

Den jihočeského zdraví a prevence

30.5.2025 - | Krajský úřad Jihočeského kraje

Jihočeský kraj a Všeobecná zdravotní pojišťovna zvou všechny, kdo se zajímají o svůj zdravotní stav, na Den jihočeského zdraví a prevence. Akce se koná ve středu 4. června 2025 na náměstí Přemysla Otakara II. v Českých Budějovicích. Od 13 do 17 hodin zde budou zdravotníci, mezi kterými nebude chybět zkušený dermatolog profesor Petr Arenberger, připraveni poskytnout všem návštěvníkům vybrané zdravotní výkony a preventivní vyšetření, zkonzultovat případné obtíže a doporučit účinné kroky k péči o zdraví. Vstup je zdarma, bez nutnosti předchozího objednání.

„Je lepší nemocem předcházet než s nimi později bojovat. Odpovědnost za své zdraví je na každém z nás. Všichni máme možnost do svého života zapojit zdravotně preventivní aktivity, upravit svůj životní styl a snížit tak rizika vzniku závažných a chronických nemocí. Ať už se jedná o pravidelný pohyb, zdravé jídlo nebo pravidelné preventivní prohlídky u svého lékaře,“ upozornil hejtman Jihočeského kraje Martin Kuba. Péče o vlastní zdraví je zásadní i podle Všeobecné zdravotní pojišťovny: *„Osvětě o důležitosti prevence se poslední roky věnujeme velmi intenzivně. Z našich zkušeností vyplývá, že nejvíce ceněné jsou zdravotní akce uspořádané na náměstích, kde lidé nemusí překonávat obavu z návštěvy ordinace a nutnost objednání se předem. Cestou z práce mohou zkonzultovat svůj problém či podstoupit rychlé vyšetření. Pokud nejsou výsledky uspokojivé, lékaři si klienty zvou rovnou do ordinací na další dovyšetření,“* vysvětlila důvody pořádání akce ředitelka Regionální pobočky VZP Plzeň Lenka Havlasová.

Zájemci, kteří na akci zavítají, si budou moci nechat vyšetřit kožní znaménka dermatoskopem, podstoupit orientační vyšetření krevní skupiny a získat informace o dárcovství krve. Ověří si správnost hygieny rukou pod UV světlem a zjistí, jaké mají hodnoty cholesterolu, krevního tlaku či pulzu. Připraveny jsou také konzultace v oblasti výživy, měření BMI a tělesného tuku, edukace v dentální hygieně a ukázka samovyšetření prsu. Na místě budou k dispozici i odborníci z oblasti ortopedie a fyzioterapie. Návštěvníci si budou moci vyzkoušet tejpování, rehabilitační a protahovací cvičení, masáže nebo práci s jizvou. Jihočeská záchranka představí svá sanitní vozidla a umožní veřejnosti praktický nácvik resuscitace dospělého i dítěte i první pomoci při běžných poraněních. Ve stánku Všeobecné zdravotní pojišťovny budou zájemcům zodpovězeny dotazy týkající nabídky a možností čerpání příspěvků z Fondu prevence či preventivních programů určených nejenom klientům VZP. Jihočeský kraj společně s Jihočeskou centrálou cestovního ruchu nabídne tipy na výlety vhodné pro nadcházející léto.

<https://kraj-jihocesky.cz/cs/den-jihoceskeho-zdravi-prevence>