

Stovky lidí kvůli vedru končí každoročně v péči lékařů, častěji jsou to muži

19.6.2026 - | Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR

Horké počasí může způsobovat nevolnost, bolesti hlavy nebo malátnost. Většina lidí to zvládne vyřešit sama a bez dalších komplikací. Stovky lidí ale každoročně v souvislosti s horkým počasím musí vyhledat lékaře. Vloni to bylo 1277 klientů Všeobecné zdravotní pojišťovny. Náklady na jejich léčbu dosáhly 2,4 milionu korun.

Meziročně VZP zaznamenala pokles klientů, kteří museli vyhledat kvůli horkému počasí či slunci lékaře. I tak jich bylo 1277 s diagnózou účinky horka a světla. Léčba zahrnuje například rehydrataci a ochlazování a v závažných případech i hospitalizaci, která vloni byla nutná u desítek klientů. Častěji v péči lékařů končí muži (724 klientů). Lidé by měli myslet na dodržování základních pravidel, jako je pitný režim, ochrana proti slunci, vynechání alkoholu a kofeinu. Horké počasí ohrožuje především lidi nad 65 let věku, děti do 4 let, těhotné, kojící či zvláště drobné ženy, dlouhodobě nemocné (nemoci srdce, vysoký krevní tlak, nadváha) a lidi léčené některými léky (např. na depresi, nespavost apod.).

Počty klientů VZP léčených na „účinky horka a světla“

Rok	Počet pacientů	Náklady v Kč	Počet akutních hospitalizací
2021	1 096	1 765 507	48
2022	1 384	2 540 580	54
2023	1 457	2 651 214	65
2024	1 665	3 625 767	66
2025	1 277	2 368 848	61

V tabulce nejsou zahrnuti pacienti, kteří trpí nemocemi srdce či vysokým tlakem a horké počasí jim též může způsobit potíže.

Mezi zdravotní stavy, které jsou způsobené vysokými teplotami a slunečním zářením, patří úpal, úžeh, mdloby z horka, vyčerpání z horka způsobené ztrátou minerálů, vyčerpání z horka způsobené nedostatkem tekutin, mdloby nebo otoky z horka.

Nejčastějšími problémy z horkého počasí jsou úpal a úžeh. **Úpal** nastává při selhání mechanismů, které regulují tělesnou teplotu. Ta pak může velmi rychle vystoupit až k 41 °C a způsobit závažné komplikace, v nejhorších případech i smrt. Postiženého je třeba co nejdříve přesunout do stínu, uvolnit mu oděv a začít s intenzivním ochlazováním - například ponořením do vlažné vody, sprchováním, otíráním mokrou houbou nebo zabalením do chladného vlhkého prostěradla za současného použití ventilátoru.

Úžeh vzniká působením přímého slunečního záření zejména na hlavu, přičemž příznaky se často projeví až s několikahodinovým odstupem. Také v tomto případě je nutné postiženého přenést na chladné a stinné místo, uložit ho s mírně podloženou hlavou, ochlazovat celé tělo včetně hlavy a podávat tekutiny po malých dávkách.

Studie z let 2000–2019 ukazují, že celosvětově každoročně dochází k přibližně 489 000 úmrtím souvisejícím s horkem, Jen v Evropě v létě 2022 došlo k 61 672 úmrtím souvisejícím s horkem.

Prevence proti problémům z vedra:

- **Dodržovat pitný režim:** vypít po malých dávkách přibližně 2–3 litry za den;
- **Omezit konzumaci alkoholu a kofeinu;**
- **Jíst lehká jídla a saláty;**
- **Omezit fyzickou námahu a sportovní aktivity na přímém slunci;**
- **Volit vhodné letní oblečení** (lehké, netěsné oděvy světlých barev a s převahou přírodních materiálů. Světlá barva méně absorbuje horko a přírodní materiály umožňují pokožce lépe dýchat, takže se v nich méně potíme), **používat pokrývku hlavy a opalovací krémy.**

Viktorie Plívová

tisková mluvčí

<https://www.vzp.cz/o-nas/aktuality/stovky-lidi-kvuli-vedru-konci-kazdorocne-v-peci-lekaru-casteji-jsou-to-muzi>