**I zrakově postižené děti mohou sportovat. Zásadní je ochrana zraku a podpora rodiny**

**PRAHA, 12. SRPNA 2024 – Podle odhadů žije v Česku kolem 15 tisíc dětí se zrakovým postižením, z toho jsou zhruba čtyři tisíce nevidomých. Úplná slepota ani zhoršené vidění však nemusejí být překážkou pro sportovní aktivity.**

Na letošních paralympijských hrách v Paříži se představí rekordní počet sportovců se zrakovým postižením a nevidomých, kteří soutěží v různých disciplínách, od atletiky přes plavání, bojová umění až po fotbal. Většina z nich začínala se sportem už v dětství. „Je nezbytné, aby si rodiny uvědomily, že i když má jejich dítě určitý hendikep, může i přesto oplývat sportovním nadáním. Je pochopitelné, že rodiče zrakově postižených dětí mají tendence je víc ochraňovat, mají větší obavy, že se během sportu zraní, bránit jim ve sportování ale není nezbytné. Zrakově postižené děti se mohou účastnit téměř jakéhokoliv sportu. Zásadní je nošení ochranných pomůcek, aby se zabránilo případnému dalšímu poškození zraku,“ uvedla Denisa Darsová, lékařka oční kliniky Gemini.

Pro zrakově postižené děti je hlavním motivátorem rodina a její podpora je zásadní. „Je třeba myslet na to, že sport a s ním spojená rizika mohou mít vliv na zrak – proto je důležité jej chránit. Pokud se dítěti zajistí dostatečná bezpečnost, může se sportu zúčastnit každý bez výjimky, včetně zrakově znevýhodněných. V případě dětí by oční lékaři měli povzbuzovat rodiče, aby je ve sportu podpořili,“ potvrdila Drahomíra Baráková, primářka kliniky Gemini.

Během provozování jakéhokoliv sportu je klíčová ochrana zraku, zapomínat by na ni neměli ani zdraví sportovci, ti se zrakovým postižením by měli být o to více opatrnější. „Děti se zrakovým postižením jsou méně schopné sebe i zrak chránit, a jsou tak náchylnější ke zraněním. Někdy mívají jedno oko v lepším stavu než druhé, vždy říkám rodinám, že pravidlem číslo jedna je chránit lépe vidící oko. Ochrana zdravějšího oka je zásadní pro udržení každodenních činností v životě,“ vysvětlila Denisa Darsová.

Chránit zrak by si během sportu měli všichni nehledě na věk, zdravotní stav nebo druh sportu, který provozují. Nejen zrakově handicapovaní by měli při sportu nosit ochranu očí, protože poranění oka může vést k vážným zraněním nebo dokonce ke slepotě a invaliditě. „Když se oko vlivem úrazu ‚otřese‘ uvnitř očnice, dochází ke zranění na opačné straně oka. Oční trauma se liší – od prasknutí oční koule po oděrky rohovky a odchlípení sítnice. Ochrana zraku u dětí, které se potýkají s již existujícím onemocněním zraku nebo prodělaly operace, což představuje zvýšené riziko poškození zraku v případě zranění, je proto ještě důležitější,“ upozornila Denisa Darsová.

Mezi vybavením každého sportovce by neměly chybět ochranné brýle. „Ochranné brýle jsou vyrobeny z odolných materiálů, jako je polykarbonát, a musí splňovat mezinárodní a národní normy, jako je certifikace ISO nebo označení CE v evropských zemích. Vědecké společnosti, jako je Česká oftalmologická společnost, také poskytují pokyny pro toto vybavení a měly by být doporučeny oftalmologem,“ vysvětlila Denisa Darsová.

Ochrana očí při sportu ještě není tolik rozšířená, jako by si zasloužila. Některé sporty, jako je fotbal, rugby, box a baseball, nevyžadují, aby sportovci nosili ochranné pomůcky, které by jim chránily zrak. Úrazy očí při nich tedy nejsou nijak výjimečné. „Přesvědčit, ať už rekreační, či profesionální sportovce, aby nosili pomůcky na ochranu zraku, může být náročné a jediný způsob, jak zvýšit povědomí, je zavést to jako povinné. Ochrana zraku by měla být naprostou samozřejmostí a začínat by se s ní mělo od úplného začátku, tedy u dětí,“ uzavřela.

**KONTAKT PRO MÉDIA:**

**Mgr. Petra Ďurčíková\_mediální konzultant**

**pear_media logo_fin rgb_bez okraju.jpg**

**+420 733 643 825,** [**petra@pearmedia.cz**](mailto:petra@pearmedia.cz)**,** [**pearmedia.cz**](http://www.pearmedia.cz)

**SOUKROMÁ OČNÍ KLINIKA GEMINI,** [**www.gemini.cz**](http://www.gemini.cz/)

Soukromá oční klinika Gemini rozvíjí dlouholetou tradici zlínské oční chirurgie. První klinika byla otevřena ve Zlíně v roce 2003 a v současnosti provozuje klinika v České republice deset pracovišť: ve Zlíně, v Průhonicích u Prahy, Praze-Krči, Českých Budějovicích, Ostravě, Vyškově, Brně, Novém Jičíně a Liberci. Jako jediná česká oční klinika otevřela pracoviště také ve Vídni. Vedle operací zbavujících pacienty potřeby nosit brýle a operací šedého zákalu se na klinikách provádějí i estetické zákroky, jako například plastika horních a dolních víček. V čele týmu operatérů stojí světově uznávaný oční chirurg prim. MUDr. Pavel Stodůlka, Ph.D., FEBOS-CR.