



ICTUS o.p.s.

Pomáháme lidem po mozkové mrtvici



Vše, co tady píšeme, ukazuje, čeho všechno člověk může dosáhnout, když chce. Ať už se jedná o odborníka IT (www.ictus.cz), doktora medicíny (www.pomrtvici.cz), obchodníka na internetu (www.git.cz) nebo trampa (ictus-jbrixen.webnode.cz). Všichni se odrazili ode dna a žijí! Sice mají fyzické problémy, ale neživoří. Jak jeden z nich říká: „Díky za každé nové ráno!“

Bylo mi 21 let

Dobrý den, byl rok 2002 a mně 21 let. Pokuším Vám se popsat, jaké to je, když mladého člověka postihne cévní mozková příhoda.

Je pondělí 22. ledna 2002 a já se těším na děti do školky. Jako každé ráno jsem pospíchala do práce, na poslední chvíli jsem ještě venčila psa, příběhla jsem, slupla snídaň, obula boty a... Při obouvání jsem mámě říkala, že mi je nějak... a bohužel už jsem to nedořekla. Svezla jsem se k zemi, nemluvila, jen vnímala okolí. A pak už to šlo rychle.



Sanitka, záchranáři, nosítka... Ještě si pamatuji, jak jsem se mezi dveřmi setkala s tátou, který absolutně nevěděl, co se děje.

Odvezli mě do jedné nemocnice, to už jsem moc nevnímala, ale jedno vím určitě, ležela jsem tam na chodbě, nic se nedělo a po nějaké době (ze zprávy jsem vyčetla asi hodinu a půl dlouhou časovou prodlevu) mě opět naložili a odvezli do jiné nemocnice. Tam už jsem nevnímala vůbec, probírala jsem se až odpoledne a u postele byli všichni moji blízcí. Vůbec jsem nevěděla, kde jsem a co se mnou děje, nemohla jsem mluvit a byla jsem zmatená.

A příčiny? Prý jich bylo několik, ale hlavní roli hrála antikoncepce. Mám prý špatnou srážlivost krve, ale to by mi lékaři bývali zjistili testy, když mi předepisovali osudnou antikoncepci. Brala jsem ji přes tři roky a najednou se tělo „naštvalo“. Měla jsem ucpané 2 cévy v mozku, tudíž mozková příhoda.

Pokračování na www.ictus.cz

Honza a SEO

Na můj svátek jsem dostal mrtvici a dva týdny jsem ležel v kómatu. Když jsem byl převezen do ÚNV, přišel za mnou jeden člověk – Honza Dohnálek. Ještě jsem netušil, kdo to vůbec je, ale s mojí manželkou hovořil často. Pořádně jsem rehabilitoval v Kladru-bech, na Malvazinkách a hlavně v ÚVN. Jak jsem se uzdravoval, pochopil jsem, že Honza Dohnálek prožil totéž. Najednou jsem s ním začal jezdit na ozdravné pobyty – chodit do bazénu, na výlety, byl jsem na raftech, na laně jsme přelézali řeku...

Práci, kterou jsem dělal před mrtvicí, jsem opustil a začal hledal jinou. Ozval se kamarád Kamil Sévěček, abych se naučil SEO – nástroje pro optimalizaci webových stránek



pro internetové vyhledávače. Základy jsem nastudoval asi za pět měsíců v českém i anglickém jazyce a šel jsem do toho. V současné době se tomu intenzivně věnuji.

www.git.cz, info@git.cz

Naše pomoc

Lidi se mě často ptají, co mají dělat, že je nikdo nechce. V ten moment si vzpomenu na to, jak jsem opustil místo odborníka IT a šel jsem pomáhat lidem potřebným. Ten pocit, který mám, když se nám probevou a začnou znovu žít, je nenahraditelný. Vzpomínám na ty lidi a jejich osudy, ať to byl ředitel firmy, trenér golfu, babička, mladá žena, kteří se nakonec ocitnou na posteli s nehybnou půlkou těla. Těm pomáháme, já a lidi kolem mne. Vysvětluje-

me, že to nesmí vzdávat, že je to pouze na nich a na jejich vůli, jak to bude pokračovat. Ať se perou s osudem a nevzdávají to. A ten den mají jako svoje druhé narozeniny. A těm, kteří se mne často ptají, co mají dělat a že je nikdo nechce, rád vzkážu, pojď taky pomáhat.

Proto jsme se rozhodli, rozšířit naši činnost o Naše služby, například: pomocníci, terapeuti, maséři, půjčovna, přednášky.

www.helpus.cz, HelpUs@HelpUs.cz

Cévní mozková příhoda – CMP

Jsem jedním z těch, kteří tuto nemoc přežili, ale přes kterého prošla tam a zpátky a ještě si patou vykroužila důlek.

Následky mozkové příhody jsou těžké a neodvolatelné. Není snadné opět najít sebe sama, začít zase pro něco žít, něčeho se chytit. Já začal psát o ARO, o pobytu na JIP, na rehabilitačním. Kamarád a moje žena řekli: „Založ si stránky!“ Tak jsem to udělal a píšu na nich o CMP a o světě. Současném i minulém. O sobě i o Vás.

Vše najdete na této webové adrese: www.ictus-jbrixen.webnode.cz Kdyby potřeboval kdokoli cokoli a já mohl pomoci, pomůžu. Jsem s CMP ve válce už tři a půl roku. Pořád v první linii. Na stránkách je e-mailová adresa, ale tady ji uvedu taky:



havlicek44@seznam.cz. Telefon nemůžu – neslyším.

Tak se mějte. Jirka Brixen Havlíček

Více na www.ictus.cz



MUDr. Václav Lukáš

e-mail: dr@pomrtvici.cz

tel.: 739 544 507

Doktor pacientem

Poškození mozku: mrtvice, úraz, infekce, nádor, ... co dál?

Hledáte odpovědi, pomoc, chcete se orientovat v nové náhlé situaci? Na stránkách www.pomrtvici.cz, založených lékařem s osobní zkušeností, se můžete zorientovat v pomoci a dostat odpovědi na své otázky, rady, dozvědět se mnoho potřebného, diskutovat, kontakty, ...

Nedostatečná informovanost populace

Cévní mozková onemocnění patří mezi nejzávažnější choroby a stále mají, i přes velký pokrok v diagnostice a léčbě, vysokou invaliditu, ale i úmrtnost. Bohužel Česká republika patří mezi země s nejvyšším výskytem těchto onemocnění a ve srovnání se státy západní Evropy dosahuje největšího výskytu téměř o 10 let dříve, tzn. mezi 70 a 80 lety věku. Nejedná se ale pouze o onemocnění seniorů, výskyt stoupá u osob mladších, pracovní aktivních a u mladých žen v souvislosti s používáním hormonální antikoncepce. Nedostatečná pozornost je stále věnována rizikovým faktorům těchto onemocnění – nedostatečně léčenému vysokému krevnímu tlaku, cukrovce a poruchám srdečního rytmu. Stále existuje nedostatečná informovanost populace o zásadách postupu při vzniku těchto onemocnění. O úspěchu léčby, která se v posledních více než 10 letech kvalitativně změnila, rozhoduje čas. Nemocný se po vzniku prvních příznaků nemoci musí dostat do příslušné nemocnice do 3 hodin. Určitý čas je potom třeba ještě v nemocnici k upřesnění diagnózy a zahájení léčby. Edukace obyvatel by měla být zaměřena právě

na počáteční přednemocniční fázi onemocnění. Každý by měl vědět, že náhlá ložisková porucha funkce mozku – náhlá ztráta hybnosti, řeči, zraku, citlivosti, vznik závratě – vyžaduje rychlou zdravotnickou pomoc s transportem do nemocnice. V České republice byl vybudován třístupňový systém péče o cévní mozková onemocnění s tím, že v akutním období je nutný pobyt na iktové jednotce intenzivní péče. Vysoce náročnou intenzivní diagnostiku a léčbu poskytují Komplexní iktová centra vybudovaná prakticky ve všech krajských městech. Kromě náročné medikamentózní léčby je od počátku onemocnění nutná komplexní léčba rehabilitační zaměřená nejen na rehabilitaci postižených pohybových funkcí, ale i na rehabilitaci řeči (logopedická péče) a psychologickou pomoc. Je nesmírnou výhodou, když se nemocný po propuštění z ústavní léčby vrací do příznivého rodinného prostředí, když se např. může aktivně zapojit do činnosti občanských sdružení (ICTUS), když se i po prodělaném onemocnění vrátí do aktivního života s minimem nutných omezení.

MUDr. Elis

Test aneb Jak rychle poznat cévní mozkovou příhodu

Tvář	Požádejte nemocného, aby se usmál, zapískal a ukázal zuby. U člověka s iktem dochází k poklesu ústního koutku. Pokud se nemocný usměje, ústní koutky nebudou symetrické.
Ruce	Požádejte nemocného, aby natáhl ruce před sebe a otočil je dlaněmi dolů. Ochrnutá ruka obvykle rychle klesá.
Řeč	Požádejte pacienta, aby řekl jednoduchou větu, například: „Starého psa novým kouskům nenaučíš.“ Člověk s cévní mozkovou příhodou toho není schopen nebo bude slova komolít.

Tyto příznaky mohou být i jen krátkodobé a mohou odeznít do několika minut. I v těchto případech je však zcela nezbytné rychlé ošetření, neboť riziko vzniku následné závažné cévní mozkové příhody je velmi vysoké!