

VZPoura úrazům je zase o něco interaktivnější

7.3.2023 - | Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR

Zbyněk Švehla je jedním ze sedmi ambasadorů VZPoury úrazům. Již šest let několikrát týdně s dalším „vyslancem“ vyrazí „do terénu“, na některou ze základních či středních škol po celé republice. Tam pak zhruba dvouhodinovou interaktivní přednášku strukturují tak, aby dětem vážné poranění páteře s poškozením míchy a jeho následky nasvítily ze všech úhlů a co nejpůsobivěji.

Začínají tím, jak se jim úraz stal a co po něm následovalo. Poté je na řadě edukační část: vysvětlení, co páteř a mícha pro člověka znamenají, ukázky, jak může její poranění život rázem otočit vzhůru nohama a jak snadné je při určité míře neopatrnosti a nezkušenosti k úrazu přijít. Ambasadoři též ilustrují, jak zranění vznikají a jaká jsou nejčastější. **Aby setkání s dětmi nekončilo depresivně, opět na vlastním příkladu demonstrují, že z vozíčku není ke studiu, práci, sportu či zábavě nedosažitelně daleko. Zkrátka že když se člověku stane něco s vážnými zdravotními následky, vůbec to nemusí znamenat konec všeho.**

Pokud jde o edukační část, ambasadoři prošli školeními expertů, aby po odborné stránce v ničem nezaostávali. Přidávají-li k ní svůj osobní prožitek, vzniká mimořádná informační směs, což potvrzují i slova učitelů, že přesně tohle děti potřebují. V duchu toho, o co VZP dlouhodobě usiluje, jde o prevenci s velkým P. Avšak i o takové lze říci, že jí není nikdy dost. A tak ji Zbyněk Švehla vtělil do vlastního příběhu, jež s Markétou Vítkovou okořenili několika důležitými ingrediencemi. Jde o plejádu grafických, výtvarných i textových prvků, jež vyprávěcí linii doplňují, osvěžují a zintenzivňují ve smyslu větší sugestivnosti a naléhavosti.

Vozíček je maximálně osobní

Vyprávění od počátku přitahuje svou otevřeností. V úvodu čtenář potkává Zbyňka jako kluka, který přes nějaká kila navíc miluje sport. Fotbalem si po čase spraví figuru a dochází ke dvojímu poznání: Jestliže jsem dosud nevstřelil jediný gól, Maradona ze mě asi nebude a víc než merunu mám rád pohyb a namáhání. Postupně přichází na chuť sportu, kde je hýbání a námahy nejvíc – triatlonu. A když po běhu a jízdě na kole dostal pod fyzickou i technickou kontrolu také plavání, kde dlouho ze všeho nejvíc připomínal „těžký železný supící parní stroj“, tak to přišlo.

„Nedával jsem tenkrát pozor, jel jsem úplně sám z mírného kopce a šlapal ostošest.“ S rukama zaklesnutýma v nastavci řídítek a hlavou skloněnou kvůli krátkému odpočinku si Zbyněk představuje, jak takhle jednou bude závodit na slavném havajském Ironmanovi a co příjemného jej asi čeká v cíli na karlovarské kolonádě. **„A pak jsem se lekl, prudce zabrzdil, vyletěl do vzduchu, zakřičel a dopadl na záda.“** Nebyl to zdaleka první pád, jenže **„připadal jsem si jako motýl, kterého velký špendlík zarazí k zemi ... nešlo se posadit, otočit na bok, natož vstát. Ta krásná křídla, na kterých jsem ještě před chvílí letěl za svými sny, se začala odlamovat, drolit a mizet“.**

Zlé tušení, že má poškozenou míchu, se potvrdilo. „Nastaly dlouhé hodiny, dny a měsíce, které jsem strávil v různých domech se zavřenými okny, ležel jsem na nemocničních postelích, z nichž jsem nemohl a ani neuměl vstát. Stal se ze mě divný živočich, který dokázal jen dýchat, jíst, pít a ležet na zádech, občas jsem se mohl s dopomocí obrátit na bok, ale to mi nebylo moc příjemné.“

Následovala operace páteře a po ní rehabilitační ústav, což je škola návratu do života. S kým do ní Zbyněk chodil? „Bylo tam plno kluků a holek, kteří udělali nějakou hloupost ... a teď nemohou chodit - zrovna jako já. ... Brouci pochroumaní, červíčky, žížaly, housenky, pavouci a mravenečci.“ Všichni tihle tvorové „studovali“ ryze praktické předměty jako přesun na vozík, oblékání kalhot, koupání, ovládání židle na kolečkách, aby jela ne tam, kam chce ona, ale kam chce ten, kdo na ní sedí. A také zde byla jedna disciplína nad jiné svízelná: „Když si poraníš míchu, nejenže ztratíš schopnost ovládat ochrnutou část těla, ale vůbec nepoznáš, že se ti chce na záchod, natož abys to dokázal podržet. Všechno se musíš učit od začátku jako malé miminko.“

Aby člověk neklesal ke dnu, potřebuje druhé

K dominantním rysům vyprávění patří jeho zakotvenost v pevných vztazích. Vystupuje do popředí především od okamžiku, kdy se Zbyněk v pozici dospělého „miminka“ začíná učit dalším dovednostem. Ze všeho nejvíce k tomu potřebuje jedno - bezpečné hnízdo.

Takže i když „to vůbec nebylo jednoduché období“, protože byt se musel stavebně přizpůsobit, navíc bylo třeba naučit se zdolávat schody, což „je pro vozíčkáře překážka k nepřekonání“, a také smířit se s tím, že „spousta věcí už nebude tak jako dřív“, do Zbyňkovy duše se vrátily dlouho nezažívané pocity: „Možná by tomu víc slušel pláč, ale já měl radost a chtělo se mi smát. Co s tím nadělám. No fakt, nekecám! Měl jsem radost, že jsem zpět doma. ... Tak to chodí, když má človíček domov. Jsem za to vděčný.“

Z takového místa, kde člověk zažívá pocity bezpečí a láskyplného přijetí, se dá nejlépe vplouvat do života mimo domov. Zbyněk to nové vyplutí vzal přes „adekvátní“ živel: „Právě ve vodě jsem v těch prvních letech na vozíku sbíral odvahu. ... Čím víc jsem pozoroval nedokonalá a poškozená těla svých kamarádů, tím víc a lépe jsem přijímal i nedostatky toho svého. Zkrátka jsem se ve vodě cítil svobodněji. ... Vozík, který mě občas omezoval a na němž jsem se ještě necítil úplně svůj, zůstal na břehu a já si mohl plavat svým tempem.“

V tom tempu pak Zbyněk už nepolevil: „Když už jsem se znovu naučil plavat, proč bych nemohl zkusit triatlon?“ A proč ne ten havajský a tak „vyrvat z těla velký špendlík, který mě přitlačil k zemi“. Stalo se a „byl to úžasný pocit. Táto, už vím, jaké to je vstřelit gól“. Následovalo několik havajských návratů včetně zdolání Mauna Key, vyhaslé sopky, vysoké téměř jako tři Sněžky.

Ale Zbyněk neustále sází další a další góly, o nichž určitě nelze říct, že by byly méně důležité. Naopak. Vystudoval vysokou školu a získal titul inženýra, založil rodinu, prošel s úspěchem několika zaměstnáními a doputoval do VZPoury úrazům. A díky ní na každé škole, kde se objeví, **předává dětem širší smysl svého životního příběhu: „Přeju si, abyste mi uvěřili, s jakou jistotou a lehkostí bych směnil všechna ta cizokrajná dobrodružství za možnost vzít své dvě dcery a sejít strmým srázem pár desítek metrů od chaty k Sázavě, posadit se tam na kameny a dát si s nimi trpytivou malinovu.“**

Vozíčkov je maximálně interaktivní

Samostatnou kapitolu zaslouží v úvodu zmíněné ingredience, které „ochucují“ hlavní vyprávění a z knihy dělají vskutku mimořádnou záležitost. Za každou kapitolou vede Zbyněk s Markétou krátké rozhovory, v nichž jdou u probíraných věcí do naprostých detailů a jež grafická Zora Sokolová skvěle vizuálně zpracovala. Například při čem všem dětem hrozí nebezpečí úrazu, aniž to tuší. Nebo co všechno se v bytě musí přestavět, aby se v něm vozíčkář mohl co nejvolněji pohybovat a obsloužit se.

Za některými kapitolami najde čtenář **hravé úkoly. K nejzdařilejším patří obrázky rizikových činností obklopené suchými zipy, které lze pokrývat knoflíky opatřenými názvy ochranných**

prvků. Nechybí zde pochopitelně legenda se správným řešením. Na jiném obrázku je město s nástrahami, jež na lidi na vozíku či maminky s kočárky běžně číhají, a děti na něm mimo jiné hledají pro vozíčkáře schůdné cesty na různých místech. A další obrázek je rafinovanou skládkou uspořádání a činností rehabilitačního ústavu.

Jak vidno, ve Vozíčkově rozhodně nechybí edukativní prvek. Kupříkladu z kombinace popisu a odklápěcích okének lze vyčíst složení různých typů vozíků. Tentýž typ okének pomáhá ukázat, jaké části těla ovládají různé části míchy a co se stane, když dojde k poranění té které její partie. **Snaha předat dětem něco z pocitů vozíčkáře jde opravdu daleko a činí tak velice nápaditě. Když čtenář otočí stránku s fotografií kohosi pod peřinou a pokynem vzít si baterku, najde ochrnuté nohy toužící zamířit vzhůru. Jinými slovy, co vozíčkář cítí, když své dolní končetiny vůbec necítí.**

Kniha končí krátkými příběhy dalších vozíčkářů, kvartetem Vozíčkov a vystřihovánkou papírového modelu vozíku. Avšak nic ze všech jejích přísad by nevyniklo tak, jak vyniká, kdyby publikace nebyla zároveň něčím jako knihou na druhou. To znamená, že je vytištěna na velmi kvalitním tvrdém papíru. Stránky jsou svázané kroužkovou vazbou, umožňující snadné listování a nacházení interaktivních prvků. Kombinace textů, fotografií a obrázků jsou esteticky velmi nápadité a zdařilé. Na interaktivních prvcích se nešetřilo, takže náklady na publikaci byly mimořádně vysoké.

Velký dík proto patří všem, kdo ke vzniku a na vznik Vozíčkova přispěli. Kromě hlavních autorů je namístě zmínit okruh jejich spolupracovníků, VZP, vydavatele, jímž je Spolek pro Sedlčansko a Královéhradecko, a také hendikepované zaměstnance z Mela, o.p.s., Sedlčany, kteří se podíleli na kompletování knihy.

Vozíčkov si všichni zájemci od veřejných knihoven přes školy až po jednotlivce mohou objednat zde. Všeobecná zdravotní pojišťovna

<https://www.vzp.cz/o-nas/aktuality/vzpoura-urazum-je-zase-o-neco-interaktivnejsi>