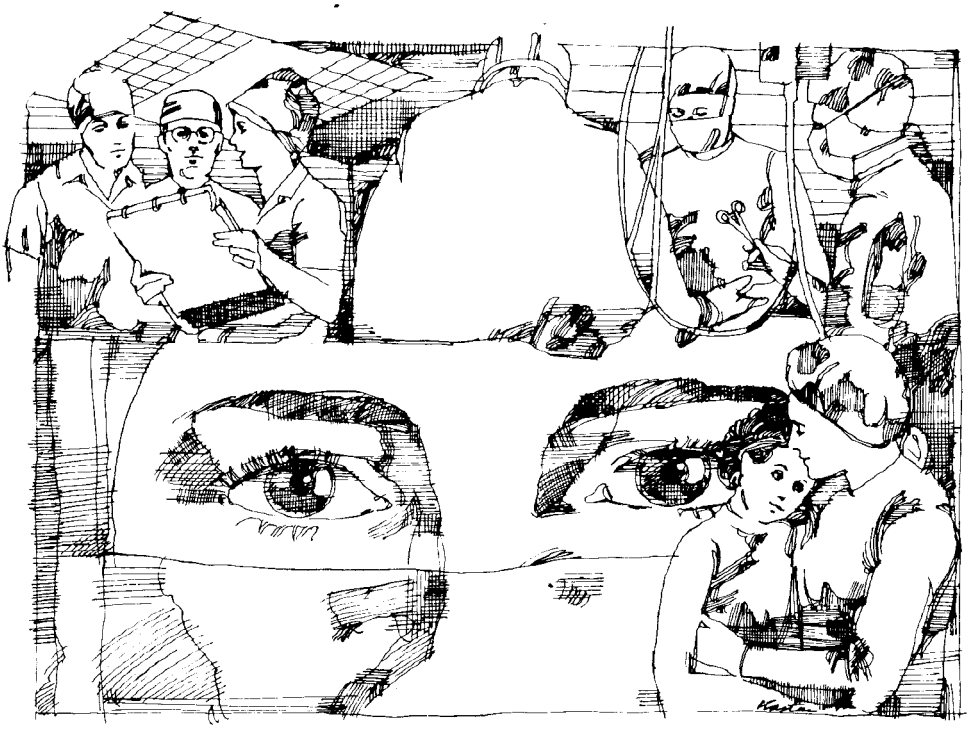

Zdravje vsem do leta 2000: odštevanje se je že začelo!

7. APRIL – SVETOVNI DAN ZDRAVJA

POSLANICA DR. HAFDANA MAHLERJA, GLAVNEGA RAVNATELJA SVETOVNE ZDRAVSTVENE ORGANIZACIJE OB SVETOVNEM DNEVU ZDRAVJA '83

Samo sedemnajst let je še do leta 2000, ko bo potekel rok svetovne akcije z geslom: **ZDRAVJE VSEM DO LETA 2000.** Države, članice Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) so se obvezale, da bodo s skupnimi prizadevanji omogočili vsem ljudem kjerkoli na svetu vsaj takšno stopnjo zdravstvenega stanja, da bi bili sposobni uspešno delati in se dejavno udeleževati družbenega življenja v skupnosti, v kateri živijo.

Države članice SZO pa niso sestavljene samo iz vlad. Vlade so sicer res odgovorne za zdrave ljudi, vendar pa imajo tudi ljudje pravico in dolžnost, da aktivno ohranjajo svoje lastno zdravje ter da skrbijo zase, kadar so bolni. To dolžnost imajo tudi do svojih družin, sodelavcev in sosedov.

Na kakšne ljudi mislim pri tem? Mislim na ljudi vseh poklicev in položajev. Vsi se lahko borijo za spremembe, ki koristijo zdravju – državljani, ki opravljajo svoje dnevno delo v vaseh in mestih, se zbirajo v družinah in skupnostih, se združujejo v vse oblike socialnih in političnih skupin, izobraževalnih in raziskovalnih ustanov, nevladnih organizacij in strokovnih združenj. Tudi zdravstveni delavci so del človeštva; in prav tako drugi, ki so odgovorni za svoje skupnosti, kot na primer državni in verski voditelji, učitelji, sodniki, družbeni in socialni delavci. Brez požrtvovalnega sodelovanja ljudi se bo naš skupni cilj **»ZDRAVJE VSEM DO LETA 2000«** nenehno odmikal.

Da pa bi ljudje lahko pametno ravnali, morajo vedeti, kaj zdravje sploh je. In dolžnost tistih, ki so zdravstveno izobraženi je, da svoje znanje delijo z drugimi. Minili so časi, ko je bila skrb za zdravje posebna pravica vsevednih posameznikov, ki so skrivali svoje poklicne skrivnosti in so jih le po koščkih dajali nevednim, nedejavnim bolnikom, ki so v vrsti čakali na miloščino. Pouk o najpomembnejših vprašanjih zdravja ter o metodah za preprečevanje bolezni in njihovo obvladovanje je dobil prednost pred drugimi bistvenimi prvinami osnovnega zdravstvenega varstva prav zato, da bi tako omogočili splošno razumevanje zdravja.

Kaj lahko ljudje storijo za svoje zdravje? Med drugim lahko na primer kot posamezniki ali pa v skupni akciji poskrbijo za to, da imajo pravilno prehrano.

Lahko se zberejo, da čim bolj izkoristijo vso pitno vodo, ki je na voljo, ali pa jo napravijo uporabno takó, da jo zavarujejo pred onesnaženjem. Lahko vztrajajo na sprejemljivem higienskem standardu v domovih in njihovi neposredni okolici, na tržnicah in v trgovinah, v šolah, v tovarnah, v jedilnicah in restavracijah. Lahko se naučijo načrtovati zaželene otroke tako, da lahko vsakemu izmed njih zagotovijo vse možnosti za preživetje, primerno izobrazbo in zadovoljivo kakovost življenja.

Ženske si lahko med seboj pomagajo, da med nosečnostjo in dojenjem ostanejo zdrave in – če je potrebno – pri tem poiščejo nasvet pri zdravstvenih delavcih. Starši se lahko naučijo vzgajati otroke k zdravemu načinu življenja, jih negujejo, če dobijo drisko ali okužbo dihal, ter poskrbijo, da so otroci cepljeni proti najpogostejšim nalezljivim boleznim, za katere njihova skupnost lahko zagotovi cepljenje. Starši se lahko naučijo tudi, da prepoznajo tiste resnejše spremembe zdravja, ki zahtevajo strokovno pomoč zdravstvenih delavcev.

Skupnosti si lahko s pomočjo in pod vodstvom zdravstvenih delavcev začnejo boriti proti takšnim boleznim, kot so malarija in druge parazitarne bolezni, na primer tako, da organizirajo razprševanje insekticidov ter nadzor nad mrčesom in drugimi prenašalci bolezni, kot so na primer podgane in polži. Matere in očetje lahko zagotovijo otrokom zdravila, ki jih potrebujejo za preprečevanje in zdravljenje malarije ter poskrbijo za to, da so njihovi ostareli starši ali onemogli deležni potrebne nege, ki jo sami niso zmožni. Skupnosti lahko poskrbijo, da se otroci naučijo v šolah osnov prve pomoči in osnovne nege pri lažjih boleznih. Skupnosti se lahko zavzamejo tudi za to, da jim v skladu s političnimi, družbenimi in upravnimi postopki države preskrbijo nujno potrebna zdravila po dostopni ceni.

Nikar ne mislite, da se vse to nanaša samo na ljudi iz dežel v razvoju! Nasprotno – prav ljudje v bogatejših deželah, ki jim je bila večinoma omogočena ustrezna izobrazba, se morajo zavedati svoje odgovornosti za lastno zdravje in zdravje skupnosti, v kateri živijo. Zato morajo pametno jesti, zmerno piti, nič kaditi, previdno voziti, se dovolj gibati, se naučiti živeti v stresih mestnega življenja ter pri tem pomagati drug drugemu.

Za vzgojo k bolj zdravemu načinu življenja sta potrebna pripravljenost in sposobnost vzpostavljanja medsebojnih stikov (komuniciranja). Ne bi smeli več samo dajati informacij o tem, kaj je potrebno za zdravje in kaj storiti, kadar se zdravje začenja slabšati. Moremo in moramo doseči tudi povečevanje prizadevanj posameznikov in skupnosti za boljše zdravje. Učinkoviti medsebojni stiki in tvorno sodelovanje bosta pripomogla k večji skrbi za zdravje, le-ta pa bo spet izboljšala sodelovanje.

Potreben je tudi stalen tok informacij, vendar ne samo v pisani besedi – bodisi enkrat letno na svetovni dan zdravja ali pa v krajevnih, nacionalnih in mednarodnih časopisih in revijah, ampak tudi v pogovorih, skupinskih razpravah, po radiu ali televiziji, v zabavnih stripih, igrah, filmih, popevkah in podobno. Takšno obveščanje pa bi moralo potekati v družinah, šolah, tovarnah, pisarnah, na univerzah, v družbenih in verskih skupinah, sindikatih, političnih strankah in sploh povsod tam, kjer se ljudje srečujejo.

Nujna poslanica, ki bi jo rad posredoval na svetovni dan zdravja, 7. april 1983, pa je ta:

VSI LJUDJE IMAJO MOČ, DA SI PRIZADEVAJO ZA ZDRAVJE: ČAS ZA TO PRIZADEVANJE PA JE SEDAJ!

Odštevanje v naši svetovni akciji **»ZDRAVJE VSEM DO LETA 2000«** se je namreč že začelo!

Iz gradiva Zavoda SR Slovenije
za zdravstveno varstvo (15. 2. 1983)

VSE JE ENA SAMA IZGINJAJOČA BELINA, LE ODTENKI SENC LOČIJO STOPINJE, KJER SEM HODIL. VETER POČASI BRIŠE SLEDI DROBNEGA ČLOVEKA, IN KO SESTOPIL BOM, JIH BO ZASUL S SNEGOM IN NOVE POTI BODO PREKRILE SPOMINE.

Nejc Zaplotnik