

TISKOVÁ ZPRÁVA

V Praze, 23. 7. 2020

## MetLife radí, jak v létě předcházet úrazům

Léto je v plném proudu a přináší s sebou nejen vytouženou relaxaci. S nástupem dovolené mají lidé tendenci polevovat v pozornosti, což se negativně promítá do počtu úrazů. Jejich množství v létě narůstá u dětí i dospělých, a to až o třetinu oproti jarním měsícům. Mnohdy je přitom na vině prostá nepozornost nebo nedůslednost. Pojišťovna MetLife radí, jak úrazům v co největší míře předcházet či alespoň minimalizovat jejich dopady.

*„Každoročně jsme svědky toho, jak s nástupem letních měsíců vzrůstá počet pojistných událostí. Uvolněná prázdninová atmosféra lidí ponouká mnohem více riskovat a zkoušet nové věci, ne vždy jsou však schopni střízlivě zvážit všechna potenciální nebezpečí a svůj zdravotní stav. Občas jdou dokonce úrazu sami naproti nevhodnou výbavou či nedostatečnými ochrannými pomůckami,“* podotýká František Špulák, Marketing and Communication Executive pojišťovny MetLife.

Vedle sportu, nejčastěji cyklistiky a in-line bruslí, vedou k různě vážným zraněním i práce na zahradě a domě. Mnoho lidí totiž využívá letní volno ke kutilství a nejrůznějším svépomocným opravám. Výjimkou proto nejsou pády z různých výšek – žebříků, střešech či například ovocných stromů –, zadřené třísky či poranění související se sekáním dřeva a prořezáváním křovin a stromoví. Poměrně časté jsou rovněž úrazy, k nimž dochází u vody, zejména důsledky skoků do nedostatečné hloubky.

*„V žebříčku letních úrazů spolehlivě vedou odřenyiny a tržné rány,“* popisuje František Špulák na základě dat pojišťovny MetLife. *„Následují různě vážné pohmožděniny a zlomeniny horních i dolních končetin, časté bývají vymknuté kotníky. Řadě drobnějších zranění přitom lze velmi snadno předejít.“*

Na úraz, respektive jeho závažnost můžou mít ohromný vliv zvolené ochranné prvky. Na kolo byste nikdy neměli vyrážet bez přilby, helmu využijete i při jízdě na koni či kolečkových bruslích, kde se vám budou hodit také chrániče kolen a loktů. Ještě než zahájíte sportovní aktivitu, ubezpečte se, že zařízení je v dobrém technickém stavu, zejména že fungují brzdy. Nezapomínejte ani na vhodné oblečení a obuv – rozhodně byste například neměli vyrážet na horskou túru v žabkách. Pokud plánujete náročnější sportovní aktivitu, předem důkladně zvažte

svůj zdravotní stav a kondici a vyvarujte se alkoholu, který může zásadním způsobem ovlivnit vaši koordinaci a rychlost reakcí.

*„K úrazu může vést i naprosto banální situace. Je proto dobré myslet na případné důsledky předem a zřídit si adekvátní pojištění. V rámci životního a úrazového pojištění si můžete navolit dodatečná připojištění a sestavit si ho v podstatě na míru. V případě úrazu se tak budete moci spolehnout na peníze z pojistného plnění, které vám usnadní rekonvalescenci,“* dodává František Špulák.

**Pro více informací kontaktujte:**

Marcela Štefcová  
**Crest Communications, a.s.**  
Ostrovní 126/30  
110 00 Praha 1  
gsm: + 420 731 613 669  
[www.crestcom.cz](http://www.crestcom.cz)  
e-mail: [marcela.stefcova@crestcom.cz](mailto:marcela.stefcova@crestcom.cz)

**Informace pro editory**

Pojišťovna [MetLife](#) (MetLife Europe d.a.c.) nabízí své služby v České republice od roku 1992. Dlouhodobě se umísťuje v žebříčku top deseti nejvyužívanějších pojišťoven v oblasti životního pojištění. MetLife Europe d.a.c. je dceřinou společností MetLife, Inc., která vznikla již v roce 1868 a v současnosti spravuje pojistky 100 milionů klientů ve více než 40 zemích světa. Široká produktová nabídka zahrnuje zejména investiční životní pojištění, úrazové pojištění, speciální druhy pojištění pro ženy nebo děti či zaměstnanecké benefity.