

Bechtěrevova nemoc: Tichý zánět, který ovlivňuje životy tisíců Čechů

5.5.2025 - | PROTEXT

U příležitosti Světového dne Bechtěrevovy choroby připomněl patientský portál Bechtěrevova nemoc, že informovanost může výrazně zlepšit kvalitu života pacientů - nově nabízí i příběhy ze života nemocných, praktické tipy na stravu, pohyb a orientaci v systému zdravotní i sociální péče.

Pomoc přes osobní příběhy a odborné informace

*„Naším cílem je poskytovat pacientům s Bechtěrevovou nemocí praktické, srozumitelné a odborně podložené informace, které jim pomohou lépe zvládat každodenní život. Web www.bechterevoanemoc.cz je propojen s Revma Ligou, Klubem bechtěreviků České republiky a UNIFY ČR, letos nově se také podařilo propojení s Národním centrem ošetřovatelství a nelékařských zdravotnických oborů. Pro pacienty a organizace je vzájemné sdílení informací o webu klíčové, protože se tak zvyšují šance na rozšíření povědomí o této nemoci,“ říká **Petra Hájková, projektová manažerka** ze společnosti Pears Health Cyber Europe, která webové stránky rozvíjí a řídí. Pro pacienta je zásadní nejen přístup k odborným informacím, ale i k těm praktickým. Bechtěrevova nemoc přináší řadu výzev, ale správná strava a pohyb mohou hrát klíčovou roli v tom, jak se s ní žije. **Nově proto portál přináší benefit - osobní zkušenosti Lindy Pacourkové, která se s touto diagnózou denně potýká** a vysvětluje, mimo jiné, že cvičení je potřeba si zautomatizovat.*

Linda Pacourková: *“Cvičení je pro bechtěreviky náročné. A není to ani tak samotným pohybem, jako absencí návyku. Sama to vím. Odmalička jsem sportovala, a přesto se mi každý den plácát cviky na jogamatce nechtělo. Ale tuhle prvotní nechuť jsem zlomila a ráda se s vámi podělím o to jak. Víte, co mě na začátku nejvíce brzdilo? Vlastní hlava. Nevěřila jsem totiž, že mi nějaké cvičení pomůže a uleví od bolestí. Pokud to tak máte taky, mám pro vás dobrou zprávu. S každodenním cvičením jsem začala na konci roku 2021 a dnes můžu s čistým svědomím říct, že to opravdu pomáhá. **Opět sportuji jako dřív a bolesti jsou ojedinělá záležitost.**“*

Léčba drží krok s časem - důležitá je komplexnost

Pacienti se na webu mohou zorientovat i v systému pracovních a sociálních dávek - dozví se, jak žádat o invalidní důchod, průkaz osoby se zdravotním postižením, příspěvky na pomůcky nebo parkovací kartu. Informační portál k Bechtěrevově nemoci vznikl ve spolupráci s Českou revmatologickou společností a Revmatologickým ústavem v Praze. Jeho odborným garantem je prof. MUDr. Jiří Vencovský, DrSc., který zároveň dohlíží na odborný obsah v sekci farmakologické léčby.

Digitální pomocník v kapse pacienta

Pears Health Cyber Europe má více než 20 let zkušeností s digitální komunikací ve zdravotnictví. I proto je kladen důraz na moderní formy obsahu. Na webu www.bechterevoanemoc.cz najdou pacienti edukativní videa i praktické články. Videoobsah pomáhá přiblížit složité téma srozumitelně a lidsky - ať už jde o léčbu, pohyb nebo práci se stresem.

Co je Bechtěrevova nemoc

Ankylozující spondylitida (Bechtěrevova choroba) se projevuje především bolestmi a ztuhlostí páteře.

První příznaky se objevují zpravidla mezi 20. a 30. rokem života a typická je tzv. zánětlivá bolest zad, která se zhoršuje v klidu a naopak zmírňuje pohybem. Onemocnění postihuje především páteř, sakroiliakální a periferní klouby, může ale zasáhnout i paty, oči či kůži. Příčina nemoci není dosud přesně známá, existuje však genetická predispozice, která souvisí se změnou imunitní reakce organismu. Nemoc není nakažlivá, ale je dlouhodobá a vyžaduje komplexní přístup k léčbě.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/bechterevo-nemoc-tichy-zanet-ktery-ovlivnuje-zivoty-tis-icu-cechu/2669107>