Tisková zpráva

**ZP MV ČR nabízí seniorům příspěvek na vyšetření poruch paměti i kognitivních funkcí**

Praha, 16. července 2020 – Česká společnost stárne. Zatímco ještě před dvaceti lety tvořili senioři 13,9 % obyvatel České republiky, dnes je tento podíl téměř 20 % a podle odhadů by měl do roku 2050 vzrůst na 28,6 %.1 Vysoký věk není nemoc, je však rizikovým faktorem pro vznik řady nemocí. Péči o zdraví, a to jak tělesné, tak i mentální, je proto v seniorském věku potřeba věnovat zvýšenou pozornost.

„Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR (ZP MV ČR) eviduje mezi svými více než 1 300 000 klienty necelých 225 000 lidí starších 65 let. Přestože tvoří pouze 17 % všech klientů pojišťovny, výdaje na jejich léčbu představují bezmála 40 % celkových výdajů ZP MV ČR,“ říká Hana Kadečková, tisková mluvčí ZP MV ČR (ZP 211). Tento nepoměr není ničím překvapivý, pouze dokresluje skutečnost, že se zvyšujícím se věkem dochází k postupnému oslabování funkcí těla i orgánů a člověk se stává mnohem náchylnější k nejrůznějším onemocněním. Nelze přitom určit přesný věk, kdy u člověka stáří nastoupí. Jedná se totiž o vysoce individuální záležitost, kterou kromě genů výrazně ovlivňují faktory související s dosavadním životním stylem – a to jak ty příznivé, jako je například pravidelný pohyb, tak ty nepříznivé, jako je letité kouření či špatné stravování.2

Prevence a včasný záchyt nemocí u seniorů je i jedním z cílů preventivních programů ZP 211. „Našim klientům nabízíme možnost čerpat příspěvky až do výše 500 Kč ročně na některá vyšetření, jež nejsou hrazena z veřejného zdravotního pojištění. Jedná se například o vyšetření na zjištění diabetu, osteoporózy nebo srdečně-cévních onemocnění,“ upřesňuje Hana Kadečková, a dodává: „Jelikož se ve stáří zhoršují také kognitivní funkce, lze tento příspěvek využít rovněž na vyšetření poruch paměti a kognitivních funkcí nebo na pomůcky doporučené Českou alzheimerovskou společností pro trénink paměti.“

**Nemoc více osob – demence**

Ve stáří dochází k poklesu fyziologických funkcí a tyto změny se projevují také na funkci a struktuře mozku. S věkem se snižuje plasticita myšlení, starší člověk se hůře soustředí, snižuje se i schopnost zapamatovat si věci, dochází ke změnám u smyslových orgánů a celkovému zpomalení psychomotoriky.3 Lehké poruchy jsou přirozenou součástí stárnutí a nemusí nutně znamenat přítomnost neurologického onemocnění.Mírnou kognitivní poruchu na sobě pozoruje každý pátý český senior.4,5

Zhruba 100 tisíc seniorů u nás ale trpí těžkými poruchami paměti a dalších mozkových funkcí – tzv. demencí. Takto nemocní již mají omezenou schopnost provádět běžné denní aktivity a jsou odkázáni na pomoc druhých, i proto se o demenci hovoří jako o nemoci více osob. Podíl takto postižených seniorů stále narůstá, i proto je současným úkolem péče o seniorskou populaci především včasný záchyt demence v raných stádiích.Mezi základní vyšetření patří osobní a rodinná anamnéza, spolu s řadou interních, neurologických a laboratorních vyšetření. Ke stanovení kognitivního postižení se používají také testy, pomocí kterých lze v krátkém čase v běžné ordinaci pacienty vyšetřit.5 I na tyto testy poskytuje Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ČR svým klientům finanční příspěvek z fondu prevence.

**Pravidelný trénink svalů i mozku**

Mozek je možné trénovat podobně jako svaly. A právě pravidelný trénink kognitivních schopností je doporučován při léčbě lehkých a středních poruch mentální výkonnosti.2 Znamená to nutit mozek neustále pracovat, zásobovat ho informacemi, a celkově tak stimulovat mozkový metabolismus. Díky tomu lze zpomalit patologické biochemické procesy a posílit spojení mezi neurony. Stáří tak nemusí nutně znamenat období rezignace a pasivity. Právě pravidelný mentální i tělesný trénink může být cestou, jak lze kvalitu života zlepšit i v seniorském věku.2

Zdroje:

1. <https://www.czso.cz/csu/czso/vekova-struktura-populace-se-vyrazne-meni>
2. <https://www.mentem.cz/blog/seniori/>
3. <https://obalky.kosmas.cz/ArticleFiles/193393/auto_preview.pdf/FILE/Osetrovatelstvi-v-geriatrii_Ukazka.pdf>
4. <https://www.psychiatriepropraxi.cz/pdfs/psy/2005/05/04.pdf>
5. <http://www.edukafarm.cz/data/soubory/casopisy/16/24_pamet.pdf>