho. To je ale podle odborníků velmi nebezpečné. Nejenže pak léky nemusí zabírat, ale mohou se také zachytit v krku. Pak už jde i o život.....



38. Prevence a posilování imunity

Televize • Televizní noviny (TV Nova) • 13. 10. 2024, 20:08

Vydavatel: TV Nova s.r.o.

Moderátorka:

S příchodem nižších teplot a respiračních onemocnění se opět mluví o prevenci a posilování imunity.

Moderátor:

Jedním z oblíbených způsobů je otužování a saunování.

Redaktorka:

Otužování podle odborníků pomáhá předcházet nachlazení, ale také zmírňuje alergie, snižuje vysoký krevní tlak a ulevuje od stresu.

Cyril Mucha, praktický lékař:

V tuto dobu samozřejmě může člověk začít i otužovat se apod., ale velmi zvolna.

Redaktorka:

Nejprve by se měl člověk pravidelně sprchovat studenou vodou a teprve poté otestovat svoje hranice v řece nebo v zahradním sudu.

Tomáš Prokop, předseda, Plavecký klub otužilců Praha:

Nepřestat plavat jednou, dvakrát, maximálně třikrát týdně. Rozložit si to tak, aby se to tělo mohlo vždycky zregenerovat. Už je to 96. rok jsem se začal otužovat. 28 let, začal jsme se sprchovat. Pak jsem se vsadil s kamarádem, že půjdeme tady do Vltavy na Vánoce.

Redaktorka:

Vltava má teď necelých 14 °C, což je podle odborníků nejvyšší čas začít se otužovat. A tak jsem to samozřejmě musela zkusit i já. Pro začátek je dobré zůstat ve vodě aspoň minutu. My jsme tady byli pět a byla to paráda. Byla jsem pod dohledem zkušeného otužilce a v pražském Braníku jsme nebyli sami.

Otužilec:

Poprvé jsem byl včera, ale říkal jsem si, že musím začít včas, abych tam pak jako v zimě vlezl ještě, je to takový příjemný pak, když člověk vyleze.

Redaktorka:

Zdraví prý také prospívá pravidelné saunování. Lékaři však varují, že lidé se srdečními problémy by se sauně měli vyhýbat.

Cyril Mucha, praktický lékař:

Pomáhá v mnoha věcech, protože zlepšuje prokrvení organismu, vyplavuje endorfiny, zvyšuje spalování živin.

Pavel Vokurka, ředitel marketingu a prodeje, Aquapalace Praha:

K nám do sauny chodí každý den zhruba 500 až 600 lidí. My sledujeme, že počet našich návštěvníků neustále roste. Myslím si, že saunování je trendy, lidi chtějí dělat něco pro svoje zdraví.

Redaktorka:

V poslední době si také více lidí pořizuje kádě na otužování. Naplní je studenou vodou, třeba i led přidají a tráví v nich několik minut a vyplavují endorfiny. Ty pomáhají nejen tlumit bolest, ale navozují i pocity štěstí.



39. Respiračních onemocnění přibývá

Televize • Události (ČT1) • 13. 10. 2024, 19:29

Vydavatel: ČESKÁ TELEVIZE

Odkaz: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/1097181328-udalosti/224411000101013/>

...Právě v ordinaci **Ludmily Bezdíčkové** se zvýšil zájem o vakcinaci. Tento týden naočkovali skoro 140 lidí proti COVIDu a 110 proti chřipce....



40. Covidu je v Česku nejvíc od začátku roku, sílí zájem o vakcíny

Online • ct24.ceskatelevize.cz (Zprávy / Politika) • 13. 10. 2024, 20:38

Vydavatel: ČESKÁ TELEVIZE

Odkaz: <https://ct24.ceskatelevize.cz/clanek/domaci/covidu-je-v-cesku-nejvic-od-zacatku-roku-sili-zajem-o-vakciny-353943>

...Třeba v ordinaci **Ludmily Bezdíčkové** v Praze tento týden naočkovali skoro 140 lidí proti covidu a 110 proti chřipce. „Onemocnění se projevuje i teď jako chřipkovité provázené zvýšenou teplotou, zimnicí, třesavkou, bolestí kloubů a svalů, někdy průjmem a suchým kašlem,“ uvedla lékařka....

41. ČT24: Zprávy ve 23

Televize • ČT24 – Zprávy ve 23 (ČT24) • 13. 10. 2024, 23:00

Vydavatel: ČESKÁ TELEVIZE

Odkaz: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/10253218159-zpravy-ve-23/224411023001013/>

...Právě v ordinaci **Ludmily Bezdíčkové** se zvýšil zájem o vakcinaci. Tento týden naočkovali skoro 140 lidí proti COVIDu a 110 proti chřipce....



42. ČT24: Zprávy v 5

Televize • ČT24 – Zprávy v 5 (ČT24) • 14. 10. 2024, 5:00

Vydavatel: ČESKÁ TELEVIZE

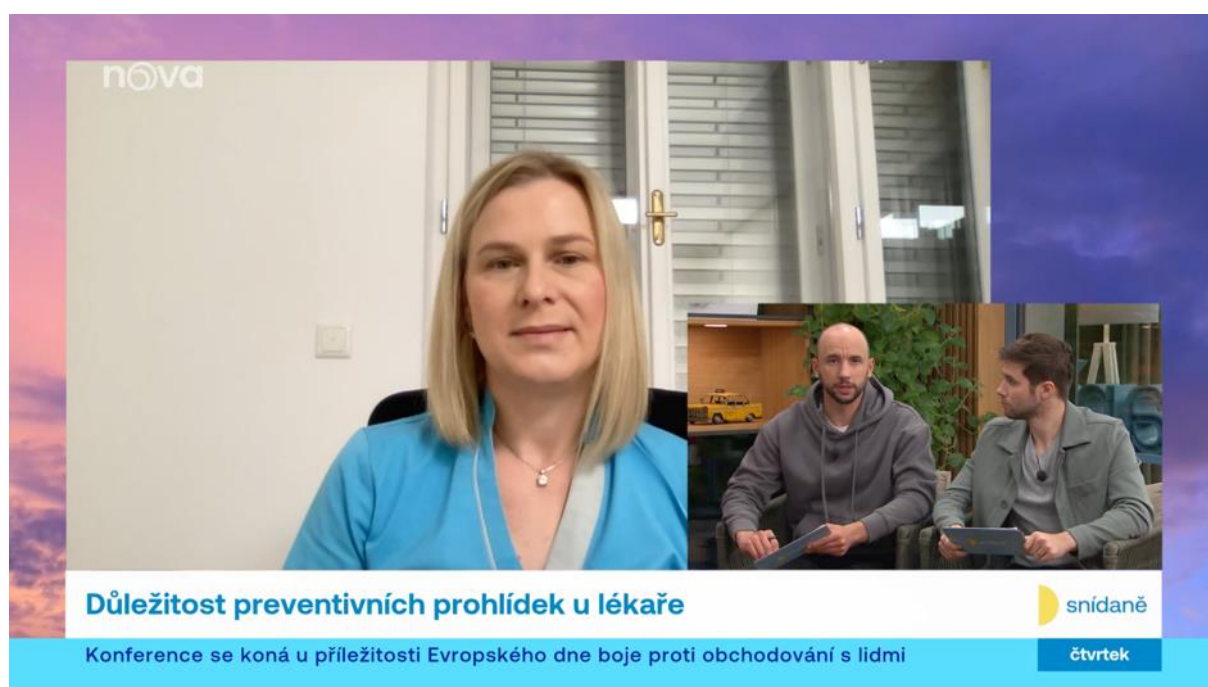
...Právě v ordinaci **Ludmily Bezdíčkové** se zvýšil zájem o vakcinaci. Tento týden naočkovali skoro 140 lidí proti COVIDu a 110 proti chřipce....

43. Snídaně: Důležitost preventivních prohlídek u lékaře

Televize • Snídaně s Novou (TV Nova) • 14. 10. 2024, 6:00

Vydavatel: TV Nova, s.r.o.

...Host: **Kateřina Javorská**...



44. CNN Prima NEWS: Polední zprávy

Televize • Polední zprávy (CNN Prima NEWS) • 14. 10. 2024, 12:00

Vydavatel: FTV Prima, spol. s r.o.

... U testovaných pacientů se pak nákaza koronavirem prokáže asi v polovině případů. V našem vysílání to uvedl lékař **Cyril Mucha**...

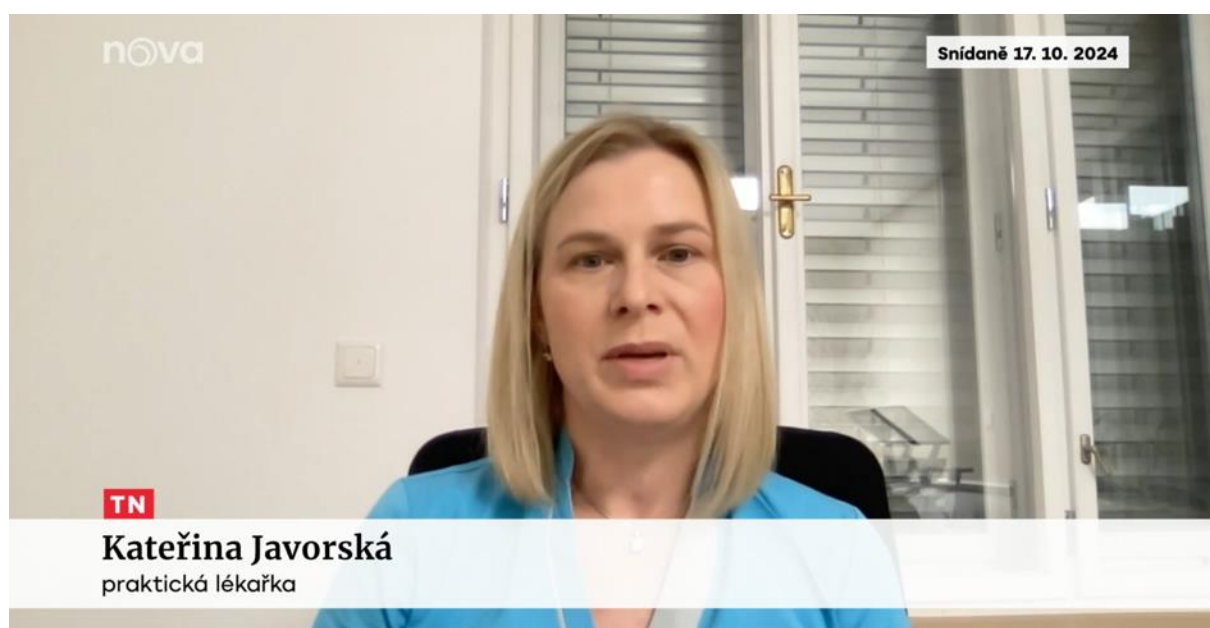


45. Češi zanedbávají preventivní péči

Televize • Polední Televizní noviny (TV Nova) • 17. 10. 2024, 12:00

Vydavatel: TV Nova s.r.o.

Odkaz: <https://tv.nova.cz/porad/poledni-televizni-noviny/video-epizoda/452205-17-10-2024>



46. Covid se šíří nejrychleji od ledna. Lékař popsal nebezpečnou podobnost s příznaky chřipky

Online • **cnn.iprima.cz** (Zprávy / Politika) • 14. 10. 2024, 15:00

Vydavatel: **FTV Prima, spol. s r.o.**

Odkaz: <https://cnn.iprima.cz/covid-se-siri-nejrychleji-od-ledna-lekar-popsal-nebezpecnou-podobnost-s-priznaky-chripky-450479>

...Rozdíl s chřipkou se podle příznaků rozeznává velmi těžce, upozornil pro CNN Prima NEWS praktický lékař **Cyril Mucha**. Doplnil, že u zhruba poloviny pacientů se podezření na covid prokáže. Zatímco na začátku září bylo nově nakažených covidem za týden skoro 3,5 tisíce lidí, na konci měsíce se jejich počet vyšplhal na více než 10,5 tisíce....

47. Syndrom smažené rýže

Televize • **HLAVNÍ ZPRÁVY** (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 14. 10. 2024, 19:24

Vydavatel: **FTV Prima, spol. s r.o.**

Moderátorka:

A rovnou navážeme. Už jste slyšeli o tom, že se můžete otrávit i obyčejnou rýží? Takzvaný syndrom smažené rýže totiž dokáže podle lékařů způsobit vážné zdravotní potíže. Za vše může její nevhodné skladování.

Reportérka:

Den stará rýže, raději vyhodit. Příběhy lidí, kteří se otrávilí uvařenou rýží, zaplavily internet.

Sociální sítě:

Tyto bakterie přežijí i bod varu, když rýži vaříte, příznaky otravy jsou příšerné.

Nevolnost, zvracení, průjem. Někdy je to jen nevolnost a zvracení, někdy je to jenom průjem.

Cyril MUCHA, praktický lékař:

Tam jsou takzvané spóry, takové konzervy těch bakterií, ony se nezničí tím varem, ale teprve potom, když jsou v tom příjemném teplém prostředí té uvažené rýže, pokud ta rýže je dlouho skladovaná, a pak je třeba ohřívána, tak se vlastně probudí.

Reportérka:

Že jste snědli jídlo nakažené touto bakterií, poznáte podle odborníků až šest hodin od konzumace. Někteří lékaři dokonce říkají, že tato otrava je jedna z nejhorších, se kterou se setkávají. V krajním případě může otrava podle odborníků skončit i smrtí, hlavně u lidí se sníženou imunitou. I v tomto případě je důležitá prevence. Důležité je dát dobře uloženou rýži třeba v krabici co nejdříve do lednice. Čím déle ji necháme venku při pokojové teplotě, tím pravděpodobnější je, že se tam tato zákeřná bakterie rozmnoží.

Pavel SUCHÁNEK, nutriční terapeut:

Vždy zachovávat teplotu, vlhkost, dodržovat oddělování jednotlivých potravin.

Reportérka:

Otrava totiž nehrozí jen od rýže.

Pavel SUCHÁNEK, nutriční terapeut:

Nejnáchylnější na různé druhy otrav a kontaminací je samozřejmě čerstvé maso, pečivo, můžou to být i třeba mléčné výrobky.

Anketa:

Dbáme na to skladování, aby bylo dobře skladované jídlo, které je uvažené den předtím, abychom je druhý den snědli hned.

Určitě do lednice, skladovat se to nesmí na teple, že jo.

To musí být, to je potom o nemoc.

Takový gulášek, tak ten si uvařím nadvakrát, natřikrát a dám si to do mrazáku. Nenechávám to při pokojové teplotě.

Reportérka:

Odborníci radí, i přestože jsou na otravy náchylná jídla dobře skladovaná, spotřebovat by se měla do druhého dne od přípravy.



48. Nenápadný zabiják v den starých pokrmech. Jak se projevuje syndrom smažené rýže?

Online • cnn.iprima.cz (Zprávy / Politika) • 15. 10. 2024, 18:34

Vydavatel: FTV Prima, spol. s r.o.

Odkaz: <https://cnn.iprima.cz/clanek-nenapadny-zabijak-skryty-v-den-starych-pokrmech-jak-se-projevuje-syndrom-smazene-ryze-450557>

...Za jejím rozšířením má stát salát z Itálie „Tam jsou takzvané konzervy bakterií, které se nezničí vařením,“ přiblížil pro CNN Prima NEWS praktický lékař **Cyril Mucha**. „Když jsou v příjemném, teplém prostředí uvařené a následně ohřívány, tak se probudí,“ dodal. Příznaky otravy se mohou projevit až šest hodin po konzumaci zkažené rýže....

49. Češi zanedbávají preventivní péči. Každých 20 minut kvůli tomu zemře člověk

Online • tn.nova.cz (Zprávy / Politika) • 17. 10. 2024, 14:10

Vydavatel: TV Nova s.r.o.

Odkaz: <https://tn.nova.cz/zpravodajstvi/clanek/579017-cesi-zanedbavaji-preventivni-peci-kazdych-20-minut-kvuli-tomu-zemre-clovek>

...Jde zejména o kardiovaskulární onemocnění, pak jsou to nádorová onemocnění a samozřejmě infekční onemocnění, kterým lze pěkně předejít očkováním,“ řekla praktická lékařka **Kateřina Javorská**. Odborníci zjišťovali, co by pomohlo přesvědčit lidi k častější návštěvě lékaře. Pacienti prý upřednostňují hlavně časovou nenáročnost a jednoduchost....

50. Padělky e-cigaret na trhu

Televize • HLAVNÍ ZPRÁVY (CNN Prima NEWS + Prima televize) • 19. 10. 2024, 19:07

Vydavatel: FTV Prima, spol. s r.o.

Moderátorka:

A u e-cigaret ještě zůstaneme. Na český trh se dostaly padělky, které obsahují až desetkrát více nikotinu, než je bezpečná dávka. Místo dvou mililitrů tekutiny s nikotinem je v některých až dvacet.

Moderátor:

Podle lékařů je to pro zdraví velmi nebezpečné. Pozorně se proto podívejte na reportáž. Možná je máte doma. V oběhu byly několik měsíců.

Reportérka:

Jednorázové e-cigarety s pětadvaceti tisíci potahy za skvělou cenu. Pro porovnání, klasické mají jen kolem sedmi set. Takové nabídky mohli uživatelé takzvaných "vapů" jen těžko odolat. Na trhu se objevily padělané e-cigarety z Polska, Ameriky nebo Číny. Vzhledem k jejich škodlivosti byly ihned staženy z prodeje. Bezpečná dávka tekutiny s nikotinem dva mililitry, vapy na fotografiích obsahovaly až desetinásobek. Varovala před nimi i Evropská komise.

Neuvedeno:

Myslíme si, že to je individuální dovoz.

Marie VOLENÍKOVÁ, vedoucí oddělení hygieny předmětů běžného užívání Hygienické stanice Praha:

Tím, že ty výrobky nabízí čím dál tím více distributorů, případně nějakých nových dovozců, výrobců, tak samozřejmě ty případy jsou častější.

Reportérka:

Takové e-cigarety se k nám na trh dostávají opakovaně. Hygienici ze Zlínského kraje před nimi varovali už letos v březnu.

Celkový deklarovaný obsah nikotinu v jednom výrobku je 650 miligramů, což je asi šestnáctkrát vyšší hodnota než toxická dávka, při které se mohou u spotřebitele projevit vážné zdravotní potíže v důsledku intoxikace.

Reportérka:

Zvracení, nevolnost, kolaps. Nejčastější příznaky otravy nikotinem.

Eva KRÁLÍKOVÁ, vedoucí Centra pro závislé na tabáku 1. LF UK a VFN v Praze:

Závislost může vzniknout a docela často se setkáváme s tím, že ani naši pacienti vlastně nevědí, kolik nikotinu do sebe dostávají.

Cyril MUCHA, praktický lékař:

Dlouhodobé účinky, a to je teda na plíce, tak na kardiovaskulární systém. Zásadní problém těch elektronických cigaret je, že vlastně záleží na tom, nejenom co kouřím a také kde jsem to koupil.

Neuvedení:

Já kouřím už nějakou dobu, takže vesměs vím, co v tom je, znám složení, ale asi se vždycky neuvádí 100 procent toho obsahu, který v tom je. Protože by si to pak nikdo nekoupil, si myslím.

Věřím tomu, že by si každý měl zjišťovat, protože já vlastně během té doby, co jsem kouřil, tak jsem si zjišťoval, četl jsem si o tom a docela mě to odradilo.

Reportérka:

Kdo má takový padělek doma, měl by okamžitě jednat.

Robert HRDLÍČKA, prezident Komory elektronického vapování:

Vrátit tomu prodejci, případně teda obrátit se na ČOI, protože takové zboží na trhu nemá opravdu co dělat.

Reportérka:

Nejlepší je odhalit padělek už při nákupu, důsledně si přečíst složení a ověřit si, že má zboží kolek.



51. V Česku se v prodeji objevily nebezpečné padělky e-cigaret. Obsahují příliš mnoho nikotinu

Online • cnn.iprima.cz (Zprávy / Politika) • 19. 10. 2024, 21:53

Vydavatel: FTV Prima, spol. s r.o.

Odkaz: <https://cnn.iprima.cz/clanek-v-cesku-jsou-v-prodeji-nebezpecne-padelky-e-cigaret-zkontrolujte-si-ze-je-nemate-je-doma-451117>

...Zásadní problém elektronických cigaret je to, že nejde jen o to, co kouřím, ale i kde jsem to koupil," doplnil praktický lékař **Cyril Mucha**. Kdo má takový padělek doma, měl by okamžitě jednat. „Zboží reklamovat a obrátit se na ČOI...

52. Polední publicistika: Očkování proti covidu

Online • radiozurnal.rozhlas.cz (Zprávy / Politika) • 20. 10. 2024, 12:33

Vydavatel: ČESKÝ ROZHLAS • Rubrika: Hlavní zprávy – rozhovory

Odkaz: <https://radiozurnal.rozhlas.cz/poledni-publicistika-ockovani-proti-covidu-volby-v-moldavsku-kamery-na-jatkach-9336992>

...**Ludmila Bezdíčková**, praktická lékařka a členka výboru **Sdružení praktických lékařů**...

53. Snídaně: Změna času

Televize • Snídaně s Novou (TV Nova) • 25. 10. 2024, 6:00

Vydavatel: TV Nova, s.r.o.

...Host: **Cyril Mucha**...



54. Nový zákon má odpůrce

Televize • Televizní noviny (TV Nova) • 25. 10. 2024, 19:33

Vydavatel: TV Nova s.r.o.

Moderátorka:

Ne všichni vítají úpravy zbraňového zákona. Prodejci u dnes schválené novely vadí nejasnosti ohledně hlášení podezřelých nákupů, což podle nich může snadno vést ke zneužití nových pravidel. Lékaři se zase obávají, že plánovaný přístup k centrálnímu registru zbraní zbytečně naruší důvěru mezi nimi a pacienty.

Reportérka:

Od roku 2026 mají mít lékaři přístup k registru zbraní. Podle nich je to ale zbytečné. Stačím vědět, že má zbrojní průkaz. Naopak vítají plánovanou změnu povinných prohlídek u držitelů zbraní z 10 na pět let.

Cyril MUCHA, praktický lékař:

Těch 10 let za tu dobu se může změnit hodně, takže to si myslím, že správně. Ty další novely, zejména nahlížení do zbraňového registru, v to si nejsem jistý, že je, že je práce lékaře. Hlavně že to opravdu může narušit ten vztah důvěry mezi lékařem a pacientem.

Reportérka:

Prodejci zbraní zase nevědí, jak rozeznat podezřelý nákup, který mají brzy povinně hlásit.

Vladislava LEIŠOVÁ, jednatel prodejny zbraní a střelnice LERO:

Otázka jak každý asi vyhodnotíme ten konkrétní tu konkrétní situaci, jestli se jedná o nestandardní. Může se stát, že přijde jeden konkrétní zákazník a ten nákup může být podezřelý. Anebo přijde zákazník, bude skupovat pět zbraní najednou a podezřelý to není.

Jan SKALICKÝ, předseda, Asociace výrobců a prodejců zbraní a střeliva:

Záměr je odzbrojování obyvatelstva. Tato vláda sice měla ve svém programovém prohlášení jaksi závazek, že nebude krátkit žádná práva legálních držitelů zbraní, ale tato vláda je také známa tím, že prakticky poruší všechno.

Reportérka:

Pravomoci policie se také už za pár týdnů rozšíří. Budou moci zajistit zbraně v případě, že dostanou upozornění od orgánů veřejné moci, že držitel může představovat vážné nebezpečí. Orgány veřejné moci jsou přitom veřejné i státní instituce, obecní či justiční úřady, ministerstva, ale třeba i školy, školky, památkáři, Akademie věd nebo veterináři.

Vladislava LEIŠOVÁ, jednatel prodejny zbraní a střelnice LERO:

Může to být zneužito pro nějakou mstu anebo to naopak může být forma nějaké obrany zase té druhé strany, kdy je lepší vlastně ty zbraně zabavit.

Jan SKALICKÝ, předseda, Asociace výrobců a prodejců zbraní a střeliva:

Je tam útok na domovní svobodu. Je tam víceméně jeden návrh, který je protiústavní, který počítá s tím, že prakticky ke kterémukoliv občanovi, nejen k držiteli zbraně nebo zbrojního průkazu, bude moci vniknout policie a požadovat zbraň, kterou prakticky nemá. Domnívám se, že se jedná o politickou objednávku.

Jan ČERNÝ, právník:

Z mého pohledu by ta pravomoc státních orgánů v této oblasti neměla být příliš rozsáhlá a měla by být jasne vymezená. Každá možnost něco nebo někoho nahlásit může být samozřejmě zneužita někým, kdo je například mstivý.

Anketa:

Já myslím, že tady nic nepomůže ničemu. Takových bláznů, co prostě někde něco provedou, je vždycky mraky a tu zbraň si stejně seženou.

Asi nějaká přísnější kontrola třeba těch uživatelů zbraní určitě je na místě.

Reportérka:

Dnes schválenou novelu ještě musí projednat Senát a podepsat prezident. Nová pravidla budou účinná už 15 dnů poté, co bude novela vyhlášena ve Sbírce zákonů. Poslanci chtějí, aby byl její start co nejrychlejší.



55. ČRo Ostrava: Zprávy v 9

Rozhlas • ČRo Ostrava – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 29. 10. 2024, 9:00

Vydavatel: ČESKÝ ROZHLAS

...Nepoctiví obchodníci, tzv. šmejdi, mohou nabízet naprosto neuvěřitelné věci, od nějakých léčebných přípravků až přes například nějaké technické vymoženosti. S čím jste se třeba setkali? Tak my se setkáváme s různými amulety, talismany apod., které mají třeba léčit určitá onemocnění, čistit auru či právě těmi zmíněnými zařízeními. Od nich si slibují spotřebitelé, že sníží razantním způsobem jejich spotřebu elektrické energie nebo že jim třeba vyčistí vodu. Typickým příkladem je tzv. fén na vodu, který z běžné kohoutkové vody udělá vodu studánkovou. Pokud nefunguje nějaký přístroj, tak se celkem nic neděje. Přišli jsme nejspíš o nějaké peníze, ale když jde o naše zdraví, tam může jít do tuhého. Co když třeba tvrdí, že jejich přípravky jsou lepší alternativou než léky, které nám předepsal lékař? To by okamžitě měl naskočit takový červený prapor každému, protože jestliže někdo, kdo není vzděláním lékař, nabízí nějakou alternativu standardní léčbě, kterou dostal člověk od svého praktika nebo i specialisty, tak nutně to znamená, že je něco podezřelého, říká praktická lékařka [Ludmila Bezdíčková](#). A takový člověk by se měl zamyslet, odmítnout samozřejmě tuto nabídku a minimálně chtít to zkontrolovat s tím svým lékařem anebo se svojí rodinou. Oni se nebojí použít i třeba nějakých rádobý výzkumů, certifikátů a podobných

propriet, kterými se snaží dokázat, že ten výrobek má prokazatelné účinky. Bohužel často tyto studie, jak oni je nazývají, nebo ty certifikáty nemají valnou vypovídající hodnotu. Zkrátka si je často ti prodejci vypracovali sami. Říká Jan Šůra z právního oddělení spotřebitelské organizace dTest...

56. ČRo Sever: Dopolodní expres

Rozhlas • ČRo Sever – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 29. 10. 2024, 11:45

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Nepoctiví obchodníci, tzv. šmejdi, mohou nabízet naprosto neuvěřitelné věci, od nějakých léčebných přípravků až přes například nějaké technické vymoženosti. S čím jste se třeba setkali? Tak my se setkáváme s různými amulety, talismany apod., které mají třeba léčit určitá onemocnění, čistit auru či právě těmi zmíněnými zařízeními. Od nich si slibují spotřebitelé, že sníží razantním způsobem jejich spotřebu elektrické energie nebo že jim třeba vyčistí vodu. Typickým příkladem je tzv. fén na vodu, který z běžné kohoutkové vody udělá vodu studánkovou. Pokud nefunguje nějaký přístroj, tak se celkem nic neděje. Přišli jsme nejspíš o nějaké peníze, ale když jde o naše zdraví, tam může jít do tuhého. Co když třeba tvrdí, že jejich přípravky jsou lepší alternativou než léky, které nám předepsal lékař? To by okamžitě měl naskočit takový červený prapor každému, protože jestliže někdo, kdo není vzděláním lékař, nabízí nějakou alternativu standardní léčbě, kterou dostal člověk od svého praktika nebo i specialisty, tak nutně to znamená, že je něco podezřelého, říká praktická lékařka **Ludmila Bezdíčková**. A takový člověk by se měl zamyslet, odmítnout samozřejmě tuto nabídku a minimálně chtít to zkontrolovat s tím svým lékařem anebo se svojí rodinou. Oni se nebojí použít i třeba nějakých rádoby výzkumů, certifikátů a podobných propriet, kterými se snaží dokázat, že ten výrobek má prokazatelné účinky. Bohužel často tyto studie, jak oni je nazývají, nebo ty certifikáty nemají valnou vypovídající hodnotu. Zkrátka si je často ti prodejci vypracovali sami. Říká Jan Šůra z právního oddělení spotřebitelské organizace dTest...

57. ČRo Ostrava: Zprávy v 15

Rozhlas • ČRo Ostrava – Zprávy (Český rozhlas – regiony) • 29. 10. 2024, 15:00

Vydavatel: **ČESKÝ ROZHLAS**

...Nepoctiví obchodníci, tzv. šmejdi, mohou nabízet naprosto neuvěřitelné věci, od nějakých léčebných přípravků až přes například nějaké technické vymoženosti. S čím jste se třeba setkali? Tak my se setkáváme s různými amulety, talismany apod., které mají třeba léčit určitá onemocnění, čistit auru či právě těmi zmíněnými zařízeními. Od nich si slibují spotřebitelé, že sníží razantním způsobem jejich spotřebu elektrické energie nebo že jim třeba vyčistí vodu. Typickým příkladem je tzv. fén na vodu, který z běžné kohoutkové vody udělá vodu studánkovou. Pokud nefunguje nějaký přístroj, tak se celkem nic neděje. Přišli jsme nejspíš o nějaké peníze, ale když jde o naše zdraví, tam může jít do tuhého. Co když třeba tvrdí, že jejich přípravky jsou lepší alternativou než léky, které nám předepsal lékař? To by okamžitě měl naskočit takový červený prapor každému, protože jestliže někdo, kdo není vzděláním lékař, nabízí nějakou alternativu standardní léčbě, kterou dostal člověk od svého praktika nebo i specialisty, tak nutně to znamená, že je něco podezřelého, říká praktická lékařka **Ludmila Bezdíčková**. A takový člověk by se měl zamyslet, odmítnout samozřejmě tuto nabídku a minimálně chtít to zkontrolovat s tím svým lékařem anebo se svojí rodinou. Oni se nebojí použít i třeba nějakých rádoby výzkumů, certifikátů a podobných propriet, kterými se snaží dokázat, že ten výrobek má prokazatelné účinky. Bohužel často tyto studie, jak oni je nazývají, nebo ty certifikáty nemají valnou vypovídající hodnotu. Zkrátka si je často ti prodejci vypracovali sami. Říká Jan Šůra z právního oddělení spotřebitelské organizace dTest...

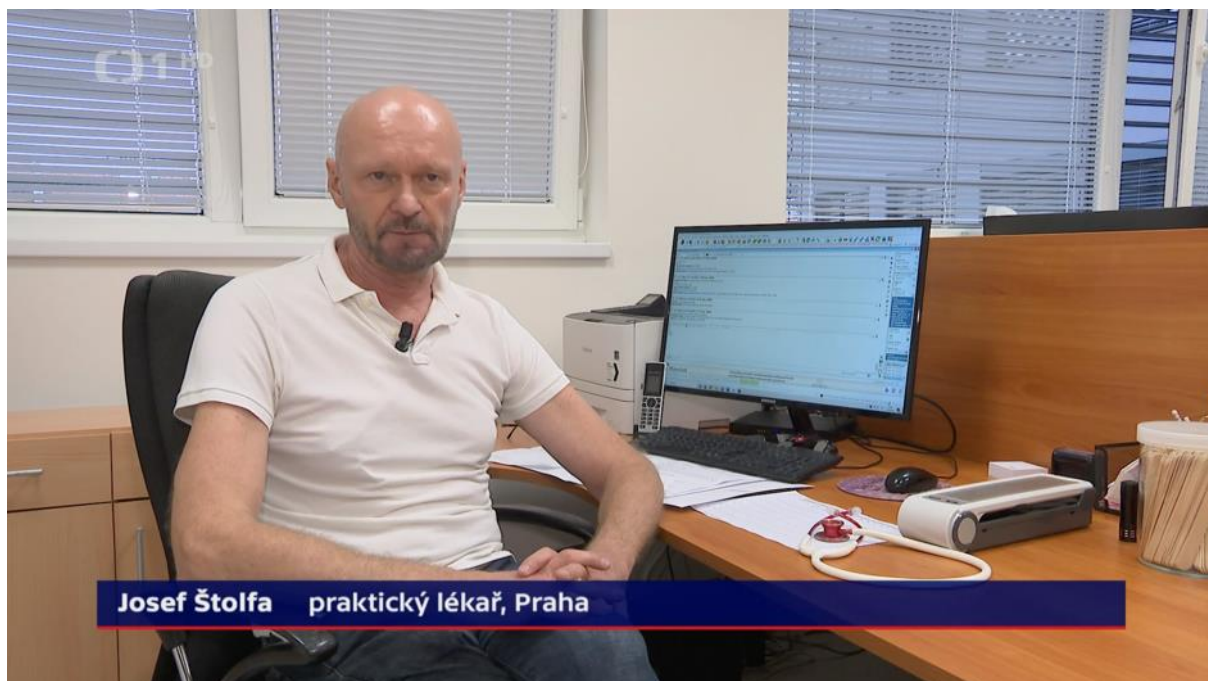
58. Více peněz na podporu prevence

Televize • Události (ČT1) • 30. 10. 2024, 19:28

Vydavatel: **ČESKÁ TELEVIZE**

Odkaz: <https://www.ceskatelevize.cz/porady/1097181328-udalosti/224411000101030/cast/1076305/>

...**Josef Štolfa**, praktický lékař: Ve srovnání s lety před covidem, je určitě nárůst, ten pozoruji...



Josef Štolfa praktický lékař, Praha

59. Nakažených covidem přibývá. Odborníci doporučují další dávku

Online • seznamzpravy.cz (Zprávy / Politika) • 3. 10. 2024, 16:30

Vydavatel: Seznam.cz, a.s.

Odkaz: <https://www.seznamzpravy.cz/clanek/koronavirus-lidi-nakazenych-covidem-pribyva-261896>

...Průběh a příznaky u tohoto onemocnění jsou podle praktické lékařky **Ludmily Bezdíčkové** podobné jako u ostatních respiračních onemocnění. „Lidé si více všímají nevolnosti a třeba i bolesti břicha hlavně u dětí. Dále pak bolest svalů a kloubů, kašel nebo rýma, únava, horečka...”

Seznam Zprávy

ZPRÁVY BYZNYS MAGAZÍN POD

ÚVOD DOMÁCÍ VOLBY KAUZY SVĚT KLIMA NÁZORY TECH



Všechny ceny skončily u popelnic, vzpomíná Bára Basiková



Výjimka, která ukazuje, že i stát umí zvládnout digitalizaci



Hydrolog říká, proč deště ve Španělsku tak zabíjely a čím se lišily od Jeseníků



Miliardáři zaplatili projekt, podle kterého lze zachránit most pod...

Zprávy » Koronavirus » Nakažených covidem přibývá. Odborníci doporučují další...

Nakažených covidem přibývá. Odborníci doporučují další dávku



ŠÁRKA TOMEČKOVÁ

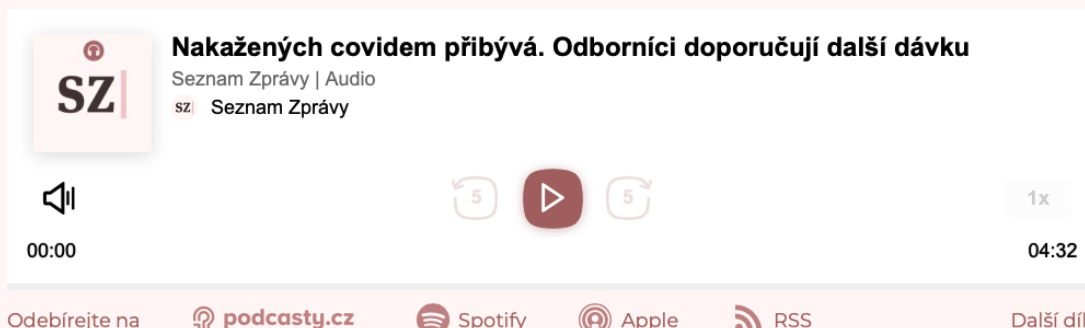
+ sledovat 14



1039



S podzimem se vrátil covid. Lidé by ale podle odborníka vůči koronaviru měli být více odolní. Ohrožené skupiny však stále existují. Ministerstvo proto doporučuje další dávku vakcíny.



Článek si také můžete poslechnout v audioverzi.

Od začátku září se počet nakažených zvýšil až trojnásobně. Podle imunologa Václava Hořejšího je zatím všechno pod kontrolou. Odborníci doporučují další dávku vakcíny, hlavně pro rizikové skupiny nebo třeba učitele ve školách.

Poslední zářijové pondělí byl denní nárůst nakažených lidí koronavirem 1923. Pro porovnání, 2. září, tedy první pondělí v září, bylo krajskými hygienickými stanicemi a laboratořemi zaznamenáno 603 případů. „Je možné, že počet bude ještě stoupat, ale důležité je, kolik bude těch závažných případů, a to zatím nějak špatně nevypadá,“ vysvětlil Hořejší.

Ke 3. říjnu je hospitalizovaných 345 pacientů a na jednotce intenzivní péče jich je 18, ukazují data Ministerstva zdravotnictví. „U nás máme zhruba třináct pacientů, z toho pět až sedm z nich leží na klinice infekčních chorob,“ uvedl mluvčí fakultní nemocnice v Brně Pavel Žára.

Ve fakultní nemocnici v Praze je sedm pacientů s covidem. Většinou jde stejně jako v Brně o starší lidi. Nejvíce případů podle mluvčí Marie Heřmánkové přibýlo, stejně jako u jiných respiračních onemocnění, s příchodem podzimního počasí.

Situace je podle Hořejšího stejná, jako když začíná běžná chřipková epidemie a nejde proto o mimořádnou situaci. „Rozhodně neočekávám, že bude něco jako na začátku pandemie, protože teď se virus pohybuje úplně v jiné populaci, než tomu bylo tenkrát,“ řekl.

Podle něj se prakticky každý už nějakým způsobem dostal do styku s virem a spousta lidí je i očkovaných a populace je proto více odolná než v době, kdy se koronavirus objevil.

Průběh a příznaky u tohoto onemocnění jsou podle praktické lékařky Ludmily Bezdíčkové podobné jako u ostatních respiračních onemocnění. „Lidé si více všímají nevolnosti a třeba i bolesti břicha hlavně u dětí. Dále pak bolest svalů a kloubů, kašel nebo rýma, únava, horečka. Nejde to moc dobře rozlišit od ostatních respiračních onemocnění, kterých je taky hodně,“ zdůraznila lékařka.

Lidé se mnohem méně testují

Počet provedených PCR a antigenních testů podle dat ministerstva roste, přesto se podle Bezdíčkové lidé testují mnohem méně. „Většinu lidí už ani nenapadne, že by mohli mít covid, nejde to moc dobře rozlišit od ostatních respiračních onemocnění, kterých je taky hodně,“ uvedla lékařka.

Podle imunologa je infikovaných mnohem více, jen nejsou zachyceni testováním. Mnoho lidí prodělá nemoc bez příznaků nebo zkrátka nepředpokládají, že by mohlo jít o covid.

Mutace koronaviru se objevují stále nové. Podle Hořejšího je jich dokonce více, než si původně mysleli a vždy se prosazují tím, že jsou nakažlivější než ty původní. „Aktuálně se zatím neukazuje, že by byly závažnější než ostatní typy, častokrát jsou mnohem závažnější jiná respirační onemocnění,“ sdělil imunolog.

Rizikovou skupinou stále zůstávají například starší lidé nebo ti se sníženou imunitou. „Těmto lidem bych určitě doporučila, aby si dali tu další dávku vakcíny, sníží tak riziko onemocnění nebo alespoň těžšího průběhu,“ uvedla Bezdíčková.

Hořejší mimo to doporučuje běžné chování, jako při jakémkoli respiračním onemocnění. „Když na nás leze nějaké takové onemocnění, které by mohlo být covidem, tak to hlavně nepřecházet a nechodit mezi lidmi, abychom je nenakazili,“ apeluje.

Doporučení na očkování přichází z různých stran a upozorňuje na ně především Ministerstvo zdravotnictví nebo Státní zdravotnický ústav. Očkovacích míst v Česku je aktuálně 274 a podle ministra zdravotnictví Vlastimila Válka je na letošní sezonu připravených 700 tisíc dávek proti covidu-19 a 900 tisíc proti chřipce. „Přehled očkovacích míst nově zahrnuje i ordinace praktických lékařů, které poskytují vybrané očkování i neregistrovaným pacientům,“ řekl ministr.

60. Covid je aktuálně na vzestupu. Situace se bude ještě zhoršovat

Online • globe24.cz (Zprávy / Politika) • 14. 10. 2024, 10:32

Vydavatel: INCORP a.s.

Odkaz: <https://globe24.cz/domov/covid-je-aktualne-na-vzestupu-situace-se-bude-jeste-zhorsovat.x1yor8n6>

...Například v ordinaci **Ludmily Bezdíčkové** v Praze bylo tento týden naočkováno 140 lidí proti covidu a 110 proti chřipce. Lékaři varují, že současné případy covidu mohou mít příznaky podobné chřipce, včetně horečky, zimnice, bolestí svalů a suchého kašle....



SVĚTOVÉ ZPRÁVODAJSTVÍ

EKONOMICKÉ ZPRÁVODAJSTVÍ

SPOLEČNOST

Pondělí 14. října, Agáta

inčlánek

Covid je aktuálně na vzestupu. Situace se bude ještě zhoršovat

Libor Novák

14. října 2024 10:32

DOMOV

Sdílet
článek



Koronavírus SARS-CoV-2, ilustrační foto
Foto: Pixabay

SOUVISEJÍCÍ

- 10. října 2024 9:45
Covid opět na vzestupu. Jak se zachovat, pokud jste aktuálně nakaženi?
- 9. října 2024 20:39
Covidové tajemství Trumpa s Putinem. Jeden z nich nemluví pravdu
- 8. října 2024 19:16
Covid je aktuálně na vzestupu. Nakažených je nejvíc za rok
- 5. října 2024 18:16
Covid je aktuálně na vzestupu. Jak se mu bránit?
- 3. října 2024 17:34
Covid je opět na vzestupu. Počet nakažených roste, brzy se přidá i chřipka
- 3. října 2024 10:53
Covid ve víru fake news. Na Slovensku se kvůli hoaxům hovoří o zastavení očkování

reklama

Česká republika čelí rostoucímu počtu respiračních onemocnění, přičemž podle lékařů lze očekávat zhoršení situace v nadcházejících týdnech. V prvních říjnových dnech zaznamenali zdravotníci nejvyšší počet případů covidu-19 od začátku letošního roku. Podle hlavní hygieničky Barbory Mackové a šéfa Ústavu zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS) Ladislava Duška jde o předvídatelný sezónní nárůst, který přichází s podzimními měsíci. Uvedla to Česká televize.

V pondělí bylo v Česku evidováno více než 2000 pozitivních testů na covid-19, přičemž průměr se v posledních dnech pohybuje nad 1300 případy denně. Dušek upozorňuje, že skutečný počet nakažených je pravděpodobně mnohem vyšší, jelikož oficiální statistiky vycházejí pouze z testovaných osob. Odhaduje, že počet denně nakažených může dosáhnout až osmi tisíc lidí

Ministr zdravotnictví Vlastimil Válek (TOP 09) se sám nechal naočkovat proti oběma nemocem a ujistil veřejnost, že Česko má dostatek léků na covid. Podle Válka spotřeba těchto léků v posledních týdnech výrazně narůstá.

Nemocnice v celé zemi začínají vyčleňovat pokoje pro pacienty s covidem, zejména pro starší lidi a chronicky nemocné. Například ve Všeobecné fakultní nemocnici v Praze jsou hospitalizováni pacienti na neurologické, geriatrické a nefrologické klinice. Náměstkyně nemocnice Dita Svobodová připomíná, že současná situace se nedá srovnávat s pandemií, kdy bylo nutné vyčlenit celá oddělení.

reklama

Polovina z oslovených fakultních nemocnic hlásí nárůst počtu hospitalizovaných s covidovou infekcí, přičemž nejvíce pacientů je aktuálně ve Fakultní nemocnici Hradec Králové, Thomayerově nemocnici v Praze a Fakultní nemocnici Brno. Většina pacientů má lehký až středně těžký průběh nemoci.

Kvůli rostoucímu počtu respiračních onemocnění některé nemocnice přistupují k omezení návštěv. Nemocnice v Pelhřimově od čtvrtka omezila návštěvy na lůžkových odděleních, přičemž návštěvy jsou povoleny pouze u nevléčitelně nemocných pacientů. Thomayerova nemocnice v Praze rovněž dočasně omezila návštěvy.



Sdílejte



Sdílejte



Vstoupit do diskuze (0 příspěvků)

Témata: **koronavirus (coronavirus) COVID-19**

ODBORNÁ MÉDIA

61. Preskripční omezení L už praktikům nesvazuje ruce

Online • **tribune.cz** (Zdravotnictví / Medicína) • 3. 10. 2024, 2:13

Vydavatel: **MEDICAL TRIBUNE CZ, s.r.o.**

Odkaz: <https://www.tribune.cz/zdravotnictvi/preskripzni-omezeni-l-uz-praktikum-nesvazuje-ruce/>

...**Svatopluk Býma**, CSc., předseda **Společnosti všeobecného lékařství** ČLS JEP. Záměrem ministerstva zdravotnictví, proč ke zpřístupnění léků s omezením L pro praktiky došlo, bylo zvýšení dostupnosti zdravotních služeb pro pacienty....

MEDICAL TRIBUNE

● MEDICÍNA

● ZDRAVOTNICTVÍ

● KOMENTÁŘE

● KURZY ~

● SPECI

[Domů](#) • [Zdravotnictví](#) • Preskripční omezení L už praktikům nesvazuje...

Preskripční omezení L už praktikům nesvazuje ruce

5 minut čtení | 3. 10. 2024 | [ač](#) | Vyšlo v titulu [Medical Tribune](#)



Už třetím měsícem mohou praktičtí lékaři samostatně předepsat o tisícovku léků více než dosud. Po prvotních nejasnostech si zvykají na nové možnosti.

Od 1. července praktici pro dospělé a dětské praktičtí lékaři nemusejí mít písemné pověření k předpisu s úhradou ze zdravotního pojištění u léků s označením L, tedy u zhruba tisícovky léků napříč různými skupinami.

Po prvních týdnech, kdy mohli mít někteří lékaři nejasnosti, se už praxe usazuje. „Neevidujeme s tím aktuálně v praxi žádné problémy,“ řekl pro MT předseda Sdružení praktických lékařů ČR (SPL ČR) MUDr. Petr Šonka.

V prvních prázdninových týdnech se objevovaly otázky, které se týkaly neaktuálních informací v číselnících a ambulantním softwaru. Praktičtí lékaři také u léků, které mohou nově předepisovat, zjišťovali, zda nemají v oficiálním souhrnu údajů o léčivém přípravku nějaká specifická omezení, která by indikaci léku v podmínkách primární péče bránila.

Kromě toho souvisí s rozšiřováním kompetencí praktiků také vyjasnění nové spolupráce se specialisty. „Když se uvolňuje preskripce léků pro praktiky, neznamená to, že mají specialisté přenést preskripci pro své pacienty na jejich praktiky,“ upozorňuje Šonka. Praktický lékař předepisuje lék svým pacientům, které si troufá léčit ve své ordinaci. Má díky tomu možnost si u sebe nechat víc těch, kteří péči specialisty nepotřebují. Pokud ale je pacient dispenzarizován u specialisty, je pochopitelně i psaní receptů na specialistovi.

To se týká i dalších rozšiřování možností preskripce léků praktickými lékaři, které probíhají nebo se chystají.

Praktičtí lékaři mohou na úhradu zdravotní pojišťovny předepisovat léky s preskripčním omezením L na základě vyhlášky č. 199/2024 Sb., která novelizuje vyhlášku č. 376/2011 Sb., prováděcí vyhlášku k zákonu o veřejném zdravotním pojištění.

Léky s omezením L měli předtím v pravomoci předepisovat pouze odborní lékaři, kteří případně mohli preskripci na praktické lékaře delegovat. Praktičtí lékaři recept sice mohli napsat i bez delegování specialistou, ale pak by si léky musel pacient hradit sám.

V Česku je na trhu zhruba 5 800 léků na recept, z toho 4 100 je hrazených ze zdravotního pojištění. Preskripční omezení L mělo letos v květnu v rámci podmínek v základní úhradě 1 057 léčiv a 54 přípravků mělo preskripční omezení L jako podmínku další zvýšené úhrady.

Mezi nimi jsou inzuliny, antipsychotika, antiepileptika, léky na noční enurézu, pro léčbu Parkinsonovy choroby, antikoagulantia a další.

„Nikde v Evropě nemá obdoby, že by praktici mohli předepisovat pouze 50 procent léků dostupných na trhu. O změnu jsme usilovali desítky let. Odvahu uvolnit další léky pro praktické lékaře našel ale až ministr Vlastimil Válek,“ popsal při zavedení změn MUDr. Petr Šonka. „Výrazně to pomůže zejména v regionech, kde je špatná dostupnost specializované ambulantní péče. Usnadní to také léčbu pacientů v pobytových zařízeních sociálních služeb a seniorů na venkově. Ti mají přístup k lékům nejkomplikovanější,“ vysvětlil tehdy Šonka.

„Díky tomu zvýšíme komfort pacientů a zlepšíme péči o chronicky nemocné. Ulevíme také ambulantním specialistům, jejichž ordinace jsou na mnoha místech přetížené,“ ocenil změnu doc. MUDr. Svatopluk Býma, CSc., předseda Společnosti všeobecného lékařství ČLS JEP.

Záměrem ministerstva zdravotnictví, proč ke zpřístupnění léků s omezením L pro praktiky došlo, bylo zvýšení dostupnosti zdravotních služeb pro pacienty.

Symbol L jako takový nemizí, léky s tímto označením mohou s úhradou ze zdravotního pojištění nyní předepsat tři skupiny: lékaři uvedené specializace, jiný pověřený lékař nebo praktický lékař či praktický lékař pro děti a dorost. Lékaři jiných specializací, než jsou uvedeny u omezení L a než praktici, lék bez delegování předepsat nadále nemohou. Beze změny platí omezení E pro recept na úhradu zdravotního pojištění výhradně pro uvedené specializace, které ani nemohou preskripci delegovat.

Kromě preskripčních omezení může možnost lékaře předepsat konkrétní přípravek limitovat i informace v SPC. Tam může být vymezeno, jaké vyšetření musí předepsání předcházet nebo jaké zkušenosti či odbornost musí předepisující lékař mít, aby bylo podání léku odborně v pořádku a v souladu s jeho registrací.

Změny mohou mít vliv na skladbu předepisovaných léků u ambulantních specialistů, což by se mohlo projevit nárůstem dražší preskripce s rizikem překročení finančních limitů na předepsané léky, upozornila v připomínkovém řízení při projednávání novely vyhlášky Česká lékařská komora.

Všeobecná zdravotní pojišťovna prostřednictvím Unie zaměstnavatelských svazů při projednávání novely varovala, že ze zkušeností očekává při rozšíření spektra předepisujících poskytovatelů nárůst nákladů na tato léčiva.

Ministerstvo zdravotnictví ale očekává, že úprava nebude mít ekonomický dopad na veřejné zdravotní pojištění. Pacientů s indikací, kteří mají na lék nárok, totiž nijak nepřibude. „Úhrada léčivého přípravku v rámci terapie určitého onemocnění je v první řadě založena na naplnění indikačního omezení, nikoli na okolnosti specializace indikujícího lékaře, tudíž k nárůstu počtu indikovaných pacientů by nemělo docházet, tím pádem by ani neměly růst náklady na léčbu,“ uvedlo ministerstvo zdravotnictví.

Při projednávání změny se objevil i názor, že by praktičtí lékaři měli dostat k dispozici s úhradou ze zdravotního pojištění nejen léky s omezením L, ale že by se mělo co nejdříve zrušit i preskripční omezení E. U léků s omezením E je podmínkou úhrady ze zdravotního pojištění to, že recept vystaví specialista uvedené odbornosti, který nemůže předepisování ani delegovat na lékaře jiné odbornosti. Ministerstvo zdravotnictví o plošném rušení omezení E neuvažuje, podle něj je k němu důvodem účinnost a bezpečnost konkrétního léčivého přípravku.

Sdílejte článek



62. VIRY VÁS LETOS NEDOSTANOU!

Tisk • OnaDnes; str. 38, 39, 40 (Životní styl / Móda) • 21. 10. 2024

...viru, a to přímo v ordinaci nebo pomocí laboratorního vyšetření," vysvětluje praktický lékař **Bohumil Seifert**...

OnaDnes TÉMA

VIRY VÁS LETOS NEDOSTANOU!

Podzim je pastvou nejen pro oči. Barevný koberec pod nohama, co tak krásně šustí, podvečerní „zlaté hodinky“, jemně kořeněná vůně tlejícího listí... Pak ale kolem prolétne virus, a je rázem po idylce.

TEXT: ZDENKA SEKRETOVÁ



Také si každý rok opakujete, že letos vás žádné nachlazení neskolí, že tentokrát to ustojíte a dáte všem bacilům na frak? Pak ale jednoho dne pocítíte známé škrábání v krku a šimrání v nose, a je vám jasné, že je to tu zas. Nezoufejte, nejste v tom sami. Akutní virová infekce horních cest dýchacích nás zaskočí v průměru dvakrát až třikrát do roka (a děti ještě mnohem častěji). Respiračních nemocí řadí v tomto období hned několik. Víte, jak vypadá běžné nachlazení, jak se hlásí chřipka nebo jaké příznaky mohou poukazovat na covid?

„Nachlazení se může projevovat bolestmi hlavy, pálením až bolestmi v krku, pocitem ucpaného nosu a dráždění nosní sliznice, kýchaním, rýmou, popřípadě kašlem. Nachlazení většinou předchází rozvoji virového respiračního onemocnění, které se dále může projevit teplotami, bolestmi svalů a kloubů, celkovou nevolností či slabostí. U chřipky bývají více zřetelné celkové příznaky, covid-19 častěji provází ztráta čichu, chuti k jídlu nebo průjem. Podle příznaků však od sebe jednotlivá virová onemocnění nerozoznáváme. Proto – zvláště obávám-li se rizika komplikací, například u seniorů

či chronicky nemocných – provádíme testování na typ viru, a to přímo v ordinaci nebo pomocí laboratorního vyšetření,“ vysvětluje praktický lékař Bohumil Seifert.

POZOR, KOMU PODÁVÁTE RUKU

Zůstaňme nyní u běžného nachlazení. Jakkoli může na první pohled vypadat jako banalita, rozhodně byste ho neměli podceňovat. Čím dříve ho začnete řešit, tím lépe pro vás a lidi ve vašem okolí. Viry způsobující nachlazení se přenášejí formou kapénkové infekce (takže úplně stačí, když prohodíte pár slov s kolegou,

který kašle a kýchá), ale i tělesným kontaktem, třeba při podání ruky nebo obejmutí.

Nachlazení probíhá v několika fázích. Nejprve vás začne škrábat v krku a lechtat v nose, což může působit dojmem, že jde jen o malý „kosmetický nedostatek“. Škrábání se ovšem záhy změní v bolest a nevinné šmrání v rýmu jako trám. Případně se může objevit i teplota a nepříjemný kašel. Pár dní nato pak přichází závěrečná fáze, kdy se rýma zmírňuje, kašel pomalu ustává, teplota mizí a s ní i nachlazení. Celý tento proces trvá zpravidla týden až deset dní. Vaše imunita má zas navrch, jste z toho venku. Aby se však organismus plně zotavil, musíte mu vytvořit odpovídající podmínky, to znamená klid, teplo a dostatek spánku. Využít můžete také léky k potlačení příznaků. „Běžné nachlazení zvládnete pomocí volně dostupných léků z lékárny. K dispozici jsou nosní kapky, léky na snížení teploty, proti bolesti nebo léky proti kašli. Lékárníci vám poradí a doporučí vhodnou přípravku,“ podotýká Bohumil Seifert.

RYCHLOLÉČBA? ZAPOMEŇTE

Kromě zmíněných léků a režimových opatření můžete využít také různé přírodní prostředky. „Všichni v ordinaci doporučujeme čaj

JAK MŮŽEME CO NEJLÉPE PŘEDCHÁZET NACHLAZENÍ A VIRÓZÁM OBECNĚ?

Odpovídá praktický lékař Bohumil Seifert

Nachlazení lze předcházet opatrností a vhodnými opatřeními v situacích, kdy jsme vystaveni rizikovým klimatickým podmínkám – při venkovním pobytu a aktivitách v chladném prostředí nebo v klimatizovaných prostorách. Zato virózám se jen obtížně ubráníme, pokud se dostáváme do kontaktu s lidmi. Zde je možné riziko jen snižovat. A to jednak zdravým životním stylem, který zahrnuje pestrou stravu, dostatek spánku, nekuřáctví, vyhnutí se alkoholu, udržování fyzické kondice a psychické pohody. A také chováním, při kterém dodržujeme zásady, jako je správné mytí rukou, vyhýbáme se také kontaktu s nemocnými lidmi, jak jen to jde. Pravidla, která jsme si osvojili během epidemie covidu-19, je třeba si připomenout vždy, když se blíží období zvýšeného výskytu respiračních infekcí. Klíčové je pravidlo vzájemné ohleduplnosti. Cítím-li příznaky respirační infekce, udělám maximum pro to, abych neohrozil své okolí. Zůstanu doma, a pokud musím mezi lidi, tak s rouškou. Půjde-li to, vyhnu se také hromadným dopravním prostředkům. V případě potřeby pak budu nejlépe na dálku konzultovat situaci se svým praktickým lékařem.



OnaDnes TÉMA

s medem a citronem, někdo přísahá na zázvor, lipový květ, mátu, eukalyptus, islandský lišejník, sirup z černého bezu a podobně. Svou roli tu hrají rodinné tradice, individuální zkušenosti nebo i preference lékárníka, se kterým se radíte. Při nachlazení a virózách potřebuje organismus také dostatek tekutin, nejlépe v podobě teplých nápojů. Vhodné jsou vývary, třeba ze zeleninové nebo kuřecí. Tyto stavy obvykle provází nechutenství, přísun energie je tedy důležitý,“ zdůrazňuje lékař.

Zejména však vezměte v potaz skutečnost, že boj s nachlazením vyžaduje trochu času, a v žádném případě nespolehejte na různé „rychlozpůsoby“, které vás z toho údajně vysleknají přes noc. Tento spěch by se vám nemusel

v budoucnu vyplatit. Na druhou stranu není však nutné hned všeho nechat a uhánět k lékaři. „Nejen že to není nutné, ale není to ani vhodné. A to zvláště v období většího výskytu respiračních onemocnění, které právě začíná. Je to neohleduplné k ostatním. Lékař při nachlazení neumí doporučit žádné zázračné léky. Jestliže jste na pochybách, můžete s ordinací komunikovat na dálku, telefonicky nebo přes e-mail,“ doporučuje Bohumil Seifert.

PODCEŇTE VIRY, PŘIJDOU BAKTERIE

Sečteno a podtrženo, nachlazení není „prkotina“, se kterou můžete dál normálně fungovat, chodit do práce, ven mezi lidi... Uvědomte si, že virová nákaza organismus oslabí, což zvyšuje

riziko následné bakteriální infekce. Z obvyklého nachlazení se tak ve finále může vyklubat angína, ale také zánět průdušek, a v těch nejhorších případech dokonce i zápal plic. Infekce může rovněž napadnout vedlejší nosní dutiny a způsobit sinusitidu nebo proniknout do oblasti uší a vyvolat zánět středního ucha. Ten bývá v tomhle případě častější u dětí, může však postihnout i dospělé.

O tom, zda podlehneme nachlazení, rozhoduje v první řadě náš imunitní systém, ale také individuální dispozice zahrnující aktuální tělesný i duševní stav. „Obecně jsou k nachlazení náchylnější děti, senioři a chronicky nemocní. Horší průběh mají také kuřáci,“ dodává Bohumil Seifert. ● zdenka.sekretova@mafra.cz

63. HEPČÍ! A UŽ V TOM LÍTÁTE...

Tisk • Žena a život; str. 78, 79 (Životní styl / Móda) • 23. 10. 2024

...Proto – zvláště obáváme-li se rizika komplikací, například u seniorů či chronicky nemocných – provádíme testování na typ viru, a to přímo v ordinaci nebo pomocí laboratorního vyšetření,“ vysvětluje praktický lékař **Bohumil Seifert**...

SPECIÁL ŽENSKÉ ZDRAVÍ

HEPČÍ! A UŽ V TOM LÍTÁTE...

Podzim je pastvou nejen pro oči. Barevný koberec pod nohama, co tak krásně šustí, podvečerní „zlaté hodinky“, jemně kořeněná vůně tlejícího listí... Pak ale kolem prolétne virus, a je rázem po idylce.

Také si každý rok opakujete, že letos vás žádné nachlazení neskolí, že tentokrát to ustojíte a dáte všem bacilům na frak? Pak ale jednoho dne pocítíte známé škrábání v krku a šimrání v nose a je vám jasné, že je to tu zas. Nezoufejte, nejste v tom sami. Akutní virová infekce horních cest dýchacích nás zaskočí v průměru dvakrát až třikrát do roka (a děti ještě mnohem častěji). Respiračních nemocí řadí v tomto období hned několik. Víte, jak vypadá běžné nachlazení, jak se hlásí chřipka nebo jaké příznaky mohou poukazovat na covid?

„Nachlazení se může projevovat bolestmi hlavy, pálením až bolestmi v krku, pocitem ucpaného nosu a dráždění nosní sliznice, kýcháním, rýmou, popřípadě kašlem. Nachlazení většinou předchází rozvoji virového respiračního onemocnění, které se dále může projevit teplotami, bolestmi svalů a kloubů, celkovou nevolností či slabostí. U chřipky bývají více zřetelné celkové příznaky, covid-19 častěji provází ztráta chuti, chuti k jídlu nebo průjem. Podle příznaků však od sebe jednotlivá virová onemocnění nerozeznáme. Proto – zvláště obáváme-li se rizika komplikací, například u seniorů či chronicky nemocných – provádíme testování na typ viru, a to přímo v ordinaci nebo pomocí laboratorního vyšetření,“ vysvětluje praktický lékař Bohumil Seifert.

*Nachlazení probíhá
v několika fázích.
Nejprve vás začne
škrábat v hrdle a lechtat
v nose, což se záhy
změní v bolest v krku
a rýmu jako trám.*



POZOR, KOMU PODÁVÁTE RUKU

Zůstaňme nyní u běžného nachlazení. Jakkoli může na první pohled vypadat jako banalita, rozhodně byste ho neměli podceňovat. Čím dříve ho začnete řešit, tím lépe pro vás a lidi ve vašem okolí. Viry způsobující nachlazení se přenášejí formou kapénkové infekce (takže úplně stačí, když prohodíte pár slov s kolegou, který kašle a kýchá), ale i tělesným kontaktem, třeba při podání ruky nebo obejmutí.

Nachlazení probíhá v několika fázích. Nejprve vás začne škrábat v krku a lechtat v nose, což může působit dojmem, že jde jen o malý „kosmetický nedostatek“. Škrábání se ovšem záhy změní v bolest a nevinné šimrání v rýmu jako trám. Případně se může objevit i teplota a nepříjemný kašel. Pár dní nato pak přichází závěrečná fáze, kdy se rýma zmírní, kašel pomalu ustává, teplota mizí a s ní i nachlazení. Celý tento proces trvá zpravidla týden až deset dní. Vaše imunita má zas navrch, jste z toho venku. Aby



ODPOVÍDÁ
PRAKTICKÝ LÉKAŘ
doc. MUDr. BOHUMIL
SEIFERT, Ph.D.

JAK MŮŽEME CO NEJLÉPE PŘEDCHÁZET NACHLAZENÍ A VIRÓZÁM OBECNĚ?

se však organismus plně zotavil, musíte mu vytvořit odpovídající podmínky, to znamená klid, teplo a dostatek spánku. Využít můžete také léky k potlačení příznaků. „Běžné nachlazení zvládnete pomocí volně dostupných léků z lékárny. K dispozici jsou nosní kapky, léky na snížení teploty, proti bolesti nebo léky proti kašli. Lékárníci vám poradí a doporučí vhodné přípravky,“ podotýká Bohumil Seifert.

RYCHLOLÉČBA? ZAPOMEŇTE

Kromě zmíněných léků a režimových opatření můžete využít také různé přírodní prostředky. „Všichni v ordinacích doporučujeme čaj s medem a citronem, někdo přísahá na zázvor, lipový květ, mátu, eukalyptus, islandský lišejník, sirup z černého bezu a podobně. Svou roli tu hrají rodinné tradice, individuální zkušenosti nebo i preference lékárníka, se kterým se radíte. Při nachlazení a virózách potřebuje organismus také dostatek tekutin, nejlépe v podobě teplých nápojů. Vhodné jsou vývary, třeba zeleninové nebo kuřecí. Tyto stavy obvykle provází nechutenství, přísun energie je tedy důležitý,“ zdůrazňuje lékař.

Zejména však vezměte v potaz skutečnost, že boj s nachlazením vyžaduje trochu času, a v žádném případě nespolehejte na různé „rychloupůsoby“, které vás z toho údajně vysekají přes noc. Tento spěch by se vám nemusel v budoucnu vyplatit. Na druhou stranu není však nutné hned všeho nechat a uhánět k lékaři. „Nejen že to není nutné, ale není to ani vhodné. A to zvláště v období většího výskytu respira-

„Nachlazení lze předcházet opatrností a vhodnými opatřeními v situacích, kdy jsme vystaveni rizikovým klimatickým podmínkám – při venkovním pobytu a aktivitách v chladném prostředí nebo v klimatizovaných prostorách. Zato virózám se jen obtížně ubráníme, pokud se dostáváme do kontaktu s lidmi. Zde je možné riziko jen snižovat. A to jednak zdravým životním stylem,

který zahrnuje pestrou stravu, dostatek spánku, nekuřáctví, vyhnutí se alkoholu, udržování fyzické kondice a psychické pohody. A jednak chováním, při kterém dodržujeme zásady, jako je správné mytí rukou, vyhýbáme se také kontaktu s nemocnými lidmi, jak jen to jde. Pravidla, která jsme si osvojili během epidemie covidu-19, je třeba si připomenout vždy, když se blíží období zvýšené-

ho výskytu respiračních infekcí. Klíčové je pravidlo vzájemné ohleduplnosti. Citím-li příznaky respirační infekce, udělám maximum pro to, abych neohrozil své okolí. Zůstanu doma, a pokud musím mezi lidmi, tak s rouškou. Půjde-li to, vyhnu se také hromadným dopravním prostředkům. V případě potřeby pak budu nejlépe na dálku konzultovat situaci se svým praktickým lékařem.“

ních onemocnění, které právě začíná. Je to neohleduplné k ostatním. Lékař při nachlazení neumí doporučit žádné zázračné léky. Jestliže jste na pochybách, můžete se ordinací komunikovat na dálku, telefonicky nebo přes e-mail,“ doporučuje Bohumil Seifert.

PODCENÍTE VIRY, PŘÍJDU BAKTERIE

Sečteno a podtrženo, nachlazení není „prkotina“, se kterou můžete dál normálně fungovat, chodit do práce, ven mezi lidmi... Uvědomte si, že virová nákaza organismus oslabí, což zvyšuje riziko následné bakteriální infekce. Z obvyčejného nachlazení se tak ve finále může vyklubat angína, ale také zánět průdušek, a v těch nejhorších případech dokonce i zápal plic. Infekce může rovněž napadnout vedlejší nosní dutiny a způsobit sinusitidu nebo proniknout do oblasti uší a vyvolat zánět středního ucha. Ten bývá v tomto případě častější u dětí, může však postihnout i dospělé.

O tom, zda podlehneme nachlazení, rozhoduje v první řadě náš imunitní systém, ale také individuální dispozice zahrnující aktuální tělesný i duševní stav. „Obecně jsou k nachlazení náchylnější děti, senioři a chronicky nemocní. Horší průběh mají také kuřáci,“ dodává Bohumil Seifert. ■

ZDENKA SEKRETOVÁ

64. Zapomínáte pít? Koledujete si o zdravotní problémy. Noste s sebou lahev a udělejte si z pití rituál

Online • **prozeny.cz** (Životní styl / Móda) • 27. 10. 2024, 5:00

Vydavatel: **Seznam.cz, a.s.**

Odkaz: <https://www.prozeny.cz/clanek/zdravi-jak-jednoduse-zvysit-pitny-rezim-96567>

...Kromě toho, že pořádně nezaženou žízeň, v nich člověk přijímá velké množství kalorií,“ říká doktorka **Kateřina Javorská** ze **Společnosti všeobecného lékařství ČLS JEP**. Koupit si můžete i ovocné tablety do vody bez cukru, které dodají vodě chuť a neobsahují žádné kalorie....

 **PROŽENY**

VIP Krása a móda Zdraví Životní styl Recep

 Nemoci

 Příznaky

 Vyšetření

 Psychika

 Těhotenství

 Příbalové letáky

 Očkování

DĚTSKÉ NEMOCI

KALORICKÉ TABULKY

ZDRAVOTNÍ KALKULAČKY

Prozeny.cz • Zdraví • Zapomínáte pít? Koledujete si o zdravotní problémy. Noste s sebou lahev a udělejte si z pití

Zapomínáte pít? Koledujete si o zdravotní problémy. Noste s sebou lahev a udělejte si z pití rituál





Foto: Lalandrew, Shutterstock.com



TEREZA ŠEVČÍK DUSOVÁ

+ sledovat



DNES 27. 10., 5:00

„Musíš hodně pít!“ To je věta, kterou jistě slyšel od maminky snad každý, jako lék na všechno — bolest hlavy, únavu, škytavku i kocovinu. Myšlena je pochopitelně čistá voda. To se ale lépe řekne, než udělá. Řiďte se našimi tipy a zvyšte si pitný režim.

Nedostatek tekutin může způsobit nejen zdravotní problém. **Dehydratace** nastupuje rychle a v některých případech vede až k selhání organismu. V lepším případě „jen“ k **vráskám** nebo **bolesti hlavy**. Potřeba tekutin je individuální, ale základem je pít dřív, než máte žízeň, tedy v průběhu celého dne. Jak se to naučit?



KRÁSA • 23. 10. 2024

Proč někdo stárne rychleji? Geny nejsou všechno! Věda dokázala, že správná péče je dokáže přelstít

Večerní a ranní rituál

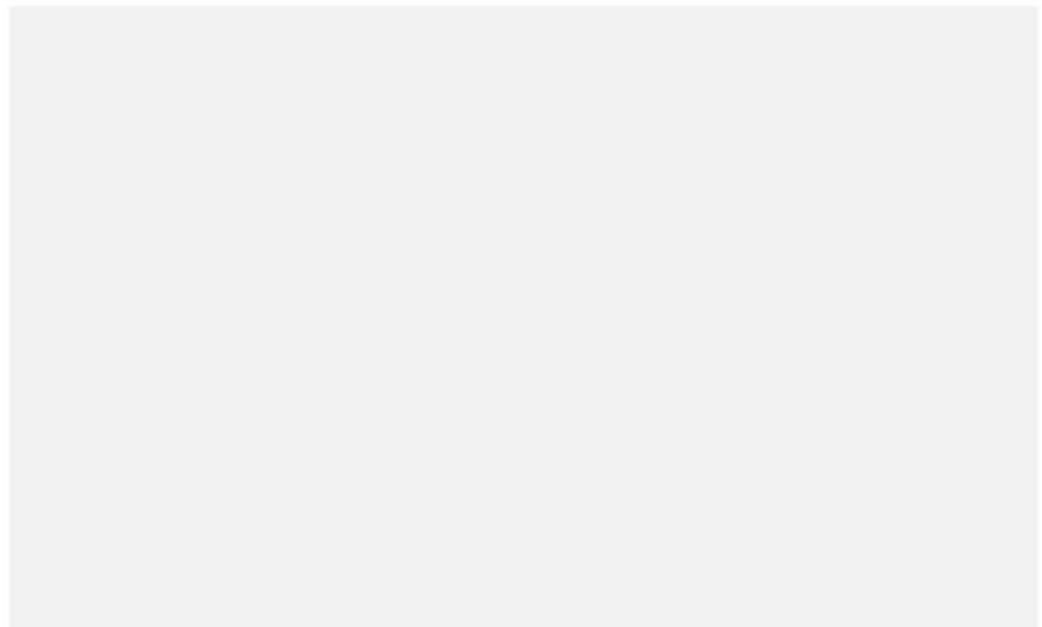
Jedinou možností jak zařadit pití do běžného programu, je **nosit u sebe stále lahev**. Vzhledem k tomu, že ve většině městech je pitná kohoutková voda, není problém si ji kdekoli doplnit. Pokud ale přece jen bojujete s její čistotou, pořídte si lahvičku s filtračním nástavcem.

Problém může nastat po návratu domů, kdy vám doplnění tekutin nebude připomínat tíha kabelky. Každý večer si vedle kávovaru připravte vysokou (300 ml) sklenici, do které si po probuzení napustíte vodu. Večer si na noční stolek připravte

menší sklenici o velikosti zhruba 100 ml, a tu před usnutím vypijete. Stane se z toho stejná rutina jako třeba **čistění zubů**.

Co pít při sportu

V létě byla většina lidí líná chodit do **posilovny** nebo na cvičební lekce. Teď se mince obrací. A co teprve po Novém roce, až **tělocvičny zaplní „ledňáčky“**. Ve chvílích, kdy se víc potíte, je dobré vyměnit kohoutkovou vodu za minerálku nebo ovocnou šťávu. „Když se člověk potí, pro tělo to znamená ztrátu důležitých elektrolytů (sodík, draslík, magnezium). Doporučuji proto zařadit do pitného režimu také **elektrolytové nápoje**,“ uvádí nutriční terapeutka Kristýna Kubíková z české firmy doplňků stravy a přírodní kosmetiky Blendea.



Během cvičení pijte iontové nápoje, obsahují sodík, draslík, vápník, hořčík • Foto: PeopleImages.com - Yuri A, Shutterstock.com

ŽIVOTNÍ STYL • 28. 8. 2024

Pít jen obyčejnou vodu z kohoutku nestačí, chyběly by vám minerály: Pitný režim pod lupou

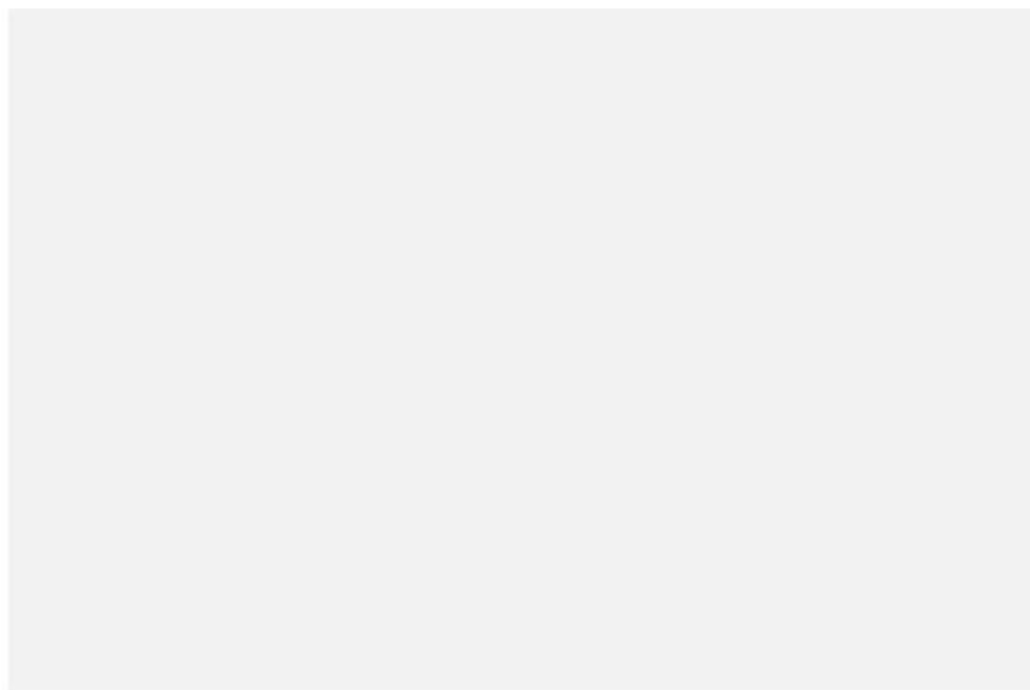
Voda se dá i jíst

Nejde o to zaplnit si břicho vodou a pak při každém kroku poslouchat „šplouchání“. Vodu můžete do těla dostat i potravinami. Skvělé jsou k tomuto účelu okurky, meloun, rajčata, salát, celer a **citrusové plody**. Ty ostatně můžete do vody i nakrájet a ochutit ji jimi.

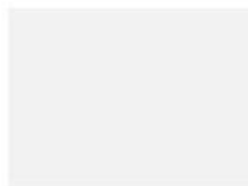
„Co bych ale rozhodně nedoporučovala, jsou slazené nápoje. Kromě toho, že pořádně nezaženou **žízeň**, v nich člověk přijímá velké množství kalorií,“ říká doktorka Kateřina Javorská ze Společnosti všeobecného lékařství ČLS JEP. Koupit si můžete i ovocné tablety do vody bez cukru, které dodají vodě chuť a neobsahují žádné kalorie.

Nepijte najednou, ale v průběhu celého dne

I když byste měli vypít 3,5 litru vody denně (průměrně je to 30 až 40 ml vody na kilogram hmotnosti), rozhodně není vhodné vypít všechno najednou večer, až když si vzpomenete, že jste celý den nepili. Důležité je pít průběžně. Pokud ale přesto na pití zapomínáte, využijte **chytrých zařízení** – nastavte si upozornění na mobilu. K dostání jsou i speciální lahve, jejichž víčko se každou hodinu rozsvítí, aby vás upozornilo, že je čas se napít.



Udělejte si z pití rituál a umístěte sklenici na kuchyňskou linku - připravenou na každé ráno • Foto: Lordn, Shutterstock.com



ŽIVOTNÍ STYL • 17. 6. 2024

Chytré hodinky. Jak poznat, že se vám jejich používání vymyká kontrole?

Lahev, která vám dělá radost

Může se to zdát jako banalita, ale když investujete do lahve, která se vám svým designem bude líbit, zapracuje psychika. Zkrátka ji budete chtít používat! Nebojte se proto investovat do dražší, například skleněné lahve, která vám při správné péči vydrží roky a bude vám dělat radost. Navíc tím přispějete i k **udržitelnosti**, když si nebudete každý den kupovat plastovou.

Ved'te si záznamy, kolik pijete

S pitím to funguje podobně jako při **sestavování jídelníčku**. Může se vám zdát, že toho jíte/pijete málo nebo hodně, ale když si alespoň dva dny zvládnete přesně zapisovat, co všechno jste snědli a vypili, výsledek bude překvapivý. Dejte si tu práci! Dost možná budete v šoku, že je to jen litr čisté vody, tři kávy a k tomu přehršle přeslazených nápojů.

PSYCHIKA • 24. 8. 2024

Káva každý den? Proč ne! Má pozitivní účinky na psychické zdraví, ale pozor na závislost

K alkoholu a kávě si dejte vždy vodu

Sychravé počasí láká k tomu vypít si **svařák** nebo si dát do čaje rum. V práci se zase zahřát kávou. Mějte ale na paměti, že alkoholické ani kofeinové nápoje nejsou pro doplnění tekutin vhodné. Naopak se jejich nadměrnou konzumací vystavujete riziku dehydratace. „Alkohol působí diureticky, tedy odvádí vodu z těla,“ říká Kateřina Javorská. Kristýna Kubíková dodává: „Pokud si ho přesto chcete dopřát, vždy ho doplňte dostatečným množstvím vody.“ To platí nejen pro alkohol, ale i pro kávu. Ne nadarmo dávají v kavárnách k **espressu** sklenici vody zdarma.

Může pití při jídle narušovat trávení? Pít, či nepít během jídla?

65. 5 důvodů, proč se vyplatí očkování proti chřipce

Tisk • Receptář; str. 76, 77 (Hobby / Populárně naučné) • 31. 10. 2024

...Neznamená to ale, že by se při současném podání reakce organismu sčítaly," říká praktická lékařka **Ludmila Bezdíčková**. Očekávat tak můžete některou z běžných reakcí těla na očkování – teplotu i horečku a bolest kloubů nebo svalů, především v místě aplikace očkování. Potíže ale obvykle netrvají déle než jeden den....

ZDRAVÍ | vakcinace



5 důvodů, proč se vyplatí očkování proti chřipce

Říkáte si, alespoň podvědomě, jak asi zvládnete letos sezonu kýchání a smrkání? Očkování s tím dokáže pořádně pomoci. A to hned z několika důvodů.

PŘIPRAVILA TEREZA PAVCOVÁ

Schválně si sáhněte do svědomí – nechali jste se v posledních letech očkovat proti chřipce? A máte to v plánu i letos? Je to jedno z těch očkování, která nechrání dlouhodobě. A ano, je trochu otrava chodit si pro injekci každý rok. Jenže pozitivní, která očkování proti chřipce přináší, tuhle otravnou část výrazně převažují. A to nejen ve vyšším věku.

Je to (skoro) zadarmo

To tedy platí jen pro některé skupiny obyvatel, ale celkem jich není zrovna

málo. Očkování hradí veřejné zdravotní pojištění každému, komu už bylo 65 let. Hrazené ho ale mají taky všichni chronicky nemocní pacienti a zdravotníci. Řada firem navíc nabízí sezonní očkování proti chřipce jako jeden z benefitů – čím je totiž kolektiv proočkovánější, tím méně hrozí rozšíření nemoci třeba v rámci jednoho pracoviště.



Zabere na (docela) dlouho

Chřipková sezona se odjakživa počítá od ledna – nebo ne? Ne. To jen v lednu se obvykle objeví nejvíc nemocných a tím pádem i vzroste riziko nakažení. Chřipka jako taková se ale objeví ve stejnou chvíli jako ostatní sezonní respirační choroby a celou sezonu chřipky odborníci počítají obvykle od prosince do března. Očkování je proto dobré naplánovat na říjen nebo listopad. Tak, abyste v době vrcholící sezony měli co nejvyšší protilátky, které se v těle tvoří asi dva týdny. Nenechte se ale ani zmást pocitem, že by tedy bylo lepší nechat se naočkovat dřív. Zvlášť v případě, že už vám je -át. „Stárnutí a s ním spojené změny imunitního systému mají totiž mimo jiné za následek i rychlejší vyvanutí imunity po očkování. Hladina protilátek jednoduše klesá v těle starších lidí rychleji,“ vysvětluje geriatrička Eva Topinková.

Nemusí být jedině

Až se budete objednávat na očkování, vzpomeňte si, že najednou nemusíte

FOTO: SHUTTERSTOCK

dostat jen to proti chřipce. Lékař může totiž přidat i očkování proti covidu-19 a od loňského roku i proti takzvaným RS virům. „Současné očkování vakcínami není rizikové a funguje dobře,“ popisuje Petr Šonka, předseda Sdružení praktických lékařů. „Očkování neodkládejte, vakcíny vás totiž spolehlivě ochrání až do jara.“

Má jen mírné vedlejší účinky

Bát se nemusíte ani silnějších vedlejších účinků. „Reakce na očkování se u obou vakcín samozřejmě objevit může. Neznamená to ale, že by se při součas-



ném podání reakce organismu sčítaly,“ říká praktická lékařka Ludmila Bezdičková. Očekávat tak můžete některou z běžných reakcí těla na očkování – teplotu i horečku a bolest kloubů nebo svalů, především v místě aplikace očkování. Potíže ale obvykle netrvají déle než jeden den. „Důležité je, aby byli lidé v momentě očkování úplně zdraví a neměli žádné příznaky respiračních onemocnění,“ dodává lékařka.

Opravdu funguje

Pořád jste na vážkách, jestli jít, nebo nejít? Třeba proto, že vám kdysi někdo řekl, že kmenů chřipky je velké množství a očkování proto nemůže pořádně fungovat. Říkali to koneckonců ještě před patnácti lety i sami lékaři. Od té doby se ale neustále zlepšuje schopnost vakcíny správně zkomponovat. „Vakcína proti chřipce se každoročně upravuje podle očekávaných mutací, takže i při zásadní změně viru bude stále chránit,“ říká Igor Karen, praktický lékař a místopředseda Společnosti veřejného lékařství. ■

Není to jen rýmička

Většina z nás má tendenci občas chřipku podceňovat. Už jen proto, že si někdy sami nejsme jistí, jestli je to, co nás právě trápí, chřipka nebo nějaká ošklivá viróza. Lékaři ale mají naprosto jasno. Chřipka není žádná legrace a očkování, které před ní chrání, je důležité zejména pro seniory a rizikové pacienty, například s obezitou, cukrovkou nebo plicními a kardiovaskulárními onemocněními. Odborníci ho doporučují i onkologicky nemocným a pacientům s roztroušenou sklerózou. Všem těmto skupinám osob totiž hrozí komplikovaný průběh chřipky nebo covidu-19, který může vést k hospitalizaci a v krajním případě i k úmrtí. Očkovat by se podle lékařů měli také mladší lidé – vakcíny totiž ochrání nejenom je, ale i seniory a rizikové osoby, s nimiž přicházejí do styku například při rodinných návštěvách.