

NEJLEPŠÍ INVESTICE? DO ZDRAVÍ

T Petr Simon
archiv

Mnoho lidí celý život pracuje, investuje a věří, že podzim života stráví v blahobytu. Některé však v produktivním věku postihne infarkt, mrtvice nebo jiná vážná, často smrtící choroba. „Lidé při investování většinou zapomínají na nejdůležitější investici – do svého zdraví,“ říká Oldřich Šubrt, zakladatel pražské polikliniky Program Health Plus a přední český expert na zdravotnictví.

Prakticky všechna onemocnění jsou dnes v raných stádiích léčitelná, ale důležitý je včasný záchyt choroby. Jaké jsou v Česku možnosti prevence?

Veřejné zdravotnictví zajišťuje systém prevence zahrnující pravidelná preventivní vyšetření a očkování. Prevence se soustředí na předcházení a kontrolu nejčastějších a nejzávažnějších nemocí, které trápí populaci, například kardiovaskulárních a nádorových chorob, diabetes a dalších onemocnění. Většinu zdravotních rizik lze predikovat a sledovat, zda se neobjevují první příznaky. Pokud nemoc propukne, díky lékům můžeme omezit její projevy a zabránit rozvoji. Kdyby lidé systém prevence správně využívali, mohli by předejít většině zdravotních rizik. Ale ze statistik vyplývá, že prevenci mnoho lidí nevyužívá, nebo jen minimálně.

Co statistiky ukazují?

Například je známo, že u osob nad 65 let je vhodné očkování proti chřipce, pneumokokům, klíštěvé encefalitidě či herpes zoster, protože tyto choroby jsou u starších či rizikových lidí nebezpečné a mohou ohrozit jejich život. Přesto je míra proočkovaní mizivá. Podle údajů ministerstva zdravotnictví bylo v letech 2015 až 2017 proti pneumokoku v ČR očkováno 2,9 procenta lidí nad 65 let, v kategorii dospělých jen 1 procento. V jiných zemích EU se proočkovaní pohybuje kolem 20 až 30 procent. Proti chřipce je u starších osob očkováno 15 procent, u chronicky nemocných 17 procent. U běžné populace jsou čísla ještě nižší. Nemluvě o tom, že mnoho obyvatel zanedbává i pravidelné preventivní prohlídky.

Jaké má podceňování prevence důsledky?

Nejhorším následkem jsou zbytečné ztráty lidských životů. V roce 2015 evropský statistický úřad Eurostat vyčíslil, že v EU každoročně zemře 1,7 milionu lidí mladších 75 let. Pokud by možnos-

ti moderní medicíny byly využívány správně a včas, mohlo by se každý rok zabránit 33 procentům úmrtí, v reálných číslech jde o 560 tisíc lidí. V ČR by bylo možné předejít téměř 40 procentům úmrtí a zachránit 43 tisíc životů.

Nemá smysl dožít se devadesáti let a posledních pětadvacet let mít závažné a mnohačetné zdravotní obtíže a silnou stařeckou demenci. Zásadní je prodloužit tu část života, kdy je člověk zdravý a bez větších potíží. A to medicína dokáže.

Odhlily statistiky i další varovné údaje?

Ukazují nečekaný rozdíl v tom, jak se o zdraví starají lidé v Praze a v regionech. Příkladem je očkování dívek proti viru HPV, který je rizikový z hlediska onkologických chorob. Nejvyšší podíl přes 80 procent očkovaných je v Olomouckém kraji. Nejnižší počet v Praze, mírně přes 50 procent. Míra využití mamografie je u žen v ČR 65 procent, v Praze 54 procent. Kolonoskopii využívá 30 procent českých mužů a žen, v Praze 23 procent. Pražané se o své zdraví zjevně starají méně než lidé v regionech. Přitom výzkumy ukazují, že obyvatele hlavního města trápí vyšší zdravotní zátěž než zbytek populace.

Proč se Pražané tak málo starají o své zdraví?

Je to překvapující zjištění, důvod neznám. Možná za to může systém zdravotnictví. Když lidé nemají

dobrého lékaře, který jim vše vysvětlí, pozve je na preventivní prohlídky, možná jim i dodá motivaci, tak o své zdraví nemají dostatečný zájem a nepřikládají prevenci důležitost. Nebo to může být tím, že si rizika nechtějí připustit. Odsouvají možnost vzniku zdravotních problémů tak daleko do budoucna, že je odmítají vzít na vědomí, dokud se reálně neprojeví.

Co by tedy lidé měli udělat? Stačí navštěvovat preventivní prohlídky a nechat se očkovat?

České zdravotnictví nabízí základní systém prevence placený z veřejného pojištění, ale ten ani zdaleka nevyužívá všech možností moderní medicíny, protože by to systém finančně nezvládl. Moderní medicína má možnost výrazně zvýšit šanci na prodloužení života ve zdraví. Nemá smysl dožít se devadesáti let a posledních pětadvacet let mít závažné a mnohačetné zdravotní obtíže a silnou stařeckou demenci. Zásadní je prodloužit tu část života, kdy je člověk zdravý a bez větších potíží. A to medicína dokáže. Ale pokud o sebe lidé chtějí skutečně pečovat, musí do svého zdraví investovat, protože veřejný zdravotní systém nejmodernější prevenci nezaplátí.

Když se řekne investovat do zdraví, co si pod tím představit?

Lidé běžně mají osobní bankéře, poradce pro investice či opraváře pro svá auta. Ale většina z nich se nezajímá o to, aby si zajistili lepší péči o své zdraví. Dnes existují privátní firmy, jež zajišťují nadstandardní služby nad rámec běžně dostupné zdravotní péče. My v Programu Health Plus se specializujeme na organizaci komplexní lékařské péče pro jednotlivce, rodiny s dětmi i pro firmy. Její hlavní součástí je individuální prevence, ale rovněž cílená diagnostika a terapie. Naším cílem je pomoci veškerých prostředků moderní medicíny zajistit klientům zdraví do vysokého věku.



Dříve respektovaný neurochirurg s vědeckou hodností se stal v posledním čtvrtstoletí uznávaným a velmi úspěšným zdravotnickým manažerem. Patnáct let vedl Nemocnici Na Homolce, z níž vybudoval prestižní zdravotnické zařízení evropského formátu, kde se léčí jak pacienti z ČR, tak ze zahraničí, a dvakrát po sobě byl v té době vyhodnocen nejúspěšnějším manažerem státních nemocnic. Poté vedl privátní zdravotnická zařízení a v roce 2010 založil vlastní kliniku Program Health Plus.

*MUDr. Oldřich
Šubrt, CSc., MBA*

Proč by lidé měli do svého zdraví investovat?

V české populaci existuje pravděpodobnost, že přibližně každý třetí člověk předčasně zemře na kardiovaskulární onemocnění. Každá pátá žena onemocní karcinomem prsu. Každý sedmý muž bude mít karcinom prostaty. Srdeční infarkt každoročně postihne více než 18 tisíc lidí a přes čtyři tisíce skončí úmrtím. V případě mozkové mrtvice jde téměř o 30 tisíc případů se šesti tisíci úmrtími... Každý z nás má určitou pravděpodobnost, že předčasně onemocní, nebo dokonce zemře na některé z častějších onemocnění. Ale díky individuální zdravotní péči může získat lepší pravděpodobnost, že neonemocní nějakou vážnou chorobou a nezemře předčasně. Je to investice, která cenově nepřesahuje pojistku auta a jistě se vyplatí.

Lze krátce shrnout, v čem může lidem prospět cílená primární a sekundární prevence?

V rámci primární prevence lze zjistit potenciální zdravotní rizika a provést opatření pro jejich mini-

malizaci. V Programu Health Plus klientům zajišťujeme komplexní genetické vyšetření, při němž analyzujeme rizikové geny a sklony k různým chorobám. Podle toho nastavujeme cílenou preventivní péči. Průběžně sledujeme zdravotní stav klientů, provádíme pravidelná klinická, biochemická i zobrazovací vyšetření a zjišťujeme, zda hrozí onemocnění. Když se objeví varovné signály, tak se pomocí úpravy životního stylu, léků a dalších metod snažíme vzniku choroby zabránit. Pokud nemoc propukne, v rámci sekundární prevence zajistíme rychlou diagnostiku a nasazení optimální léčby již v počínajícím stadiu, abychom nemoc udrželi v normě, jen s minimálními projevy. Díky tomu pomáháme lidem prodloužit život ve zdraví.

Osobní otázka na závěr – kdo z osobností českých či světových dějin nejvíce ovlivnil vaše názory a postoje?

Takovou osobností je Albert Schweitzer – jeho knihy Nauka úcty k životu, Křesťanská sociální

etika či Lidé v pralese nebo Rozhovory o smyslu života mi vytvořily rámec, ve kterém se snažím pohybovat někdy méně a někdy více úspěšně. Měl jsem velké štěstí na učitele, kteří tento základní humanisticko-sociální směr evropského myšlení naplňovali ve svém životě a poskytovali mi konkrétní návody a řešení. Vysoká míra profesionality, schopnost aktivně a účelně uplatňovat humanistické ideály a vnímat životy ostatních s pokorou, to jsou postoje, které mne vždy přitahovaly. Respekt k okolí, radost z win-win řešení v podnikání, využití šance podat pomocnou ruku jsou situace, které se v postmoderní společnosti stávají výjimečnějšími, než by se dalo očekávat. ■