

7. aprila obeležujemo **svetovni dan zdravja**. Letošnja kampanja poteka pod sloganom **"1000 mest, 1000 življenj - zdravje v mestih šteje"**

in opozarja na dejavnike, ki vplivajo na zdravje ljudi, posebej pa izpostavlja urbane probleme bivanja in življenja v mestih. Na Koroškem se bodo ob obeležitvi tega dneva odvijale različne aktivnosti, osrednji dogodki pa bodo v koroškem zdravem mestu - Slovenj Gradcu. Tam bo med drugim potekal prihod eko karavane in Tek za zdravje. Različne aktivnosti bodo potekale tudi na šolah in vrtcih po vsej Koroški. Zavod za zdravstveno varstvo Ravne je vsem vzgojno izobraževalnim institucijam posredoval poslanico, priključil se bo aktivnostim zdravega mesta, svoje aktivnosti pa bo združil z akcijo Očistimo Slovenijo v enem dnevu, ko se bodo predstavniki zavoda kot prostovoljci pridružili lokalnim zbirnim mestom. Na Koroškem bo potekalo tudi tradicionalno srečanje zavodov s področja osnovnega zdravstva Koroške, kjer bo v ospredju tema letošnjega svetovnega dneva zdravja, beseda pa bo tekla tudi o zmanjševanju neenakosti v zdravju.



Zgodovina in pomen Svetovnega dneva zdravja

Svetovni dan zdravja obeležujemo 7. aprila, na dan ustanovitve Svetovne zdravstvene organizacije (SZO). SZO je vodilna globalna organizacija na področju zdravja, ki vsako leto izpostavi ključen globalni zdravstveni problem in organizira mednarodne, regionalne in lokalne dogodke na ta dan, aktivnosti na to temo pa potekajo tudi preko celotnega leta.

Namen vsakoletne kampanje je izpostaviti javno zdravstveno problematiko, ki je v določenem obdobju najbolj pereča in potrebna najširše pozornosti. Tokrat opozarja na dejavnike, ki vplivajo na zdravje ljudi. Z letošnjo kampanjo želijo usklajeno pristopiti k reševanju urbanih problemov bivanja in življenja v mestih, na osnovi strategij in smernic SZO ter Ministrstva za zdravje Republike Slovenije.

V mestih živi vse več ljudi

Leta 2007 je v urbanih naseljih živel že 50 % prebivalcev tega sveta, delež pa se bo do leta 2030 povečal na 60 % in do leta 2050 na kar 70 % svetovne populacije. V mestih že živi prek 3 milijarde ljudi. Zaradi tolikšnega števila ljudi, ki živijo v mestih, se povečuje pomen dejavnikov, ki v urbanih naseljih vplivajo na zdravje ljudi.

Dejavniki, ki vplivajo na zdravje ljudi, so izven zdravstvenega sektorja

Socialne determinante zdravja, ki so posledica urbanizacije, lahko imajo tako pozitivne kot negativne učinke na zdravje. Te determinante med drugim zajemajo vpliv lokalne samouprave, dostopnost šolanja, razporeditev prihodkov pa tudi ustreznost infrastrukture in nenazadnje dostopnost do socialnih in zdravstvenih storitev.

Našteti dejavniki pa tudi številni drugi dejavniki vplivajo na obolevnost in umrljivost zaradi kroničnih nenalezljivih bolezni kot so bolezni srca in ožilja ali sladkorna bolezen. Prav tako vplivajo na obolevnost in umrljivost zaradi duševnih motenj, nasilja, prometnih nesreč in nalezljivih bolezni kakršni sta med drugim HIV/AIDS ali tuberkuloza.

Kampanja 1000 mest, 1000 življenj se obrača na vsa mesta sveta, da za en dan v tednu med 7-11 aprilom 2010 odprejo ulice in s tem promovirajo telesne aktivnosti in zdravje. Vključite se v aktivnosti, ki jih prireja vaša občina.

Zdravje je naša skupna pravica in odgovornost.

Zdravje je skupna odgovornost nas samih, civilne družbe in države. Da bi zaščitili zdravje današnjih in jutrišnjih rodov je treba spodbujati sodelovanje posameznikov, civilne družbe in lokalnih skupnosti. Sodelovanje različnih sektorjev učinkoviteje zagotovi trajnostne rezultate na področju zdravja.

Pred kakšne izzive nas postavlja urbano okolje?

- Urbano okolje praviloma zmanjša telesno dejavnost (prenaseljenost, motoriziranost, onesnažen zrak, pomanjkanje 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, spodbujanja telesne nedejavnosti in podnebnih sprememb.
- Pogostost in intenzivnost nasilja sta tesno povezani z ekonomskimi in socialnimi neenakostmi.

Problem neaktivnosti prebivalcev mest:

- v Evropski uniji 2/3 oseb, starejših od 15 let, ni telesno aktivnih v priporočljivi meri,
- manj kot 1/3 šolskih otrok pozna napotke o telesni aktivnosti,
- telesna neaktivnost poveča tveganje za številne kronične bolezni, kot so srčno-žilna obolenja, sladkorna bolezen in rak,
- prekomerna telesna teža je v državah Evropske Unije problem 30-80% odraslih oseb. Približno 20% otrok je pretežkih in 1/3 od teh je debelih,
- telesna neaktivnost je v Evropski Uniji vzrok za okoli 600.000 smrti letno,
- ekonomske posledice telesne neaktivnosti so se neposredno pokazale v zdravstvu, prav tako pa tudi pri izpadu iz dela zaradi bolezni, pri bolezenski nezmožnosti za delo in prezgodnji smrti.

Spodbujajmo aktivnosti:

- hodimo na sprehode, pojdemo peš v trgovino, uporabljajmo kolesa,...

ZDRAVO MESTO

Ob tem bi izpostavili Zdravo mesto Slovenj Gradec. V zdravem mestu na Koroškem se bodo izvajale različne aktivnosti:

- prihod eko karavane v Slovenj Gradec, 7. 4. 2010, okrog poldneva.
- Tek za zdravje, 10. 4. 2010, v Mestni Občini Slovenj Gradec (vabljeni vse generacije),

organizator Srednja zdravstvena šola Slovenj Gradec.

AKCIJA OČISTIMO SLOVENIJO V ENEM DNEVU

Ob svetovnem dnevu zdravja bi radi spomnili tudi na akcijo Očistimo Slovenijo v enem dnevu! Pridružite se aktivnostim v svojem kraju.

Tudi naš Zavod je pritegnila velikopoteznost akcije, del katere želimo biti tudi sami, saj so tudi sicer naša prizadevanja, kot regionalne inštitucije za Koroško na področju javnega zdravja, usmerjena v aktivnosti za zdravo okolje in po svojih močeh skušamo vplivati na osveščenost ljudi in izvajanje ukrepov, ki koristijo človekovemu zdravju in okolju.

Zato bomo 17. aprila na najbližjem lokalnem zbirnem mestu za prostovoljce v tej akciji tudi mi – predstavniki Zavoda za zdravstveno varstvo Ravne! Tako bomo koristno pristopili k akciji, hkrati pa tudi na primeren način počastili dan zemlje, ki ga obeležujemo 22. aprila. Več o akciji [tukaj](#).