

FN Ostrava nabízí novinku: jógu pro onkologické pacienty

17.9.2025 - | Fakultní nemocnice Ostrava

Onkologičtí pacienti FN Ostrava mají nově možnost účastnit se speciálních lekcí jógy, které jsou přizpůsobené jejich zdravotnímu stavu a individuálním potřebám. Projekt Onko jóga přináší do nemocnice mladá lékařka zdejší kliniky MUDr. Tereza Sobelová, čerstvá absolventka Lékařské fakulty Ostravské univerzity.

Józe se věnuje už řadu let a absolvovala také 200hodinový akreditovaný kurz Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy, včetně specializované nastavby zaměřené přímo na onko jógu. „Onko jóga je jiná v tom, že bere v úvahu omezení, která pacienti mají v důsledku své diagnózy nebo léčby. Ženy po operaci prsu často bojují s jizvami, které limitují jejich pohyb. My jim nabídneme alternativy, aby se necítily znevýhodněny a mohly se plnohodnotně zapojit,“ vysvětluje doktorka Sobelová.

Cvičení má podle ní nejen rehabilitační, ale i hlubší terapeutický rozměr. „Pacienti si prošli náročným obdobím, kdy ztratili důvěru ve své tělo. Cílem onko jógy je pomoci jim znovu ji získat, naučit se vnímat své tělo jinak a alespoň na chvíli se oprostit od nemoci.“

Novou aktivitu své kolegyně vítá i přednosta Kliniky onkologické FN Ostrava doc. MUDr. Ing. Jakub Cvek, Ph.D.: „Jsem rád, že naši mladí kolegové přicházejí s vlastními nápady, jak pacientům zpříjemnit léčbu a podpořit je i po psychické stránce. Onko jóga je skvělým příkladem, jak lze spojit medicínu s alternativními metodami, které mají přínos.“

Doktorka Sobelová je jedním ze 46 absolventů medicíny, kteří k 1. září nastoupili do FN Ostrava. „Na onkologii mě zaujal komplexní přístup k člověku. Onkologie pro mě není o umírání, ale o životě a naději,“ dodává usměvavá mladá žena, která je ve své rodině první lékařkou.

Zájemci o cvičení onko jógy si mohou rezervovat termín na www.fno.cz/rezervace.

<https://www.fno.cz/novinky/fn-ostrava-nabizi-novinku-jogu-pro-onkologicke-pacienty>