

**Recenze:**

**Prof. MUDr. Miloš Velemínský, CSc., dr. h. c. – MUDr. Miloš Velemínský, Ph.D. Dítě od početí do puberty. 1500 otázek a odpovědí. 1. vydání. Praha: Triton, 2017, 480 s. ISBN 978-80-7553-148-3**

V péči o děti se česká medicína tradičně řadí ke světové špičce. Zdraví nejmladší generace však nespočívá jen v její historicky se vyvíjející úrovni, ale stále častěji je kladen důraz na prevenci, jež bývá neprávem buď z neznalosti, přehnané sebedůvěry, předsudků či ignorance opomíjena. Jako by v nových podmínkách výrazněji ožívalo motto z Domácího lékaře osvětáře Dr. Čenka Křížka z r. 1890: „Lepší malá pomoc, nežli velká nemoc!“ Takovým domácím rádcem v okamžiku, kdy se mladí rodiče svědomitě připravují na příchod svého prvního (ale samozřejmě i dalšího) potomka nebo si s ním nevědí rady a okamžitá pomoc není po ruce, je zamýšlena nejnovější publikace rodinného tandemu pediatra Miloše Velemínského sr. a gynekologa Miloše Velemínského jr. Zmínění autoři se nenechali odradit mnohdy jen relativně důvěryhodným zdrojem informací, za nějž je internet stále častěji pokládán, a vydali se tradicionalisticky až zarputile proti pseudoautoritě internetu. Důkazem toho je už zmíněná nově zpracovaná publikace **Dítě od početí do puberty. 1500 otázek a odpovědí**, jejíž starší verzi čtenáři či čtenářky znají pod titulem *Dítě. 3×333 otázek pro dětského lékaře* (2007). Autoři v ní reagují na fakt, že za deset let od jejího staršího vydání přibylo nejenom otázek, ale díky novým poznatkům i rozsáhlejších a mnohdy do detailu jdoucích odpovědí na ně. Publikace získala nejenom nový moderní „stříh“, ale i populární formát (z méně skladné A4 přešla na vhodnější B5). V neposlední řadě jsou otázky a odpovědi bohatě ilustrovány aktuálními a kvalitními fotografiemi. Autoři neponechávají ve třiačtyřiceti kapitolách nic náhodě a odpovídají na nejčastější a mnohdy palčivé otázky rodičů, počínaje těhotenstvím, rolí muže v rodině, režimem dne rodiny s dítětem, dopravou dětí, vybavením dětského pokoje, zdravou výživou v dětském věku, očkováním, alergiemi, různými druhy onemocnění apod. Dominantní kapitola publikace *Zdravá výživa v dětském věku* např. představuje téměř vyčerpávající souhrn rad, od kojeneckého věku až po pubertu, jak v dnešní „náhražkové“ době vyhovět požadavkům na kvalitu i kvantitu stravování dítěte. Počínaje jeho složkami a předpoklady a pak konkrétně problematikou množství a druhu tekutin, spotřeby tuků, výskytu cholesterolu, sacharidů, vitaminů, minerálních látek, soli, dále složením jídelníčku dětí předškolního a školního věku, charakteristikou a využitím cereálií, vlákniny, závěr této kapitoly je pak věnován tzv. éčkům (bezpečná, nevhodná a zakázaná) a biopotravinám. Nedílnou součástí této kapitoly představuje problematika kvality mateřského mléka, kojení a umělé výživy, včetně tzv. formulí (sušené formy upraveného kravského mléka) a příkrmů

(přídavků). Praktickou stránku této problematiky naplňují podkapitoly: **Receptář zeleninových a ovocných příkrmů**, **Receptář dietních jídel** a **Jídelníček nekojeného kojence**. Celý blok o zdravé výživě je završen otázkami a odpověďmi týkajícími se výživy batolat a větších dětí, předškolních a školních dětí a dětí v pubertě, kdy jsou aktuální tzv. poruchy příjmu potravy jako bulimie, mentální anorexie a dále problémy nadváhy a obezity, včetně speciálních poruch jako drunkorexie, ortorexie či bigorexie. Další kapitola **Očkování a zvyšování obranyschopnosti organismu** je věnována nejnovějším poznatkům z této oblasti jako obecné informace o povinném a nepovinném očkování či konkrétní o očkování proti klíšťové encefalitidě, která se v posledních letech stala reálným nebezpečím, avšak proočkovanost české populace je vzhledem k neustále se množícím případům tohoto onemocnění (ale také ve srovnání např. s počty očkovaných v Rakousku) velmi nízká.

Autoři se nevyhýbají ani psychosomatickým a sociálním onemocněním (dříve se říkalo zlozvykům), úloze sportu a otužování v dětském věku, vztahu dítěte a domácího zvířete, roli a možnostem alternativní medicíny, prevenci úrazů a následné rehabilitaci. **Prevence úrazů** je z hlediska svého významu jednou z nejdůležitějších a nejpodrobnějších částí publikace. Vedle teoretického úvodu kapitoly, kde je v otázkách předcházení úrazům či adekvátní pomoci v případech nežádoucích událostí akcentována především úloha rodičů, jsou podrobně z tohoto hlediska specifikovány úrazy v zimě, v autě, při cyklistice, v domácnosti, mimo domov (zahrady, stavby, silnice aj.), v přírodě (koupání, uštknutí hadem, štípnutí hmyzem, požití jedovatých plodů, pokousání psem apod.) a na dětském hřišti. Edukační charakter má podkapitola **Zásady první pomoci**, kde autoři návodným způsobem prezentují postupy při zahájení resuscitace (oživování), srdeční masáži, dýchání z úst do úst, dále názorně vysvětlují jak postupovat při vdechnutí cizího tělesa, různých druzích krvácení, popálení a opaření, poranění kostí a kloubů, páteře a míchy, zasažení elektrickým proudem, uštknutí, úrazech oka, štípnutí včelou, tonutí, požití jedovaté látky, otravě houbami, požití léků, křečích a epileptickém záchvatu. Autoři jsou si velmi dobře vědomi, jaký mají úrazy zvyšující se podíl nejenom na dětské morbiditě (nemocnosti), ale bohužel i mortalitě (úmrtí). Profesor Miloš Velemínský zasvětil podstatnou část své pediatrické teorie i praxe především prevenci před úrazovostí dětí. Publikoval nejenom desítky článků a studií, vedl a vede studentské práce na toto téma a na Zdravotně sociální fakultě Jihočeské univerzity dokonce inicioval zrod odborného časopisu **Prevence úrazů, otrav a násilí** (2005–2014).

Nedílnou součástí publikace je už tradičně kapitola věnovaná screeningu (aktivnímu vyhledávání nemocí u dětské populace). Některá už zmíněná témata mohou mít diskutabilní podtext, např. problematika domácích porodů nebo očkování, kde ve společnosti čas od času

dochází k více či méně bouřlivé výměně názorů mezi stoupenci do jisté míry odlišných postojů.

Autoři v úvodu zdůrazňují, že je kniha určena všem „zajímavícím se“ budoucím i současným rodičům, zaměřuje se především na prevenci onemocnění, a to jak zdravotní, tak sociální. V žádném případě nemá nahrazovat lékaře in vivo. Jeho postavení bylo, je a bude nezastupitelné. U mnoha odpovědí se autoři netají tím, že jejich hlas je pouze poradní a rozhodující slovo má mít konkrétní důvěryhodný ošetřující lékař. I kvalitně podaná a empiricky ověřená informace by měla být založena na důvěře danému lékaři a jeho názor či postoj by měl být tím nejpodstatnějším bez ohledu na záplavu podnětů z jiných zdrojů, včetně této publikace.

Publikace Dítě od početí do puberty má historií ověřenou a dosud snad nepřekonanou dialogickou formu, k níž se v psané i v mluvené podobě jako kulturní společnost znalá tradice neustále vracíme. Umění vést dialog představuje odedávna kultivované účastníky, zejména ty, kteří na otázky odpovídají. Oba autoři k nim nepochybně patří. Potěšitelné je, že neustrnuli jen na moci slova, ale ozvláštnili svůj text množstvím jak dokumentárních, tak ilustračních fotografií, jejichž autory jsou renomovaní profesionálové. Jejich výběr nepochybně optimisticky zamýšlený uvedenou publikací zdůvěřňuje a nastoluje pocit souznění mezi čtenáři a autory. Kromě fotografií ozvlášťují text publikace i kresby, jež jsou opět multifunkční a pocházejí z dílen renomovaných autorů či autorek. Vedle funkce klasické ilustrace mají čtenáře i názorně vést k žádoucím úkonům, představují např. schematický návod jak provádět masáže, vykapávat oči či zaujímat efektivní polohy při kojení.

Publikace Miloše Velemínského pediatra a Miloše Velemínského gynekologa představuje výsledek velkého a možná v dnešní době svým způsobem nedoceněného úsilí. Věřme, že tak jako namluvené texty z oblasti krásné literatury nepřinesly ztracení tradiční formě knihy a čtenářskému požitku z její četby, tak i podobně v mnohých z nás zůstala potřeba mít po ruce vedle počítače s internetovým připojením a neomezeným množstvím informací i vázanou možná v budoucnu „relikvii“, která v sobě ukrývá léta zkušeností a potřebu je sdělit, nepodléhá přitom nekriticky módním vlnám a nesází na okamžitý, ale krátkodobý úspěch.

**Recenzent:**

**PhDr. Jan Vitoň, Ph.D.**

Absolvent Filozofické fakulty UK v Praze, který působí na ZSF JU v Českých Budějovicích jako odborný asistent v Ústavu humanitních studií v pomáhajících profesích.