

## 35. VÝROČNÍ KONFERENCE SLTBR

**Praha 20.–22. června 2024**

V červnu se v Praze konala 35. výroční konference Society for Light Treatment and Biological Rhythms. Akce probíhala na Přírodovědecké fakultě Univerzity Karlovy na Albertově.

Konference nabídla účastníkům možnost setkat se s odborníky z celého světa a dozvědět se o nejnovějších výzkumech a vývoji v oblastech léčby jasným bílým světlem a cirkadiálních rytmech. Úvodní proslov měl úřadující prezident SLTBR profesor Christian Cajochen z Univerzity v Basileji. V první den konference jsme hned v prvním sympoziu vyslechli dvě zajímavé přednášky. Tématem první z nich byla standardizace měření a záznamu světelných podmínek při experimentech, tak aby byly srovnatelné a opakovatelné. Přednesl ji Manuel Spitschan z Technické univerzity v Mnichově. Druhou byla přednáška o klinických důsledcích spektrálních rozdílů u fototerapeutických přístrojů, kterou přednesly Lenka Maierová (ČVÚT) a Jana Kopřivová (NÚDZ). Odpolední sympozium ve čtvrtek 20. června bylo věnováno základnímu výzkumu. Zajímavé sdělení přednesl Jonathan Johnston z Univerzity v Surrey. Tématem byly pokroky a výzvy ve využití chrono-nutričních přístupů. V pozdním odpoledni proběhla prezentace J. Christiana Gillina, která získala cenu pro mladého vědce. V podvečer proběhly ještě prezentace v posterové sekci.

V pátek 21. června ráno bylo první v programu společné sympozium sponzorujících firem, které se věnovalo otázce, jak přispívat do budoucna k tématům cirkadiálního zdraví. Odpolední sympozium bylo věnováno translačním vědeckým přístupům ve studiu chronobiologie a cirkadiálních rytmech. V prezentaci Sebastiana Holsta z výzkumného centra firmy Roche bylo sděleno, že citlivost na světlo večer, z hlediska potlačení melatoninu, se může u různých osob lišit v rozsahu více než jednoho řádu (inflexe 10–400 lx) a že



**prof. Helena Ilnerová a prof. Anna Wirz-Justice**

lidé ve východní Asii mají zřejmě tuto citlivost nižší. Shanta Rajaratnam z Univerzity v Monash uvedl ve svém sdělení, že „světelná historie“ – některé účinky expozice světlu –, se projeví až následující den nebo dny. Profesorka Lisa Wu v diskusi zmínila, že červené světlo, používané jako placebo, může zvyšovat citlivost k následné expozici dennímu světlu a ovlivnit tak výsledky výzkumu. Ještě předtím, než byla zahájena galavečeře konference, měli účastníci jedinečnou možnost vyslechnout společnou přednášku a společnou diskusi legend chronobiologie, prof. Heleny Ilnerové a prof. Anny Wirz-Justice, o jejich průkopnických vědeckých začátcích v chronobiologii.

V sobotu ráno 22. června byla na programu valná hromada členů SLBRT. V sympoziu věnovaném klinickým aspektům chronobiologie zazněla přednáška Filipa Španiela o chronobiologii bipolární poruchy, kdy byly zmíněny i nálezy pomalých frekvencí astrocytů (desetiny hertzu). Závěrečnou plenární přednášku měl prof. Satchin Panda s tématem cirkadiálních rytmech a časových restrikcí příjmu potravy u zdravých a u nemocných. V závěru zdůraznil zejména to, jak si můžeme nerespektováním našich vnitřních hodin sami sobě škodit.

Konference byla účastníky hodnocena jako výborná po všech stránkách a všichni se již těší na její příští ročník.

*MUDr. Pavel Doubek, Ph.D.  
doubek@nember.cz*

*Ing. Antonín Fuksa*

## ZPRÁVA ZE DVOU „HOLANDSKÝCH“ KLUSŮ, KONANÝCH V APOLINÁŘI (KLINIKA ADIKTOLOGIE)

**25. 4. 2024 a 30. 5. 2024**

Laskavostí MUDr. (stomatologie) et MUDr. (všeobecné lékařství) Olgy Pecinovské, vedoucí psychiatricky

ženského lůžkového oddělení Kliniky adiktologie, nám bylo umožněno vésti výše zmíněné Klusy.

Při pohledu na historii apolinářských Klusů (Klub usilujících o střizlivost) jsme zjistili, že první holandský Klus se datuje ze 14. 5. 1987. Jak k tomu došlo? V té době (11.–15. května) se Petru Bošovi podařilo neuvěřitelné: zorganizovat v Praze první Mezinárodní kongres rodinné terapie. Zúčastnilo se jej 1629 registrovaných delegátů, z toho 979 z nesocialistických zemí. Na kongresu byla založena Mezinárodní asociace rodinné terapie (IFTA).<sup>1</sup> Jak se holanďáci kolegové do Apolináře tehdy dostali? Na to vzpomínal náš bývalý kolega z Výzkumného ústavu psychiatrického Dan Pokorný (1951–2017), později privátní docent na univerzitě v Ulmu a Soukromé univerzitě Sigmunda Freuda ve Vídní<sup>2</sup> v textu zasláném prvním z autorů: „Také vzpomínám, jak jste na prvním Mezinárodním kongresu rodinné terapie v Pakultu spontánně pozval úředně neproověřené cizince k návštěvě Apolináře, při kterémžto pozvání vedle mne sedící ředitel jednoho ústavu mrtvolně zesinal.“<sup>3</sup> Hosty z Nizozemska si přišlo poslechnout do síně Stanislava Kotulana v Apolináři celkem 200 účastníků. Kromě hostů „na pravici“ to „na levičič“ byli pacienti Apolináře, pacientky z Lojovic a pacienti z Červeného Dvora.<sup>4</sup> (Mimochodem: síň Stanislava Kotulana je v Apolináři stále označena nesprávně jako „Síň St. Kotulána“.)

Dospěli jsme tedy ke třem „holandským“ Klusům, což jest možno považovat za začátek tradice.

Při pozdravech a loučení se na posledních dvou Klusech opět vynořila vzpomínka na Stanislava Kotulana (1910–1980), prvního předsedu Klusu. V roce 1967 použil Jaroslav Skála první melodii francouzské písně „Frère Jacques“ (J. P. Rameau<sup>5</sup>) s vlastním textem na vítání a loučení: „Ahoj Stando / Ahoj Stando / Jak se máš / Jak se máš / Sejdeme se zase / Sejdeme se zase / Ve čtvrtek / Ve čtvrtek.“<sup>6</sup>

Na Klusu dne 25. 4. 2024 jsme vyjádřili náš dík Olze Pecinové pozdravem: „Ahoj Olgo / Ahoj Olgo / To koukáš / To koukáš / Tak jsme tady zase / Tak jsme tady zase / Z Holandska / Z Holandska. Velikým obohacením tohoto Klusu byla účast Viktora (Vítězslava) Müllera, který se z New Yorku, kde pracoval s bezdomovci, vrátil přes Prahu do svého domova v Amsterdamu a přijal pozvání na Klus. Byl od roku 1967 členem kapely Framus Five, kde hrál na dechové nástroje a studoval na pražské konzervatoři hru na pozoun. Po odchodu do Nizozemska koncem šedesátých let vystudoval Královskou konzervatoř v Haagu, obory hudební pedagogika (hlavní obor), klavír, zpěv a sborové dirigentství. Koncem sedmdesátých let studoval v San Francisku hudební filozofii. Pouze potřebou přenést hudbu z koncertního sálu mezi lidi vytvořil vlastní metodu založenou na hledání střední pozice v kardinálních ctnostech (moudrost, uměřenost, statečnost, spravedlnost) a spojení těchto se základy hudby (melodie, takt a rytmus, harmonie, dirigování). Podle něho má člověk stejné fundamenty jako hudba a jejich aktivní spojení vede k eudaimonii, pocitu blaženosti a harmonie v duši.<sup>7</sup> Viktor Müller nezatěžoval přítomné teoretickým výkladem, nýbrž okamžitě přistoupil k praxi, kdy charismatickým způsobem za pomoci kánonického zpěvu vytvořil okamžitě pocity silné skupinové sounáležitosti, harmonie a eudaimonie. Ukázka jednoho použitého kánonu, původně tradičního<sup>8</sup>, s originálním českým textem Viktora Müllera:

„Já mám rád kytky a hlavně narcisy / Já mám rád kytky a horské vrcholy / Rád sedím u krbu v ruce mám Kofolu /

Nepiju nepiju nepiju ne nepiju.“ Tento kánon proplétal – mimo jiné – s kánonem: „Drahé / Dámy nejste v tom samy / Jsou s Vámi i rodiny / Přátelé a našinci.“ (Originální český text J. M. Nerad). Původně se jedná o ikonickou skladbu „Blue Moon“ (Richard Rogers hudba, Lorenz Hart text), která je mimo jiné hymnou fanoušků fotbalového klubu Manchester City.<sup>9</sup> Paradoxně jde také o značku piva, což se hodí podstatně lépe k fotbalovým fanouškům nežli na Kliniku adiktologie.<sup>10</sup>

Pauly mezi sborovým zpěvem byly vyplněny zajímavými informacemi Igora Slouky (narozen 1937), po základní léčbě (říjen 1970 – leden 1971) nejdéle nepřetržitě abstinujícího žijícího pacienta Apolináře. A neméně zajímavými vstupy Zlatice Dobošové, která se velice angažuje v pomoci „našinkyním“ a do Apolináře ten den přivezla na detoxikační jednotku k hospitalizaci novou pacientku s počínajícím deliriem tremens.

Vyjímáme z deníků pacientek: „Dnes byl úžasný Klus, který mi vykouznil úsměv na rtech a zahrál u srdce.“ „Dnešní den naprosto opanoval Klus. Byl to pro mě jedinečný zážitek a ještě teď prožívám pocity z něj. Úplně mě pohltil apolinářsko-lojovický duch a hltať jsem každé slovo. Zlatým hřebem všeho byl pan kapelník Müller. Úžasné. Cítím souznění, lásku, vděk, sounáležitost, sílu, rovnováhu. A mám pocit, že se na nás shora díval i pan profesor Heller.“

„Ještě pořád vstřebávám zážitek ze včerejšího Klusu. Tohle byli neskuteční lidé. Po skončení jsem se s nimi zapovídala a pak jsem se do půl desáté ani nestihla odličít. Zpívaly jsme s Týnkou písničky, které nám dovezli, bylo to super. Opravdu jsem si to moc užila! Škoda, že už je nikdy neuvídím.“

V tom se tato pacientka zmyšlela, neboť na Klusu 30. 5. 2024 jsme byli zpět, bohužel bez Viktora Müllera, na kterého minulý Klus udělal velmi silný dojem a všem zaslal následující pozdrav:

„Milí účastníci dnešního Klusu, zdravím Vás z deštivého Amsterdamu a přeji Vám hezký dnešní večer májový. Rád vzpomínám na naše setkání na Klusu 25. dubna t. r., na Váš zájem a otevřenost k programu, který jsme Vám přivezli z Holandska. Často zde o tomto Klusu vyprávím a vyzdvihuji, že jste byli jediná skupina zpěváků, která neudělala chybu a nespada do pasti lehké doby „Já mám rád kytky... a hlavně narcisy“. Ve rčení „Co Čech, to muzikant“ bude asi hodně pravdy. Vydržte s kofolou v ruce a zachovejte si Vaši bezelstnost a zvědavost, která je motorem vývoje lidské duše. „Duj“ – amsterdamsky „ahoj“. Viktor.“

Klus 30. 5. 2024 byl pracovní. Ke slovu přišly pacientky, které v minulosti recidivovaly (celkem sedm), všechny recidivovaly po letech abstinence (v průměru osm let), všechny se domnívaly, že zvládnou kontrolovaně pít, a všechny, kromě jedné, ztratily okamžitě kontrolu. Pokusy zapisovat si množství vypitého alkoholu rychle ztroskotaly, ruku v ruce se ztrátou kontroly. Nejdůležitější bylo, že si všechny dříve nebo později uvědomily, že samy recidivu nezvládnou, vyhledaly pomoc a opět začaly abstinovat.

Vrcholem Klusu bylo vystoupení Ing. Daniela Gawlika (narozeného 1973), syna bývalého apolinářského pacienta stejného jména. Jeho otec (narozený v roce 1943), závislý na alkoholu, prodělal základní dobrovolnou léčbu v roce 1978 a až do svého skonu v roce 2020 abstinovat. Byl vysoce aktivní v doléčování, 11 let pracoval v redakci „Zápisů

z Apolináře“, z toho se 8 let staral o grafickou úpravu a ilustrace. Syn vzpomínal na týdenní vícečetnou rodinnou terapii v Lojovicích, kterou prodělal jako osmiletý pod vedením Arnošky Mařové a Jiřího Hellera. Zprávu z této rodinné terapie publikoval jeho otec v Zápisech z Apolináře.<sup>11</sup> Citujeme Daniela Gawlika juniora: „Apolinář přispěl k tomu, že jsem se mohl poučit z chyb svého otce a prošel dospíváním, a to až do dneška bez karambolů.“ „Za nejdůležitější hodnotu považuji naprostou upřímnost vůči sobě samému.“ Též pohovořil o pevné víře své a své manželky, v tomto ohledu nám připomněl Arnošku

Mařovou. Klus ukončili společně se svojí chotí Kamilou požehnáním všem přítomným, bylo prodchnuto dodáváním naděje ve smyslu: „Naděje je uvědomění si možnosti dosáhnout cíle“.<sup>12</sup>

**Poznámka:** Jména všech uvedených osob jsou publikována s jejich explicitním souhlasem. Daniel Gawlik nám napsal: „Klidně nás uveďte celými jmény včetně táty. Daniel Gawlik je v apolinářských kruzích pojem. Navíc každého bude moci „více trknout“, že úspěšná léčba může pozitivně ovlivnit i následující generace.“<sup>13</sup>

Jindřich Mischa Nerad M.D.

Nevázán k žádné instituci, finanční podpora žádná

Ludmila Neradová M.D.

Nevázána k žádné instituci, finanční podpora žádná

Kontaktní osoba pro korespondenci:

Jindřich Mischa Nerad M.D.

[l.neradora@gmail.com](mailto:l.neradora@gmail.com)

## Literatura

1. Post festum. Kontext 1987; 3 (3): 1.
2. A Room with a view: Nachruf an Dan Pokorný. Dostupné na: <https://www.sfu.ac.at/de/news/a-room-with-a-view-nachruf-an-dan-pokorny/>. Staženo 9. 4. 2024.
3. Pokorný D. E-mail 10. 5. 2013.
4. Nerad J, Neradová L. Kolegové z Nizozemí v Apolináři. Protialkoholický Obzor 1988; 23 (1): 63–64.
5. „Frère Jacques“ a été composé par Jean-Phillipe Rameau! Dostupné na: <https://www.radiofrance.fr/francemusique/frere-jacques-a-ete-compose-par-jean-philippe-rameau-4058074>. Staženo 20. 4. 2024.
6. Skála J. Apolinářský zpěvník. Zápisy z Apolináře 1983; 32 (1-2-3-4-5): 64–77.
7. Müller V. Osobní sdělení. 17. 5. 2024.
8. I Like the Flowers. English Folk Song traditional. Dostupné na: <https://www.freescores.com/sheetmusic?p=aeGEDnOAvj>. Staženo 2. 4. 2024.
9. Blue Moon: City Fan Anthem. Dostupné na: <https://www.mancity.com/news/club-news/club-news/2013/august/blue-moon>. Staženo 2. 4. 2024.
10. Blue Moon. Dostupné na: <https://bierothek.nl/brauereien/blue-moon>. Staženo 2. 4. 2024.
11. Gawlik D. U lojovického tábora. Zápisy z Apolináře 1983; 32 (1-2-3-4-5): 108–110.
12. Kratochvíl S. Skupinová psychoterapie neuros. Praha: Avicenum / Zdravotnické nakladatelství 1978: 150.
13. Gawlik D. E-mail 8. 6. 2024.

## recenze

### Shrier A.

## NEVRATNÉ POŠKOZENÍ: JAK NAŠE DCERY PROPADAJÍ TRANSGENDEROVÉ MÁNII

(z angl. originálu *Irreversible Damage: The Transgender Craze Seducing Our Daughters* přeložila Romana Hegedüsová). Praha, Bourdon 2024, 336 s. ISBN 978-80-7611-150-9.



v USA, ale i v mnoha dalších zemích poměrně bouřlivé reakce a její možné vydání vyvolalo značné kontroverze taktéž v České republice. Knihu mělo původně vydat nakladatelství Albatros, které se však nakonec rozhodlo knihu nevydat pro její jednostrannost a zraňující potenciál pro určitou skupinu lidí. Následně se rozhodlo její překlad a práva odkoupit nakladatelství Bourdon, které se rozhodlo knihu vydat, což se v těchto dnech stalo.

Kniha se zabývá narůstajícím fenoménem transgender problematiky u dospívajících dívek v USA, u kterých rodiče až do adolescentního věku neměli nejmenší pochybnosti o jejich genderové identitě a nepozorovali žádné známky genderové dysforie. Klíčovým pojmem v této knize je „genderová dysforie s rychlým nástupem“ (rapid-onset gender dysphoria, ROGD), což označuje náhlý a pro

V roce 2020 byla v USA vydána kniha autorky Abigail Shrier s názvem *Irreversible Damage: The Transgender Craze Seducing Our Daughters*. Tato kniha vyvolala nejen