



CHUŤ PREVENČIE

Dnes je nepochybné a vypočítané, že prevencia je bazálnou pri redukcii, resp. odstraňovaní utrpenia ľudí spojeného s ochoreniami či stratami na životoch v dôsledku poškodenia zdravia. Prečo potom známe environmentálne i behaviorálne preventívne opatrenia nie sú vo všeobecnosti celospoločensky po chuti?

Dopad rizík pre zdravie je často kalkulovaný s vysokou presnosťou, prečo ho nesprevádza tomu zodpovedajúca pribojnosť v presadzovaní príslušných preventívnych opatrení? Risk assessment predstavuje dobrý presvedčovací nástroj, ale multifaktoriálnosť v kauzalite negatívnych i pozitívnych efektov na zdravie dáva často neprimerane veľký priestor na nejednoznačné zdôvodňovanie a zľahčovanie významu prevencie.

I keď je k dispozícii vedecky podložená argumentácia, prečo tak často chýba alebo je nedostatočná motivácia k zdravému spôsobu života, či ochrane a tvorbe zdravého prostredia? Čo bráni tomu, že nie je prevencia jednotlivcovi i spoločnosti po chuti v takej miere, akú by si zaslúžila?

Boja sa preventivisti dôraznejšie presadzovať pravidlá zdravého prostredia a životného štýlu? Zdá sa, že skôr nám chýbajú vhodné „aditíva“, ktoré by zvyšovali vôňu, celkovú atraktivitu a viedli k zlepšeniu chuti spoločnosti k preventívnemu správaniu sa.

Potrebné sú nemalé investície do prevencie, pritom ich návratnosť nebýva rýchla. Preto je dôležité, aby bola systematická a komplexná, nie kampanovitá a iba úzko zameraná. Vždy sú tu isté sociálno-ekonomické a kultúrne bariéry. Zdá sa však, že treba prekonávať najmä bariéry osobnostné, bariéry v povedomí každého jedinca, rodiny, komunity. Poznatky ako predchádzať chorobám, ako posilňovať vlastné zdravie, ktoré ako odborníci v oblasti prevencie poskytujeme verejnosti, by mali obsahovať aj istý motivačný náboj, kde podľa potreby je vhodný negatívny alebo pozitívny príklad. Nech však katastrofy a nehody sú v stále menšej miere tými, ktoré pútajú pozornosť a zvyšujú chuť do prijímania prevencie.

Ukazuje sa, že jednoduchšie je meniť pozitívnym smerom finančne náročné technické, fyzikálne, chemické, biologické vlastnosti prostredia ako finančne menej náročné životné návyky, ktoré vyžadujú vôľu a silnú motiváciu.

Hľadáme preto cesty, aby zachutilo väčšine „to, čo je zdravé“. Od detstva učme jedincov uvedomovať si seba, vlastné zdravie, pri zdravotnej výchove sa venujme aj hygiene mysle. Aby so samozrejmosťou každý prijímal a osvojoval si práva a povinnosti týkajúce sa vlastného zdravia. Aby aj študentom medicíny viac chutili preventívne disciplíny ako hygiena, epidemiológia, sociálne lekárstvo a už tu sa rodili efektívni zdravotnícki preventivisti s dostatkom vedomostí, vôle a energie presadzovať na všetkých úrovniach zásady primárnej prevencie.

Odporúčame zo všadeprítomných reklám taktiku pre výrobu stále účinnejších „ochucovadiel“ pre servírovanie porcií prevencie, ktorú by rýchle a s chuťou prijímali jednotlivci i skupiny v rodinách, školách, inštitúciách, samosprávach.

*Doc. MUDr. Ľudmila Ševčíková, CSc.
prednostka Ústavu hygieny Lekárskej fakulty UK v Bratislave*