

KRALOVICKÝ OBZOR

Měsíčník Městského úřadu Kralovice * Leden 2010 * Příští číslo vyjde 6. února * Cena Kč 4,-

Usnesení ze sedmnáctého zasedání

zastupitelstva města Kralovice, konaného dne 16. prosince 2009 od 18 hod. ve velkém sále Lidového domu v Kralovicích

Zastupitelstvo města po projednání schvaluje:

262) Rozpočtové opatření města Kralovice č. 4/2009. 263) Návrh rozpočtu města Kralovice na rok 2010. 264) Dodatek ke „Smlouvě o poskytnutí finančního příspěvku Plzeňskému kraji na zajištění dopravní obslužnosti území Plzeňského kraje veřejnou vnitrostátní linkovou dopravou“ uzavřené dne 3.1.2006 s Plzeňským krajem. Dodatek bude uzavřen s příspěvkem města Kralovice pro rok 2010 ve výši 105 930,- Kč. 265) Úpravu „Zásad pro přidělování finančních příspěvků zájmovým oddílům a společenským organizacím“. Žádosti budou přijímány podle schválené úpravy v termínu od 15. 10. do 15. 11. daného roku na rok následující. 266) Finanční příspěvek ve výši 12 000,- Kč pro Kruh přátel hudby při Základní umělecké škole v Kralovicích na zajištění 54. koncertní sezóny. 267) Nákup pozemku p. č. 5597/10 o výměře 56 m² v k. ú. Kralovice u Rakovníka od Jaroslavy Berbrové bytem Kožlany, Pražská 158, za cenu 50,- Kč/m². 268) Nákup pozemku p. č. 5597/9 o výměře 23 m² v k. ú. Kralovice u Rakovníka od Michala Prusíka bytem Plzeň, Macháčkova 877/8 a Vladimíra Prusíka bytem Plzeň, K Bukové 629/4, za cenu 50,- Kč/m². 269) Nákup pozemků p. č. 1026/3, 1026/7, 1027/31, 1064/4, 1086, 1111/1, 1123, 1247/41, 1247/44, 1247/62, 1247/83, 1256/17, 1276/46, 1358, 1365/2, 1791, 1837/23, 1903, 1908, 1909, 1914, 1915, 2077/131, 2077/132, 2077/144, 2077/182, 2077/186, 2126/2, 2129/6, 2129/8, 2129/9, 2129/10, 2129/12, 2861/46, 3494, 5528/2,

5529/10, 5529/18, 5529/20, 5535/55 a 6081 vše v k. ú. Kralovice u Rakovníka od Rudolfa Fajta bytem Kladno, Miroslava Šourka bytem Litice a Mgr. Naděždy Stenglein bytem Třemošná, za celkovou cenu 413 225,- Kč. Celková výměra pozemků činí 56 257 m². 270) Prodej části pozemků p. č. 538/1 a 500/38 v k. ú. Hradecko o výměře cca 220 m² za účelem výstavby malé vodní nádrže. Prodej bude uskutečněn za cenu 40,- Kč/m². 271) Prodej pozemků p. č. 5489; 5490; 5491; 5492; 5493; 5494; 5495; 5496; 5497 a 5498 vše v k. ú. Kralovice u Rakovníka vlastníkům jednotlivých garáží, za cenu 150,- Kč/m². 272) Směnu pozemku města p. č. 13/1 o výměře 603 m² a pozemku p. č. 5606/50 o výměře 82 m² za pozemek p. č. 12/1 o výměře 762 m² vše v k. ú. Kralovice u Rakovníka, rozdíl výměry bude doplacen částkou 150,- Kč m². 273) Směnu pozemků nabyvaných městem p. č. 1903, 1908, 1909, 1914, 1915, 2077/131, 2077/132 a 2077/144 za pozemky Kralovické zemědělské a. s., p. č. 5056 a 5042/20, vše v k. ú. Kralovice u Rakovníka.

Zastupitelstvo města ukládá:

274) Radě města Kralovice zajistit vyřízení všech bodů usnesení z dnešního zasedání zastupitelstva města. Termín: do příštího zasedání zastupitelstva města. Kontrola: v zastupitelstvu města.

*Ing. Rudolf Salfický, starosta
MVDr. Tomáš Soukup, místostarosta
Ověřovatelé zápisu:
Ing. Karel Popel, Ludmila Štulcová*



Ilustr. foto Karel ROM



Děkujeme za uklizené chodníky

Je nepochybně všeobecně známo, že v důsledku novelizace právních předpisů občané již neodpovídají za úklid sněhu na chodnících před svými domy a tato povinnost nyní přechází na města a obce. Většina z nich ale není v současné situaci schopna tuto povinnost v plné míře splnit.

Je tomu tak i v Kralovicích. Zajistit úklid stovek metrů chodníků bez dalších investic do vybavení technických služeb města v současné době nelze. Rozpočet ve stávajících ekonomických podmínkách ovšem neposkytuje žádné rezervy na podobné výdaje, pokud nemají být ohroženy jiné, většinou obtížně zajišťované a pro dlouhodobý rozvoj města důležité projekty.

O to víc je třeba ocenit skutečnost, že mnoho občanů i nadále chodníky před svými domy dobrovolně i nadále uklízí. Jak ukazují zkušenosti s první sněhovou nadílkou letošní zimy, není jich málo. Všem patří mimořádné poděkování a ujištění, že správa města si této pomoci mimořádně váží. Tím spíše, že současně musí řešit i problémy s občany, kteří veřejný prostor naopak neváhají bezohledně zneužívat, jak se ostatně zmiňujeme na jiném místě této stránky.

Správa města si je samozřejmě vědoma svých povinností a zastupitelstvo bude před příští zimní sezónou nuceno řešit i tento problém. Úvahy o rozsahu investic do vybavení technických služeb však budou ovlivněny i zkušenostmi letošní zimy. Všem, kteří se již nyní přičiní o to, aby předpokládané náklady bylo možné udržet na přijatelné výši, předem děkujeme.

Ilustr. foto Karel ROM

Město Kralovice obhájilo dotaci na zateplení budovy základní umělecké školy ve výši 1,1 mil. Kč. Tím byla tato stavební akce úspěšně a definitivně ukončena.

Stavební práce na rekonstrukci městské knihovny plynně pokračují i v zimním období, aby byl dodržen slíbený termín opětovného otevření – květen letošního roku.

Nekázeň některých platíme všichni

Městská rada a zastupitelstvo města se často zabývají problémy, které způsobují neukázněnost občané. Jedná se třeba o volné pobíhání psů, neuklizení psích exkrementů, zakládání černých skládek, nesprávné parkování, zábory veřejného prostranství bez povolení, stánkový prodej bez úhrady poplatku, odstavování nepojízdných vozidel na veřejných prostranstvích.

Přestože všechny přestupky jsou ošetřeny obecně platnými právními předpisy a vyhláškami města, sankce na místě nejsou možné, protože Kralovice nemají svou městskou policii.

V současné době začala jednání s Magistrátem města Plzně o možnosti hostování plzeňské městské policie v našem městě. Samozřejmě nás to bude něco stát, stejně jako nás stojí likvidace černých skládek, které zakládají výtečníci v krásné přírodě v okolí města.

V současné svízelné ekonomické situaci, kdy příjmy města nebudou naplněny, může někdo namítnout, že platba za služby měst-

ské policie je zbytečný luxus. Ano, je to pravda, ale když nejsme schopni řešit problémy a neukázněnost mezi sebou, budeme mít ve městě o mnoho metrů nových chodníků méně a budeme nuceni krátit další výdaje na smysluplné věci. Je to tím, že raději před problémy zavíráme oči. Děláme, že se nás netýkají a nejsme schopni na ně alespoň upozornit, když už nemáme odvahu hříšníka na místě usměrnit.

Věříme, že působení městské policie na území našeho města přinese zlepšení pořádku a kvality života občanů.

*MVDr. Tomáš SOUKUP
místostarosta*



Ilustr. foto Karel ROM

Rada města

se sešla na svém dvacátém prvním zasedání v roce 2009 ve středu 2. prosince v 17 hodin na radnici v Kralovicích.

Rada města po projednání schválila:
Informace o občanech. * Na základě výsledku výběrového řízení uzavření smlouvy o dílo s firmou Pavel Peterka – TRUHLÁŘSTVÍ, kde předmětem smlouvy je výroba a montáž interiéru knihovny v rámci projektu „Revitalizace městského centra Kralovice – přístavba knihovny a úprava vnitrobloku“. * Uzavření smlouvy o dílo č. 098/09/0125/I s firmou EUROVIA CS, a. s., kde předmětem smlouvy je provedení provizorní komunikace pro rodinné domy v lokalitě Pod Tratí v rámci projektu „Kralovice – výstavba RD Pod Tratí, 1. etapa“. * Žádost Bohumila Petříka o povolení prodejního místa pro sezónní prodej živých ryb na prodejním místě Kralovice, Pod kasárny 819, v termínu od 22. 12. 2009 do 24. 12. 2009. * Ukončení nájemní smlouvy s Petrem Sládkem bytem Kralovice, Plzeňská 265, na pronájem pozemku města p. č. 4278/1 – část 9 využívaného jako zahrádka. * Uzavření nájemní smlouvy s Tomášem Vernerem bytem Kralovice, Mírová 663, na pronájem pozemku města p. č. 4278/1 – část 9, který bude využíván jako zahrádka. * Uzavření přílohy č. 1 ke smlouvě o úhradě nákladů spojených se zabezpečením pečovatelské služby číslo 11/08 ve městě Kralovice, uzavřené s Centrem pečovatelských a ošetřovatelských služeb Města Touškova. * Přijetí žádosti Volejbalového klubu Kralovice o poskytnutí

finančního příspěvku na činnost pro rok 2010 a její zařazení mezi ostatní žadatele. Současně rada města vyzývá Český rybářský svaz, místní organizaci Kralovice, k doplnění žádosti o poskytnutí finančního příspěvku. * Uzavření smlouvy o umístění stavby s Pavlem Houskou bytem Kralovice, Plzeňská 910, kde předmětem smlouvy je umístění hospodářského objektu na pozemku p. č. 1875 v k. ú. Kralovice u Rakovníka. * Smlouvu o zřízení věcného břemene číslo J-083-2-0395 PS uzavíranou s firmou Telefonica O₂ Czech Republic, a. s., kde předmětem smlouvy je uložení komunikačního vedení do pozemků města v Konečné ulici.

Rada vzala na vědomí:
Upozornění ředitelky Mateřské školy Kralovice paní Hany Tobrmanové na havarijní stav střech na celém objektu mateřské školy. * Zápis č. 12 z finančního výboru města Kralovice.

Rada města doporučila:
Zastupitelstvu města Kralovice upravit „Zásady pro přidělování finančních příspěvků zájmovým oddílům a společenským organizacím“ o upřesnění termínu příjmu žádostí. Rada města navrhuje termín od 15. 10. do 15. 11. předchozího kalendářního roku. * Zastupitelstvu města Kralovice schválit uzavření kupní smlouvy s Rudolfem Fajtem bytem Kladno, Miroslavem Šourkem bytem Litice a Mgr. Naděždou Stenglein bytem Třemošná na nákup pozemků v k. ú. Kralovice u Rakovníka.

Rada města trvá
na opravě stavebních úprav části komunikace – vjezdů do garáže a na zahradu u č. p. 630 v Májové ulici bez finančního příspěvku města na použitý stavební materiál.

Rada města pověřila
starostu města Ing. Rudolfa Salfického domluvením jednání s vedením firmy Wittmann Management, a. s., o změně čtvrtého podlaží u připravované výstavby bytového domu „B“ a úpravě pozemku města v lokalitě vedle spořitelny.

Rada města uložila:
Tajemníkovi MěÚ Kralovice Bc. Pavlu Vránovi vyřídit všechny výše uvedené body projednávané na tomto zasedání rady města. Termín do 11. prosince 2009, kontrola v radě města.

Rada města se sešla na svém dvacátém druhém zasedání v roce 2009 v pondělí 14. prosince v 19 hodin na radnici v Kralovicích.

Rada města po projednání schválila:
Informace o občanech. * Dodatek č. 7 ke smlouvě o dílo o zajištění komplexního odpadového hospodářství města Kralovice, uzavřené dne 29. 12. 2003 s firmou Becker Bohemia, s. r. o. Dodatek upravuje navýšení sazby DPH o 1%. * Přijetí žádosti Školy Taekwon-Do I. T. F. Panter Kralovice o poskytnutí finančního příspěvku na činnost pro rok 2010 a její zařazení mezi ostatní žadatele. * Žádost Ing. Ivana Chandryckého bytem Praha, U Uránie 1312/7, o uložení plynové přípojky pro rodinný dům č. p. 310 v ulici Petra Bezruče do pozemku města p. č. 5484/1 v k. ú. Kralovice u Rakovníka a uzavření příslušné smlouvy o uložení inženýrských sítí. * Žádost Pavla Roma bytem Kralovice, Na Výsluní 683, o provedení úpravy pozemku p. č. 4258/10 se zásahem do pozemku města p. č. 4256/1, oba pozemky v k. ú. Kralovice u Rakovníka. * Nákup 1500 ks brožur

Severní Plzeňsko à 11,60 Kč, vydaných mikroregionem Kralovicko. * Finanční zabezpečení pracovníků Městského úřadu Kralovice pro rok 2010 předložené tajemníkem města Bc. Pavlem Vránou.

Rada města souhlasí:
Se změnou řešení čtvrtého nadzemního podlaží bytového domu „B“, jehož výstavbu připravuje firma Wittmann Management, a. s., v lokalitě vedle spořitelny v Kralovicích. * S úpravou pozemků města v lokalitě vedle spořitelny v Kralovicích pro účely veřejné zeleně. Úpravy provede firma Wittmann Management, a. s., podle městem schváleného projektu.

Rada města vzala na vědomí:
Oznámení Vodárenské a kanalizační a. s. o nových cenách vodného a stočného platných od 1. 1. 2010 (vodné – stará cena/nová cena – 37,69 Kč/39,82 Kč; stočné – stará cena/nová cena – 25,48 Kč/26,69 Kč).

Rada města neschvaluje:
Žádost Pavla Roma bytem Kralovice, Na Výsluní 683, o odkoupení, případně směnu pozemku města p.č. 4267/1 v k.ú. Kralovice u Rakovníka.

Rada města uložila:
Tajemníkovi MěÚ Kralovice Bc. Pavlu Vránovi vyřídit všechny výše uvedené body projednávané na tomto zasedání rady města. Termín do 22. prosince 2009, kontrola v radě města.

Z našich řad navždy odešli:

Jiří JANOVSKÝ, Kralovice 538, 77 let
Petr PURKAR, Kralovice (42)
Matouš BULÍK, Kralovice 466 (86)
Růžena CHLUSTINOVÁ, Kralovice 345 (84)

MKO

Po veselých prázkách následovalo draní peří. Vzpomínám, jak před 60 léty (*psáno v r. 1959 – pozn. red.*) těšil jsem se na ty zimní večery, neboť jsem měl na starosti číst dračkám z Pečírkova kalendáře.

Pěkné peřiny bývaly chloubou každé dobré hospodyně. Užíval jich člověk od narození až do posledního vydechnutí. Nejlepší peří měli tam, kde mohly husy na vodu. O české peří byl a je stále velký zájem i za hranicemi.

Po podzimních polních pracích těšily se ženské, staré i mladé, na draní peří ve vytopené světnici. Několik dní před dráním se peří dalo naschnout, aby se dobře dralo. První škubkou se začínalo a spačkami se končilo.



Měli jsme malý stůl, proto maminka na něj kladla prkenný poklop, který přes den byl na posteli, kde jsem spával s bratrem. Na drátě od stropu visela petrolejová lampa. Kolem této tabule sesedly se všechny dračky, jedna dávala peří na stůl a jiná na druhém konci sedrané sundávala.

Uprostřed stolu bývala velká mísa, pod kterou se dávalo sedrané peří. Když se zvedala, teprve se peří sklízelo. Na peří byla nádoba velikosti sudu, upletená ze slámy jako ošatky na chléb. Do této nádoby se peří po oškubání hus ukládá a proti molům vkládají se do něho loučky.

Z velkého peří se dělaly peroutky na maštění těsta. Z vostenek, které si při draní házely ženy do klína, se dělaly tvrdé polštáře pro různou potřebu.

Draní peří na Kralovicku

V zimním období využívaly hospodyně dlouhé večery mimo jiné i ke draní peří. Jak probíhaly práztky na přelomu 19. a 20. století ve Chříči popsal v pamětní knize města Kralovic kronikář František J. Zetek.

Na kamnech byla mísa křížal (rozkrájená sušená jablka), které si dračky braly do úst, aby měly sliny, když se navlhčovaly prsty, aby se jim lépe dralo.

Když jsem asi po půl hodině skončil svou četbu, začalo se povídat, co se kde přihodilo. Mladé dračky však hovor brzy přerušily a začaly zpívat. Má sestra Marie měla pěkný hlas a vždy začínala. Sháněla písničky a já musil jsem je opisovat do sešitu. Škoda, že se nezachoval. Byly tam nejen národní písně, ale i místní o různých příhodách.

Starší zase vypravovaly, jak bylo za jejich mládí, nebo i o strašidelných případech. Ani draní peří se neobešlo bez rozličných zvyků. Než hospodyně vyndala peří na stůl, podívala se pečlivě, nejsou-li na něm drobtý, aby se nedali do peří moli.

Přišel-li někdo na táčky, kde se právě dralo, musil sedrat za každou svobodnou dívku tři pírka, aby se mu nerozešly ohlášky. Při draní se mu ovšem smály dračky, jak je neobratný. Když všichni přítomní ztichli, říkalo se, že má nohy křížem. Nesedrané peří nesmělo přijít se stolu nazpět, neboť by se hospodyně nepovedly příští rok husy.

Draní peří má nesporné zásluhy též o to, že mnohé pěkné národní písně neupadly v zapomenutí, neboť při draní se jim učily od starých mladé, a když ty zestárlý, předaly je zase dalšímu pokolení. Při zpěvu a vyprávění ruce pilně draly, hromada sedraného peří přibývala, hodiny utíkaly, a když se dračky zvedly k odchodu, každá s uspokojením se podívala na svou hromádku čistě odraných ostenek a že nemá kolem sebe rozházené peří.

Když se po desáté hodině rozházely, písal na píšťalu nebo troubil na roh ponocný poprvé. Staré dračky se halily do šatu, byl-li velký mráz, ale mladé byly veselé, neboť ještě někde čekal mládenec, aby svou milou doprovodil. Aby si nespletl cestu, často ostatní sebrali tajně ostenky a vysypali jimi cestičku až k domu, kde bydlela.

Na konec se strojily doderky, bez nichž draní být nesmělo. Přípravovaly se tajně, aby snad některá nezůstala doma. Večer, když dračky zase přišly, nesměla ani vůně prozradit nachystané dobroty.

KAPITOLY Z HISTORIE

Lampa se pověsila ke stropu, tabule se stolu se přendala na postel, stůl vynesl do předsíně a otec přinesl harmoniku, kterou si koupil od Hlaváčka, nástrojaře z Loun. Staré se sesedly ke zdi a děvčata tancovala spolu, a tak se naučila tancovat i ta nejmladší.

Harmonika byla slyšet na náves a za chvíli se přihlásili i tanečníci. Světnice byla pro ně však malá, a tak se musili střídát, neboť i tety si chtěly zatancovat.

Potom chodily dračky do jiného stavení, a tak plynuly dlouhé zimní večery rychle, až jaro přerušilo tyto zábavy.



Vzpomínka na pětisté výročí narození Floriána Gryspeka, o němž jsme obšírně informovali v prosincovém čísle, se uskutečnila ve farním kostele sv. Petra a Pavla 18. prosince. O významné renesanční osobnosti a jejím významu pro město Kralovice promluvila PhDr. Irena Bukačová. Foto Karel ROM

Aktuálně: Infekční záněty dýchacího systému

MUDr. Ctirad KOZDEKA

Zimní měsíce jsou tradičně doprovázeny zvýšeným výskytem **infekčních zánětů dýchacího systému** ve všech věkových kategoriích.

Jedná se o **záněty v oblasti**

– **nosu** (ucpaný nos, pálení v nose, kýchání, sekrece z nosu),

– **hltanu** (bolesti v krku, kašel, potíže při polykání),

– **hrtanu** (porucha hlasu od chrapotu až po téměř úplnou ztrátu hlasu, u malých dětí se štekavým kašlem a nádechovou dušností),

– **průdušnice** (dráždivý kašel s bolestí na hrudi za hrudní kostí),

– **průdušek** (dráždivý, později vlhký kašel, někdy bolest na hrudi, dušnost),

– **průdušinek** (kašel, velmi často dušnost),

– **plíc** (kašel, bolest na hrudi, pocit dušnosti, zrychlené dýchání),

– **přínosních** (vedlejších nosních) **dutin** (bolest hlavy, rýma),

– **Eustachovy trubice** (kanálek mezi nosohltanem a středoušní dutinou) (bolesti v krku a uchu),

– **středoušní dutiny** (bolest v uchu).

Zánětem může být postižen jen jeden oddíl dýchacího systému, ale většinou dříve či později dochází ke kombinacím, např. zánět nosohltanu, zánět nosu + vedlejších dutin, zánět hrtanu + průdušnice + průdušek apod. **Vyvolavatelem** jsou různé mikroorganizmy (viry, bakterie, houby, parazité). Téměř u 90 % infekčních zánětů dýchacího systému je vyvolavatelem některý z virů. Řádově jsou známy **stovky druhů virů** a tisíce jejich kmenů (serotypů). Menší část zánětů je vyvolána bakteriemi (včetně bakterií tzv. atypických, jako jsou chlamydie a mykoplasmata), vzácněji se setkáváme s **plísňovými** event. **parazitárními** záněty.

Většina těchto infekčních činitelů se **přenáší tzv. kapénkovou cestou**, tzn. vzdušnou cestou od nosiče vydechovaným vzduchem. K intenzivnímu přenosu dochází zejména při kýchání a kašlání, a to i na vzdálenost několika metrů. Pokud se setkáme s některým infekčním činitelem, neznamená to automaticky, že musíme onemocnět se všemi příznaky. **Vznik onemocnění** i jeho průběh je **závislý zejména na třech faktorech: velikosti infekční dávky**, agresivitě mikroorganismu a **výkonnosti imunitního systému** (obranyschopnosti). Pokud je např. infekční dávka malá a imunitní systém vyzrálý a dobře reagující, nemusíme vůbec onemocnět. Jen se necítíme zcela ve formě, ale nenacházíme žádné konkrétní projevy. Naopak při vysoké infekční dávce či nízké obranyschopnosti máme téměř jistotu, že onemocnění propukne v plné síle s řadou příznaků. K takovému průběhu dochází častěji u dětí, protože jejich imunitní systém se teprve dotváří a jejich hygienické návyky jsou ještě na nízké úrovni. Po kontaktu imunitních buněk s cizorodou částicí (např. virem) se spouští kaskáda pochodů s cílem vyvolavatele zničit. Zejména se vytvářejí protilátky, které můžeme v případě potřeby i laboratorně detekovat. Po prodělaném infekčním onemocnění se zachovávají i tzv. paměťové buňky (druh bílých krvinek), které jsou schopny při dalším kontaktu se stejným mikroorganizmem téměř okamžitě reagovat a zabránit tak jeho šíření v organismu a tím vyvolání nemoci. Na stejném principu je založeno i očkování (vakcinace). Na jiný mikroorganizmus (včetně stejného druhu, ale jiného kmene) si ale náš imunitní systém musí opět vytvořit novou specifickou obranu. Proto jsou častěji nemocné zejména děti. Velké světové statistiky uvádějí téměř shodně, že „zdravé“ **dítě** (např. bez imunodefktu) **během prvních 10 let života prodělá celkem 100 takovýchto onemocnění, tzn. téměř 1 onemocnění 1x za měsíc**. Samozřejmě některé děti stůňou častěji, jiné naopak méně, ale obecně je známá zkušenost, že zejména po zařazení dítěte do kolektivního zařízení či návštěvě hromadných akcí se jeho nemocnost většinou výrazně zvýší.

K celkem pravidelným příznakům zánětů dýchacího systému patří **zvýšení tělesné teploty**. Jsou sice případy, kdy i zánět (zápal) plíc má bezteplotní průběh, ale nebývá to obvyklé. Teplota není nemoc, jde jen o příznak značící, že se něco v organismu děje. Z imunologického hlediska **zvýšení tělesné teploty při infekci je spíše žádoucí**. Při zvýšené tělesné teplotě totiž probíhají imunitní pochody podstatně lépe a rychleji (migrace imunkompetentních buněk do místa zánětu, tvorba

pro- a protizánětlivých mediátorů včetně tvorby protilátek). Proto bychom neměli každé zvýšení tělesné teploty „léčit“. Dnes je považováno snižování tělesné teploty při hodnotách do 38 °C za chybné .

Normální tělesná teplota měřená na kožním povrchu (např. v podpaží) za obvyklých zevních teplotních podmínek se u člověka pohybuje do 37 °C. Při teplotě mezi 37 a 38 °C mluvíme o **zvýšené teplotě**, při teplotě nad 38 °C pak o **horečce**. Pokud měříme tělesnou teplotu v dutinách (konečník, ústa), jsou výše uvedené hranice cca o 0,5 °C vyšší. **Antipyretickou léčbu** (léčbu teploty) bychom tedy měli **zahájit až po překročení kožní tělesné teploty 38 °C**. Většinou v úvodu infekčních onemocnění dochází k náhlému vzestupu teplot i nad 38 °C, někdy až ke 40 °C. Pokud se nám podaří teplotu snížit přibližně ke 38 °C, měli bychom pak již s antipyretickou léčbou vyčkat. **Horečka** u infektů dýchacího systému **většinou trvá 3–4 dny, někdy i déle**, ale vesměs již s tendencí k poklesu. Po celou dobu teplot je nutné **výšku tělesné teploty sledovat** a objektivizovat měřením spolehlivým **teploměrem**, odhad teploty pohmatem je značně nepřesný, často i zavádějící. Protože z výše uvedeného vyplývá, že zvýšení tělesné teploty je součástí obranné reakce organismu, není třeba ihned v počátku vzniku teplot nemocného odesílat k lékařskému vyšetření, samozřejmě pokud nejsou další varovné příznaky (dušnost, dehydratace, křeče, krvácivé projevy apod.). Naopak je vhodné uložit nemocného do postele, zajistit dostatek tekutin (na každý stupeň Celsia stoupá potřeba tekutin o 12 %), v místnosti dostatečně větrat, při horečce nad 38 °C zavést postupy s cílem teplotu korigovat. Pokud pacient nemá právě zimnici (třesavku), pak mu ponecháme vzdušné oblečení a příkryvku. Z léků můžeme použít přípravky na snižování teplot (**antipyretika**) obsahující paracetamol (Paralen, Panadol, Mexalen, Dafalgan) nebo ibuprofen (Ibalgin, Brufen, Nurofen). Dříve užívaná **kyselina acetylsalicylová (Acylpyrin, Aspirin) je kontraindikovaná u dětí do 15 let** z důvodu možného vyvolání tzv. Reyova syndromu se smrtelným průběhem. Je proto nutné si vždy důkladně přečíst příbalovou informaci u kombinovaných léků s antipyretickým účinkem, zda neobsahují tuto složku. Vážnou komplikací také může vyvolat kombinované podání antipyretika se shodnou účinnou složkou (např. současné podání Paralenu a Panadolu). V případě potřeby je možno zvolit **fyzikální metody chlazení těla** např. studeným zábalem nebo vláznou sprchou či koupelí. Tyto celotělové metody chlazení nepoužíváme v případě horečky přesahující 40 °C. Zde je východiskem založení sáčků s ledem do oblasti třísel, kde protéká v stehenní žíle a stehenní tepně velký objem krve. Součástí péče o pacienta s teplotami je vydatné zásobení tekutinami, v případě vysokých teplot je opět vhodné je podávat chlazené (chládíme tzv. tělesné jádro = chladíme zevnitř). Chybným postupem je při teplotách nemocného ještě více oblékat a přikrývat a nevětrat.

Tzv. **potnou kúru** můžeme využít v případě, že se jedná o tzv. nachlazení a tělesná teplota je v mezích normy. Potnou kúru můžeme provést např. teplotu koupelí, teplými zábalý, koupelemi předloktí či nohou v horké vodě, pitím horkých nápojů. Tím vlastně uměle vyvoláme zvýšení tělesné teploty s vytvořením příznivých podmínek pro činnost imunitního systému, jak je výše uvedeno.

Nemoc může probíhat u každého jedince různě intenzivně a může mít různý průběh. Proto **je nutné sledovat průběh onemocnění a jeho dynamiku**. Infekt dýchacích cest může začít banální rýmou, která se může časem zhojit bez komplikací, ale může se také stát, že po nějaké době se infekce rozšíří do dalších oddílů dýchacího systému např. až do obrazu zápalu plíc. **V případě zhoršování stavu je vhodné nové vyšetření a zvážení, zda není třeba nastavenou léčbu upravit či rozšířit**.

Komplikace mohou nastat nepředvídatelně, a to i v různé fázi onemocnění. U viros může dojít k tzv. bakteriálnímu superinfektu, kdy virem narušené zdraví organismu je pak snáze napadeno dalším mikroorganizmem – nejčastěji některou patogenní bakterií. Většinou se to projeví opětovným zhoršením celkového stavu po přechodném zlepšování. Viry jsou ale také možným vyvolavatelem těžkých

až invalidizujících komplikací s postižením nervového systému (např. encefalitida, meningoencefalitida, srdečního svalu (např. kardiomyopatie) nebo endokrinního systému (po některých virosách je u predisponovaných osob větší riziko objevení se diabetu mellitu I. typu = cukrovka). I z těchto důvodů je velmi vhodné dodržovat i **doporučení rekonvalescentního režimu**. Ten spočívá v tom, že po odeznění akutní fáze onemocnění je vhodné ještě několik dnů tělesné šetření, vyhýbání se místům s vyšším rizikem nové infekce apod.

Léčba

respiračních infekčních onemocnění je vesměs symptomatická. Je samozřejmě vhodné zjistit vyvolavatele choroby, a to zejména odlišit virovou a bakteriální infekci. Odlišit tyto dva vyvolavatele nám může s určitou pravděpodobností vyšetření CRP z kapky krve (C-reaktivní protein, bílkovina, která se objevuje ve vyšší koncentraci v krvi u nemocných se systémovým bakteriálním onemocněním). Pokud se jedná o virovou infekci, pak je zcela zbytečné a nesprávné podávat antibiotika, a to vzhledem ke zcela odlišné stavbě a metabolismu viru ve srovnání s bakterií. Navíc v posledních letech celosvětově klesá účinnost antibiotik na kritickou hranici, a to právě jejich neindikovaným podáváním. Ale ani při průkazu bakteriálního původu infekce dýchacího systému není nasazení antibiotické léčby bez zhodnocení celkového stavu a průběhu onemocnění nutné. Např. při nekomplikovaném zánětu nosu, nosohltanu, průdušnice a průdušek u jinak zdravého jedince je vhodné s nasazením antibiotika vyčkat. Je nelogické, abychom na každou „rýmu“ užívali antibiotika, která ani nijak významně nezkrátí dobu nemoci. U dětí, zejména menších, je dokonce i vhodné s nasazením antibiotické léčby při nekomplikovaném průběhu vyčkat a monitorovat dynamiku onemocnění a antibiotickou léčbu nasadit až v případě, že se dětský pacient s bakteriální infekcí neumí vypořádat vlastními imunitními pochody. I kontakt s patogenní bakterií má pro „posílení“ vývoje imunitního systému dítěte velmi pozitivní vliv. Pokud si totiž dítě s patogenní bakterií samo poradí, má do budoucna podstatně větší šanci, že ho příště stejný druh a sérotyp již neskolí.

K základním opatřením při symptomatické léčbě infekcí dýchacího systému, patří

– **klid na lůžku**, zejména pokud jsou doprovázeny zvýšením tělesné teploty (a to i u malých dětí, které v tomto smyslu musíme již od malička vychovávat),

– **přiměřené vzdušné oblečení a příkrývka**,

– **dostatek tekutin**,

– **pravidelné větrání** (tím se sníží koncentrace vydechovaných mikroorganismů ve vzduchu v bytě a sníží se i riziko přenosu infekce na další obyvatele bytu),

– **vlhčení vzduchu** (větráním, rozvěšením namočených ručníků do okolí lůžka, použitím různých zvlhčovačů vzduchu, nebulizátorů apod.),

– **lehká strava** (zejména při nechutenství, zvracení apod. nenutíme do jídla, ale zajistíme dostatečný příjem tekutin) s dostatečným zastoupením vitamínů,

– **potná kúra** (viz výše) – jen pokud nemá pacient sám teploty,

– **inhalační léčba** (Inhalace horké Vincentky či osolené vody apod. neprovádíme v době teploty nad 38 °C. Pokud máme k dispozici aerosolový inhalační přístroj je možno ho použít i při teplotách a je možno do inhalovaného roztoku přidat některé léky. Inhalací se často podaří alespoň přechodně zmírnit dráždivý kašel.),

– **vhodná teplota prostředí** (nevhodné je přetopení v místnosti, zbytečné navlékání pacienta do teplého oděvu či příkryvek, optimální je zcela běžná pokojová teplota).

Léky

Antipyretika (Paralen, Ibalgin – viz výše)

Léky na kašel (rolišujeme dvě základní skupiny těchto léků:

a) antitusika-k potlačení suchého dráždivého kašle a to jen po dobu tohoto kašle

b) mukolytika – k usnadnění vykašlávání hlenu. Podporují tvorbu tekutého hlenu, zvyšují kašlací reflex, zvyšují aktivitu kmitajících řasinek ve sliznici dýchacích cest, některá mají antioxidační efekt, některá mají i pro-

tizánětlivý a antibakteriální efekt. Použití je možné po celou dobu vlhkého kašle při příznivém vývoji onemocnění.)

Nosní kapky či spreje – na bázi solných roztoků (Vincentka, Sterimar, Physiomer…), které je možno používat dlouhodoběji, nebo na bázi vasokonstrikčních látek (Nasivin, Olynth, Otrivin…), které je možno používat jen omezeně dlouho (1–2 týdny), a to spíše jen v případě potřeby vyvolat oplasknutí zánětlivě zduřelé nosní sliznice. Žádné nosní kapky nevyлéčí rýmu, ale jen pomohou zmírnit obtíže!

Kloktadla

Antiseptické pastilky cucavé

Bronchodilatancia (rozšiřují průsvit průdušek a průdušinek)

Antihistaminika

Antibiotika (viz výše)

Z uvedených skupin léčivých přípravků jsou volně prodejně léky na snižování teploty, na kašel, nosní kapky a spreje, kloktadla a cucavé pastilky.

Doba léčby je závislá na řadě faktorů, ale obecně je třeba počítat při akutním infekčním onemocnění dýchacího systému **minimálně s jedno až dvoutýdenním domácím léčením**, na něž navazuje cca **jednotýdenní rekonvalescence**. Znamé rčení hovoří o léčení rýmy s doktorem jeden týden a bez doktora sedm dnů. U menších dětí toto zcela jistě neplatí a doba hojení rýmy se obvykle protahuje na dva až tři týdny. To je podmíněno především nedovyvinutým imunitním systémem.

Prevence infekcí dýchacích cest

K základní prevenci patří nepochybně zásada **dodržování osobní a kolektivní hygieny**. Dbáme na důkladné mytí rukou, a to nejen po toaletě a před jídlem, ale i během dne dle možností. Choroboplodné zárodky si můžeme domů přinést na rukou z madel v dopravních prostředcích, nákupních vozíků obchodních center, z pásů pohyblivých schodů a chodníků, klik dveří, mincí apod. Pokud nemáme k dispozici mýdlo a tekoucí vodu, pak je možno improvizovat s pomocí dezinfekčních ubrousků, které lze zakoupit dnes již běžně v obchodní síti.

V době zvýšeného výskytu respiračních onemocnění omezíme na nejnutnější míru návštěvy obchodních domů, kin, divadel, jízdu hromadnými dopravními prostředky apod.

V případě, že pociťujeme nástup nemoci, pak ji nepřecházíme a raději zůstaneme doma.

Děti s příznaky respiračních nemocí (kam patří i rýma) neposíláme do kolektivních zařízení (mateřská škola, základní škola, družina, zájmové kroužky apod.).

Dbáme na **správnou skladbu jídelníčku** s dostatkem ovoce, zeleniny, vitamínů, minerálů (Zn), prebiotik (vstřebatelná vláknina tvořená tzv. oligosacharidy, která zajišťuje příznivé podmínky pro udržení fyziologické střevní mikroflory) a probiotik (zejména bakterie ze skupiny laktobaciů a bifidobakterie, které jsou obsažené např. v zakysaných mléčkárenských výrobcích – jogurty) a dostatkem tekutin.

O **otužování** vzduchem a vodou bylo již hodně napsáno, ale není jistě ku škodě připomenout, že pobyt na čerstvém vzduchu (třeba i v čisté mlze, což je vodní pára) zvyšuje odolnost organismu.

Samostatnou kapitolou prevence je také možnost **očkování**. Existuje očkování v rámci tzv. pravidelného (povinného) očkování (např. Haemofilus influenzae B, záškrtu, černému kašli), ale také v rámci nadstandardního očkování (pneumokokové infekce, meningokokové infekce). Od 1.1.2010 bude poprvé v naší republice zavedeno očkování dobrovolné, ale hrazené ze zdravotního pojištění. Jedná se o očkování proti pneumokokovým invazivním onemocněním pro děti narozené po 1.8.2009, pokud nebyly očkovány v rámci nadstandardu. Další očkovací látkou používanou v rámci očkování mimořádného a nadstandardního je vakcína proti chřipce. **Chřipka** je sice samostatná klinická jednotka, ale možným vyvolavatelem je virus chřipky s různě modifikovanou (mutovanou) antigenní výbavou. Proto je na každou chřipkovou sezonu příslušného roku vyráběna vakcína dle očekávaných kmenů (sérotypů) viru chřipky.

Dokončení na s. 4

Sportovci budou bilancovat v únoru

Kralovice – Končící rok vybízí k bilancování i v oblasti sportu. Jednou z příležitostí bude 19. ročník ankety o nejúspěšnější sportovce města, jejíž vyhodnocení bude 12. února v Lidovém domě.

Dnes přinášíme přehled některých sportovních výsledků uplynulého roku a výběr některých událostí roku letošního. Součástí příštího čísla MKO bude pak Ročenka kralovického sportu 2009.

Některé sportovní výsledky 2009: – basketbalistky i přes prohru v kvalifikaci s Klatovy zahájily sezonu 2009/2010 v lize starších dorostenek; – licenci A pro rok 2010 získali z orietněních běžeů Komety Kralovice D. Šlajs a O. Pova, B licence Magda Hanáková a Jiří Vištejn; – cross coudry horských kol vyhrál T. Pešek (Kolín), MTB maratón na 90 km trati pak Tomáš Trunschka (Česká



Florbalový celek mladších žáků ZŠ Kralovice (dole zleva Z. Mahnert, J. Tuma, J. Soukup a M. Melichar; nahoře zleva V. Řeňč, J. Vodrážka, R. Zeman a A. Havlíček) zvítězil v okresním přeboru a v lednu bude bojovat v krajském finále. Zdeněk Mahnert byl vyhodnocen jako nejlepší brankář turnaje. Foto: Roman ČUŘÍK

spořitelna); – žáci LHC Kralovice ovládli meziokresní přebor 2008/09; – volejbaloví muži byli první v okresním přeboru 2008/09; – A tým stolních tenistů po roce sestoupil z krajské soutěže mužů II. třídy; – na mezinárodním mistrovství v turistických závodech skončili třetí Matěj Štefl (nejml. žáci) a Jitka Staňková (ženy A); – IV. Malou kralovickou vyhrál v ktg. mužů J. Luč z Bíliny; – osmá Rallye Střela patřila J. Černému na subaru; – fotbalová příprava byla v okresním přeboru sezony 2008/09 druhá, dorostenci obsadili v krajské soutěži čtvrtou příčku.

...výkon měsíce

Prosinec:
Volejbal B tým mužů

V prosinci bojovali o mistrovské body stolní tenisté, volejbalisté, hokejisté a basketbalistky.

Za výkon měsíce vybíráme B celek kralovických volejbalistů, který si na úkor Horní Břízy vybojoval postup do finálové skupiny okresního přeboru.

...sportovní pozvánka

BASKETBAL: SO 23. 1. – Českomoravská liga st. žákyň v. Litoměřice (těl. ZŠ Kozlany).

Sportovní zpravodajství připravuje
Karel POPEL



Basketbalové starší dorostenky (na snímku vlevo Michaela Bihariová) jsou zatím ve své ligové skupině páté. Foto: Karel POPEL

...výsledkový souhrn

BASKETBAL: Liga st. dorostenek v. BK Kladno 50:66 (20:36, Urbanová 14, Houšková 11, Hynková 10), průběžně 5. místo (bilance 8 záp. – 3 5, skóre 462:494, 11 b.). Českomoravská liga st. žákyň: v. BK Tábor 98:52 (46:25, Bihariová 30, Krumpasová 17, Eretová 11), v. BK Studánka Pardubice 40:104 (15:53, Eretová 17, Buňková 10, Kubičková 8).

LEDNÍ HOKEJ: Krajská soutěž mužů, sk. A – v. Holýšov 6:4 (Hirman 2, Škvor, Kubrycht, Vít Sládek, V. Sebránek), Coyotes 14:5 (Mytaš 5, Vít Sládek a Ma. Slemenský po 2, Mudra, Kubrycht, Štefl, Holzman, Mi. Slemenský), v. Strašice 5:0 (Kleinhapl, Vít Sládek, Hirman, Škvor, Štefl), průběžně 9. místo (bilance 13 záp. – 4 1 8, skóre 50:59, 9 b.). Meziokresní přebor dorostenců – I. turnaj v. Lány 1:1, v. Hořovice 3:7, v. Žebrák 0:5, II. turnaj: v. Hořovice 3:7 (Fichtl, Hach, Zíka), v. Žebrák 0:15, v. Lány 1:2 (Hubka), průběžně 4. místo. Meziokresní turnaj žáků – I. turnaj: v. Žebrák 13:3, v. Berounské lvice 1:7, v. Hořovice 5:3, průběžně 2. místo.

STOLNÍ TENIS: region. přebor I. třídy mužů A tým v. Kozolupy 12:6 (Zimanzl 4.5, Šrámek 3.5, Houda a Burda po 2), v. Heř. Huť 17:1 (Houda, Zimanzl a Burda po 4.5, Šrámek 3.5), průběžně 3. místo (bilance 11 záp. – 8 1 2, 130:68, 28 b.). Region. přebor II. tř. B tým v. Kaznějov 14:4 (M. Skyba a A. Skyba po 4.5, Vacková 3.5, Bláha 1.5), v. V. Libyně 17:1 (Vaňha, A. Skyba a M. Skyba po 4.5, Vacková 3.5), průběžně 2. místo (bilance 12 záp. – 10 0 2, 159:57, 32 b.). C tým v. V. Libyně 0:18, v. Kaznějov 2:16 (Štroner, Csukás), průběžně 13. místo (bilance 12 záp. – 0 0 12, 24:190, 12 b.).

VOLEJBAL: Okresní přebor mužů (4. kolo), sk. A (Zruč) – A tým v. Zruč 0:2 (-22, -25), v. Kozlany 0:2 (-23, -25), v. Zbůch 2:0 (12, 14). Pořadí ve 4. kole: 3. místo, pořadí po čtyřech kolech: 2. Kralovice A (bilance 16 – 10 6, sety

21:13, 26 b.). Sk. B (Kralovice) – B tým v. D. Hradiště 1:2 (21, -16, -11), v. H. Bříza 2:1 (17, -19, 14). Pořadí ve 4. kole: 2. místo, pořadí po čtyřech kolech: 2. Kralovice B (bilance 12 - 7 5, 17:12, 19 b.). Složení finálové skupiny (A): Zruč , Kralovice A, Dolní Hradiště a Kralovice B. Pořadatelé jednotlivých finálových turnajů – 9. ledna 2010 Zruč, 13. února D. Hradiště, 20. března Kralovice A, 10. dubna Kralovice B. Tradiční vánoční turnaj (26. 12., sokolovna) vyhrál tým ve složení Jiří Bebr, Michal Fryček, Josef Březina, Jan Piškule ml., Josef Šajner a Bohouš Jakovec.



Jan Piškule ml. smečuje vedle jednobloku Jana Kozla v utkání o první místo při volejbalovém turnaji 26. prosince. Foto: Jaroslav KOZEL

...jednou větou

VOLEJBAL: Do finále okresního přeboru mužů se probíjaly oba dva kralovické týmy, první klání skupiny o titul proběhne 9. ledna ve Zruči.

LEDNÍ HOKEJ: Druhý ročník turnaje žáků O putovní pohár města se uskutečnil 29. prosince na ZS v Rakovníku; kralovický tým obhájil vítězství.

BASKETBAL: Nejmladší tým DBK Kozlany/Kralovice, minizáctvo roč. nar. 1999 a ml. se zúčastní prvního turnaje Šmoulínka cupu na Kladně v sobotu 10. ledna.

Co se v roce 2010 na Kralovicku také chystá?

– V pátek 12. února od 18 hodin bude vyhodnocení ankety o nejúspěšnější sportovce města.

– První březnovou sobotu budou v sokolovně hrát turnaj v šestkovém volejbalu veteráni, na antuce jejich klání klub uspořádá 21. srpna.

– 1. května se u sokolovny uskuteční 52. ročník volejbalového turnaje

– V květnu Bikeclub přichystá závod Cross country horských kol.

– 28. srpna další ročník MTB maratonu.

– 18. září proběhne v Kozlancech mistrovství ČR v turistickém závodě smíšených dvojic, pořádají KČT Kralovice a DBK Kozlany/Kralovice.

– V. Malá kralovická má datum konání 17. listopadu.

Vyhlášení vítězů

19. ročníku ankety

O NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ

SPORTOVCE

KRALOVIC

Lidový dům

12. února 2010 v 18 hodin

Aktuálně: Infekční záněty dýchacího systému

(Dokončení ze s. 3)

V letošním roce je situace navíc komplikována tvz. H1N1 pandemií chřipkou (též nazývanou prasečí či mexickou). V současné době jsou v ČR očkováni mimořádně jen vybrané skupiny obyvatel. Bohužel je v naší společnosti silně zakořeněn názor, že vakcíny používané proti chřipce nefungují anebo dokonce chřipku vyvolávají. Mohlo k tomu skutečně dojít v minulém století, kdy byly používány vakcíny jen s oslabeným virem chřipky. Dnes jsou používány moderní vakcíny, které obsahují jen vybrané, neživé, vyso-

ce čištěné antigenní struktury viru chřipky, které stimulují tvorbu protilátek. Navíc je třeba si uvědomit, že každé „nachlazení“ není chřipka. Tato tzv. „nachlazení“ jsou vyvolána řadou jiných virů. Může se stát, že v období očkování proti chřipce se očkovavec souběžně infikuje vzdušnou cestou zcela jiným virem, který vyvolá onemocnění označované lidově „chřipka“, ač ve skutečnosti o skutečnou chřipku nejde.

U osob s častější nemocností je možno preventivně využít i přípravky s imunitním efektem jako je extrakt z hlívy

ušťičné (imunoglukan), echinacea, systémová enzymoterapie (Wobenzym) ev. bakteriální lyzáty.

Rekapitulace

Při infekčním onemocnění dýchacího systému je vhodné dodržovat tato opatření:

- klidový režim,
- antipyretika při teplotě nad 38 °C,
- zajistit dostatek tekutin,
- vlhčit vzduch,
- větrat,
- dle chuti zajistit lehkou stravu s dostateč-

kem vitamínů a minerálů,

- léky dle příznaků,
- důsledně sledovat dynamiku onemocnění a při zhoršování vyhledat lékaře
- neočekávat, že onemocnění odezní za 1–2 dny,
- dodržovat rekonvalescenci,
- dodržovat hygienická pravidla k zamezení šíření infekce do okolí (např. i tím, že při návštěvě dětské ordinace dodržujeme časové rozdělení ordinace pro děti zdravé a pro děti nemocné).