**www.moudrysenior.cz**

Samotný web je zaměřen na generaci seniorů a chce napomáhat generaci 55+ v jednodušším přechodu z produktivního věku do let seniorských. Jedná se o projekt, který věnuje hlavní důraz na 5 oblastí, které jsou nosným programem celého projektu. Největší důraz je zcela pochopitelně kladen na oblast zdravotnictví, ve které se věnuje zejména problematice stárnutí a s tím souvisejících nemocí. Neméně důležitou otázkou bude i prevence těchto chorob s návody jak si co nejdéle udržet dobré zdraví

**Odkaz na portál pro vysvětlení výsledků laboratorních vyšetření:**

[www.labtestsonline.cz](http://www.labtestsonline.cz/).

<http://zdravi.e15.cz/denni-zpravy/z-domova/web-vysvetli-pacientum-vysledky-svych-laboratornich-testu-473777>

**odkaz na ověřené informace z onkologických center sloužící**

**pacientům s nádorovým onemocněním a jejich příbuzným**

<http://www.onkoportal.cz/>

Odkaz na portál pro pacienty s rakovinou prostaty.

[www.rakovinaprostaty.org](http://www.rakovinaprostaty.org/)

<http://zdravi.e15.cz/denni-zpravy/profesni-aktuality/novy-portal-prinasi-informace-lekaru-o-rakovine-prostaty-473689>

Česku téměř polovina pacientů s rakovinou prostaty nemá podle průzkumu dost informací o svém onemocnění a možnostech léčby. O nemoci, která je třetí nejčastější příčinou úmrtí českých mužů, chtějí pacienti i jejich rodiny rady garantované odborníky. Najdou je na informačním portálu [www.rakovinaprostaty.org](http://www.rakovinaprostaty.org/). Pacient se zaregistruje a pak podle fáze nemoci dostává jasné instrukce k léčbě

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Odkaz na stránky , kde je možné poradit se k pomoci **pro těžce nemocné a jejich blízké**:   |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | |  |   **Portál pro pacienty s duševním onemocněním**:  najít spřízněnou duši ve svém onemocnění, radu i pomoc a kontakt na pacientské sdružení i  odborníky umožní nemocným i jejich rodinám webový projekt [www.jakoja.cz](http://www.jakoja.cz/)  [www.umenidoprovazet.cz](http://www.umenidoprovazet.cz/) | |

**centrum pro zdravý vlas**:

<http://zdravi.e15.cz/denni-zpravy/profesni-aktuality/centrum-zdravy-vlas-ma-interaktivni-web-o-lecbe-chorob-vlasu-474196>

**Laický průvodce medicínskými informacemi:**

[www.mojemedicina.cz](http://www.mojemedicina.cz), <http://www.ordinace.cz/>, <http://www.tymprozdravi.cz/>

**Nadváha, zdravá strava:**

[www.stobklub.cz](http://www.stobklub.cz)

[www.hravezijzdrave.cz](http://www.hravezijzdrave.cz)

[www.metabolickysyndrom-klub.cz](http://www.metabolickysyndrom-klub.cz/)

[www.obesitas.cz](http://www.obesitas.cz)

[www.poradcevyzivy.estranky.cz](http://www.poradcevyzivy.estranky.cz/)

**K cukrovce**:

[www.zivotsdiabetem.cz](http://www.zivotsdiabetem.cz)

**Laická první pomocpříručky první pomoci:** http://www.zachrannasluzba.cz/prvnipomoc/index.htm

**Bolesti zad,cviky:**  [http://www.bolest-zad.cz/](%20http://www.bolest-zad.cz/), <http://bolestizad.info/>

<http://www.specou.cz/files/skolazad-prez.pdf>

**Artroza**: <http://artroza.eu/>, <http://www.artroza.com/>

**Prevence před nádory**: <http://www.prevencenadoru.cz/>

**Prevence rakoviny tlustého střeva:**

<http://www.kolorektum.cz/>

**Prevence rakoviny prsu**, postup samovyšetření prsou atd:

<http://www.mamo.cz/index.php?pg=pro-verejnost--rakovina-prsu--samovysetreni-prsuzdravotniku.cz>

**Stránky České onkologické společnosti určené i pacientům, různé rady, např. k výživě při nádorovém onemocnění atd** <http://www.linkos.cz/>

**Hojení ran . Inkontinence**:

<http://cz.hartmann.info/>, <http://www.tenacz.cz/>

<http://www.snadnehojeni.cz/>

<http://www.valeant.cz/laicka-verejnost.html>

**Kouření**:

[www.prestantekourit.cz](http://www.prestantekourit.cz), [www.dokurte.cz](http://www.dokurte.cz)

Národní telefonní **Linka pro odvykání kouření** má **číslo 844 600 500** a je v provozu **každý pracovní den od 12 do 20 hodin**

**Bolest hlavy** : <http://bolest-hlavy.info/>

**Pálení žáhy**: [http://www.ordinace.cz/clanek/paleni-zahy/, http://nemoci.vitalion.cz/paleni-zahy/](http://www.ordinace.cz/clanek/paleni-zahy/,%20http://nemoci.vitalion.cz/paleni-zahy/)