

Před 10 lety zemřel Stanislav Havelka

J. BLAHOŠ

Uplynulo už víc jak deset let (4. 10. 2004), co nás opustil prof. MUDr. Stanislav Havelka ve věku 67 let. Zpráva o skonu dlouholetého přítele a soupevníka mým životem osobním i profesním byla zcela nečekaná. Uběhlých 10 let je pro mne příležitostí věnovat památce Stanislava několik osobních vzpomínek.

Se Stanislavem Havelkou jsem se poprvé setkal začátkem 60. let na jednom revmatologickém sjezdu. Znal jsem jeho jméno již z literatury a věděl jsem z vyprávění, že je neúnnavným cestovatelem, diskutérem s bystrými postřehy, člověkem ve stálém spěchu, vždy s ohromnou, přeplněnou taškou. Při večírku sjezdu jsme spolu seděli u stolu a tam asi vzniklo naše přátelství podmíněné společným zájmem



o kalcium a kost i vše, co s nimi souvisí. Nic nevadilo, že jeho pohled byl spíš revmatologický, můj endokrinologický. Oba jsme vycítili, že tato tematika prostoupí naší profesní budoucností, aniž jsme tušili jak. Další schůzku jsme si si- ce nedomluvili, ale za pár dnů po skončení sjezdu se Stanislav objevil ve dveřích mé pracovny v tehdejší Východní ústavu endokrinologickém docenta Šilinka na Národní třídě. Stanislav nemiloval prázdné řeči a spustil hned in medias res. Navrhl, abychom využili oboustranného zájmu a abychom svolali seminář do jeho pracovny v tehdejší Východní ústavu chorob revmatických (VÚCHR). S nadšením jsem souhlasil. Za 2 týdny nato jsme pozvali kolegy, o nichž jsme věděli, že mají o tuto problematiku zájem. A tak na první schůzi přišli Broulík, Kocián, Pacovský, Pavelka st. a Vokrouhlická. Na dalších schůzích, konaných jedenkrát měsíčně, už jsme se rozrostli. Přicházel Štěpán a Wilczek z 3. interny, pediater Hoza, endokrinoložka Žofková, rentgenologové Vyhnánek, Kolář, revmatolog

Trnavský, gastroenterolog a osteolog Kocián i další. Program jsme vždy připravili spolu se Stanislavem. Některého z účastníků jsme požádali o přehled určité oblasti, jež mu byla blízká, a pak nastala diskuze, která se ne- zřídka protáhla dlouho do večera. Šlo o neformální setkávání nadšenců a měl jsem vždy pocit exkluzivní intelektuální poučné zábavy. Havelka jako hostitel a organizátor byl nepřekonatelný ve svých nápadech, ohromně sečtělý a schopný rozvést osteologickou tematiku do širokých horizontů interní medicíny. Posléze byl spoluiniciátorem i mezinárodních osteologických sjezdů v ČR a na pozvání „Stana“ přijížděli kolegové ze Slovenska, např. revmatologové Šifaj, Žitnan, Rovenský, Payer, Killinger, Urbánek, ortoped Makai, gynekolog Borovský, internista Ďuriš, nefrolog Džurík, revmatologové Kréze, Masaryk i renomovaní cizinci, např. de Sèze a Forestier, Klotz, Delormová z Francie, Ringe z tehdejší NDR, ze Španělska Barceló, kolegové z Belgie, z Anglie Russels a Care i další.

Účastníci konferencí ve VÚCHRu se r. 1970 rozhodli založit tzv. Osteologickou komisi v rámci České revmatologické společnosti Československé lékařské společnosti J. E. Purkyně (ČsLS JEP). Vedoucím této komise byl zvolen Havelka, který se v r. 1986 stal z generálního sekretáře European Society of Osteoarthritis jejím prezidentem. Současně se v r. 1986 z pracovní osteoartrologické skupiny stává sekce Československé revmatologické společnosti (ČsLS JEP). Ta se stává i členem European Foundation for Osteoporosis and Bone Disease. Z opakovaných setkání St. Havelky se mnou se pak ze Sekce vytvořila organická složka ČLS JEP, a to v březnu 1995 jako Společnost pro metabolická onemocnění skeletu (SMOS ČLS JEP). Následovala první pracovní konference SMOS s mezinárodní účastí v březnu 1996, v r. 1997 třikrát pracovní dny Společnosti.

V r. 1996 byl založen časopis Osteologický bulletin jako čtvrtletník. Redakční rada byla složena ze členů výboru SMOS (Bayer, Blahoš, Broulík, Doleček, Donát, Havelka, Kocián, Palička, Štěpán, Trnavský. Revizní komisi tvořili Kasalický, Kutílek, Wilczek). Slovenská osteologie byla zastoupena kolegy Masarykem a Rovenským. Předsedou se stal Havelka. Od října 1997 byl ve volbách zvolen jako předseda výboru SMOS Palička. V novém výboru byli místopředseda Blahoš, vědecký sekretář Bayer, pokladník Kasalický, členové Broulík, Doleček, Donát, Kocián, Štěpán a Trnavský. Čestným předsedou byl zvolen Havelka, čestnými členy Blahoš a Havelka (dle zápisu z 29. 3. 1998). Jako hosté Adam, Sotorník, Vyskočil. SMOS byla dne 26. 1. 1998 pozvána tehdy doc. MUDr. J. Payerem, CSc. na první osteologický kongres do Bratislavy. Za SMOS přednesl Blahoš s Havelkou přednášku na téma Společnost pro metabolická onemocnění skeletu – historie, přítomnost a spolupráce se SOMOK.

Potud stručná historie role Stanislava Havelky při vzniku československé osteologie.

Dovolím si (bohužel už bez jeho svolení) opsat několik částí jeho osobní osteologické zpovědi:

„Jsem zásadním přítelem mléka a razím dokonce vlastní, přímo filozofickou představu, že bílý muž a kráva spolu žijí dlouho v regionu, kde se vlastně zrodila evropská kultura.... My jsme prostě zvyklí na hovězinu, a to mléko je už jaksi zabudováno do našeho dnes už vlastně dědičného systému.

Jsem tu proto, že by tu měl být někdo ze zástupců oborů, které se zabývají pohybovým ústrojím zásadně. Já jsem původně pediater, nyní jsem řekněme revmatolog a jsem z těch revmatologů, kteří jsou toho názoru, že skelet patří do pohybového ústrojí, protože revmatologie je obor zabývající se pohybovým ústrojím z hlediska internistického. Ale ta pediatrie ve mně pořád hlodá. Já si myslím, že to je fantastický obor.

Před měsícem jsme měli mezinárodní sympozium v Praze-Průhonících a jako jeden z pozvaných hostů byl přítomen profesor Parfitt ze Spojených států. Je to pán asi mého věku, čili žádný zájček, který patří stále mezi absolutní světové špičky v oboru kostí. Podle něho je prevence osteoporózy záležitostí pediatrie.

Období růstu: My víme, poučení kostmi, že období růstu je do 20 let, čili to není těch 16 let. Já tomu říkám první dvě dekády života. Je to období, kdy kosti jsou ve fázi, která se nazývá modelace. Po ukončení růstu nastupuje fáze remodelace. Modelace znamená, že kosti dorůstají do náležitého tvaru, velikosti a architektury. Potom se po těch prvních dvou dekádách dostávají do období rovnováhy, kdy, co se odbourá, znovu se vytvoří. To je takový ten šťastný věk, na který potom už jenom vzpomínáme, jsme-li jaksi ve vyšších dekádách. Po 45. roce dochází k té dekadenci, kdy se nám všechny orgány a systémy postupně odbourávají, odcházejí funkčně i morfologicky a my jenom pořád tvrdíme, jaké je to stárí krásné.

Druhá stránka je, jaký má význam období růstu pro osteoporózu vyšších věkových skupin. To je to, o čem mluvil ten americký profesor. Škoda, že tady není ministr, bylo by velmi dobré, kdyby právě tohleto proniklo přímo do vládních kruhů. Protože to, o co nám jde, je investice. Dneska všichni šílí pořád finance, ekonomika. Toto je investice. To si musí už jednou vedoucí garnitura ve všech zemích uvědomit, že vzdělání je investice a že zdraví je investice. My nemůžeme čekat, jako u kurzu koruny, že se to získá, způlku je nebo zdvojnásobí. To se ukáže za třicet až čtyřicet let. A to je právě to obrovské, to je ta povinnost nás lidí, nejenom lékařů nebo jiných odborníků, že musíme investovat a nečekat z toho prospěch příští týden. Pokud to nepronikne, tak se scházíme akademicky, máme soustu grémií a pořád vydáváme jenom nějaká prohlášení. Já myslím, že mi rozumíte. Čili průnik tohoto přesvědčení, že postarat se o osud generace za 30 let, to je investice, to je a musí být náš cíl.

Je spousta příčin, proč se potom kostní tkáň ztrácí víc, než by mělo. Lidé jsou pohodlní, mají špatnou stravu, různé nemoci, anebo jsou různě léčeni, to všechno může být příčinou, že kosti ubývá víc než normálním stárím. A když člověk do těch řekněme třicátých let svého života vstupuje

s kvalitním skeletem, může si dovolit potom, řekněme do těch 90 nebo 110 let, ubývat, aniž se začne rozpadat, aniž se začne lámat. To jsou kupecké počty. A preventivní zbudování kostry do dvaceti až třiceti let je dneska považováno za neefektivnější, vlastně jediné správnou cestu jak bojovat proti osteoporóze u starších lidí.

Počet zlomených tzv. proximálních femorů, v podstatě v rámci kloubu kyčelního, tedy stehenních kostí stoupá. Ukazuje se, že jsou na první pohled naprosto nevysvětlitelné rozdíly mezi okresy. My jsme si původně mysleli, že takové propočty a grafy nemusíme ani dělat, že to je jasné, že nejvíce lidí, kteří mají porózu, musí být v severních Čechách, poněvadž tam je málo slunce, je tam horší životní prostředí, dostávají tam pohřebné, je tam spousta takových těch řekněme i sociálně záhadnějších lidí. Když jsme to potom ale sečetli, zjistili jsme, že na Moravě u Brna je to také špatné, a nikdo neví proč.

Teď ještě, proč mluvíme o zlomeninách stehenní kosti v kyčli: Protože ta je nejsledovatelnější. Druhá dvě známá místa, kde se lámou kosti věkem, je předloktí u zápěstí a obratle. S obratli zdaleka ne každý, kdo má potíže, jde na rentgen, čili se to neví přesně, a předloktí, to je léčeno ambulantně, čili zlomenina v kyčli, to je něco, co nemůže uniknout pacientům, musejí k lékaři, a tak jsou statisticky zachyceni.

Vzestup je šílený. Když srovnáte data z roku 1973, tak za rok se v České republice zlomilo 4 482 stehenních kostí a v roce 1995 už 13 679. A tendence nahoru pořád pokračuje. To nebezpečí je i u mužů, ale hlavně u žen. Ovšem pozor, dneska se lámou ročníky, jejichž kostra se dobudovala před čtyřiceti padesáti lety. A teď si to promítněte. To znamená vlastně za války. Ale to nemůže být jediná příčina, protože to je i tam, kde nebyla válka. Základní názor dneška je, že u osteoporózy vyšších věkových skupin jde o nemoc civilizační, je to součet faktorů.

Je to obecné, zjistilo se to třeba v Hongkongu, zjistilo se to i v jiných, řekl bych v dříve primitivnějších oblastech. Jakmile se lidé začnou stahovat do měst, začnou mít technické vybavení. Když chci televizi, už se ani nezvednu, nedonutím se jako dřív chodit pro uhlí, pro dříví. Moje žena nemusí prát v neckách prádlo, prostě to je šílený úbytek fyzické zátěže, ale ta dělá kosti kvalitní, protože ta dělá také kvalitní svaly. Uvědomme si, že to není pouze otázka kostí, to velice často uniká, ten nedílný celek je skelet a svalstvo. I z důvodů metabolických, i z důvodů prokrvení atd. Čili odchod svalů, je odchod kostí.

A teď ještě notabene, nechodí se ven, pije se pořád samá Coca-Cola, která obsahuje příliš mnoho fosforu, umělá hnojiva atd., všechno samý fosfor, což nám vlastně snižuje dostupnost tělového kalcia. Teď máme nejruznější zlozvyky, máme různé diety, což je zejména u rostoucích přímo nebezpečné. A k tomu přistupuje kouření, které je tedy naprosto jasně nutno odmítnout i z tohoto důvodu, poněvadž to vlastně otravuje kostní buňky. Je tady nadužívání kávy – říká se, že více než čtyři šálky silné kávy denně poškozují také metabolismus vápníku a škodí to kostem. A pak je tady málo vitamínu C, který je nutný pro dozrávání kostního kolagenu, a mnohdy i málo bílkovin. Pokud jde o alkohol, podle posledních prací na vysoké odborné úrovni se zdá, že alkohol v mírném množství kostem neškodí, možná, že jim

spíš prospívá. Neví se proč. Vadí velké množství konzumování alkoholu, také asi proto, že kdo je opilý, více padá. Do prevence osteoporózy vlastně patří i třeba mít dobré brýle, nemít nebezpečné koberce, které buďto ujíždějí, nebo se nám pletou pod nohy, a prostě opatrnost.

Zvedá se prst nad baletkami a nad špičkovými sportovkyněmi, protože to jsou kategorie ohrožené také osteoporózou. Mají sice hodně pohybu, ale mají mnohdy nesprávně řízenou výživu a jsou fyzicky přetíženy, a to kupodivu vede také k osteoporóze. Poněvadž ono to zastavuje menstruační cyklus a má to obrácený účinek. Čili chci tím říci tolik, že se nakonec vracíme ke starému režimu, který nám doporučovaly babičky, jak se říká. To znamená, správně jíst, správné množství pohybu, chodit ven, být dobré mysli.

Životosprávu, životní styl můžeme cíleně regulovat. Správný životní styl je tím důležitější, že většina ostatních faktorů podmiňujících osteoporózu má genetické, vrozené pozadí.“

Vzpomínka na Stanislava by nebyla úplná, kdybych se nezmínil o humorné stránce jeho osobnosti. Měl rád Haškova Švejka, vtipy, zejména politické, které kdyby slyšeli soudruzi, byli bychom zavřeni. Vtipkoval i s váženými osobnostmi. Při návštěvě u mne v rodině, kde byl hostem i A. D. Care z Leedsu, vyprávěl vtipy anglicky a používal přitom i anglické slangové výrazy, které použil, jen když paní Careová s mojí manželkou byly momentálně v kuchyni. Standa byl vybíravým labužníkem. Nezapomenutelná je historka z Hong Kongu. Večer jsme zašli do restaurace, kde inzerovali rybí speciality. Stanislav si však postavil hlavu a trval na tom, aby mu přinesli držkovou polévku. Nedostal ji a odcházel rozmrzelý a zanevřel na Hong Kong. Vyprávěl nám, jak když jednou letěl kolem světa, nouzově přistáli na

základně americké armády. Stanislav se svým československým pasem se stal podezřelý. Dlouho ho zpovíдали a při čekání na odlet byl stále pod dohledem US Army Police.

Stanislav se stal pro osteologii nezapomenutelným i svojí intrádou Janáčkovského typu, která je dosud hrána před sjezdy (např. konferencemi Sekundární osteoporózy pořádanými doc. Vyskočilem v Plzni).

Méně jsou známy jeho básně. Mám jeho dvě sbírky: *Glos* (Triton 1998) a *Hlas* (Triton 1999). Kdybych si měl vypůjčit hudební terminologii, pak bych je zařadil do jakési nezměnitelné básnické aleatoriky.

Vyznání

Jsem blázen
ze starého města,
pomátlý
a jako rosa čistá
nazlátlý
a zlý
jak jedna pro každého jistá.
Jsem jak vy
z téhož těsta.
Já nechci více místa, chci jen,
a o to prosím, prosím,
pod nebesy vždycky
dýchat
lidsky.

Ze sbírky Hlas