

Vysokým tlakem trpí i děti do 18 let. U většiny za to může nadváha a málo pohybu

16.7.2025 - Viktorie Plívová | Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR

„Hypertenze u dětí může probíhat zcela bez příznaků, kdy ji náhodně odhalí většinou preventivní prohlídka u pediatra. Až u těžších forem nemoci pozorujeme varovné symptomy, kdy si děti stěžují např. na bolesti hlavy, krvácení z nosu, únavu apod.“ upozorňuje Jan Bodnár, náměstek ředitele VZP ČR pro zdravotní péči. V průběhu preventivní prohlídky lékař mimo základních vyšetření zjišťuje i rodinnou anamnézu malého pacienta: „Nejde jen o výskyt samotné hypertenze u rodičů či prarodičů, ale i dalších souvisejících onemocnění, která s vysokým tlakem mohou souviset, typicky například cukrovka či onemocnění ledvin,“ uzavírá Jan Bodnár.

Mezi hlavní příčiny vzniku hypertenze u dětí patří především nadváha a obezita (aktuálně téměř 30 % dětské populace v České republice trpí nadváhou), což představuje jeden z nejvýznamnějších rizikových faktorů. Výrazně přispívá také nízká fyzická aktivita, kdy pravidelný pohyb a sportovní aktivity bývají nahrazovány pasivním trávením času u počítače, mobilních telefonů či televize.

„Tělesná hmotnost pozitivně koreluje s hodnotami krevního tlaku a představuje jednu z hlavních příčin hypertenze u dětí. Zvláště výraznou souvislost s krevním tlakem vykazuje abdominální (břišní) obezita, měřená obvodem pasu. Děti a dospívající s nadváhou nebo obezitou mají prokazatelně vyšší hodnoty krevního tlaku než jejich vrstevníci s normálním BMI, a tedy i vyšší výskyt hypertenze,“ konstatuje profesor **Tomáš Seeman**, lékař, který se dětskou hypertenzí dlouhodobě zabývá.

Dalším zásadním faktorem je nevhodná strava s nadměrným množstvím soli, tuků a cukrů, často pocházejícím z průmyslově zpracovaných potravin. V neposlední řadě hraje roli i stres a psychická zátěž – děti a dospívající čelí rostoucímu tlaku na výkon, sociálnímu porovnávání a nadměrnému působení digitálního prostředí, což vytváří nové formy chronického stresu už v útlém věku. Podle dostupných dat trpí hypertenzí přibližně **tři z každého tisíce klientů VZP ČR mladších 18 let**.

Náklady v tis. Kč a počty pacientů ve věku do 18 let s hypertenzí (hlavní diagnóza) v letech 2020-2024

Rok	Počet pacientů	Celkové náklady v tis. Kč
2020	3 262	7 115
2021	3 785	8 656
2022	3 555	8 150
2023	3 646	9 641
2024	3 605	10 453

Projevy hypertenze

Vysoký krevní tlak u dětí může probíhat zcela **bez příznaků**, především u starších dětí a dospívajících, pokud nejde o těžkou formu. V takových případech bývá nejčastěji zachycen náhodně při preventivní prohlídce, kde by měl být krevní tlak **pravidelně měřen už od tří let věku**. U dětí s **výraznější formou** jsou projevy častější – typicky se objevují **bolesti hlavy, krvácení z nosu, únava, zvýšené pocení**, případně **křeče** nebo **poruchy vědomí**.

Zcela odlišná je situace u **kojenců a novorozenců**, kde se vysoký tlak téměř vždy projevuje a může mít i **závažný nebo život ohrožující průběh**. Mezi varovné příznaky patří neklid, potíže s krmením, nepřibývání na váze, dýchací potíže, křeče či známky selhávání srdce.

Důležitým vodítkem je **rodinná anamnéza**. Lékař by se měl vždy ptát na výskyt **vysokého krevního tlaku, srdečně-cévních onemocnění** nebo **cukrovky** v rodině. V rámci **osobní anamnézy** hraje roli např. **porodní hmotnost** nebo přítomnost **komplikací při porodu**.

Zohledňuje se také **užívání některých léků**, například **hormonální antikoncepce, steroidů** nebo **návykových látek**. V neposlední řadě se hodnotí i **životní styl dítěte**, tedy jestli sportuje, jaká je jeho strava, zda kouří, pije alkohol a zda konzumuje nadměrné množství slaných jídel, jako jsou uzeniny nebo fast food.

VZP a prevence u dětí a mladistvých

K lepšímu zdraví dětí do 18 let chce přispět také VZP ČR. Ještě letos spustí Kurzy vlastního zdraví, které se zaměří na nejmladší generace. Kurzy se budou konat na stovkách míst po celé České republice a projít by jimi mělo na 2500 posluchačů. Obsah se dotkne právě klíčových témat spojovaných s životním stylem mladých. Dotknou se škodlivostí vapingu, odvykání digitálních závislostí, zvládání stresů a úzkosti a také závislosti na průmyslově zpracovaných potravinách. Zde dochází ke ztrátě kontroly nad množstvím konzumovaných jídel tohoto typu. Důsledkem může být rozvoj řady závažných onemocnění, včetně cukrovky 2. typu, srdečních chorob či obezity.

<https://www.vzp.cz/o-nas/aktuality/vysokym-tlakem-trpi-i-deti-do-18-let-u-vetsiny-za-to-muze-nadvaha-a-malo-pohybu>