

Trojnásobná starost, trojnásobná radost

■ Příběh ze života rodiny Kantorových z Očihovce

Tento pátek oslaví Markétka, Anetka a Martínek Kantorovi čtyři měsíce. Rodiče Jana a Jaroslav se mají co ohánět. Zvláště, když si představíte, že maminku z porodnice vyzvedávali spolu s tatínkem ještě další tři děti Kantorových – čtrnáctiletá Jana, dvanáctiletý Jára a devítiletá Verunka.

Před pěti lety si manželé Kantorovi pořídili v Očihovci na úvěr domek, aby byli ve svém a aby jejich tři děti měly více prostoru. Když se dozvěděli, že je na cestě dítě čtvrté, řekli si -Kde jsou tři, najde se místo i pro čtvrtého,- a těšili se.

„V pátém týdnu těhotenství mi paní doktorka řekla, že bude jedno. Teprve ve třináctém týdnu jsem se dozvěděla, že budou tři. To bylo překvapení!“ - vzpomíná sedmatřicetiletá šestnásobná maminka. „Paní doktorka mi doporučila mosteckou porodnici, protože tam mají oddělení pro nedonošence. Toužebně jsem si přála, aby byli zdraví. Udělali mi krevnízkouškynna Downův syndrom a to mne dost uklidnilo. Nakonec se prckům zachtělo na svět o týden dříve, narodili se 16. října a 23. října měla Verča narozeniny. „Byl to ten největší dárek v mém životě!“ - ozývá se Veronika.

Jana je delší dobu v domácnosti, její dvačtyřicetiletý muž pracuje v zemědělské společnosti v Blšanech jako traktorista. „Práce plno. V březnu se rozjíždí sezona, moc času pro rodinu nemám, ale snažím se pomáhat, jak to jde,“ říká tatínek Jaroslav.

Těžko říct, či pracovní den je náročnější. „Já si píšu, kdy jsem koho kojila, abych věděla, co kdo potřebuje. Když se trojčata vzbudí ráno kolem šesté, musí nejdřív dostat kapičky železa, protože jsou anemická, a půl hodiny čekají, než mohou dostat mlíčko. Mezitím je přebalím, nakojím a jdou si na půlhodinky lehnout. Když se probudí,

hraju si s nimi, musím je zabavit do dalšího jídla. Snažím se kojit, ale už musím dokrmovat Nutrilonem, protože tolik mléka, aby se najedlo každé mimino dosyta, to bohužel nemám. Venku jsou denně 2 až 4 ho-



Dříve byly mezi českými lidmi velké rodiny běžné, dneska jsou hodny obdivu.

diny podle počasí. V noci také kojím – každý prcek se probudí dvakrát až třikrát, zkrátka je to práce 24 hodin denně,“ líčí průběh své pracovní doby maminka Jana.

A jak se kojí trojčata? „Jedno dostane z jednoho prsu, druhé z druhého, a kdo se vzbudí poslední, tak dostane zbytek a dokrm.“

O víkendů, když jsou všichni doma, si paní Jana dopřává trochu odpočinku: „Rodina jde s malými na procházku a já si konečně v klidu zdrímnu. Za noc naspím nejvýš tři hodiny. Starší děti samozřejmě potřebují taky svoji volnost, ale přiznávám, že se bez jejich pomoci neobejdu. Pomáhají s koupáním, oblékáním, přebalováním. Když prckové spí, jdou ven, ale stejně jsou stále v pohotovosti. Mám u sebe telefon, pro případ, že „spustí trio“ – tak říkáme situaci, když všichni tři brečí – to jeden člověk těžko zvládne. Jeden začne brečet a když ho do deseti minut neuklidníte, spustí další dva, a to i kdyby byli sytí a plení-

trilonu přijde na tři stovky a vystačí na osm dní.“

Náklady jsou vysoké. Například takový trojčárek běžně neseženete, ten se musel nechat dělat na zakázku. Výbava stála 63 tisíc korun, porodné, které činilo 79 tisíc, padlo celé na výlohy. Po narození trojčat přispěla zemědělská společnost Jaroslavi 10 000 korunami. Od obecního úřadu v Očihově dostalo každé dítě tisíc korun na knížku a jednorázový příspěvek 3 tisíce.

„Dostáváme sociální vyrovnávací dávky. Já si v zemědělství nevydělám tolik, abychom byli soběstační,“ přibližuje rodinný rozpočet Jaroslav. „A já jsem bez příjmů, protože jsem v domácnosti,“ vysvětluje Jana.

Za Kantorovými se vypravila i komerční televize. „Reportáž příměla úspěch. Nic ve zlém, ale myslím si, že Nova udělala dobrý byznys, přitáhla diváky. Chlapi v práci říkali, že nám televize zaplatila desítky tisíc za reportáž. A když jim po pravdě řeknu, že nic, tak nevěří. Jsme teď v situaci, kdy jsme vděční za každou pomoc. Ale víme, že v dnešní době se musíme spoléhat jen na sebe. Byli jsme se ptát i v různých firmách, zda by poskytli sponzorský dar, který by se odečetl z daní, ale nikdo na to neslyší,“ líčí Jaroslav tvrdou realitu. Půjčku na dům manželé splácejí dodnes. Znamená to hodně odříkání. „Jsme spolu skoro 20 let a zatím jsme spolu nikdy nebyli na dovolené. Každá koruna se musí třikrát obrátit. Máme zahradu, pěstujeme pro sebe zeleninu, rajské, okurky. Vyrkujeme prasátko, máme

10 slepic na vajíčka, králíky.“

Starší děti chodí do školy v Podbořanech. „Naštěstí zas začne jezdit autobus v půl osmé. Šest měsíců jsme jezdili před půl sedmou, protože školní spoj zrušili. Museli jsme vyrazet o hodinu dřív. Pak se sepsala petice a nakonec tu autobus bude stavět. To, že máme další tři sourozence, je v pohodě! Jsme šťastní, že přibylí do rodiny, hned je veselejší,“ přidává se nejstarší Jana, která v březnu oslaví patnáctiny. V létě

má zařízení kout na velké verandě sama pro sebe, jinak sdílí pokojík s Járou a Verčou.

Dokud trojčata potřebují neustálou péči, mají postýlky v ložnici s rodiči. „Potřebovali bychom baráček nafouknout. Když povyrosteou, bude třeba ohrádka, nemůžeme pustit po bytě všechny tři. Dalo by se udělat nějaké bydlení na půdě. Ale to až časem. Když jsme se nastěhovali, museli jsme udělat omítku, verandu, garáž. I náš staříček Golf ještě musí posloužit, na nové auto nemáme. Ale to nevádi, hlavně abychom byli zdraví...“, přemítá tatínek.

Starší děti mají mezi trojčaty své oblíbené. „Jaroušek má nejradši Martínka, je to pochopitelné. Holky jsou v přesile,“ směje se maminka. Zajímavé je, že jsou si všichni velmi podobní. Prohlížíme fotky z dětství. Tříměsíční Janička je kopií Markétky, Anetka jako by z oka vypadla Verče a kluci se taky podobají jako vejce vejci.

Vícero dětí v rodině Kantorových není nic neobvyklého. „Švagroví mají dvojčata - kluka a holku, u mě v rodině byla dvojčata u dědečka, z manželovy strany jsou dvojčata. Zaslechla jsem, že moje dávná sestřenice měla dvojčata dokonce třikrát za sebou. Těch dětí bylo v našich rodinách vřdycky hodně,“ přibližuje paní Jana. I Jaroslav pochází ze šesti dětí, jeho maminka z osmi. Ale trojčata, to tu snad ještě nebylo.

A co si rodiče přejí nejvíce? „Vychovávat naše děti tak, abychom se za ně nemuseli stydět.“

Připravila Alla Balkovská

Radikální techno ho osvobodilo od člověka

■ Vášovy fyzické kaligrafy, opera z Posedu a trans-latinská Genesis Historií svého „fyzického básnictví“ provedl lounské obecenstvo Petr Váša. Kdo ještě nikdy nebyl svědkem jeho vystoupení, k němu mohl přistupovat s jistou negativní předpojatostí. Proboha, co ten chlápek z Brna chce na pódiu dělat? Bez hudebního nástroje, na nějž by hrál, bez papíru, z něhož by četl? Nebude to jen rádo by umělecká exhibice pro snoby?

Přes toto jistě napětí přišla do kavárny Vrchlického divadla slušná návštěva a podle ohlasů byl velmi příjemně překvapena. Vášovi se totiž podařilo nenásilně propojit intelektuální komunikační experiment se skoro klaunskými výstupy – plnými hříček, výrazné mimiky pantomimy, modulace hlasu a smyslu pro humor. A ještě divák srozumitelně provedl patnácti lety tohoto žánru na pomezí poezie, pohybového divadla, akčního výtvarného umění a hudby.

V jeho raných pokusech ze začátku 90. let jako by se připravovala všechna pozdější vývojová stadia „poéms physiques“. Ze slov a těla budoval fyzické kaligrafy (jako např. při výstupu „Je naděje“) nebo se dotýkal až zpěvu a capella („sólo na

bezpražcovou baskytaru“). V druhém tvůrčím období začal omezovat konvenční slova. Zavzpomínal si na něj výstupem, při němž češtinu prokládal jakousi svahilštinou a až primitivními pazvuky, od divošských zaklínadel až po dětské žvatlání. To vše doplňoval bubnováním na židličku a luskáním prstů. „Vida Ovida!“ povzdechl si ironicky, ještě než představil svou nejradikálnější etapu.

V programu „Cirkus – chaos – minaret“ se už odhodlal zbavit všech jazykových konvencí a pokusil se o univerzální srozumitelnost. Nazákladní rytmus, třeba podupávání, nvlékal plejádu vrčení, skřeků a mlaskání. Toto „radikální techno“, jak to sám nazval, ho osvobodilo od „člověka“ a dovolilo mu objevovat svou

animální podstatu, třeba „kadenci“ obličejových masek z prstů.

Návrat k českému jazyku Váša demonstroval úryvky z vlastního operního libreta Lišák je lišák (nahrávka vyšla loni na CD pod značkou Ty syčáci). V kouzelném textu plném jazykolamů a řečových hříček spojil své předchozí zkušenosti. Proto tak věrně osobitou „přírodní lyrikou“ naimitoval zvuky lesa i s jeho vábením – „Les vábí: Vlez!“ a „Svleč pleš!“ A ještě dokázal „ruka-noha“ vykreslit závažné drama „člena mysliveckého sdružení, starého Poseda“.

Jako zatím své nejnovější dílo předvedl program „Tomvansong“. Vymyslel si pseudoesperanto, vlastní jazyk trans-latiny. Slovy z různých jazyků, zvuky

nebo jen shluky a výrazem hlásek se ponořil do biblické prehistorie či hlubin své duše. Například v kouzelném dialogu z „Rajské scény“: „Ave, Eva!“ „Huš, huš, Tyranosaurus rex!“ nebo v „Lamentu na rozladěnou starou loutnu“ zakončeném vlčím vytím.

Co taky zbývá jiného, když „luna-nula“? Ale není třeba propadat beznaději, vždyť slovy Poseda: „Bude kobře! Napařát!!“

Jan Vnouček (Petr Váša: 15 let fyzického básnictví, 7. února 2007, Vrchlického divadlo v Lounech)



Miroslav Blažek se pokusil svým objektivem uchopit animální podstatu Petra Váši.

cesta za zdravím

■ Přípravuje Lékárna Na Široké, ulice Kosmonautů 2303, Louny

■ ŠPATNÉ TRÁVENÍ



Pro špatné trávení, zejména je-li přítomno více obtíží současně, se v medicíně užívá termín dyspepsie. Jde o souhrnné označení pro řadu trávicích obtíží, které se vyskytují v různé kombinaci a které mohou mít mnohopříčin. Jde zejména o nechutenství, nevolnost, zvracení, pálení žáhy, pocit plnosti žaludku nebo střev, neurčitě bolesti v břiše, kručení v břiše, nadměrnou plynatost, zvýšený odchod plynů, poruchy stolice (průjem, zácpa).

Jako akutní dyspepsie se někdy označuje gastroenteritida – náhle vzniklé zvracení s průjmy po nevhodném jídle nebo také infekčního původu.

Déle trvající dyspepsie provázejí zánětlivá onemocnění trávicích orgánů (žlučníku, slinivky) či žaludeční vředy.

■ **Pankreatická dyspepsie**

Bolesti břicha, nadýmání, průjem – to jsou nejčastější příznaky potíží způsobených nedostatečným trávením (zejména při špatné činnosti slinivky břišní). Ke zlepšení trávení se používají přípravky s obsahem trávicích enzymů, případně dalších složek, které se užívají zároveň s jídlem. Nejdůležitější složkou je lipáza, enzym, který rozkládá tuky. Tyto přípravky jsou volně prodejné v lékárnách.

■ **Překyselení a pálení žáhy**

U mnohých lidí se dietní chyby mohou projevit jako tzv. dyspepsie spojené s překyselením. Dochází k poškození sliznice kyselou žaludeční šťávou, což se projeví bolestmi žaludku. Zde je potřeba místo použití antacid (snižují překyselení žaludku). Déle trvající neléčené dráždění sliznice žaludku kyselou šťávou může vést až ke vzniku vředu. Příčin překyselení je mnoho, stanovit je může pouze odborný lékař a podle toho pak určit postup léčby. Ke zhoršení obtíží může dojít například následkem stresu, kouřením nebo užíváním některých léků. Při špatné funkci jícnového svěrače dochází k průniku obsahu žaludku do jícnu, někdy až do úst. Kyselina a trávicí enzym pepsin pak rovněž způsobí poškození sliznice, které se projeví pálením žáhy.

■ **Vhodné přípravky z lékárny**

Účinné tyto obtíže může léčit opět pouze lékař, nicméně

pacient má v obou případech možnost si volně zakoupit přípravky, které zmírňují obtíže. Nejčastěji jsou to nejrůznější látky neutralizující kyselinu (antacida), ať již jedlá soda či jiné látky se stejným mechanismem účinku. Přípravky jsou dostupné ve formě tablet či tekuté v lahvi nebo praktických sáčcích. Obecně platí, že účinnější jsou tekuté lékové formy. Při pálení žáhy je vhodné tabletu vycucat. Pokud užíváte ještě jiné léky, je nutné vědět, že antacida mohou snižovat jejich účinek, a proto je užívejte v časovém odstupu alespoň jedné hodiny. Kardiaci a pacienti s dietou omezující sůl jedlou sodu nesmějí užívat. U pacientů s těžší poruchou funkce ledvin se dlouhodobé užívání také nedoporučuje.

■ **Žaludeční vředy**

Antacida jsou dosti účinná i pro léčbu žaludečních vředů. Nevýhodou však

je potřeba častého dávkování a mnohdy pro pacienta nepřijemná chuť. Volně prodejné jsou přípravky s ranitidinem v dávce 75 mg omezující tvorbu žaludeční kyseliny. Podávají se pouze 1x až 2x denně. Vyznavači přírodní léčby přivítají čajena zklidnění žaludku obvykle obsahující třezalku a řepík.

Při zakoupení všech již zmíněných přípravků myslíte na to, že slouží jako první pomoc při občasných obtížích. Pokud jsou potíže dlouhodobější povahy, neměly by se užívat bez lékařského vyšetření, aby nedošlo k zastření příznaků a zanedbání závažnějšího onemocnění.

Příjemné procházky při naší cestě za zdravím přeje

Veronika Chrobáková, farmaceutická asistentka (28. února na téma játra a žlučník)

Vzácní a ohrožení živočichové na Lounsku, Zatecku a Podbořansku

Ještě s námi žije ... Podoustev říční Podoustev říční je mezi sportovními rybáři jednou z nejznámějších ryb. Z některých řek však již prakticky vymizela. U nás je zařazena v Červené knize mezi druhy vyžadující pozornost, v sousedním Rakousku a SRN pak dokonce mezi druhy ohrožené vyhoubením.

Původně se podoustev vyskytovala i jako tažná, která z brakických vod a jezer táhla ke tření až do lipanového pásma řek. U nás však k tahům nedocházelo, takže se jedná o stálý druh větších toků a místy i vodních nádrží. Podle výzkumu zoologů se nejhojněji vyskytuje v povodí Labe.

Podoustev dosahuje věku až 10 let a za toto období doroste do hmotnosti až 2 kg. Průměrná hmotnost ulovených jedinců se však pohybuje okolo 0,3 kg. Přesto je v místech jejího výskytu ceněna jako výborná sportovní i konzumní ryba. Samci v době tření v květnu a červnu dostávají charakteristickou výrazku a břicho se jim zbarvuje do cihlové červeně. Podle charakteristického masitého rype se jí místně říkalo „nosák“ nebo „nosál“. Na Lounsku se pak vybarveným samcům říkalo „židovka“.

Na okrese Louny patřil druh ještě nedávno mezi nejhojnější. Z Ohře vystupoval i do přítoků Blšanky, Chomutovky, Smolnického potoka a dalších. Jak byl početný, dokládají i statistiky úlovků.

Např. v roce 1915 bylo na Ohři pouze v úseku u Lenešic uloveno 803 ks. V roce 1951 činily úlovky u MO Louny z celkového počtu ulovených ryb takhle 47 procent. Ještě okolo roku 1975 byly stavy tohoto druhu na Ohři tak vysoké, že na některých místech (Masokombinát Louny) za hodinu nachytat několik desítek podouství nebylo problémem.

Po tomto roce se však stavy počaly poměrně prudce snižovat. Jedním z hlavních důvodů bylo i vypouštění studené spodní vody z Nechraničské přehrady, kdy v letním období klesla teplota vody na pouhých 14 až 16 stupňů, což mělo samozřejmě negativní vliv na samovolné vytírání.

Současné úlovky podoustev jsou poměrně vzácné, ale ulovení jedinci mají převážně hmotnost okolo jednoho kilogramu. Aby reprodukční výpadek u podoustve nezmenšil úlovky u sportovních rybářů, do Ohře se počala vysazovat podobná ostroretka stěhovavá. Předpokládá se zvýšení počtu podoustev i se však výrazněji neprojeví.

Herbert Tichý