

ZPRAVODAJ



Leden 2022

www.uradprace.cz

Žádáte o zprostředkování zaměstnání nebo dávky? Komunikujte s ÚP ČR z pohodlí domova, využijte IDENTITU OBČANA

Pokud lidé chtějí žádat o zprostředkování zaměstnání, podporu v nezaměstnanosti nebo některou z nepojistných sociálních dávek, jako je např. příspěvek na bydlení, rodičovský příspěvek, dávka mimořádné okamžité pomoci atd., nemusí na Úřad práce ČR osobně. Žádosti a další podklady je možné zasílat i jinou cestou a vše tak vyřešit z pohodlí domova. Nově ÚP ČR nabízí možnost využití IDENTITU OBČANA. Vyplněné formuláře je možné podávat elektronicky, tedy prostřednictvím datové schránky nebo e-mailem s uznávaným elektronickým podpisem. Od 1. ledna 2022 je možné v rámci elektronické komunikace zaslat formulář také prostřednictvím IDENTITU OBČANA, tedy například prostřednictvím bankovní identity, eObčanky nebo třeba systému vícefázového ověření. Další možností podání je pak zaslání žádostí a dalších podkladů poštou (s vlastnoručním podpisem) nebo v době úředních hodin odevzdání tiskopisů na podatelně příslušného kontaktního pracoviště ÚP ČR. „Jednou z největších výzev, před kterými Úřad práce ČR stojí, je právě modernizace a zajištění dostupnosti veškerých služeb v online prostředí. Možnost podání prostřednictvím IDENTITU OBČANA je velmi výrazný posun. Vnáší do vztahu mezi klientem a úřadem zcela nový rozměr a umožňuje vysokému počtu lidí využít tuto cestu komunikace z pohodlí domova a bez čekání ve frontách. O rostoucím zájmu o tento způsob podání svědčí fakt, že jen během ledna jich na ÚP ČR dorazilo na 1 500,“ upozorňuje generální ředitel ÚP ČR Viktor Najmon. Aby Úřad práce ČR lidem ještě více zjednodušil proces vyplňování žádostí, postupně zveřejňuje na svých webových stránkách (<https://www.uradprace.cz/web/cz/prakticke-rady-informacni-letaky-vida>) a sociálních sítích (FB, IG, YT) návodné videospoty. V jejich rámci lidem radí, jak Úřad práce ČR Generální ředitelství Dobrovského 1278/25 170 00 PRAHA 7 Tel.: 950 180 111 Žádáte o zprostředkování zaměstnání nebo dávky? Komunikujte s ÚP ČR z pohodlí domova, využijte IDENTITU OBČANA Praha, 7. 2. 2022 Úřad práce ČR | Mgr. Kateřina Beránková, tisková mluvčí | +420 724 209 037 katerina.berankova@uradprace.cz | www.uradprace.cz facebook.com/uradprace.cr | instagram.com/uradprace.cr | Úřad práce ČR - YouTube TISKOVÁ ZPRÁVA Úřad práce ČR správně vyplnit žádost, klienti se také dozví, jaké jsou základní podmínky pro získání nároku na konkrétní dávku nebo kde najdou potřebné informace.

Další praktické podrobnosti jsou zájemcům k dispozici na webových stránkách ÚP ČR - www.uradprace.cz. Lidé mohou využít i služeb „virtuálního asistenta“. V případě obecných dotazů se pak zájemci mohou obracet na Call centrum ÚP ČR (tel. 800 779 900 bezplatná linka, e-mail: callcentrum@uradprace.cz).

Zdraví v kapse. Chytré aplikace zachraňují životy a pomáhají s prevencí

Nejen průběh koronavirové pandemie dal vzniknout bezpočtu mobilních zdravotnických aplikací. Ty by mohly Čechům pomoci třeba se zanedbávanou prevencí nebo obavami z návštěv čekárny. Ve svém chytrém zařízení dnes mohou mít pomocníka pro pitný režim, levnější léky i spojení s praktikem na dálku.

Rekněme si upřímně – jen málokdo z nás hlídá své zdraví skutečně tak, jak by měl. Ostatně i statistiky ukazují, že preventivní prohlídky zanedbávají až tři čtvrtiny Čechů. A nejde zdaleka jen o prevenci. Udržet si zdravý životní styl nebo vybrat vhodný způsob odborné léčby se stává těžší třeba i kvůli koronavirové pandemii. Průzkumy říkají, že z návštěvy ordinace svého lékaře mělo v pandemii až 43 % Čechů oba.

Naštěstí se však rozvíjejí také chytré aplikace a technologická řešení – s jejich pomocí mají uživatelé možnost starat se o své zdraví důsledněji, nebo se dokonce nechat vyšetřit lékařem na dálku.

„Mobilní aplikace rozhodně nelze považovat za plnohodnotnou náhradu klasické zdravotní péče. Jejich nesporný přínos ale tkví v tom, že pacienty motivují k lepší péči o své zdraví. Jde proto o ideální doplněk odborné péče,“ říká **Ing. Václav Vachta**, generální ředitel zdravotnické skupiny EUC, největšího poskytovatele ambulantní péče u nás.

Aplikace záchranných služeb

Pomocníkem, který může v případě nouze doslova zachránit život, je bezpochyby aplikace [Záchranka](#). Od počátku svého zrodu je totiž vyvíjena ve spolupráci se záchrannými službami.

Podobně jako při telefonním hovoru se s její pomocí lze spojit s dispečerem na čísle 155. Jedním stisknutím nouzového tlačítka navíc automaticky dojde k odeslání údajů o poloze telefonu. Lokalizace volajícího se tak může stát mnohem rychlejší a efektivnější. Aplikace nabízí také podporu pro neslyšící nebo další funkce, díky kterým je domluva s dispečerem snazší i v zahraničí.

Koronavirové aplikace

V pandemickém období jsou nezbytností také aplikace nutné k identifikaci očkovaní, případně k vzájemné ochraně před kontaktem s nakaženými. S koncem eRoušky tak zůstávají těmi nejpoužívanějšími sesterské aplikace [Tečka a čTečka](#), s jejichž pomocí lze snadno prokázat a ověřit očkovaní či výsledek testu – například při návštěvě kina či restaurace.

Aplikace Koronavirus Covid-19 zase nabízí přehledně roztríděné informace ohledně onemocnění, očkovaní, důležitých kontaktů i současné pandemické situace.

Aplikace zdravotních pojišťoven

Vlastní klientskou aplikaci nabízejí také zdravotní pojišťovny. Uživatelé ji mohou používat pro přehled nad platbami pojistného i výdaji za lékaře. OSVČ si v ní zase mohou snadno podat přehled příjmů. Také řada dalších úkonů, kvůli kterým by bylo za normálních okolností nutné navštívit pobočku pojišťovny, se dá nyní vyřešit přes mobil – patří mezi ně třeba změna

pojištěnecké kategorie, žádost o příspěvek z fondu prevence či nahlášení ztracené kartičky pojištěnce.

Klientskou aplikaci poskytují třeba Zdravotní pojišťovna ministerstva vnitra ([ZP211](#)) nebo Všeobecná zdravotní pojišťovna ([Moje VZP](#)).

Zdravý životní styl

Chytrého kapesního pomocníka oceníte i pokud rádi hlídáte kvalitu vlastního spánku, pitný režim či počet nachozených kroků za den. Se vším vám dnes může hravě pomoci chytrý algoritmus.

Například aplikace [Pitný režim H2O](#) vás vždy upozorní na to, kdy je ten správný čas se napít vody.

Program navíc bere v potaz i vaši váhu, věk a jídelníček.

S pomocí aplikace [Sleep Cycle](#) se zase můžete probouzet v lehké fázi spánku, monitorovat svou srdeční aktivitu v průběhu noci a naučit se zdravému spánkovému režimu. Ať už monitorujete své vitální funkce nebo jen hledáte pohodlnější způsob, jak se starat o své zdraví, svět chytrých zařízení dnes nabízí nepřeberné množství sofistikovaných nástrojů a pomocníků – nejen ve vašem telefonu.

Telemedicínské aplikace

Občas ani dodržování prevence nezastaví nástup nemoci. V takovém případě je vždy nutné spojit se s lékařem. Ale jak na to, uprostřed pandemie, v cizím městě nebo o víkendů?

Například s aplikací [mojeEUC](#) se v rámci služby Lékař online 24/7 můžete s praktickým lékařem spojit přes chat nebo videohovor. Lékaři jsou zde ve službě 24 hodin denně, 7 dní v týdnu. Na dálku s vámi dokážou vyřešit až 7 z 10 zdravotních problémů, které obvykle vyžadují návštěvu ordinace praktického lékaře – od různých typů bolestí přes alergie až po kožní problémy.

Služba zaručuje naprosto diskrétní a důvěryhodné zacházení se zdravotní dokumentací i osobními údaji pacienta. Pro komunikaci s Lékařem online 24/7 slouží pokročilá platforma Doctrin, která veškerá data po odeslání šifruje. Trend distanční lékařské péče, která ve velkém funguje například v Británii či Skandinávii, se tak uplatňuje i v Česku.

Aplikace navíc nabízí třeba také e-shop s léky, které pořídíte v rámci sítě EUC lékáren se slevou nebo nulovým doplatkem. Dokáže navíc poradit i s výběrem ideálního balíčku vitamínů přesně pro vás.

Telemedicína? Ani teleshopping, ani robot místo lékaře. Zdravotní péče na dálku je opředena řadou mýtů

Rozvoj distanční lékařské péče je dnes jedním z největších trendů zdravotnictví v Česku i ve světě. Nedílnou součástí elektronizace odvětví jsou moderní nástroje zdravotní péče, například telemedicína. S tímto pojmem se setkali mnozí z nás, především během pandemie. Podle průzkumu ale jen 14 % Čechů dokáže vysvětlit, co telemedicína vlastně znamená. Neznalost a nedůvěra pak vede ke vzniku řady mýtů a polopravd – například tvrzení, že telemedicína má tradiční lékařskou péči zcela nahradit.

Počty o medicíně vysílané v televizi, teleshopping, rozhovory s robotem či dokonce šamanské praktiky. To je jen mála ukázka toho, co si Češi obvykle spojují s pojmem „telemedicína“.

Výsledky vyplynuly z průzkumu realizovaného na jaře agenturou Ipsos pro zdravotnickou skupinu EUC.

Pouhých 14 % dotázaných přitom odpovědělo, že pojem opravdu zná – většina se s ním poprvé setkala až během pandemie. Také se ukázalo, že termín znají především muži a obyvatelé větších měst s vyšším vzděláním. Tito respondenti také častěji uvedli tendenci více pečovat o své zdraví, zjišťovat o něm více informací z různých zdrojů, využívat podpůrné zdravotnické aplikace nebo častěji nakupovat doplňky stravy.

eHealth není teleshopping

*„Že telemedicína má něco společného s teleshoppingem, tedy prodejem přes televizní obrazovku, je asi nejčastější omyl rozšířený mezi lidmi“, komentuje výsledky průzkumu **MUDr. Petra Bomberová Kánská**, vedoucí lékařka telemedicínské služby Lékař online 24/7. „To sice má, ale pouze z jazykového hlediska, díky stejné předponě „-tele“. Ta pochází z řečtiny a lze ji přeložit jako „na dálku“.*

V moderním pojetí znamená telemedicína především způsob komunikace lékařů s pacienty na dálku. Jedná se o rychle se rozvíjející fenomén.

Přístup veřejnosti k telemedicině se razantně změnil obzvlášť během pandemie. Vznikla celá řada kvalitních českých telemedicínských projektů a rozvoj českého eHealth finančně a legislativně podporují stát i pojišťovny. I přesto, že většina zdravotních zařízení se již vrátila do plného provozu, popularita vyšetření na dálku stále roste. Mnoho pacientů si distanční medicínu vyzkoušelo zejména v období karantény, a i v budoucnu s ní počítá.

Mýty o telemedicině

Problém u laické veřejnosti ale spočívá v nedostatku jasných a srozumitelných informací, jak přesně telemedicina funguje, kde se může uplatnit a pro koho je vhodná. Špatná úroveň informovanosti je pak živnou půdou pro všelijaké mýty a hoaxy.

„Někteří lidé si mylně myslí, že cílem telemedicíny je zcela nahradit fyzický kontakt lékaře s pacientem, což zdaleka není pravda“, vysvětluje **MUDr. Petra Bomberová Kánská** a dodává, že telemedicina není samostatným odvětvím medicíny, ale jejím moderním digitálním nástrojem.

Má za úkol především zvýšit dostupnost a kvalitu zdravotní péče pro pacienty – a také zefektivnit práci zdravotnického personálu. Pacientům nabízí možnost rychle a snadno řešit část svých běžných zdravotních potíží na dálku, třeba z pohodlí domova nebo i ze zahraničí. Lékaři naopak ocení méně práce s administrativou a kvalitnější triáží pacientů. Telemedicina si však v žádném případě neklade ambice zcela nahradit fyzické zákroky třeba v ordinacích nebo při laboratorních odběrech.

„Kardiolog si například pacienta s poruchou srdečního rytmu bude chtít nejen poslechnout, ale mimo jiné doplnit i krevní odběry nebo ultrazvuk srdce,“ uvádí příklad **MUDr. Petra Bomberová Kánská**. *„Toto telemedicina dnes zprostředkovat nemůže. Prostřednictvím telemedicínské aplikace lze ale například pacienta po vyšetření monitorovat na dálku, kontrolovat mu krevní tlak, za pomoci digitálních přístrojů měřit EKG či konzultovat zdravotní stav pacienta s kolegy. A to v mnoha ohledech zjednodušuje práci a podporuje lékaře v jejich odborné činnosti.“*

Telemedicina tak mimo jiné nabízí i účinný způsob, jak pečovat o chronicky nemocné.

Zlepšit, ne nahradit

Úkolem modernizace v jakékoli oblasti je maximálně zefektivnit lidskou práci a tam, kde je to možné, ji podpořit moderními technologiemi. Průzkum přitom potvrdil, že kupříkladu medicínské aplikace dnes v mobilu či chytrých hodinkách používá v nějaké míře až čtvrtina Čechů.

„Elektronizace a automatizace procesů představuje budoucnost zdravotnického sektoru po celém světě. Pandemie jasně ukázala nedostatky a slabá místa našeho zdravotnictví a připomněla nám, že je na čase zaměřit se na rozvoj zdravotní péče podporované digitálními technologiemi,“ říká **Václav Vachta**, generální ředitel zdravotnické skupiny EUC, která je v ČR jedním z průkopníků zavádění telemedicínských technologií do praxe.

Letos na podzim spustila aplikaci mojeEUC, jejíž součástí je osvědčená telemedicínská služba Lékař online 24/7.

Zdraví pod kontrolou

Edukace veřejnosti na téma vlastního zdraví a prevence je jednou z cest, jak zvýšit kvalitu života a naučit Čechy dlouhodobě důslednější péči o svůj zdravotní stav. Dohlížet na své zdraví přes mobil snadno a účinně už dnes není žádné sci-fi.

Jedním z příkladů je právě chytrá aplikace mojeEUC. Vysoce zabezpečená platforma umožňuje snadný přístup ke službě Lékař online 24/7, díky níž mohou pacienti absolvovat vyšetření lékařem na dálku pomocí videohovoru nebo chatu. Aplikace pomáhá kontrolovat pravidelné užívání léků nebo naplánovat prohlídku u lékaře. Ke stažení je pro všechny uživatele zdarma – stačí mít chytrý telefon a internetové připojení.

www.helpnet.cz

Prevence jako nejúčinnější zbraň proti rakovině

Vojenská zdravotní pojišťovna radí, která vyšetření nezanedbat.

Na 4. února připadá Světový den boje proti rakovině. Zhoubné nádorové bujení představuje velmi závažné onemocnění, na které v České republice každých 20 minut umře jeden člověk. Největší šanci na úspěch v boji proti němu je včasná diagnóza a pravidelná preventivní vyšetření. Vojenská zdravotní pojišťovna na ně svým klientům dlouhodobě přispívá.

Každý třetí Čech v průběhu života onemocní rakovinou. Každý čtvrtý jí podlehne. Zhoubné nádory tak představují velké riziko, a to hlavně u starších obyvatel.

„Počet osob se zhoubným novotvarem každoročně roste. Více než 50 % všech těchto pacientů jsou přitom osoby starší 65 let. Věk je hlavní rizikový faktor rakoviny, ovšem onemocnět mohou všechny věkové skupiny, žádný člověk není zcela bez rizika,“ uvádí MUDr. Kristina Slavíková, revizní lékařka VoZP.

Ačkoli nádorů neustále přibývá, počet úmrtí v souvislosti s rakovinou je neměnný a u některých typů dokonce klesá. Důvodem je kromě vyspělé zdravotnické péče hlavně prevence.

„Máme velmi dobré výsledky u pacientů, u nichž se nemoc odhalí v raných stadiích. Bohužel čím později je diagnostikována, tím svázanější máme ruce a tím menší je šance na úspěšnou léčbu. Odhaduje se, že více než třetinu případů rakoviny lze předejít a další třetinu lze vyléčit, pokud je včas odhalena a správně léčena,“ vysvětluje MUDr. Slavíková.

Ženám v České republice nejvíce hrozí kožní nádory a rakovina prsu. U mužů je pak nejčastější diagnóza urologického původu a stejně jako u žen se velmi často vyskytují i kožní novotvary. Velký podíl u obou skupin má též kolorektální karcinom, tedy rakovina tlustého střeva a konečníku.

„Onkologická onemocnění nesmíme podceňovat. Týkají se totiž nás všech, ať už přímo nebo v okruhu rodiny či přátel. Dopad rakoviny zdaleka přesahuje fyzické zdraví a ovlivňuje duševní a emocionální pohodu pacientů i jejich nejbližších. Nepodceňujte proto prevenci a porad'te se s lékařem, jaká vyšetření s ohledem na věk i anamnézu podstoupit,“ nabádá Slavíková.

V některých případech mohou pacienti sami odhalit rané symptomy, které mohou naznačovat rakovinové onemocnění. Slavíková proto doporučuje měsíční samovyšetření prsu a varlat, stejně tak kontrolu pih a mateřských znamének.

Pojištěnci VoZP mohou navíc čerpat příspěvky na vyšetření provedené ve zdravotnickém zařízení k prevenci kolorektálního karcinomu, karcinomu prsu, prostaty, na vyšetření kožních znamének atd. Více informací naleznete na stránkách pojišťovny <https://www.vozp.cz/program-prevence>.

Festival Jeden svět 2022 bude přístupný pro diváky s postižením

Mezinárodní festival dokumentárních filmů o lidských právech Jeden svět se letos v březnu vrátí do kin. Proběhne po celé České republice od 21. 3. do 3. 4. Pražská část festivalu, která bude jako už tradičně přístupná pro všechny bez rozdílu, se uskuteční od 23. do 31. března. Na co se mohou těšit diváci se zdravotním postižením?

- Filmy s audiopopisem pro nevidomé a slabozraké.
- Filmy s klasickými nebo s SDH titulky pro neslyšící a nedoslýchavé.
- Debaty s exkluzivními hosty tlumočené do znakového jazyka nebo simultánně přepisované do češtiny.
- Relaxované projekce pro neuronetypické publikum.
- Projekce v bezbariérových kinech.

Nedílnou součástí festivalu Jeden svět jsou jeho regionální části, díky kterým mohou diváci festival navštívit nejen v Praze, ale i v dalších českých, moravských a slezských městech. Festival odstartuje projekcemi pro veřejnost 21. března v Hradci Králové, Opavě a Ústí nad Labem. K těm se postupně přidá dvacet jedna dalších měst včetně Prahy.

Po skončení festivalu v kinech budou na www.jedensvetonline.cz od 3. do 17. dubna vybrané ročníkové filmy ke zhlédnutí. Festival se díky platformě dostává i k návštěvníkům a návštěvnicím, kteří nemají možnost přijít na projekci do jednoho z festivalových měst a kteří se tak mohou na vybrané snímky podívat z pohodlí svého domova – nebo kdekoliv jinde v České republice.

Více o festivalu na webu jedensvet.cz.

Redakční rada:

Bc. Daniela Jeníčková, d.jenickova@arpzpd.cz

Vydává Asociace rodičů a přátel zdravotně postižených dětí v ČR, z.s.

Karlínské nám. 12

186 03 Praha 8 – Karlín

(pro vlastní potřebu)

e-mail: asociace@arpzpd.cz [http:// www.arpzpd.cz](http://www.arpzpd.cz)