

## Lidé v Českých Budějovicích podpoří pacienty s roztroušenou sklerózou

**České Budějovice, 18. 3. 2024 – Desítky sportovních nadšenců z Českých Budějovic a okolí se v pátek 22. března zúčastní Maratonu s roztroušenou sklerózou (MaRS). Jejich zapojením do společných fitness lekcí chtějí organizátoři akce upozornit na problémy pacientů s tímto onemocněním a zároveň je také podpořit v pohybu, který je pro ně důležitý. Výtěžek z dobrovolného vstupného poputuje na rehabilitace pacientů.**

Lidé s roztroušenou sklerózou i jejich blízcí budou cvičit ve Mateřském centru Máj v Českých Budějovicích, kde se zapotí při jedné z pěti cvičebních lekcí pilates, kraniosakrální jógy nebo například tai-či. První lekce začíná v 16 hodin, poslední pak končí ve 21 hodin. Vstupné je dobrovolné. „Maratonu se vždy účastní lidé všech věkových kategorií, od dětí po seniory. Jak lidem s nemocí, tak jejich blízkým se tu nabízí možnost vyzkoušet si, co zvládnou, a třeba se i motivovat k pravidelnému pohybu a cvičení. Zájemci se nemusí nikde registrovat, stačí přijít a zacvičit si,“ říká Věra Švábová z organizace ROSKA České Budějovice, která spolu s Nadačním fondem IMPULS celou akci pořádá. Podle ní je také důležité, že široká veřejnost díky akci vidí pacienty jako aktivní jedince, kteří své nemoci nepodléhají. Pro úspěšnou léčbu RS je totiž pohyb nezbytný. „Díky němu se pacienti udržují v dobré kondici a tělo jim slouží mnohem lépe. Navíc se ukázalo, že úspěch biologické léčby, kterou pacienti s RS často podstupují, je výrazně vyšší u těch, kteří se pravidelně hýbou,“ vysvětluje Kateřina Bémová z Nadačního fondu IMPULS. Její slova potvrzuje i motto sportovního maratonu: „Vítězem MaRSu je každý, kdo vezme život do vlastních rukou.“

„Pravidelný pohyb je pro pacienty s RS důležitý i společensky, při cvičení ve skupině zase získají pocit, že na nemoc nejsou sami. U rehabilitačního cvičení je pak zásadní najít tu správnou míru, aby každý cvičil dle svých možností a nepřetěžoval se. I v tom může MaRS pomoci, aby si každý našel to, co mu vyhovuje, ale hlavně zůstal aktivní,“ vysvětluje fyzioterapeutka Jitka Hosnedlová, která v rámci MaRS povede lekci rehabilitačního cvičení s prvky Feldenkraisovy metody. Peníze vybrané z dobrovolného vstupného poputují na rehabilitační pobyty, které tvoří u léčby roztroušené sklerózy nejnákladnější položku. Letošní MaRS je již 13. v pořadí a probíhá v celé České republice. Vedle Českých Budějovic se tak bude cvičit například i v Praze nebo Jihlavě. Celkem se zapojí bezmála 30 míst po celé zemi. Více informací najdete na [maratonmars.cz](http://maratonmars.cz).

„Letošní MaRS věnujeme našemu kolegovi Davidu Juřinovi, který nás na konci února opustil. Od prvního ročníku MaRSu byl jeho nedílnou součástí. Jsme mu vděční za energii, kterou MaRSu věnoval, a za pozitivitu, kterou šířil,“ uzavírá Kateřina Bémová.

### O roztroušené skleróze

Roztroušená skleróza (RS) je chronické zánětlivé onemocnění centrálního nervového systému, jehož příčina není doposud známa. Toto onemocnění propuká většinou v mladším věku, častěji postihuje ženy. Pro RS je typické

střídání období záchvatů (atak) a období zdánlivého klidu. Tento proces je nepředvídatelný, a proto i léčba či prevence jsou těžké. Na celém světě trpí RS 2,5 milionu nemocných, v Česku se odhaduje počet pacientů na 20 tisíc. Nemoc se vyskytuje především ve středních a chladnějších zeměpisných šířkách. Rizikovými faktory nemoci jsou kromě genetické dispozice EB virus (Epsteina-Barrové virus), kouření a nedostatek vitamínu D. Informace o roztroušené skleróze lze nalézt i na portále [www.rskompas.cz](http://www.rskompas.cz) nebo [aktivnizivot.cz](http://aktivnizivot.cz).

#### **O Nadačním fondu IMPULS**

Nadační fond IMPULS (NFI) vznikl v roce 2000. Jeho cílem je podporovat projekty v oblasti vědy, výzkumu a terapie pacientů s roztroušenou sklerózou (RS) mozkomíšní v ČR. Přispívá zejména na fyzioterapii a psychoterapii, které nejsou plně hrazeny z veřejného zdravotního pojištění, věnuje se podpoře vzdělávání a osvětové činnosti. Jako jediná nestátní nezisková organizace v EU je zřizovatelem celostátního registru pacientů s RS ReMuS a jeho financování zajišťuje z vlastních zdrojů. Více informací na [www.nfimpuls.cz](http://www.nfimpuls.cz).

#### **O Unii ROSKA**

Posláním Unie ROSKA je pomáhat lidem s roztroušenou sklerózou žít kvalitní, důstojný a plnohodnotný život. Unie ROSKA ve své činnosti navázala na spolky ROSKA, které v ČR vznikaly od roku 1983. Velice efektivní je svépomoc postižených, kterou realizuje 26 samostatných regionálních spolků ROSKA. Spolek má celorepublikovou působnost ve všech krajích ČR a má asi 1 600 členů.

#### **Kontakty pro novináře:**

Mgr. Vojtěch Šprdlík, [vojtech@mavepr.cz](mailto:vojtech@mavepr.cz), 721 463 122