



TRIEDR

TESTIMONIUM RADICALE IN EDUCATIONE DOCTORUM



ÚVODEM

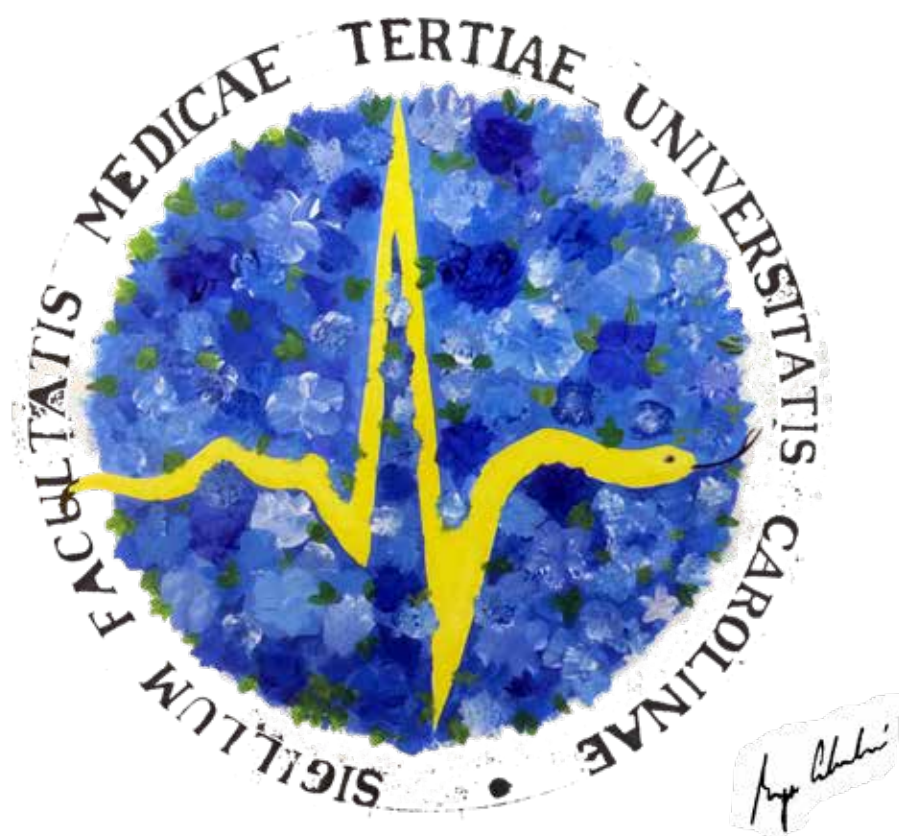
Vážení a milí čtenáři,

vítám vás u nového čísla studentského časopisu Triedr. Nový semestr je v plném proudu, ulice již oplývají jarní atmosférou, v parcích rozkvétají první květy a studenti odkládají zimní bundy. Doufám, že slunné počasí vás motivuje i k troše mimoškolních aktivit. Není občas na škodu odložit učebnici a vyjít ven, anebo alespoň vzít do rukou jinou četbu než odbornou (třeba naše zbrusu nové dubnové vydání).

Kromě zajímavých informací, o kterých se můžete dočíst v následujících stránkách, bych vás rád informoval o tradiční mezifakultní události – 25. 4. od 16:00 pro vás Medviet připravil úspěšnou akci DoctorChef, kde se proti sobě střetnou 4 týmy ze 4 různých fakult, 1. LF, 2. LF, 3. LF a VŠCHT. Jaké jídlo se budete učit připravovat a jak se do soutěže přihlásit naleznete na facebookových stránkách podspolku Medviet. Za další se můžete těšit na další prvotinu, tentokrát pod hlavičkou Cesty ven – EdenKaraoke. Této akce se můžete zúčastnit již 15. 4. od 17:00, kde jinde než v Malém Edenu. V neposlední řadě bych chtěl pogratulovat slovenským spolužákům a spolužačkám k výsledkům prezidentských voleb. Vyhrála Zuzana Čaputová. Vítězství vydobyla slušností, autenticitou a zdůrazněním morálních hodnot. Věřím, že Česká republika si vezme z našich sousedů příklad a snad se brzy i na českou politickou scénu vrátí slušnost a důstojnost.

Na závěr bych chtěl poděkovat všem, kteří se jakýmkoliv způsobem podíleli na přípravě časopisu. Jmenovitě bych rád poděkoval panu doc. MUDr. Andreji Sukopovi, Ph.D., přednostovi Kliniky plastické chirurgie FNKV, který se skutečně s velkým zapálením zúčastnil rozhovoru. Za jeho nadšení a ochotu mu za celou redakci patří obrovský dík. Přeji příjemné čtení,

Petr Nohejl, šéfredaktor





06

Svátek vtipálků

08

TRIDANCE

12

Misanthropův koutek

23

napláňovat'-vybavit'-zariadit'-erasmus

28

Deník marný holky

33

Medviet

37

Nerd deník

OBSAH

10

Očima zrzavé sestřičky

14

Rozhovor: MUDr. Andrej Sukop

26

Cesta ven

30

Dlouhá GA, která rychle utekla

35

National cultural days in Maly Eden

38

The World and Us...



SVÁTEK VTIPÁLKŮ

Každý rok se 1. dubna po celém světě spustí laviny žertíků. Apríl má být svátkem, který nás pobaví a odvede pozornost od běžných starostí. V mnoha zemích světa se tento den nese v duchu vtipů, potouchlostí a nejrůznějších rošťáren, které si mezi sebou provádějí všichni od nejmenších po nejstarší. Již od časných ranních hodin lidé doslova soutěží o to, kdo koho dřív nachytá.

Kde se to vzalo?

O původu oslav aprílu v podobě různých žertů na ostatní není mnoho dochovaných záznamů, ale jsou prameny, které předpokládají, že tento svátek vznikl jako reakce na změnu ročního období z pochmurné a smutné zimy na veselé jaro plné života.

Tento zvyk i přesto, že není původní českou tradicí, se u nás (nejspíš díky našemu pověstnému smyslu pro humor)

zabydlel a zdomácněl. Svátek apríl se v Čechách slaví už od 17. století. Dříve se často posílalo oběti aprílu něco vypůjčit či zakoupit. Sehnat věci jako např. vtipné semínko, zaječí peří, bublinka do vodováhy, ohybač cihel nebo hodinářská motyka, to byl úkol pro všechny, kteří se nechali napálit.

Apríl se tehdy dodržoval nejen 1., ale také 30. dubna, od čehož se však postupem času upustilo.

5 nejlepších mediálních aprílů

Tradice aprílového žertování se stále dodržuje i v dnešní době, ovšem teď už je naše vtipkování oproti dřívějšku o poznání promyšlenější.

Apríl využívá pro zviditelnění mnoho výrobců a značek, kteří v tento den uvádějí na trh nejrůznější “vychytávky”. Přidávají se i světová média, která přicházejí s doslova neskutečnými senzacemi. A je opravdu

neuvěřitelné, kolik lidí se pravidelně dá každý rok nachytat.

Napoleon by záviděl

V roce 2008 se stal hitem článek britského deníku The Sun. Ten otiskl zprávu, že se chce nechat tehdejší francouzský prezident Sarkozy zvětšit. V článku byl zároveň zahrnutý odborný názor na tento zákrok od izraelského vědce Ury Smucka (samozřejmě fiktivního). Ten měl na švýcarské klinice vymyslet unikátní metodu prodlužování lidského těla. Prezidenta by prý natahovali na lavici připomínající mučidla a do kolen mu píchali kalciové injekce. Každý opravdový ortoped by musel nad tímto scénářem zelenat hrůzou, ale britští novináři ještě doložili “pravdivost” tohoto článku vyjádřením neexistujícího mluvčího francouzské vlády jménem Luc Biggér (bigger – anglicky větší).

Hamburger pro leváky

Roku 1998 vydal fastfoodový řetězec Burger King oznámení, že začne vyrábět nový burger pod názvem “Left-Handed Whopper”. Ten měl být speciálně upravený tak, aby zajistil 32 miliónům amerických leváků lepší požitok z jídla. Reklama na tuto novinku hlásila, že ingredience jsou úplně stejné jako u “praváckého burgeru”, jsou však otočené o 180 stupňů. Tisíce Američanů se pak snažily koupit si burger pro leváky a praváci naopak při

objednávce žádali výslovně hamburger “pravostranný”.

#instaauto

S aprílovou vychytávkou přišla i společnost Škoda Auto, která na sociální síti sdílela fotku nové funkce volantu s názvem Safie (složené ze slov safe a selfie). Která slouží k pořizování svých fotek i za jízdy, aniž by došlo k ohrožení bezpečnosti. Fotoaparát měl být zabudován ve zpětném zrcátku.

Jak podpořit studenty

V roce 2013 zas veřejnost pobavila zpráva ze studentského serveru Ukáčko.cz, který uvedl, že rektor univerzity uzavřel dohodu s fastfoodovými řetězci, čímž měl pomoci studentům vyřešit problém při hledání uplatnění po škole. Traduje se, že prý na studijní oddělení několik studentů opravdu přišlo s žádostí o zprostředkování práce ve fastfoodu.

Špagetovník

V roce 1957 se diváci televizního pořadu BBC mohli dozvědět, že ve Švýcarsku díky úspěšně vyhranému boji s broukem nosatcem špagetovým a mírné zimě se farmáři těší z neobvykle velké úrody špaget. Následovaly záběry Švýcarů tahajících ze stromů hrsti špaget. Ještě několik dní poté se jim hromadili telefonáty od diváků pořadu, kteří chtěli vědět, jak by si mohli sami vypěstovat špagetovník

Damayantí Trkovská

Poslední takty písničky "This is me" dozněly a konečně bylo po všem. Skončilo to. Slyším zrychlený dech svých kamarádů a vidím upřímné úsměvy na jejich tvářích. Povedlo se nám to? Líbilo se to? Byl to úspěch? Po víc než půlroční práci jsme během 13 minut předvedli to, na co všichni čekali - studentské předtančení na Reprezenačním plese - asi největší úkol studentského podspolku Tridance.

Kdo vlastně jsme nebo chceme být? Tanec je kolektivní sport (pro ty, kteří se momentálně smějí a pochybují - přijďte a zkuste) a stejně tak jako hokej, fotbal, basketbal a další sporty, i my chceme sdružovat všechny své příznivce v jedné skupině. Chceme se rozšiřovat, zlepšovat a zvát k nám další a další tance-chtivé.

Naše fakulta společně s Trimedem pořádá po celý rok mnoho akcí, od společenských přes kulturní po sportovní. A co nechybí skoro na žádné takové akci? Přece předtančení, půlnoční překvapení nebo čistě tanečně-sportovní podpora (např. pro náš milovaný HC Trimed). Proto jsme se rozhodli spojit všechny milovníky

tance a tak vznikl Tridance. Co děláme? Tančíme! Jak již bylo zmíněno, jedno z nejdůležitějších "poslání" našeho spolku je předtančení na fakulním plese. Koho by nezaujalo předtančení, můžeme nabídnout tým Cheerleaders, který zatím podporuje náš hokejový tým, ale chystá se jít podpořit i fotbalové, basketba-

lové a další zápasy. Pořád málo? Můžete si s námi zatančit na pódiu při vítání prváků na Beáních nebo na Mikulášské party při již tradičním půlnočním překvapení. Nebo prostě jen přijít, zatančit si a zlepšit si s námi náladu. Komu by to stále nestačilo, chystáme další a další akce a kdo by měl zájem a nápady - fantazii se meze nekladou...Neřešíme, kdo

je začátečník, kdo je pokročilý, kdo má lepší styl ani nic jiného. Neděláme konkurzy. Nechceme od vás nic víc, než chuť se hýbat, dobrou náladu a občas po tréninku chuť na pivo nebo decku, dvě...vínka :)

Pokud vás zaujalo alespoň něco z toho, co jsem se pokusila napsat (omluvte mě, žurnalistka nebudu), neváhejte a napište, přijďte, ozvěte se! Budeme čekat!

Barbora Beranová



Očima zrzané sestřičky

Celou střední jsem ze sebe chrčila nápady různých charakterů. “Budu studovat v Mariboru!” “Chci být au-pair ve Švédsku!” “Půjdu na taneční konzervatoř!” Bylo zřejmé, že mé nápady nemohl brát nikdo vážně. A tak, když jsem si podala přihlášku na 3. LF, se v mém okolí očekávaně neprobouze-ly žádné emoce. Dokonce ani ve chvíli, kdy jsem na tuto školu byla přijata, jsem slychala stále častěji: “Ty tam ale stejně nepůjdeš, vid?” Ale já šla.

Drala jsem se davem na Plzeňském nádraží a stěží chápala kapacitu vlaku. O chvíli později, kdy se kus nástupiště roztrhal směrem k nástupním schůdkům do vagonů, jsem pochopila, proč je většina lidí – navzdory tlačenicím – v klidu. Měli místenku! Ten zrádný důkaz pečlivosti a jistoty pohodlné cesty! K jejich neštěstí jsem objevila tajnou zbraň důvtipu – pokud se do patnácti minut rezervované místo cestujícím neobsadí, nemá již nárok si toto sedadlo užitím místenky vydobýt. S lodnou plnou harampádí na kolej jsem se tedy uhnízdila v coupé plném ostřílených zákazníků ČD a vychutnávala si nevědomost svých vrstevníků, kteří dlouhou dobu po odjezdu vlaku z nádraží hledali svá pojištěná útočiště.

V Praze na hlaváku mi pro jistotu nikdo s metrákovým kufrem ze schůdků Západního expresu nepomohl, ozvala se karma.

Záhadným způsobem jsem se dostala se svým orientačním nesmyslem do metra. Snažila jsem se tvářit, že absolutně vím, kam jedu. Metro končilo na Kačerově, karma č. 2.

Po dokodrcané půlhodině pod povrchem zemským mě konečně vlaková souprava vyplivla na Chodově. Výtah vedl jen o úroveň výš, přesně tam, kde voněla pizza. K zastávce 177 jsem nespolupracující zavazadlo musela trhanými pohyby dopravit po schodech vlastními silami.

Na Jižáku mě těžce zasáhla logika kolejí. Zápis a žetony na pračky na jedné, buňka a vlastní prací zařízení na druhé.

“Dobrý den, kde tady jsou prosím- vás pračky?” optala jsem se decentně zachmuřelého vrátného.

“Co?” svažtil obočí. “No... pračky kde tu jsou?” “Pračky?” Na chvíli jsem si opravdu připustila, že budu muset prádlo vozit domů. Vrátný se předklonil a skrz sklo nyní prosvítalo více rysů. “Pračky přivezou koncem tejdne.” Vidina plného kufru hadrů cestujícího ob týden dráhami mě rázem suverénně opustila. “Tak děkuju.”

K úchvatnému zjištění mi byl přidělen pokoj s balkonem a výhledem na pole a dálnici. Závěsy sice nešly plně zatáhnout, zato balkonovky zavřít šly. Byla bych asi moc rozmazlená, kdybych požadovala přítomnost dvířek od skříně a postel, která by měla míry na místní matraci. Později



jsem objevila už jen detaily: nefunkční baterie u dřezu, zamčené šuple (jaký student by potřeboval zásuvku na učení?), věrný všudypřítomný prach nebo převzdušněné topení.

Líbí se mi tady. Nějaké to driftování ve tři ráno pod okny nebo temperamentní

bušení kladivem o stupačky mě nemůže rozhodit. A tak i po půl roce si ráda vyjdu na balkon se ztrouchnivělým zábradlím a pozoruji přírodu od východu po západ Slunce, lemovanou snobskými obydlími kunratických občanů.

Karolína Blechová

MISANTROPŮV KOUTEK

1. apríla

Říká se, že 1. dubna je jediný den v roce, kdy lidé automaticky nevěří všemu, co vidí na internetu. S tím si dovolím nesouhlasit, protože existuje nemálo lidí, co se s kritickým pohledem neobtěžuje ani takhle na jaře.

Nevím, jak moc je to stařecký sentiment, ale od mých mladých let se povaha aprílu značně změnila. Za časů mého dětství se prvního dubna míhaly zprávy o vážných úrazech, vyhazovech ze školy a úmrtích v rodině, dnes jsou nepravdivé zprávy přesně opačného charakteru – něco, co chcete, aby se stalo, ale nestane se. Třeba objevení alkoholu, který nezpůsobuje kovidinu, Trumpův impeachment nebo nová série Firefly.

Beru to jako jistou paralelu k životu. Zatímco v dětství si užíváte svých dnů v nekonečné blaženosti a děsíte se ztráty a bolesti, v nekonečné agonii, které se říká dospělý život, by vás podobné tragické zprávy jen stěží zvedly ze židle, protože takové věci jsou zkrátka na denním pořádku. Naopak, pokud chcete napálit někoho vyhořelého, totiž zoceleného

životem a získat od něj nějakou emoční reakci, musíte mu ukázat záblesk štěstí, jen abyste jej vzápětí zašlapali do prachu.

Humor na prvního dubna se nevyhýbá ani veřejným institucím. Univerzita Karlova před několika lety vyhlásila studijní amnestii, v rámci které udělí všem, i neúspěšným studentům, titul, o který se ucházeli. Letos 2. lékařská fakulta oznámila zavedení intenzivního šestiměsíčního programu všeobecného lékařství jako reakci na krizi ve zdravotnictví. Dávám tomu dva, maximálně tři roky, než se tato zpráva objeví znovu, ovšem jiný den v roce a bude myšlena vážně.

Řada velkých firem pochopila, že apríl je geniální možnost pro velmi laciný market-



ing, a tak se každý rok objevují otravná oznámení o nových produktech, které vlastně nikdo nechce, jen aby se PR oddělení o den později mohlo vysmát internetové veřejnosti, která je od začátku posílá do háje, že se nechala napálit. V tomhle považuji za nejvíce etické rozhodnutí vedení Microsoftu, které dělat aprílové žertíky pro veřejnost svým zaměstnancům zakázala.

Za nejvydařenější letošní apríl považuji zprávu prezidentské kanceláře, která za využití nejmodernějšího ruského softwaru na tvorbu fake news vytvořila sérii fotek, kterak se pan prezident, nejvyšší státní představitel a pán v letech (považte, je jen o rok mladší než Mike Jagger), vypravil na Matějskou pouť. Oficiální oznámení, že se jedná o apríl, netrpělivě očekávám každým dnem.

Misanthrop



ROZHOVOR

doc. MUDr.

Andrej Sukop

Ph.D.

“Nebudete-li komunikovat se svým pacientem, budete vždy průměrným lékařem”

Mohl byste mi prosím popsat, jak vypadá den v životě plastického chirurga?

Pracovní den? To snad ani nemohu říct, abych mladé lékaře neodradil od našeho oboru. Vstávám před pátou a končím před půlnocí. Den na klinice pro mě začíná po šesté hodině administrativou a organizací chodu kliniky, pro každého musí být nastaven jasný program. V 7:45 se sejdeme s lékaři, abychom probrali, co se událo předchozí den a co je naplánováno na dnešek, a také klinický stav našich pacientů včetně diskuze nad plánovanými operacemi s využitím fotodokumentace. Naše klinika má 75 lůžek, tři oddělení a dvě jednotky intenzivní péče pro děti a dospělé. Ročně provedeme kolem 9 tisíc operací. Aby všechno dobře fungovalo

a navazovalo, musí být jasně definovaná organizace s časovým rozvrhem. Snad i proto máme na klinice hodiny řízené rádiovým signálem. :) Přesnost je výsadou králů a chirurgických oborů. Začátky operací na sálech a v ambulancích se snažíme striktně dodržovat. Pro nezodpovědnost zde není místo. Jediná chyba v organizaci práce by se okamžitě projevila na chodu celé kliniky. Musí zde panovat pohoda, aby naši zaměstnanci chodili do práce rádi, a k tomu přispívá i jasná organizace práce.

Na začátek pro Vás máme připravenou rozstřelovou otázku. Čeho si na sobě vážíte?

Na obtížnou otázku bývá obtížná odpověď. To, z čeho čerpám a co jsem

MUDr. Andrej Sukop, Ph.D

- Minulý rok oslavil 50 let.
- Vystudoval 1. lékařskou fakultu Univerzity Karlovy v Praze, kterou ukončil v roce 1993.
- Atestoval v oboru chirurgie a plastické chirurgie.
- Věnuje se celému spektru plastické chirurgie.
- Specializuje se na chirurgii ruky, vrozené vývojové vady končetin, rekonstrukce prsů, mikrochirurgickou techniku a další.
- Jeho koníčkem jsou vyspělé technologie využívané v hybridních, energeticky nezávislých Smart domech.
- Od roku 2015 působí jako přednosta Kliniky plastické chirurgie ve Fakultní nemocnici Královské Vinohrady.

dostal do vínku, je energie a pozitivní přístup. Snažím se tohoto daru využít ve prospěch svých pacientů a svých kolegů.

Je naopak něco, na čem můžete pořád pracovat a zlepšovat se mimo vzdělávání, ve kterém se my jako lékaři musíme neustále rozvíjet? Myslím tím spíše nějaký osobnostní rys?

To nejtěžší je umět dát věcem prioritu, která jim náleží. Časově sladit řízení kliniky, výuky, vědeckých projektů, pomoci ostatním, privátní praxe, rodiny a volného času... Jde o dynamické proměnné veličiny, které se mění každou hodinu, den, měsíc, rok, a vy na to musíte velmi flexibilně a intuitivně reagovat. Musíte velmi opatrně hlídat, kolik času věnujete práci, rodině a sobě,

protože klopýtnutí se nikde neodpouští.

Když se bavíme o čase, existuje ve slovníku Vaší kliniky i pojem “volný čas”?

Z předchozí odpovědi vyplývá, že se snažíme s časem v práci maximálně hospodařit, aby nám jej více zbylo pro rodinu a volný čas. Pro organizaci práce maximálně využíváme moderní techniku, kterou máme k dispozici. Hovořím o on-line řízení kliniky, využití mobilních telefonů, serverů, sdílených kalendářů a aplikací. Všichni mají možnost se on-line podívat na rozpis dovolených, na výuku nebo na operační program 2-3 měsíce dopředu. Provede-li se jakákoliv změna, mají ji k dispozici všichni ve stejném okamžiku. Prioritou v řízení kliniky je organizace, která

vede k efektivnímu využití pracovní doby bez přesčasů. Dlouhodobé přetahování a nedodržování pracovní doby vede k opotřebení a předčasnému vyhoření, jehož následkem jsou pak odchody a fluktuace sester i lékařů. Toto u nás naštěstí není. Ve všední dny prakticky žádný volný čas nemám, končím pozdě večer. Víkendy jsou zcela vyhrazeny pro rodinu. Aby to vše fungovalo a já věděl, kdo kde je a co se má udělat, mám v telefonu osm sdílených kalendářů s časovými rozvrhy asistentek, dětí, ženy... Hospodařím s každou vteřinou, abych ji mohl ušetřit pro svou rodinu.

Jste jedno z mála pracovišť, které expanduje. Nepocítujete tedy nedostatek personálu?

S personálem jsme na hraně stejně jako ostatní pracoviště, přesto se nám daří držet plný stav. Díky organizaci a stále se zlepšujícím výkonům mladých lékařů jsme schopni odvést daleko více práce za kratší dobu. Vedlo to k tomu, že nám přestala stačit lůžková kapacita. Podařilo se nám obnovit činnost dalšího, dočasně uzavřeného oddělení. Aktuálně disponujeme 75 lůžky. Nyní jsme ale opět v situaci, kdy bychom se potřebovali rozrůst. S radostí mohu konstatovat, že u nás prakticky žádná fluktuace personálu není. Na začátku mého řízení kliniky jsem si položil otázku, co mohu udělat, abych

stabilizoval personál, a ten neodcházel na soukromá pracoviště, kde je naprosto odlišné finanční ohodnocení. Byla pouze jediná možnost, kterou bylo vytvoření, příjemného, lidsky přívětivého pracoviště s vysokou firemní kulturou, s dobrou organizací a nabídkou zajímavé, vysoce specializované práce. Zatím se nám to daří, přestože se nůžky mezi soukromou a státní sférou zoufale rozevírají dál.

Je něco nebo někdo, kdo Vás inspiruje nebo inspiroval jak při studiích, tak v současné práci?

Každé období v životě přináší nové lidi, výzvy a pohledy na svět. V každé etapě života jste tak inspirováni různými podněty a jedinci. Díky své profesi každodenně poznávám zajímavé lidi, od kterých během komunikace získávám nekončící příliv informací. Najednou se některé nápady vzájemně propojí, a vy si řeknete: “To by se dalo zkusit, použít...”

Ráda bych se teď vrátila na začátek. Studoval jste na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy. Mohl byste nám prosím shrnout Vaši cestu k plastické chirurgii?

Na studia vzpomínám moc rád, byla to nádherná léta. Ve třetím ročníku jsem začal pracovat jako “bratr” na jednotce intenzivní péče na chirurgii v nemocnici na Bulovce. Většinou, když někde

takto začnete, obvykle vás to chytí a vy v tom pokračujete dál. Již za 17 hodin po promoci jsem stál na sále s panem primářem Adámkem u první kolostomie. Během přípravy k první atestaci jsem měl příležitost se seznámit s řadou pracovišť: kardiochirurgií, neurochirurgií a plastickou chirurgií. A právě tam jsem se setkal s docentem Tvrdkem u mikroskopu. V tu chvíli jsem věděl, co bych rád dělal.

Hodně chválíte svůj tým. Kdybych se měla zaměřit na významné úspěchy, je něco, co byste vyzdvihl?

Když jsme tento tým s docentem Nejedlym stavěli, dali jsme si podmínku, že nepřetáhneme žádného lékaře z jiné nemocnice, abychom nerozbíjeli jiné týmy. Náš tým se stal funkčním po čtyřech letech předávání zkušeností. To, že jsme nikde neklopýtli, považuji za největší zázrak, ale především za výsledek tvrdé práce všech. V této chvíli máme rozjeto tolik nápadů a projektů, že ani nevím, čím bych začal. Podařilo se nám třeba založit první prenatální ambulanci v plastické chirurgii. Její předností je možnost využití výsledků rozvinutých zobrazovacích metod, které umožňují diagnostikovat některé z vrozených vývojových vad ještě před porodem. Snažíme se poskytnout péči i dětem, které se ještě nenarodily. Budoucí maminky informujeme o možnostech léčby včetně plánu, kdy se co má udělat,

aby vývoj dítěte byl co nejméně zatížen eventuálním hendikepem. Operace zaměřujeme zejména na vrozené vady obličeje, zejména rozštěpy, nevyvinuté ušní boltce, vady ruky a prstů.

Je nějaká operace, na kterou nikdy nezapomenete?

Co mě v poslední době potěšilo, byla operace tříletého chlapce, celkově druhá podobného typu na světě. Jedinou možností, jak zachránit chlapce se sarkomem ve stehenní kosti v oblasti trochanteru, byla exartikulace v kyčli. Společným úsilím s lékaři z dětské ortopedie v Motole jsme však radikálně zresekovanou oblast nahradili fibulou se zachováním chrupavky hlavice femuru. S odstupem pěti let od operace je radost vidět dítě po velmi těžké operaci normálně běhat a chodit. V tu chvíli vás něco pohladí, a vy víte, proč to děláte. Dává vám to smysl života.

I to je jedna z mých otázek. Co Vám práce chirurga vlastně přináší?

V chirurgii zažíváte mnoho radostných chvil velmi často, protože výsledky vidíte relativně záhy.

Přijde k vám pacient a vy mu přišijete ruku zpátky, odstraníte nádor z prsu anebo uděláte nové prsy, které byly odstraněny pro karcinom. Vracíte pacienty rychle zpátky do života. Většina z nich vám





přinese velké množství pozitivní energie, která se nedá koupit. A když se ji naučíte přijímat a rozdávat, odměnou je vám spokojenost a harmonie v životě.

Říkáte – výsledky hned. Jak jste na tom s trpělivostí?

Pokud budete pracovat pod mikroskopem a sešívát milimetrové cévy, budete pracovat 8–10 hodin bez přestávky, musíte se naučit koncentrovat a vyhnout se chybám. Stačí zabrat stehem o pár desetin milimetru hlouběji a zachytit intimu na druhé straně cévy, krev nebude odtékat tam nebo zpátky. Trpělivý být prostě musíte, protože pokud uděláte něco špatně, tak to nebude fungovat.

Vy sám učíte? Působíte na půdě 3. lékařské fakultě také jako pedagog?

Ano, po celou dobu svého působení. Považuji výuku hned po zajištění léčebné péče za nejvyšší prioritu zaměření naší kliniky, a to jak pregraduální, tak postgraduální. Investovat do vzdělání mladých lidí, to je investice, která se společnosti vždy vyplatí. Výsledky nejsou patrné za jedno volební období, ale v dlouhodobém horizontu to vede ku prospěchu celé země, a to na všech úrovních.

Dříve jsem se více podílel na praktikách a na seminářích, nyní spíše na přednáškách, zkoušení zápočtů a na státních závěrečných zkouškách. Častěji se účastním sympozií a kongresů jako zvaný řečník.

Sám si vzpomínám, jaké jsme na studiích měli obavy z praxe. Teoreticky jsme si dovedli představit léčbu nejvzácnějších chorob, ale prakticky jsme neuměli zašít tržnou ránu.

Poslední roky se snažíme intenzivně změnit styl a náplň výuky především chirurgické propedeutiky s maximální orientací na praktické dovednosti. Umožnily nám to mimo jiné evropské granty, které jsme vyhráli. Sjednotili a vytvořili jsme jednotné semináře v přímé návaznosti na zkušební otázky. Na praktikách se navzájem zasádrujete, naučíte se šít různé typy stehů včetně těch, které používáme v mikrochirurgii pod operačním mikroskopem. Snažíme se studenty rozdělit do malých skupin, aby lépe pronikli do chodu chirurgického pracoviště na sálech, úrazových sálkách a ambulancích. Na základě evaluací, osobních rozhovorů a podnětů studentů každý rok něco upravíme a doplníme, aby výuka byla zajímavější a zábavnější včetně představení nejnovějších postupů a nástrojů.

Čím by měl potenciální kandidát na pozici plastického chirurga disponovat? A na co by se měl předem připravit?

Měl by být hlavně manuálně šikovný a více než empatický. Plastická chirurgie je někdy také označována, zvláště u některých diagnóz, jako psychochirurgie. Musíte velmi dobře cítit, jak váš pacient reaguje... Chi-

rurg musí dokázat převzít zodpovědnost, musí být samostatný a rozhodný, musí být schopen vést operační tým a zároveň být členem týmu, musí mít smysl pro pořádek a přesnost. V chirurgii opravdu není místo na alibismus, není zde možnost se schovávat za kolektivní rozhodnutí.

Odmítáte operace, když tušíte, že to není potřeba?

Konzultace je velmi důležitou součástí léčebného procesu. Velmi často vyplnou z konzultace nereálná očekávání pacientů. Některé zákroky pak mohou přinést větší zátěž než očekávaný výsledek. Lékař je vázán slibem jednat ve prospěch pacienta. Doporučuji vždy nejlepší postup dle svého svědomí a uvážení. Praxe, která vede v jiných zemích k bizarním výsledkům, není pro mne akceptovatelná. Můžete být excelentní chirurg či internista, ale nebudete-li dostatečně komunikovat se svým pacientem, budete vždy jen průměrný lékař. Musíte využít veškerý potenciál schopnosti komunikovat. Díky vašemu zájmu a poskytnutým informacím získáte důvěru pacienta, bez které se dobře léčit nedá.

Máte z něčeho strach?

Obavy a pokoru mám stále. Občas mám na hrudníku staženou železnou obruč a říkám si, zda jsem rozhodnul dobře, na nic

nezapomněl... Dělají se rozhodnutí, která se projeví až za několik měsíců nebo let, a někdy je velmi těžké predikovat, zda byly váš odhad a vize správné. To ukáže čas... Mám obavy, aby nás neudusila stále narůstající byrokracie, nevzala elán lidem, kteří mohou a chtějí měnit věci k lepšímu.

Co je dle Vašeho názoru největší handicap, kterým české školství "vybavuje" čerstvé lékaře?

Jak jsem se zmínil, jde o řadu byrokratických omezení pro vyučující i pro studenty, která všem ubírají čas, znesnadňují a někdy i značně komplikují samotnou práci a výuku. Ale jinak si v naší zemi nemáme na co stěžovat. Stačí se podívat do jiných zemí, kde si studenti musí brát celoživotní půjčky, aby mohli začít studovat vysokou školu.

Třetí lékařská fakulta se odlišuje svým systémem vzdělávání od jiných fakult ve snaze již od počátku vést studenty, aby se snažili pochopit a naučit látku v souvislostech. Integrace a propojení informací pak přijde daleko rychleji a má trvalejší

charakter pro zapamatování a pochopení souvislostí. Pokud se přípravě studenti nevěnují průběžně, a následně musí složit zkoušky ze 2-3 těžších předmětů najednou, může je to svádět ke klouzání po povrchu a chybí jim hlubší znalosti.

Kdybyste chtěl dát radu studentům jakožto budoucím vědcům a lékařům?

Mějte cíle, chtějte je splnit, buďte pozitivní, tolerantní a těšte se z každého dne, co vám přinese a co můžete dát vy těm ostatním. Dívejte se na věci otevřenýma očima, nebojte se měnit svá rozhodnutí, zjistíte-li lepší variantu. Dotahujte věci do posledního detailu, jen tak se odlišíte od šedé masy "mainstreamu" a budete nejlepší. Dokonalost tkví v detailu. Buďte perfektní za každé situace, naučte se koncentrovat vždy na jeden úkol a ten dotáhnout do konce. Mějte radost ze života, ze všeho, co děláte, pak budete mít sílu a dokážete změnit cokoli budete chtít. Na nic nečekejte a jděte za svými sny hned teď.

Karolína Jelínková, Vendula Bendová

naplánavat'
-vybavit'
-zariadit'
-erasmus

Uvažujete o Erasme? Pokúsím sa Vám v skratke priblížiť svoju skúsenosť z Berlína, snád' to niekomu pomôže v rozhodovaní. Zameriam sa hlavne na školu - dochádzka, uznávanie predmetov, skúšky, problémy. Ostatné aspekty života na Erasme, ako je ubytovanie, jedlo, social life, byrokracia a podobne Vás aj tak začnú zaujímať až v momente, keď ste rozhodnutí ísť a ideálne máte predstavu kam. Ak si niekto z Vás vyberie Berlín, môžete sa mi ozvať a rada zodpoviem aj otázky tohto typu.

Na Erasme som bola v letnom semestri štvrtého ročníku, čo bol pre mňa časovo ďaleko najvýhodnejší termín. Je možné ísť aj v piatom ročníku, ale ak máte príležitosť, odporúčam štvrtý. Čo sa týka nemeckých škôl, na väčšine z nich je semester voči nášmu posunutý o 1-2 mesiace. Pre mňa to

prakticky znamenalo, že zimný semester v Berlíne by presahoval zimné skúškové u nás a bolo by pre mňa problematické dochádzať do Prahy na skúšky. Naopak, v letnom semestri mi neskorší začiatok vyhovoval, pretože som vďaka tomu stihla prvých 7 týždňov školy v Prahe. To bol dôvod, prečo som primárne počítala s letným semestrom. Môj kruh (7/8) mal v lete "ťažší semester" - tým sa myslia kurzy DEGHAS, NURG, KARP. Zistila som si možnosti voľby predmetov v Berlíne a potešila som sa, pretože jeden zo "semestrálnych balíčkov predmetov" sa viac-menej zhodoval s naším letným semestrom. Poslala som garantom v Prahe sylaby z Berlína so žiadosťou o uznanie dochádzky, eventuálne aj skúšok. Tu ma prešlo nadšenie. DEGHAS a NURG mi neuznajú vôbec, z KARP mi uznajú dochádzku, ale skúšku a dokonca aj zápočtový test mu-



sím absolvovať v Prahe. (Jedná sa o moju osobnú skúsenosť, uznávanie predmetov je individuálne, viem o študentoch, ktorým uznali zo zahraničia aj tieto predmety.) Po tomto zistení som chvíľu uvažovala, že na žiadny Erasmus nepôjdem - nebola som nadšená z myšlienky, že dané predmety vrátane skúšok absolvujem dvakrát a z toho raz "zbytočne". Časom som sa s tým ale zmierila a pokúsila som sa všetko zariadiť čo najlepšie za týchto podmienok. Chcela som čo najviac predmetov absolvovať so svojím kruhom - v lete sme začínali DEGHASom, takže ten som pred odjazdom stihla. Tým pádom som si v zime musela odchodiť navyše len NURG - vymenila som ho za kurz OTA, kde je garant

veľmi ústretový a umožňuje študentom absolvovať predmet v náhradnom režime po návrate. Vďaka tomu som na všetky kurzy okrem jedného chodila so svojím kruhom. Nahradzovanie predmetov s inými kruhmi môže byť v niektorých prípadoch trochu problematické z kapacitných dôvodov. Treba si včas podať žiadosť, ktorú schvaľuje garant. Väčšine študentov sa vyjde v ústrety, ale často to končí preplnenými seminárnymi miestnosťami, patientskymi izbami a termínmi na skúšku, čo býva pochopiteľne spojené so sťažnosťami "domáceho" kruhu. To je ale organizačný a priestorový nedostatok, ktorý nemôžete príliš ovplyvniť - treba sa snažiť zorganizovať si rozvrh tak, aby

ste pred odjazdom stihli všetko, čo potrebujete. Ideálne by bolo vymeniť si kurz, ktorý potrebujete, s niektorým študentom z daného kruhu, ak by ste našli niekoho natoľko ochotného.

Mne nakoniec všetko vyšlo ideálne, odchádzala som s ukončenými štyrmi kurzami vrátane skúšok. Absolvovať predmety a skúšky dvojmo sa ukázalo ako výhoda, v Nemecku som sa viac mohla sústrediť na jazyk, keďže učivu už som viac-menej rozumela. V júni som si prišla napísať zápočtové testy z HEPLu a KARP a na september mi tým pádom zostali len dve skúšky - KARP a OTA. Koniec koncov nepovažujem semester na Erasme a celý štvrtý ročník za o nič ťažší, než keby som zostala v Prahe. Napriek tomu, že som v júni písala zápočty v Prahe a v júli skúšky v Berlíne, Erasmus som si užila, rozhodne som tam netrávila veľa času učením - paradoxne, učila som sa menej než počas bežných semestrov. Asi preto, že som

mala lepší program. To, že som spoznala nových ľudí, naučila sa po nemecky a mám zaujímavú skúsenosť, asi predpokladáte. Čo možno nie všetci hneď na začiatkuvidia, je fakt, že prejsť si vybavovaním, ktoré je s Erasmusom spojené, je síce strašne otravné, ale v konečnom dôsledku jedna z najužitočnejších vecí, ktoré ma Erasmus naučil.

Tento článok píšem hlavne z praktickej stránky, takže z neho asi nemáte dojem, že Erasmus je skvelá vec a určite ju musíte absolvovať. Ale je. Svoj výjazd určite neľutujem, vo výsledku pozitíva určite prevážili a stálo to za to. Keď Vám študenti, ktorí sa vrátili z Erasmu, hovoria o svojich nezabudnuteľných zážitkoch, počúvajte ich a inšpirujte sa. Zážitkov je veľa, príkladám fotku z jedného z nich - výletu do Hamburgu, ktorá zároveň vystihuje moju výslednú emóciu ohľadne letného semestru 2018.

Monika Tomeková

Cesta ven

co jste o nás (ne)věděli

Pokud pozorně sledujete Facebook, pravděpodobně vám neušlo, že spolek Cesta ven prošel v posledním měsíci jistými změnami. Tedy především proběhla dlouho očekávaná výroční schůze, na které měl být zvolen nový předseda. Stávající držitel této funkce a zároveň zakladatel spolku Viktor Šebo se zkrátka rozhodl, že nadešel čas předat pochoděň dál, a ač sám spolek neopouští, jeho vedení přenechá mladším členům.

Viktor spolu s dalšími studenty 3. lékařské fakulty spolek zakládal na začátku roku 2016 s cílem vybudovat platformu pro setkávání akademické obce s širší veřejností, prostor pro kulturní, vzdělávací a komunitní činnost. Fyzicky měl tento prostor utvářet Malý Eden, komunitní centrum a kavárna, o jehož rekonstrukci a následné otevření v roce 2017 se Cesta ven (za nemalé podpory naší fakulty) zasloužila. Dalším velkým projektem spolku je organizace benefičního festivalu Dudlík, který je organizován na podporu sociálně či zdravotně znevýhodněných dětí. Cesta ven organizovala či se podílela na desítkách dalších akcí (přednášky, Edenkvíz, paliativní semináře, National Cultural Days

či třeba šachopivní turnaje). Přestože začátky by se daly označit jako “těžce punkové“, postupem času se z Cesty ven stala dobře fungující organizace a Malý Eden tradičním místem setkávání studentů, absolventů, akademiků, jakož i široké veřejnosti.

Předsednictví spolku tak Viktor opouští ve chvíli, kdy se Cesta ven z hlediska pestrosti aktivit nachází na svém historickém vrcholu. Je na novém předsedovi, aby na něj navázal a spektrum aktivit ještě rozšířil. Novým předsedou byl zvolen student druhého ročníku Ali Ojeil, místopředsedou pak Filip Klement. Za posledních několik měsíců se navíc členská základna rozrostla o nové členy, zejména z nižších ročníků, naplněné životním nadšením a entuziasmem, čímž spolek nabral nový dech a cesta ven tak může pokračovat dál.

Po historicko-glorifikujícím úvodu několik aktualit. Malý Eden prošel jedné nedávné soboty poměrně komplexním jarním úklidem, který zahrnoval nález oděvní kolekce v kabině výtahu, zprovoznění zázemí obsluhy (včetně zapojení pračky a zdárného vyřešení záhady “ta trubka je uříznutá, to ta voda teče od sousedů?”), pečlivý úklid půdního prostoru i prostoru suterénu a

mnoho dalších drobných činností, jejichž výsledek sice běžnému návštěvníkovi nemusí být patrný, nicméně pro Malý Eden toho znamenají mnoho.

Nemusíte se nicméně obávat, že by se snad náš krásný Malý Eden měl změnit zcela k nepoznání. Naším cílem bude pokusit se jej trošku zvelebit, opravit co se dá (a dá se vskutku mnohé), aby co nejlépe odpovídal dvojčedinému poslání kavárny a komunitního centra.

Budeme se také pokoušet rozšířit již tak značně velkorysou nabídku nápojů a jídla, do budoucna odvážně plánujeme přípravu teplých jídel.

V Malém Edenu zaměstnáváme studenty naší fakulty, jakož i handicapované osoby, což byl jeden z klíčových cílů naší kavárny. Co se akcí týče, můžete se opět těšit na Edenkvíz, národnostní-kulturní večery, řadu seminářů zaměřených například na etiku a právo či finanční gramotnost. Plánujeme rozjet jazykové kurzy, degustaci vín, jam sessions či večery deskových her. Možností, jak využít prostory Malého Edenu je bezpočet, většina akcí pochází z hlav studentů, zajímá nás každý další nápad, se kterým přijdete. Ať už by se jednalo o stavění věží ze sirek, recitaci Jezerních

básníků, dětské oslavě či promítání filmu, jsme nakloněni téměř všem nápadům, přijďte s nimi za námi a velmi rádi vám je pomůžeme uskutečnit.

A pak Dudlík. Kapitola sama pro sebe, pokud jste o tomto skvělém festivalu dosud neslyšeli, přečtěte si o něm v některých z minulých čísel Triedru (například v prosincovém vydání). Tahle akce s každým ročníkem roste a letos v říjnu to bude teprve velký.

Patrně největší devizou našeho spolku (ač na prvního pohled nepříliš patrnou) je skutečnost, že Cesta ven je místem, kde každý dělá, co mu jde, i když má pocit, že to neumí. Nikdo z nás není řemeslníkem, bariistou, architektem, grafikem, kuchařem, píaristou či manažerem z povolání. Mnoho věcí se učíme za pochodu, děláme spousty chyb, ale zatím nás to neotrávilo a výsledky jsou dechberoucí. Jak prohlašuje náš nový předseda Ali: “Vlastně ani já skoro netuším co dělám, ale mám ochotu a motivaci to dělat nejlíp, co to jde.”

Pokud se chcete o Cestě ven dozvědět víc, najdete nás na Facebooku nebo na cesta-ven.cz.

Tomáš Korec & Ali Ojeil

Deník marný holky

7268 dní zoufalství

Jmenuji se Gertruda a jsem marná. Neumím pít, ale piju ráda.
Neumím studovat, ale studuju ráda. Neumím žít, ale žiju ráda. Ptáte se, co vlastně umím? Být marná, v tom jsem fakt dobrá.
Tak si vezměte popcorn do ruky a pojd'te se kochat mojí marností.

25. den marnosti

Dneska jsem se přistihla, jak si projíždím svůj instagram a závidím sama sobě, jak skvělý život mám.
#instagramjelež

26. den marnosti

Dneska jsem si umyla vlasy, oholila nohy, oblékla si čisté tričko, namalovala se a vyrazila vynést odpadky.
#slušelomito

(A abyste si nemysleli - ono to mělo význam. Kdybych se neupravila, je dost možné, že by si někteří obyvatelé našeho paneláku mysleli, že jdu ten kontejner vybrat...)

27. den marnosti

Dneska jsem hlídala malé miminko v kočárku. Procházela jsem se po Praze a v jeden moment se se mnou dala do řeči maminka s kočárkem a malým miminkem.

„Taky jste tak unavená?“ ptala se maminka. Musela jsem souhlasit. „A máte pocit, že všichni kolem vás žijou a vy jen přežíváte?“ pokračovala maminka a já jsem se s ní absolutně souhlasila. „A taky vám lidi, co jsou mimo vůbec nerozumí?“ maminka mi mluvila z duše. „Kdy jste naposledy dělala něco, co jste opravdu dělat chtěla?“ ptala se mě maminka dál. Intenzivně jsem se zamyslela. To už bylo někdy hodně dávno. „Nejhorší na tom je, že to jen tak rychle neskončí. Bude to pokračovat dál a dál a bude to jen horší.“ Ta maminka mi prostě rozuměla. „Ale abyste mi rozuměla, vybrala jsem si to dobrovolně. Nevěděla jsem sice do čeho jdu, ale vybrala jsem si to dobrovolně.“ Amen.

Až o půl hodiny později, když jsem vracela dítě, mi došlo, že maminka mluvila o mateřství a já o zkouškovém.
#zkouskovevrazdilidi #materstviasitaky #beztakvsichniumreme #takco #vybralijsmesitodobrovolne (nebo taky ne...)

28. den marnosti

Dneska jsem spadla při nastupování do autobusu. Aby to nebylo jen tak obyčejné, měla jsem v ruce peněženku a po autobuse se mi vysypalo všech mých 163 korun v korunách, dvoukorunách a pětikorunách, které mi před chvílí vrátila paní ve večerce. Doufám, že je najdu všechny. Jinak nebude na jídlo.



DLOUHÁ GA, KTERÝ RYCHLE UTEKLA

Reportáž z valného shromáždění IFMSA

Říká se, že člověk potřebuje absolvovat alespoň čtyři Valná shromáždění (GAs – General Assemblies) IFMSA, aby pochopil, co se tam děje. Přestože patřím k těm z České republiky, co mají se zahraničními akcemi více zkušeností, k tomuto číslo se zatím neblížím – na první mezinárodní akci jsem byl před rokem, když jsem zavítal na Evropské regionální setkání (EuRegMe – European Regional Meeting). O několik měsíců později jsem jel na svou první GA, tehdy v Montrealu, později toho roku jsem se zase účastnil setkání evropských šéfů Výboru pro lidská práva a mír (Standing Committee on Human Rights and Peace – SCORP, pokud jste si toho nevšimli, my v IFMSA máme fakt rádi zkratky), a od té

doby se to se mnou veze. O GAs se říká, že je to hlavně párty, s čímž úplně nesouhlasím, protože pro mě to zatím byly spíš dlouhé hodiny práce a jednání – ale berte mě trochu s rezervou.

Co se vlastně na valných shromážděních řeší? Hlavní motivací, proč většina lidí jezdí na GAs, jsou takzvané “sessions”, setkání zástupců jednotlivých sekcí – výzkumných a praktických stáží, veřejného zdraví, medické vzdělávání, sexuálního zdraví, lidských práv, managementu a prezidentů – na kterých se probírá relevantní agenda, řeší různé problémy, se kterými se jejich členové potýkají, vyměňují se zkušenosti a řeší se, co dál. Já jsem, už tak nějak tradičně, navštěvoval

sessions sekce pro lidská práva a mír, kde se probíral například nárůst extremismu a hate speech, práva lidí s menšinovou sexuální orientací a/nebo genderovou identitou nebo ve problematice zdravotní péče v oblastech zasažených konflikty. Za zvláštní zmínku stojí přednáška Francy Brüggén, německé studenty a členky IPPNW (International Physicians for the Prevention of Nuclear War - Lékaři proti jaderné válce), která v kontextu nově navázané spolupráce mezi IFMSA a IPPNW mluvila o současném stavu světa stran jaderných zbraní a dodržování dohod o zastavení jejich výroby.

Další vrstvou GA je, trochu nevyhnutelně, politika. IFMSA je sice studentská, a tedy

do určité míry neprofesionální organizace, ale její velikost (s 1,5 milionem studentů je největší studentskou organizací na světě) a činnost jí dává určitý vliv – například každý prezident IFMSA je po dobu svého mandátu zároveň místopředseda WHO pro studenty, nebo se delegace IFMSA se účastní valného shromáždění OSN se statutem pozorovatele, abych zmínil jen jejího okraj působení na mezinárodní scéně. Není proto příliš divu, že i v ryze studentské organizaci se objevují politické strkanice a debaty o to, kterým směrem se bude organizace ubírat. Jistou politickou stálíci je například snaha některých zemí v čele s Dánskem, jejichž členská základna obsahuje velký podíl studentů nelékařských oborů (především pak veřejného zdravot-





nictví a zdravotnického managementu), aby tito studenti mohli zaujímat vůdčí pozici ve vedení IFMSA s argumentem, že si tam povedou lépe než studenti lékařství a posunou organizaci dále. Proti nim stojí jiné země, jako je například Česká republika, která říká, že by se IFMSA nemělo brát tolik vážně, netlačit tolik na výkon a snažit se zachovat původní charakter IFMSA jako spolku studentů medicíny.

A pak samozřejmě to nejdůležitější – lidi. Mezinárodní akce IFMSA mají to kouzlo, že si máte co říct s každým, ať už je klidně z opačného konce světa, a když se s ním náhodou potkáte o půl roku později, vaše setkání připomíná setkání dvou dávných přátel, kteří se celé věky neviděli. I když se zkušenosti a problémy lidí z různých koutů světa můžou lišit, je vlastně hrozně fajn ujistit se, že studenti medicíny v jádru věci řeší pořád to samé bez ohledu na to, odkud pocházejí. A pak je tu samozřejmě

takzvaný social program – party až do rána, která nesmí chybět na každodenní programu. Pokud tedy neseďte nad počítačem a nedatluje proslav nebo pozměňující návrh na další den jako já.

GA patří mezi nejprestižnější akce IFMSA, a dostat se na ni jednoduché – účastníky přímo volí valná hromada české IFMSA, což je něco, co se jinak týká jen národního vedení organizace. IFMSA však není klub pro pouze pro vyvolené, a pokud by vás lákalo se na nějakou mezinárodní akci podívat, existují možnosti, kde se neřeší tak důležité interní záležitosti a jsou více otevřené lidem, kteří s IFMSA nemají tolik zkušeností. Příkladem je již výše zmíněné EuRegMe, různá subregionální setkání a tréninky nebo konference. V případě zájmu kontaktuje naši lokální pobočku IFMSA na 3. lékařské fakultě pro více informací.

Jiří Sýkora

MEDVIET

dobrá rýže drží při sobě

Že o Medvietu nebylo dlouho slyšet? Pravda, bude tomu víc než rok od našeho příspěvku do časopisu, ale naše činnost nezůstává bez povšimnutí. Vždyť letos již počtvrté vystoupil náš (pod)spolek na reprezentačním plese naší fakulty, o něm více píší kolegové. Dovolím si podotknout, že specifickým našeho uskupení je úzká mezifakultní spolupráce, a to nejen v rámci taneční skupiny, jejíž členové pochází z 1., 2. i 3. LF a ráda s námi tancuje i naše absolventka MUDr. Thu Thao Phamová, která vyučuje

mediky v Thomayerce. Předtančení se tentokrát zhostila studentka z jedničky, díky které jsme vystoupili v pestrobarevných tradičních šatech za doprovodu fúze hudby venkovské a postmoderní.

Co se ještě týče spolupráce, tak stran tradičních podzimních akcí, jako Banán Fest, Drakiáda atd., bych chtěl především vyzdvihnout kampaň, kterou jsme letos rozjeli a na které spolupracujeme od loňského roku společně s Českým registrem dárců krvetvorných buněk (IKEM). Registr znáte již několik let, např. z Tri-





med Jobu. Cílem kampaně je oslovit více vietnamských potenciálních dárců. Je to důležité vzhledem k narůstající incidenci hematologických onemocnění ve vietnamské diaspoře, ale hlavně proto, že mezi dárcem a příjemcem hematopoetických buněk hraje důležitou roli genetická podobnost. A nemusím dlouze vysvětlovat, že Čech a Vietnamec se neliší jen podle toho, jak vypadají, nebo jak připravují rýži. Nově jsme zapojili i holky z farmaceutické fakulty kvůli problematice dovážených přípravků východní medicíny, která trápí nejen Ministerstvo životního prostředí. Řekl bych, že máme studentům co nabídnout a mrzí mě, že se nám stále nedaří přesvědčit české a slovenské studenty, že Medviet opravdu není jen pro Vietnamce, ale pro všechny, kteří mají rádi

vietnamské jídlo a kulturu (nebo Vietnamky xD). A je skutečností, že drtivou většinu našich členů tvoří ženy. Jsem ve spolku od založení, tzn. od prváku. A nyní, když mám před posledními 2 státnicemi, jsme si po vzoru Trimeđu demokraticky (v počtu 30 přítomných členů) zvolili nové předsednictvo, trojka obhájila pozici (jak už to tak bývá skoro ve všem *pride intensifies*). Vedení se chopila mladá krev, krásná a chytrá Lenni.

Na závěr bych i jejím jménem chtěl čtenáře pozvat na letošní ročník kulinářské soutěže Doctor Chef, tentokrát pojatý jako mezi-fakultní (dokonce meziuniverzitní) klání, konaný ve čtvrtek 25. dubna. V dalším čísle se můžete těšit na reportáž. Držíme palce týmu z 3. LF ;-).

Le Hong Thai

NATIONAL CULTURAL DAYS IN MALY EDEN

A brand new initiative, National Cultural Days, has started this year among the students of our faculty. Communities, that share a cultural background, come together for one evening to transform Maly Eden into a gate for the wider community to experience and enjoy food, music, and traditions of a specific country or region.

Portuguese students were the pioneers, starting the series of NCD events back in the winter semester. After the traditional dinner, everyone was invited downstairs,

where we built an improvised stage for a Fado concert. Quoting Viktor, the former hear of Cesta ven, the entire space of the cafe was transformed into something it has never witnessed before, and the feeling of the united community was unforgettable.

On March 6th Maly Eden became into an Eastern European dumpling making manufacture. The guests could try out the traditional way of creating delicious little pierogi from the dough and different fillings, the way the grannies of our students





from Ukraine, Russia and Belarus taught them to do it. Of course, we happily boiled and ate our creations all together. Later in the night the Eastern Europeans of our faculty and beyond prepared a concert of the songs that we traditionally sing around the fire all across our countries -- from Belarus to Uzbekistan.

The most beautiful thing about these evenings was to sense the joined efforts and joy of the community coming together, as both the Portuguese and the Eastern Europeans were able to share their food, traditions, music, and unique energy with all the visitors. It is truly rewarding to see

how many more ideas, connections and friendships can emerge within a group of previously loosely connected people after a shared experience like this.

As a final note, Cesta ven and IFMSA invites anyone interested in representing their culture in a similar way to contact us and work together on the next National Cultural Day. As the preparation for the next event is in full swing, let me invite you, dear reader, to Afganistan cultural night, which will take place at the end of May.

Alexandra Gvozdeva
Y2, EC

NERD deník

O čem psát tentokrát? Ráda bych někdy přišla s něčím novým, originálním, ale nedostatek času ani chuti zkoušet něco nového mi to nedovolí. Nezbyvá tedy nic jiného než zkritizovat Marvelku. Sorry jako. Captain Marvel je prvním filmem od MCU s hlavní ženskou hrdinkou. Mělo to být přelomové dílo se silnou vedoucí postavou, jejímž důležitým atributem je nejen křehké pohlaví, ale i skoro nepřemožitelná síla. Ne nadarmo se říká, že Carol Danvers aka Cpt. Marvel je jednou z vůbec nejsilnějších marvelovských hrdinů vůbec. V hlavní roli se ukázala Brie Larson a sekundovali jí hvězdy typu Samuel L. Jackson, Clark Gregg či Jude Law. Hereckým obsazením tedy film zklamat nemohl a k celko-

vému úspěchu stačilo jediné, popasovat se s postavou tak, aby nebyla typickou Mary Sue (tedy tou dokonalou, bezchybnou) a neměla potenciál vyřešit všechny potíže lusknutím prstu.

Úkol jednoduchý? Nikoliv.

Zatímco mě bavilo kočkování mezi Nickem Furyem a Goose, Carol Danvers objevovala své schopnosti, nikoliv ale svou vlastní duši a povahu. Ukazovala svou sílu, už ale zapomněla na přirozenou lidskou slabost a křehkost. Byla dokonalá ale zároveň nevýrazná, byla spíše svou schopností než skutečnou, uvěřitelnou ženou. Ano, na rozdíl od Wonder Woman mě tolik neiritovala, tmavovlasá hrdinka konkurenčního filmového podniku však





dokázala alespoň nějaké emoce vzbudit. Carol Danvers nikoliv – a nemyslím si, že to byla chyba Brie Larson, ale spíše scénáře samotného. Captain Marvel má v očích fanoušků být tou přelomovou hrdinkou, avšak stokrát radši budu fanouškem Black Widow, Scarlett Witch či Polaris, které sice nemají vlastní film, zato se ale pyšní skutečnou osobností a uvěřitelnými city! Stojí ten film vůbec za to?

Rozhodně ano. Scénář nic moc, spousta motivů se opakuje a zápletku odhalíte v první třetině, vedlejší postavy ale všechny nedostatky plně vyvažují. Být to jenom o cestování Nicka Furyho s Goose, jdu na to ještě jednou.

U Marvelu ještě na moment zůstaneme. Viděli jste nový trailer? Dobrý, co? Cestování do minulosti je už snad samozřejmostí, trailer nám ale napovídá, že se Tony s Nebulou dostanou z vesmíru a že – že tam bude Hawkeye! Že tam bude hodně

Hawkeye! Ehm, už mlčím!

Dnes to ale nebude jen o MCU, neboť jsem se přemohla a našla si čas i na nějaký ten seriál. V březnu jich startuje spousta, ať už úplné novinky či další řady těch starých a každý si něco najde. Já se podívala na šestidílnou tragikomedii After Life od britského komika Ricky Gervaise. Díl má do třiceti minut, celé se to dá shlédnout za jeden večer a je to minimálně k zamyšlení. Hlavní postava se snaží vyrovnat se smrti své milované manželky a nebere si servítky s ničím a nikým. Upřímnost a urážky jsou Tonyho jedinou cestou, je to tak ale správně? Britský černý humor, lehká míra nekorektnosti, uvěřitelný lidský příběh, to vše je After Life, který vřele doporučuji.

A pro dnešek už sbohem, jdu se dívat na American Gods.

Netri

THE WORLD AND US...

HISHAM MAHMOUD

Friday, March 15th is a day each of us remembers differently. To some of us, it is not but ordinary and unremarkable, to my colleagues in the second year, it might have been the last bit of fresh air before a hectic weekend of cardiovascular anatomy, histology, and physiology prior to our course test on Monday. However, on a direr note, to the 50 innocent lives lost in the terrorist attack in Christchurch's two Mosques, New Zealand, to their mourning families and to the terrorized national, Muslim and international community as a whole, it was indeed one dark and tragic day that went down sorrowfully in history. Similarly, and unfortunately, March 10, marked a horrifying and traumatizing day as the Ethiopian Airline Boeing 737 Max crashed ending the lives of all of its 157 cabin crew and passengers on board and languishing their loved ones into the deserting pits of grief of coldly burying empty coffins bearing their children's, parents' and siblings' names. On March 13, the British parliament supported to extend the deadline of Brexit again leaving the future of the United Kingdom and Europe clinging in uncertainty. On March 7, French President Emmanuel Macron delivered a message addressing the entire population of the European Union as he accentuated the necessity for Eu-

ropean solidarity and the power that lies within Europe's unity. Not far away from Europe, 88-year old Algerian president, Bouteflika, who has ruled the country ever since 1999, has surprisingly decided not to run for a 5th consecutive presidential term amid mass protests and movements led by the county's students, youth and the civilian population. Not long ago did the oil-rich and poverty-torn country of Venezuela witnessed the eruption of conglomerating anarchy meanwhile neighboring Brazil witnessed the collapse of another infrastructural damn leaving dozens of people killed, displaced and affected. In the middle east, the war in Syria enters its ninth year with 12 million of its citizens still displaced in nearby countries, including my own, Lebanon. South from Syria, Yemen unfolds the events following the 4th consecutive year of civil war. What was once the birthplace of coffee and mocha is now the site of the world's worst humanitarian crisis with hospitals saturated with the devastating cholera outbreak and cemeteries growing on the ashes of cities with an estimated 85,000 child dead under 5 years of age. The list goes on and on from one side of the globe and to the other with news consistently flaring up of events about which a lot of us don't even know. However, one cannot

be continuously updated about every single world event especially if he/she has a stockpile of books and atlases to go over by the end of the day and plenty of lectures and seminars to attend. Nonetheless, in light of the above briefing, what's actually important to take note of is that the world around us is incessantly moving and changing.

It is, by all means, a platitude and a cliché to say that the world today as we know it is a dynamic place with events unfolding more rapidly than we can even finish studying a lecture of anatomy or pathology, but nevertheless, it is 100% true. Ever since we embarked on our journey to attain our medical degree, it is by no doubt that we have been nonstop learning new ideas and pieces of information about our body and health. In our path so far to our ultimate goal, there have been few times during which one might find him/herself feeling lost, purposeless and even stressed as he/she is faced with an agonizing ton of information to process, learn and sometimes bluntly memorize. But it occurs to me to ask: to what degree

are we properly educating and nurturing ourselves about the world around us, the devastating and hope-sprouting events occurring right before us and the social, geopolitical and economic phenomena affecting our very own well-being?

As part of humanity's largest youth population, as 21st-century students, as current voters, as future candidates, change makers, decision makers, and leaders, We CAN do better. In fact, we must do better. We owe it to our families, societies, humanity and to ourselves to be more active community members. We owe it to the ideals and to the fortunate conditions in which we have been brought up to deliver on not just being citizens of our own respective nations, but on being interactive global citizens. We ought to care about our world and its environment and strive to bring hope and goodness to it via simple and kind acts of being gentlemen and women. Today, I did my cardiovascular exam marking the end of a 3-week long course in my second medical year at our faculty, but if it is one thing that I have truly learned from it is following:

If you ever feel low, tensed or lost

I leave you with this simple advice:

Step 1: Take your hand and put your palm on your chest somewhere between the 2nd intercostal space right to the parasternal line and the 5th intercostal space just medially to your left midclavicular line. For 1st year students who have no idea where that is, just put your palm near your left chest nipple.

Step 2: breath, feel and hear the sounds of your heart beating

Step 3: Realize that this heart is not beating 100,000 contractions a day, is not recycling 6kg of ATP daily, is not receiving 5% of your total body blood perfusion and is not consuming 15% of your total body energy for nothing.

Do realize that your heart is beating for a purpose that is more profound than merely learning new lectures or sitting for standardized exams.

Step 4: come to the conclusion that you are worthy and capable enough to inspire change in the world and to ignite hope, kindness, and goodness wherever you go and with whomever you meet. Just then, will you be able to understand the supreme purpose behind your diligence and being.



Redakce Triedru Vám přeje hezké Velikonoce!

Šéfredaktor: Petr Nohejl

Redaktoři: Barbora Beranová, Karolína Jelínková, Vendula Bendová, Nikola Šotolová, Damayantí Trkovská, Karolína Blechová, Monika Tomeková, Tomáš Korec, Ali Ojeil, Jiří Sýkora, Alexandra Gvozdeva, Hisham Mahmoud, Jiří Sýkora, Le Hong Thai

Editoři: Maria Holcová, Dora Čapková, Jan Křemen, Patrícia Krivošová

Sazba & grafika: Tomáš Korec

Fotografie: pixabay.com, pexels.com a další

facebook.com/triedr.lf3

www.triedr.eu

XIII. číslo, uzávěrka 1.4.2019

