

N3.0

Az egészségfejlesztés jövője

Vitrai József PhD

Magyar Népegészségügy Megújításáért Egyesület,
MTA-SZTE Egészségfejlesztés kutatócsoport

Szeged, 2021. november 12.



Mitől függ az egészség?

- **Hippocrates:** az évszakok és az időjárás változása, a Fertőző anyag
- **Szókratész:** lenéznek és járnak a városokba eltorzul”
- **Platón:** a g

- Betegekkel terjed
- Kikötőkből



Szennyezett levegő

- Egyszerre több helyen jelenik meg
- Nem mindenki kapja el

Fertőző, élő mikrobák

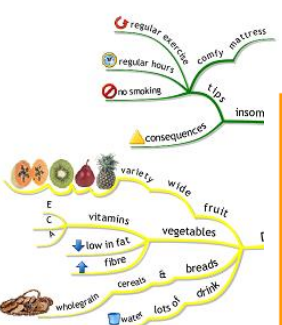
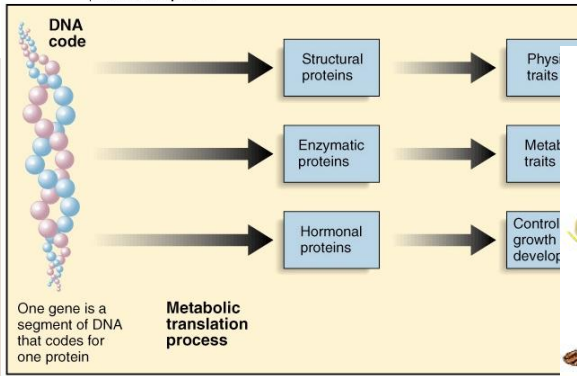
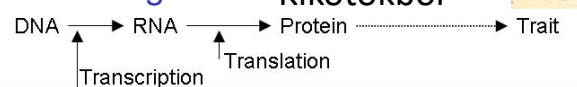
- Egy mikroba - egy betegség
- Magyarországon a leggyakoribb betegségek és mir



Fodor József: „Az ember életére és egészségére sokféle tényező foly be. Közülük legfontosabbak e következők:
 1. a környezet,
 2. a la... Érdékonvsán



ek és a ...lem.”
 felső osztályai számára. 1886)

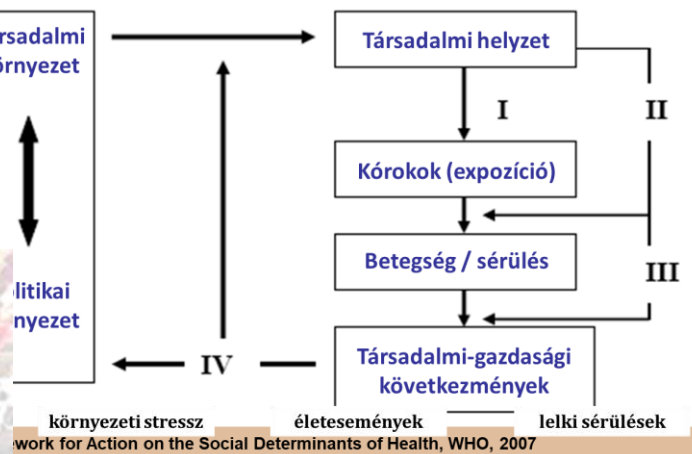


Társadalmi, gazdasági, politikai környezet
Kormányzás
Gazdaság
Szociális
Foglalkozás
Lakás
Termékek
Közügy
Oktatás
Szociális
Kultúra
Társas
Élet

TÁRSADALOM



EGYÉN



„Beépülés”
 környezeti → biológiai változások
 → egészségi állapot megoszlása

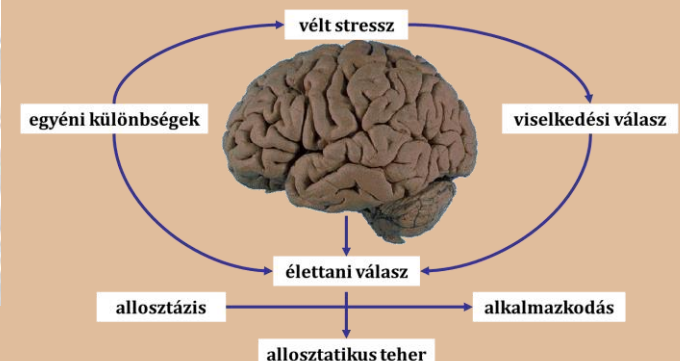
„Hatásrendszer”
 több szinten, időben és térben változó mértékű

„Halmozódó interakció”
 a kitettség, fogékonyság, ellenálló képesség kölcsönhatása halmozódik az egyéni és történelmi időben

„Tudás beágyazódása”
 a tudomány társadalmilag meghatározott



work for Action on the Social Determinants of Health, WHO, 2007



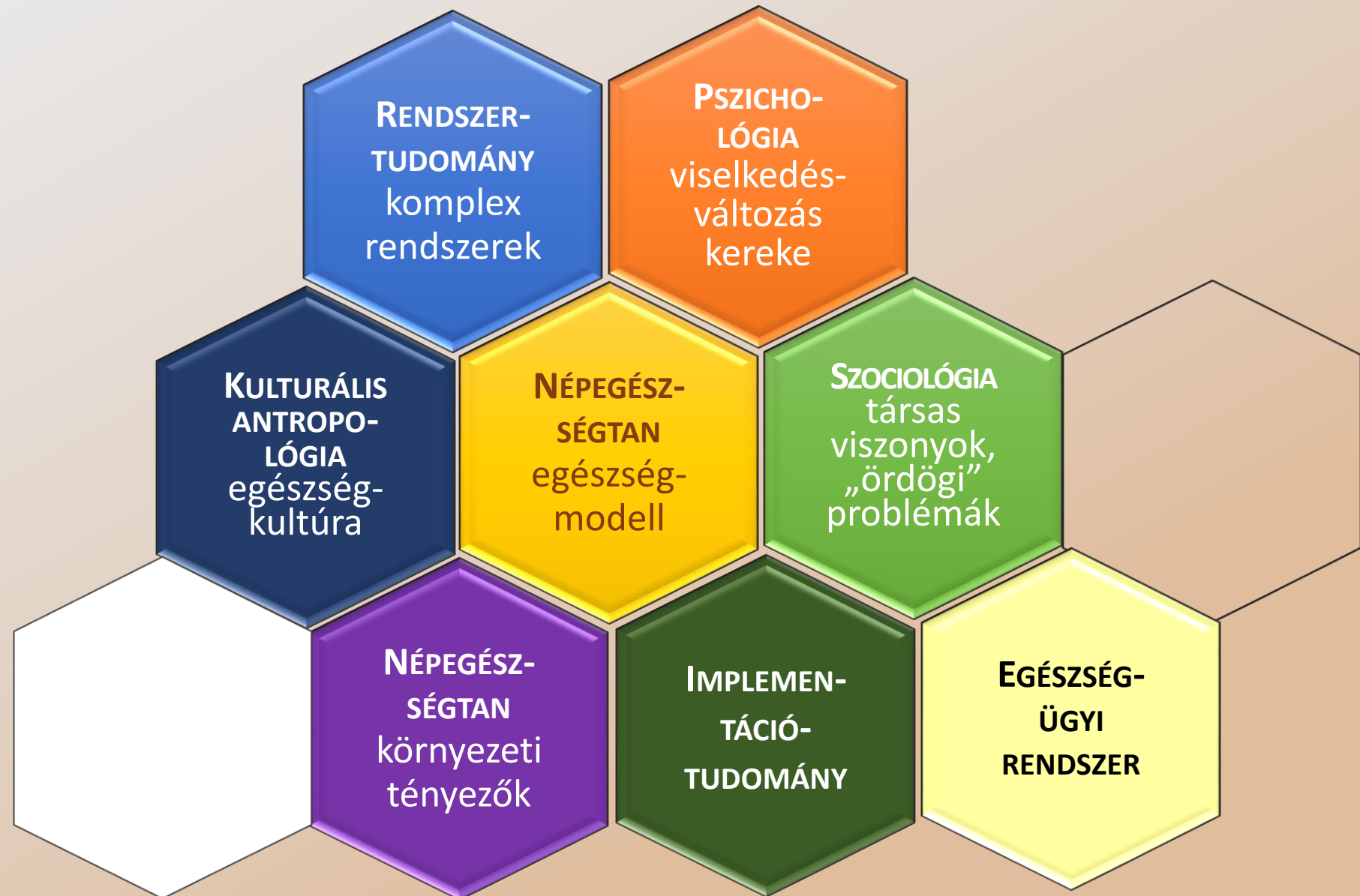
10 jó tanács az egészséghez

1. Ne dohányozz! Ha tudsz, szokj le, ha nem, szívj kevesebbet!
2. Táplálkozz változatosan, fogyassz sok gyümölcsöt, zöldséget!
3. Maradj fizikailag aktív!
4. Kezeld a stresszhelyzeteket, például a problémák megbeszélésével, és szánj időt a kikapcsolódásra!
5. Ha fogyasztasz alkoholt, mértékkel tedd!
6. Védekezz a tűző nap ellen, és védj gyermekedet is a leégéstől!
7. Törekezdj biztonságos szexre!
8. Vegyél részt rákszűrésen!
9. Vigyázz az utakon, tartsd be a KRESZ-t!
10. Ismerd meg az elsősegélynyújtás legfontosabb elemeit!

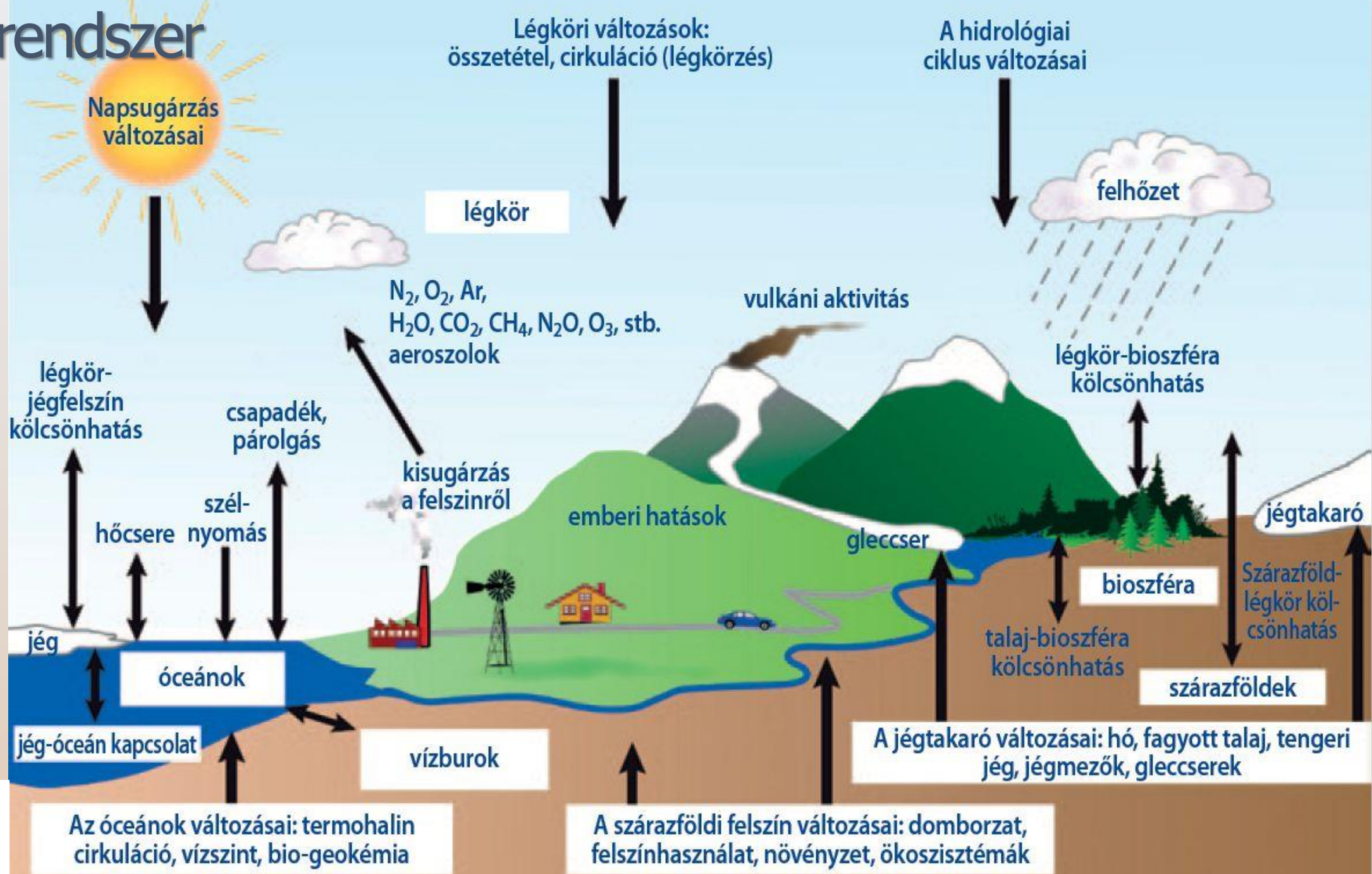
Másik 10 jó tanács az egészséghez

1. Ne légy szegény! Ha szegény vagy, próbálj meg ne túl sokáig az maradni!
2. Ne lakj lepusztult környéken! Ha ott laksz, költözz el!
3. Ne légy fogyatékos és ne legyen fogyatékos gyermeked!
4. Ne vállalj stresszes, rosszul fizetett, fizikai munkát!
5. Ne lakj dohos, rossz lakásban, vagy ne légy hajléktalan!
6. Legyél képes megengedni magadnak szórakozást és üdülést évente!
7. Ne legyél egyedülálló szülő!
8. Szerezd meg valamennyi neked járó szociális juttatást!
9. Legyél képes megengedni magadnak egy autót!
10. Használd ki iskolázottságodat, hogy feljebb juss a társadalmi ranglétrán!

Egészség fejlesztéséhez szükséges sokféle szaktudás

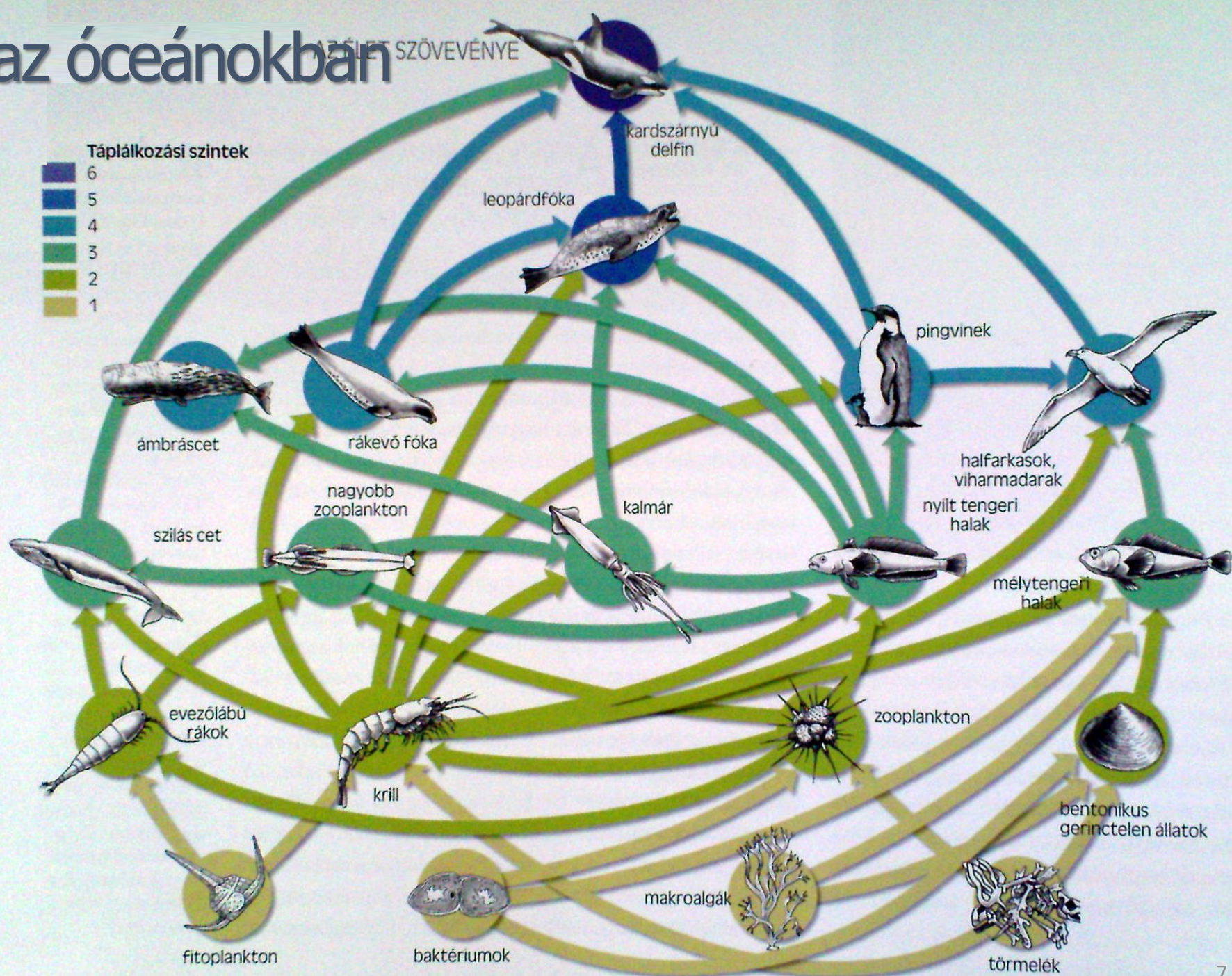


Éghajlati rendszer

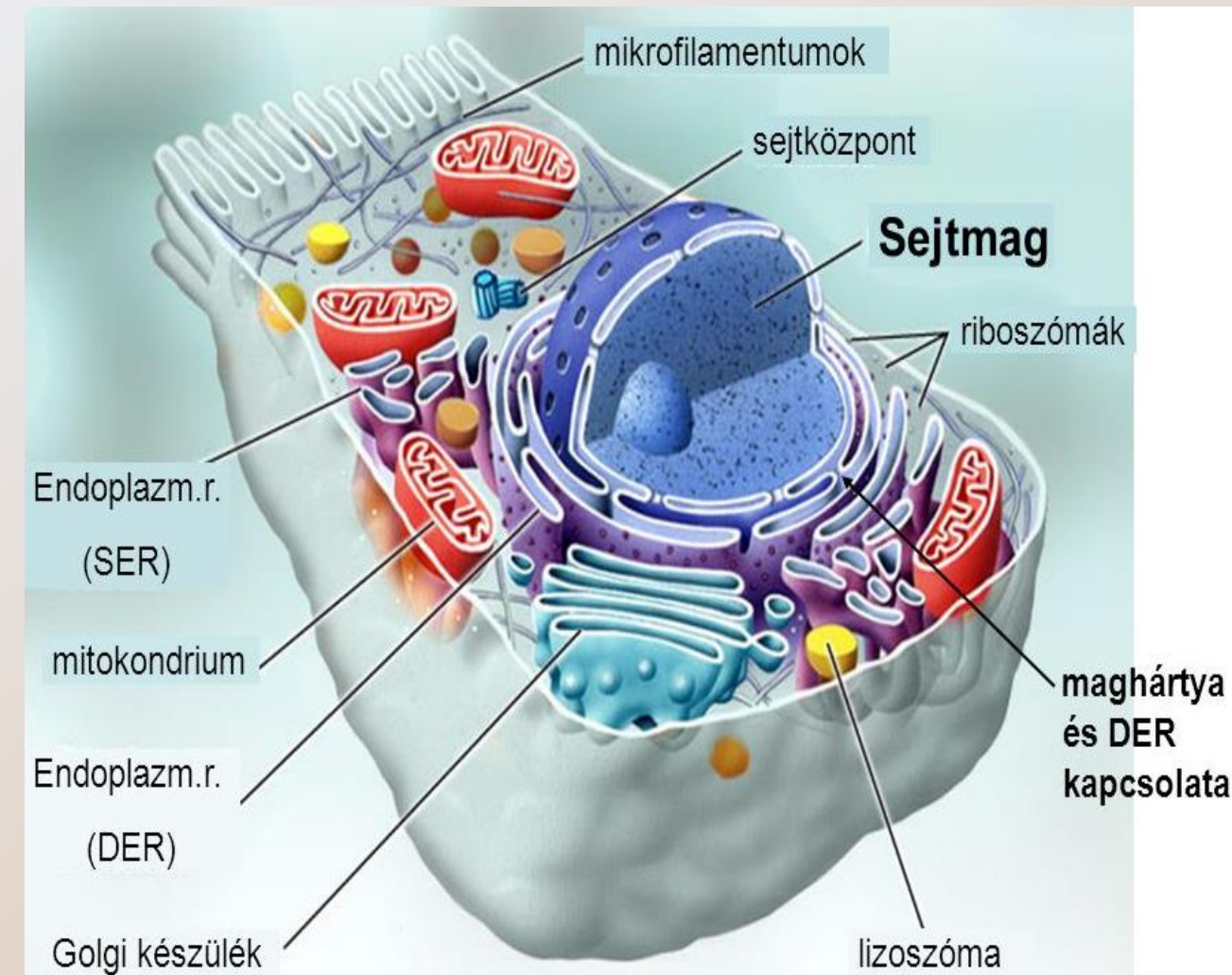


Klíma-modellezés.
Modellezési háttér.
Országos Meteorológiai
Szolgálat. 2017

Táplálkozási láncok az óceánokban



Mik a komplex rendszerek?



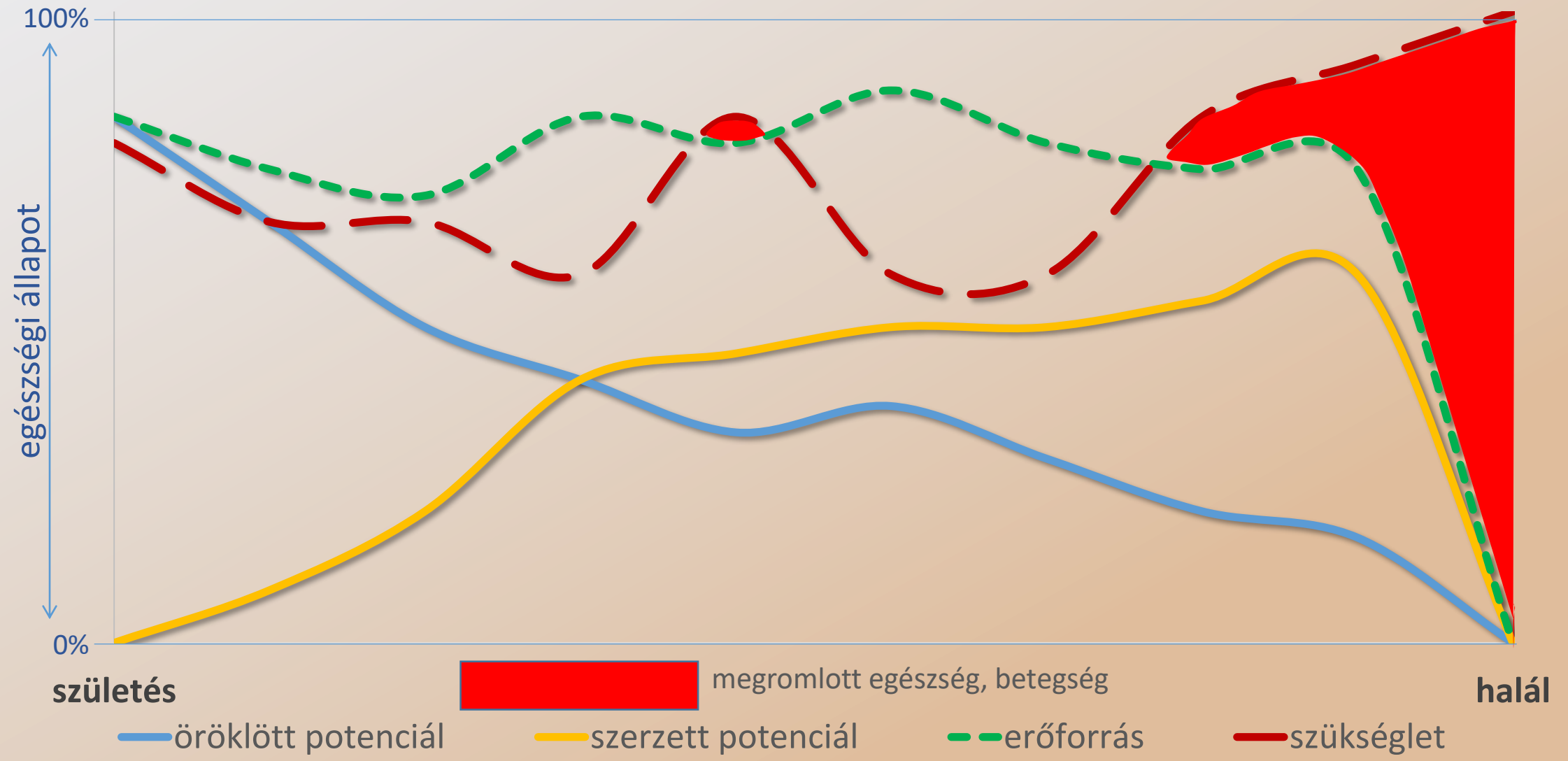
1. Nagyszámú,
2. különböző elem,
3. több szinten
4. kölcsönhatásba lép egymással, és ennek eredményeképpen
5. az egyes elemek tulajdonságaitól eltérő, új,
6. gyakran megjósolhatatlan tulajdonság jelenik meg, ami
7. a változó körülményekhez alkalmazkodva tartós maradhat.

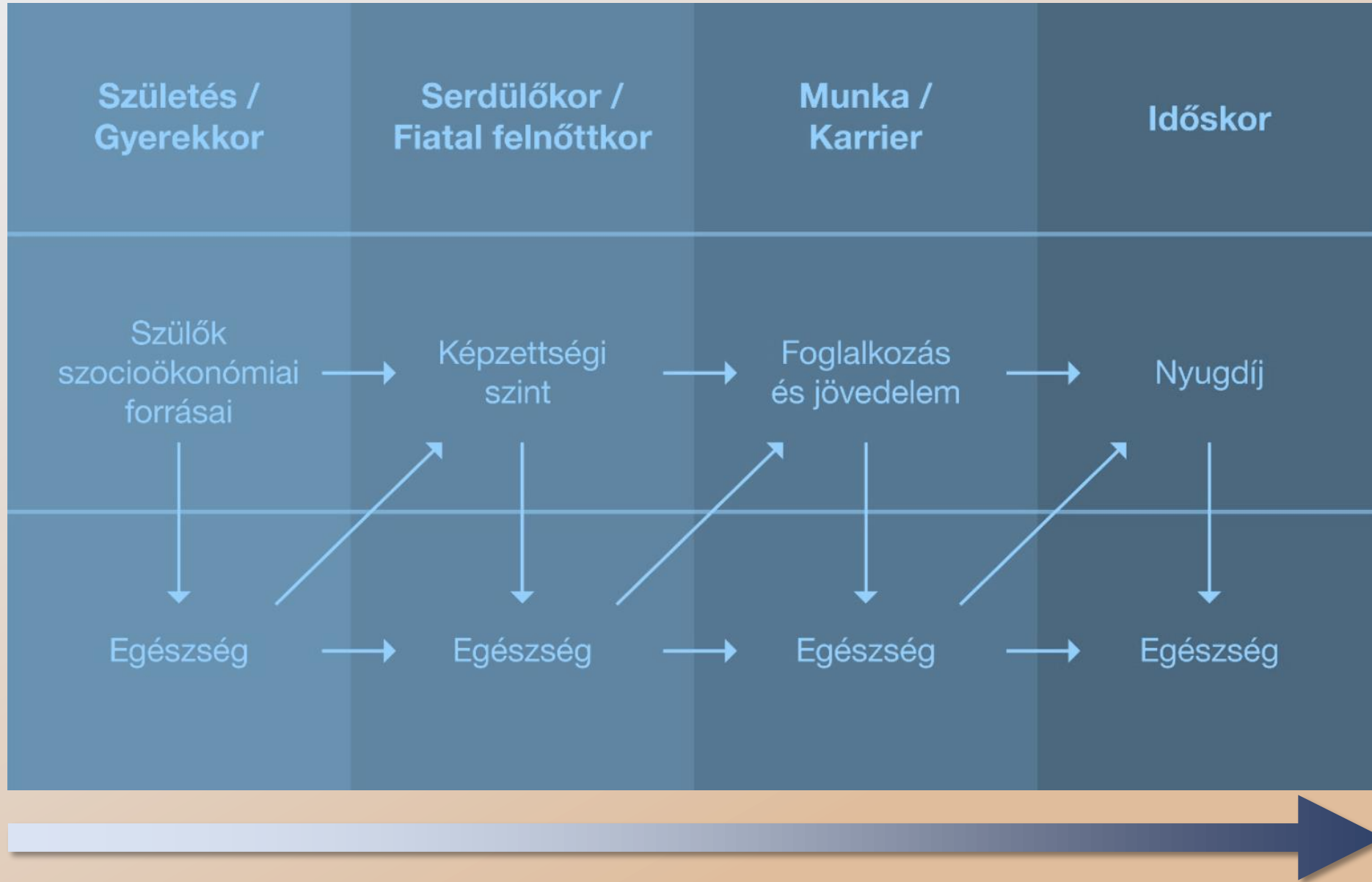
Egészségmodell

„Az egészség a jóllét egy állapota, mely az egyéni potenciál és a fellépő szükségletek, valamint a társadalmi, környezeti befolyásoló tényezők kölcsönhatásának terméke.”



Egészségmodell

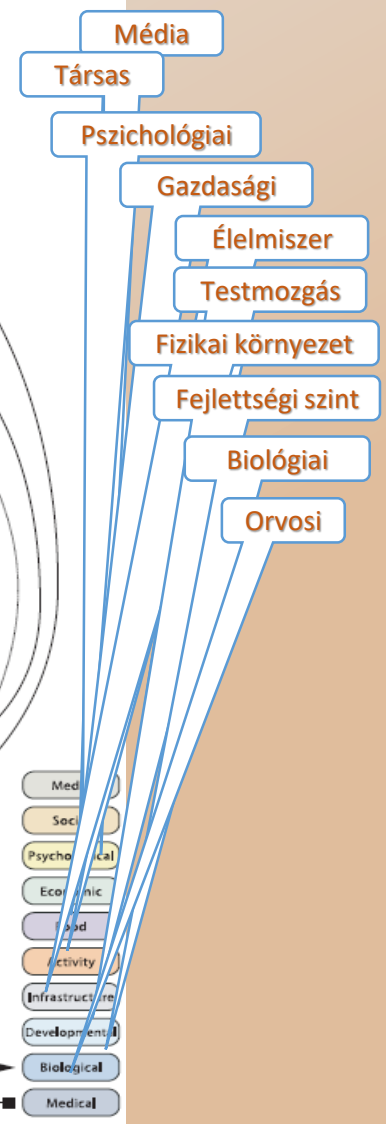
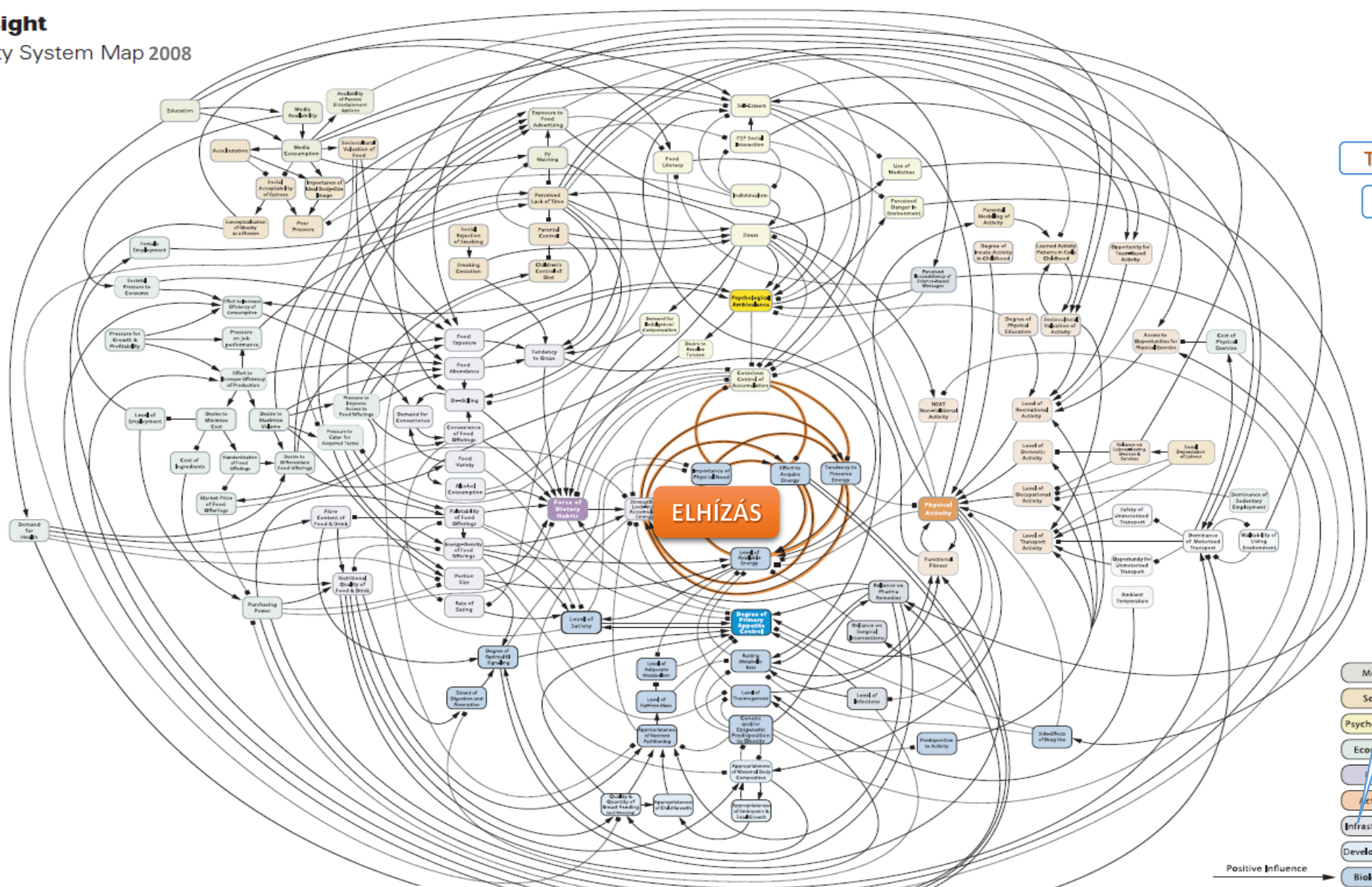




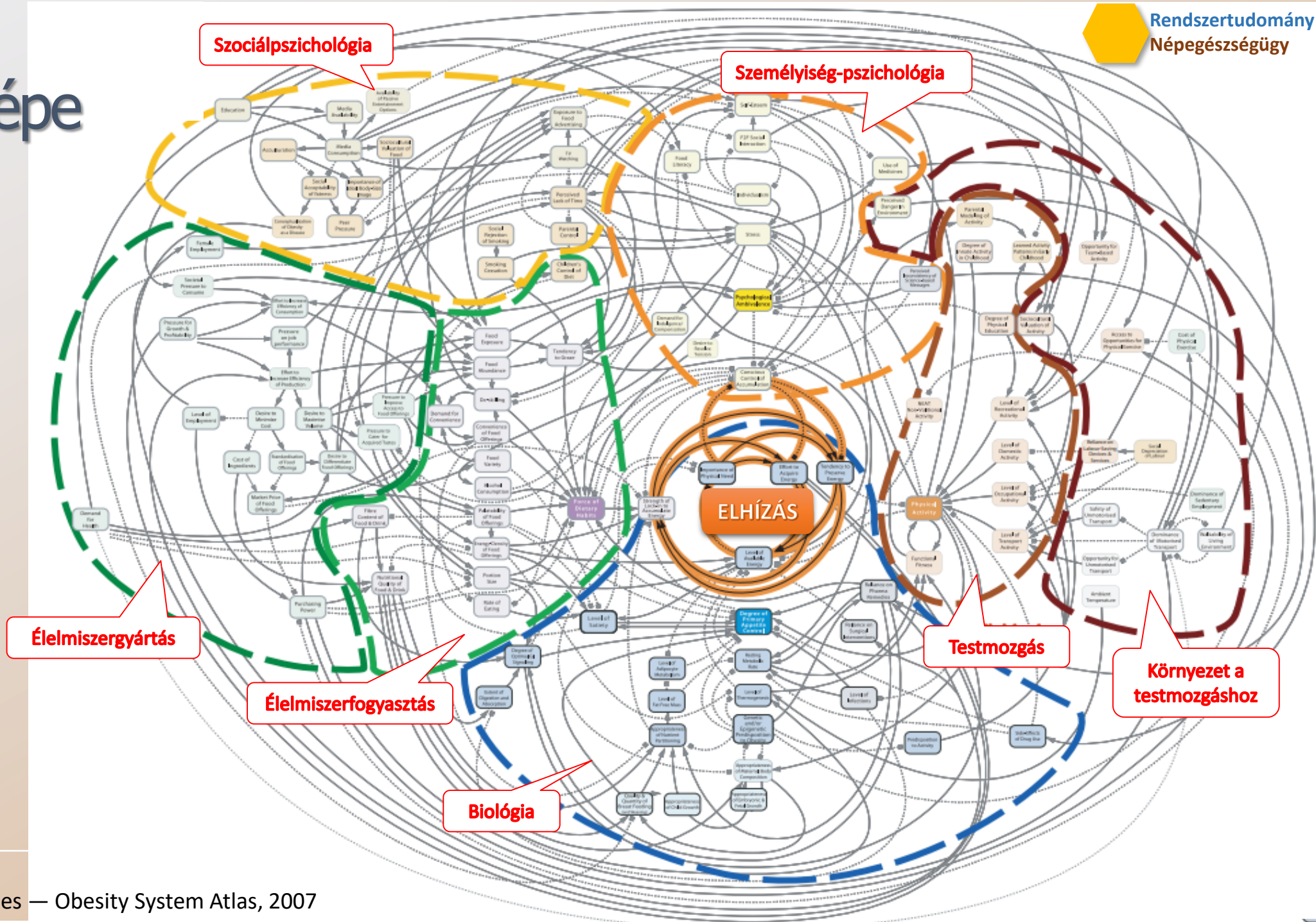
Az elhízás rendszertérképe

Foresight

Obesity System Map 2008



Az elhízás rendszertérképe



Egészséget befolyásoló tényezők szintjei



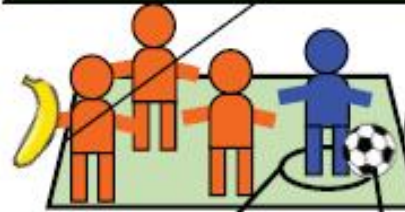
Társadalmi hatások



Épített környezet



Társas környezet



Egyéni viselkedés



Testi-lelki folyamatok



Öröklés



KÖRNYEZET
SZINTJEI

EGYÉNI SZINTEK

Forrás: Lee BY, Bartsch SM, Mui Y, Haidari LA, Spiker ML, Gittelsohn J. Nutr Rev. 2017 Jan;75(suppl 1):94-106.

A kultúra jéghegymodellje

Megfigyelhető
10%

Rejtett
90%



VISELKEDÉS

életforma, életmód
szabályok, szokások
intézmények
rítusok, jelképek
alkotások, termékek
nyelv, kommunikáció

GONDOLKODÁS

értékek, normák
tudás, vélemények
szerepek
ideológiák
hiedelmek
világnézet

ÉRZÉSEK

előítéletek, sémák
ízlések
attitűdök
elvárások, vágyak
feltételezések

Összefoglalás

- Egészségünket **sokféle** dolog, **egyidejűleg, különböző szinten** befolyásolja, javítani csak **rendszerszemlélettel** lehet
- Az egészség javításához a viselkedést és a környezetet **együtt**, azaz a tágan értelmezett **kultúrát** kell megváltoztatni





A MAGYAR TUDOMÁNY ÜNNEPE

Az MTA programsorozata



KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!

mta.hu

Az előadás elkészítését a Magyar Tudományos Akadémia
Közoktatás-fejlesztési Kutatási Programja támogatta

