

# SPRAVODAJCA Spoločnosť Parkinson Slovensko

Časopis Spoločnosti Parkinson Slovensko

August 2022, 1/2022, ročník VII.



# OBSAH

Úvodník.....	3
Zo života klubov.....	4
Športové hry v Radave.....	12
Športový deň v Banskej Bystrici.....	14
Hurá do Holandska.....	15
Holandsko - ako to všetko dopadlo.....	16
Jubilanti.....	17
Osobné príbehy členov.....	19
Divadlo.....	21
Ako sa dá zviditeľniť choroba a život parkinsonikov.....	22
KAQUN.....	22
Vzdelávacia Akadémia.....	23
Centrum pre liečbu parkinsonizmu.....	24
Adresár.....	26

---

Vydáva:  
**Spoločnosť Parkinson Slovensko, o.z.**  
Hronské Kľačany č. d. 134  
935 29 Hronské Kľačany

e-mail: [felixova.katarina@gmail.com](mailto:felixova.katarina@gmail.com)

[www.parkinson-net.sk](http://www.parkinson-net.sk)

Redakčná rada:  
Mária Gáliková, [maja.galikova@gmail.com](mailto:maja.galikova@gmail.com)  
Ing. Viliam Haring, [viliam.haring@gmail.com](mailto:viliam.haring@gmail.com)  
Slávka Bobocká, [babrlik@gmail.com](mailto:babrlik@gmail.com)  
Viera Vrábľová, [vrablova.viera3@gmail.com](mailto:vrablova.viera3@gmail.com)  
RNDr. Dušan Macejko, [dm610624@gmail.com](mailto:dm610624@gmail.com)  
Tlač: ferra-grafik

Časopis Spoločnosti Parkinson Slovensko, vychádza v auguste 2022, 1/2022, ročník VII.

Uverejnené materiály a fotografie sú príspevkami od členov SPS o.z. Redakcia si vyhradzuje právo na ich krátenie a ich redakčnú úpravu. Uverejnené príspevky vyjadrujú osobnú skúsenosť a názor prispievateľov a nie postoj redakcie, ani SPS o.z. ako celku. Časopis neprešiel odbornou jazykovou úpravou.

**Časopis je určený pre vnútornú potrebu SPS o.z. a je nepredajný.**

## Na úvod

Je to už zopár rokov čo som sa, ako nová predsedníčka regionálneho klubu v Leviaciach, zúčastnila „Akadémia pacienta“ v Piešťanoch. Mesiac si nepamätám, kedy to bolo. Viem, že potom malo byť VZ vo Zvolene. Končilo trojročné funkčné obdobie zakladajúcej predsedníčky Zuzany Michalkovej. Bola som oslovená, či by som nezobrala vedenie spoločnosti. Súhlasila som. Bola som presvedčená, že neprejdem a naďalej bude Zuzka vo vedení. Prepočítala som sa. Bola som zvolená. Prijala som túto veľkú zodpovednosť. Nevedela som do čoho idem. Myslela som si, že tiež na tri roky ako Zuzka. Z tých troch je už desať rokov. Naozaj na jedného chorého človeka dosť. Veľmi rada by som tento rok odovzdala funkciu. Preto prosím všetkých, zamyslite sa a dajte návrhy, kto by ma mohol vymeniť. Nové vedenie nezostane bez pomoci, som pripravená pomáhať, odovzdať všetky svoje poznatky a skúsenosť, ktoré som nadobudla v tejto funkcii.

Prajem novému predsedovi veľa entuziazmu, dobrých spolupracovníkov a to najdôležitejšie – veľa zdravia.

*Katarína Félixová*



## Regionálny klub SPS Martin

Milí priatelia,

máme za sebou prvú schôdzu v tomto roku s výbornou kapustnicou, ktorú nám pripravili v reštaurácii RIVERSIDE, kde sa cítime už ako doma, nakoľko doteraz nemáme dostatočne veľké priestory. Privítali sme zasa milých hostí, pretože naša schôdza bola skôr pracovná. Prišli - pán doktor Grofik, Ing. Žiak, náš priateľ a sponzor z Rotary klubu Martin, ktorý priviedol kameramana pána Novotného. Ako vždy, zasa sme mali milých hostí z L.Mikuláša Milana Martinu, z Prešova Vierku Vrábľovú s rodinou, Michala Verholu, predsedu klubu Trnava-Piešťany-Hlohovec. Taktiež sme získali ďalších dvoch nových členov. Naša skupina sa rozrastá, čo nás teší, lebo to svedčí, že naša práca nie je zbytočná. Dúfajme, že aj

tento rok sa budeme stretávať každý mesiac, ako doteraz. Začali sme Nový rok stretnutím a teším sa, že sa nám podarilo aj druhé stretnutie v tomto roku v zdraví. Hojný počet členov svedčí o našej disciplíne a tiež, že nás tak ľahko nič nepoloží na lopatky. V druhej debata sme prežili krásne popoludnie aj vďaka ochotnému a milému personálu reštaurácie RIVERSIDE, ktorý nás už tradične prichýli, pretože priestory určené na schôdze dôchodcov sú malé a nevhodné, so schodiskom, ktoré mnohým z nás spôsobuje problémy. Dohodli sme sa, že v marci uskutočníme rekondičný pobyt namiesto schôdze, ak nezakročí naša vláda s opatreniami s coronou. Takže, držme si päsťe, priatelia.

*Slávka Bobocká  
predsedníčka RK SPS Martin*

## Športové hry v Piešťanoch

Dva dni v Piešťanoch na športových hrách sa niesli v obdivuhodnom športovom duchu. Naši členovia obstáli víťazne, z 15 účastníkov získalo 8 z nich medaile.

### **Kop na bránku – ženy:**

1. miesto Hela Kvašnicová,

**muži:** 1. miesto Emil Gajdošík

### **Petang – ženy:** 1. miesto

Hela Krištoffyová,

2. miesto Hela Kvašnicová

### **Hod na kôš – muži:**

1. miesto Emil Gajdošík,

2. miesto Pavol Tavač

### **Petang – muži:**

1. miesto Ladislav Cibulka

3. miesto Emil Medzihorský

Všetkým srdečne gratulujeme.

*Za RK SPS Martin  
predsedníčka  
Slávka Bobocká*



## Deň Parkinsonovej choroby

Deň Parkinsonovej choroby – 11. apríl sme v regionálnom klube SPS Martin oslávili v prírode. Posedenie, spomienka na zosnulého člena Jožka Vanču, občerstvenie, pletenie korbáččov pod dozorom Bohumíra Bobockého a na záver hra s petangom. Taký bol náš deň na spomienku,

prečo tento deň vznikol. Ďakujem účastníkom schôdze za príjemnú atmosféru a taktiež pracovníkom Pizzérie Kolonka za vzornú obsluhu a ústretovosť.

*Slávka Bobocká  
predsedníčka RK SPS Martin*



## 7. ročník športových hier v Strečne

# MEMORIÁL Vojtecha NIKSCHU

V dňoch 8., 9. a 10. júla sa konal 7. ročník športových hier v Strečne na počesť nášho zakladajúceho člena nazvaný Memoriál Vojtecha Nikscha.

Vojtech bol učiteľ telocviku a v klube presadzoval heslo: „Pohyb je život – život je pohyb“ a hoci mal deväťdesiat rokov na každej schôdzi s nami cvičil. Jeho odkaz prebrala celá SPS a my v jeho duchu poriadame pravidelné športové akcie v Strečne, ale tiež sa zúčastňujeme športových akcií aj v iných kluboch. Naše schôdze sa dosť často konajú na miestach, kde môžeme hrať petang, hádzať šípky a pod. Aj tento raz to nebolo inak. Máme za sebou úspešný víkend na chate v Strečne, na Domašíne. Počas troch dní bolo veselo, petang sa hral až do zotmenia,

nechýbala ani výborná kapustnica varená pod dohľadom Helenky Kvašnicovej, aj huby sa našli - krásny peň s hlivou bukovou, navštívil nás aj náš pán doktor s manželkou, ktorý nám priniesol potešujúce novinky.

Pravdaže nechýbala ani naša sučka Bárka, ktorá nás sprevádza na všetkých podujatiach. Bolo príjemne vďaka oblačnosti. V sobotu na sklonku dňa sme si spravili opekačku. Skrátka bolo veselo, nikto nemal úraz a každý si prišiel na svoje. Ďakujem pánu doktorovi Grófikovi, že si našiel na nás čas v svojom osobnom voľne, ktorého ozaj nemá veľa a prišiel medzi nás aj s manželkou.

*Slávka Bobocká  
predsedníčka RK SPS Martin*



## Niečo o činnosti nášho RK Nitra

21. mája 2022 sme sa stretli v malom počte v parku Sihot', kde sme si dali kávičku, porozprávali sa o akcii na Radave, vymenili si skúsenosti. Prechádzka po parku a dýchanie čerstvého vzduchu každému prišla vhod. Roman odovzdal malý darček vo forme knihy Vladkovi, ako prvému vernému členovi klubu.

Ďalšie stretnutie s Pupalkami sa konalo 11. júna 2022 v parku na Klokočíne. Pozvaní boli aj členovia z iných klubov, prišli medzi nás priatelia z Banskej Bystrice, z Levíc a tiež

z Piešťan. Napriek vysokým teplotám bolo nám spolu dobre. Za pomoc na tomto stretnutí ďakujeme predstavenstvu mesta Nitra, ktoré nám poskytlo finančnú hotovosť vo výške 120 €. Privítali sme tiež TV Nitričku. Ďakujeme Pizerii TROPEA za obsluhu, o obed s 50% zľavou. Posledné poďakovanie patrí firme ROMY CREATIVE STUDIO za úhradu ostatných finančných nákladov spojených s touto akciou.

*Mária Volkovič, členka RK SPS Nitra*



## Nový klub v Nitre

Ako už mnohí viete, dlhšiu dobu som sa ako predseda RK SPS Nitra snažil vybaviť v Nitre nejaký voľný priestor pre naše pravidelné spoločné stretávanie. A môžem s hrdosťou prehlásiť, že sa mi to konečne podarilo, čo má nesmierne teší, lebo viem aké dôležité je pre nás spoločne sa stretávať

pri rôznych príležitostiach. Rád by som tu verejne poďakoval primátorovi mesta Nitry pánu Marekovi Hattasovi, jeho zástupcovi Mgr. Miloslavovi Špotákovi a pani Elene Klenkovej z odboru kultúry MsÚ Nitra za splnenie našej požiadavky a za ponúknutý zrekonštruovaný voľný priestor Domu

kultúry v mestskej časti Kynek. Obrovská vďaka patrí v neposlednom rade aj regionálnej televízii Nitrička, ktorá nám bola pri riešení priestoru nápomocná a pomohla nám ho vybaviť. Vďaka spojeniu síl nás všetkých sme sa mohli dňa 9. apríla 2022 spoločne stretnúť, členovia RK za prítomnosti zástupcu primátora a TV Nitričky v nových priestoroch. Ďakujem za účasť každému členovi, ktorý prišiel a špeciálne ďakujem aj za prítomnosť a podporu RK SPS Bratislava. Priestory kultúrneho domu budú členom SPS k dispozícii každú poslednú sobotu v mesiaci v čase od 8-14 hod. Na stretnutiach plánujeme organizovať aj rôzne zaujímavé prednášky a semináre, ktoré súvisia s našim ochorením. Ešte raz všetkým veľká vďaka.

*Roman Sarkózi, predseda RK SPS Nitra*



## RK SPS Levice

Bolo to pre mňa nezvyčajné ráno. Zobudila ma vnučka Viktorka a nie budík. Tešila sa, že pôjde s nami na bowling. Bála sa, že zaspíme. V Banskej Bystrici sa nevedela dočkať, kedy už pôjdeme hrať. Vyržala a

darilo sa jej lepšie ako mne. Tešila sa, že ju dospelí brali vážne. Každému sa pochválila že bola na listine hráčov, aj sa sama podpísala. Bola odmenená za účasť zápisníkom a perom. Po skončení súťaže sme sa presunuli





na Strieborné námestie, kde už čakali deti z Ukrajiny, ktoré sú v letnom tábore v Banskej Bystrici. Hrali sa rôzne hry. Padla na nás únava, lebo sme vstávali veľmi skoro o 4:45. Aj tak to bol šťastne prežitý letný deň. Ďakujeme a tešíme sa na ďalšie stretnutie s priateľmi z SPS.

Na ďalšie stretnutie sme nemuseli dlho čakať. Moja vnučka sa ešte vo vlaku cestou

do Levíc stihla opýtať nášho predsedu Vlada Ivana, či sa nepôjde hrať bowling, lebo ešte týždeň bude u babky v Leviciach. Dobrý ujo Ivan jej prisľúbil a stalo sa. Stretli sme sa vo štvrtok 14. júla 2022 za hojnej účasti na bowlingu. Bol to ďalší pekne prežitý deň v spoločnosti parkinsonikov z Levíc.

*Katarína Rošková,  
členka RK SPS Levice*

## RK SPS Liptovský Mikuláš

Ani sa mi nechce veriť, ako neskutočne rýchlo ubehol týždeň od pobytu v Žiarskej doline. Konečne som si našla čas poďakovať sa ešte raz mojím priateľom v Liptovskom Mikuláši, že mi aj tohto roku rezervovali chatku pre 5 osôb a ja som mohla pozvať na

3 dni priateľov, aby aj ich okúznila príroda Liptova, tak ako mňa pred rokom. Z celého srdca ďakujem. Teším sa na ďalší ročník tohto podujatia.

*Vierka Vrábľová  
predsedníčka RK SPS Prešov*



## RK SPS Bratislava

Nesmelé oživovanie činnosti regionálneho klubu SPS Bratislava po dvojročnej pandemickej prestávke.

Po dlhšom zvažovaní zvolať členov nášho klubu aspoň ku krátkemu stretnutiu sme sa s predsedkyňou klubu Mell Kahanovou rozhodli obvolať všetkých členov a pozvať ich na prvé marcové stretnutie v naozaj reprezentačných priestoroch Zichyho paláca v Bratislave.

Tieto reprezentačné priestory urobili dojem hlavne na nových členov klubu, ktorí si mysleli, že sa ide o stretnutie, ktoré bežne usporadúvame v takomto prostredí... Na prvom stretnutí v tomto roku sa zúčastnilo 22 členov klubu. Z uvedeného počtu bolo 10 nových členov, čo bolo mimoriadne potešujúce. Takýto záujem o činnosť klubu Spoločnosti Parkinson Slovensko si za svoju éru aktívnej práce ešte nepamätám. Na druhej strane je nanajvýš tragická veková skladba nových, či novodiagnostikovaných členov. Vzniká silná skupina štyridsiatnikov!!! Samozrejme všetci noví členovia boli zvedaví na naše začiatky práce v klube, na prvé príznaky nastupujúcej Parkinsonovej choroby, na spôsob možnej akceptácie tejto diagnózy a ďalšie fázy nášho, vtedy ešte aktívneho života. Človek musí zvažovať naozaj každé slovo, aby hneď na začiatku nezobral ľudom nádej. Snažili sme sa upriamiť ich pozornosť hlavne na činnosť

klubu, na športové disciplíny - bowling, pe-tang, či hod šípkami, ktoré nám pomáhajú začleňovať sa do novej etapy života poznamenanej diagnózou PCH. Táto nemoc nám síce veľa berie, ale zasa stretávame veľa obdivuhodných ľudí, ktorí nehádzu „flintu do žita“, naopak objavujú nové spôsoby realizácie svojich snov a plánov a tým inšpirujú aj nás ostatných. Každé jedno naše stretnutie, náš spoločný rozhovor, má väčší liečebný účinok, než denná dávka Isicomu, či ostatných liekov, ktoré dennodenne užívame. Súčasná situácia, medziobdobie nádeje konca jednej fázy epidémie covidu a už aj hrozba nástupu ohlasovanej infekčnejšej verzie tohto ochorenia, nás nesmie obráť o snahu pokračovať v našich klubových činnostiach. V tomto vidím najväčšiu hrozbu „zakuklenia“ sa v pasivite a v anonymite našich príbytkov. Po všetkých týchto pandemických príkoriach budeme musieť všetci naozaj tvrdo zapracovať a opäť zapájať všetkých našich členov do bežnej činnosti klubov. Verím, že sa nám to podarí a už sa teším na všetky naše budúce stretnutia. Nedám si zobrať nádej ani dnešným výsledkom antigénového testu na prítomnosť antigénu Sars-Cov-2 v mojom organizme, ktorý mám pozitívny.

*Držím nám všetkým palce.  
Váš Vili Haring*



Obrazy, ktoré  
namaľovala naša  
predsedníčka Melánia  
Kahanová



## Obnovená činnosť RK SPS Zvolen

Činnosť regionálneho klubu vo Zvolene už dlhšiu dobu stagnovala, nakoľko predseda RK si zmenil bydlisko. Činnosť klubu sa rozhodla obnoviť pani Mária Hudáková Lihocká, ktorá dovtedy pôsobila v RK SPS Nitra a dochádzanie zo Zvolena bolo dosť nepohodlné. Po dlhšej príprave a konzultáciách s vedením SPS, zabezpečila priestory na stretnutia. A tak sa 3. augusta 2022 mohla uskutočniť obnovujúca schôdza klubu. Zúčastnili sa jej okrem členov SPS zo Zvolena a nových záujemcov o členstvo aj Katarína Félixová, predsedníčka SPS, Helena Kováčová, účtovníčka SPS, predseda a dvaja členovia RK Levice.

Hostia informovali nových členov o podmienkach členstva, o činnosti SPS a regionálnych klubov. Po diskusií o činnosti SPS a regionálnych klubov sa uskutočnila voľba predsedu. Prítomní členovia zvolili za predsedníčku RK Zvolen Máriu Hudákovú Lihockú. Nasledovala družná debata o problémoch, ktoré majú v chorobe. Hovorilo sa o záujmoch a voľnočasových aktivitách

nových členov. Vypočuli sme si návrhy na činnosť klubu. Na konci všetci skonštatovali, že sa už tešia na stretnutie nielen s členmi SPS vo Zvolene, ale aj v iných častiach Slovenska.

*Zapísala Mária Gáliková  
členka RK SPS Levice*



## Športové hry v Radave

V dňoch 6. - 8. mája 2022 sa v Radave uskutočnili športové súťaže parkinsonikov a ich sympatizantov. Zorganizovali ich RK SPS Levice a zúčastnili sa ich členovia SPS z celého Slovenska. Boli pripravené disciplíny: hod na kôš, petang, šípky, kop na bránu a bowling. Atmosféra bola priateľská, navzájom sa všetci povzbudzovali. Večer bol pre prítomných pripravený kultúrny folklórny program. Niektorí si pri ňom aj zatancovali a zaspievali. V nedeľu bolo vyhodnotenie, kde ocenení dostali diplomy, medaile a drobné darččky od sponzora mesta Levice.

*Mária Gálíková, členka RK SPS Levice*



# Výsledky športových hier parkinsonikov v Radave, 6. - 8. 5. 2022

## Hod do koša muži

1. František Šutka
2. Vladimír Ivan
3. Jaroslav Dunčko

## Hod do koša ženy

1. Vierka Vrábľová
2. Mária Volkovič
3. Mária Gáliková

## Hod do koša sympatizanti

1. Norika Sirotová
2. Marta Dunčková
3. Marta Kabinová

## Kop do bránky muži

1. Emil Babiak
2. František Mandalík
3. František Šutka

## Kop do bránky ženy

1. Melánia Kahanová
2. Vierka Vrábľová
3. Anna Mošková

## Kop do bránky sympatizanti

1. Marta Kabinová
2. Norika Sirotová
3. Mária Šutková

## Šípky muži

1. Marián Židek
2. Vladimír Ivan
3. Hynek Štyrad

## Šípky ženy

1. Mária Gáliková
2. Melánia Kahanová
3. Anna Mošková

## Šípky sympatizanti

1. Ivan Grygera
2. Eva Bocorová
3. Janka Havlová

## Petang muži

1. Vladimír Ivan
2. Milan Martinov
3. Ján Rajner

## Petang ženy

1. Darina Ďurišová
2. Vierka Vrábľová
3. Mária Gáliková

## Petang sympatizanti

1. Norika Sirotová
2. Eva Bocorová
3. Mária Mandalíková

## Bowling muži

1. Marian Židek
2. Vladimír Ivan
3. Vladimír Kromka

## Bowling ženy

1. Vierka Vrábľová
2. Melánia Kahanová
3. Mária Gáliková

## Bowling sympatizanti – ženy

1. Norika Sirotová
2. Jana Tavačová
3. Marta Kabinová

## Bowling sympatizanti – muži

1. Ján Páleník
2. Stanislav Vrábeľ
3. Ivan Grygera

## Stolný tenis muži

1. Martin Stanko
2. Emil Babjak
3. Vladimír Ivan

## Stolný tenis ženy

1. Melánia Kahanová
2. Mária Gáliková

## *Najviac medailí vo všetkých disciplínach získali:*

Medzi ženami zhodne Melánia Kahanová a Vierka Vrábľová po 2 zlaté a 2 strieborné, medzi mužmi Vladimír Ivan získal 1 zlatú, 3 strieborné a 1 bronzovú medailu.

## Športový deň v Banskej Bystrici

Ľudia s Parkinsonovou chorobou sú organizovaní v regionálnych kluboch SPS v okruhu miest v ktorých žijú. Ja dochádzam do klubu Nitra. Jednotlivé kluby organizujú v rámci celého Slovenska hosťiteľské podujatia, napríklad športové dni, odborné prednášky alebo iné. V piatok 8. júla 2022 regionálny klub SPS Banská Bystrica zorganizoval športový deň.

Súťažilo sa v bowlingu, petangu a stolnom tenise. Prvý sme hrali bowling. Hralo sa na 4 dráhach, pri každej sa striedali účastníci podľa meného zoznamu. Vďaka dobrej organizácii pani Ivety Burkovcovej turnaj prebehol bez časového oneskorenia a už o pol dvanásť bolo vyhodnotenie v kategóriách muži, ženy a priaznivci. Aj keď je bowling náročnejší na pohybovú aktivitu, súťažiaci boli v dobrej pohode. A o toto na stretnutiach ide, o dobrú náladu a rozhybanie celého tela. Po výdatnom obede sme sa všetci presunuli do športovej záhrady. V pláne bol stolný tenis a

petang. Zistili sme, že v priestoroch záhrady bolo rozbehnuté podujatie sirôt z Ukrajiny za účasti Púpaliiek - organizácie z Bratislavy zameranej na športovú terapiu pre telesne znevýhodnených. Niektorí z nás si spolu so sirotami zahrali petang a zúčastnili sa ďalších aktivít, ako behanie cez prekážky alebo hádzanie loptičkou. Pri týchto činnostiach sme mali možnosť spoznať sa s deťmi, ale aj s členmi z iných klubov. Rád som spoznal pána Duška a jeho ženu, ktorí mi ako rodáci z Banskej Bystrice cestou do záhrady porozprávali o hlavných budovách na námestí a v blízkom okolí. Aj keď sa súťaž v petangu a stolnom tenise nekonala, všetci sme odchádzali domov spokojní, že sme mohli svojou účasťou prispieť ukrajinským sirotám k peknému dňu. Ďakujem pani Ivete Burkovcovej a pánovi Mariánovi Pavúkovi za príjemný deň v spoločnosti členov a tiež sympatizantov SPS.

*Vladimír Kromka,  
člen RK SPS Nitra*



# Hurá do Holandska !

Tešili sme sa a mali sme hlavy plné nápadov, a najmä starostí, či to všetko včas stihneme. Mnohí si možno vraveli, veď hry parkinsonikov sú až v auguste... No ani sme sa nenazdali a ukázalo sa, že nemáme až tak veľa času. Začali sme s výberom potenciálnych sponzorov – tu sme urobili prvú chybu, lebo sme čakali, že výber nás dostane medzi tých najlepších sponzorov. Ich prísluby sa nám zdali reálne. My sme im venovali toľko vzácneho času, až nám skoro uleteli termíny tam, kde vieme, že finančné prostriedky na to vyčlenené sú a každý rok aj budú- boli to programy na podporu športu a propagáciu daného regiónu.

Druhú chybu sme urobili takú, že nám dlho trvalo, pokiaľ sme si skoorinovali svoje postupy a argumentácie a dohodli sa na čo budeme od sponzorov pýtať a v akej finančnej výške.

Posledné dve veci, ktoré neboli našou chybou, ale riadne skomplikovali situáciu bola pandémia covidu-19 a konflikt medzi Ruskom a Ukrajinou. Vieme však, že sa tieto udalosti museli riešiť zainteresovanými prednostne...

A prekvapili aj 2% /v dobrom/!

Takto vyzerala žiadosť pre sponzoring u konkrétnych subjektov a tiež žiadosti na VÚC boli písané na príslušné formuláre. Musíme už uvažovať o nových žiadostiach, pretože termíny sú presne určené a každé zaváhanie znamená znevýhodnenie SPS.

Najväčšie finančné možnosti sú na VÚC. Každoročne sponzorujú akcie propagujúce daný región v hodnote niekoľko tisíc eur.

**Príklad žiadosti:** Žiadosť o sponzorský príspevok

1. olympiáda parkinsonikov v Holandsku s názvom The Parkinson Games v dňoch 4. – 6. 8. 2022, v meste Eindhoven.

Spoločnosť Parkinson Slovensko (SPS) vznikla v roku 2009, s cieľom združovať ľudí trpiacich Parkinsonovou chorobou (PCH). SPS združuje približne 240 pacientov v 13 regionálnych kluboch po celom Slovensku. Celkove je na Slovensku približne 18 000 ľudí s týmto ochorením.

Presné príčiny ochorenia nie sú doposiaľ známe, lieky na vyliečenie choroby neexistujú. Známe sú len prostriedky, ktoré pomáhajú zvládnuť symptómy ochorenia, nedokážu však zastaviť jej progresiu. Najúspešnejšia je terapia, v ktorej sa kombinuje farmakologická liečba s rehabilitáciou, cvičením a primeranými pohybovými aktivitami.

SPS od svojho vzniku usporiadala pre svojich členov množstvo kultúrnych, rekondičných a liečebných pobytov, ale taktiež športových súťaží. Práve športové súťaže presiahli aj hranice SR. Členovia SPS reprezentovali SR na 12 medzinárodných športových podujatiach pre parkinsonikov v ČR, Poľsku a 2 krát v SR. Z poslednej, ktorá sa konala v Poľsku v roku 2019 sme si doniesli 12 medailí.

V roku 2019 k nám na Slovensko prišli parkinsonici z Holandska, ktorí boli pozvaní na naše športové hry. Toto podujatie sa im zapáčilo a rozhodli sa, že myšlienku rozšíria na stretnutie parkinsonikov z celého sveta. Parkinsonici so svojim špecifickým pohybovým ochorením a pohybovými možnosťami nespádajú pod štatút paralympionikov, parkinsonické disciplíny sú pre nich prispôbené. The Parkinson Games - 1. olympiády pre parkinsonikov sa zúčastnia parkinsonici z 23 štátov a súťažiť budú v 20 disciplínach (napr.

petang, boccia, hod do koša, kop do bránky, stolný tenis a pod.). Link na The Parkinson Games: <https://www.theparkinsongames.com>

Aj my, slovenskí parkinsonici by sme sa radi zúčastnili tohto pre nás tak výnimočného podujatia, stretli sa v športových disciplínach s parkinsonikmi z iných štátov, zmerali si sily, ale tiež sa zúčastnili zaujímavých seminárov a workshopov určených pre pacientov a lekárov, kde ústrednou témou bude práve vplyv pravidelného športu, primeraného pohybu na zlepšenie kvality života parkinsonikov.

SPS je nezisková organizácia, fungujeme z členských príspevkov, 2% daní od príbuzných a známych, zo sponzorských darov. Podujatie v Holandsku The Parkinson Games je však finančne nákladné a príjem, ktorý bežne máme nestačí na pokrytie nákladov spojených s účasťou našich členov na tomto pre nás tak významnom športovom podujatí. Podujatia by sa chcelo zúčastniť 30 našich členov. Náklady zahŕňajú: dopravu (letenky, transfery SR a Holandsko), ubytovanie, stravovanie, reprezentačné športové oblečenie.

Obraciame sa na Vás týmto listom so žiadosťou o sponzorský príspevok. Výšku príspevku nechávame na Vás, podľa Vašich možností. Akákoľvek čiastka pomôže splniť tridsiatim parkinsonikom ich sen, dostať sa na 1. olympiádu, za čo Vám vopred ďakujeme.

Katarína Félixová, predseda SPS

Holandsko nakoniec pre nevyriešené otázky a svetovú situáciu hry odvolalo. No pre budúcnosť musíme byť pripravení, Za mravenčiu prácu ďakujem mojej manželke Lubke, Vierke Vrábľovej a jej manželovi Stanovi, Vierke Adamovej s manželom, Jaroslavovi Dunčkovi a mnohým iným, ako napr. manželom Martinove, lebo vytvorili kolektív, ktorý rýchlo a fundovane vždy reagoval a okamžite konal.

Tu sa potvrdilo, že keď sa stretne správna partia ľudí, práca sa darí. A to sa aj v našom prípade potvrdilo. Co to robic, kedz še chce. Jak še hutorí u nás na východze.

*Dušan Macejko*

## Holandsko – ako to všetko dopadlo

Už od prvých dní nového roku 2022 sme pokračovali v prípravách na cestu do Holandska. Potrebovali sme získať finančné prostriedky, čo sa neskôr ukázalo, že to vôbec nebolo jednoduché. Okrem covidu nás zaskočila ešte väčšia prekážka - vojenský konflikt na Ukrajine.

Na Parkinsoniáde sme začali pracovať hneď v januári a to rovno v Prezidentskom paláci, kde sme síce neuspeli, ale zistili sme, že sa musíme konečne zviditeľniť. Hoci nás pani prezidentka nemohla prijať, jej tajomníčky nám sľúbili v tejto veci pomoc. Zatiaľ žiadna odozva. Možno by to všetko dopadlo inak, nebyť covidu. Nemohli sme uskutočniť výstup na Pustý hrad, ani Tulipánový pochod v Bratislave, na ktorých prisľúbili svoju účasť.

Celé zimné mesiace sme pracovali neskutočne usilovne. V začiatkoch nám veľmi pomohla aj Ing. Iveta Stromková, ktorá nám poradila, na koho sa obrátiť a poskytla nám kontaktné údaje. Pomoc prisľúbil aj honorárny konzul Holandského kráľovstva, no začal vojnový konflikt a bolo po pomoci. Všetky voľné prostriedky odchádzali na Ukrajinu alebo pre utečencov. Aj napriek všetkým nepriaznivým okolnostiam sme verili, že to dokážeme a 1. olympijských hier parkinsonikov sa zúčastníme. Vo všetkom sme začali mať jasno – doprava,



ubytovanie, oblečenie, vo všetkom sme mali prehľad. Nám, ktorí sme sa aktívne zapojili do tejto činnosti, čas ubíhal neskutočne rýchlo, mesiace leteli. Mňa však odrazu čosi pribrzdilo, čosi, s čím som vôbec nepočítala. Veľmi sa mi zhoršil zrak. Pravým okom som videla machuľu. Verdikt lekárov znel – okamžitá operácia.

A práve v tom čase sme sa dokázali neskutočne zomknúť a zasa sa raz ukázala sila priateľstva. Stretli sme sa u nás doma - Macejkovci, Adamovci, Jaro Dunčko a Vrábľovci. Všetky nahlas vyslovené myšlienky sa dávali na papier. Tak vzniklo vyše 40 žiadostí o dotácie na 1. olympiádu parkinsonikov v Holandsku.

Ako to všetko dopadlo? Parkinsoniáda v Holandsku sa toho roku neuskutoční, pravdepodobne z dôvodu nedotiahnutia administratívnych a právnych predpisov. Snáď to na budúci rok vyjde.

Všetko zlé je na niečo dobré, zistili sme, že dokážeme tímovo pracovať, dokážeme spojiť sily.

*Viera Vrábľová,  
predsedníčka RK SPS Prešov*

## V našom klube máme už druhého deväťdesiatnika

Janko Šimun je mladistvý deväťdesiatnik, ktorý ešte stále rád navštevuje milované hory.

Úspešne sme zvládli Jankove deväťdesiatiny a tiež máme za sebou športový deň v Žiari pri L.Mikuláši. Osláv nášho Janka sa zúčastnila aj predsedníčka SPS Katka Félixová a 1. podpredsa SPS Michal Verchola. Oslava prebehla v družnej besede a bola zakončená ako inak než hrou s petangom. Všetkým zúčastneným ďakujem za príjemne

strávené popoludnie, prinesené koláče aj neplánované dary pre Janka. V neposlednom rade ďakujem Helenke Kvašnicovej za krásnu tortu, ktorá bola vynikajúca. Najbližšie stretnutie bude v športovom duchu - stretnutie v Strečne a to už 7.ročník Memoriálu Vojtecha Nikschu. Už tradičná účasť na športových hrách Klubu LM v Žiari bola úspešná - náš člen Lacko Cibulka nás obhájil a získal až dve medaile. Gratulujeme.

*za RK SPS predsedníčka Slávka Bobocká*



## Náš Feri

Milí priatelia,

Nie som žiadnym majstrom pera, ale bola som doslova dotlačená, aby som napísala príspevok o spoločne strávených chvíľach na rôznych podujatiach a stretnutiach, ktoré sa vďaka priaznivej situácie covidu znovu dajú organizovať.

Viem, že zdravotný stav sa mnohým z vás zhoršil a neobišlo to ani nám známeho Feriho – Francesca, ktorého ste poznali ešte ako aktívneho športovca a vtipného človeka, ktorého si každý hneď obľúbil. Realita je však iná. Pohybuje sa väčšinou na vozíčku a humorom už tiež nesrší. Ale aj tak ďakujem za každé ráno keď sa zobudí, môžeme ísť na prechádzku a dokonca sa zúčastňovať stretnutí.

Také veľmi pamätné bolo, po dlhej odmlke, stretnutie v Radave, kde prekvapil podľa mňa aj sám seba. Zúčastnil sa viacerých športových aktivít a dokonca bol ocenený medailou, ktorú si prevzal za veľkého potlesku a skandovania od všetkých.

Zúčastneným za to ďakujeme. Veľmi ho to povzbudilo, dlho sme na to doma spomínali. Práve to sú chvíle, ktoré pomáhajú chorému človeku. Veľmi pekný pobyt sme prežili v Žiarskej doline na športových hrách Parkinsonikov. Aj keď boli obavy kvôli cestovaniu a výlukám našich železníc, naši priatelia z Prešova nám veľmi pomohli a spríjemnili nám tri krásne dni v lone prírody.

Koncom mája sme si pripomenuli v kruhu našich blízkych Parki – priateľov Feriho „70“ čo je presne dvadsať rokov od diagnostikovania choroby. Veľmi ho potešila plaketa – Ocenenie za reprezentáciu športových aktivít RK SPS Levice. Tešíme sa ešte na ďalšie stretnutia, ktoré by sme radi absolvovali, lebo už teraz viem, že s príchodom jesene a zimy príde zhoršenie zdravia a depresie, ktoré nedovolia plne aktívny život.

*Mária Mandaliková,  
členka RK SPS Levice*



# Môj život s Parkinsonovou chorobou

Volám sa Mária a mám 67 rokov. Moje problémy nastali, keď som bola v zahraničí. Pracovala som tam už niekoľko rokov a začali ma bolieť ramená. Môj doktor to riešil injekciami. Na chvíľku to pomohlo, ale netrvalo dlho a bolesť sa znovu objavovala, čoraz nástojčivejšie. Začala som sa cítiť vo svojom tele nepohodlne, tuhli mi svaly a raz, keď som cestovala do práce, začala sa mi nekontrolovateľne triasť ľavá noha. Nemohla som ju ovládať. Postupne sa začal tras prejavovať aj na ľavej ruke. Niekedy to so mnou lomcovalo a triaslo sa mi celé telo. Ako keby som začala celá vibrovať. To už si všimli aj kolegyně v práci. Neostávalo mi nič iné, len ísť za mojou lekárkou... Keď som jej povedala príznaky, hneď mi určila diagnózu a veru že sa nemýlila. Zo začiatku to nebolo jednoduché prijať. Nehovorila som o tom s nikým, až keď sa to už nedalo ukryť, musela som povedať najbližšiemu okoliu, čo sa so mnou deje. V tom čase som robila masérku v jednom dennom SPA na Manhattane v New Yorku. Je to práca veľmi fyzicky náročná a človek tam potrebuje byť zdravý a fyzicky zdatný. Mala som 52 rokov, dôchodok ďaleko. Práceschopnosť v USA? Nepripadalo do úvahy! A z niečoho bolo treba žiť. Začala som užívať predpísané lieky, ktoré mi celkom dobre zabrali. Skúsila som pracovať 2-3 dni v týždni. Bola som však unavená viac, ako predtým a videla som na sebe, že to už nezvládam. Požiadala som si o invalidný dôchodok a oni mi to bez problémov schválili. Tak som sa začala postupne vyrovnávať s diagnózou a s pokorou som ju prijala. Bola som totiž ešte aj predtým dosť pozitívne naladená a povedala som si, že to čo sa mi stalo, určite sa deje z nejakého mne zatiaľ neznámeho dôvodu. Nehovorím, že to bolo pre mňa jednoduché, veď som mala toľko plánov, ale čo sa dalo robiť? Z invalidného dôchodku by som tam nebola prežila, preto sme sa s manželom rozhodli vrátiť na Slovensko.

A ako teraz žijem? Je to hlavne o o pozitívnom myslení. To mi pomohlo a aj pomáha počas tých 15 rokov. Cítim sa lepšie ako napr. pred desiatimi rokmi. Chcela by som, aby sa aj ostatní neopúšťali a nevzdávali to. Hovorí sa, že je to nevyliciteľná choroba. Ja sa odmietam s tým zmieriť a stále verím, že je tam nádej na uzdravenie. Chcela by som hovoriť o mojich skúsenostiach s liečbou a osobnom prístupe k tejto chorobe. Momentálne sa vôbec necítim chorá a odpísaná. Nehovorím, že nemám niekedy horšie dni, ale oproti tomu, ako to bolo na začiatku, sa to nedá porovnať. Moja neurologička je prekvapená, že u mňa nie je progres v tejto diagnóze, skôr naopak. Robím všetko, ako pred určením diagnózy. Viem si povybavovať svoje veci, som samostatná vo všetkom, nakupujem, varím, aj pre mojich blízkych, viem celú domácnosť, chodím na záhradku, pestujem veľa kvetov, lebo sa rada pozerám na tú krásu. Mojim záujmom niet konca kraja. Pripadám si akási tvorivejšia, ako kedykoľvek predtým. Veľa čítam motivačné knihy a pri nich sa naladím na dobro a lásku. Viac vnímam krásu okolo nás. Myslím si, že som sa stala lepším človekom. A čo je najlepšie? Konečne som spokojná so svojím životom a môžem povedať, že som šťastná. Predtým som si myslela, že moje šťastie závisí od niekoho iného. Ale teraz už viem, že len ja som tvorcom svojho života a nikto iný. Každé ráno sa zobúdzam s obrovskou vďakou za všetko čo mám a ako sa cítim. Tak isto večer zaspávam s vďakou za krásne prežité dni. Vnímam všetky zázraky, ktoré sa mi dejú. A je ich veľa. A viem, že šťastným ľuďom sa dejú dobré veci. Parkinson mi niečo zobral, ale aj mi veľa dal. Už nevidím dôvod, aby som bola ďalej chorá. Život je krásny a ja som zdravá. Uzdravila som sa. To je moja VIERA.

*Mária Saloňová, členka RK SPS Prešov*

## Ako začať?

Hádam na začiatku by som napísala niečo o sebe. Volám sa Mária Volkovič, priatelia mi hovoria Marika, mám 68 rokov. Pred tromi rokmi som náhle prišla o manžela a o sestru. Bol to pre mňa veľký šok stratiť blízkych v jednom mesiaci. Približne rok som chodila k lekárovi - neurológovi, ktorý ma stále posielal k psychológovi. Sťažovala som sa na tras nôh, nevládala som chodiť. V dnešnej dobe to všetci nemáme ľahké, dostať sa na vyšetrenie je problém. Všade sa čaká mesiac, dva, tri, až vás prejde chuť. A tak po roku som sa objednala u iného neurológa. Pani doktorka ma poslala na MR do Nitry. Konečne niečo. Lenže, keď prišiel výsledok a oznámila mi, že ma navštívil pán Parkinson a že ma už nikdy neopustí, že všade pôjde so mnou ako verný pes, premýšľala som ako pôjdem ďalej. Povedala som si: „Koho Pán Boh miluje, toho krížom navštevuje“. A toto je môj kríž. Najskôr som to ani nechcela prijať. Hľadala som aj inú možnosť liečby. Boli mi doporučené výživové doplnky, tak si pomáham ako viem. Sama sa venujem výživovým doplnkom a pomáham svojim blízkym a priateľom. Tiež som dostala video o cvičení. Pri jednom stretnutí som sa dozvedela od parkinsonika, že existujú kluby pre nás. Tu začalo moje pátranie na Googli. Potešilo ma, keď som našla predsedu RK SPS Nitra pána Romana Šarkóziho, ba čo väčšie potešenie, že bývame v jednej dedine, dokonca blízko seba. Milý to človek. Hneď mi všetko vysvetlil. Dostala som preukaz klubu a pozvanie na prvé stretnutie do Nitry, ktoré sa konalo 9. apríla 2022 v priestoroch kultúrneho domu Kynek. Bol to pre mňa úplne iný deň, ako za posledné tri roky. Prišla som medzi úžasných ľudí, tiež postihnutých touto chorobou. Získala som nových priateľov, nové informácie a možnosti, ako sa dá prežiť život každý deň s radosťou, neuzatvárať sa do seba, do samoty a smútku. Uvedomila som si, že ozaj platí, ako vravia parkinsonici: „Život je pohyb a pohyb je život“. Tešila som sa na ďalšie stretnutie, ktoré bolo koncom mesiaca apríla. Na naše stretnutie prišli cvičiteľky sestry Pupalkové. Mali sme super deň. Skutočne sme všetci ožili, hýbali sa a hlavne smiali. Bolo teda veselo.

O týždeň sa konal trojdňový pobyt v Radave, ktorý zorganizoval RK SPS Levice. Z nášho klubu sme sa zúčastnili na športovom podujatí desiatich členovia spolu so sympatizantmi. Nebola žiadna nuda. Perfektné pripravený program, súťaže, z ktorých sme si odniesli medaile. Môžem spomenúť Darinku a mňa v bowlingu - ženy. V hode do koša som dokonca obsadila druhé miesto, v hre petang Darinka prvé miesto, Vladko bowling muži tretie miesto. Sme to pašáci!

Tu sa konalo aj stretnutie predsedov, na ktoré som bola prizvaná a navrhnutá za podpredsedníčku regionálneho klubu parkinsonikov v Nitre. Vážim si to, aj keď som úplný nováčik a sama neviem, čo všetko ma čaká. Budem sa snažiť pomáhať tak, ako som to bola naučená robiť celý život.

*Mária Volkovič, RK SPS Nitra*

## Parkinson a ja

Môj život bol celkom bežný, práca účtovníčky, výchova detí. Asi po mojom 45. roku som sa pravidelne na jar, kedy bolo po uzávierkach a daňových priznaniach cítila vyčerpaná, bez energie. Po pár rokoch sa začal objavovať tras rúk. Navštívila som niekoľko lekárov, ale

takmer každý ma presviedčal, že je to vyčerpanosť a upraví sa to užívaním magnézia. Až na jeseň v roku 2013, už som mala 53 rokov, ma poslala lekárka na magnetickú rezonanciu, kde sa potvrdila diagnóza parkinson. Celá zúfalá som hľadala informácie o tejto chorobe a jej symptómoch, z ktorých tie podstatné – tras rúk, malé písmo, ochabnutá mimika tváre, ťažšia chôdza som na sebe pozorovala. Snažila som sa neprepadať panike a žiť s „pánom Parkinsonom“ v súlade. Nebolo to zo začiatku ľahké. Niekedy si to človek veľmi pripúšťa. Hlavne to, že ide o nevyliciteľnú, progresívnu chorobu. Ja bojujem s touto chorobou už 9 rokov a s pribúdajúcim vekom sa môj pohyb spomaľuje, objavujú sa bolesti krížov a šije.

Na začiatku som sa zaujímala o spoločenstvo ľudí s touto chorobou. No regionálny klub v Nitre nebol funkčný. Niekoľkokrát som bola na stretnutí klubu v Leviciach, kde som získala pár priateľov. Tento rok som sa zúčastnila na športových hrách v Radave, kde som dokonca bola úspešná a zvíťazila v petangu. Tu som sa dozvedela, že regionálny klub v Nitre opäť funguje, vedie ho pán Roman. Členovia klubu sa sa pravidelne stretávajú na rôznych podujatiach, idú si zašportovať, prípadne sa stretnú len na kus reči. To ma naozaj potešilo a hneď som sa stala členkou. Spoznala som tu ďalších milých ľudí, ktorí bojujú s touto chorobou statočne, či už s jej silnejšími alebo slabšími prejavmi a snažia sa brať život s humorom a nepoddávajú sa. Tento ich vnútorný pokoj ma inšpiruje a dodáva mi silu v živote ešte niečo pekné prežiť. Snažím sa svoj voľný čas využívať pre svojho koníčka – maľovanie obrazov, aby som nemusela myslieť na svoju diagnózu a napriek rôznym ťažkostiam, ktoré táto choroba prináša, mať plány do budúcnosti a plniť si svoje sny. To by som odporúčala aj ľuďom s podobnými osudmi, aby sa neuzatvárali do seba, ale vyhľadali klub vo svojom okolí, kde získajú nielen nových priateľov, ale aj nové skúsenosti ako žiť, či už s týmto alebo iným závažným ochorením. Prajem všetkým do budúcnosti hlavne veľa zdravia, šťastia a pevnú vôľu žiť.

*Darina Ďurišová, RK SPS Nitra*

## Divadlo

Chcel by som Vás pozvať do divadla. Ak sa opäť nevráti pandémia covidu a s ňou spojené opatrenia, tak 20. až 22. októbra 2022 bude generálka, predpremiéra a premiéra divadelnej hry, ktorú sme naskúšali s občianskym združením Pupalky. Je to divadelná hra s názvom NOSNIKRAP zo života ľudí s Parkinsonovou chorobou. Aj ja som súčasťou tejto hry a budem v nej hrať veľmi peknú a zaujímavú rolu. Bližšie informácie nájdete na Facebooku OZ Pupalky.

*Roman Sarkózi,  
predseda RK SPS Nitra*



## Ako sa dá zviditeľniť choroba...

Nedávno som písala, že sa rozrastáme, je to tak, k dnešnému dňu je nás evidovaných 45 členov a ďalší s nami komunikujú cez mobil, facebook, alebo osobne. Nedávno sa uskutočnila moja dávna myšlienka, ako zviditeľniť našu spoločnosť. Pomocou pána Ing. Žiaka z Rotary klubu Martin a tiež pána Ing. Milana Novotného, za finančnej podpory ich klubu sa uskutočnilo nakrútenie dokumentu o našej chorobe s priblížením sa laickej verejnosti vďaka zrozumiteľnému prejavu MUDr. Milana Grófika, ktorý moju myšlienku zviditeľnil a neskutočne krásne podal celej verejnosti. Touto cestou sa chcem všetkým zúčastneným

poďakovať za ich ochotu a čas, hlavne za prejavenu empatiu k nám parkinsonikom, vykonali nesmierny kus mravečnej práce. Môj skromný nápad rozvinuli do obrovských rozmerov, detailne priblížili našu chorobu nielen nám pacientom s PCH, ale aj laickej verejnosti. Verím, že aj vďaka tomuto dokumentárnemu filmu sa budú na nás dívať ľudia s porozumením a ochotou nám pomôcť. Srdečne a z celého srdca ďakujem pán doktor Grófik, pán Inž. Žiak a pán Inž. Novotný. Taktiež ďakujem Rotary klubu za finančnú podporu.

*predsedkyňa RK SPS Martin  
Slávka Bobocká*

Na stránkach youtube nájdete bližšie informácie o našej chorobe a živote s Parkinsonovou chorobou. Touto cestou sa chcem ešte raz poďakovať všetkým účastníkom, ktorí sa podieľali na tomto diele. **Link, kde nájdete film: <https://youtu.be/48-PLAD9ZJI>**

*Ďakujem pekne za tento príspevok. Ja v prvom rade ďakujem Vám pani Bobocká za nápad a tiež za pomoc pri realizácii projektu. Poďakovanie patrí aj všetkým pacientom, ktorí sa zúčastnili tohto projektu, pretože bez vás, pacientov by to nebolo také dobré aké to je. Len takto to môže splniť svoj účel. Verím, že to pomôže verejnosti pochopiť ako sa žije ľuďom s Parkinsonovou chorobou.*

*MUDr. Milan Grofik, Ph*

## KAQUN zlepší kvalitu vášho života

**BENEFITY KYSLÍKOVEJ VODY  
KAQUN®**

Pitný režim je základ. Stále viac ľudí využíva prednosti kyslíkovej vody KAQUN® a zaraďuje ju do svojho pitného režimu. Extra kyslík zlepší kondíciu, celkovú kvalitu zdravia, naštartuje prirodzené očistné procesy organizmu a navyše posilní imunitu. Každý deň vás preventívne ochráni pred hypoxiou (stav nedostatku kyslíka) a oxidačným stresom. Kyslík prúdi vodnou cestou do celého tela – priamo do buniek a jeho priaznivé účinky pocítite okamžite. Spoločnosť KAQUN®

už viac ako 20 rokov uskutočňuje oficiálne štúdie po celom svete na akreditovaných univerzitách, kde neustále potvrdzuje jedinečné účinky kyslíkovej vody na organizmus.

**MOZOG A KYSLÍK**

Mozog je na kyslík našim najnáročnejším orgánom, pretože spotrebuje až 20% všetkého kyslíka, ktorý prijmeme. Nedávne výskumy ukázali, že hypoxia (stav nedostatku kyslíka) v mozgovom tkanive môže byť jedným z dôvodov vzniku a rozvoja neurodegeneratívnych ochorení ako Parkinsonova choro-

ba, demencia, či Alzheimer. Oxygenoterapia je účinná liečba neuropatie. Kyslík sa tak zaručene dostane hlboko do tkanív, zníži sa úmrtnosť buniek a stimuluje sa rast nových krvných ciev, čo umožňuje telu zvýšiť efektívnu dodávku kyslíka a živín k neurónom.

### PREČO NEMUSÍME MAŤ DOSTATOK KYSLÍKA?

Ukaždého známs pribúdajúcim vekom prirodzene klesá parciálny tlak kyslíka (pO<sub>2</sub>) v tkanivách. Prejavuje sa to v slabých regeneračných schopnostiach organizmu, nedostatkom energie či nízkou obranyschopnosťou viditeľnou najmä u starších ľudí. Väčšina chronických chorôb ako diabetes, psoriáza, rakovina, rôzne zápaly, alergie alebo astma majú jednu spoločnú vlastnosť a to, že v tkanivách sa nenachádza dostatok kyslíka alebo sa tam kyslík nenachádza vôbec, vtedy hovoríme o hypoxickom prostredí. Pri chronických pacientoch je pokles pO<sub>2</sub> v organizme dlhodobý a ešte výraznejší.

### KÚPEĽ PLNÝ ZDRAVIA

Správne nastavená pitná kúra vodou KAQUN dokáže pravidelne dodávať kyslík a tak účinne podporovať opravné mechanizmy organizmu. Počas regeneračného kyslíkového kúpeľa KAQUN® sa póry na pokožke otvoria a prúdi do nej kyslík v celej jeho sile. Kyslík regeneruje kožné tkanivá a cez pokožku sa vstrebáva priamo do buniek. Kyslíková terapia je vynikajúca



procedúra pri doliečovaní rôznych poranení a zdravotných ťažkostí. Voda tiež uľaví pri regenerácii svalov či kĺbov. Piešťany na Slovensku sa stalo po Budapešti len druhou krajinou na svete, kde sa využíva unikátna kyslíková regeneračná terapia KAQUN®. Dnes už nájdete KAQUN WELLNESS & SPA aj v Las Vegas, Los Angeles, či Singapore.

**Sme nesmierne hrdí na to, že aj v dnešnej dobe je KAQUN jediná kyslíková voda na svete, ktorá je vedecky podložená početnými klinickými a vedeckými štúdiami.”**

**Dr. Robert Lyons O. MD CEO KAQUN DISTRIBUTION, Kft.**

*Pre potreby SPRAVODAJCU spracovala predsedkyňa RK SPS Martin Slávka Bobocká*

## Vzdelávacia Akadémia

Milí priatelia,  
vo Vysokých Tatrách v Grand hoteli Starý Smokovec sa 19. mája 2022 konala po siedmy raz odborná vzdelávacia Akadémia Parkinsonova choroba. Podujatie bolo zaradené do kontinuálneho medicínskeho vzdelávania a odbornú garanciu prevzali Slovenská neurologická spoločnosť, Extrapyramídová sekcia

SNeS a Neurologický spolok Kramáre. Odborné prezentácie boli zoradené do samostatných vzdelávacích blokov s týmto programom: **Od dešifrovania molekulárnej podstaty PCH po nové stratégie jej liečby.**

MUDr. RNDr. Dominika Fričová

**Čo všetko sa môže skrývať za PCH?**

Doc. MUDr. Matej Škorvánek, PhD.

**Novšie farmakologické prístupy v liečbe PCH.**

Doc. MUDr. Michal Minár, PhD.

**Inovácie v liečbe hlbokou mozgovou stimuláciou.**

MUDr. Zuzana Košutzká, PhD.

**Algoritmus liečby pokročilej PCH.**

Prof. MUDr. Peter Valkovič, PhD.

**Prvé terapeutické skúsenosti s intestinálnym géloom levodopa, karbidopa, entakapon, a inovatívnou pumpou v liečbe PCH.**

Prof. Dr. Med. Wolfgang Jost

**Poruchy komunikačnej schopnosti pri PCH.**

Prof. PaedDr. Zsoldft Cséfalvay, PhD., Dr. h. c.

**Dysfúgia u pacientov s PCH.**

PhDr. Žofia Frajková

**Behaviorálne aspekty porúch príjmu potravy pri tauopatických atypických parkinsonových syndrómoch.**

MUDr. Ján Necpál

**Nutričné a pohybové odporúčania v liečbe PCH.**

MUDr. Igor Straka PhD.

Všetky prednášky boli na vysokej odbornej úrovni. Dozvedeli sme sa o motorických i nemotorických príznakoch, o štádiách Parkinsonovej choroby a nových možnostiach liečby. Taktiež, že sa v Košiciach, pod vedením doc. MUDr. Mateja Škovránka, PhD. buduje komplexné stredisko pre liečbu PCH. Organizátori každoročne pozývajú aj pacientov s diagnózou PCH ako svojich partnerov. Bolo nás tam desať spolu s našou predsedníčkou SPS Katarínou Félixovou. Prednášky boli nahrávané a prezentácie budú spracované do online podoby na Medicínskom portáli, kde budú k dispozícii od 20.06.2022 do 20.12.2022. [www.medicinskyportal.sk](http://www.medicinskyportal.sk).

Ing. Alexander Adam, Košice

## Zvolenská nemocnica otvorila špecializované neurologické centrum

Nemocnica AGEL Zvolen otvorila Centrum pre liečbu parkinsonizmu a extrapyramídových porúch. Moderné priestory a špičkoví odborníci ponúknu pacientom služby na najvyššej úrovni a liečiť budú aj detských pacientov s takýmito poruchami.

Nové pracovisko, ktoré je súčasťou zvolenskej nemocnice, sa bude zameriavať na diagnostiku a liečbu extrapyramídových ochorení, medzi ktoré patrí Parkinsonova choroba a iné druhy parkinsonizmu, rozličné typy trasy a rôzne formy hyperkinetických porúch. Centrum bude fungovať ambulantnou formou, no naliehavé prípady, pri ktorých bude potrebná rozsiahlejšia diagnostika či liečba, ktorá si bude vyžadovať hospitalizáciu, prevezme úzko späté neurologické oddelenie.

Nové moderné pracovisko zastrešuje špecialista v tejto oblasti a súčasne neuroológ pôsobiaci vo zvolenskej nemocnici MUDr. Ján Necpál, ktorý spolupracuje s ďalšími extrapyramídovými centrami pôsobiacimi na Slovensku a v zahraničí. Zaujímavosťou je, že neurologické centrum bude liečiť nielen dospelých, ale aj detských pacientov s extrapyramídovými poruchami. Základňu centra bude tvoriť skupina neuropatológov-odborníkov na extrapyramídové poruchy, klinický psychológ a psychiater. Víziou centra je najmä multidisciplinárna a čo najkomplexnejšia starostlivosť, ktorá bude spočívať v spolupráci s rehabilitačnými pracovníkmi, logopédom, gastroenterológom, či genetikom.

„Liečbe pacientov postihnutých spomenutými ochoreniami sa pán doktor Necpál



venuje dlhodobo. Som nesmierne rada, že s podporou BBSK a Skupiny AGEL SK dnes títo pacienti dostanú dôstojné a moderné priestory. Činnosť súvisiacich odborníkov v jednom ambulancnom centre bude benefitom pre pacienta aj pre personál, ktorý teraz poskytne komplexnú liečbu aj poradenstvo bez toho, aby pacient

hľadal ďalších lekárov, alebo musel za nimi dochádzať. Úprimne sa teším z toho, že po mesiacoch zlých správ a obmedzení v súvislosti s pandemiou, dnes predstavujeme verejnosti prvú z radu inovácií, na ktorých intenzívne pracujeme,“ povedala riaditeľka zvolenskej nemocnice Ing. Ľudmila Veselá, MBA.

## Pokyny pre pacientov

Na to, aby mohol byť chod ambulancie a celého centra plynulý a aby bola v nej maximálne dodržaná kvalita starostlivosti, Vás prosíme o rešpektovanie nasledujúcich pravidiel:

- Na ambulancii sa diagnostikujú a liečia iba ochorenia z okruhu extrapyramídových porúch (parkinsonizmus, chorea, dystónia a iné). Iným pridruženým neurologickým problémom (napr. bolesti chrbtice, hlavy a pod.) sa z hľadiska zamerania ambulancie nevenujeme. Tieto vyžadujú manažment na všeobecnej neurologickej ambulancii.
- Pacienti sú objednávaní vopred na presne stanovený čas. Frekvencia kontrol závisí od typu diagnózy a naliehavosti (napr. pri Parkinsonovej chorobe priemerne každé 4 mesiace).
- Objednávanie pacientov a nahlasovanie elektronických receptov sa realizuje primárne na t.č. 045/ 5 210 500. V prípade, že nebudete môcť vyšetrenie absolvovať, prosíme o včasné zrušenie termínu.
- Telefonické konzultácie sú, vzhľadom na to, že sa dejú počas chodu ambulancie, určené iba na nevyhnutné záležitosti. Na ostatné problémy ako je poskytovanie informácií o ochorení a pod. slúžia kontroly.
- Na prvovýšetrenie prosíme vždy priniesť: 1. kompletnú zdravotnú dokumentáciu, 2. zoznam aktuálne užívaných liekov, 3. obrazovú dokumentáciu z vyšetrení (CD z magnetickej rezonancie a pod.)

Na adrese:

<https://nemocnicazvolen.agel.sk/pracoviska/ambulancie/extrapyramidy/extrapyramidy.html>

nájdete užitočné informácie a informačné brožúrky pre pacientov (International Parkinson and Movement Disorders Society) na stiahnutie:

Ataxia, Botulotoxín, Cvičenie pri Parkinsonovej chorobe, Dystónia, Esenciálny tras, Hĺbková stimulácia mozgu pri Parkinsonovej chorobe, Huntingtonova choroba, Infúzna liečba pri Parkinsonovej chorobe, Kortikobazálna degenerácia, Multisystémová atrofia, Porucha chôdze a freezing pri Parkinsonovej chorobe, Progresívna supranukleárna obrna, Tiky a Tourettov syndróm

Pre potreby SPRAVODAJCU prevzala  
z <https://nemocnicazvolen.agel.sk/> M. Gáliková

# Adresár

## Výbor:

Predseda SPS	Katarína Félixová	felixova.katarina@gmail.com	0908 434 186
I. podpredseda SPS	Michal Verchola	michal.verchola@gmail.com	0907 738 348
II podpredseda SPS	Ing. Alexander Adam	sanoadam@gmail.com	0903 600 671

## Regionálne kluby SPS - predsedovia

Banská Bystrica	Marián Pavúk	klub@bombura.sk	0905 347 415
Bratislava	Ing. Melánia Kahanová	kamelany@gmail.com	0904 572 770
Košice	Ing. Alexander Adam	sanoadam@gmail.com	0903 600 671
Liptovský Mikuláš	Michal Šroll	zaneta.srollova@centrum.sk	0903 858 754
Levice	Vladimír Ivan	vladimir.livan@azet.sk	0907 645 160
Martin	Slávka Bobocká	babrlik@gmail.com	0910 989 156
Nitra	Roman Sarkózi	roman.sarkozi@icloud.com	0907 775 077
Piešťany, Trnava, Hlohovec	Michal Verchola	michal.verchola@gmail.com	0907 738 348
Prešov	Viera Vrábľová	vrablova.viera3@gmail.com	0909 190 557
Smižany	Vladimír Horváth	eva.horvathova76@gmail.com	0944 252 842
Zvolen	Mária Lihocká Hudáková	hudakova.maria.zv@gmail.com	0911 999 173

## Kontrolná komisia:

Ing. Viliam Haring	viliam.haring@gmail.com
Ing. Marián Židek	zidek57@gmail.com

## Účtovníčka:

Mgr. Helena Kováčová	kovacovahelena@centrum.sk	0908 132 655
----------------------	---------------------------	--------------



**Víťazi sa nikdy nevzdávajú  
a tí, ktorí sa v zdávajú,  
nikdy nevyhrajú.**

*Vince Lombardi*

*Pustý hrad, Zvolen*