

# ZDRAVJE ZA VSE

Zavod za zdravstveno varstvo Koper  
Istituto per la tutela sanitaria di Capodistria

Vsak je svojega zdravja kovač

Februar 2011

Vojkovo nabrežje 4/a | 6000 Koper/Capodistria | tel. +386 5 66 30 800, fax: +386 5 66 30 808 | e-pošta info.zzvkp@zzv-kp.si | www.zzv-kp.si

## KOLEDAR DOGODKOV

4. februar  
SVETOVNI DAN  
RAKA

8. februar  
SVETOVNI DAN  
VARNE RABE  
INTERNETA

11. februar  
DAN BOLNIKOVI



Foto: Ili Petruša

## NOVICA MESECA

### Kaj nam pripovedujejo padajoče čebele, ptice in mrtve ribe

dr. Gorazd Pretnar

Tako po novem letu nas je presenetila novica, da so po svetu mrtve ptice množično padale z neba. Padale so v Ameriki, na Švedskem in v Italiji. Tej zaskrbljujoči novici so se pridružile slike na sto tisoče mrtvih rib v jezerih, rekah in morjih. Odzivi na te dogodke so bili različni. Nekateri so napovedovali apokalipso, drugi so hoteli razlagati, da so se ptice zaletale v ovire zaradi vznemirjenja, ki so ga povzročili ognjemeti. Tisti bolj racionalni so padanje ptic pripisali izpustom kemikalij. Še najbolj smešna je razlaga, da se je nekaj tisoč ptic zaletelo v drevesa in hiše, čeprav je bila z njimi vsa pokrajina enakomerno posuta. Ob takšni strokovni razlagi, ponujeni svetovnim medijem, se človek zamisli, mar odgovorni res menijo, da ljudje kupimo vsako neumnost. Vsem nam je jasno, da po padcu z višine zaradi nenadne smrti ali nezavesti tudi ptice doživijo notranje poškodbe in zlome kosti. V tem primeru so množični pogin največkrat pripisovali poškodbam. Pravih, z znanstvenimi dejstvi podkrepjenih odgovorov pa še nismo dočakali, čeprav vemo, da je z današnjo tehnologijo sledove kemikalij mogoče poiskati v nekaj urah. Pa z neba v zadnjih letih niso padale le ptice, globalno so umirale tudi čebele. Tudi naši mediji so pred kame-re povabili številne slovenske strokovnjake, ki so hipotetično govorili o množičnem poginu ptic. Vzroke pogina so več ali manj pripisovali naravnim pojavom. Pogin so pripisali naravnim toksinom, mrazu oz. boleznim. Vsi, ne da bi bili strokovnjaki na tem področju, vemo, da bolezen, mraz ali naravni toksini ne prizadenejo takšnega števila živali v istem trenutku, ampak v krepkem časovnem intervalu. Če pod drobnogled vzamemo mraz, vsi vemo, da četa vojakov pri minus petdeset ne zmrzne naenkrat, ampak je ta proces odvisen od posameznika. Seveda če pa četo vojakov izpostavimo dobro premišljenemu bojnemu strupu, plinu, pa so prej omenjene razlike nezaznavne.

Moj prijatelj Anton Komat pravi: v bolni pokrajini so vsi njeni prebivalci bolni. Ta Tonetova misel me spremlja že leta in v primerih, kot je ta, se vselej spomnim nanjo.

Na splošno politiki, podprti s kapitalskimi lobiji, pred javno zdravje vselej postavljajo skrb za škodo ekonomiji, ki bi jo povzročila prepoved uporabe zdravju in okolju nevarnih kemikalij. Dobro se zavedajo, da se bo škoda na našem zdravju pokazala šele čez desetletja v prihodnosti.

Otoki Martinique in Guadalupe nas spominjata na neokrnjeno naravo in mnogi bi si želeli vsaj nekaj tednov preživeti v tropskem raju. Ob vedenju, da je na omenjenih otokih največja incidenca raka na prostati, pa se takšni želji zlahka odpovemo. Francoski znanstveniki so namreč visoko incidenco raka na prostati povezali z desetletja uporabljanimi pesticidi pri pridelovanju banan. V letih pred in po 1972 so na teh otokih množično uporabljali organoklorne pesticide. V maščobnem tkivu bolnikov z rakom na prostati so našli ekstremno visoke koncentracije DDT, DDE, gama HVH, aldrin in deldrin. V žargonu jih uvrščamo v skupino umazanih. Ko ste to prebrali, ste verjetno pomislili, saj to je tam nekeje daleč. Pred nekaj leti sva s prijateljem Tonetom dala kri na analizo na zgoraj naštetih pesticide. Kljub temu, da nikoli nisva uporabljala omenjenih kemikalij, so bile v nepričakovano visokih koncentracijah prisotne tudi v najini krvi. Ob tem sva se lahko samo vprašala, kakšna je šele koncentracija v najinem maščobnem tkivu.

Vsakokrat, kadar čebele in ptice padajo z neba, kadar ribe plavajo po vodi s trebuhu navzgor, je treba jasno vedeti in si med seboj povedati: to so indikatorji stanja našega okolja. In nič ne bo narobe, če za konec ponovim Tonetovo misel: v bolni pokrajini so vsi njeni prebivalci bolni.

## AKTUALNO

### Neenakosti v zdravju

Živa Žerjal

Svetovna zdravstvena organizacija (WHO), ki je leta 1948 definirala zdravje kot popolno telesno, duševno in socialno blagostanje, je v letu 2006 definirala tudi neenakosti v zdravju, in sicer kot razlike v zdravstvenem stanju ali razporeditvi determinant zdravja med različnimi skupinami prebivalstva. Zdravstvena stanja so posledica bioloških dejavnikov ali proste izbire posameznika, determinante pa posledica vplivov iz okolja in pogojev, ki so izven vpliva posameznika. Determinant zdravja je veliko (osebnostni, družbeni, gospodarski in okoljski dejavniki), v današnjem času pa se zaradi gospodarske recesije in vse večje revščine izpostavljajo predvsem socialno-ekonomске neenakosti v zdravju. Na nastanek le-teh vpliva 5 ključnih mehanizmov:

**1 Porazdelitev moči in dostop do drugih virov:** lahko jih merimo na ravni družbe ali socialno-ekonomskih skupin. Tako se lahko npr. napor za zmanjševanje razlik v izobrazbi izkažejo v izboljšani zmožnosti pripadnikov šibkejših skupin, da se izogone nezdravim življenjskim in delovnim pogojem.

Pišite nam na e-naslov: [zdravjezavse@zzv-kp.si](mailto:zdravjezavse@zzv-kp.si)

ZDRAVJE ZA VSE 1/2



Foto: Ili Petruša



**2** Različna izpostavljenost dejavnikom tveganja (materialni, psihološki in vedenjski): povezana je s socialnim statusom. Nižji kot je socialno-ekonomski status, višja je stopnja izpostavljenosti dejavnikom tveganja.

**3** Ista raven dejavnikov tveganja vodi do različnih zdravstvenih posledic: isti dejavniki tveganja imajo različne vplive na različne socialno-ekonomske skupine prebivalstva. Tako lahko npr. enaka stopnja zlorabe alkohola pri fizičnih delavcih povzroči bistveno več bolezni in poškodb, povezanih z alkoholom, kot pri javnih uslužbencih.

**4** Vpliv socialno-ekonomskih determinant zdravja v celotnem življenjskem obdobju: negativni vplivi se skozi življenje seštevajo in pomembno vplivajo na razlike v zdravju in pričakovano življenjsko dobo različnih socialno-ekonomskih skupin. Predvsem pomanjkanje v otroštvu je povezano s slabšim zdravjem v poznejšem obdobju življenja.

**5** Različne socialno-ekonomske posledice bolezni: slabo zdravstveno stanje posameznika (bolezni, invalidnost ...) lahko pomembno vpliva na njegovo življenje in povzroči npr. izgubo službe in dohodka, socialno izključenost in dodatno povečane izdatke za zdravljenje. Takšno stanje pa lahko vpliva na dodatno poslabšanje zdravstvenega stanja.



Med najpomembnejše dejavnike, ki vplivajo na življenjski slog, dejavnike tveganja, uporabo zdravstvenih in drugih storitev ter posledično na obolevnost, umrljivost in pričakovano trajanje življenja, najpogosteje uvrščamo izobrazbo, zaposlenost, dohodek, socialno varnost in socialna omrežja.

Tudi v Sloveniji opažamo, da se zdravje skupin prebivalstva z višjim socialno-ekonomskim položajem izboljšuje hitreje, kar pomeni, da posamezniki iz različnih skupin svoj zdravstveni potencial dosegajo v različni meri.

Prav zato je minister za zdravje Dorjan Marušič na mednarodnem posvetu, ki je potekal 1. 2. 2011 na Brdu pri Kranju, pozval k boju za preprečitev ali vsaj zmanjševanje neenakosti v zdravju v Sloveniji.

Publikacija z naslovom »Neenakosti v zdravju v Sloveniji« je dostopna na spletu: [http://ivz.si/?ni=0&pi=1&\\_1\\_Filename=2923.pdf&\\_1\\_MediaId=2923&\\_1\\_AutoResize=false&pl=0-1.3](http://ivz.si/?ni=0&pi=1&_1_Filename=2923.pdf&_1_MediaId=2923&_1_AutoResize=false&pl=0-1.3).

## CEPLJENJE

### Evropski teden boja proti raku materničnega vratu



Od 23. 1. do 29. 1. 2011 je potekal evropski teden boja proti raku materničnega vratu, zato smo se odločili, da opozorimo na cepljenje proti HPV, s katerim želimo zmanjšati incidenco raka materničnega vratu. Humani virusi papiloma (HPV) so virusi, s katerimi se pogosto okužijo ženske in moški tako v Sloveniji kot tudi drugje po svetu.

Okužba s HPV lahko povzroča predrakave spremembe materničnega vratu hujše stopnje in raka materničnega vratu, genitalne bradavice in papilome grla. Obstaja več kot 200 različnih genotipov HPV.

Okužba s HPV je spolno prenosljiva, kar pomeni, da se širi pri različnih oblikah spolnih odnosov. HPV so glavni vzrok za nastanek raka materničnega vratu, povezani pa so tudi z nastankom drugih rakov, tako pri moških kot pri ženskah. Okužba s HPV je ena izmed najpogostejših spolno prenosljivih okužb. Vsaj 50 % ljudi, ki so spolno aktivni, se bo v življenju okužilo s HPV. Okužba s HPV je najpo-

gostejša pri adolescentih in mlajših odraslih, starih od 15 do 25 let. Ljudje, ki so okuženi s HPV, v večini primerov sploh ne vedo, da so okuženi. HPV najdemo v koži ali sluznicah in običajno ne povzročajo nobenih težav. Pri večini žensk (90 %) okužba po 8 do 12 mesecih spontano mine, pri nekaterih ženskah (10 %) pa se lahko razvije perzistentna (trajna) okužba s HPV. Pri teh je tveganje za razvoj hujših predrakavih sprememb in raka materničnega vratu večje. Rak materničnega vratu je še vedno javno zdravstveni problem tudi v Sloveniji. Po zadnjih podatkih Registra raka na Onkološkem inštitutu je v letu 2007 za rakom materničnega vratu na novo zbolelo 153 žensk, 44 pa jih je zaradi tega obolenja umrlo. Najpogosteje obolevajo ženske, stare od 35 do 45 let. Obolevnost je v Sloveniji dokaj visoka, v letu 2004 je znašala 14,9 obolelih letno na 100.000 žensk, medtem ko je v nekaterih evropskih državah znatno nižja (pod 10 obolelih letno na 100.000 žensk). V Sloveniji poteka brezplačno cepljenje proti okužbam s humanim virusom papiloma (HPV) za deklice, ki obiskujejo 6. razred osnovne šole. Cepivo ščiti pred nastankom predrakavih oziroma rakavih sprememb, ki jih povzročajo HPV. Rak materničnega vratu lahko uspešno preprečujemo s cepljenjem proti okužbam s HPV. Seveda večino staršev skrbi, kakšni so neželeni učinki po cepljenju, saj svojih otrok, ki so sicer zdravi, ne želijo izpostavljati tveganju. Toda cepivo proti HPV je varno, kažejo raziskave. Podatki o varnosti štirivalentnega cepiva izhajajo iz sedmih kliničnih raziskav, v katere je bilo skupno vključenih skoraj 12 tisoč cepljenih oseb, starih od 9 do 26 let, v kontrolni skupini pa jih je bilo skoraj 10 tisoč. Med najpogostejšimi neželenimi učinki, ki so se pokazali, so bili bolečina, oteklina, rdečina, in sicer so bili blagi do zmerni. Vendar so se le-ti pojavili tudi pri kontrolni skupini, kar pomeni, da so nastali zaradi drugih vzrokov. Če bomo cepili dovolj mladenk, se bo število bolnic z rakom materničnega vratu zmanjšalo za 70 do 80 odstotkov, kar v Sloveniji (po podatkih za leto 2007) pomeni letno od 100 do 120 bolnic z rakom materničnega vratu manj.

S štirivalentnim cepivom proti okužbam s HPV preprečujemo tudi nastanek genitalnih bradavic, ki so zelo neprijetne in težko ozdravljive. Najpogosteje se pri dekletih in fantih pojavijo okrog 20. leta, neredko pa tudi pri nižji starosti. Pričakujemo, da se bo s cepljenjem proti okužbam s HPV število bolnic z genitalnimi bradavicami zmanjšalo za približno 90 odstotkov.

## ALI STE VEDELI?

da v mesecu februarju obeležujemo svetovni dan varne rabe interneta? V letošnjem letu bomo dan varne rabe interneta uradno praznovali 8. februarja. Glavni namen tega dne je promocija varne in odgovorne rabe interneta in mobilnih telefonov med otroki in mladostniki. Center za varnejši internet SAFE-SI bo v ta namen izvajal številne dogodke in aktivnosti po vsej Sloveniji. Več si lahko preberete na: <http://www.safe.si>

da na ZZV Koper deluje Stičišče DELAJMO ZDRAVI? Poslanstvo in cilji stičišča, ki je namenjeno vsem delavcem in delodajalcem, ki že ali šele bodo delovali na področju promocije zdravja na delovnem mestu v svojih delovnih organizacijah, so:

- ✓ vzpostavitev regionalne mreže promotorjev zdravja v delovnih okoljih;
- ✓ predstavitev in izmenjave dobrih praks;
- ✓ vzpostavitev kontinuiranih letnih izobraževanj in sprotnega informiranja na področju promocije zdravja na delovnem mestu v zdravstveni regiji Koper.

