



Česká lékařská společnost J. E. Purkyně: Nepřineste chřipku pod stromeček. Doporučení, jak během svátků chránit seniory a rizikové pacienty

Tisková zpráva, 22. prosinec 2025, Praha

Chřipková epidemie zasáhla Česko v době, kdy se lidé setkávají častěji než kdy jindy. Vánoční návštěvy a společné oslavy mohou představovat zvýšené riziko pro seniory a chronicky nemocné, u nichž mívá chřipka častěji těžký a komplikovaný průběh. Česká lékařská společnost Jana Evangelisty Purkyně (ČLS JEP) proto vydává stručné sváteční doporučení, jak chránit nejohroženější skupiny.

“Když víme, že epidemie běží, často opravdu stačí několik jednoduchých kroků, které zásadně sníží riziko, že z běžné návštěvy bude hospitalizace,” říká MUDr. Pavel Dlouhý, předseda Společnosti infekčního lékařství ČLS JEP a primář infekčního oddělení.

5 doporučení ČLS JEP pro rodiny se seniory

1. Pokud máte příznaky, návštěvu odložte. I zdánlivě „lehké nachlazení“ u mladšího člověka může být u seniora nebo chronicky nemocného spouštěčem těžkého průběhu.
2. Setkávejte se v menších skupinách a kratší dobu. Místo jedné velké návštěvy zvažte více menších - případně spojení na dálku.
3. Větrejte. Krátké, intenzivní větrání během návštěvy je jednoduché a velmi účinné opatření.
4. Zvažte respirátor v situacích s vyšším rizikem. Například při cestě MHD, v přeplněných obchodech, v čekárně u lékaře nebo při kontaktu s nejzranitelnějšími (například při návštěvě v domově pro seniory)
5. Chraňte rizikové pacienty i po svátcích. S chřipkou je důležité zůstat doma a nenosit ji do práce ani do rodiny.

Kdy je třeba zpozornět

Zvláštní pozornost je namístě při přetrvávající horečce, dechových obtížích, dehydrataci a výrazné slabosti - u seniorů a chronicky nemocných je vhodné kontaktovat lékaře včas, i při zdánlivě lehkém průběhu onemocnění. *„U rizikových pacientů se komplikace mohou rozvinout velmi rychle. Pokud má rodina pochybnosti, je lepší krátká telefonická konzultace s lékařem než vyčkávání,”* doplňuje **MUDr. Pavel Dlouhý**.

Apel ČLS JEP: ohleduplnost místo paniky

Hygienici v prosinci opakovaně upozorňují na růst nemocnosti a potřebu základní ohleduplnosti v době epidemie. ČLS JEP tento přístup podporuje a zdůrazňuje, že nejúčinnější prevencí je zodpovědné chování každého z nás. *„To nejdůležitější je přitom velmi jednoduché: když jsem nemocný, zůstanu doma. Je to nejlepší ochrana pro prarodiče, chronicky nemocné i pro celý zdravotní systém,”* uzavírá **MUDr. Pavel Dlouhý**.

Česká lékařská společnost J. E. Purkyně

Sokolská 490/31, 120 00 Praha 2

E-mail: czma@cls.cz, czma@cls.cz

Telefon: +420 224 266 223



O České lékařské společnosti J. E. Purkyně

Česká lékařská společnost Jana Evangelisty Purkyně (ČLS JEP) je nejstarší a nejvýznamnější odborná lékařská organizace v České republice. Byla založena v roce 1862 s cílem podporovat rozvoj medicíny, odbornou spolupráci a vzdělávání lékařů. Sdružuje více než 30 000 členů, organizovaných do více než stovky odborných společností pokrývajících všechny oblasti moderní medicíny. ČLS JEP zajišťuje odbornou garanci a podporuje tvorbu doporučených postupů, přispívá k celoživotnímu vzdělávání lékařů a aktivně spolupracuje s mezinárodními zdravotnickými institucemi. Jejím posláním je spojovat odborníky, hájit zájmy medicíny a přispívat k rozvoji zdravotnictví v České republice.

Více informací [zde](#).

Kontakt pro média

PP Partners

Patrik Němeček

Senior PR Manager

tel.: +420 778 001 303

email: patrik.nemecek@pppartners.cz

Česká lékařská společnost J. E. Purkyně

Sokolská 490/31, 120 00 Praha 2

E-mail: czma@cls.cz, czma@cls.cz

Telefon: +420 224 266 223