

číslo 3 • 17.-18. ledna 2026

Víkend **DNES**



Tajemství

kouzelníků

ROZHOVOR • STR. 4

Pozor, predátor!

Jak předejít sexuálnímu zneužívání dětí? Jak fungují typické zbraně predátorů?

ZDRAVÍ • STR. 5

Vynález penicilinu

Penicilin pomáhá 85 let. První člověk lék dostal 17. ledna 1941 ve Velké Británii.

Aféra Concorde

Před půl stoletím začal pravidelný provoz legendárního nadzvukového letounu.

PANORAMA • STR. 6

VÝLETNÍK • STR. 10

Anglie u Nechanic

Hrádek u Nechanic je náš nejangličtější zámek. Taky ho stavěl Angličan, architekt Lamb.

SPOLEČNĚ PROTI GROOMINGU

JAK POZNAT GROOMING? Jak se ho vyvarovat ve škole, sportovním klubu, pěveckém sboru?

Projekt www.spolecneprotigroomingu.cz nabízí vzdělávací besedy navazující na projekci filmu *Sbornistr*. Dílo režiséra Ondřeje Provozniče je inspirované skutečným příběhem zneužívaných dívek prestižního tělesa Bambini di Praga.



Past na dítě

Dáreček za odměnu. Lichotivá slova o báječném talentu. Soukromé lekce navíc. Všichni si přejeme zažít pocit, že je naše dítě výjimečné! **ALE CO KDYŽ JE TO CELÉ LÉČKA** končící sexuálním zneužíváním? Slávka Karkošková vysvětluje techniky groomingu.

XT: JAKUB HLAVÁČ / FOTO: SHUTTERSTOCK, ANNA KRISTOVÁ – MAFRA

doc. ThDr. Mgr. SLÁVKA KARKOŠKOVÁ, PhD. (1979)



Docentka v oboru sociální práce působí na Univerzitě Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem.

Víc než 20 let se věnuje výzkumně, publikačně a lektorský především problematice sexuálního zneužívání dětí.

Je členkou expertní skupiny Evropské komise zaměřené na prevenci sexuálního zneužívání dětí (Network for the Prevention of Child Sexual Abuse).

mimo pravidla školy, klubu, sboru či jiné organizace. V prostorech a časech, kdy na aktivitu nikdo nedohlží. Čím víc tajnosti, exkluzivity a kontaktu mimo kontrolovaný rámec, tím větší riziko.

Jak srdečnost odlišit od manipulace?

Základním rozlišujícím znakem je férovost a transparentnost. Férovost znamená, že žádné dítě není v kolektivu dětí diskriminované ani zvýhodňované. Všechny děti mají nárok na stejné zacházení a stejnou míru péče i pozornosti. To neznamená, že všechny děti mají stejné potřeby a schopnosti, ale nesmíme k nim přistupovat tak, že vytváříme nezdravou psychickou dynamiku: některé děti si na sebe navážeme, cítí se poctěné a privilegované, zatímco jiné se cítí odstrčené nebo trestané.

Nějaký příklad?

Není špatné rozdávat dárky, pokud je jasné, za jakých okolností se udělují. A pokud předání probíhá veřejně, před ostatními v kolektivu. Problém jsou soukromé dárky předávané tajně, bez vědomí kolegů, nadřízených, rodičů i ostatních dětí ve skupině. Podobné pravidlo platí i pro komunikaci na sociálních

sítích. Pokud se informace sdělují celé skupině a jejich obsah odpovídá roli, kterou má trenér či učitel, je to v pořádku. Problém je soukromá komunikace, o které nikdo jiný neví.

Co jsou varovné signály, že je náš potomek obětí groomingu?

Může to být například náhle tajnostkářství. Dítě skrývá mobil, maže zprávy, má nové účty, mění hesla, nechce ukázat, s kým si píše. Když dítě mluví o tom, s kým komunikuje, může projevovat nadšení, danou osobu nekriticky obdivuje a obhajuje, působí, jako by bylo zamilované. Rodiče si možná všimnou, že dítě má nové oblečení, kosmetiku, elektroniku, kredit do mobilu nebo něco jiného, jehož původ si neumějí vysvětlit, a dítě o tom mluví mlhavě. Mohou se množit i nesrovnalosti v tom, kde a s kým dítě bylo. Emocně nabitá nálada se může střídát s projevy krize, když se „ve vztahu“ objeví konflikt a napětí. Pokud někomu jde o blaho dítěte, chová se k němu způsobem, který dítě posiluje. Grooming dítě emočně opanovává, mate, izoluje od ostatních, zamotává do společných tajemství a umlčuje.

Dospělý má nejen fyzickou převahu, ale i psychologický a sociální náskok před dítětem. Pokud si získá důvěru dítěte, odzbrojí ho.

Je naivní doufat, že dítě pozná léčku samo?

Pořád se bavíme o tom, že dítě je v moci dospělého člověka. Dospělý má nejen fyzickou převahu, ale i psychologický a sociální náskok před dítětem. Pokud si získá důvěru dítěte, odzbrojí ho. Groomer může dítě přesvědčovat, že všechno dělá jen pro jeho dobro. Zpočátku je to lákavé a podmanivé, vzbuzuje to pocity vděčnosti a zavázanosti. I kdyby dítěti něco nesedělo, groomer pohotově nabídne důvěryhodné vysvětlení. A když nikdo ze sociálního okolí nezaregistruje varovné signály a nezasáhne, dítě si může myslet, že je všechno v pořádku. Proto je klíčová včasná pozornost dospělých a bezpečný prostor, kde se dítě může svěřit.

Jak se zachovat, když se o groomingu dozvíme?

Záleží, v jaké fázi je celá situace. Je to namotávání, nebo už dochází k sexuálnímu zneužívání? Je to bezprostředně po zneužití, nebo už uplynulo mnoho let? V první chvíli je každopádně většinou potřeba zvládnout šok, pro kohokoli, pro rodiče obzvlášť.

Jistě, tohle nikdo slyšet od dítěte nechceme.

A je v pořádku, že si s tím v první chvíli nevíme rady. Není špatné to dítěti přiznat. Říct, že hned řešení neznáte, ale rozhodně ho najdete. Pak už se můžeme poradit. Zavolat na Linku bezpečí, sednout si k internetu a začít hledat. Rozhodně je dobré se spojit s odborníky. Pokud jde o podezření na neetické chování, je potřeba se obrátit na instituci, organizaci, kde podezřelá osoba působí. Pokud máme důvodně podezření, že došlo k trestnému činu, obrátíme se na policii.

Co když si děti celou věc vymyslí?

Stává se to, ale v méně než deseti procentech oznámených případů. Takže máte minimálně devadesátiprocentní pravděpodobnost, že se opravdu děje něco špatného. A pokud je to vymyšlené? Nebojte, lež má krátké nohy. Přejde se na to. A také je velký rozdíl mezi křivým, tedy smyšleným obviněním a nepotvrzeným podezřením. Na tom druhém není nic špatného, je to zcela v pořádku. Vždycky je lepší věc prošetřit než později litovat.

Nebudu za hysterku?

Může se stát, že vás budou podezírat, že zveličujete nebo že se pletete do něčeho, co není vaše věc. Možná budou zpochybňovat váš úsudek nebo vaše motívy. Podezírat vás, že chcete někomu zákeřně uškodit nebo zničit dobré jméno. Nebo vás budou chtít odbýt tím, že to, jak se k dětem navštěvujícím organizaci či klubu někdo chová mimo pracovní dobu, není věc dané organizace či instituce.

Co v takovém případě?

V takovém případě je důležité nenechat se odradit a držet se faktů: kompetentním osobám popsat konkrétní situace. Trvat na tom, aby se to nezametlo pod koberec. Pokud od podezřelé osoby nebo organizace, pro kterou působí, přichází zastrašování a různé formy sociálního tlaku, je potřeba hledat spojence. Nežít v tom osamoceni. Oslovit další rodiče, jejichž děti organizaci, třídu, kroužek či klub také navštěvují. Říct jim o podnětu, zeptat se, zda se s něčím podobným už nesetkali, edukovat je o groomingu a hledat společnou strategii, jak situaci čelit.

Dokážou grooming pochopit i děti?

Nelze od nich čekat, že ho rozšířují, pokud jsou jeho přímým terčem. Ale pokud jsou v pozici svědků toho, jak je groomingu vystavené jiné dítě z jejich kolektivu, všimnou si toho. Podobně jako dospělí k tomu nemusí mít pojmový rámec, ale když s nimi rodiče nebo odborníci o groomingu otevřeně mluví a vysvětlí jim, z čeho se skládá, dokážou i zpětně popsat, čeho všeho podezřelého si v konkrétním případě všimly. Takovou reakci měly děti i v jednom nedávném případě, o němž jsem měla možnost se detailně dozvědět. Víc rodičů, které zburcovala matka dívky, jež se stala obětí sexuálního zneužívání, si vyhledalo informace o groomingu. Společně si to mezi sebou probrali a následně toto téma otevřeli i s dětmi. Když později v rámci intervence do třídy přišli odborníci, aby o groomingu mluvili, byli překvapeni, jak dobře se děti orientovaly.

Jaké to je pro rodiče, jehož dítě bylo zneužito?

Je pod neuvěřitelným tlakem. Má extrémně psychicky zraněné dítě a do nějaké komunity lidí přináší šlenou zprávu. Naruší i ostatní domnělý klid, ve kterém si žil. Není snadné to ustát, není snadné bojovat za správnou věc. Právě proto musí každý, kdo s podobným případem vystoupí, dostat podporu.

Jak v první chvíli pomoci zneužitému dítěti?

V klidu vyslechnout a nijak dítě neobviňovat. Nikdy to není jeho chyba, ani trochu. Dítě nepotřebuje slyšet, že se chovalo naivně a hloupě. Navíc to není pravda. Je potřeba dítě ujistit, že je dobře, že o tom mluví, i kdyby mělo pocit, že tím groomera zraňuje nebo mu ubližuje.

Lidé se často ptají, proč se oběť nevězvěřela a nepromluvíla dřív.

Po bitvě je každý generál. Odborně se tomu říká chyba zpětného úsudku. Pokud známe výsledek, tak se nám mylně zdá, že k němu vedly logické kroky a celé se to dalo předvídat. Zpětně obviňujeme oběť, že si za to může sama. Takhle chytří ovšem jsme opravdu až ve chvíli, kdy známe ten výsledek. Víme, kam to dospělo. V průběhu bychom asi vývoj sami těžko předpokládali. Pomoci nám k tomu může právě edukace a osvěta o praktikách groomerů.

jakub.hlavac@mfdnes.cz

Společně proti groomingu

JAK POZNAT GROOMING? Jak se ho vyvarovat ve škole, sportovním klubu, pěveckém sboru?

Projekt www.spolecneprotigroomingu.cz nabízí vzdělávací besedy navazující na projekci filmu Sbormistr. Dílo režiséra Ondřeje Provozniaka je inspirované skutečným příběhem zneužívaných dívek prestižního tělesa Bambini di Praga.



Past na dítě

Co pojem grooming ve spojení se sexuálním zneužíváním znamená?

Úplně zjednodušeně: je to manipulativní zacházení s druhou osobou. Cílem je získat si její maximální důvěru a dostat ji pod svůj vliv. Tak aby si ani neuvědomila překračování hranic, aby se vypnul její ostrážost a oslabila se její schopnost bránit se a hledat pomoc. Dá se to přirovnat k pasti, v níž je lákavá návnada a pevný mechanismus zaskapnutí.

To celé se děje s cílem sexuálního zneužívání?

Nemusí to být cíl od samého začátku, ale bohužel to může být vyvrcholení celého procesu. Když někdo chodí po hraně vztahu, když si důsledně nehlídá, co si vůči dítěti smí dovolit a co už ne, může uklouznout a dostat se na šikmou plochu. Někdy je překročení hranic motivováno dokonce dobrými úmysly: dospělý chce dítěti pomoci a nadměrně se angažuje. Na vlastní pěst, svévolně. A když si vypěstuje příliš blízký vztah k dítěti a zároveň se v nějaké situaci naskytne příležitost projevit mu náklonnost i jinak, může se to stát snadno. Příležitost dělá zloděje.

Jedná se o nový fenomén?

Ten manipulativní mechanismus pachatelé sexuálního zneužívání používali nejspíš odjakživa. Nové je to, že o něm dnes máme nashromážděno mnoho vědeckých poznatků. Lépe rozumíme tomu, jak funguje. A víc si uvědomujeme naléhavou potřebu dělat o tom ve veřejném prostoru osvětu. Aby byli běžní lidé všímavější a dokázali zasáhnout dříve. Ideálně ještě dřív, než celý proces vyústí v sexuální zneužívání.

Jak pachatele poznám?

Na první pohled ho většinou nepoznáte. Pachatel může působit úplně normálně: jako sympatický, ochotný, respektovaný člověk, kterému lidé důvěrují. Proto nemá smysl spoléhat na to, jak vypadá nebo jak se prezentuje. Důležité je, zda dělá to, co má v popisu práce a co spadá do jeho role, nebo zda to už překračuje. Hledejte varovné signály v chování.

Co by mě mělo znepokojovat?

U trenérů, vedoucích kroužků nebo lidí v pomáhajících profesích bychom měli zpozornět, když vidíme, že si s některým dítětem nebo s několika vyvolenými dětmi budují exkluzivní vztah. Věnují jim nadstandardní pozornost, zahrnují je lichotkami, privilegii a dárky, ochotně nabízejí drobné služby, které prezentují jako pomoc, vstřícnost či laskavost. Vyhledávají a vytvářejí příležitosti být s dítětem o samotě, bez dozoru ostatních. Prohlubují a zintenzivňují komunikaci, mluví o stále intimnějších tématech. Komunikují i v neobvyklých časech, navíc přes neoficiální komunikační kanály. Nápadný může být také nadměrný fyzický kontakt, různá objímání a dotyky, pro které není přiměřený důvod. Vnější pozorovatel má přitom často jen „bibý pocit“. To, co vidí, není žádný trestný čin. Ale správně tuší, že i tak je to už za hranou. Že ten dospělý a dítě „k sobě mají nějak blízko“.

Spousta lidí dělá ve volném čase trenéry, vedou kroužky. A mají srdce na dlani. Kdy je srdečnost rizikem?

Bezpečná srdečnost vypadá tak, že dospělý je laskavý, povzbuzuje a zajímá se, ale drží svou roli. Jeho rolí není být dítěti kámoš, ale vzdělávat, trénovat a poskytovat péči v oblasti, na kterou má mandát. Od organizace, která ho přizvala ke spolupráci, i od rodičů, kteří dítě přihlásili do daného kroužku, klubu, školy a podobně. Pokud má dítě problém, jehož řešení není v kompetenci daného odborníka, nemá své kompetence svévolně překračovat. Otevřeně má komunikovat buď s rodiči, nebo s nadřízenými v organizaci, aby se pro dítě hledala vhodná pomoc. Ať už jde o materiální, psychologické, nebo jiné potřeby dítěte.

Ale co když dítě nemá problém? Má jen talent a dospělý se nabízí, že ho bude rozvíjet intenzivněji.

Rodič může být celý nadšený a hrdý, když slyší, že v jeho dítěti je potenciál. Může zvýšenou angažovanost profesionálně vítat s otevřenou náručí. Každý chce slyšet, že právě jeho potomek je talent a že by bylo dobré věnovat mu speciální péči. Jistě. Nemělo by se to ale dít svévolně, bez vědomí nadřízených, psychologické, nebo jiné potřeby dítěte.

hDr. Mgr. **SLÁVKA KARKOŠKOVÁ, Ph.D. (1979)**



Docentka v oboru sociální práce působí na Univerzitě Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem.

Víc než 20 let se věnuje výzkumné, publikačně a lektorský především problematice sexuálního zneužívání dětí.

Je členkou expertní skupiny Evropské komise zaměřené na prevenci sexuálního zneužívání dětí (Network for the Prevention of Child Sexual Abuse).

mimo pravidla školy, klubu, sboru či jiné organizace. V prostorech a časech, kdy na aktivitu nikdo nedohlídá. Čím víc tajnosti, exkluzivity a kontaktu mimo kontrolovaný rámec, tím větší riziko.

Jak srdečnost odlišit od manipulace?

Základním rozlišujícím znakem je férovost a transparentnost. Férovost znamená, že žádné dítě není v kolektivu dětí diskriminované ani zvýhodňované. Všechny děti mají nárok na stejné zacházení a stejnou míru péče i pozornosti. To neznamená, že všechny děti mají stejné potřeby a schopnosti, ale nesmíme k nim přistupovat tak, že vytváříme nezdravou psychologickou dynamiku: některé děti si na sebe navážeme, cítí se poctěné a privilegované, zatímco jiné se cítí odstrčené nebo ztrátené.

Nějaký příklad?

Není špatné rozdávat dárky, pokud je jasné, za jakých okolností se udělují. A pokud předání probíhá veřejně, před ostatními v kolektivu. Problém jsou soukromé dárky předávané tajně, bez vědomí kolegií, nadřízených, rodičů i ostatních dětí ve skupině. Podobné pravidlo platí i pro komunikaci na sociálních

sítích. Pokud se informace sdělují celé skupině a jejich obsah odpovídá roli, kterou má trenér či učitel, je to v pořádku. Problém je soukromá komunikace, o které nikdo jiný neví.

Co jsou varovné signály, že je nás potomek obětí groomingu?

Může to být například náhle tajnostkářství. Dítě skrývá mobil, mazá zprávy, má nové účty, mění hesla, nechce ukázat, s kým si píše. Když dítě mluví o tom, s kým komunikuje, může projevovat nadšení, danou osobu nekriticky obdivuje a obhajuje, působí jako by bylo zamilované. Rodiče si možná všimnou, že dítě má nové oblečení, kosmetiku, elektro-niku, kredit do mobilu nebo něco jiného, jehož původ si neumějí vysvětlit, a dítě o tom mluví mlhavě. Mohou se množit i nesrovnalosti v tom, kde a s kým dítě bylo. Emocně může dítě kolísat podobně jako při randění. Povznesená nálada se může střídát s projevy krize, když se „ve vztahu“ objeví konflikt a napětí. Pokud někomu jde o blaho dítěte, chová se k němu způsobem, který dítě posiluje. Grooming dítě emocioně opanovává, mate, izoluje od ostatních, zamotává do společných tajemství a umlčuje.

světlit, a dítě o tom mluví mlhavě. Mohou se množit i nesrovnalosti v tom, kde a s kým dítě bylo. Emocně může dítě kolísat podobně jako při randění. Povznesená nálada se může střídát s projevy krize, když se „ve vztahu“ objeví konflikt a napětí. Pokud někomu jde o blaho dítěte, chová se k němu způsobem, který dítě posiluje. Grooming dítě emocioně opanovává, mate, izoluje od ostatních, zamotává do společných tajemství a umlčuje.

Je naivní doufat, že dítě pozná lékaře samo?

Pořád se bavíme o tom, že dítě je v moci dospělého člověka. Dospělý má nejen fyzickou převahu, ale i psychologický a sociální náskok před dítětem. Pokud si získá důvěru dítěte, odzbrojí ho. Groomer může dítě přesvědčovat, že všechno dělá jen pro jeho dobro. Zpočátku je to lákavé a podmanivé, vzbuzuje to pocity vděčnosti a závázanosti. I kdyby dítěti něco nesedělo, groomer pohotově nabídne důvěryhodné vysvětlení. A když nikdo ze sociálního okolí nezaregistruje varovné signály a nezasáhne, dítě si může myslet, že je všechno v pořádku. Proto je klíčová včasná pozornost dospělých a bezpečný prostor, kde se dítě může sverřit.

Jak se zachovat, když se o groomingu dozvíme?

Záleží, v jaké fázi je celá situace. Je to namotávání, nebo už dochází k sexuálnímu zneužívání? Je to bezprostředně po zneužití, nebo už uplynulo mnoho let? V první chvíli je každopádně většinou potřeba zvládnout šok, pro kohokoli, pro rodiče obzvlášť.

Jistě, tohle nikdo slyšet od dítěte nechce.

A je v pořádku, že si s tím v první chvíli nevíme rady. Není špatné to dítěti přiznat. Říct, že hned řešení neznáte, ale rozhodně ho najdete. Pak už se můžeme poradit. Zavolat na Linku bezpečí, sednout si k internetu a začít hledat. Rozhodně je dobré se spojit s odborníky. Pokud jde o podezření na neetické chování, je potřeba se obrátit na instituci, organizaci, kde podezřelá osoba působí. Pokud máme důvodné podezření, že došlo k trestnému činu, obrátíme se na policii.

Co když si děti celou věc vymyslí?

Stává se to, ale v méně než deseti procentech ozná-trendy? Nebo si Japonci zaplatili reklamu, aby zvýšených případů. Takže máte minimálně devadesátí-šilí poptávků?“ ptá se řečnický Petr Patočka z webu procentní pravděpodobnost, že se opravdu děje něco Matchatea. „Nikdo netuší, ale ten čaj teď prostě chtě-špatného. A pokud je to vymyšlené? Nebojte, lež májí všichni.“ Že jste o matche zatím neslyšeli? V Japonsku se křivým, tedy smyšleným obviněním a nepotvrzeným popíjí tisíce let, v Česku to až relativně donedávna podezření. Na tom druhém není nic špatného, jebyla kuriozita. Běžně se u nás matcha objevila až to zcela v pořádku. Vždycky je lepší věc prošetřit nežněkdy kolem roku 2012 a pan Patočka se postupně vypracoval mezi největší evropské dovozce. Těžko hledat lepšího odborníka.

Nebudu za hysterku?

Může se stát, že vás budou podezřít, že zveličujete nebo že se plette do něčeho, co není vaše věc. Mož-Základem matchy je stejná rostlina, ze které se rodí ná budou zpochybňovat váš úsudek nebo vaše moti-běžný čaj. Tedy keř nebo strom s botanickým ná-y. Podezřatí vás, že chcete někomu zákeřně uškodit zvem Camellia sinensis (čajovník čínský), která se nebo zničit dobré jméno. Nebo vás budou chtít obdýt tím, že to, jak se k dětem navštěvujícím organizaci či klub někdo chová mimo pracovní dobu, není věc dané organizace či instituce.

Co v takovém případě?

V takovém případě je důležité nenechat se odradit a držet se faktů: kompetentním osobám popsat konkrétní situace. Trvat na tom, aby se to nezameto pod koberec. Pokud od podezřelé osoby nebo organizace, pro kterou působí, přichází zastrašování a různé formy sociálního tlaku, je potřeba hledat spojení. Nežstát v tom osamocení. Oslovit další rodiče, jejichž děti organizaci, třídu, kroužek či klub také navštěvují. Říct jim o podnětu, zeptat se, zda se s něčím podobným už neseekali, edukovat je o groomingu a hledat společnou strategii, jak situaci čelit.

Dokážou grooming pochopit i děti?

Nelze od nich čekat, že ho rozšířují, pokud jsou jeho přímým terčem. Ale pokud jsou v pozici svědků toho, jak je groomingu vystavené jiné dítě z jejich kolektivu, všimnou si toho. Podobně jako dospělí k tomu nemusí mít pojmový rámec, ale když s nimi rodiče nebo odborníci o groomingu otevřeně mluví a vysvětlí jim, z čeho se skládá, dokážou i zpětně popsat, čeho všeho podezřelého si v konkrétním případě všimly. Takovou reakci měly děti i v jednom nedávném případě, o němž jsem měla možnost se detailně dozvědět. Víc rodičů, které zburcovala matka dívky, jež se stala obětí sexuálního zneužití, si vyhledalo informace o groomingu. Společně si to mezi sebou probrali a následně toto téma otevřeli i s dětmi. Když později v rámci intervence do třídy přišli odborníci, aby o groomingu mluvili, byli překvapeni, jak dobře se děti orientovaly.

Jaké to je pro rodiče, jehož dítě bylo zneužito?

Je pod neuvěřitelným tlakem. Má extrémně psychologicky zraněné dítě a do nějaké komunity lidí přináší šílenou zprávu. Naruší i ostatním domnělý klid, ve kterém si žili. Není snadné to ustát, není snadné bojovat za správnou věc. Právě proto musí každý, kdo s podobným případem vystoupí, dostat podporu.

Jak v první chvíli pomoci zneužitému dítěti?

V klidu vyslechnout a nijak dítě neobviňovat. Nikdy to není jeho chyba, ani trochu. Dítě nepotřebuje slyšet, že se chovalo naivně a hloupě. Navíc to není pravda. Je potřeba dítě ujistit, že je dobře, že o tom mluví, i kdyby mělo pocit, že tím groomera zrajuje nebo mu ubližuje.

Lidé se často ptají, proč se obět nevezpřela a nepromluvila dříve.

Po bitvě je každý generál. Odborně se tomu říká chyba zpětného úsudku. Pokud známe výsledek, tak se nám mylně zdá, že k němu vedly logické kroky a celé se to dalo předvídat. Zpětně obviňujeme oběť, že si za to může sama. Takhle chytří ovšem jsme opravdu až ve chvíli, kdy známe ten výsledek. Víme, kam to dospělo. V průběhu bychom asi vývoj sami těžko předpokládali. Pomoci nám k tomu může právě edukace a osvěta o praktikách groomerů.

jakub.hlavac@mfdnes.cz

Zkuste nápoj samurajů

Celosvětová panika! křičí novinové tituly. „Influencí propadli čaji matcha, začíná ho být nedostatek!“ Možná je to poněkud přehnané, ale zájem o nápoj s jemnou trávoovou příchutí v posledním roce opravdu globálně vystřelil.

„Zamilovalo se do něj pár celebrit určujících trendy? Nebo si Japonci zaplatili reklamu, aby zvýšených případů. Takže máte minimálně devadesátí-šilí poptávků?“ ptá se řečnický Petr Patočka z webu procentní pravděpodobnost, že se opravdu děje něco Matchatea. „Nikdo netuší, ale ten čaj teď prostě chtě-špatného. A pokud je to vymyšlené? Nebojte, lež májí všichni.“ Že jste o matche zatím neslyšeli? V Japonsku se křivým, tedy smyšleným obviněním a nepotvrzeným popíjí tisíce let, v Česku to až relativně donedávna podezření. Na tom druhém není nic špatného, jebyla kuriozita. Běžně se u nás matcha objevila až to zcela v pořádku. Vždycky je lepší věc prošetřit nežněkdy kolem roku 2012 a pan Patočka se postupně vypracoval mezi největší evropské dovozce. Těžko hledat lepšího odborníka.

„Zamilovalo se do něj pár celebrit určujících trendy? Nebo si Japonci zaplatili reklamu, aby zvýšených případů. Takže máte minimálně devadesátí-šilí poptávků?“ ptá se řečnický Petr Patočka z webu procentní pravděpodobnost, že se opravdu děje něco Matchatea. „Nikdo netuší, ale ten čaj teď prostě chtě-špatného. A pokud je to vymyšlené? Nebojte, lež májí všichni.“ Že jste o matche zatím neslyšeli? V Japonsku se křivým, tedy smyšleným obviněním a nepotvrzeným popíjí tisíce let, v Česku to až relativně donedávna podezření. Na tom druhém není nic špatného, jebyla kuriozita. Běžně se u nás matcha objevila až to zcela v pořádku. Vždycky je lepší věc prošetřit nežněkdy kolem roku 2012 a pan Patočka se postupně vypracoval mezi největší evropské dovozce. Těžko hledat lepšího odborníka.

„Zamilovalo se do něj pár celebrit určujících trendy? Nebo si Japonci zaplatili reklamu, aby zvýšených případů. Takže máte minimálně devadesátí-šilí poptávků?“ ptá se řečnický Petr Patočka z webu procentní pravděpodobnost, že se opravdu děje něco Matchatea. „Nikdo netuší, ale ten čaj teď prostě chtě-špatného. A pokud je to vymyšlené? Nebojte, lež májí všichni.“ Že jste o matche zatím neslyšeli? V Japonsku se křivým, tedy smyšleným obviněním a nepotvrzeným popíjí tisíce let, v Česku to až relativně donedávna podezření. Na tom druhém není nic špatného, jebyla kuriozita. Běžně se u nás matcha objevila až to zcela v pořádku. Vždycky je lepší věc prošetřit nežněkdy kolem roku 2012 a pan Patočka se postupně vypracoval mezi největší evropské dovozce. Těžko hledat lepšího odborníka.

„Zamilovalo se do něj pár celebrit určujících trendy? Nebo si Japonci zaplatili reklamu, aby zvýšených případů. Takže máte minimálně devadesátí-šilí poptávků?“ ptá se řečnický Petr Patočka z webu procentní pravděpodobnost, že se opravdu děje něco Matchatea. „Nikdo netuší, ale ten čaj teď prostě chtě-špatného. A pokud je to vymyšlené? Nebojte, lež májí všichni.“ Že jste o matche zatím neslyšeli? V Japonsku se křivým, tedy smyšleným obviněním a nepotvrzeným popíjí tisíce let, v Česku to až relativně donedávna podezření. Na tom druhém není nic špatného, jebyla kuriozita. Běžně se u nás matcha objevila až to zcela v pořádku. Vždycky je lepší věc prošetřit nežněkdy kolem roku 2012 a pan Patočka se postupně vypracoval mezi největší evropské dovozce. Těžko hledat lepšího odborníka.

„Zamilovalo se do něj pár celebrit určujících trendy? Nebo si Japonci zaplatili reklamu, aby zvýšených případů. Takže máte minimálně devadesátí-šilí poptávků?“ ptá se řečnický Petr Patočka z webu procentní pravděpodobnost, že se opravdu děje něco Matchatea. „Nikdo netuší, ale ten čaj teď prostě chtě-špatného. A pokud je to vymyšlené? Nebojte, lež májí všichni.“ Že jste o matche zatím neslyšeli? V Japonsku se křivým, tedy smyšleným obviněním a nepotvrzeným popíjí tisíce let, v Česku to až relativně donedávna podezření. Na tom druhém není nic špatného, jebyla kuriozita. Běžně se u nás matcha objevila až to zcela v pořádku. Vždycky je lepší věc prošetřit nežněkdy kolem roku 2012 a pan Patočka se postupně vypracoval mezi největší evropské dovozce. Těžko hledat lepšího odborníka.

Neporádek, který zachránil životy

PENICILIN POMÁHÁ 85 LET.

První člověk ho dostal 17. ledna 1941 ve Velké Británii, od té doby léčí angínu, zápal plic i spoustu jiných nemocí.

TEXT: NINA TICHÁ / FOTO: SHUTTERSTOCK

V červnu 1945 ležel v nemocnici v Klatovech devítiletý Karel Pacner. Měl zánět slepého střeva, který se rozšířil dál do těla na pobřížnici. Stav malého pacienta byl kritický. „Lékaři říkali, že asi nevydřím,“ popsal později své tehdejší vyhlídky v knize Život novináře Karel Pacner, dlouholetý redaktor MF DNES. Do boje o záchranu života malého kluka se aktivně vložili jeho rodiče. Měsíc po válce byla osvoboditelská americká armáda stále ještě v západních Čechách a s ní i zázračný penicilin, antibiotikum, které v té době v Československu nebylo běžně dostupné.

Otec Karla Pacnera se vydal za Američany do Plzně a požádal je o pomoc. Uspěl. „Ještě tu nedělal přijel do nemocnice americký lékař a přinesl tři ampulky,“ vzpomínal později. Hnědý jprdek se tehdy ředil destilovanou vodou a z jedné ampulky se dalo získat 10 injekcí. Lékař zabalil kamžité. Jeden den měl malý Karel horečku 41 °C, následující už mu naměřili normální teplotu a byl bez bolesti. „Takový zážrak v klatovské nemocnici neznali. Chodili se na ně dívat doktoři ze všech oddělení.“

Jeho stav se sice později zase zhoršil, nakonec dostal 140 injekcí penicilinu, ale uzdravil se. Stal se prvním pacientem v Klatovech, který antibiotikum dostal.

Antibiotikum pro vojáky

Poprvé na světě byl penicilin experimentálně použit začátkem roku 1941 ve Velké Británii. Tehdy ho 17. ledna dostal policista Albert Alexandr na otravu krve. Infekce postupovala rychle a lékaři byli bezradní. Na záchranu jeho

matchy jich obsahuje asi desítkrát víc než běžný čaj. Názvy jako L-theanin, polyfenoly, katechiny či antioxidanty běžnému čtenáři nejspíš mnoho neřeknou.

Shrňte, že matcha je zdravější než běžný čaj. Jemný zelený prášek je doslova nabitý příznivými látkami působícími proti civilizačním chorobám, podporujícími činnost srdce, snižujícími hladinu cholesterolu, zrychlujícími spalování tuků.

Krabíček versus pozdní sběr

To samozřejmě neznamená, že matcha byla zá- zračným všelékem. Pokud se přejídáte a nehybete, její popíjení vám hubnutí nezajistí. V součtu to ale může být jeden z kroků, jak změnit život k lepšímu. Bonusem je nápoj s jemnou trávoovou příchutí.

Dalším rozdílem je dodání energie, což běžně řešíme kávou. Kofein nás rychle vybudí, ale jeho účinek stejně rychle odezní. V čaji je obsažena chemicky stejná látka, které se tu říká thein. Účinek čajového kofeinu je odlišný, protože ho ovlivňují další látky, které v kávě nejsou. Nástup nabusení je o něco pomalejší a energie vydrží až několik hodin.

Světový i český trh drtivě dobývá zelený prášek z Japonska. Dělá se z něj OHROMNĚ POPULÁRNÍ ČAJ MATCHA. Už jste ten šlágr ochutnali?

TEXT: IVAN BREZINA
FOTO: SHUTTERSTOCK

Coby mnohaletý vášnivý čajář to můžu potvrdit z vlastní zkušenosti. Silný čaj člověka zklidní, vyładí a zlepši mu náladu. Myslenky vám seřadí do jiskřivě lajny, vtáhne vás do soustředění a příjemného pocitu plynutí. Těžko se to vysvětluje. Možná i proto právě ale matchu popíjeli japonští buddhističtí mniši a samurajové.

Za aktuální celosvětovou vlnou zájmu o matchu stojí kulinářské nápady, které uchvátily především takzvanou hipsterskou generaci mladých. Zelený prášek se začal přidávat do zmrzliny, jogurtů, susenek, míchaných alkoholických nápojů i polévek. Existují stovky receptů, jak někdejší „tajemství samurajů“ kombinovat se západní kuchyní. Vymyslete si své vlastní?

Tady je potřeba zdůraznit, že matchy existuje několik tříd. Na vaření se hodí levnější, na každodenní popíjení střední třída a na sváteční čajový obřad nejdražší, takzvaná ceremoniální.

„Kvalitní matcha nikdy nebude laciná už vzhledem ke složitosti výroby,“ vysvětluje pan Patočka. „Je to stejné jako třeba s vínem. Do svařáku stačí krabičák, ale kdo by si s ním slavnostně fukal?“

Tady a Ted

Až donedávna se v Česku pod názvem matcha prodávaly i laciné náhražky z Číny. Často šlo o běžný zelený čaj, který jen nějaký podnikavec umlel. Od roku 2023 ale Česká vyhláška určuje, že matcha může být jedině japonská.

Zajímavou změnu prodělal i způsob přípravy. Matcha je kulturně spojena s japonským čajovým obřadem - rituálem, ve kterém hraje roli každé gesto. Tradice zedeňuje způsob držení čajové misky, směr míchání zeleného prášku s vodou speciální bambusovou metličkou a dokonce i pozici, ve které sedíte.

Smyslem čajového rituálu je hluboce se uklidnit, ponorit mysl do přítomného okamžiku a zažít medita-tivní pocit „Tady a Ted“. Proč ne, pokud na to máte čas a náladu. Když ale ráno spěcháte do práce, zdržovaly by vás to. Do lahve na pití jednoduše nasypete lžičku matchy, dolijete vodou, důkladně protřepejte a běžíte na autobus s nápojem na celý den.

„Moderní příprava matchy se začíná prosazovat i v Japonsku,“ tvrdí Petr Patočka. „Užívatelyky přívětivější sejkrování i lahvi tam už dnes existuje paralelně vedle čajového obřadu.“

ivan.brezina@mfdnes.cz



života už vyčerpalí všechny dostupné prostředky.

A tak se Howard Walter Florey, pracující na výzkumu penicilinu, rozhodl lék poprvé nasadit člověku. Policistův stav se během pěti dnů zlepšil, všechno vypadalo nadějně, jenže pak penicilin došel, protože se zatím nevyráběl. Pacient zemřel. „Už nikdy se nepustím do léčby, aniž bych měl dostatečné množství penicilinu,“ prohlásil tehdy další z lékařů, Alexander Fleming.

Právě Alexander Fleming stojí za objevem penicilinu. Když se skotský lékař v září 1928 vrátil po dovolené do práce, ve své neuklizené laboratoři si všiml několika plesnivých vzorků. Nevyhodil je, začal je zkoumat a plíseň zabíjející stafylokoky a další mikroby se stala základem jeho přelomového objevu.

Fleming se na řadu let ocitl ve slepé uličce, protože se mu nedařilo izolovat účinnou látku. Čistý penicilin získali až v roce 1940 biochemik Ernst Boris Chain a patolog Howard Walter Florey. Všichni tři i s Flemingem dostali za přelomový objev v roce 1945 Nobelovu cenu.

Mezitím se penicilin začal ve velkém vyrábět v roce 1943 v USA. O rok později už léčil nejen civilní pacienty, ale hlavně vojáky na frontě. Díky novému léku se skokově snížila úmrtnost na bakteriální infekce.

Hrozba rezistence

„Když jsem se 28. září 1928 za svítání probudil, určité jsem neplánoval, že uskutečním revoluci ve veškeré medicíně tím, že objevím první antibiotikum na světě. Ale vypadá to, že přesně to se mi povedlo,“ řekl Alexander Fleming později.

Od 40. let minulého století změnil medicínu, životy lidí a později i zvířat, protože se antibiotika začala široce využívat i ve veterinárním lékařství. Bohužel masivní rozšíření a nadužívání antibiotik dnes vede k tomu, že si bakterie proti nim vyvinuly rezistenci. Na některé nemoci už nezabírají. Problém je tak velký, že Světová zdravotnická organizace antibiotickou rezistenci zařadila na seznam deseti největších hrozeb pro lidstvo. Varoval před ní už Alexander Fleming v roce 1945 při přebírání Nobelovy ceny.

„Jednoho dne může přijít člověk, který si koupí penicilin a nenačte si návod k použití. Může si vzít příliš malou dávku a mikrobi získají rezistenci.“

vikend@mfdnes.cz