

Rozhovor s renomovaným odborníkem na obezitologii a redukční kúry, s nímž připravuje Orlický deník pro své čtenáře pravidelnou rubriku

Leoš Středa: „Měl jsem štěstí v životě, a tak bych rád alespoň část předal dál“

Česká Třebová – Leoš Středa je lékař, učí na vysokých školách v Praze a v Kambodži, ovládá jedenáct jazyků, je autorem odborných knih, vyvíjí léčebné a kosmetické přístroje. Po sametové revoluci byl prvním lékařem, který si z hubnutí udělal soukromé podnikání. Otevřel salóny pro ženy, kde byla široká nabídka služeb, týkající se krásy, snižování nadváhy. Založil u nás estetickou medicínu, vedl Institut lékařské regenerace a kosmetiky, který měl síť poboček po celém světě. Jeho salóny navštěvovala řada celebrit, chodit ke Středovi bylo v devadesátých letech zkrátka „in“. V televizi měl vlastní pořady... Úspěšnou komerční lékařskou dráhu opustil v roce 2000, když už před tím rozprodal své firmy. Leoš Středa pochází z lékařské rodiny, kde jsou rodiče i sestra lékaři. Rodiče byli uznávanými odborníky, kteří mimo jiné přednášeli medicínu na vysokých školách.

O své odborné znalosti a bohaté zkušenosti se Leoš Středa hodlá podělit se čtenáři Orlického deníku v pravidelné sobotní rubrice. Tématem rubriky bude zdraví a krása a věci související. Leoš Středa bude o těchto tématech pojednávat jednak z vlastního pohledu a jednak na základě odezvy našich čtenářů prostřednictvím běžné korespondence, ale i prostřednictvím zamýšleného blogu a internetového diskusního fóra. Naši čtenáři tak budou moci získat odpovědi na své otázky od renomovaného odborníka a využít je pro vlastní potřebu. Na úvod rubriky jsme panu doktorovi položili několik otázek.

Co vás vede k našemu regionu?

Z tehdejšího Východočeského kraje pocházeli jak moje maminka, tak i tatínek. Já jsem se sice narodil v Praze, ale dětství jsem trávil tady. Profesionální cesty mě po mnoha a mnoha letech zavedly do Lanškrouna, kde v současné době připravuji spolupráci se Střední odbornou školou. Studuji tam budoucí kosmetičky a kosmetika byla



mým celoživotním oborem. A kruh pracovních a rodinných vztahů se uzavírá díky mému nejstaršímu synovi, který se snad brzy přičlení do České Třebové.

Začneme pěkně popořádku, kdy jste začal s podnikáním?

Vystudoval jsem současně medicínu a fakultu žurnalistiky, pracoval jsem ve Státním sanatoriu, poté jsem přešel do Výzkumného ústavu endokrinního, kde jsem se zabýval diabetologickým výzkumem. Pak došlo k listopadu 1989 a já se okamžitě rozhodl stát se soukromým podnikatelem a otevřel jsem si kosmetickou praxi. Soukromé ordinace tehdy ještě zříditi nešlo, to bylo možné až později. Můj kosmetický salón zřídil mého tatínka, docenta na Karlově univerzitě, který prohlásil, že jsem se vzdal dráhy vědeckého pracovníka a stal se šéfem holčičství.

Co, že jste začal tak rychle?

Podnikat byl můj sen. Pamatuji si, že v časopise Dikobraz byl ještě za minulého režimu seriál o majiteli soukromé cukrárny na Pražském hradě a já si tehdy řekl, jak moc by se mi líbilo něco takového také mít. A tak jsem neváhal ani chvíli. Když se konaly na Václaváku demonstrace, já už svůj malý byt na Praze 3 přebudovával na kosmetickou ordinaci. Zvolil jste dobře, protože úspěch přišel okamžitě.

Ze začátku to byla až neuvěřitelná jízda. Tehdy u nás existoval pouze Ústav lékařské kosmetiky, státní kosme-

tické zařízení, kam bylo velmi obtížné se dostat a bez úplatků to v podstatě ani nešlo. Já založil Institut lékařské regenerace a kosmetiky, nabídl jsem klientům všechno to, co Ústav lékařské kosmetiky a ještě něco navíc. Začal jsem nabízet různé preparáty na hubnutí, včetně přístrojů, jako byl třeba svého času slavný myostimulátor. To se okamžitě rozneslo a klienti se hrnuli ze všech stran. Záhy jsme se stěhovali do reprezentativních prostor na Národní třídě a já jsem začal budovat pobočky v dalších zemích.

Jaký byl váš největší úspěch?

Bylo to něco nového. Nikdy před tím se na našem území nevyskytoval podobný salón. Začali ke mně chodit herci, herečky, manželky politiků. Ti všichni mně udělali skvělý mediální obraz a přilákali lidi. Jedním z největších úspěchů bylo medializování zeštíhlující kúry herečky Helenky Růžičkové, kterou podstoupila v mojí pobočce na Národní třídě v Praze. Bylo to v době, kdy kvůli obezitě zemřel její syn Jirka. Podobné problémy měla i ona. Byla psychicky na dně. Rozhodla se tedy něco dělat a oslovila mě. Spolu jsme vypracovali plán, díky kterému zhubla za pár měsíců o 60 kilogramů.

A co tomu říkal tatínek?

Už se o holčičství ani nezmiň. Dokonce jsem mu otevřel u sebe ambulanci a on z toho byl nadšený. Ale bohužel si to už neužil. Onemocněl rakovinou a po něm stejnou nemocí onemocněla i maminka. Byli to lékaři, pro které práce byla na prvním místě, maminka byla primářkou v nemocnici a táta myslel na práci až do

posledních minut svého života. Hodinu před smrtí mně poslal za sekretářkou I. interní kliniky, abych zjistil, jestli mu prodloužili pracovní smlouvu. A právě smrt rodičů mě změnila.

Jak?

Dřív jsem byl hrdý na to, kolik mám práce. Mým idolem byl Tomáš Baťa a já si říkal, že bych chtěl vybudovat takové impérium, jaké vybudoval kdysi on. Štval jsem se jako blázen a když si někdo se mnou chtěl dát schůzku, klidně jsem ho objednal na dvě hodiny v noci. Otvíral jsem jednu pobočku za druhou, měl jsem je v Kanadě, na Ukrajině, na Kanárských ostrovech, ve Spojených arabských emirátech, v Sýrii, v Libanonu, Keni, Thajsku, Novém Zélandu, na Filipínách... Jenže sám jsem trávil 24 hodin ve své kanceláři, kde jsem měl i provizorní postel. Život to byl k ničemu. Vydělal jsem spoustu peněz a bylo mi to v podstatě jedno. Pak jste se na dlouho odstěhoval do Asie. Co jste tam dělal?

Měl jsem pobočku v Thajsku, takže jsem se jí začal věnovat, pokračoval jsem tedy ve své profesi a své ostatní pobočky po světě jsem rušil nebo prodával. Po nějakém čase mě to tam přestalo bavit a přesídlil jsem do sousední Kambodže. Země sice byla po letech krutovlády Rudých Khmérů zdevastovaná, nic tam nefungovalo, zdravotnictví a školství bylo v rozkladu, ale na druhé straně se tam všechno budovalo znovu a to mě nadchlo. Naučil jsem se místní jazyk, začal jsem s kamarádem z tamějšího ministerstva školství dávat dohro-

mady systém středních a vysokých škol, učil jsem tam také na univerzitě. Koupil jsem si tam dům a začal tam žít. Je to země, kde je všechno postavené na hlavu. Například v noci tam automobily svítit nemusí, a ve dne nesmí. Protože za dne smejí svítit jenom policisté. Na druhou stranu se tam žije volně, bezstarostně a taky trochu nezodpovědně.

Jak často jste se vracel domů?

Každý rok na tři měsíce před létem. Přednášel jsem v letním semestru na Karlově univerzitě, tak jsem se vracet musel. To bylo dobře, protože jsem udržoval kontakty s domovem. Mnozí Evropané, kteří žijí v Asii, se odcizí. Lehkost žítí tam je opravdu nesnesitelně lákavá a vracet se do evropských stresů se chce málokomu. Dnes žiju střídavě v Česku a na Filipínách. To byla moje další destinace po Kambodži.

Co se stalo s vašimi kosmetickými salony?

Koncem 90. let jsem je postupně rozprodal. Měl jsem také výrobní závody na lékařské přístroje. Ty fungují dodnes, ale beze mě, sám jsem také výrobu nechal. Podobně jako laboratoře kosmetické farmacie, kde jsem vyráběl léčebné kosmetické přípravky. I ty fungují dodnes, jen s jiným majitelem. Měl jsem i soukromou kosmetickou školu, ale ta už také neexistuje.

Podnikání vám nechybí?

Naopak. Jsem šťastný, že jsem z toho dokázal včas vyskočit. Kamarádi podnikatelé, kteří přijedou na týden na Filipíny, mají snahu si ve spěchu stihnout užít v baru a potápět se a současně pracovat pro svou firmu. To přeče

není život. Mě kdysi lidé poznávali na ulici, byl jsem slavný doktor Středa s přístupem do prezidentské kanceláře. A práce mě opravdu bavila. Pak jsem ale zjistil, že asijský způsob života mi je bližší než ten evropský.

Máte spočítáno, kolika ženám jste splnil sen o štíhlé postavě?

Jenom na Slovensku, kde lidé hubli přes televizní obrazovku, jich byly desettisíce. S košíčkou televizi jsme několik let připravovali pořad Tak už dost, se kterým hubnuli i diváci doma. Do poboček mého Institutu přicházely každý den stovky žen, většina z nich kvůli hubnutí. Byl to v devadesátých letech takový boom. Nezažíval jsem jenom úspěchy. Spousta lidí samozřejmě byla i nespokojená. Oni si mysleli, že když si koupí myostimulátor, tak do druhého dne zhubnou.

Dnes se věnujete charitě. Není to tak trochu póza?

V Etiopii jsem založil společnost na pomoc dětem s vrozeným onemocněním AIDS, které přišly o své rodiče. Když zemrou rodiče na AIDS, jdou jejich děti na vyšetření, a pokud jsou pozitivní, ztratí společenský kredit. Nevezmou je ani do školy. Nesnažil jsem se vytvořit organizaci, jejíž prostředky půjdou jediné a pouze na potřeby těchto dětí. A to se mi podařilo. Vybudoval jsem organizaci bez jediného zaměstnance. O nemocné děti se totiž starají jiní nakažení a jejich rodiny. V Česku pracuji pro Nadaci Dagmar a Václava Havlových Vize 97. K práci v této oblasti mě spíše přivedlo něco jiného, než nějaká póza. Bilancuji léta, přeci jen už na to mám věk. Měl jsem štěstí v životě, a tak bych rád alespoň část předal dál.

A věnujete se ještě dnes vůbec kosmetice a dětem?

Ale určitě. Kromě univerzitních přednášek a knížek o hubnutí mám svou malou laborator na Filipínách. Studujeme tam s malým vědeckým týmem nutriční vlastnosti mořských řas. Když jsem doma, pořád úzce spolupracuji s panem profesorem Rajko Dolečkem. Je mu skoro 85 let, má pořád svoji ambulanci, kde léčí nadváhu a hormonální poruchy. Závídím mu jeho vitalitu. Chystáme spolu Nebezpečný svět kalorií po 36 letech. S panem doktorem Karlem Šaldou z veterinární správy úzce spolupracuji na popularizaci klokaního masa u nás. Klokaní maso není na našem jídelníčku tak úplně běžné, což je škoda. Z hlediska výživových faktorů je to téměř zázračná potrava.

Otázky kladl JAROSLAV NOVÁK



V ETIOPII založil Leoš Středa společnost pomáhající dětem s vrozeným onemocněním AIDS, které přišly o rodiče.

Doc. MUDr. Leoš Středa Ph.D

Narodil se 5. července 1963. Přednáší lékařskou regeneraci a kosmetiku na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy a Pedagogické fakultě téže univerzity a na univerzitě v kambodžském Phnom Penhu. Vědecké zázemí má na Fakultě biomedicínského inženýrství ČVUT.

Je rytířem filipínského Řádu Josého Rizala.

Píše odborné knihy, popularizuje zdravou výživu, dietologii a kosmetiku.

Vyvíjí léčebné a kosmetické přístroje, dietní preparáty a kosmetické přípravky.

Byl jednou ženatý. Má tři děti.

Imobilním „vyběhali“ peníze na nový vozík

Letohrad – Úspěchem skončil druhý ročník sportovní charitativní akce „Běháme pro...“ Podařilo se vybrat celou částku potřebnou na zakoupení nového invalidního vozíku pro imobilní spoluobčany.

Běhu se zúčastnilo 305 lidí, tedy víc než loni, vyšší byl i výtěžek akce, vyšplhal se na celkových 10 568 korun. „To je o tři tisíce korun víc než při loňském ročníku. Jsme potěšeni, že čísla jdou směrem nahoru,“ bilancoval za organizátory

Tomáš Stejskal. Pořadatelé akce „Běháme pro...“ navázali na tradici, kterou v Letohradě měl Běh Terryho Foxe, později Běh naděje. Účastníků však začalo rapidně ubývat, a tak se organizační výbor dohodl s vedením města, že na stejné myšlence založí tradici novou. Akce se koná už jako regionální a pro potřeby obyvatel města a blízkého okolí. „Letos jsme běhali pro invalidní vozík, který bude umístěn na středisku ambulancí lékařů, protože ten stávající už byl v nevyhovujícím stavu. Sloužit bude převážně klientům Domu s pečovatelskou službou a charity, k dispozici však bude i dalším občanům města,“ podotkl Stejskal. Součástí běhu byl i zájima-



„BĚHU PRO...“ se v Letohradě zúčastnilo přes tři sta lidí. Foto: Jiří Mikyska

vý doprovodný program. Běh startoval na Václavském náměstí, nová trasa měřila dva kilometry. „Chtěli jsme, aby už nevedla po frekventovaných silnicích. Běželo se parkem, k průmyslové škole, nahoru ke kapli a zpět do parku,“ doplnil Tomáš Stejskal. Běhu se zúčastnily všechny generace, nejstaršímu účastníkovi bylo sedmasedmdesát let, nejmladšímu pouze dva roky. (daf)

Dopravní terminál opět boduje

pokračování zestr.1

„V České Třebové veřejný prostor upravili nad rámec dopravních opatření a vytvořili podmínky pro využití hromadné dopravy, například nízkou cenou parkování a poskytnutím úschovných kójí na kola,“ řekl člen hodnotící komise Petr Ondráček, zástupce generálního partnera soutěže Škoda Auto. Pro trebovský multifunkční dopravní terminál je to již pátá cena a dále se čeká na výsledky nominace v soutěži Stavba roku 2011. (sts)

Škola pořádá den otevřených dveří

Klášteřec n. O. – V Masarykově základní škole bude rušno i v neděli. Místní i přesporní budou mít příležitost si prohlédnout celý areál školy včetně nové přístavby, a to v době od 10 do 12 a od 13.30 do 17 hodin. Na odpoledne je připraven blok různých vystoupení. Díky rekonstrukci, která začala v roce 2010 a skončila letos v srpnu, má dnes Klášteřec školu „pod jednou střechou“, děti už nemusí dojíždět za výukou do Pastvin. (red)

Čtěte v pondělí v Orlickém deníku

Z třináctého Ústeckého autosalonu.

□ při loňské akci „Běháme pro magnetickou rezonanci“ bylo vybráno 7 293 korun

□ z výtěžku letošního běhu, který činí 10 568 korun, bude zakoupen invalidní vozík na středisko