

# UPORABNOST SPOZNANJ O OTROKOVEM TEMPERAMENTU PRI DELU MEDICINSKE SESTRE V OTROŠKEM ZDRAVSTVU

Anica Kos-Mikuš

UDK/UDC 159.922.7

DESKRIPTORJI: temperament; otrok; sestrew medicinske; nega bolnika

**IZVLEČEK** – Spoznanja o temperamentu in njegovem pomenu za otrokov razvoj in interakcije s socialnim okoljem so za vsakodnevno delo medicinske sestre zelo pomembna. Omogočajo ji boljše razumevanje vzgojnih in razvojnih dogajanj. Hkrati bi morala biti eno od izhodišč za zdravstveno vzgojo in svetovalno delo medicinske sestre s starši. Znatna je tudi pomembnost teh spoznanj pri preprečevanju psihosocialnih motenj v otroštvu. Otroci z zapletenimi temperamentalnimi lastnostmi in otroci, katerih temperamentne lastnosti so glede odzivanja in vedenja v izrazitem neskladju z zahtevami in pričakovanji njihovega okolja, so izpostavljeni številnejšim in intenzivnejšim psihosocialnim obremenitvam, ki predstavljajo tudi dejavnike tveganja za razvoj. Z individualnimi razlikami v temperamentu je tudi mogoče pojasniti številne drobne vzgojne probleme brez psihiatrizacije in brez zbujanja občutkov krivde pri starših.

THE UNDERSTANDING OF CHILD'S TEMPERAMENT AND ITS APPLICABILITY IN CHILD HEALTH CARE NURSING

DESCRIPTORS: temperament; child; nurses; nursing

**ABSTRACT** – The understanding of temperament and its significance for child's development and interactions with his/her social environment are extremely important for the everyday work of nurses. It provides them with a better understanding of educational and developmental issues. At the same time, it should represent one of the strating points for health education and counseling work of nurses with parents. Besides, the importance of this understanding in the prevention of psychosocial disorders in childhood is well-known. Children with complicated temperamental patterns and children whose temperamental patterns are, as regard their reactions and behavior, markedly disbalanced with the requests and expectancies of their environment, face numerous and more intensive psychosocial pressures which also represent risk factors for their development. Through the understanding of temperamental differences, several less noticeable educational problems can be explained, without unnecessary psychiatrization or guilt feelings on the part of the parents.

## O temperamentu

Medicinski sestri, ki dela z otroki, je iz delovnih in osebnih izkušenj dobro znano, da glede odzivanja in vedenja obstajajo velike razlike med enako starimi otroki. Ob teh razlikah pomislimo predvsem na različne vplive okolja, v katerih otrok odrašča in marsikdaj prezremo ali pa podcenimo konstitucionalno ali biološko pogodnost otrokovih značilnosti.

Za otrokove odzivne značilnosti, za katere menimo, da so predvsem konstitucionalno pogojene, uporabljamo besedo temperament. Ameriška raziskovalca Thomas in Chess sta iz množice lastnosti, po katerih se otroci med seboj razlikujejo, izdvojila tiste, katerim pripisujeta poseben pomen za otrokovo vedenje, odnose z drugimi in njegov psihosocialni razvoj:

*Raven aktivnosti:* količina gibanja, prisotna v otrokovem običajnem vsakodnevnem vedenju in odnos med gibalno aktivnimi in gibalno neaktivnimi obdobji v budnem stanju.

*Ritmičnost (regularnost):* časovna predvidljivost oziroma nepredvidljivost običajnih dnevnih funkcij, na primer cikla budnost–spanje, pojava lakote, odvajanja, pojava utrujenosti, delovnega ritma.

*Pristop ali umik:* narava prvega odgovora na nov dražljaj ali na nov pojav, s katerim se otrok sreča – to je lahko oseba, prostor, situacija, zahteva. O reakciji pristopa govorimo tedaj, ko je odziv čustveno pozitivno obarvan in ob gibalnem približevanju; na primer: otrok ob novosti pokaže zanimanje, zadovoljstvo, se nasmehne, pristopi k predmetu, besedno ali nebesedno naveže stik s tujcem, želi ostati v novi situaciji; obratno velja za reakcijo umika.

*Prilagodljivost:* narava odgovora na nove ali spremenjene okoliščine, napor ali lahkota, s katero se otrok usklajuje, prilagaja ali navaja na nove okoliščine.

*Prag odzivnosti:* kolikšna jakost dražljaja je potrebna, da izzove razločen odziv pri otroku, ne glede na njegovo vsebino ali obliko. Dražljaj je lahko kakršnekoli vrste – bodisi materialne ali socialne.

*Intenziteta reakcije:* energetska raven odziva, ne glede na njegovo kakovost ali smer.

*Kakovost razpoloženja:* količina zadovoljstva, veselja, prijateljskega vedenja v primerjavi z nezadovoljstvom, nesrečnostjo, jokom, neprijateljskim vedenjem.

*Odvrnljivost:* učinkovitost zunanjih dejavnikov pri spreminjanju smeri vedenja. Gre za vprašanje, s kakšno lahkoto je možno s pomočjo novega zunanjega dražljaja prekiniti prvotno otrokovo dejavnost ali spremeniti njegovo vedenje.

*Trajanje dejavnosti in vztrajnost:* lastnosti sta med seboj povezani in prepleteni. Trajanje dejavnosti označuje, koliko časa otrok izvaja začeto dejavnost, medtem ko vztrajnost označuje nadaljevanje dejavnosti kljub oviram, ki otežujejo ponavljanje in nadaljevanje v daljšem časovnem obdobju.

Osnova temperamentnih lastnosti je biološko pogojena – z dednostnimi dejavniki, z bolezenskimi dejavniki ali poškodbami, ki prizadevajo možgane. Vendar sta izraženost temperamentne lastnosti in zlasti njen pomen za otroka v veliki meri odvisna od okolja.

Okolje lahko določeno lastnost goji ali pa zavira. Otrok, ki je glede svojih osnovnih potreb neritmičen, v kaotičnem okolju svojo neritmičnost še stopnjuje. Otrok, ki je nemirnejši od svojih vrstnikov, ima težave zlasti v šolskem okolju, tu je spričo zahteve po mirnem sedenju med šolsko uro otrokova večja nemirnost neugodna lastnost, ki mu povzroča številne težave. Otrok s svojimi temperamentnimi lastnostmi vstopa v interakcije z ljudmi iz svojega okolja in prispeva h kakovosti interakcije in njenemu izidu. Na primer: otrok z nerednim ritmom spanja izčrpava svoje starše, zlasti mater. Zaradi pomanjkanja spanja in utrujenosti postaja mati ob takem otroku nervozna, nestrpna, kar dodatno vpliva na otrokove motnje spanja. Otrok z zelo močnimi odzivi na običajne nevšečnosti, nemiren otrok in slabo obvladan otrok predstavlja za starše in vzgojitelje večjo obremenitev; tak otrok pogosteje sproži odklonilen odnos ali kaznovalno vedenje pri starših, vzgojiteljih in učiteljih in do določene mere sam prispeva k ravnanju odraslih, ki je zanj neugodno in ga čustveno prizadeva. Nekatere temperamentne lastnosti so očitno manj zaželene in manj ugodne za otrokovo vzgojo in razvoj. Sprožajo

neugodne reakcije okolja, ki se sklenejo v začaran krog z manj ugodno temperamentno lastnostjo. Dober primer za to je otrok s prevladujočim slabim razpoloženjem. Gre za otroka, ki je v običajnem družinskem okolju večidel nezadovoljen in čemerren. V običajnih življenjskih okoliščinah večina otrok vrsto nezadovoljenih potreb, nespolnjenih želja in nevšečnosti obvladuje brez večjih prizadetosti. Za otroka z osnovno negativnim razpoloženjem že običajne vsakodnevne nevšečnosti predstavljajo travme, ki močno slabšajo njegovo razpoloženje. Čemerren, nevesel in neprijazen otrok je v svojem okolju deležen tudi manj prijaznih in spodbudnih približevanj s strani odraslih. Z drugimi besedami, zadovoljen, vesel in prijazen otrok doživlja več ljubeznive pozornosti in izrazov naklonjenosti v svojem okolju, medtem ko pretežno nezadovoljen otrok, ki ima večje potrebe po čustveno in socialno pozitivnem dajanju s strani ljudi, ki mu veliko pomenijo, dobi vsega tega manj.

Pomembno je tudi spoznanje, da otrok od prvih dni življenja naprej sooblikuje odnos in vedenje staršev. Ob dojenčku s prijetnim temperamentom mati doživlja veliko zadovoljstva; tak otrok spodbuja mater h kakovostnemu materinstvu in jo zanj nagraduje. Medtem ko težaven otrok obremenjuje mater, ob njem se mati vedno znova sprašuje, česa ne dela prav, zakaj otrok veliko joka, ni reden glede spanja in prehranjevanja. Njena materinska samopodoba je lahko prizadeta, v odnos do otroka in ravnanje z otrokom se vpletejo skrb, nezadovoljstvo, občutki krivde.

Nekatere temperamentne lastnosti se združujejo v posebne grozde, ki so pomembni za vzgojna dogajanja in otrokov razvoj. Tako izstopajo predvsem:

»Netežaven otrok«, za katerega je značilno osnovno dobro razpoloženje, velika ritmičnost, nizka ali zmerna jakost odzivov na dražljaje, dobra prilagodljivost na novosti. Teh otrok je največ, kakih 40 odstotkov. To so otroci, ki v običajnih družinskih in drugih življenjskih okoliščinah nimajo posebnih težav, pa tudi njihovi vzgojitelji nimajo z njimi posebnih vzgojnih težav. Psihosocialne motnje se pri teh otrocih pojavijo le, če živijo v neugodnem okolju, pa še to ne nujno, kar kaže, da jih njihov temperament varuje pred škodljivimi dejavniki okolja.

»Težaven otrok«, za katerega je značilen nereden ritem bioloških funkcij, prevladujoče intenzivne negativne reakcije, počasna in slaba prilagodljivost, pretežno neugodno razpoloženje, veliko reakcij umika ob novostih. Teh otrok je kakih 10 odstotkov. Gre za otroke, ki so bolj ogroženi glede nastanka različnih vzgojnih problemov in psihosocialnih motenj. So manj odporni, že običajne življenjske obremenitve jih marsikdaj tako prizadenejo, da začnejo ob njih kazati znake čustvene motenosti ali za okolje neprijetne oblike vedenja. Na drugi strani pa so ti otroci bolj naporni za starše in druge vzgojitelje in ob njih so lahko običajna vzgojna prizadevanja nezadostna ali neustrezna. Zato se pri nekaterih od teh otrok pojavljajo različne psihosocialne motnje že v običajnih življenjskih okoliščinah, tem bolj pa so ogroženi v neugodnih psihosocialnih okoliščinah. Temperamentni grozd težavnega otroka daje tudi delni odgovor na vprašanje, zakaj imajo nekateri otroci težave, čeprav doraščajo v ne zelo obremenilnih življenjskih okoliščinah in ne da bi bili izpostavljeni posebnim psihosocialnim stresom.

»Počasi se ogrevajoči otroci« počasi sprejemajo novosti, se zmerno odzivajo na doživetja, počasi prilagajajo in se novostim v začetku umaknejo. Ti otroci imajo težave predvsem v primeru, ko so izpostavljeni številnim in naglim spremembam

življenjskih okoliščin, torej v pogojih življenja, ki terjajo hitro prilagajanje. Kakih 15 odstotkov otrok sodi med »počasi se ogrevajoče«.

Mnoge vzgojne težave in psihosocialne motnje otrok izvirajo iz neskladnosti otrokovih lastnosti s pričakovanji in zahtevami okolja. Najboljši primer za to je že omenjena hiperaktivnost otroka. Večja nemirnost otrok v predšolskem obdobju, v bivalnem okolju, v katerem ima otrok veliko možnosti za gibanje, ne predstavlja posebnih težav. Kakor hitro pa se znajde otrok v šolskem okolju, se izkaže večja nemirnost za lastnost, ki je v izrazitem neskladju z zahtevami šole – s šolsko disciplino, s prostorskimi možnostmi gibanja v šoli, s šolskim urnikom. Prav tako ima nemiren otrok lahko že v predšolskem obdobju težave v odnosih s starši, če so ti nervozni, če težko prenašajo živahnega otroka.

### **Temperament v vsakdanji delovni praksi medicinske sestre**

Medicinska sestra se pri svojem vsakodnevnem delu v posvetovalnici, v dispanzerju, v šolski ambulanti, v patronažni službi vseskozi srečuje s številnimi značilnostmi otroka, ki jih je mogoče povsem ali vsaj delno razložiti tudi z otrokovim temperamentom. Eden od pogostih problemov v posvetovalnici je vprašanje ritmičnosti potrebe po hranjenju in ritmičnosti spanja. Pomembno je, da medicinska sestra ve, da neritmičen otrok nikakor ni takšen zato, ker si starši ne prizadevajo, da bi pri njem vzpostavili red prehranjevanja in spanja, temveč zato, ker je neredna njegova biološka notranja ura. Medicinska sestra v šolski zdravstveni službi mora vedeti, da so številni otroci prav zaradi značilnosti svojega temperamenta bolj živahni in nemirni in imajo zaradi tega težave v šoli. Za medicinsko sestro, ki dela v otroški bolnišnici, je nadvse pomembno spoznanje, da se nekateri otroci hitreje in z manj napora privadijo na bolnišnično okolje, medtem ko drugi zaradi spremembe doživijo stres in za prilagajanje potrebujejo dosti več časa. Enako velja za prilagajanje otroka na jasli, vrtec, zdravstveno kolonijo, zdravilišče. Medicinska sestra, ki deluje v katerikoli od ustanov za otroke, mora vedeti tudi to, da so čustvene potrebe otrok različne. Neka raziskava je pokazala, da se medicinska sestra na pediatričnem oddelku manj pogovarja, manj igra in manj ukvarja z otrokom, ki je jokav, čemerren, nezadovoljen in nesrečen, kot pa z otrokom, ki je prijazen, ljubezniv, kaže zadovoljstvo, ko se mu približa. Gre za normalno človeško reakcijo – vsi raje navezujemo stike in vstopamo v socialne interakcije z ljudmi, ki kažejo zadovoljstvo, ki nas nagrajujejo s prijaznostjo, težje pa se približujemo tistim, ki ob naših prizadevanjih po vzpostavljanju socialnega stika ne kažejo nobenega zadovoljstva.

Otrokov temperament je tudi pomemben za otrokovo doživljanje bolezni in za sporočila, ki jih posreduje otrok svojemu okolju med boleznijo. Otroci z intenzivnimi reakcijami na neugodne dražljaje ob neugodju ali bolečini močno jokajo in so močno prizadeti, drugi pa ob enaki bolečini, enakem neugodju kažejo bolj zmerne znake ali pa celo tako medle znake, da jih lahko zdravstveni delavec prezre, kar lahko neugodno učinkuje na proces zdravljenja.

Ob otroku z grozdom temperamentnih lastnosti, ki označujejo težko vzgojljivega otroka, bo poznavanje pomena temperamenta za otrokov razvoj lahko zavarovalo medicinsko sestro pred tem, da bi neupravičeno za otrokovo težavnost krivila starše. Pod vplivom številnih psiholoških sestavkov, ki govorijo o vplivih okolja na otrokov razvoj, se številni starši ob težavnem otroku čutijo krive za

otrokovo težavnost in pogosto njihova občutja krivde ojačujejo zdravstveni delavci. Spoznanje, da so nekateri otroci po naravi bolj težavni, bolj naporni, težje vzgojilivi in spoznanje, da tak otrok učinkuje tudi na celotno razpoloženje v družini, lahko medicinska sestra koristno uporabi pri razlagi otrokovih težav in svetovanju staršem. Na številna vprašanja staršev bi zdravstveni delavci lažje odgovarjali, če bi se bolj zavedali prisotnosti in vloge otrokovega temperamenta v pojavih ali dogajanjih, zaradi katerih starši iščejo odgovor ali nasvet.

### **Kako naj vednost o temperamentu vključimo v otroško zdravstvo?**

*Ugotavljanje otrokovih temperamentnih lastnosti.* Številni avtorji svetujejo, naj bi zdravstveni delavci, zlasti medicinske sestre, že v posvetovalnici pri vseh otrocih skupno s starši poskušali orisati otrokove temperamentne značilnosti. V ta namen obstajajo posebni vprašalniki o temperamentu, ki so prilagojeni starosti otroka. Vendar podoba otrokovega temperamenta marsikdaj bolj slikovito izstopi iz pogovora s starši kot iz vprašalnika. Tak pogovor ima več namenov in je z več plati koristen. Že samo dejstvo, da se zdravstveni delavci s starši sistematično pogovarjajo o otrokovih lastnostih, značilnostih odzivanja, posebnostih, je zdravstveno vzgojno dejanje. Starše navaja na to, da razmišljajo o otroku, o njegovih značilnostih in potrebah. Sporočilo, ki ga razberejo iz takega razgovora, je, da so otrokove lastnosti zelo pomembne za otrokov razvoj in za odnos ter vedenje staršev do otroka. Obstaja verjetnost, da se bodo pri starših povečale občutljivost, skrb in prizadevnost za ugoden psihosocialni razvoj in duševno zdravje otroka. Poznavanje otrokovih značilnosti omogoča staršem, da se ustrezneje odzivajo na otrokove potrebe, da prilagajajo svoje vzgojno ravnanje otroku, da zmanjšujejo neskladnost med otrokovimi značilnostmi in lastnimi pričakovanji ter zahtevami, se pravi olajšuje celotno vzgojno dogajanje ter preprečuje motnje v odnosih med otroki in starši.

*Razlaga otrokovih težav in vzgojnih problemov staršev.* V številnih primerih je probleme z nego, vzgojo, otrokovim neustreznim vedenjem mogoče pojasniti z otrokovimi temperamentnimi lastnostmi. S tako razlago lahko učinkujemo na ustreznejše ravnanje staršev z otrokom, ravnanje, ki je bolj prilagojeno otrokovim značilnostim in potrebam. Hkrati pa takšna razlaga razbremenjuje starše občutkov krivde, češ da so s svojim neustreznim ravnanjem povzročili motnje. Pri tem je pomembno, da medicinska sestra pozna nekatera novejša spoznanja, ki osvetljujejo vlogo temperamenta pri najpogostejših težavah v otroškem obdobju. Medtem ko smo bili še pred desetletjem mnenja, da so kolike prvih treh mesecev posledica neugodnega odnosa matere do otroka ali materinih čustvenih ali nevrotskih motenj, danes vemo, da ima tudi otrokov temperament zelo pomembno vlogo tako pri kolikah prvih treh mesecev kot pri trebušnih krčih v poznejših letih.

*Svetovalno delo.* V okviru posvetovalnice, patronažnega dela, dela v šolski ambulanti naj bi medicinska sestra svetovala staršem tudi glede vzgojnega ravnanja ob upoštevanju otrokovih temperamentnih značilnosti. Marsikdaj namreč starši potrebujejo dokaj konkretne nasvete o tem, kako naj ravnajo z otrokom, še zlasti, če sodi med težavne otroke. Svetovanje ob običajnih težavah otrok s temperamentnimi posebnostmi ali grozdom lastnosti, ki predstavlja večji napor za starše, še ne spada v področje psihologa in ga lahko zdravstveni delavec, zlasti medicinska

sestra, ki ima veliko stikov s starši in veliko zdravstveno vzgojnega dela v svojem delovnem programu, zadovoljivo opravlja. Sicer pa lahko medicinska sestra tudi brez teoretskega znanja o pomenu temperamenta opravlja svetovanje, pri katerem upošteva otrokove temperamentne značilnosti. Ena izmed modrosti svetovanja, ki je povezano z otrokovim temperamentom, je misel, da enaki vzgojni prijemi niso enako dobri za vse otroke in da je treba vzgojne prijeme ter vzgojno ravnanje prilagoditi otrokovim značilnostim. Drugo splošno vodilo je, naj si starši ne prizadevajo nasilno spremeniti otrokovega temperamenta, ga »izbiti« iz otroka, pač pa naj ga pri svojem vzgojnem ravnanju upoštevajo predvsem v dveh smereh. Prva smernica je, naj pred otroka ne postavljajo pretiranih zahtev, zahtev, ki so morda normalne in obvladljive za druge otroke, zanj pa niso obvladljive. Druga smernica pa je, naj tiste temperamentne lastnosti, ki otroku povzročajo ali utegnejo v prihodnosti povzročati težave, poskušajo ublažiti s privzganjanjem navad in vzorcev vedenja, ki bodo delovali kot protiutež ali varovalno v okoliščinah, v katerih bi utegnili temperamentna lastnost povzročati otroku težave.

*Upoštevanje temperamenta pri urejanju življenjskih okoliščin otroka in družine.* Včasih prav otrokov temperament narekuje posege v okolje, ki blažijo neskladnost med otrokovimi posebnostmi in zmožnostmi in zahtevami okolja. Ob počasi in težko prilagodljivem otroku naj bi zdravstveni delavci pomagali staršem, da dosežejo v vrtcu posebne možnosti, ki bi olajšale otroku prilagajanje, na primer obisk vzgojiteljice na otrokovem domu, da se spoznata ali prisotnost staršev v prvih dneh v vrtcu. Podobno velja za vstop otroka v šolo. Takšni preventivni ukrepi bi otroku prahraniili veliko trpljenja, hkrati pa bi tudi olajšali delo ustanovi, v katero otrok vstopa. Ob težko vzgojljivem otroku lahko zdravstveni delavci pomagajo staršem aktivirati druge družinske člane, da preživijo nekaj časa z otrokom, tako da se starši – zlasti mati – lahko spočijejo. Otrok z majhno vztrajnostjo in veliko dovzetnostjo za moteče dražljaje bo izredno težko delal za šolo v majhnem, prenapolnjenem stanovanju in zdravstvena služba lahko pomaga staršem pri pridobivanju ugodnejšega stanovanja. Možni so še številni drugi posegi, s katerimi se spreminjajo stvarne življenjske okoliščine otroka in cele družine.

*Preprečevanje resnejših psihosocialnih in zdravstvenih problemov.* Omenili smo že, da razlaga o otrokovem temperamentu lahko prepreči vrsto neugodnih interakcij med otrokom in starši, občutke krivde pri starših in pretirane pritiske na otroka. Poleg tega širokega preprečevalnega značaja so lahko spoznanja o pomenu temperamenta za interakcije otroka z okoljem in za njegov razvoj v nekaterih okoliščinah na specifičen način še zlasti pomembna. Znano je na primer, da so hiperaktivni, impulzivni in slabše obvladani otroci bolj nagnjeni k nezgodam kot njihovi vrstniki brez teh lastnosti. Opozorilo staršem, vzgojiteljem, telovadnim učiteljem, lahko prepreči marsikatero nesrečo. Otrok, pri katerem so lastnosti iz težavnega grozda temperamentov močno izražene, je v neugodnem družinskem okolju znatno bolj ogrožen v svojem razvoju kot lahko vzgojljiv otrok.

Splet enega in drugega lahko pripelje do resnih psihosocialnih motenj pri otroku. Nekatere raziskave kažejo, da je med trpinčenimi otroki več takih, ki imajo težaven grozd temperamentalnih lastnosti. Skratka, otrokov temperament včasih zahteva skrbnejše spremljanje njegovega razvoja in usmerjeno preventivno dejavnost.

*Neposredna pomoč otroku.* Ko otrok odrašča, zlasti v šolskem obdobju, mu lahko njegove značilnosti tudi razložimo. Otroek tako razume svoje odzivanje in morebitne težave. Zdravstveni delavci lahko otroku svetujejo in pomagajo obvladovati težave, h katerim prispeva tudi njegov temperament.

Upoštevanje razsežnosti temperamenta pomaga medicinski sestri, da bolje razume otrokovo doživljanje in vedenje. Pogloblja in bogati njeno delo s starši in z otrokom. Omogoča pa ji tudi, da staršem predstavi vzgojni problem ali otrokovo težavnost z besednjakom, ki ne vsebuje negativnih oznak za starše ali za otroka.

### *Literatura*

1. Carey WB. »Colic« – primary excessive crying as an infant- environment interaction. *Pediatric Clinics of North America* 1984; 31: 993–1005.
2. Chess S, Thomas A. *Temperament in clinical practice*. New York: The Guilford Press, 1986.
3. Kos A. Individualne razlike med otroki. *Zdrav Var* 1983; 22: 6– 13.

---

## SVETOVNI DAN ZDRAVJA

### RANJENI PLANET

Vse očitneje postaja, da je vse več bolezni posledica propadanja okolja, katerega glavni krivec je človek. Dodobra so nam tudi znani potencialni škodljivi učinki industrijskega razvoja na globalni ekosistem. Tanjšanje ozonske plasti, kisli dež, kemično onesnaženje in klimatske spremembe so le nekateri izmed primerov za škodo, ki jo človek sam povzroča svojemu planetu.

Zdaj smo na prelomnici; opozorila o tem, kako škodujemo svojemu zdravju in okolju, so vse glasnejša. Vse več ljudi si prizadeva, da bi ustavili propadanje okolja.

Kot generalni direktor Svetovne zdravstvene organizacije sem za letošnji svetovni dan zdravja izbral geslo **Okolje in zdravje**.

Svetovna zdravstvena organizacija namerava osvetliti ukrepe, ki se jih morajo lotiti posamezniki, skupnosti in narodi, če hočejo zaustaviti nadaljnje propadanje zdravja na našem planetu. Od teh je odvisno naše zdravje in zdravje prihodnjih rodov.

Slovesno kličem k zavezništvu med razvitimi deželami in deželami v razvoju. Skupaj moramo najti sprejemljive možnosti za nadaljnji razvoj in varovanje zdravja vsepovsod na našem planetu.

Odločitve vsake posamezne dežele ne učinkujejo le na njene sosede, ampak na vse dežele sveta.

Ob letošnjem svetovnem dnevu zdravja vabim države članice Svetovne zdravstvene organizacije, vse vladne in nevladne ustanove in vse, ki jih skrbi blaginja na Zemlji, da se lotijo ozaveščanja svojih sodržavljanov. Vsakdo mora spoznati nevarnosti nezdravega okolja in ukrepe, s katerimi jih lahko odvrnemo. Zato je naše geslo: »Naš planet – naše zdravje: premišljaj lokalno, deluj globalno.«

Hiroshi Nakajima, generalni direktor  
Svetovne zdravstvene organizacije