



# nzip.cz

Když jde o zdraví, hledejte na správném místě

Newsletter NZIP | září 2025

Vážení a milí čtenáři,

v dnešní uspěchané době hledáme zkratky k cíli a tak by se mohlo zdát, že návštěva praktického lékaře jako prostředníka mezi námi a lékařem specialistou je nadbytečná. V naší zemi máme luxus téměř bezbariérového přístupu k odbornému lékaři, často bez nutnosti předložit doporučení. S přibývajícím počtem chronických onemocnění ve společnosti je však koordinační role praktiků stále důležitější. Jsou to právě oni, kdo mají přehled o diagnózách svých pacientů, užívaných lécích a jejich celkovém zdravotním stavu. Právě proto jsme pro NZIP požádali o rozhovor zkušeného praktického lékaře doc. Bohumila Seiferta. Řeč byla o prevenci, o českém zdravotním systému i zdraví naší populace. Zaujal nás postřeh, že pasivní odevzdání se léčbě nestačí: **„Náš český zdravotní systém zcela nepochybně potřebuje větší zapojení pacientů, zejména v oblasti zvládnání chronických nemocí. Potřebujeme větší důvěru pacientů ve svoji schopnost řídit svůj zdravotní stav.“**

Vy, kteří teď čtete tyto řádky a tedy sledujete novinky Národního zdravotnického informačního portálu, dáváte jasně najevo, že chcete být v oblasti zdraví dobře informovaní a aktivní. Děkujeme vám a gratulujeme k dobrému rozhodnutí!

Věděli jste, že štědré nabídky preventivních a screeningových programů v naší zemi využívá méně než polovina české populace? Zajímá vás, jak je to skutečně s červeným vínem a jeho vlivem na zdraví? I na to odpovídá doc. Seifert v našem videorozhovoru.

## Redakční tým NZIP

**doc. MUDr. Bohumil Seifert, Ph.D.**

*přednosta Ústavu všeobecného lékařství 1. LF UK  
Česká lékařská společnost Jana Evangelisty Purkyně*

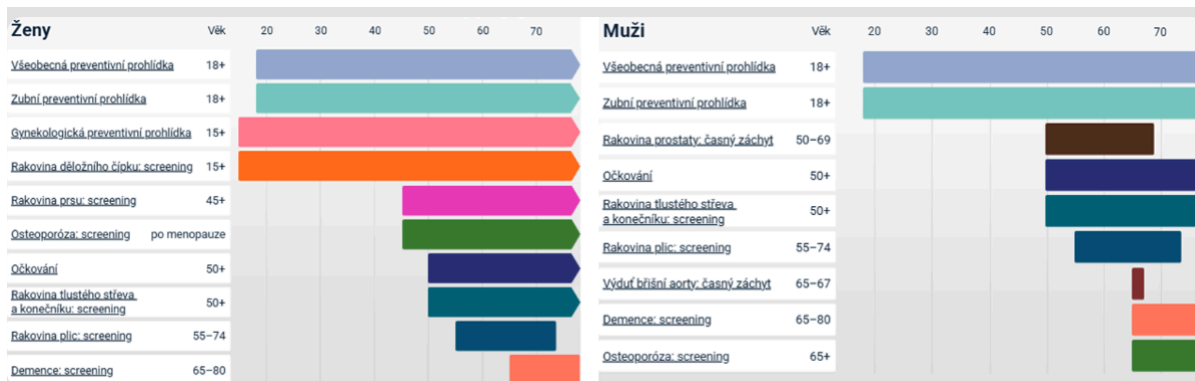


[Jít na video](#)

## Zaměřeno na preventivní prohlídky

Dlouho jsme na tom pracovali a **teď je to tady!** Připravili jsme pro vás něco, na co jsme opravdu pyšní – úplně nový [interaktivní přehled preventivními prohlídkami pro dospělé](#). Už žádné hledání v různých zdrojích, už žádné nejasnosti o tom, na co máte nárok. Všechno najdete přehledně na jednom místě, graficky zpracované tak, abyste se v tom vyznali na první pohled.

Kompletní přehled preventivních prohlídek a screeningových vyšetření **zdarma z veřejného zdravotního pojištění**. Stačí vybrat svou věkovou kategorii!



Zajímá vás větší detail? Vyberte si rovnou svou kategorii:

ŽENY 18-34 let

MUŽI 18-34 let

ŽENY 35-49 let

MUŽI 35-49 let

ŽENY 50+ let

MUŽI 50+ let

### A to není všechno!

Právě teď pilně pracujeme na „dětské“ části našeho průvodce. Ups, tak jsme to prozradili. Na podzim tak budete mít k dispozici kompletního průvodce preventivními prohlídkami – od miminek až po seniory. **Protože prevence se týká nás všech, bez ohledu na věk.**

Chceme, abyste měli všechny informace **přehledně na jednom místě a garantovaně**. Žádné hledání po různých místech, žádné nejasnosti – jen ověřené informace o tom, na co máte nárok, proč je každá prohlídka či vyšetření důležité a kdy je nejvyšší čas je absolvovat.

## Nový obsah na NZIP

### Proč nejsme zdraví jako Japonci?

Japonsko je známé svou dlouhověkostí a zdravým životním stylem. V čem se můžeme v našich podmínkách inspirovat? V [článku](#) jsme se podívali na zoubek hlavně stravovacím návykům obou zemí. Zjistili jsme, že klíčové rozdíly začínají už ve školní jídelně.



### Proč ve zdraví zaostáváme za Evropou?

Nejen že se oproti jiným Evropanům dožíváme v průměru nižšího věku, odlišná je také situace v různých regionech. Lidé v Česku předčasně umírají především v Ústeckém, Karlovarském a Moravskoslezském kraji. A podle [nejnovějších výzkumů](#) si lidé s vyšším příjmem užívají důchodu o tři roky déle než jejich méně úspěšní vrstevníci.

### Časný záchyt osteoporózy

Možnosti vyšetření hustoty kostí se v Česku v posledních dvou letech rozšířily. Přibýlo také lidí s doporučením na densitometrii. Nárůst zájmu o toto vyšetření způsobil nový screeningový program časného záchytu osteoporózy, který se zaměřuje na ženy po menopauze a muže od 65 let. Vše o něm se dočtete v našem novém [článku](#).

### Program časného záchytu demence

Ani celoživotním vzděláváním, ani luštěním křížovek. Předejít demenci můžeme nejlépe tím, že budeme pečovat o zdraví našeho srdce. Ne náhodou jsme si ve dvou dnech po sobě (21. a 22. 9.) připomenuli Mezinárodní den Alzheimerovy choroby a Světový den srdce. V našem těle spolu vše souvisí. Na NZIP máme mnoho článků jak o [prevenci kardiovaskulárních chorob](#), tak i o [demenci – od prevence](#) až po [informace pro pečující osoby](#).



## Propojujeme pro vás data s informacemi o nemocech a prevenci

**Data a čísla, to je naše. Stejně jako informace o prevenci, nemocech a zdravotnictví. Nyní začínáme obě tyto naše domény obsahově více propojovat!** K vybraným článkům přidáváme datové informace. Je to kupa práce a povzbudí nás, když nám dáte vědět, jak se vám tenhle nápad líbí. Zatím vznikají první vlašťovky, například data o počtech nemocných v [článku o cukrovce](#) a nebo informace o kardiostimulátorech v [článku o poruchách srdečního rytmu](#). **Nabízíme jak infografiku, tak statistiku, a tím našim čtenářům poskytujeme kompletní servis.** Datové informace jsou vždy přehledně na konci našich článků.

## Kvízujte s NZIP



### Slova na váze: zdravotní, či zdravotnický?

Pletou se vám slova „zdravotní“ a „zdravotnický“? Nejste sami! Náš nový kvíz vám pomůže jednou provždy pochopit rozdíl. [Otestujte se na několika reálných příkladech z běžného života](#) a „važte u toho slova“.

## Pozvánka na konferenci

Říká se „nejlepší na konec“. A konec toho letošního se ponese v duchu [Konference NZIP a NZIS Open](#). My tedy s tímto rčením souhlasíme! Rádi bychom vás tímto pozvali do Prahy na 6. ročník konference, která se uskuteční ve dnech **10.-11. prosince 2025**. Společně nahlédneme do světa zdravotnických dat a zdravotní gramotnosti.

Účast na konferenci je zdarma, nezapomeňte se však registrovat. Těšíme se na vás!

Tým NZIP & NZIS Open

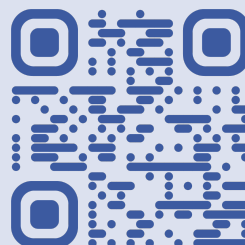
Registrace



Termín: **10.-11. prosince 2025**

Grandium Hotel Prague

## Zůstaňte s námi ve spojení



Společně budujeme komunitu, která mění pohled na zdraví v Česku. **Nechcete o to přijít!**

### Vše na jednom místě

Naše sociální sítě, webové stránky i možnosti odběru newsletterů. To vše a mnohem víc najdete přehledně na jednom místě! Vyzkoušejte náš [NZIP Linktree](#)! Stačí kliknout či naskenovat QR kód a máte všechny zdroje ihned po ruce.

### Datový Newsletter NZIS Open

Zajímají vás zdravotnická data a analýzy? Máme pro vás i „datový“ newsletter NZIS Open? Vy ho ještě neodebíráte? Své preference v odběru upravte [zde](#).

nzis.open

newsletter

Znáte někoho, koho zajímají ověřené informace o zdraví, životním stylu a zdravotnických datech? Předejte mu odkaz či QR kód na náš [Linktree](#)! Všechny zdroje hned po ruce.

Vytváříme obsah pro vás, [napište nám](#), co vás zajímá.

Pokud si od nás nepřejete dostávat žádné e-maily, odběr si odhlásíte [zde](#).