



Starejme se o své zdraví, nic cennějšího nemáme! Světový den zdraví 2018: Zdraví pro všechny

Světový den zdraví, vyhlášený Světovou zdravotnickou organizací (WHO) každoročně na 7. dubna, se letošní rok věnuje myšlence všeobecného zdravotního pokrytí.

„V České republice je dostupnost zdravotní péče srovnatelná s nejmypělejšími zeměmi světa, a to včetně dostupnosti nejmodernějších technologií, léků a doporučených postupů. V českém systému zdravotnictví máme např. pravidelné preventivní prohlídky ze zákona hrazené ze zdravotního pojištění. Přesto však s prodlužující se dobou dožití Čechů nestoupá počet let prožitých ve zdraví. Znalostem toho, jak se o své zdraví starat a co dělat pro jeho zlepšení a udržení, tedy tzv. zdravotní gramotnosti, se věnuje rovněž program Zdraví 2020, který dlouhodobě prosazuje Ministerstvo zdravotnictví,“ vysvětluje u příležitosti Světového dne zdraví náměstkyně ministra zdravotnictví Alena Šteflová, která má implementaci národního programu Zdraví 2020 na starosti.

„Zdraví je vskutku to nejcennější, co máme. Každý z nás má nejen právo na zdravotní péči, ale také morální povinnost si své zdraví chránit. Nejen pro stát, ale i pro nás samotné je samozřejmě ekonomicky výhodnější si zdraví udržovat, než léčit případné nemoci. Jde tu totiž nejen o délku a nákladnost, ale především o kvalitu našeho vlastního života. Měli bychom se naučit už od dětství a v průběhu celého života se o své zdraví co nejpocitivěji starat, aby nám vydrželo co nejdéle. Musíme si uvědomit hodnotu vlastního zdraví a svou osobní zodpovědnost za něj,“ apeluje náměstkyně Alena Šteflová.

O tom, co již dnes můžete udělat pro své zdraví a jeho udržení udělat, se dočtete v [Doporučení k prevenci a k péči o vlastní zdraví](#), které je přílohou této zprávy.

Světový den zdraví se pod záštitou Světové zdravotnické organizace slaví již od roku 1950, a to vždy 7. dubna. Letošním tématem je všeobecné zdravotní pokrytí, jedna z prioritních oblastí Světové zdravotnické organizace, v rámci níž se snaží dosáhnout toho, aby všichni lidé mohli využívat kvalitní zdravotní služby, aniž by se dostávali do finančních potíží. Letošní Světový den zdraví je významný také tím, že si Světová zdravotnická organizace připomene 70. výročí své existence.

Prohlášení Dr. Zsuzsanny Jakab, ředitelky Regionální úřadovny WHO pro Evropu, pro Světový den zdraví 2018 naleznete v příloze této zprávy.



Jak vyplývá z níže uvedených studií, prodlužující se život Čechů se navyšuje o roky života v nemoci, nikoliv ve zdraví. Ze srovnání tzv. zdravotní gramotnosti Česká republika rovněž nevychází pozitivně, umístila se až daleko za okolními rozvinutými zeměmi. Tyto neveselé výsledky jsou zjednodušeně řečeno způsobeny tím, že se Češi o své zdraví dobře nestarají a nevědí, jak si ho co nejdéle udržet. Proto je zvyšování zdravotní gramotnosti součástí strategického programu Zdraví 2020, jehož implementace patří mezi úkoly Ministerstva zdravotnictví. V rámci programu jsou připravovány různé edukační a preventivní programy či kampaně a také např. portál zdravotní gramotnosti, který by měl v budoucnu zajistit kvalitní a standardní informace pro veřejnost i zdravotníky.

Srovnání vývoje délky života ve zdraví a v nemoci u mužů a žen v ČR a ve Švédsku mezi roky 1962 a 2010 (Zdroj: HFA WHO)

		muži			ženy		
		HLY	LE	N	HLY	LE	N
Česká republika	1962	62,8	67,0	4,2	63,7	72,9	9,6
	2010	62,2	74,6	12,4	64,6	77,8	13,2
	rozdíl	-0,6	7,6	8,2	1,3	4,9	3,6
Švédsko	1962	62,4	71,3	8,9	61,9	75,4	13,5
	2010	71,7	79,7	8,0	71,0	81,8	10,8
	rozdíl	9,3	8,4	-0,9	9,1	6,4	-2,7

Poznámka: HLY – život prožitý ve zdraví, bez omezení (Healthy Life Years)

LE – střední délka života, naděje dožití (Life Expectancy)

N – délka života v nemoci (N=LE-HLY)

Zajímavá zjištění

- Ačkoli se průměrný věk mužů v ČR za posledních dvacet let zvýšil o 7,5 a žen o 5,5 roku, je přesto **úmrtnost naší populace výrazně horší než ve vyspělých evropských státech**.
- O kvalitě prožitého života více vypovídá **ukazatel délky života prožitého ve zdraví**, který vyjadřuje, kolik let v průměru prožijí lidé ve zdraví, tj. bez nemoci a zdravotních omezení – ten je **pro českou populaci v průměru 62 roků**.
- **Průměrný počet let prožitých ve zdraví byl v ČR roce 2010 stejný, jako byl v roce 1962.**
- **Prodlužování délky života tudíž v ČR spočívá ve zvyšování počtu let prožitých v nemoci.**
- Např. **ve Švédsku** se za stejnou dobu prodloužila doba prožitá ve zdraví v průměru o 9 let a lidé zde prožijí ve zdraví 71 let, což je o 9 roků více, než v ČR.

Doporučení ke změně

- Existují fakta a přesvědčivé argumenty pro to, že „zdraví má významný dopad na hospodářskou produktivitu a investice do zdraví se odráží v prosperitě státu“.
- Některá fakta o stavu české populace jsou pro budoucnost a prosperitu tohoto státu již nyní alarmující.
- Mezinárodní prostředí nám dává řadu podnětů, výzev a závazků. Jedním z nich je celoevropská politika WHO Health 2020.
- Pilířem českého programu Zdraví 2020 je „Investování do zdraví v průběhu celého životního cyklu a vytváření možností pro posilování zodpovědnosti občanů ke zdraví“.
- Program Zdraví 2020 zahrnuje 13 akčních plánů, z nichž mnohé se věnují oblasti výživy, prevenci obezity, rizikového chování a také zvyšování zdravotní gramotnosti.



Zdravotní gramotnost

V národní strategii implementace programu Zdraví 2020 představuje zdravotní gramotnost jedno z klíčových průřezových témat, která pronikají všemi obsahovými oblastmi zdravotní péče, prevence a podpory zdraví.

Je definována jako „**rozšiřování znalostí a dovedností, které vedou ke zlepšení zdraví, a to včetně schopnosti orientovat se v komplexním systému zdravotní a sociální péče a postarat se o své zdraví**“. Akční plán zvyšování zdravotní gramotnosti je součástí Zdraví 2020.

Snížená úroveň zdravotní gramotnosti souvisí se zhoršeným pocitem zdraví, častějšími návštěvami lékaře, vyšším BMI a nižší úrovní pohybových aktivit.

Zdravotní gramotnost má rovněž **společenský rozměr**, který se projevuje hodnotami, kterým společnost dává přednost, a to ve veřejné správě, v jednotlivých institucích, organizacích a v neposlední řadě i ve zdravotnictví.

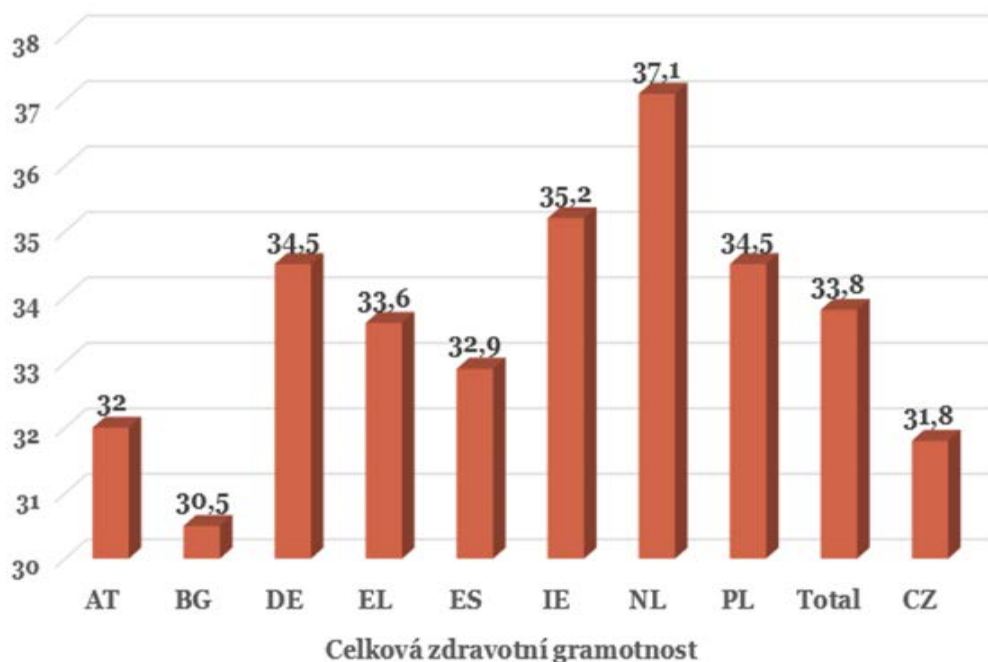
Pro zvyšování zdravotní gramotnosti české populace hrají zásadní roli **praktičtí lékaři**. Praktický lékař má k občanovi nejbližší, představuje pro něho první kontakt se zdravotnictvím a vytváří si s ním dlouhodobý vztah. **Předávané informace a instrukce by měly být pacientovi poskytovány s ohledem na úroveň jeho zdravotní gramotnosti. Z výzkumu mezi praktickými lékaři vyplývá, že pochopit různé typy instrukcí mají dvě třetiny až tři čtvrtiny pacientů.** Nižší úroveň zdravotní gramotnosti vede k častějším návštěvám lékaře (jejich frekvence v ČR patří k nejvyšším na světě) a v konečném důsledku k vyčerpání celého systému zdravotní péče.

Studie zdravotní gramotnosti realizovaná v ČR v r. 2015

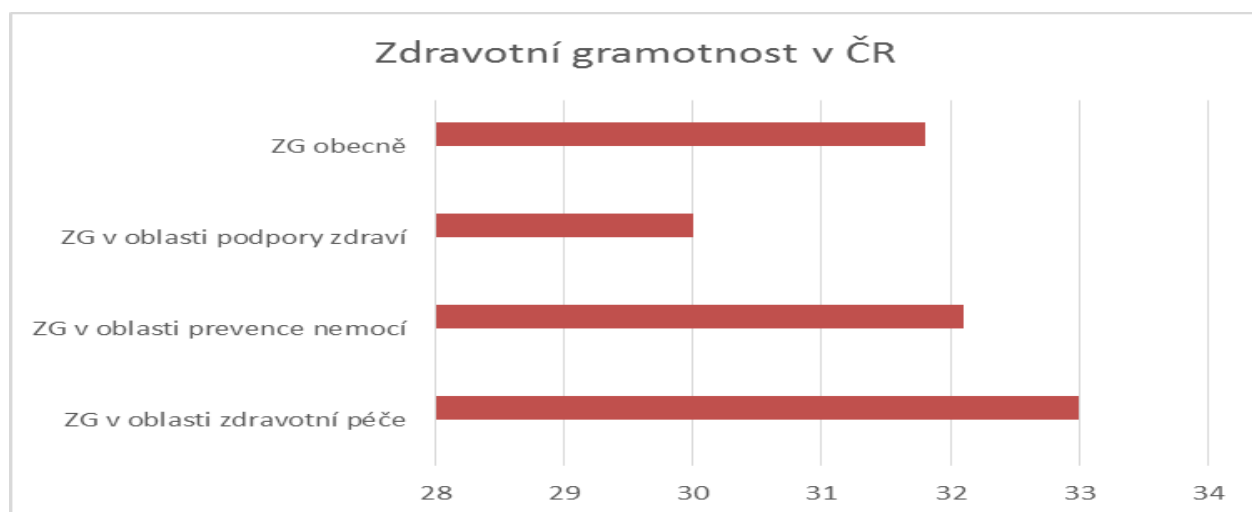
Podpořena finančně MZ a WHO (BCA), realizována prostřednictvím Státního zdravotního ústavu za supervize experta WHO prof. Pelikána. Výzkum uskutečněn agenturou ppm.factum v lednu 2015, studie v ČR se zúčastnilo 1037 respondentů ze všech krajů ČR starších 15 let.

Nejdůležitější zjištění:

Celková zdravotní gramotnost v ČR je v porovnání s průměrem osmi zemí EU nižší, zaostává především za zeměmi, které v této oblasti představují špičku, tj. Nizozemsko, Irsko, Německo a Polsko.



Porovnání zdravotní gramotnosti v jednotlivých oblastech



Z tabulky vyplývá, že občané snáze získávají informace týkající se fungování systému zdravotní péče, a na jejich základě se rozhodují, než informace týkající se jejich zdravého životního stylu a posilování jejich vlastního zdraví.