

Lidé cvičili pro pacienty s roztroušenou sklerózou

Kvůli koronaviru pouze bezkontaktně

Praha, 31. 3. 2021 – Více než 6 500 lekcí odcvičili účastníci letošního Maratonu s roztroušenou sklerózou (MaRS). Pacienti i zdraví sportovci letos kvůli koronaviru cvičili bezkontaktně. Své úspěchy si ale nasdíleli prostřednictvím sociálních sítí. Do jubilejního desátého ročníku se zapojili lidé z 51 měst v Česku, Kanadě, Slovensku i Irsku.

„Máme obrovskou radost z toho, kolik lidí se i přes překážky způsobené pandemií koronaviru zapojilo. Účastníci si pouštěli online videa a cvičili doma nebo šli na procházku v místě svého bydliště a ze všeho nám posílali fotografie. Alespoň virtuálně jsme se tak mohli vzájemně propojit,“ říká Kateřina Bémová z Nadačního fondu IMPULS, který akci organizuje. Pacienti i jejich přátelé a známí odcvičili 6 494 lekcí. Účastníci akce MaRS letos museli oproti předešlým ročníkům cvičit individuálně. Organizátoři jim proto nasdíleli různá online videa, kterými se mohli inspirovat. Na své si přišli například fanoušci kondičních cviků, jógy nebo chůze s hůlkami – nordic walking. *„Videa byla rozčleněna podle náročnosti, aby se mohl zapojit opravdu každý. Od maminek přes pacienty s omezeným pohybem až po zdravé sportovce,“* říká fyzioterapeutka Lucie Suchá. Videa s jednotlivými cviky si mohou zájemci vyzkoušet i po skončení maratonu na www.maratonmars.cz. Do maratonu se kromě cvičení podle instruktážních videí zapojili sportovci i procházkou. Ať už vystoupali na nejbližší kopec v okolí, nebo se prošli kolem řeky. Celkem 220 účastníků dohromady zdolalo ve výzvě 8. vrchol do Koruny planety 78 342 výškových metrů. *„Každý sám přispěl tolika výškovými metry, na které mu stačily síly,“* popisuje Kateřina Bémová a dodává: *„Jednou z procházek, kterou si mohli účastníci zvolit, byla 10 km dlouhá trasa mezi Fakultou tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze a Tyršovým domem. Sportovci ji mohli pojmut jako orientační běh nebo třeba rodinnou vycházku. Program připravili studenti oboru aplikovaná tělesná výchova a sport osob se specifickými potřebami, za což jsme jim moc vděční.“*

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 a www.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.

Kontakt pro novináře:

Mgr. Dominika Cardová, cardova.dominika@gmail.com, +420 728 297 868

Mgr. Veronika Ostrá, ostraveronika@gmail.com, +420 776 245 881