



Svaz zdravotních pojišťoven radí, jak si pohlídat letní zdravotní rizika

Praha 9. května 2023

Léto je období slunce, dovolených a častého pobytu v přírodě. To vše v sobě nese i rizika, která jdou snadno vyřešit. Zdraví pokožky si můžete ověřit díky vyšetření u dermatologa, které je buď plně hrazené, nebo lze využít květnových preventivních akcí. Proti klíšťové encefalitidě se lze očkovat nad 50 let zdarma nebo s příspěvkem. A jistotu ošetření v zahraničí dá lidem v Evropě kartička zdravotní pojišťovny a také dobré cestovní pojištění.

Ochrana před sluncem a prevence kožních nádorů (melanomů)

Ultrafialové záření (UV) je zdravotním rizikem pro pokožku i například pro oči. Proto je důležité v létě používat ochranné krémy s dostatečným faktorem a také nosit sluneční brýle s filtrem alespoň 400, který zaručuje blokaci záření vlnové délky do 400 nm.

Každoročně je v ČR objeveno téměř dvacet tisíc zhoubných nádorů kůže (melanomů). Stejně jako u jiných typů nádorového bujení platí, že čím dříve je objeveno, tím spíše se podaří je vyléčit. *„Během května zdravotní pojišťovny pořádají akce, kdy si lidé mohou zcela zdarma nechat vyšetřit svá znaménka na pokožce. Určitě doporučujeme podívat se na stránky své pojišťovny,“* říká Martin Balada, výkonný ředitel Svazu zdravotních pojišťoven. Na speciální vyšetření lze jít i kdykoli jindy – pokud je vyšetření doporučeno lékařem, je plně hrazeno z veřejného pojištění. Lze tam jít i jako samoplátce, zdravotní pojišťovny na něj přispívají v různé výši z fondů prevence.

Rakovina kůže je obecně spojována s negativním vlivem slunečního záření na nechráněnou kůži. Přestože intuitivně vnímáme jako nejrizikovější léto, slunce na nás nicméně svítí po celý rok, a proto by pokožka měla být chráněna buď látkou, nebo ochrannými krémy. Zvláště důležité je myslet na děti. V dětském věku spálená kůže může mít za následek rakovinu kůže v pozdějším věku, protože expozice slunci se sčítají. To je také důvod, proč se rakovina kůže vyskytuje především u starších lidí. Samotná rakovina kůže se obvykle projevuje změnami mateřských znamének, která se zvětší nebo změní barvu

Očkování proti klíšťové encefalitidě



SVAZ ZDRAVOTNÍCH POJIŠŤOVEN ČR

Případů klíšťové encefalitidy je v ČR okolo devíti set ročně, což patří mezi nejvyšší čísla v EU. Souvisí to i s nižší proočkovaností než například v Německu nebo Rakousku.

„Zdravotní pojišťovny plně hradí očkování lidem nad 50 let, u mladších na ně přispívají z fondů prevence. Standardně očkování provádí praktický lékař či pediatr, očkovat se lze i ve specializovaných centrech,“ říká Martin Balada.

Na cesty po Evropě si nezapomeňte kartičku pojišťovny, s ní dostanete péči za stejných podmínek jako místní

V zemích EU a osmi dalších má český pojištěnec nárok na péči v rozsahu odpovídající službě pro domácí. Základem je mít s sebou kartičku zdravotní pojišťovny. Mezi země, které se zavázaly poskytovat českým pojištěncům péči, patří kromě členů EU také státy EHP (Norsko, Lichtenštejnsko, Island) a rovněž Švýcarsko, Makedonie a Srbsko, s formulářem také Černá Hora a Turecko.

„Pojištěnci je v zahraničí poskytnuta taková péče, aby mohl dokončit pobyt v dané zemi. Například při zlomené noze v rámci týdenního pobytu tak je velmi pravděpodobné, že pojištěnec v cizině dostane nezbytné ošetření a zbytek léčby se již odehraje v ČR. Pro tuto péči však platí, že ji musí poskytovat smluvní lékař zahraniční zdravotní pojišťovny, a i našich občanů se týká případná finanční spoluúčást v daném státě,“ popisuje Martin Balada.

Pro cesty do zemí, kde toto krytí využít nelze, tedy zejména mimo Evropu, by se lidé před cestou měli připojistit u komerčních pojišťoven. Komerční pojištění je však výhodné i pro cestování v Evropě. Zajistí asistenční službu a ochrání před rizikem finanční spoluúčasti nebo situací, kdy nesmluvní lékař v zahraničí požaduje platbu v hotovosti, případně před dalšími komplikacemi. České zdravotní pojišťovny obvykle nabízejí i zvýhodněné komerční pojistky kooperujících pojišťoven.

Svaz zdravotních pojišťoven sdružuje všech 6 zaměstnaneckých zdravotních pojišťoven v České republice. Svaz hájí společné zájmy zdravotních pojišťoven a jejich klientů ve vztahu ke státním organizacím, profesním svazům a poskytovatelům zdravotní péče s hlavním cílem zkvalitňovat služby pro své klienty. Zaměstnanecké zdravotní pojišťovny poskytují služby pro více než 4,5 mil. pojištěnců v ČR. Více informací naleznete na webových stránkách www.szpcf.cz.