

AZ EGÉSZSÉG VILÁGNAPJA

1948. április 7-én alapította meg az ENSZ az Egészségügyi Világszervezetet, a WHO-t (World Health Organization), azóta ezt a napot az egészség világnapjaként tartjuk számon. A világ 150 országában több mint 7000 ember dolgozik azért, hogy a gyermekek minél jobb és egészségesebb környezetben nőhessenek fel. A WHO szerint az egészség nem a betegség hiányát jelenti, hanem a teljes testi, lelki és szociális jóllét állapotára utal. „Az egészség annak a foka, amennyire az egyének és közösségek képesek önmaguk kieljesztésére és szükségleteik kielégítésére, valamint megbirkózni a környezet kihívásaival, és megfelelő egyensúlyt alakítanak ki.” – olvashatjuk a **Semmelweis Egyetem honlapján**. Az egészségünket az életmódunk befolyásolja a leginkább. Saját magunk is tehetünk azért, hogy egészségesen éljünk.

A WHO évről évre mindig más témákra hívja fel az emberek figyelmét az egészség világnapján.

2013-ban az volt a célkitűzés, hogy a csendes gyilkosra, a magas vérnyomásra figyelmeztessék az embereket. Háromból egy felnőttnek magas a vérnyomása. A szív és érrendszeri megbetegedések az egész világon óriási problémát jelentenek: több ember hal meg évente kardiovaszkuláris elégtelenségben, mint bármi másban.

2014. évi világnap a „kis csípés, nagy veszély” témakörét járta körül. Szúnyogok, legyek ártalmatlannak tűnhetnek elsőnek, de ezek az apró kis élőlények súlyos vírusokat terjeszthetnek. Az emberiség 40%-a van kitéve a trópusi területeken például a dengue-láz veszélyeinek.

2015-ben az élelmiszer biztonságra fókuszált a WHO. Tömérdek fertőzés adódhat abból, ha nem megfelelően bánunk az élelmiszerekkel. Több mint 200 betegséget okozhatnak a rosszul kezelt ételek, melyek tartalmazhatnak baktériumokat, parazitákat, vírusokat és kémiai anyagokat. A becslések szerint évente 2 millió halálesetért felelős a szennyezett étel vagy ivóvíz.

2016-ban a diabétesz állt a világnap középpontjában. A világon hozzávetőlegesen 422 millió ember cukorbeteg és ez a szám a következő 20 évben nagy valószínűséggel megduplázódik.

2017-ben a depressziót helyezi előtérbe a WHO. A depresszió minden korban elérheti az embert, mentális gyötrellemmel jár, a legegyszerűbb hétköznapi teendők is bonyolulttá, nehezzé válnak. Tönkretetheti a családi és baráti kapcsolatokat, súlyos esetben öngyilkossághoz is vezethet. Sajnálatos módon ez a második vezető halálok a 15-29 évesek körében. Ugyanakkor a depressziót meg lehet előzni és gyógyítani. Ezért nagyon fontos, hogy segítsünk depressziós embertársainknak! A 2017-es kampány szlogenje: „Depresszió: beszéljünk róla!”

Források:

<http://www.who.int/campaigns/world-health-day>

http://jelesnapok.oszk.hu/prod/unnep/egeszsegugyi_vilagnap

<http://sulihalo.hu/ajanlo/74-aktus/5045-egeszsegugyi-vilagnap>

