**Mezinárodní den Alzheimerovy choroby upozorňuje na její rostoucí výskyt. Riziko rozvoje nemoci však lze snížit např. četbou či luštěním křížovek**

**Praha, 21. září 2020 – Ačkoli příčiny vzniku Alzheimerovy choroby jsou již známy, zatím není k dispozici stoprocentní prevence ani lék umožňující její úplné vyléčení. Existuje však několik metod, díky kterým lze riziko jejího rozvoje snížit. Osvojit by si je měli zejména lidé z rizikové skupiny, tedy senioři starší 65 let.**

Datum 21. září každoročně patří Mezinárodnímu dni Alzheimerovy choroby, jehož cílem je zvýšit povědomí o této těžké nemoci. Alzheimerova choroba, nejčastější spouštěč demence, je degenerativní onemocnění vedoucí k poruše kognitivních funkcí, tedy paměti, myšlení a úsudku. Ze začátku se projevuje poruchou krátkodobé paměti, zmateností a neschopností dokončit myšlenku či se vyjádřit. V posledních stádiích dotyčný přestává být schopen se o sebe postarat.

Loni u nás Alzheimerovou chorobou trpělo na 167 tisíc lidí, z toho dvě třetiny tvořily ženy. Toto číslo se však v důsledku stárnutí populace stále zvyšuje. Odborníci odhadují, že do roku 2050 se více než zdvojnásobí. Důležitá je proto prevence, která může tento vývoj zbrzdit. Mnohé studie potvrdily, že riziko rozvoje Alzheimerovy choroby lze snížit vhodným životním stylem, do kterého spadá zdravá a kvalitní strava, dostatek spánku a pravidelný pohyb. Kromě fyzické aktivity se výrazně doporučují i duševní cvičení, například trénování paměti.

*„Kromě cíleného tréninku paměti pomáhá proti riziku rozvoje Alzheimerovy choroby i běžná četba knih či luštění křížovek. Člověk by se naopak měl vyvarovat rizikových faktorů, jako je dlouhodobý stres či škodliviny z vnějšího prostředí. Kromě prevence má velice pozitivní vliv na Alzheimerovu chorobu i její včasné odhalení, díky kterému se může průběh nemoci výrazně zpomalit,“* říká Ladislav Hadravský, revizní lékař Vojenské zdravotní pojišťovny.

V případě podezření na Alzheimerovu chorobu je nutné navštívit nejprve praktického lékaře, který může na základě anamnézy doporučit návštěvu dalších specialistů. Většinou následuje odborné vyšetření u neurologa, psychiatra a geriatra. Pojišťovny všechna tato vyšetření plně hradí – za předpokladu, že je pacientovi doporučil praktický lékař.

*„Pokud se u pacienta Alzheimerova choroba prokáže, jsou k dispozici léky zmírňující její příznaky, které mohou dotyčnému pomoci prodloužit aktivní část jeho života. Tyto léky jsou na lékařský předpis a jsou plně nebo částečně hrazeny pojišťovnami,“* doplňuje doktor Hadravský.

Léčba Alzheimerovy choroby je velmi nákladná. Zdravotní pojišťovny na ni ročně vynaloží téměř dvě miliardy korun a tato částka se kvůli soustavnému nárůstu počtu nemocných neustále zvyšuje. Kromě veřejného zdravotního pojištění se náklady na Alzheimerovu chorobu dotýkají i sociální oblasti a rodin pacientů, kteří musí být často z důvodu své nesoběstačnosti umístěni do pobytových zařízení.

**O Vojenské zdravotní pojišťovně**

Vojenská zdravotní pojišťovna České republiky od roku 1993 zajišťuje zdravotní péči prostřednictvím špičkových odborníků ve vojenských i civilních zdravotnických zařízeních a lázeňských domech.
O svých 700 tisíc pojištěnců pečuje prostřednictvím smluvní zdravotnické sítě po celé ČR, která zahrnuje přes 25 tisíc poskytovatelů.

[www.vozp.cz](http://www.vozp.cz)

**Kontakt pro média**

Stance Communications, s.r.o.

Ladislav Pokorný

Account Manager

Tel.: +420 224 810 809, +420 724 513 052

E-mail: ladislav.pokorny@stance.cz

[www.stance.cz](http://www.stance.cz/)