

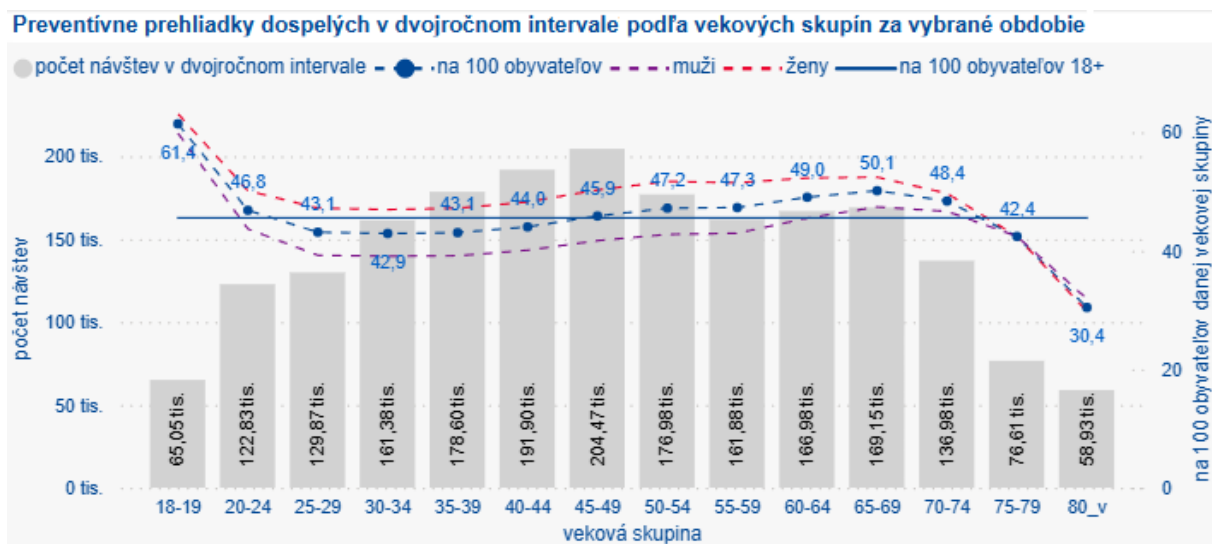
TLAČOVÁ SPRÁVA

Október je mesiac úcty k starším, NCZI apeluje na dôležitosť prevencie u seniorov

Bratislava, 28. 10. 2025

Dáta Národného centra zdravotníckych informácií (NCZI) ukazujú, že slovenskí seniori sa najčastejšie liečia na vysoký krvný tlak, cukrovku, onkologické ochorenia, ochorenia pohybového aparátu, ale aj choroby spojené so zníženými mentálnymi schopnosťami. S rastúcim vekom zanedbávajú prevenciu a čoraz menej absolvujú preventívne prehliadky.

Na preventívky k všeobecnému lekárovi chodí približne 40 % seniorov, teda ľudí nad 65 rokov. „Kým šesťdesiatnici patria medzi najvzornejších dospelých a polovica z nich sa zúčastňuje preventívnych prehliadok, po sedemdesiatke ich záujem o vlastné zdravie klesá. Vo veku 80 a viac rokov absolvuje kontrolu u všeobecného lekára raz za dva roky ani nie tretina pacientov,“ uvádza hovorkyňa NCZI Alena Krčová. Hlavná odborníčka MZ SR pre všeobecné lekárstvo MUDr. Etela Janeková, PhD. vidí za klesajúcou krivkou prevencie niekoľko faktorov. „Nižšiu návštevnosť na preventívnych prehliadkach je možné spájať napríklad so zhoršeným mentálnym zdravím seniorov. Pacienti vtedy nemajú pojem o plynutí času a navštevujú ambulancie len v akútnych prípadoch, prípadne ani nie ambulancie, ale skôr pohotovostné služby a urgency v nemocniciach. **Mnohokrát sú príčinou aj pohybové ťažkosti, nemá ich kto priviezt', odprevadiť do ambulancie,**“ upozorňuje lekárka.



Národné centrum zdravotníckych informácií (NCZI) je štátna príspevková organizácia zriadená Ministerstvom zdravotníctva SR. Cieľom NCZI je vďaka digitalizácii uľahčiť a zjednodušiť procesy pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti.

Kontaktné údaje:

Mgr. Alena Krčová, vedúca oddelenia komunikácie

Tel.: +421 902 671 045, mail: alena.krcova@nczisk.sk, web: www.nczisk.sk

Populácia starne, choroby pribúdajú

Faktom je, že za posledných dvadsať rokov slovenská populácia výrazne zostarla. Podľa dát zo sčítania obyvateľov tvorili v roku 2001 slovenskí obyvatelia v poproduktívnom veku (65+) 11,4 % populácie, v roku 2011 sa ich počet zvýšil na 12,7 % a v roku 2021 presiahol 17 %. Všeobecní lekári venujú väčšinu svojho pracovného času práve ľuďom nad 65 rokov. „*S vekom pribúdajú chronické ochorenia, ktoré je potrebné diagnostikovať, pravidelne sledovať a liečiť. Seniori veľmi často prichádzajú s bolesťami kĺbov a chrbtice. Častá je tiež nespavosť a psychické problémy,*“ približuje MUDr. Etela Janeková. Keďže sa priemerný vek dožitia predlžuje, seniori zvyknú mať naraz aj viacero diagnóz: „*Ochorenia srdca, vysoký tlak krvi, problémy s pohybovým aparátom, onkologické ochorenia a choroby spojené so zníženými mentálnymi schopnosťami, ako sú demencia a Alzheimerova choroba,*“ vymenúva odborníčka a zároveň povzbudzuje, že **liečením chronických ochorení vo včasnom štádiu je možné vek dožitia nielen predĺžiť ale aj skvalitniť**. Diagnostiku u seniorov však často komplikuje množstvo liekov, ktoré užívajú, ale aj fakt, že u nich niekedy chýbajú príznaky choroby, prípadne sú menej nápadné. Napríklad pneumokokový zápal pľúc **môže mať u starých ľudí atypický priebeh**. Príznaky ako kašeľ, teplota, či bolesti svalov a kĺbov sú ľahko zameniteľné s inými ochoreniami, prípadne môžu úplne absentovať.

Kontakt s rodinou je dôležitý

Hlavná odborníčka pre všeobecné lekárstvo vyzdvihuje staršiu generáciu pre jej praktickosť a vynaliezavosť. „*Mladí sa od nich rozhodne majú čo učiť. Seniori za mnou do ambulancie zvyčajne neprichádzajú s banalitami a vedia si v mnohých prípadoch poradiť sami, napríklad pri virózach, črevných problémoch či prechladnutiach,*“ oceňuje doktorka Janeková a apeluje na mladú generáciu, aby na svojich dedkov a babky nezapúdali a aktívne sa o nich zaujímal. Treba myslieť na to, že starší ľudia často zanedbávajú **pitný režim**, ktorý je pre nich obzvlášť dôležitý. Smäd pociťujú menej intenzívne a ľahko upadnú do dehydratácie. Nie je na škodu, ak ich deti a vnúčatá občas skontrolujú, **či pravidelne užívajú lieky**. Mnohí seniori, ale aj lekári, určite ocenia, keď ich **príbuzní sprevádzajú** priamo v ambulancii. Seniori si nezriedka nevedia alebo nedokážu zapamätať pokyny od lekára, niektoré možno nepochopia správne. Blízky im môže dôležité informácie neskôr pripomenúť. „*Je veľmi dôležité, aby deti a vnúčatá akceptovali rodičov a starých rodičov, aby sa stretávali a navzájom si pomáhali. Spoločné aktivity celej rodiny nezlepšujú len kognitívne funkcie seniorov, ale aj malých detí, učia ich akceptovať život a kolobeh v prírode,*“ uzatvára MUDr. Etela Janeková.

Čo hovoria o zdraví seniorov štatistiky NCZI

- V roku 2024 bolo najviac osôb vyšetrených prvýkrát v živote **v psychiatrických ambulanciách** vo vekovej skupine 75 a viac rokov. Najčastejšími diagnózami u seniorov boli organické duševné poruchy (demencie, Alzheimerova choroba), afektívne poruchy (depresie, bipolárna porucha) a neurotické a stresové poruchy (úzkostné poruchy).
- V rámci ústavnej psychiatrickej starostlivosti v roku 2024 sa až tri štvrtiny hospitalizácií pri organických duševných poruchách týkali ľudí vo veku 65 a viac rokov.
- **V kardiologických ambulanciách** bol najvyšší medziročný nárast sledovaných osôb v roku 2024 zaznamenaný vo veku 85 a viac rokov.

Národné centrum zdravotníckych informácií (NCZI) je štátna príspevková organizácia zriadená Ministerstvom zdravotníctva SR. Cieľom NCZI je vďaka digitalizácii uľahčiť a zjednodušiť procesy pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti.

Kontaktné údaje:

Mgr. Alena Krčová, vedúca oddelenia komunikácie

Tel.: +421 902 671 045, mail: alena.krcova@nczisk.sk, web: www.nczisk.sk

- Seniori nad 65 rokov tvorili vlani približne polovicu všetkých sledovaných pacientov v kardiologických ambulanciách. Najčastejšími diagnózami boli: hypertenzia, ischemická choroba srdca, poruchy srdcového rytmu a srdcové zlyhávanie.
- Približne každý piaty senior nad 65 rokov má **diabetes 2. typu**. Najvyšší výskyt na 100 000 obyvateľov bol v roku 2024 vo vekových skupinách 75 až 79 rokov a 80 až 84 rokov.
- Najčastejšou príčinou **hospitalizácie** seniorov v roku 2024 boli choroby obehovej sústavy, poranenia a následky vonkajších príčin, nádorové ochorenia a choroby tráviacej sústavy.
- Najviac klientov **kúpeľnej starostlivosti** tvorili minulý rok pacienti vo veku 65 a viac rokov (približne tretina všetkých kúpeľných pacientov s trvalým pobytom v SR). Najčastejšie sa liečili na pohybové ústrojenstvo (takmer 4 z 5 pacientov), obehové ústrojenstvo a dýchacie cesty.

Národné centrum zdravotníckych informácií (NCZI) je štátna príspevková organizácia zriadená Ministerstvom zdravotníctva SR. Cieľom NCZI je vďaka digitalizácii uľahčiť a zjednodušiť procesy pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti.

Kontaktné údaje:

Mgr. Alena Krčová, vedúca oddelenia komunikácie

Tel.: +421 902 671 045, mail: alena.krcova@nczisk.sk, web: www.nczisk.sk