**Minuty, které zachraňují život: VoZP připomíná, jak na první pomoc při mrtvici**

**Praha, 27. října 2021 – 29. října si po roce opět připomínáme Světový den mrtvice. Ta ročně postihne na 30 tisíc Čechů a téměř čtvrtina z nich na její následky zemře. VoZP při této příležitosti zdůrazňuje potřebu včasné prevence i znalost první pomoci.**

Mrtvice (nebo také cévní mozková příhoda) je akutní stav, kdy dojde k přerušení zásobování mozku krví, což má za následek nedostatek kyslíku, poškození mozku a ztrátu jeho funkcí. Příčinou bývá nejčastěji ucpání cévy (tzv. ischemie) nebo její prasknutí. Mrtvice může způsobit trvalá poškození, včetně částečného ochrnutí a poruch řeči, chápání a paměti. V České republice ročně zasáhne až 30 tisíc lidí a 8 tisíc z nich jí podlehne. Ve světě ji každý rok prodělá více než 13 milionů osob a jedná se o druhou nejčastější příčinu smrti.

„*Výskyt mrtvice se výrazně zvyšuje s věkem. Existuje mnoho dalších rizikových faktorů, mezi něž patří užívání tabáku, nedostatek fyzické aktivity, nezdravá strava, užívání alkoholu, zvýšený krevní tlak, obezita, genetické dispozice i psychologické faktory. Odhaduje se přitom, že až 90 % mozkových příhod lze předejít právě odstraněním některých z těchto faktorů*,“ vysvětluje Ladislav Hadravský, revizní lékař VoZP. Tato preventivní opatření by rovněž podle Světové organizace pro mozkovou mrtvici přispěla ke globálnímu snížení počtu mrtvic, kardiovaskulárních onemocnění, cukrovky a dalších významných příčin úmrtí.

„*Mozek jako řídicí centrum lidského organismu je závislý na neustálém příjmu okysličené krve. Při mrtvici se tento přísun zastaví a v tu chvíli hraje roli každá vteřina. Neokysličené mozkové buňky umírají už po pěti minutách. Pokud je však léčba zahájena do jedné hodiny od vzniku příznaků, až 70 % pacientů se zcela zotaví. V opačném případě může tento stav vyústit v trvalou invaliditu či úmrtí*,“ vysvětluje Ladislav Hadravský.

Pro rozpoznání příznaků mrtvice se nejčastěji používá pravidlo FAST (z anglického face, arm, speech, test). Právě podle symptomů v obličeji, symetrii při zvednutí rukou a během řeči lze jednoduše rozpoznat varovné signály. „*Co nejrychlejší rozpoznání mrtvice a přivolání pomoci hraje naprosto zásadní roli. Pokud máte u někoho podezření na mrtvici, můžete ho podle tohoto pravidla zaprvé požádat, aby se zkusil usmát, zda mu neklesne koutek nebo například víčko. Zadruhé ho vyzvěte, aby zvedl obě ruce, v případě mrtvice bude mít problémy je udržet ve stejné výšce. Posledním varovným příznakem může být porucha řeči. Projevuje se například neschopností opakovat věty, zadrháváním a tím, že obsah promluvy často postrádá smysl. V takovou chvíli na nic nečekejte a volejte záchrannou službu. V této chvíli hraje roli každá minuta,“* říká Hadravský.

**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.
Jana Přiklopilová

Account Manager
Tel.: +420 224 810 809, +420 721 331 593

E-mail: jana.priklopilova@stance.cz
[www.stance.cz](http://www.stance.cz)