

# Mlýny na dně moře

Že není možné, aby na dně moře byly mlýny? Že to zní jak fantazie z románů Julese Verna? Do jisté míry máte pravdu. V současnosti na dně moří mlýny ještě postavit nelze, leda že by se snad vysušilo. A to je tak trochu náš případ. Na dnešním výletě totiž zavítáme na území, kde se před 400 miliony let rozlévalo prvohorní moře a kde poté činnost vodního toku vyhloubila údolí, ve kterém byl ještě donedávna slyšet klapot četných mlýnů. Uvidíme skalní odkryvy, jež jsou světově uznávanými dělicími liniemi geologických stupňů. Budeme-li mít štěstí, můžeme spatřit vzácné rostliny jako je kavyl Ivanův, vlnice chlupatá, živočichy jako je užovka podplamatá, mlok skvrnitý, čolek obecný; řadu motýlů a brouků. Nebo strčíme do kapsy zkamenělého trilobita. Přitom všem se ani příliš nevzdálíme od hranic Prahy 16. Naopak, část trasy povede i po jeho katastru. Vycházku začneme v Radotíně na zastávce MHD K Cikánce, kam můžeme přijet linkou autobusu č. 246 od stanic Smíchovské nádraží nebo Nádraží Radotín. Asi 100 metrů od naší výstupní stanice je ve směru na Lochkov v pravé části zatáčky nenápadná pěšinka k přírodní památce malému ortocerové-

těm zkamenělých ortocerů - živočichů z doby svrchního siluru. Od ortocerového lůmku se vrátíme k zastávce autobusu, nalevo se tyčí a bělá přírodní památka Radotínské skály a před cementárnou, která byla zprovozněna v roce 1960, odbočíme vpravo po asfaltové silnici do chráněné krajinné oblasti Český kras. Na začátku údolí, jímž se vine Radotínský potok, mineme Jehličkovu zklícačenou vráso, načež budeme postupovat krajinnou poznamenanou těžbou kamene určeného pro výrobu cementu, kde stěny lomů hýří barvami od černé, přes šedou, hnědou a rezavou po červenou, růžovou či okrovou. Temena okolních svahů jsou příhodná pro výskyt společenstev skalních stepí. Na pravé straně je národní přírodní památka Lochkovský profil s geologickým rozhraním siluru a devonu, na levé straně je přírodní památka Hvízdalka s hranicí souvrství ludlov-přírod svrchního siluru. Místy zaprášená silnice nás přivede k osadě Cikánka. Tvoří ji několik domků a stavení včetně čp. 29, rozpadajícího se bývalého Špačkova mlýna, řečeného Rutice. Za osadou se očitáme v kaňonu pod skalním srázem patřícím k národní přírodní památce Cikánka I. Silnice se tady kroutí po břehu potoka k Z a d n ě m u Maškovu, neboli též Dolejšímu kopaninskému mlýnu, u kterého zprava na zastávce MHD přiběhne červenou turistickou značku (2,2km). Mlýn sloužil do roku 1952, má tvar jakoby čtyřhranné tvrže a byl vyhlášen za historickou technickou památkou. Spolu s čer-

Táslerův, Hořejší kopaninský nebo též Přední Mašek. Je uváděn v 17. století. Za osamoceným mlýnem přejdeme po dřevěné lávce Radotínský potok na jakousi lužní louku s malým přístupem slunce, sevřenou lesnatými svahy, povětšinou podmáčenou a tudíž i mokrou. Tato značně zarostlá niva je součástí přírodní rezervace Radotínské údolí s výskytem i chladnomilného rostlinstva a živočišstva. Za nivou pokračuje stezka podél potoka lesíkem k dalšímu mlýnu, o kterém jsou záznamy již v polovině 16. století. Sluje Podvořešský či Kalinův a je průchozí. S oblibou ho navštěvoval spisovatel J. Š. Baar. Za mlýnem přicházíme do trampské osady Ariana, kde od rozcestníku pokračujeme po červené značce do navazující osady Západní míle. Za osadou Západní míle šlapeme pohodlnou pěšinou k Chotči. Na začátku osady se zastavíme u páteho historického mlýna. Nazývá se U Veselých nebo též Měchurovský. Obilí mlel od roku 1737 do roku 1950. V roce 1992 byl rekonstruován a na požádání semelou obilí i dnes. Od mlýna projdeme vsí k rozcestníku cest pod návsí (4km). Tady změním červenou značku za zelenou, jež stoupá obcí vzhůru. Choteč je poprvé uváděna k roku 1306. V hospodářském dvoře uprostřed obce se dochovaly zbytky renesanční tvrže. Před dvorem si všimneme dvou barokních soch z 18. století. Opouštěje Choteč, vidíme vpravo osamocený kostel sv. Kateřiny z konce 17. století. Po silnici táhnoucí se otevřenou krajinou se pozvolna přesuneme do Třebotova, poprvé písemně uváděného roku 1160. Nejdříve se zastavíme u kostela sv. Martina. Kostel byl postaven ve 2. polovině 18. století na místě staršího předchůdce. Druhé zastavení učiníme u nedaleké hezky opravené vodní tvrže z počátku 15. století. Se zelenou značkou se rozloučíme na místní návsí (2km). Z návsí uhneme vlevo k prodejně se smíšeným zbožím na páteří Hlavní ulici. Od prodejny jdeme vpravo hlavní komunikací až dospějeme k maličké vodní nádrži, které se říká Louže. Zde sejdeme z hlavní třebotovské tepny vlevo do ulice U Kovárny, kterou nabereme kurz ke stožáru telekomunikačních zařízení stojícím na okraji zemědělského pole (0,8km). Protože se momentálně vyskytujeme poměrně vysoko vůči okolí,

můžeme na obzoru před námi zpozorovat televizní vysílač na Žižkově nebo se zahledět na panorama s pankráckými výškovými budovami. Od stožáru se uběhne nejšířší cestou mířící přes pole jako by ku Praze. Zhruba v polovině pláně křížuje naši cestu jiná a ještě širší prašná cesta. Přejdeme ji a pokračujeme stále přímo, leč již méně znatelnou a dosti zarůstající pěšinkou vyšlapanou v polním remízku podél křovinatého porostu z trnek a planých švestek. Pěšinka ústí v obci Kosoř u Školské ulice. Kosoř nevyniká žádnými pamětihodnostmi, zmínit lze snad jen kapli sv. Anny z roku 1722, a proto se klidně můžeme dát na pravém okraji vsi cestou svažující se kolem výběhu pro koně k zastávce autobusu u statku pod hlavní silnicí (2,5km). Kaple sv. Anny je z druhé strany objektu statku. Od zastávky autobusu vykročíme prodloužením Průběžné ulice na asfaltovou silničku, na níž je zákaz vjezdu všech vozidel a je označena jako slepá vozovka. Ačkoliv nás ponouká k rychlejší chůzi,

rovou a šipákovou doubravou přírodní rezervace na vrchu Klapice. Údolí má ráz tmavého kaňonu a není od věci, že dostalo pojmenování Černá rokle. Černá rokle je národní přírodní památkou. Jeho hlavním masivem prochází geologická hranice - mezinárodní stratotyp dvou stupňů, lochkov a prag, spodního devonu z období starších prvohor. V opuštěných lomech, kde se těžila břidlice pro mozaikovou dlažbu, a v sutích na úpatí skalních výchozů, jsou k nalezení zkameněliny různých druhů trilobitů, mlžů, hlavoňůčků či korýšů. Bohatě je zastoupena fauna i flora, a to i vzácnými druhy. Černá rokle končí prakticky až v Radotíně při ulici K Cementárně (2,5km). Tou se lehce posuneme vpravo k ulici Vápenné, do níž odbočíme, abychom posléze u železniční vlečky uhnuli vlevo a podél ní a břehem potoka Rádoválka k hustší městské zástavbě asfaltovým chodníkem. Ten nepostřehnutelně vplyne do Hadravské ulice. Za ní nás z klidného prostředí vytrhne opět rušná ulice



foto: Čornej

## U mlýna Veselých

mu lůmku ležícímu o pár kroků dál ve svahu. Není to nijak úchvatné místo, jenže paleontologové zde zaplesají radostí. Ortocerový lůmek je význačným naleziš-

tem značkou, asi 300 metrů za mlýnem, odbočíme ze silnice vlevo přes Mlýnský potůček do listnatého háje končícího u třetího mlýna na naší cestě. Jmenuje se



foto: Čornej

## Vodní tvrz Třebotov

nikam nespěcháme. Důvodem jsou nádherné skalní útvary pozorovatelné vlevo výhledy skrze větve hustého křoví. Skalní útvary mají podobu jakési řady sudů a jsou jedinečnou ukázkou pomalého ukládání mořského kalu a odumřelých schránek mořských živočichů před miliony let. Silničkou sestupujeme do hlubokého údolí, jehož středem teče Šachetský potok. Zleva se hrdě na odív vypínají kolmé černošedé stěny, pravé straně jsou obrostlé přirozeně dochovanou dubohab-

(0,8km). A úplně na závěr pár slov k Radotínu. První historický doklad o něm je písemná listina z 2. poloviny 12. století. Mlýnů bývalo v obci dohromady osm, včetně výše v textu jmenovaného Špačkova na Cikánce. Ten jediný ještě jakž takž stojí. Nejstarším mlýnem, uváděným v době předhusitské, byl Dolejší, později zvaný Broulímův v sousedství kostela sv. Petra a Pavla. Kostel z první třetiny 18. století je prakticky jedinou památkou v Radotíně. Lehká trasa měří 16,4 km. **Pavel Čornej**

**Balzám**  
KŘÍŽOVKY O CENY

**U Černých měli už pět dětí. Povídá jednou navečer pan Černý manželce: „Takhle už to dál nejde, budu spát na seně.“ Žena souhlasí a říká: „Když myslíš, že to pomůže, tak já tam...“ (viz tajenka).“**

**Křížovku poskytl Vydavatelství Balzám**

Pomůcka:	Kostra hlavy	Lidé v ráji	Malířova deska	1. DÍL TAJENKY	Japonská lovkyně perel	Iniciály herce Lukavského	Zkypřil záhon motýlkou	Zolův román	Ríman
Chřap			Šlechtilci						
Edik			Utichat Souhlas						
Pochmurná báseň						Osobní zájmeno Ovinout			
	Pofad lidel Podpor na pažích					Opálení Brek			
Přísný mravokárce				SPZ okr. Prostějov 2. DÍL TAJENKY				Světová strana	Planetka číslo 62
Leonka				Nalit se (spolu) Uctivat					
Rímská čtyřka			Nacpávat Trhat					Název hlásky Část těla raka	
Rýžák						SPZ okr. Karlovy Vary Chladit			
	Rouška	Splétat (věnec) Papežský vyslanec				Sokolská slavnost Zkratka Německa			
Kovová deska				Druhá číslovka 3. DÍL TAJENKY					
Rychlý pohyb				Tělo Kulovitá bakterie				Doušek	Staré zájmeno
Kód Egypta			Jednotka svítivosti Tito						
Natékání						Řeka ve Francii			
Nástavby nad římsami						Dámský klubouček			

**Znění tajenky křížovky z minulého čísla: „nejdelší had“**

jméno.....tel. spojení.....  
 adresa.....  
 znění tajenky.....

**V případě, že se chcete zúčastnit slosování o věčné ceny, zašlete nebo doneste vyluštěné znění tajenky vepsané do ústřížku pod křížovkou. Ústřížek odstříhnete a doručte na adresu redakce: V. Balého 23, 153 00 Praha - Radotín. Na obálku napište heslo KŘÍŽOVKA, kontaktní adresu nebo telefonní číslo. Do slosování budou zařazeni pouze úspěšní luštitelé tajenky. Výherci si svojí výhru mohou převzít na adrese redakce. Ústřížky s vyluštěným textem budou zařazeny do slosování, pokud dojdou do redakce nejpozději do 2.11.2007.**

## Lékařská poradna

### Nemoci plic

Onemocnění plic jsou jednou z nejčastějších příčin pracovní neschopnosti, invalidity i úmrtnosti v České republice i v Evropě. Jejich příznaky jsou zcela běžné a většina z nás je dobře zná. Jsou to kašel, vykašlávání hlenu a zadýchávání při fyzické námaze. Dalšími projevy mohou být bolesti na hrudníku, pískoty při dýchání, chrapt, vykašlávání krve. Tyto příznaky jsou časté a někdy nenápadné, a proto jsou snadno pacienti podceňovány a přehlíženy. Přitom mohou být vyvolány velmi závažným plicním onemocněním. Pro léčbu je důležité, aby nemocný přišel k lékaři co nejdříve. Jedná se především o situace, kdy příznaky trvají déle než dva týdny a nemají jasnou vyvolávající příčinu. Jak velkým celospolečenským problémem jsou nemoci plic, ukazují následující údaje.

Plicní rakovina tvoří celou čtvrtinu úmrtí na zhoubné nádory všech lokalizací, přičemž onkologická onemocnění se řadí na třetí místo v příčinách úmrtí za ischemickou chorobu srdeční a cerebrovaskulárním onemocněním. Čtvrtou nejčastější příčinou úmrtí se nyní nově stala chronická obstrukční plicní nemoc. Smutnou skutečností je fakt, že všechny čtyři uvedené skupiny nemocí jsou úzce spjaty s kouřením cigaret. Nejlepší prevencí je nikdy nezačít kouřit a vyhnout se pokud možno škodlivým vlivům prostředí, popřípadě s kouřením přestat. I pasivní kouření může přispět ke vzniku nemocí nebo ji může zhoršovat. O chronické obstrukční plicní nemoci, označované zkratkou CHOPN, ví veřejnost stále málo. CHOPN je soubor nemocí, které bylo dříve označováno termíny vleklý zánět průdušek a plicní rozedma. Choroba často začíná zajímat nemocné, až když si

uvědomí, že nestačí svým vrstevníkům „s dechem“ při pohybu během různých životních aktivit. CHOPN je vleklé zánětlivé onemocnění průdušek, vedoucí k jejich postupnému zužování s omezením průtoku vzduchu do plic a k poškození až zániku plicní tkáně vlivem inhalovaných škodlivin, především při kouření. U nemocných s CHOPN jsou průdušky zúžené, zahleněné, zanícené, plicní sklípky jsou deformované a tvoří splývající dutiny (rozedma). Cílem péče o nemocné s CHOPN je zmírnit příznaky nemoci, zvýšit tělesnou zdatnost, zlepšit celkový zdravotní stav a zabránit komplikacím či náhlým zhoršením stavu. CHOPN lze zjistit spirometrickým vyšetřením a inhalací léku rozšiřujícího průdušky. Včasná diagnóza CHOPN znamená pro nemocného nadějnou léčbu a lepší budoucnost. Přesná diagnóza CHOPN a odlišení od jiných nemocí spojených s dušností vyžaduje vždy pečlivé vyšetření lékařem. Každý kašel neznamená CHOPN, ale každá dušnost vyžaduje spirometrické vyšetření.

Dalším častým onemocněním způsobujícím dušnost je průduškové astma, jehož výskyt po celém světě stále stoupá. Astma je chronické zánětlivé onemocnění dýchacích cest, projevující se pískoty při dýchání, dušností, tlakem na hrudi a kašlem. Astma může být účinně léčeno a u většiny pacientů může být moderními léky dosaženo dobré kontroly. Opět je však nutné včasné vyšetření u specialisty, který určí správný způsob léčby, která většinou nemocným zajistí normální život bez závažnějších zdravotních omezení.

**Doc. MUDr. Irena Špásová, CSc.**  
**plicní ordinace**  
**Praha 16 - Radotín**