

# Středy doktora Středy: Hubnutí s Deníkem na vědecké konferenci



**Východní Čechy** – Příběhy čtenářů, kterým se povedlo s Deníkem zhubnout, přitahují stále další obézní, kteří se chtějí do hubnutí také pustit. Nyní navíc přišel zájem i ze strany odborné veřejnosti. Na téma obezita a hubnutí je zaměřena jedna z přednášek na konferenci eHealth Days 2014 v IKEMu v Praze a bude na ní prezentován náš seriál Hubnutí s Deníkem. Organizátorem je Národní telemedicínské centrum, vedené profesorem Táborským.

Konference eHealth Days 2014 se uskuteční příští týden. Telemedicínský monitoring pacientů v rámci Hubnutí s

Deníkem tam budou prezentovat docent Leoš Středa z 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy K a Bc. Veronika Podobová z Fakulty biomedicínského inženýrství ČVUT.

## Dálkové sledování obézních

Telemedicina má řadu metod, jednou z nich je dálkové vzdělávání pacientů. Naše rubrika v internetovém vydání Deníku je přesně oním elektronickým vzdělávacím programem. Elektronizované zdravotnictví je moderní trend. Na internetových vydáních Deníku mohou čtenáři najít veškeré potřebné informace a spoustu rad a typů. Pacienti naší ordinace také mohou s dr. Středou komunikovat přes redakční e-mail, WhatsApp, Facebook a přes portál Nadva-

ha.cz. To všechno je součástí telemedicíny. A tyto praktické zkušenosti předáváme dál.

Celý náš hubnoucí projekt zahájil před třemi roky Orlický deník díky nápadu šéfredaktora Karla Pokorného. Do veřejného hubnutí se pustil on, spolu s ním MUDr. Leoš Středa a lanškrounská starostka Stanislava Švarcová. Dieta StředaForm pak pomohla zhubnout i dalším, mezi ně patří například novinářka Lada Sitová z Lanškrouna (na snímku Michala Horáka). Hubnutí s Deníkem se následně rozrostlo do celého kraje. Připojil se i náhodský režisér Tomáš Magnusek a zpěvačka Ilona Csáková.

Hubnoucí ordinaci, kterou zapůjčuje Poliklinika Doprávního zdravotnictví v České Třebové, už prošly stovky obézních a podařilo se jim boj



s přebytnými kilogramy vyhrát.

## Dr. Středa pomáhá čtenářům zhubnout

Máte kila navíc? Chcete hubnout? Napište a ptejte se na di-

ety, cvičení na hubnutí či správný jídelníček. Posílejte své otázky e-mailem na: [hubnetesdoktorem@denik.cz](mailto:hubnetesdoktorem@denik.cz). Poradí vám MUDr. Leoš Středa, který přednáší o hubnutí a léčbě obezity na 1. lékařské fakultě v Praze. Píše o hubnutí

odborné knihy, popularizuje zdravou stravu, diety a kosmetiku. Se spoluautory (Profesor Rajko Doleček a MUDr. Kateřina Cajthamlová) vloni vydal publikaci Nebezpečný svět kalorií. Každý týden jezdí do ordinace v České Třebové, kde se hubnout a zhubnout pod jeho dohledem úspěšně snaží stovky čtenářů Deníku. Čtenáři, kteří se na našich stránkách podělí s ostatními o své zkušenosti během diety, jsou motivací těm ostatním, kteří ještě s hubnutím váhají. (re)

**Všechny díly seriálu věnovaného hubnutí najdete na webech Deníků**

