

účinek, než se předpokládalo: místo prodloužení života dochází k jeho zkrácení. Jak je to možné? Povrchní vysvětlení si čtenář přečte. Organismus prý určitou míru stresu potřebuje, a jestliže ho zcela odstraníme, tělo chřadne. Nejsou však zmíněny pozitivní fyziologické oxidační buněčné procesy, např. zničení bakterií a parazitů oxidačním vzplanutím leukocytů při imunitních reakcích. V dalších částech se čtenář dozví něco o tom, jak funguje odstraňování buněčných odpadků a proč je to při boji proti stárnutí důležité. Co jsou senescentní (zestárlé) a nefunkční buňky a jak se jich zbavovat, že menší lidé žijí často déle, jak život prodlužuje lék rapamycin a proč se jeho užívání zdravými lidmi nedoporučuje. Co má dárcovství krve společného s délkou života nebo jak se stárnutím

souvisejí bakteriální i virové infekce a nakonec proč bychom měli dbát o zdravou mikrobiotu v našich střevech. Třetí část je povídání o tom, co můžeme pro oddálení stáří a zachování vitality a soběstačnosti do co nejvyššího věku dělat během celého života. Nejde o žádné novinky. Potenciálně nadějně studie zmíněné v předchozích částech knihy zatím jednoznačné výsledky nepřinášejí a k zavedení do praxe mají ještě hodně daleko.

Autor evidentně sleduje stopy populárního konce stárnutí Davida Sinclaire (Jan Melvil Publishing 2020), třebaže většinou nejde tolik do hloubky, ale snaží se psát tak, aby se v textu neztrácel ani čtenář bez jakékoli biologické průpravy. Tato snaha je chvályhodná a „Medúzy“ jsou čtivé, srozumitelné i zábavné, čemuž bezesporu při-

spěl výborný překlad Magdaleny Jírkové. Soudím tak podle srovnání automatického a jejího překladu některých částí knihy. Řekl bych, že kniha je vědecká oddechovka na dovolenou, kdy máte dostatek času a místo v kufru. Případná nejednoznačnost některých informací je podle mého názoru primárně důsledkem absence osobní vědecké a možná i pedagogické praxe, spolu s autorovou sympatickou snahou být k čtenáři co nejohleduplnější. Ke konci totiž píše: „Pokud chcete žít déle, jsou vhodná strava, sportování a vyzkoušení metod z této knihy dobrým začátkem. Jenže do úplného cíle vás nedovedou“ (viz také Kazatel 12:12, Ev. podle Jana 17:3).

Host, Brno 2022, 280 str.  
Doporučená cena 399 Kč

## Cena Josefa Hlávky pro Příběh buňky



Příběh buňky (Academia 2022) Vladimíra Rudajeva zaujal porotu Cen Josefa Hlávky a získal titul za nejlepší dílo vědecké literatury o živé přírodě za loňský rok. Autor převzal ocenění 19. června 2023 na zámku Josefa Hlávky v Lužanech u Přestic.

Vladimír Rudajev (narozen 1977) vystudoval biologii na Přírodovědecké fakultě Univerzity Karlovy. Do r. 2019 působil ve Fyziologickém ústavu AV ČR, kde se zabýval vztahem buněčných membrán a signalizace. Od téhož roku se na katedře fyziologie PŘF UK věnuje vědecké práci a výuce.

Původ, vznik a vývoj života a zejména buněk je fascinující oblastí jak biologické, tak nebiologické vědy, která často komunikuje i s jinými myšlenkovými systémy, jako jsou filozofie nebo teologie. Příběh buňky se skutečně odvíjí jako příběh: postupně seznamuje se základními vlastnostmi živé hmoty, životními formami, evolucí a vznikem života, vlastnostmi a původem molekul, tvořících stavební prvky buněčného těla, fyzikálně-chemickými principy podstatnými pro fungování buněčného

1 Předávání Cen Josefa Hlávky za vědeckou literaturu za r. 2022 na zámku v Lužanech. Zleva tajemnice Nadání Josefa, Marie a Zdeňky Hlávkových Dagmar Rýdlová, místopředsedkyně Nadání Marie Karfíkové a předseda Václav Pavlíček, ředitel Nadace Českého literárního fondu Ivo Purš, oceněný Vladimír Rudajev, předseda hodnotící komise Nadace ČLF František Vyskočil a přítomní fotografové 2 Prof. František Vyskočil při koncertu v zámecké kapli. Snímky: R. Cai

mechanismu, významem a funkcí biologických membrán, metabolismem, transportem, signalizací a získáváním energie pro životní procesy, aby v závěru vyvrcholil charakteristikou eukaryotických buněk, které jsou podstatou všech mnohobuněčných organismů včetně člověka. Významnou část knihy tvoří kapitoly věnované nukleovým kyselinám, především RNA a DNA, uchovávajícím informaci ve formě genetického kódu, a syntéze proteinů. Knihu doplňuje množství názorných schémat



a obrázků. Recenze na ni vyšla i v Živě (2022, 6: CLXXVIII–CLXXIX).

Literární cenu Josefa Hlávky v oblasti věd společenských, věd lékařských, věd o živé přírodě a věd o neživé přírodě udělují každoročně nadace Nadání Josefa, Marie a Zdeňky Hlávkových a Nadace Český literární fond původní vědecké monografii, která byla vydána v České republice v předchozím kalendářním roce.

Více na [www.academia.cz](http://www.academia.cz)