

## Stačí, když svítí sluníčko a nic mě netrápí

Národu se Martin Maxa připomněl roličkou učitele v seriálu Ordinace v růžové zahradě nebo dokumentem z cyklu Třináctá komnata. Ten samý den se po čase znovu ukázal v Chomutově, kde v atriu SKKS předsedal porotě soutěže Mladá píseň. Byl vstřícný, usměvavý, letně naladěný. A tak jsme v tomtéž duchu vedli i rozhovor.

**Tipnul bych si, že léto je vaším oblíbeným obdobím...**

„Jsem vyloženě letní typ. Je to ale i tím, že jsem zároveň zimomřivý.“

**Čím vás léto dokáže potěšit?**

„Asi jako každého, třeba že se nemusím moc oblékat. Nebo dostatkem světla, které spolehlivě zahání případné deprese. A já jako ryba, tedy vodní znamení, k nim mám trošičku sklon. Podzimní plísňanice mi nesedí, byť to bývají plodná období ve smyslu skládání písniček. To se pak na nich odráží, jsou melancholické, když už ne přímo smutné.“

**Připíšete létu kladné body i za to, že ženy a dívky chodí více odhalené?**

„Samozřejmě! Pokud je chlap zdravý a vidí půvabnou, ne tak navlečenou dívku, tak to musí vnímat jako moc hezký pohled. Ale já už jsem pán v letech, takže si to užívám jen vizuálně.“

**Řekl jste, že na podzim komponujete melancholické písně. Promítá se naopak do vaší tvorby pozitivní vztah k létu?**

„Kupodivu moc ne. Pár písniček jsem v létě napsal, ale obsahově se spíš týkaly zimního období. Ale hlavně, já v létě zleznívím, to slunce prostě člověka ukolébá. Skutečně většinu věcí dělám během podzimu a zimy.“

**Jak jste léto prožíval jako malý kluk?**

„Jako většina mých vrstevníků. Pocházím z chudší rodiny, bydleli jsme na okraji Litvínova, kde jsem s klukama takzvaně lital za barákem a hrál si s nimi na kovboje a indiány. To bylo vlastně veškeré naše vyžití.“

**A jak si představujete ideálně strávený letní den v současnosti?**

„Už znovu musím zmínit svůj věk, protože den pro mě ideálně začíná, když po probuzení zjistím, že mě nic nebolí. A když mě pak během dne nic špatného ne-



Martin Maxa (na snímku se svými dětmi, primátorkou Ivanou Řápkovou a její dcerou Kristýnou) se narodil v roce 1961. Hudbu dělá třicet let, ovšem výrazného úspěchu dosáhl až v roce 2000, kdy se stal Skokanem roku v anketě Český slavík. Bydlí v Litvínově, v Chomutově v roce 1983 vyhrál svou první hudební soutěž, oblastní Portu.

potká. Já si myslím, že trocha skromnosti je na místě, stačí, když svítí sluníčko, venku je teplo a nic mě zrovna netrápí.“

**A co dovolená? Preferujete spíš hory nebo moře?**

„Nic z toho. Jeden čas jsem hodně cestoval, navštěvoval jsem exotické krajiny, jako řada jiných jsem se toho nemohl nabažít. Až jsem najednou zjistil, že jsem toho přesycen. Přeorientoval jsem se na Česko, kde mi stačí jezdit po ma-

lých, krásných městečkách. A protože jako muzikant takhle v podstatě jezdím, tak se mi tím spojuje příjemné s užitečným.“

**Takže takové bude i vaše letošní léto?**

„Ano. Mám naplánovanou řadu vystoupení, koncertů a pár festivalů, takže budu cestovat po republice a hrát. A to je moje živá voda! Takže si ani trošičku nestěžuju, naopak, každé ráno děkuju pánubohu, že to takhle mám.“ (sk)

## Alergici, pozor na mořské plody!

Pobyt u moře je všeobecně považován za zdraví prospěšný, zvláště pro lidi, kteří trpí alergiemi a astmatem. Lékaři ale varují před nečekanými alergickými reakcemi na některá jídla, která se u nás běžně nekonzumují.

Osoby, které trpí alergií na pyl a roztoče, trpí alergiemi na potraviny častěji než běžná populace. Často se jedná o tzv. zkřížené alergie. O zkříženou alergii se jedná, pokud se u pacienta objeví klinické projevy alergie po kontaktu s jiným alergenem než tím, proti kterému si už vytvořil protilátky, pokud jsou si tyto alergeny svým složením podobné.

K nejčastějším potravinovým alergiím, která může zkazit pobyt u moře

pacientům alergickým na roztoče a šváby, patří alergie na koryšše. Ta může způsobovat reakce ohrožující život. „Je-li jedinec alergický na jeden druh koryššů, je 75 procentní pravděpodobnost, že se objeví reakce i na jejich další druhy. Hlavním alergenem koryššů je bílkovina tropomyosin, který je odolný vůči teplotě, nízkému pH a trávicím enzymům,“ vysvětluje MUDr. Ivana Šetinová z imunologického centra společnosti SYNLAB.CZ, provozující největší síť humánních laboratoří u nás. Tropomyosiny v různých koryšších vykazují vzájemnou podobnost, což vede ke značné zkřížené reakci v rámci koryššů. Existují zkřížené reakce také mezi koryši a sépiemi, dále mezi koryši a hlemýždi a

roztoči a šváby zřetelně způsobené tropomyosinem (uvedený alergen se nachází v řadě živočišných druhů). Není známa zkřížená reakce tropomyosinu mezi koryši a obratlovci, protože tropomyosin obratlovců není alergenní. „Koryši patří mezi potraviny, které vyvolávají velmi těžké alergické reakce,“ dodává MUDr. Šetinová.

Pokud jste tedy alergičtí na roztoče a šváby a chystáte se na dovolenou k moři, vyhněte se raději takovým lahůdkám jako jsou „mořské plody“, aby se vaše dny odpočinku neproměnily v noční můru. Pokud by vás však přeci jen alergie na tyto potraviny v zahraničí potkala, neváhejte a vyhledejte lékaře.(r)