

## ***Besedy pro zdraví***

Besedy pro zdraví je projekt osvětových přednášek a besed, který v základních a středních školách v celé ČR realizuje Agentura J.L.M. s podporou Všeobecné zdravotní pojišťovny ČR.

Přednášky *Obezita není náhoda* jsou určeny pro 4.-7. třídy základních škol, zahájeny byly v roce 2006, dosud (k 28.2. 2011) se uskutečnilo 347 přednášek s účastí 11 656 žáků. Mezi účastníky přednášek proběhly dosud 2 anonymní průzkumy zaměřené na zjišťování stravovacích, pitných a pohybových návyků dětí a jejich rodin. Průzkumů se zúčastnilo 1 433 žáků.

Během přednášek bylo přednášejícími lékaři dosud podchyceno a následně zařazeno do dispenzární péče nebo léčení 15 dětí s vysokým stupněm obezity.

Přednášky *Rakovina není náhoda* jsou určeny pro střední školy, zahájeny byly v lednu 2011, dosud se uskutečnilo 29 přednášek s účastí 1 807 studentů.

Agentura J.L.M. od roku 2000 realizuje s podporou společnosti ČEZ analogický projekt osvětových přednášek a besed *Energie – budoucnost lidstva* určený pro střední školy a pro 8. a 9. ročníky základních škol. Dosud se v celé ČR uskutečnilo 3 663 přednášek s účastí 141 036 studentů a žáků.

Přednášky a besedy *Energie – budoucnost lidstva* jsou realizovány také v Rakousku (dosud 43 přednášek s 2 269 účastníky) a Německu (dosud 14 přednášek s 851 účastníky).

Odborným garantem projektu *Obezita není náhoda* je

**prof. MUDr. Lidka Lisá, DrSc.**

profesorka pediatrie 2. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy Praha a  
Fakultní nemocnice Motol, členka výboru Endokrinologické společnosti  
ČLS JEP, členka vědecké rady Endokrinologického ústavu Praha, členka  
European Child Obesity Group, vedoucí redaktorka časopisu  
Československá pediatrie, autorka monografie *Obezita v dětském věku* a  
dalších více než 100 vědeckých sdělení.

Členy lektorského týmu *Obezita není náhoda* jsou

**prof. MUDr. Lidka Lisá, DrSc.**, 2. Lékařská fakulta UK a FN Motol

**prof. MUDr. Jana Pařízková, DrSc.**, Endokrinologický ústav Praha

**prim. MUDr. Ludmila Vašíčková**, Dětská léčebna Dr. Filipa, Poděbrady

**Mgr. Martin Forejt, Ph.D.**, Lékařská fakulta Masarykovy univerzity

**MUDr. Ulrika Barčáková**, Fakultní nemocnice Motol

**MUDr. Jakub Moravec**, Fakultní Thomayerova nemocnice

**MUDr. Miloš Melcher**, Lékařská fakulta UK, Hradec Králové

**MUDr. Svatoslava Machalová**, Nemocnice Břeclav

**Mgr. Erika Benická**, Dětská léčebna Mánes, Karlovy Vary

**MUDr. Libuše Němcová**, Dětská léčebna Dr. Filipa, Poděbrady

**MUDr. Věra Drozdová**, Dětská léčebna Dr. Filipa, Poděbrady

Odborným garantem projektu *Rakovina není náhoda* je

**doc. MUDr. Ladislav Horák, DrSc.**

docent chirurgie na chirurgické klinice 3. Lékařské fakulty UK a Fakultní nemocnice Královské Vinohrady, člen Evropské onkochirurgické společnosti, člen University of Colon and rectal surgeons, vicepresident Evropské laserové společnosti, předseda České společnosti pro využití laseru v medicíně.

Obsah přednášky *Rakovina není náhoda* schválil a realizaci projektu doporučil

**prof. MUDr. Jiří Vorlíček, CSc.**

profesor hematonekologie Lékařské fakulty Masarykovy univerzity v Brně, ředitel Masarykova onkologického ústavu, předseda České onkologické společnosti ČLS JEP, člen European Society of Medical Oncology a American Society for Blood and Marrow Transplantation

Členy lektorského týmu projektu *Rakovina není náhoda* jsou

**doc. MUDr. Ladislav Horák, DrSc.**, FN Královské Vinohrady, Praha

**Mgr. Martin Forejt, Ph.D.**, Lékařská fakulta Masarykovy univerzity

**MUDr. Vladimír Študent**, Lékařská fakulta UK, Hradec Králové

**MUDr. Jakub Moravec**, Fakultní Thomayerova nemocnice, Praha

**MUDr. Svatoslava Machalová**, Nemocnice Břeclav

**MUDr. Stanislav Wasserbauer**, Státní zdravotní ústav, Jihlava

**MUDr. Alena Židlická**, Krajská nemocnice Pardubice

**MUDr. Silvana Jakubalová**, Národní síť podpory zdraví, Olomouc

## **Cíl projektu *Rakovina není náhoda***

- 1) Dlouhodobě, plošně a systematicky poskytovat studentům středních škol informace o prevenci, vzniku a léčení nádorových onemocnění prezentované kompetentními a důvěryhodnými lidmi.
- 2) Působit na generaci, u níž je největší fyziologická šance dosáhnout preventivního efektu změnou negativních resp. osvojením si pozitivních návyků.
- 3) Prostřednictvím studentů přenášet do rodin informace o zásadním významu preventivních lékařských vyšetření, sledování varovných tělesných příznaků, samovyšetřování a využívání dalších preventivních metod a programů v oblasti onkologických onemocnění.

## **Východiska**

- 1) Hlavním problémem prevence (nejen onkologické) je způsob "přinutit" lidi, aby prevenci věnovali pozornost. Zvolená forma - besedy se středoškolskou mládeží - je prokazatelně efektivní a oslovuje lidi mezi 15 a 20 lety věku, kteří jsou dosud z různých důvodů většinou mimo dosah osvěty.
- 2) Z laického hlediska jsou mladí lidé mezi 15 – 20 lety ohroženi spíše drogami a alkoholem než onkologickými nemocemi. Odborníci nicméně potvrzují, že obě zmíněná rizika s riziky onkologickými do jisté míry souvisejí a navíc právě v tomto věku má člověk největší naději ovlivnit změnou či vytvořením svých návyků míru pozdějšího ohrožení rakovinou. Kromě toho sexuální zvyklosti v tomto věku významně ovlivňují pozdější výskyt některých ženských onkologických onemocnění.

## **Obsah**

Základní osnovu přednášky tvoří otázky:

- 1) Jak a proč vzniká rakovina?
- 2) Jaké jsou hlavní rizikové faktory?
- 3) Jaké jsou principy prevence onkologických onemocnění?
- 4) Kdo a proč v naší rodině je ohrožen nádorovým onemocněním?
- 5) Co můžeme dělat, abychom my sami ani naši blízcí neonemocněli?
- 6) Co bychom si měli všímat, abychom včas přišli k lékaři?
- 7) Co nás čeká, když přesto onemocníme?
- 8) Jak můžeme pomoci svým blízkým, když onemocní?

## **Rozsah a přínos projektu**

1) Měsíčně je možné organizovat až 10 - 15 přednášek pro 300 - 450 studentů v celé ČR. Během školního roku lze takto oslovit až 4 500 studentů a jejich prostřednictvím dalších až 15 000 členů jejich rodin.

2) Hlavní efekt besed spočívá

- v osobním kontaktu odborníka s relativně malými skupinami studentů
- v dlouhodobém a plošném působení
- v přenesení informací z besed na rodinné příslušníky
- ve zpětné vazbě tvořené výstupy z průzkumu mínění