

Fakulta pedagogická pomáhá onkologickým pacientům, cvičí s nimi i studenti

3.11.2025 - Michal Švec | Západočeská univerzita v Plzni

Cvičení, které pomáhá zvládat náročnou léčbu i návrat do běžného života. Fakulta pedagogická ZČU ve spolupráci s Onkologickou a radioterapeutickou klinikou Fakultní nemocnice Plzeň nabízí onkologickým pacientům program pohybových aktivit, který jim pomáhá nejen s léčbou, ale i duševní pohodou.

Pravidelný pohyb, dobrá psychická kondice a vyvážená strava mohou zásadně ovlivnit průběh léčby i kvalitu života pacientů s onkologickou diagnózou. Právě na této myšlence byl a nadále je postaven projekt OnkoFit, který vznikl ve spolupráci Masarykova onkologického ústavu a Masarykovy univerzity v Brně. S řadou specifických prvků a doplňkových aktivit, se podobný program nyní rozvíjí také v Plzni díky spolupráci Fakulty pedagogické ZČU a Onkologické a radioterapeutické kliniky Fakultní nemocnice Plzeň.

„Projekt plzeňských podpůrných pohybových aktivit jsme na fakultě zahájili loni a právě organizujeme už třetí běh cvičení, které trvá vždy dvanáct týdnů. Zaměřujeme se přitom nejen na pohybovou stránku a fyzický výkon účastníků, tedy onkologických pacientů, ale i jejich psychickou pohodu“ vysvětlila vyučující Věra Knappová z Centra tělesné výchovy a sportu FPE ZČU.

Na Fakultě pedagogické se do projektu aktivně zapojují také studující Centra tělesné výchovy a sportu. V rámci svých praxí pomáhají při organizaci lekcí, asistují cvičícím nebo se podílejí na vedení samotných hodin. Někteří z nich si téma pohybových intervencí pro onkologické pacienty vybírají i pro své kvalifikační práce. *„Pro studující je to skvělá zkušenost, kdy mohou zažít přímou práci s těmi, kdo čelí specifickým zdravotním výzvám, a přitom vidí, že jejich pomoc má skutečný dopad,“* doplnila Věra Knappová.

Plzeňské pohybové aktivity nejsou jen o posilování nebo kondičním tréninku. Nabízí se rozmanité aktivity – od skupinového zdravotně orientovaného a individualizovaného cvičení a vycházek nordic walkingu, až po lekce plavání, cvičení v bazénu či onkojógu. Do programu se zapojují také zdravotníci onkologické kliniky a dalších pracovišť Fakultní nemocnice.

„Pohybové aktivity vnímáme jako součást komplexní péče, kterou chceme našim pacientům poskytovat s cílem zlepšit výsledky onkologické léčby, ale také jejich celkový zdravotní stav. Velkou výzvou pro nás je zvýšení jejich motivace k zapojení se do programů a překlenutí jejich obav a nejistot,“ vysvětlil Samuel Vokurka z Onkologické a radioterapeutické kliniky FN Plzeň.

Skupinové zdravotně orientované cvičení fakulta pořádá každé úterý od 15:00 ve Sportcentru Koloseum, nordic walking pak každé pondělí od 16:00. Zájemkyně a zájemci o účast v pohybových programech mohou získat více informací v Edukačním a informačním centru podpůrné péče Onkologické a radioterapeutické kliniky nebo na webových stránkách FN Plzeň.

<https://info.zcu.cz/Fakulta-pedagogicka-pomaha-onkologickym-pacientum--cvici-s-nimi-i-studenti/clanek.jsp?id=8739>