a...
Česká
alzheimerovská
společnost

Informační materiál vydala
Česká alzheimerovská společnost v září 2026
v rámci projektu ADDIT-CE.



Nezapomeň na...



Nezapomeň na…

…sebe. O blízké s demencí se nejčastěji starají jejich příbuzní a na kvalitě této péče do velké míry závisí i kvalita života nemocného. Je to náročná role a není možné ji zvládnout bez pomoci. Jedna ze základních rad ČALS proto zní: nezůstávejte na péči sami. Další tipy shrnuje náš starší leták, který dále najdete v mírně upravené podobě.

1. Diagnózu potřebujete co nejdříve
Symptomy Alzheimerovy nemoci se projevují postupně, a pokud je člověk fyzicky zdráv, podivné chování je možné snadno přehlédnout. Diagnóza je důležitá nejen pro zahájení nejvhodnější léčby; díky ní budete lépe zvládat současný stav a také budete mít možnost připravovat se na budoucnost.

2. Zajistěte si pomoc
Zjistěte, jaké služby a zdroje podpory jsou ve vašem okolí dostupné. Je to ve vašem zájmu i v zájmu člověka, o kterého pečujete. S orientací v systému péče vám mohou pomoci kontaktní místa ČALS.

3. Informujte se, jak nemocné ošetřovat
Rady a postupy — třeba od České alzheimerovské společnosti — pomáhají lépe rozumět výkyvům chování i změnám osobnosti, které nemoc provázejí.

4. Neodmítejte pomoc
Pokud chcete všechno zvládnout bez pomoci, rychle se vyčerpáte. Opora rodiny a přátel vám může mnohé ulehčit.

5. Nezapomínejte na sebe
Pečující se často zcela obětují péči o nemocné, a pak zapomínají na sebe a zanedbávají své vlastní potřeby. Nezapomínejte na správnou výživu, pohyb a dostatek odpočinku.

6. Nepodléhejte stresu
Stres může způsobit zdravotní problémy (nestabilitu v prostoru, zažívací potíže, bolesti krční páteře, vysoký krevní tlak) a změny v chování (vznětlivost, špatné soustředění, ztráta chuti k jídlu). Pamatujte, že i vy potřebujete odpočívat.

7. Přijímejte změny
Lidé s Alzheimerovou nemocí se mění. Zároveň se mění i jejich potřeby. Často potřebují péči, kterou jim doma zajistit nemůžete. Podrobně sledujte všechny možnosti další péče, které se ve vašem okolí nabízejí. Až ji bude váš blízký potřebovat, usnadní vám to správný výběr.

8. Zvažte situaci i z hlediska finančního a právního
Je-li to možné a vhodné, udělejte si společně s nemocným i s ostatními členy rodiny představu o tom, jak budete postupovat v budoucnu.

9. Buďte realisté
V současné době již existují léky, které mohou zpomalit rozvoj Alzheimerovy choroby. Nedokážou ji však vyléčit a nemoc bude přes veškerou terapii postupovat. Nebraňte se zármutku, který vám tato ztráta přináší, ale také se radujte z pozitivních chvil a pěkných vzpomínek.

10. Vážte si sami sebe a neobviňujte se
Člověk, o kterého pečujete, potřebuje pomoc. Vy mu ji poskytujete. Za to si můžete sami sebe vážit. Kdyby vám váš blízký mohl poděkovat, určitě by to udělal.

Dopis ČALS č. 12. Deset rad na pomoc těm, kteří pečují o pacienty postižené Alzheimerovou chorobou či jinou demencí.

...deset příznaků, které by vás měly varovat

1. Ztráta paměti, která ovlivňuje schopnost plnit běžné pracovní úkoly
Zapomínat občas na pracovní úkoly, termíny schůzek anebo jména kolegů a vzpomenout si na ně později je normální. Lidé s Alzheimerovou nemocí však zapomínají častěji a nevzpomenou si ani později.

2. Problémy s vykonáváním běžných činností
Hodně vytížení lidé jsou občas roztržití, takže někdy nechají dušenou mrkev stát v kastrolu na sporáku a vzpomenou si na ni, až když už je po jídle. Lidé s Alzheimerovou chorobou ale připraví jídlo, a nejen že ho zapomenou dát na stůl, ale zapomenou i na to, že ho vůbec udělali.

3. Problémy s vyjadřováním
Každý má někdy problém najít správné slovo, ale člověk s Alzheimerovou nemocí zapomíná i jednoduchá slova nebo je nahrazuje nesprávnými, a jeho věty pak nedávají smysl.

4. Časová a místní dezorientace
Každý někdy zapomene, jaký je den a kam vlastně jede. To je běžné. Ale lidé s Alzheimerovou nemocí se ztratí ve vlastní ulici a nevědí, kde jsou, jak se tam dostali ani jak najít cestu domů.

5. Špatný nebo zhoršující se racionální úsudek
Lidé se někdy tak zaberou do nějaké činnosti, že na chvíli zapomenou na dítě, které mají na starosti. Lidé s Alzheimerovou nemocí úplně zapomenou, že nějaké dítě existuje. Mohou se i nesmyslně obléknout, například si vezmou na sebe několik košil nebo halenek najednou.

6. Problémy s abstraktním myšlením
Ovládání internetového bankovnictví a placení účtů může být někdy komplikované, např. když dojde k nějakým změnám systému anebo telefonu či počítače. Člověk s Alzheimerovou nemocí může úplně zapomenout, že je třeba něco pravidelně platit a jak se to dělá.

7. Zakládání věcí na nesprávné místo
Každý někdy někam založí peněženku nebo klíče. Člověk s Alzheimerovou nemocí dává věci na zcela nesmyslná místa: žehličku do ledničky nebo hodinky do krabice od bot.

8. Změny v náladě nebo chování
Každý má někdy špatnou náladu. Člověk s Alzheimerovou nemocí podléhá prudkým změnám nálady. Náhle a nečekaně propukne v pláč nebo podlehne návalu hněvu, i když k tomu nemá žádný zjevný důvod.

9. Změny osobnosti
Lidské povahy se běžně do určité míry mění s věkem. Ale člověk s Alzheimerovou nemocí se může změnit zásadním způsobem. Stává se někdy velmi zmateným, podezíravým nebo ustrašeným.

10. Ztráta iniciativy
Když je člověk někdy znechucen domácími pracemi, zaměstnáním nebo společenskými povinnostmi, je to normální. Většinou se chuť do práce opět brzy dostaví. Člověk s Alzheimerovou nemocí může propadnout naprosté pasivitě a potřebuje neustále podněty, aby se do něčeho zapojil.

Dopis ČALS č. 9. Jedná se o Alzheimerovu chorobu? Deset příznaků, které by vás měly varovat.

Adresář

Adresář zahrnuje kontaktní místa České alzheimerovské společnosti a další místa, která nabízejí vyšetření v rámci projektu Dny paměti.

Certifikát Vážka je určen pro kvalitní denní či týdenní stacionáře a domovy se zvláštním režimem.

KM Blansko ⁎ **…**
SENIOR centrum Blansko, p.o.
Pod Sanatorkou 3,
678 01 Blansko
Z. Palínková
516 414 818, 724 555 911
domov se zvláštním režimem, odlehčovací služba, vyšetření paměti

KM Brno …
Diakonie ČCE – středisko v Brně
Hrnčířská 27, 602 00 Brno
L. Žertová
734 166 378
poradenská linka, osobní konzultace i v domácnosti (po objednání), svépomocné skupiny, terénní pečovatelská služba, centrum denních služeb pro lidi s demencí, vyšetření paměti (též v Komunitním centru Židlochovice)

Brno …
Socio Info Point
Křenová 289/6, 602 00 Brno
Š. Hanáková, M. Kalinová,
R. Popelková
542 175 453, 542 175 450,
542 173 778
vyšetření paměti

Bruntál …
Fosanima o.p.s.
Lidická 1758/25,
792 01 Bruntál
R. Rychlíková, B. Vojtíšková
603 816 550, 606 711 194
vyšetření paměti

Břeclav …
Lékárna Na Poliklinice, Břeclav
Bratří Mrštíků 38,
690 02 Břeclav
R. Budíková
519 303 266, 519 303 272
vyšetření paměti

KM Bystřany ⁎ **…**
Domov důchodců Bystřany
Pražská 236, 417 61 Bystřany
K. Šafránková
732 305 538
(po–pá 7.00–15.00)
poradenská linka, domov se zvláštním režimem, vyšetření paměti

Bystřice pod Hostýnem …
Lékárna Centrum
Bystřice pod Hostýnem
Dolní 1566,
768 61 Bystřice pod Hostýnem
K. Bolfová, M. Kotasová,
Z. Zámečíková
573 379 255
vyšetření paměti

KM České Budějovice ⁎ **…**
DpS Máj České Budějovice, p.o.
Větrná 13, 370 05 České Budějovice
D. Dvořáčková
388 902 121
poradenská linka, domov se zvláštním režimem, vyšetření paměti

KM Český Těšín …
Slezská diakonie – TABITA
Český Těšín, Třanovice, Třinec, Jablunkov
Třanovského 1758/10,
737 01 Český Těšín
I. Andrýsková
739 525 242
vyšetření paměti (možno vyšetřit i v Jablunkově či Třinci), poradenství pro lidi se syndromem demence a jejich blízké, terénní odlehčovací služba a osobní asistence

Dačice …
Centrum pro pečující Dačice
Antonínská 85/II, 380 01 Dačice
Z. Škarková
778 409 816
vyšetření paměti

KM Dvůr Králové nad Labem ⁎ **…**
Diakonie ČCE – středisko ve Dvoře Králové n. L.
Benešovo nábř. 1067,
544 01 Dvůr Králové n. L.
L. Trochimovič, V. Derdová
499 621 094, 724 230 270
poradenská linka, osobní konzultace, svépomocná skupina, vyšetření paměti, pečovatelská služba, denní centrum pro seniory, trvalé pobyty pro lidi s demencí

Hlučín …
Lékárna U Hradeb
Mírové náměstí 1, 748 01 Hlučín
M. Miketová Brázdilová,
B. Piatková
595 044 190
vyšetření paměti

KM Hradec Králové ⁎ **…**
Centrum sociální pomoci a služeb, o.p.s.
Souběžná 1746/12,
500 12 Hradec Králové
S. Pecharová
720 652 956
denní stacionář, pečovatelská služba, vyšetření paměti

KM Jihlava ⁎ **…**
Senevida Jihlava
Romana Havelky 4899/13,
586 01 Jihlava
D. Škorpíková, J. Nosková
778 494 014, 778 494 025
domov se zvláštním režimem, poradenská linka, osobní konzultace, vyšetření paměti

KM Jindřichův Hradec …
Hospicová péče sv. Kleofáše
sídliště U Nádraží 1302,
377 01 Jindřichův Hradec
M. Peškeová
734 432 411
vyšetření paměti
osobní konzultace (po objednání), svépomocná skupina; poradna působí i v Třeboni

KM Karlovy Vary ✳ **…**
Farní charita Karlovy Vary
Svobodova 743/12,
360 17 Karlovy Vary
D. Matoušová
353 434 214, 731 433 030
vyšetření paměti, poradenská linka, týdenní stacionář

Kopřivnice …
Lékárna Na Poliklinice
Štefánikova 1301,
742 21 Kopřivnice
M. Volná
556 813 320
vyšetření paměti

KM Krabčice ✳ **…**
Diakonie ČCE –
středisko v Krabčicích
Rovné 58, 411 87 Krabčice
M. Jeníková
730 815 065
poradenská linka, konzultace, oddělení pro klienty s demencí, vyšetření paměti

Krnov …
Lékárna Pod Cvilínem
Opavská 296/48, 794 01 Krnov
M. Antálková, J. Brindžáková
554 620 446
vyšetření paměti

Kyjov …
Ústavní lékárna
Nemocnice Kyjov, p.o.
Strážovská 1247/22, 697 01
Kyjov
M. Fojtíková
518 601 447
vyšetření paměti

KM Lanškroun ✳
Sociální služby Lanškroun
Janáčkova 1003,
563 01 Lanškroun
L. Jakešová
465 503 006, 739 455 274
domov se zvláštním režimem, konzultace, odborné sociální poradenství

KM Liberec …
Oddělení následné péče /
Poradna pro poruchy paměti,
Krajská nemocnice Liberec, a.s.
Husova 10, 460 01 Liberec
L. Ptáčková
485 313 203
(nutno se předem objednat,
st 9.00–11.00, čt 8.00–15.00)
poradenská linka, vyšetření paměti, osobní konzultace

KM Liberec ✳ **…**
Dům seniorů Františkov,
Liberec
Domažlická 880/8,
460 07 Liberec
L. Farská
482 362 182
domov se zvláštním režimem, poradenství, vyšetření paměti

Liberec …
Lékárna U Muzea Liberec
Masarykova 699/9,
460 01 Liberec
D. Vilémová
485 105 593
vyšetření paměti

KM Myslibořice ✳ **…**
Diakonie ČCE –
středisko v Myslibořicích
Myslibořice 1,
675 60 Myslibořice
I. Pelánová
568 834 942, 724 586 872
(po–pá 9.00–15.00)
poradenská linka, respitní pobyty, domov se zvláštním režimem, vyšetření paměti

KM Olomouc ✳ **…**
Pamatováček, o.p.s.
Karafiátová 5, 779 00 Olomouc
E. Klevarová, M. Málková
585 426 110, 732 452 596
poradenská linka, osobní konzultace, svépomocné skupiny, denní stacionář, vyšetření paměti

Orlová …
Lékárna SANO
Osvobození 1311,
735 14 Orlová – Lutyně
Z. Krnáčová
739 511 363
vyšetření paměti

KM Ostrava ✳ **…**
Slezská diakonie SILOE Ostrava,
centrum denních služeb,
odlehčovací služby a domov
se zvláštním režimem
Rolnická 55,
709 00 Ostrava – Nová Ves
V. Raszková
704 675 750
poradenská linka, osobní konzultace, pobytové odlehčovací služby, svépomocné skupiny pro rodinné pečující a pro lidi s demencí, centrum denních služeb, vyšetření paměti, domov se zvláštním režimem

KM Pardubice ✳ **…**
Domov pro seniory U Kostelíčka
Štrossova 357, 530 03 Pardubice
Š. Jirásková
466 611 703
domov se zvláštním režimem, vyšetření paměti

KM Písek ✳ **…**
Diakonie ČCE – středisko
Blanka
Jiráskovo nábř. 2443,
397 01 Písek
B. Tejkalová
739 343 709, 382 219 057
poradenská linka, osobní konzultace, pečovatelská služba, oddělení pro klienty s demencí, domov pro seniory Domovinka, home care, vyšetření paměti

KM Plzeň ✳
Domov sv. Aloise
Hradišťská 30, 326 00 Plzeň
A. Volková
377 310 410, 731 619 754
poradenská linka, osobní konzultace, domov se zvláštním režimem

KM Příbram ✳ **…**
AHC Senior centrum
Příbram s.r.o.
Rožmitálská 168,
261 01 Příbram
P. Čermáková
777 111 198
poradenská linka, osobní konzultace, domov rodinného typu, vyšetření paměti

Rožnov pod Radhoštěm …
MÚ Rožnov pod Radhoštěm
Palackého 480,
756 61 Rožnov pod Radhoštěm
K. Stavárková
724 207 389
vyšetření paměti

Rychvald …
Lékárna SANO
Mírová 1537, 735 32 Rychvald
O. Žák, V. Lasotová
606 561 293
vyšetření paměti

KM Strážnice ✳ …
Domov pro seniory Strážnice, p.o.
Preláta Horného 515,
696 62 Strážnice
I. Kyjovská
602 725 102, 725 581 717
domov se zvláštním režimem, poradenství pro lidi postižené syndromem demence, vyšetření paměti

Třeboň …
Centrum pro pečující Třeboň
Dukelská 145, 379 01 Třeboň
B. Tvarohová, J. Rozšlapilová, D. Opelková
722 318 313
(po–pá 8.00–12.00)
vyšetření paměti (též v Kardašově Řečici)

KM Ústí nad Labem …
Pečovatelská služba Ústí nad Labem, p.o.
Hoření 3083/13,
400 11 Ústí nad Labem
Y. Jungbauerová
725 033 123
poradenská linka, odborná sociální poradna s centrem pro rodinné pečující, pečovatelská služba, vyšetření paměti

Ústí nad Orlicí ✳ …
Domov důchodců Ústí nad Orlicí, p.o.
Cihlářská 761, 562 01 Ústí n. O.
R. Hegrová
734 793 449
vyšetření paměti

Valašské Meziříčí …
Diakonie Valašské Meziříčí
Žerotínova 319,
757 01 Valašské Meziříčí
J. Hlavicová
734 698 906
vyšetření paměti

Velké Bílovice …
Domov pro seniory Velké Bílovice
Čejkovská 1600,
691 02 Velké Bílovice
M. Kouřilová
773 370 434
vyšetření paměti

Velvary …
Lékárna Velvary
náměstí Krále Vladislava 223,
273 24 Velvary
D. Kobzáňová
703 474 448
vyšetření paměti

Vsetín …
Letokruhy, o.s.
Tyršova 1271, 755 01 Vsetín
E. Juřičková
733 102 760
vyšetření paměti

KM Zlín ✳ …
Naděje, pobočka Zlín
Voženílkova 5563, 760 05 Zlín
M. Hrbáčková
773 766 821
domov se zvláštním režimem, denní stacionář, vyšetření paměti, poradenství pro rodinné pečující, čaje o čtvrté

Zlín …
Domov pro seniory Burešov, p.o.
Burešov 4884, 760 01 Zlín
L. Horsáková, H. Nováková
734 482 152, 604 496 014
vyšetření paměti

✳ certifikát Vážka
… Dny paměti
KM kontaktní místo ČALS

21. září / Mezinárodní den Alzheimerovy choroby

Mezinárodní alzheimerovská asociace Alzheimer's Disease International (ADI) si již od roku 1994 připomíná 21. září jako Mezinárodní den Alzheimerovy nemoci. Česká alzheimerovská společnost se k této tradici připojila krátce po svém vzniku v roce 1997. Do roku 2013 jsme na problematiku demence upozorňovali během tzv. Pomerančového dne, od té doby v září slavíme Týden paměti.

Alzheimer's Disease International

Lidem s demencí můžete pomoci také prostřednictvím DMS!

Vybírat můžete ze šesti hodnot daru:
30, 60, 90, 190, 290 anebo 490 Kč.

V každém případě ale použijete stejné telefonní číslo: 87 777.
Na něj pak pošlete SMS ve tvaru:

DMS PROTIDEMENCI 30
DMS PROTIDEMENCI 60
DMS PROTIDEMENCI 90
DMS PROTIDEMENCI 190
DMS PROTIDEMENCI 290
DMS PROTIDEMENCI 490

Cena DMS je 30, 60, 90, 190, 290 nebo 490 Kč.
Česká alzheimerovská společnost obdrží 29, 59, 89, 189, 289 nebo 489 Kč.

(Více informací najdete na webu www.darcovskasms.cz.)

Peníze je možné zaslat také bezhotovostně přímo na sbírkový účet ČALS 20250277/0100. Další možnosti podpory jsou popsány na našem webu.

dms Dárcovská SMS
Ověřeno Fórem dárců
Pomoc jako součást vašeho života.

Financováno Evropskou unií na základě smlouvy č. 101087529 – ADDIT-CE. Vyjádřené názory a stanoviska jsou výhradně názory a stanoviska autorů a nemusí nutně odrážet názory Evropské unie nebo Evropské agentury pro výzkum. Ani Evropská unie, ani orgán poskytující podporu za ně nemohou nést odpovědnost.

Financováno Evropskou unií

ADDIT-CE



Dny paměti v letošním roce podpořila společnost Eli Lilly ČR, s.r.o., a OZP. Díky této podpoře můžeme vyšetření nabízet také letos bezplatně.

Děkujeme za podporu

Během Týdne paměti informujeme o problematice Alzheimerovy choroby a jiných typů demence a zároveň organizujeme prostřednictvím svých kontaktních míst sbírku na podporu lidí s demencí. Výtěžek sbírky je po odečtení 5 % na organizaci sbírky použit v místech, kde jsou peníze vybrány, a slouží uživatelům služeb našich kontaktních míst. Přehled o výsledcích sbírky v jednotlivých letech, stejně jako povolení, které nám vydal Magistrát hlavního města Prahy, je možné nalézt na našich stránkách www.alzheimer.cz.

Všem dárcům srdečně děkujeme za podporu!

Martina Mátlová

ČALS

Česká alzheimerovská společnost (ČALS) vznikla v roce 1997 s cílem podporovat lidi s demencí a ty, kteří o ně pečují. ČALS má více než 20 kontaktních míst ve všech krajích ČR, která kromě poradenství lidem s demencí a jejich rodinám poskytují celou škálu služeb. A i na dalších místech je možné si nechat vyšetřit paměť v rámci projektu Dny paměti.

ČALS ve svém sídle v Praze nabízí kromě jiného poradenství pro lidi s demencí a jejich rodiny, respitní péči v domácnosti anebo měření paměti v rámci projektu Dny paměti.



a...

Česká alzheimerovská společnost, o.p.s.
Šimůnkova 1600, 182 00 Praha 8
T +420 283 880 346, info@alzheimer.cz
www.alzheimer.cz
facebook.com/ceska.alzheimerovska.spolecnost
www.youtube.com/@ceskaalzheimerovskaspolecn9413