



PREVENCE JAKO TICHÁ JISTOTA V NEJISTÉ DOBĚ

O Čechách se často říká, že o své zdraví příliš nedbají. A statistiky tomu bohužel v mnohém dávají za pravdu – neochota chodit na preventivní prohlídky, vysoká míra konzumace alkoholu, málo pohybu, špatné stravovací návyky, časté kouření. Dle studie Národního institutu SYRI *Česko: Zdravotní profil země 2023, State of Health in the EU* je úmrtnost na příčiny ovlivnitelné chováním (kouření, pití alkoholu, strava, pohyb) v ČR přibližně o 25 % vyšší než průměr EU. Ale proč tomu tak vlastně je? Je to opravdu národní povaha, nebo jen důsledek hlubších souvislostí? Možná v tom hraje roli naše historická zkušenost s paternalistickým zdravotnictvím, možná tradiční nedůvěra ke státním institucím, možná prostě přesvědčení, že „lékař/lékařka je tu od toho, aby mě léčil/a, a ne abych si já dělal/a starosti předem“. Výsledek je ale stále stejný: prevence se odsouvá na vedlejší kolej.

A přitom právě ona je tím nejspolehlivějším štítem proti hrozbám, které přicházejí někdy pomalu, někdy náhle, které ale mohou zásadně a trvale ohrozit naše zdraví. Zejména chronická onemocnění se často vyvíjejí skrytě, jsou opožděně diagnostikována a jejich léčba bývá náročná nejen časově, ale i ekonomicky, a navíc s nejistým výsledkem. Úspěšná prevence bývá naopak neviditelná. Pokud funguje, nic se neděje – a to je její paradox. Proto může být tak snadno přehlížena, podceňována nebo vnímána jako nadbytečná.

Dnešní realita však ukazuje, že právě aktivní prevence nemocí by měla být základem moderního přístupu ke zdraví v současné společnosti. Stárnutí populace, nezdravý životní styl, vzrůstající chemická i biologická rizika životního prostředí, nárůst antimikrobiální rezistence – to vše vyžaduje, abychom se zdraví věnovali vědomě a včas.

Ministerstvo zdravotnictví i odborné instituce jako Státní zdravotní ústav se v tomto směru stále více angažují, ať už jde o akční plány prevence vybraných nemocí, rozšiřování screeningových programů, podporu očkování nebo osvětu v oblasti zdravého životního stylu. Úspěšná prevence ale není jen otázkou systémových opatření, je také otázkou kultury, postoje a důvěry. Pokud chceme, aby byla účinná, je potřeba ji komunikovat srozumitelně, věcně a s respektem. Je potřeba ukázat, že starat se o zdraví předem není slabost, ale síla a že prevence není omezování, ale cesta k delšímu a kvalitnějšímu životu.

Bohužel, zároveň se vzrůstající potřebou posílení preventivních opatření také čelíme další hrozbě zdravému vývoji společnosti – nárůstu dezinformací. Jejich škodlivost se mimo jiné projevuje i tím, že narušují důvěru v odborné instituce a jejich doporučení, a dokonce i důvěru v základní hygienická opatření.

Proto nestačí prevenci pouze mít, je potřeba ji také aktivně obhajovat a rozvíjet. Role hygieny a veřejného zdravotnictví je dnes možná méně nápadná než v krizových měsících pandemie, ale o to důležitější. Odborníci v oblasti ochrany a podpory zdraví musí být těmi, kdo na tuto tichou, ale klíčovou jistotu v naší společnosti budou trvale upozorňovat. V těchto dobách je proto více než jindy důležité sdílet naše odborné zkušenosti prostřednictvím důvěryhodných médií a také z nich čerpat znalosti pro naše pracovní i osobní cíle. Jedním z takových je právě časopis Hygiena.

MUDr. Bohdana Režková, Ph.D.
Ústav veřejného zdraví,
Lékařská fakulta Masarykovy univerzity
a Nemocnice Vyskov, p. o.