**VoZP: Polovina Čechů neví, že má vysoký krevní tlak, včasná diagnóza přitom může zachránit život**

**Praha, 16. května 2022 – Vysoký krevní tlak neboli hypertenze je hlavním rizikovým faktorem vzniku kardiovaskulárních onemocnění, která každoročně stojí za nejvyšším počtem úmrtí. U příležitosti Světového dne proti hypertenzi, který připadá na 17. května, VoZP připomíná důležitost včasné diagnózy a upozorňuje na hrozby spojené s tímto onemocněním.**

Podle Světové zdravotnické organizace s hypertenzí žije více než miliarda lidí. Jedná se o hlavní příčinu kardiovaskulárních onemocnění a předčasných úmrtí. Odhaduje se, že přibližně polovina postižených o svém onemocnění neví a vystavuje se tak zvýšenému riziku zdravotních komplikací. *„Pacient s vysokým krevním tlakem nemusí celé roky pociťovat žádné problémy, ale o to je to nebezpečnější. Neléčený či nedostatečně korigovaný vysoký tlak může vést až k infarktu, selhání ledvin, mozkové mrtvici a celé škále dalších závažných onemocnění,“* vysvětluje MUDr. Kristina Slavíková, revizní lékařka VoZP.

Potíže spojené s vysokým tlakem se objevují až v pozdějších stádiích onemocnění. *„V pokročilejších fázích se hypertenze může projevovat například častými bolestmi hlavy, krvácením z nosu, poruchami zraku nebo únavou. V takových případech už se ovšem většinou jedná o závažný stav, který vyžaduje důslednou korekci,“* dodává lékařka.

Tento problém lze přitom velmi jednoduše odhalit. Krevní tlak měří praktický lékař v rámci pravidelných preventivních prohlídek, které by měl každý dospělý člověk absolvovat vždy jednou za dva roky. Dlouhodobý monitoring a včasná diagnóza tak výrazně snižují riziko rozvinutí dalších zdravotních komplikací. *„Váš lékař navíc během vyšetření věnuje pozornost i dalším faktorům a může vyloučit případná doprovodná onemocnění. Při hypertenzi totiž roste riziko například diabetu nebo zvýšeného cholesterolu. Právě proto je důležité preventivní prohlídky nezanedbávat,“* nabádá Slavíková.

Ačkoli hypertenzi částečně ovlivňují genetické faktory, pečovat o svůj tlak lze i dodržováním několika jednoduchých zásad. *„Riziko nejen hypertenze můžete snížit hlavně vhodnou životosprávou. Konkrétně jde například o ukončení kouření a omezení konzumace alkoholu, dodržování vyvážené stravy a pravidelný pohyb,“* říká MUDr. Slavíková. Vojenská zdravotní pojišťovna poskytuje svým klientům bezplatné preventivní prohlídky a řadu dalších programů zaměřených na udržování zdravého životního stylu. Více informací naleznete na [www.vozp.cz/prispevky-na-prevenci](http://www.vozp.cz/prispevky-na-prevenci).

**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)