

Rozhovor s renomovaným odborníkem na obezitologii a redukční kúry, s nímž připravuje náš Deník pro vás čtenáře pravidelnou rubriku

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



Praha – Nedávno se vrátil z Filipín a bude zase nějaký čas žít v Čechách. Je milý a příjemný a v jeho přítomnosti nemáte chuť na cigaretu, nebo si dát svůj oblíbený zákusek. Prostě to funguje.

Leoš Středa je lékař, učí na vysokých školách, 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, týkajících se krásy, snižování nadváhy. Založil u nás estetickou medicínu, vedl In-

Můj kosmetický salón zdrtil mého tatínka, docenta na Karlově univerzitě, který prohlásil, že jsem se vzdal dráhy vědeckého pracovníka a stal se šéfem holičství.

stitut 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. Na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy zakotvil nakonec i on a přednáší studentům medicíny obezitologii a kosmetiku. O své odborné znalosti a bohaté zkušenosti se Leoš Středa podělí se čtenáři našeho Deníku v pravidelné středě-

ní rubrice. Tématem bude hubnutí, zdraví a krása.

Jak se stane z lékaře podnikatel?

Vystudoval jsem současně medicínu a fakultu žurnalistiky, pracoval jsem ve Státním sanatoriu, poté jsem přešel do Výzkumného ústavu endokrinologického, kde jsem se zabýval diabetologickým výzkumem. Pak přišel listopad 1989 a já se okamžitě rozhodl stát se soukromým podnikatelem a otevřel jsem si kosmetickou praxi. Soukromé ordinace tehdy ještě zříditi nešly, to bylo možné až později. Můj kosmetický salón zdrtil mého tatínka, docenta na Karlově univerzitě, který prohlásil, že jsem se vzdal dráhy vědeckého pracovníka a stal se šéfem holičství. Podnikat byl můj sen. Když se ko-

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 holičství ani nezmínil. 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 mě poslal za sekretářkou 1. 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, Sýrii, 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. Vydělával 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 dohromady systém středních a vysokých škol, učil jsem tam také na univerzitě. Koupil jsem si dům a začal tam žít. Je to země, kde je dodnes všechno postavené na hlavu. Například v noci tam automobily svítit nemusejí, a ve dne ne-



LEOŠ STŘEDA vyšetřuje nemocné děti v keňské Mombase. Foto : archiv lékaře (2x)

směji. Protože za dne směji svítit jenom policisté. Na druhou stranu se tam žije volně, bezstarostně a taky trochu nezodpovědně.

Jak často jste se vracel domů?

Každý rok na čtyři měsíce před létem. Přednášel jsem v letním semestru na Pedagogické fakultě Karlovy univerzity, tak jsem se vracet musel. To bylo dobře, protože jsem udržoval kontakty s domovem. Mnozí Evropané, kteří žijí v Asii, se odcizí. Lehkost žití tam je opravdu nesnesitelně láková a vracet se do evropských stresů se chce málokomu. Dnes žiji 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. Místo ní jsem otevřel učiliště pro pečovatelky a ošetrovatelky. Jde o studenty ze zahraničí. Abych mohl být ředitelem svojí školy, musím si dostudovat obor speciální pe-

dagogika. Takže ve svých padesáti chodím na přednášky a semináře. Moje ségra si ze mě dělá legraci, že bych spíš měl navštěvovat univerzitu třetího věku.

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

Jenom na Slovensku, kde lidé hubli přes televizní obrazovku, jich byly desetitisíce. S košickou televizí jsme několik let připravovali pořad Tak už dost, se kterým hubnuli i diváci doma.

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 zemřou rodiče na AIDS, jdou jejich děti na vyšetření, a pokud jsou pozitivní, ztratí společenský kredit. Nevezmou je ani do školy. Vytvořil jsem organizaci, jejíž prostředky jdou jediné a pouze na potřeby dětí, žádný administrativní aparát kolem. Funguje to 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 spíš 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 dietám?

Ale určitě. Hlavně v rámci mých univerzitních přednášek a knížek o hubnutí. Pořád úzce spolupracuji s panem profesorem Rajko Dolečkem. Bude mu 88 let, má svoji ambulanci, kde léčí nadváhu a hormonální poruchy. Závidím mu jeho vitalitu. Přichystali jsme spolu s ním a doktorkou Kateřinou Cajthmlovou vydání Nebezpečného světa kalorií. To byla nejúspěšnější knížka o hubnutí u nás, teď vyšla její nová varianta z pohledu tří lékařů.

(jn/vin)

Vizitka

- Narodil se 5. července 1963 v Praze.
- Přednáší obezitologii a kosmetologii na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy a na Pedagogické fakultě téže univerzity.
- 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.
- Poslední jeho knihou je Nebezpečný svět kalorií. Napsali ji spolu s profesorem Rajko Dolečkem a MUDr. Kateřinou Cajthmlovou.
- Byl jednou ženatý, má tři děti.

Startujeme ve středu 22. května



- 1. díl seriálu, v němž bude doktor Středa čtenářům radit, jak se vypořádat s nadbytečnými kilogramy.
- Zároveň se budete moci zapojit do akce Hubněte s Deníkem. Kdo bude mít zájem hubnout přímo pod odborným dohledem doktora Středy, najde zde přihlašovací kupon.