**Eseje letního semestru 2012/2013 na téma „Lidské zdraví“**

**Eliška Laníková**

Téma lidské zdraví, které se nám nabídlo jako jedna z možností VU3V, mě potěšilo. Možná proto, že jsem v dětství na následky hnisavé angíny prodělala zánět srdečního svalu, pár let trvalo, než mě lékaři uznali za vyléčenou. Zdravotnická zařízení mi natolik učarovala, že jsem se chtěla stát zdravotní sestrou. Pak mě tato touha opustila, nicméně až nyní po přednášce o složité a namáhavé práci srdce jsem pochopila některé souvislosti i s mojí někdejší nemocí. Od té doby už jsem zdravotnická zařízení, až na výjimky, nepotřebovala a možná dopadnu tak, jako babička v jedné historce: Lékař: "Babi, už jste u nás dlouho nebyla". "Áále, byla jsem nemocná, pane doktor, nemocná jsem byla." "Aha, a s čímpak jste přišla dnes?" "Popovídat si, popovídat..." Bylo by báječné, kdyby se nám všechny nemoci vyhýbaly a s tím nám možná malinko pomohlo i "lidské zdraví" na naší VU3V a když ne, tak nám aspoň nezakrní mozek!

**Petr Caletka**

Lidské zdraví je to, co nás provází po celý život. Zdraví je veliký dar, který každý člověk dostává již při svém početí a narození. V dětství o naše zdraví pečují rodiče společně s dětskými lékaři. Ve školních letech sportujeme a věnujeme se různým zálibám, snadno překonáváme různé překážky a chceme se rychle podobat dospělým. Později, kdy už pečujeme o vlastní děti, své zdraví odsouváme, protože zdraví dětí je přednější. Ze své zkušenosti vím, jak je velmi kruté, když onemocní vlastní dítě nevyléčitelnou nemocí. Začnete přemýšlet, co jste udělali špatně, co zanedbali… Na nic nepřijdete, vždyť i medicína je většinou bezradná, pokud se jedná o zhoubný nádor na mozku. Býti zdráv je vlastně velké štěstí, proto o své zdraví třeba velmi pečovat. V šesti lekcích "lidského zdraví" jsme obohatili své vědomosti o lidském těle, o jeho funkcích, o riziku nemoci srdečních, nemoci nervového systému, hypertenzi i cukrovce. Přiznám se, že některé přednášky působily tak trochu depresívně hlavně u nemocí, které se projevují na stáří, a my se již do této kategorie řadíme. Proto doufám, že ve druhé části studia VU3V si vybereme téma přednášek, které nás jednak obohatí o znalosti z jiných oblastí a zároveň nás naplní dobrým pocitem ze studia.

**Kateřina Klósková**

Oblíbená větička, která zazní vždy při pozvednutí číše. Na přednáškách VU3V na téma "Lidské zdraví" jsme zjistili, které nemoci stáří by nás už měly trápit, ale zároveň jsme se dověděli, že proti věku není léku. Takže zapomeňme datum narození (vždyť každý je tak starý jak se cítí)a užívejme si každého dne, kdy můžeme dělat to, co nám činí potěšení, jíst to, na co máme chuť a odpočívat tehdy, kdy si tělo řekne. A ať nám slouží!

**Věra Kratochvílová**

Početní většinou jsme si zvolili téma Lidské zdraví. Jak jsme posléze zjistili, téma nejobtížnější, příliš odborné. Vyslechli jsme pozorně všechny přednášky pana profesora, vypracovali dílčí testy a dostali se až k testu závěrečnému. Jaké však bylo moje překvapení, když jsem otevřela výsledek mého snažení. Na otázku "TIA vedou k lakunárnímu stavu mozku. Jaké to má následky pro pacienta?" V sylabu jsem vyhledala text - "Klinické příznaky: bolesti hlavy,… poruchy hybnosti… oslabení sluchu…“. Zvolila jsem tedy odpověď "postupně vede k poruchám hybnosti a smyslovým poruchám". A ejhle, odpověď nesprávná. Dolehla snad na mě choroba s následky pro pacienta a odpověď správná: "jen neurčité, ale v pokročilém stavu vede k vaskulární demenci1"?.

**Vladislava Latochová**

Tak jako je Slunce středem Vesmíru a vše se kolem něj točí, tak na Zemi se „vše“ točí kolem zdraví. Proto také kurz Lidské zdraví získal nejvíce bodů a my jsme si ho vybrali pro letní semestr. K plnohodnotnému životu potřebujeme hlavně zdraví. Není divu, že většina z nás pro to dělá dle svých možností maximum. Počínaje stravováním, oblékáním, sportem, relaxací. Je to nekončící koloběh činností, který máme to štěstí prožívat. No a jak se ke zdraví staví moje maličkost? Každopádně jsem většinou nepodceňovala rady maminky a stále mi zní v uších věta zesnulého MUDr. J. Gaudyna, kterou se pokusím přeložit do češtiny: „ Hlavně se dobře živit a teple oblékat:“ Na zuby to ale u mne neplatilo, to musel zvládnout zubař, ke kterému jsem utíkala při sebemenším podezření, že něco není ok. S přibývajícími roky budeme stále častěji pociťovat opotřebení tělesné schránky. Něco se dá vyměnit, doplnit či posílit (klouby, zuby, sluchadla, hůlky, brýle). Ale jak tyto „instrumenty“ co nejvíce oddálit, to mi snad umožní poznatky z kurzu Lidské zdraví.

**Miloslav Lejka**

V době když jsem ukončil pracovní činnost a vstupoval na zasloužený odpočinek, dal mi do vínku můj, o pár let starší přítel několik rad. Jednu z nich jsem si zapamatoval nejvíce a dosud jsem se jí řídil. Rada zněla: "Synku nechoď jako emerit mezi dědky do parku, tam se dozvíš jen o jejich chorobách a rázem dostaneš všechny". Dodržoval jsem jeho rady do dnešní doby. Osudem řízení jsme si jako studium odhlasovali, spíše odhlasovaly," Lidské zdraví". Studium bylo fajn, hodně jsem se toho dozvěděl, procvičil si mozek, těšilo mně docela úspěšné ukončení testů, jenom jsem zapomněl na tu dobrou radu mého kolegy. Měl pravdu. Každá přednáška ve mně vzbuzovala domnění, že i já bych případně mohl takové zdravotní problémy mít. S každou další přednáškou jsem byl více a více nemocný. Mám strach jít rychleji na Lysou, aby se něco nepokazilo v pravé či levé komoře srdeční, mám obavy z některých jídel, které jsem tak miloval, abych neonemocněl možná začínající aterosklerózou, když si nemohu vzpomenout na jméno některého herce, říkám si: a už je to tady, to bude alzhaimer, nebo jen začínající demence? Doufám, že si příště vybereme praktičtější téma.