**Až čtvrt milionů Čechů žije s nediagnostikovaným diabetem**

**Praha, 13. listopadu 2020 – Zítra si již potřicáté připomeneme každoroční Světový den diabetu, který je věnován osvětě a prevenci této civilizační nemoci. Jen v Česku se s diabetem aktuálně léčí téměř milion pacientů a dalších 250 tisíc Čechů s ním podle odhadů odborníků žije nevědomky. Vojenská zdravotní pojišťovna proto upozorňuje na rizikové faktory a radí, jak na prevenci.**

Diabetes mellitus (nebo lidově cukrovka) je jednou z nejrozšířenějších civilizačních nemocí. Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) nyní žije s diabetem ve světě 463 milionů lidí a tento počet se podle odhadů jen v dalších 10 letech zvýší o čtvrtinu. Světový den diabetu ustanovila WHO v roce 1991 u příležitosti výročí narození Fredericka Bantinga, který se zasloužil o objev inzulinu.

Méně než 10 % z celkového počtu diabetiků trpí cukrovkou 1. typu. Toto autoimunitní onemocnění bývá nejčastěji zjištěno v dětském až pubertálním věku. Ačkoliv se předpokládá, že vzniká v důsledku genetické predispozice, přesné příčiny nebyly do této chvíle objasněny. Nejčastější formou diabetu je však tzv. cukrovka 2. typu. Jedná se o poruchu metabolismu, při níž lidský organismus není schopen kvůli inzulinové rezistenci udržovat vhodnou hladinu cukru v krvi. „*Inzulin je hormon slinivky břišní zodpovědný za udržování hladiny cukru v krvi. Při špatné životosprávě však může dojít k tomu, že lidské tělo na přítomnost inzulinu přestane reagovat a později dojde k jeho nedostatečné tvorbě. V těle se hromadí nadměrné množství cukru a vzniká cukrovka 2. typu,*“ vysvětluje revizní lékař VoZP, Ladislav Hadravský. Cukrovka 2. typu vzniká obvykle mezi 45. a 50. rokem věku a je způsobena hlavně dlouhodobě špatnou životosprávou, nedostatkem pohybu a spánku a přemírou stresu.

Jedním z nejčastějších zdravotních problémů spojovaným s diabetem 2. typu je obezita. Odhaduje se, že v Česku trpí více než polovina dospělých nadváhou a z toho čtvrtina obezitou. Mezi její hlavní příčiny patří špatná strava a hlavně nedostatek pohybu. „*Sport i jakýkoliv pohyb patří k nejdůležitějším krokům k prevenci nejen obezity a diabetu, ale i celé řady dalších onemocnění. Naše fyzická kondice má přímý vliv na to, jakým způsobem bude naše tělo stárnout a jak se bude vypořádávat například s potenciálními rizikovými nemocemi. Právě proto ve VoZP klademe důraz na podporu sportovních aktivit,*“ vysvětluje Ladislav Hadravský.

Vojenská zdravotní pojišťovna poskytuje svým pojištěncům benefity v rámci preventivního programu Pohyb. Zájemci si mohou vybrat například příspěvek až 400 Kč na plavání a až 500 Kč na vybrané druhy cvičení a regenerační aktivity, přispívá také na školní nebo letní sportovní pobyty nebo na sportovní lékařskou prohlídku. Přehled poskytovaných benefitů a podmínky čerpání jsou k dispozici na webových stránkách [www.vozp.cz](http://www.vozp.cz).

**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/)