**Tomáš Kruber**

**Výkonný ředitel Onkomaják o.s.**

Tomáš Kruber je výkonným ředitelem o.s. Onkomaják, která sdružuje pacienty s onkologickým onemocněním. Je absolventem bilingvního španělského gymnázia v Praze a studentem Vysoké školy manažerské informatiky, ekonomiky a práva. V letech 2009-2013 vedl úspěšnou skupinu 50 obchodníků v oblasti financí a pojišťovnictví. Kromě působení ve společnosti Onkomaják se věnuje vzdělávání dospělých pod hlavičkou společnosti EDUCADO.

**Otázky a odpovědi k projektu Zdravé plíce**

1. **Proč jste se rozhodli letos své regionální osvětové aktivity rozšířit?**

„Minulý rok byl pro Onkomaják velice úspěšný, co se týče počtu výjezdů road show Střevotour. Navázali jsme dobré vztahy s nemocnicemi, zdravotními pojišťovnami i s městy. Důležité je ale říci, že náš obří model střeva jezdí po České republice už 5 let a za tu dobu je vidět obrovské zlepšení české veřejnosti, co se týče informovanosti o problematice zhoubných onemocnění.

Další roadshow je tedy logickým krokem. Můžeme využít naše know- how i vztahy s partnery a můžeme tak efektivně bojovat proti dalšímu zákeřnému zabijákovi, jakým rakovina plic je.“

1. **Z jakého důvodu padl výběr právě na rakovinu plic?**

„Rakovina plic je jedním z nejčastějších onkologických onemocnění, které má velmi špatnou prognózu, je-li diagnostikováno o pozdním stádiu, tzn. v době, kdy je nemoc v těle pacienta rozvinuta. Při záchytu v časných stádiích nemoci je přitom prognóza na 5leté přežití pacienta o více než 50% vyšší.

Zároveň jsme registrovali mizivou podporu ze strany jiných pacientských a neziskových organizací, proto jsme se na rakovinu plic rozhodli zaútočit my.“

1. **Onkomaják kromě odborného poradenství poskytuje nemocným i jejich rodinám možnost sdílení informací a pocitů v projektu Komunita. Kolik lidí právě s rakovinou plic je nyní v Komunitě?**

„Tento rok bude možné registrovat se během každé zastávky naší roadshow, budeme tedy lidem výrazně více pomáhat s registrací. Aktuálně je v komunitě 67 lidí z celé ČR, ale číslo stále narůstá. Na tak mladý projekt je to velký úspěch a nám dává smysl pomoc každému jednotlivci.

Důležité je, že na rozdíl od jiných sítí a prostoru na internetu u nás v Komunitě Onkomajáku lidé naleznou ověřené informace podané přímo lékařem, nehrozí tedy jejich zkreslení či špatná interpretace.“

1. **Road show Zdravé plíce startuje v Praze, kam se stěhuje v dále a kolik zastávek plánujete? Kdo si Vás, resp. zastávku Zdravých plic může objednat?**

„Se Zdravými plícemi a Střevotour plánujeme letos cca 50 zastávek. Nejčastěji si nás objednávají nemocnice, města, zdravotní pojišťovny, ale poslední dobou i obchodní společnosti, které dbají na zdraví svých zaměstnanců. Právě výjezdy v těchto obchodních společnostech bývají jedny z nejúspěšnějších, co se týče zájmu lidí. O informace tu bývá obrovský zájem, což nás těší a tak trochu nás to i překvapilo. Je ale fajn vědět, že českým zaměstnavatelům není zdraví jejich zaměstnanců lhostejné.

Všechny termíny budou průběžně zveřejňovány na našich webových stránkách www.onkomajak.cz v sekci Zdravé plíce.“

1. **Co si slibujete od kampaně, jako jsou Zdravé plíce? Máte nějakou zpětnou vazbu, třeba i z předešlé Střevo tour…pomohla kampaň někomu konkrétnímu, nebo rodině pacienta?**

„Slibuji si, že lidé budou více informováni o možnostech léčby a budou více aktivní v péči o své zdraví. Každý z pacientů by měl znát všechny své možnosti a měl by se do léčby aktivně zapojit. Ze své zkušenosti v rodině vím, jak je to strašně důležité. Na každém výjezdu se snažíme lidi nejen informovat, ale hlavně motivovat, aby udělali první krok. Poměrně často tedy lidem pomáháme s objednáním na nějaké konkrétní vyšetření nebo je motivujeme, aby se do léčby zapojili. Osobně jsem přesvědčil velký počet lidí ke kolonoskopickému vyšetření, včetně případu v mé rodině a jsem odhodlán stejnou energii věnovat také vyšetření plic.“

1. **Na podzim jste startovali osvětu rakoviny plic s heslem 80procent.cz, které symbolizovalo 80% úmrtnost diagnostikovaných pacientů do 5 let. Máte hranici, na kterou byste oněch 80procent rádi posunuli? Co budete považovat za úspěch kampaně?**

„Před uvedením této kampaně jsme se dotázali zhruba 100 lidí na otázky týkající se rakoviny plic. Drtivá většina z nich věděla, že kouření způsobuje rakovinu plic. Jen malá část těchto lidí ale věděla, co dělat v případě, že onemocní. Pokud tedy budou informace o léčbě a o možnostech pacienta stejně dostupné pro všechny, budu to brát jako úspěch. Lidé se však nesmí spoléhat jen na lékaře. Bylo by naivní si myslet, že dostaneme vždy tu nejlepší péči v nejkratším termínu. A už vůbec ne na to, že lékař dokáže zázraky.“

**MUDr. Jiří Votruba**

**Primář I. kliniky tuberkulózy a respiračních nemocí VFN**

MUDr. Votruba promoval na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze. V Praze absolvoval atestaci prvního stupně v oboru Interní medicína a o dva roky později atestaci v oboru Tuberkulózy a respiračních nemocí.

Během 20ti leté praxe pracoval v mnoha předních českých nemocnicích a klinikách, např. vedl tým i ve známém Canadian Medical Centre. Nyní pracuje jako primář 1. kliniky tuberkulózy a respiračních nemocí pod hlavičkou Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, která byla založena již v toce 1932 a je nejstarším zařízením svého druhu u nás.

MUDr. Votruba se specializuje na moderní bronchoskopické metody, jako je např. Bronchiální termoplastika a nové přístupy v léčbě plicních malignit.

Je členem např. European Respiratory Society či České asociace alergologů a angažuje se v občanském sdružení Oxyprotect, které pomáhá v boji proti plicnímu karcinomu.

**Otázky a odpovědi k projektu Zdravé plíce**

**1. Proč se spoluúčastníte projektu Zdravé plíce organizace Onkomaják a jak vnímáte podobné aktivity neziskových organizací?**

Vždy jsem se snažil podporovat preventivní aktivity, zejména proto, že lékaři mají často oprávněný pocit, že za jednoho vyléčeného okamžitě nastupují tři další nemocní, jejichž stav je zapříčiněn, či zhoršen zejména jejich životními návyky. Proto se chceme zaměřit více na prevenci a iniciaci větší péče o zdraví u široké veřejnosti.

**2. Zlepšila se informovanost pacientů v posledních letech? Jaký je vlastně přístup Čechů k prevenci plicních onemocnění?**

Zatím bohužel musím říci, že je v porovnání s jinými národnostmi většina Čechů dosti pasivních. I když trend zvýšeného zájmu o informace je v poslední době patrný. Neexistuje ale například prakticky žádná informovanost o nových možnostech skríningu plicní rakoviny, ve kterém je VFN v České republice průkopníkem.

**3. Vy jste primářem oddělení plicních chorob a tuberkulózy – tuberkulóza již dnes asi nehraje v České republice „prim“ mezi plicními chorobami. Co je nyní největším „strašákem“ a současně výzvou?**

Je to určitě plicní rakovina a stále se zvyšující počet nemocných s těžkými formami astmatu, chronických obstrukcí a chronického jizevnatění plicního parenchymu.

4.  **Je rakovina plic stále nejčastější příčinou úmrtí u mužů a druhou nejčastější u žen? Co je hlavní příčinou toho, že boj s karcinomem plic dnešní medicína prohrává v tak vysokém procentu případů?**

Ano, vaše údaje souhlasí s tím, že se jedná o příčiny úmrtí na nádory - tedy o takzvanou nádorovou smrt. Nejčasnější obecnou příčinou úmrtí v ČR jsou kardiovaskulární choroby. V případě plicní rakoviny je špatné přežívání skutečně důsledkem pozdní diagnostiky. Plíce samy o sobě nebolí a proto pacienti často přicházejí s velmi rozvinutým stádiem onemocnění. Proto nyní také VFN startuje program skríningu plicní rakoviny u těžkých kuřáků ve spolupráci s Ministerstvem Zdravotnictví a některými pojišťovnami. Pak lze plicní rakovinu zachytit v časném a velmi dobře léčitelném stádiu.

**5. Máte pro veřejnost nějakou radu, jak se chovat, aby zhoubnému onemocnění plic předcházeli?**

Především nekouřit, dobře se stravovat, eliminovat expozici radonu a mít pravidelnou fyzickou aktivitu. U bývalých silných kuřáků je pak vhodné pravidelné sledování a spirometrické kontroly.

**6. S jakými prvotními příznaky by se měli lidé obrátit na lékaře? A na jakého lékaře vlastně- rovnou na plicního specialistu, či na svého obvodního lékaře?**

Pokud se jedná o prvotní příznaky, pak je velmi vhodné věnovat pozornost kašli trvajícímu déle, než 6 týdnů, změněnému charakteru kašle u kuřáků a vykašlávání krve. Každý lékař by měl být schopen správně poradit.

7**. Co čeká pacienta, který Vás (plicního lékaře) kontaktuje se zdravotními problémy, resp. s podezřením na plicní nádor (jaká vyšetření, invazivní či ne, hospitalizace, či ambulantní vyšetření?)**

Dnes se snažíme pacienty s neaktutními plicními nemocemi vyšetřovat ambulantně. Vzhledem ke komplexnosti problematiky není možné jednoduše vyjmenovat vyšetření, která je u takových pacientů nutno provést. Prakticky vždy je to ale vyšetření funkční (spirometrii), zobrazovací (RTG hrudníku, či CT) a v některých případech endoskopie (bronchoskopie).

8**. Zlepšila se v posledních 5 letech nějak léčba plicních malignit? Máte pro veřejnost nějakou optimistickou informaci? Věda jde stále dopředu, často slýcháme o „hitech“, jakými jsou kmenové buňky, cílení léčby na postižené buňky, imunologické nastartování těla k boji proti nádorovým buňkám. Je něco, co činí vyhlídky na léčbu plicních malignit lepší?**

Rozhodně. Vývoj v léčbě plicní rakoviny jde rychle dopředu, ale stále jsou ještě vyhlídky nemocných poměrně málo optimistické. Přesto ale máme stále lepší možnosti. Jedná se o biologickou léčbu, imunoterapii i o nové možnosti v ozařování i chirurgických postupech.