

## 7. APRIL – SVETOVNI DAN ZDRAVJA

1000 mest, 1000 življenj. Zdravje v mestih šteje.

Svetovni dan zdravja 2010 je posvečen zdravju ljudi v mestih oziroma v urbanih naseljih. V mestih živi vse več ljudi. Leta 2007 je v urbanih naseljih živel že 50 % vseh prebivalcev, delež pa se bo do leta 2030 povečal na 60 % in do leta 2050 na kar 70 % svetovne populacije. To pomeni, da danes v mestih živi že prek 3 milijarde ljudi. Zaradi tolikšnega števila ljudi, ki živijo v mestih, se povečuje pomen dejavnikov, ki v urbanih naseljih vplivajo na zdravje ljudi.

Večina dejavnikov, ki vplivajo na zdravje ljudi, je izven zdravstvenega sektorja. Zdravstvo se preko zdravstvenih storitev praviloma srečuje le s posledicami dejavnikov, ki imajo na zdravje tako pozitivne kot negativne učinke. Urbanizacija lahko vpliva na obolenost in umrljivost zaradi kroničnih nenalezljivih bolezni, kot so bolezni srca in ožilja ali sladkorna bolezen. Prav tako lahko vpliva na obolenost in umrljivost zaradi duševnih motenj, nasilja, prometnih nesreč in nalezljivih bolezni, kakršni sta npr. HIV/AIDS ali tuberkuloza.

Nezdrav način življenja (npr. kajenje, premalo telesnega gibanja, nezdrava prehrana, uživanje alkohola in drog itd.) je pogojen s socialnimi determinantami zdravja, ki so vzrok za bolezni prebivalcev sodobnih mest.

Pred kakšne izzive nas postavlja urbano okolje?

- Urbano okolje praviloma zmanjša telesno dejavnost (prenaseljenost, motoriziranost, onesnažen zrak, pomankanje javnih in športnih površin).
- V urbanih naseljih se praviloma poveča uživanje nezdrave hrane (energijsko koncentrirana, prehransko manjvredna hrana z velikim deležem maščob, sladkorja in soli).
- Uporaba tobačnih izdelkov je pogosto večja kot na podeželju zaradi večje dostopnosti tobačnih izdelkov in marketinških aktivnosti tobačne industrije.
- Promet pomembno vpliva na zdravje v urbanih naseljih zaradi prometnih nesreč, onesnaževanja zraka, hrupa, podnebnih sprememb in spodbujanja telesne nedejavnosti.
- Pogostost in intenzivnost nasilja sta tesno povezani z ekonomskimi in socialnimi neenakostmi.

Za zmanjševanje zdravstvenih tveganj v urbanem okolju so na voljo različna orodja. Z ustreznimi ukrepi lahko spodbujamo zdrav življenjski slog. Dobro zasnovan aktivni transport poveča varnost in prebivalce

spodbudi k fizični aktivnosti, k temu dodatno prispevajo tudi območja, namenjena telesni aktivnosti. Za zdravo življenje so pomembni ustrezni predpisi glede varnosti hrane in omejevanja uporabe tobačnih izdelkov. Uveljavljanje ustreznih stanovanjskih standardov, preskrba s pitno vodo in urejena kanalizacija neposredno zmanjšajo tveganja za zdravje. Celovita urejenost mesta, ki zagotavlja lahko dostopnost in prijaznost do vseh starostnih skupin, izboljša kakovost življenja vsem prebivalcem, ne le otrokom ali starostnikom.

Za ukrepe, ki krepijo zdravje, praviloma ne potrebujemo dodatnih sredstev. V večini primerov zadoščata zavedanje in zaveza za preusmeritev virov v tiste ukrepe, ki pomagajo graditi varno in zdravo mesto.

Že leta 1989 so se v Sloveniji prva mesta priključila projektu »Zdravo mesto«, ki ga je oblikoval Regionalni urad Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) za Evropo leta 1987. Ena temeljnih nalog Slovenske mreže zdravih mest je zagotavljanje izvajanja zdravstvene in okoljevarstvene politike v korist svojih meščank in meščanov na osnovi smernic Deklaracije zdravih mest SZO o promociji zdravja, zdravega načina življenja in skrbi za varovanje zdravega okolja na lokalnem, državnem in mednarodnem nivoju.

Prebivalci se v mesta preseljujejo v želji po boljšem življenju. Razslojevanje prebivalstva, ki smo mu priča v mestih, pripelje do nastanka ranljivih skupin prebivalcev s slabšim zdravjem. Poročilo Komisije za socialne determinante zdravja (Zmanjševanje razlik v času ene generacije) in Evropsko leto boja proti revščini in socialni izključenosti jasno izpostavljata socialne determinante zdravja in njihove vplive na zdravje. Večje socialne razlike poslabšajo zdravje ranljivih skupin, to pa se v končni fazi odraža v celotni družbi. Naše zdravje je zato skupna odgovornost vseh nas, civilne družbe, lokalne (mestne) oblasti in države. Da bi zaščitili zdravje današnjih in jutrišnjih rodov, je treba spodbujati sodelovanje posameznikov, civilne družbe in lokalnih skupnosti.

Dobro sodelovanje različnih sektorjev je predpogoj za zagotavljanje trajnostnega razvoja mest in okoljskega podeželja, kar se odraža tudi na našem zdravju. Zdravstveni delavci imamo pri tem pomembno zagovorniško nalogo, saj bolje kot drugi razumemo in poznamo povezave med socialnimi determinantami, dejavniki tveganja in zdravjem.

Tudi v mestih lahko živimo zdravo.

Marijan Ivanuša, dr. med.  
Svetovna zdravstvena organizacija  
Trubarjeva c. 2, SI-1000 Ljubljana