



Osobní příběhy pacientů, rady lékařů a zajímavosti o lidském těle představí MUDr. Kateřina Cajthamlová ve třetím pokračování oblíbené talk show DoktorKA, které začíná ve středu 4. ledna v 21.25 hodin na ČT1.

Jak poznat varovné příznaky vážných nemocí a co s tím dělat? Česká televize přichází s třetí sérií divácky oblíbeného pořadu, jehož cílem je podpořit veřejné povědomí o zdraví a motivaci ke zdravému životnímu stylu. Stěžejním tématem každé epizody bude opět celospolečenský problém, který DoktorKA ve studiu řeší, a to v souvislosti s pacienty, kteří mají s danou diagnózou vlastní zkušenost. „Mnoho z nás se o své zdraví opravdu začne zajímat až na poslední chvíli, až když vznikne zdravotní problém. Přitom naše zdraví je to nejcennější co máme a je velmi důležité v tomto směru nic nepodcenit,“ říká kreativní producent **Petr Mühl**, v jehož tvůrčí produkční skupině talk show vzniká, a dodává: „Zdravotní osvěta a prevence by se měla stát součástí našich životů a jsem osobně velmi rád, že můžeme na obrazovku České televize přivést třetí řadu oblíbené talk show DoktorKA, ve které budeme opět společně s předními odborníky z oblasti medicíny motivovat diváky ke zvýšení zájmu o své zdraví a o zdraví svých blízkých.“

Diváci se dozvědí mnoho důležitých informací k tomu, jak postupovat v případě diagnózy, léčby a prevence onemocnění. Mezi chystanými tématy jsou letos čtyři tělesné bolesti, které mohou znamenat rakovinu, tři snadné testy, které mohou zachránit život, rakovina žaludku, zázraky estetické medicíny, život omezující potravinové alergie a intolerance a další.

Kateřina Cajthamlová: Zkousím, co mé tělo vydrží

Talk show DoktorKA se dočkala svého třetího pokračování. Proč myslíte, že je pořad u diváků tak úspěšný?

Licenční formát DoktorKY (Dr. Oz) je velmi zajímavě koncipovaný formát vzdělávacího programu pro širokou oblast diváků. Je plný zajímavých rozhovorů s odborníky, ukázek ze světa současné medicíny „pokusů“ i příběhů pacientů. Česká televize nám k natáčení poskytla největší studio, na přípravě i realizaci se podílí velké množství tvůrců i obrovský realizační tým. Měli jsme podporu České Lékařské Komory a špičkoví odborníci, známí českému divákovi, souhlasili se svou účastí a přinášejí spoustu fascinujících informací ze svých oborů, které představují zajímavou formou. V neposlední řadě musím poděkovat i těm, kdo se s důvěrou a ochotou nabízejí jako pacienti těchto osobností a dávají všanc své příběhy s dobrými konci. Pro to vše, myslím, má pořad stálý zájem diváků a jsem tomu moc ráda.

V čem DoktorKA diváky inspiruje?

Pevně doufám, že budeme diváky opět uklidňovat a odstraňovat jejich obavy z preventivních vyšetření i strach z odborníků a jejich občas děsivě znějících či nesrozumitelných sdělení. Tím, že mohou na vlastní oči a uši vidět reálné pacienty a slyšet jejich příběhy i zkušenosti, se může zmírnit jejich ostych problémy včas řešit. Ten, kdo svému tělu naslouchá a zajímá se o jeho stav i změny, může v pořadu najít i informace, na které se lékaře stydí či bojí zeptat nebo inspiraci pro upevnění vlastního zdraví a zkvalitnění života.

Co člověka donutí svůj zdravotní problém řešit a nejen nad ním mávnout rukou?

Bohužel, často je to až onemocnění vlastní, nebo někoho z blízkých či přátel, co pacienty přivádí do ordinací. Je to někdy sice za pět minut dvanáct, ale lépe pozdě nežli později! Naše medicína dnes vsutku dokáže zázraky, bohudík.

Jaký je podle Vás největší neduh české společnosti?

Nemám ráda zobecňující mluvení za nějakou společnost, ale pokud už se takto ptáte, mrzí mne, že o péči o některé typy pacientů a jejich trápení (stáří, postižení a znevýhodnění či psychiatrické či onkologické diagnózy) společnost neprojevuje odpovídající zájem. Někdy se přehání, jindy bagatelizuje, někdy lidé mezi sebou tradují mýty odtržené od reality. Nu a někteří pacienti stále nechtou příbalové letáky svých léků a mnohdy je ani nedokážou vyjmenovat a říci, proč je berou. Ale situace se lepší a doufám, že také trochu díky pořadu DoktorKA.

Sama jste lékařkou, co Vás nejvíce trápí na Vašich pacientech?

Asi pokud si vymýšlejí, bagatelizují léčebný režim, podceňují nebo naopak přehánějí příznaky a obtíže, nebo se nechají nalákat na nějaký „zázračný alternativní prostředek“, utrácejí zbytečně peníze a ztrácejí čas místo kvalitní diagnostiky a terapie.

Máte i Vy nějaké „vroubky“?

Někdy jsem i sama pohodlná a nedostatečně sportuji nebo nedodržuji dostatečnou rekonvalescenci, jindy zkouším, co mé tělo vydrží a ne vždy poslouchám kolegy na sto procent. Ale vždycky se přiznám a snažím se to pak napravit. Nikdy ze svých pochybení neobviňuji lékaře, ale vždy svou případnou nedůslednou spolupráci.

Během natáčení se setkáváte s řadou lékařských kapacit. Kdo pro Vás byl nejvíc inspirující?

Nejvíc mne inspiruje hravost a vtip pánů profesora Arenbergera a docenta Martínka, laskavost profesora Pirka a paní docentky Fifkové, přesné, ale přesto velmi srozumitelné vyjadřování doktorů Vrby a Lukáše, zahraniční zkušenosti profesora Stránského a spousta dalších vlastností těch, které jsem mohla v pořadu osobně potkat. Všichni, kdo pozvání přijali, byli úžasnými společníky v debatě a nebránili se popularizaci svých postupů zábavnou formou, toho si velmi vážím. Navíc jsou po odvysílání zavaleni maily a dotazy pacientů a s trpělivostí odpovídají, což obdivuji.

Jaké téma z třetí řady je pro Vás osobně nejzajímavější?

Těším se na díl o transsexualitě, který byl díky hostům velmi krásný a na to, jak si opět s dojetím poslechnu všechny příběhy, které během natáčení zazněly.

Jak se cítíte v roli moderátorky?

Už jsem si posteskla v minulosti, jak těžká role je moderovat tak široce koncipovaný pořad. Příprava mi stále zabírá hodně času, ale je to krásná a obohacující práce. Stále se učím, rozšiřuji si přehled o všech novinkách v oblasti medicíny a někdy zůstávám v úžasu nad tím, co vše pacienti zvládají a jakou trpělivost a odvahu prokazují.

Věnujete se hodně tématům věnovaným stresu a psychosomatickým potížím, jakou roli v dnešní době hrají?

Dnešní doba je hektická a klade na nás všechny obrovské nároky. Neděláme si dostatek času na odpočinek, někdy pro finanční plánování zapomínáme na malé radosti, pro pracovní nasazení ukrajujeme čas přátelům a rodině i sami sobě, vyčítáme si to pak a doháníme to, co jsme zanedbali. Trpíme fyzicky i psychicky a někdy i citový život a vztahy obětujeme každodennímu honu za úspěchem. Naše priority v okamžiku, kdy přijde nemoc, musí doznat změn, abychom se uzdravili. Jsme méně odolní a méně trpěliví než předchozí generace a možná i proto máme tolik psychosomatických potíží.

Myslíte, že jsou v současné medicíně relevantně zohledňovány?

Současná medicína, bohudík, zohledňuje psychický dopad i příčiny chorob. Nedělí už tak striktně „fyzické“ od „psychického“ a vnímá člověka v celku i jako objekt četných vnějších nároků, vztahů a tlaků. Největší posun vidím v oblasti pediatrie, onkologie a péče o nevléčitelně nemocného a umírající.

Je něco, co byste českým lékařům vytkla?

Možná snad jen to, že občas pacienti, v dobře míněné snaze informovat, poněkud děsí. Někdy vinou vlastní přetíženosti nemají dost času na zevrubný rozhovor s pacientem, ale za to může spíš podfinancované zdravotnictví než kolegové.



Přehled jednotlivých dílů:**Účinný plán, jak nastartovat metabolismus***středa 4. ledna, 21.25 hodin, ČT1*

Metabolismus neboli látková přeměna, zahrnuje chemické reakce probíhající v buňkách našeho těla, díky kterým získáváme energii z potravy a které vedou k sestavení základních stavebních složek našeho těla. Patříte také ke skupině lidí, kteří svou váhu či špatnou tělesnou kondici připisují právě pomalému či dokonce geneticky vrozenému metabolismu, se kterým zkrátka nelze nic dělat? Jedná se pouze o výmluvu nebo je to fakt? Do jaké míry může metabolismus za vaši nadváhu? Kdy je na vině špatný životní styl plný nezdravého stravování, nedostatku pohybu či stresu? V tomto díle se diváci dozvědí, jak nastartovat metabolismus a zároveň si vyvrátit ty největší mýty, které okolo něj panují. Dále odborníci představí orgán, který má na svědomí povadající pozadí, paže a vrásky kolem očí, poradí jak zatočit s akné a představí zaručené tipy pro krásu.

Čtyři tělesné bolesti, které mohou znamenat rakovinu*středa 11. ledna, 21.25 hodin, ČT1*

Každý třetí obyvatel České republiky v průběhu svého života onemocní rakovinou. Každý čtvrtý na ni zemře. Každoročně onemocní v České republice rakovinou více než 77 000 lidí. V počtu onkologicky nemocných zaujímáme přední místa v Evropě. Důležité je nepodceňovat preventivní prohlídky, poslouchat včas své tělo a nepřehlížet základní příznaky. Které tělesné bolesti mohou znamenat rakovinu? DoktorKA odhalí pomocníky v boji proti rakovině, celulitidě a ukáže každodenní „nakopávače“ energie.

Problém zvaný neplodnost*středa 18. ledna, 21.25 hodin, ČT1*

Problém, o kterém lidé neradi hovoří nahlas. Partnerský pár je považován za neplodný, pokud při pravidelném pohlavním styku (přibližně dvakrát týdně) nedojde k oplodnění do jednoho až dvou let. Pravděpodobnost otěhotnění v jednom měsíčním cyklu je pouze 20-25%. Neschopností počít dítě je na celém světě postiženo minimálně 10% párů, přičemž dalších 10-25% je postiženo sekundární neplodností, tj. neschopností počít druhé nebo další dítě. Neplodnost početí je v páru způsobena problémy na straně žen přibližně ve 30-40% případů, problémy na straně mužů přibližně v 10-30% případů a problémy u obou partnerů v 15-30% případů. DoktorKA se v tomto díle vydá na cestu za zázrakem stvoření, ve který tyto páry nepřestávají věřit.

Zázraky estetické medicíny*středa 25. ledna, 21.25 hodin, ČT1*

Varixy jsou pro většinu pacientů nehezky kosmetickým problémem. Dlouhodobým zanedbáváním křečových žil mohou nastat i závažné obtíže, jako je žilní trombóza nebo bérkový vřed. Na jejich vznik má zásadní vliv genetická dispozice, dále ženské hormony a těhotenství. Na křečové žíly trpí až dvakrát více žen než mužů. Névus flammeus, kožní onemocnění známé pod lidovým názvem oheň, je porucha cévních kapilár, vyskytující se převážně na krku, hlavě a v obličeji. Jedná se o velmi výrazný celoživotní estetický problém a zároveň neskutečnou psychickou zátěž. Stárnutí očních víček nejvíce ovlivňuje mimika, dědičná dispozice, typ kůže, alergie, onemocnění ledvin nebo celková životospráva. Povadlá kůže kolem víček není jenom estetickou vadou, ale také vadou funkční. Vyvolává pocit vyčerpanosti, slzení, bolestivosti očí, vede k celkové únavě a migrénám.

Život ohrožující anorexie a bulimie*středa 1. února, 21.25 hodin, ČT1*

Anorexie a bulimie - dvě závažná onemocnění, týkající se poruchy příjmu potravy. Při anorexii u pacienta dochází k odmítání potravy. Naopak bulimie spočívá v nezřízeném přejídání a následném vyvolání zvracení. V roce 2012 bylo léčeno v ambulantních zdravotnických zařízeních s diagnózami poruchy příjmu potravy 3 461 pacientů a v psychiatrických lůžkových zařízeních bylo hospitalizováno celkem 330 případů. Mentální anorexie a bulimie nejvíce postihují ženy. Jedná se dokonce o duševní chorobu s nejvyšší úmrtností - až 10%. Je proto nesmírně důležité odhalit první příznaky dříve, než už je skutečně pozdě! Přímou ve studiu DoktorKA ukáže příběhy, ze kterých mrazí a představí organizaci, která pomáhá lidem trpícím těmito život ohrožujícími diagnózami.

Tři snadné testy, které vám mohou zachránit život*středa 8. února, 21.25 hodin, ČT1*

Jednoduché rady a tipy na testování, díky kterým lze předcházet celé řadě hrozících onemocnění, kterými jsou například mrtvice, infarkt či poškození ledvin. Které to jsou? Diváci také zjistí, jak předcházet hrozbách kardiovaskulárních komplikací a co jsou to BIO potraviny, jaké jsou jejich výhody a jak si z nich připravit snadné a chutné recepty.

Varovné příznaky rakoviny vaječníků*středa 15. února, 21.25 hodin, ČT1*

Rakovina vaječníků a vejcovodů – říká se jí tichý zabiják žen. Její počáteční varovné příznaky jsou nenápadné. Představuje asi 15 % zhoubných novotvarů u žen. Česká republika je s výskytem 23 nových případů na 100 000 žen za rok na 4. místě v Evropě. Úmrtnost na tyto nádory je relativně vysoká – proto je nejvyšší čas o ní začít mluvit.

Život omezující potravinové alergie a intolerance*středa 22. února, 21.25 hodin, ČT1*

Potravinovou alergií trpí až 4 % celosvětové populace. Ve věkové skupině do 3 let dokonce až 8 %. Zatímco alergie na potraviny jsou dobře známé již řadu desetiletí, potravinová intolerance nabývá na významu až v posledních letech. Nejčastějšími příznaky potravinových alergií jsou otoky, průjem, vyrážka, ekzém či astmatický záchvat. V případě alergie je reakce na přítomnost „škodlivé“ potraviny velmi rychlá. K alergické reakci dochází během minut až několika málo hodin po požití „špatného“ jídla. U potravinových intolerancí nelze působení škodlivin tak snadno odhalit. K chorobným projevům v organismu nedochází tak rychle, jako je tomu v případě alergií. Tyto nemoci jsou hůře diagnostikovatelné. Výsledkem bývají střevní obtíže s nadýmáním, bolestmi břicha a průjmy. Příběhy pacientů odhalí, jaké je to žít s celiakií, jak se správně bezlepkově stravovat a vše o kožním onemocnění jménem lupénka.

Žiji v jiném těle, jsem transsexuál*středa 1. března, 21.25 hodin, ČT1*

Transsexualita je stav nesouladu mezi psychickým a anatomickým pohlavím. Transsexuálem je buď člověk, který má primární pohlavní znaky muže, ale cítí se být ženou, nebo člověk, který má primární pohlavní znaky ženy, ale cítí se být mužem. Statistiky uvádějí, že v České republice připadá jeden transsexuál na 10 000 obyvatel. Lékaři si ovšem myslí, že toto číslo je značně podhodnocené a

realita by mohla být i dvojnásobná. Jaké je to žít uvězněn ve vlastním těle? A jak vlastně vypadá operace změny pohlaví?

Ohrožuje vás rakovina žaludku?

středa 8. března, 21.25 hodin, ČT1

Damoklův meč rakoviny visí prakticky nad každým z nás. S prodlužující se délkou života narůstá totiž i pravděpodobnost, že se u nás zhoubný nádor objeví. Každých 8 minut přibude nový onkologický pacient. Každých 20 minut na rakovinu někdo zemře. Z celkového počtu zhoubných onemocnění v České republice tvoří rakovina žaludku 5 %. Podle statistik se její výskyt ve většině vyspělých zemí snižuje. Míra přežití naopak stoupá. Pokud ovšem přijdeme včas! Podstatné je nepodceňovat prevenci. Jakých příznaků si všimnout a jaké preventivní kroky dělat? DoktorKA ukáže příklad jídelníčku bojující právě proti rakovině a rozebere problém zvaný refluxní choroba jícnu.

Sedm dní, sedm cest z bolesti

středa 15. března, 21.25 hodin, ČT1

Bolest umí být sílící, pulzující i paralyzující - zná ji každý z nás. Podle statistiky nejrozšířenější bolesti, bolesti zad, v průběhu svého života v České republice trpí až 80 % dospělé populace. V rámci EU jsou statistiky neméně varovné, postiženo je na 120 milionů lidí a přímé náklady na léčbu bolesti zad zde dosahují bezmála čtvrt bilionu eur ročně. Podobně vypadají i čísla týkající se bolesti hlavy. Podle statistik trpí na bolesti hlavy alespoň občas 70 - 85 % dospělé populace. Dlouhodobou bolestí hlavy více než 1/3 dospělých. Tento díl se zaměří i na boj s celulitidou, jak se zbavit závislosti na umělých sladidlech a co pomáhá proti únavě.

Dát možnost přežít...

středa 22. března, 21.25 hodin, ČT1

V uspěchané době se najednou objeví stopka - nádor na mozku, nefunkční srdce, miminko, které přišlo na svět příliš brzy. Denně umírá na světě 150 000 lidí. Jen v české republice zemře téměř 300 lidí každý den. Každou sekundu se čtyři lidé narodí a dva zemřou. Téměř 9% dětí se narodí nedonošených, z čehož jedna pětina svůj boj o život prohraje. V roce 2016 bylo v České republice na čekací listině transplantace srdce a transplantace srdce a plic 144 z nás. Boj o život probíhá každý den!

Chovám se normálně?

středa 29. března, 21.25 hodin, ČT1

Asi každý si někdy v životě položil otázku - je moje chování normální? Může jít o různé zlovyky, přehnané reakce nebo návyky, které si neseme z dětství, a v dospělosti působí poněkud podivně. V tomto díle se DoktorKA zaměří na to, co je ještě v normě a kdy už je čas vyhledat odbornou pomoc. Společně s odborníky také odhalí, jaké skryté nebezpečí může číhat v našem těle a jak se bránit proti parazitům.

Doktorka III

pořadem provází: MUDr. Kateřina Cajthamlová // **scénář a dramaturgie:** Šárka Volemanová // **režie:** Michael Čech, Pavel Sadílek, David Sís // **kreativní producent:** Petr Mühl

