

AZ EGÉSZSÉGTUDATOS MAGATARTÁS ÉS A FENNTARTHATÓ FEJLŐDÉS ELMÉLETI ÖSSZEFÜGGÉSEI

THEORETICAL CONTEXT BETWEEN HEALTH CONSCIOUS BEHAVIOUR AND SUSTAINABLE DEVELOPMENT

Mató-Juhász Annamária¹, Dr. Szegedi Krisztina²

Miskolci Egyetem

Egészségügyi Kar

Gazdaságtudományi Kar

ABSTRACT

Despite the fact that the topic of health is closely related to the topic of sustainable development, it is little realized the individuals as well as economic and social actors. The article describes sustainable development, the definition of health and quality of life. It analyzes the most important health conscious models, the context of sustainable development and health, highlighting the health and health consciousness is also the starting point and the results of sustainable development.

BEVEZETÉS

A széles körben ismert megközelítés szerint „a fenntartható fejlődés olyan fejlődés, amely kielégíti a jelen generációk szükségleteit, anélkül, hogy veszélyeztetné a jövő generációk esélyét arra, hogy saját szükségleteiket kielégítsék” [1]. A fenntartható fejlődésre az elmúlt évtizedekben különböző definíciók jöttek létre, amelyekben azonban kiemelhető néhány közös alapelv: az egyenlőség és a méltányosság alapelve a szegények és a jövő nemzedékek irányába, a hosszú távú szemlélet, amely felhívja a figyelmet a súlyos és visszafordíthatatlan károokra, valamint az integráló szemlélet, azaz annak felismerése, hogy komplex összefüggés van a környezet, a gazdaság és a társadalom között [2]. A fenntartható fejlődés egymást kölcsönösen erősítő pillérei a globális, regionális, nemzeti és helyi szintű gazdasági fejlődés, a társadalmi fejlődés és a környezetvédelem [3]. A koncepció a gazdasági, társadalmi, és ökológiai fenntarthatóság harmóniáját feltételezi, és gyökeres gondolkodásváltást igényel [4]. Ez magában foglalja annak megértését, hogy a fogyasztás állandó növekedésén alapuló gazdasági növekedés helyett a társadalom jól-léte a közös cél, ami egyéni önzés helyett együttműködést és globális felelősségvállalást igényel [5].

A fenntartható fejlődés és az egészség

A fenntartható fejlődés kapcsán az elmúlt évtizedekben sokáig kevésbé hangsúlyosan jelent meg az egészség és annak komplex összefüggése a fenntartható fejlődéssel. Annak ellenére így van ez, hogy már az ENSZ 1972-es emberi környezetről szóló konferenciája rávilágított arra, hogy az ember okozta károk, a víz, a levegő, a föld és az élőlények veszélyes mértékű szennyezése; a bioszféra ökológiai egyensúlyának jelentős és nemkívánatos megzavarása, az erőforrások megsemmisítése és kimerülése károsak az emberek fizikai, mentális és társadalmi egészségére [6]. Az 1987-es Brundtland jelentés

leírja, hogy „a jó egészség az emberi jólét és a termelékenység alapja”, így a fenntartható fejlődéshez elengedhetetlen az egészség széleskörű fejlesztése, amely szorosan összekapcsolódik a környezeti feltételekkel és a fejlődési problémákkal [7]. Az ENSZ 1992-ben Rio de Janeiróban rendezett Környezet és Fejlődés Konferenciáján létrehozott nyilatkozat első alapelve szerint "A fenntartható fejlődés gondolatának középpontjában az ember áll. Az embernek joga van a természettel harmóniában lévő egészséges és produktív élethez.” [8]. Erre a gondolatra alapozva a 2002-es johannesburgi Fenntartható Fejlődés Világkonferencia lehetőséget nyitott a fenntartható fejlődés kapcsán az egészség szerepének megerősítésére [9]. A 2012-es Rio+ konferencia rávilágított arra, hogy „az egészség előfeltétele, eredménye és indikátora a fenntartható fejlődés mindhárom dimenziójának.” Az egészség társadalmi és környezeti tényezőinek elősegítése lényeges a befogadó, igazságos, gazdaságilag produktív és egészséges társadalom megvalósításához [10]. Az egészség tehát nemcsak önmagában értékes, és egyike az alapvető emberi jogoknak, hanem egyszerre a fenntartható fejlődés forrása, és annak az eredménye is [11]. Az ENSZ a 2015 szeptemberében tartott Fenntartható Fejlődésről szóló találkozásán meghatározta a fenntartható fejlődés fő céljait. Ezek fő témái a szegénység, az éhínség megszüntetése, élelmiszer-biztonság, fenntartható mezőgazdaság, egészséges élet és jóllét minden korosztály számára, igazságos és minőségi oktatás, élethosszig tartó tanulás, nemek közötti egyenlőség, fenntartható vízgazdálkodás, megfizethető, megbízható, fenntartható energiaellátás, fenntartható gazdasági növekedés, teljes foglalkoztatás, méltó munka, fenntartható iparosodás, innováció, egyenlőtlenségek csökkentése, befogadó, biztonságos, fenntartható települések, fenntartható fogyasztási és termelési szokások, sürgős cselekvés a klímaváltozás kapcsán, az óceánok, tengerek, erdők, a földi ökoszisztéma fenntartható használata, biodiverzitás, békés és befogadó társadalmak, mindenki számára elérhető igazságszolgáltatás, hatékony, felelősségre vonható és befogadó intézmények, globális partnerség a fenntartható fejlődés kapcsán [12]. A minden korosztály számára megvalósítandó egészséges élet és jóllét kapcsán az alábbi célokat tűzték ki [13]:

- 2030-ra a 100000 élve születésre jutó anyai halálozás globális számának 70 alá történő csökkentése
- 2030-ra az újszülöttek és az 5 év alatti gyerekek megelőzhető haláleseteinek megszüntetése; minden országban az újszülött halálozás rátájának 12/1000 élve születésre, az 5 éves kor alatti gyerekek halálozási rátájának 25/1000 élve születésre csökkentése
- 2030-ra az AIDS járvány, a tuberkulózis, a malária és a ritka trópusi betegségek megszüntetése, küzdelem a hepatitis, a víz útján terjedő betegségek és egyéb fertőző betegségek ellen
- 2030-ra a nem fertőző betegségek miatti korai halálozások számának egyharmadával történő csökkentése a megelőzés és a kezelés valamint a mentális egészség és a jóllét ösztönzése révén
- A függőségek megelőzésének és kezelésének erősítése, beleértve a drogfüggőséget és a káros alkoholfogyasztást
- 2020-ig a közúti közlekedési balesetből származó halálesetek és sérülések globális számának felére csökkentése
- 2030-ra általános hozzáférés biztosítása a szexuális és reprodukív egészségügyi szolgáltatásokhoz, beleértve a családtervezést, a tájékoztatást és az oktatást, valamint a reprodukív egészség kérdésének a nemzeti stratégiákba és programokba történő integrálása
- Az egyetemes egészségügyi ellátás megvalósítása, beleértve a pénzügyi kockázat védelmet, a minőségi alapvető egészségügyi szolgáltatásokhoz való hozzáférést,

- valamint a biztonságos, hatékony, minőségi és megfizethető alapvető gyógyszerekhez és oltóanyagokhoz való hozzáférést mindenki számára.
- 2030-ra a veszélyes vegyi anyagok és a levegő, a víz és a talajszennyezésből és a szennyezettségből származó halálesetek és betegségek számának jelentős csökkentése
 - Az Egészségügyi Világszervezet Dohányzás-ellenőrzési keretegyezménye minden országban történő végrehajtásának erősítése
 - A fertőző és nem fertőző betegségek elleni oltóanyagok támogatása, a megfizethető alapvető gyógyszerekhez és oltóanyagokhoz való hozzáférés támogatása mindenki számára
 - Az egészségügy finanszírozás és a munkaerő-felvétel, az egészségügyi dolgozók fejlesztésének, képzésének és megtartásának jelentős növelése a fejlődő országokban
 - Minden országban, különösen a fejlődő országokban, a nemzeti és globális egészségügyi kockázatok korai figyelmeztetőrendszerének, a kockázat csökkentésének és kezelésének megerősítése.

Az egészség fejlesztése több szektor összehangolt törekvésével lehetséges, ugyanis számos közös tényező kapcsolja össze az egészséget a környezetvédelemmel, a mezőgazdasággal és az élelmiszer-iparral, a víz és az energiagazdálkodással, a városfejlesztéssel és közlekedéssel, a kereskedelemmel és beruházással, valamint a kommunikációval [14].

Az egészség és az életminőség fogalma

Az egészséget sokan, sokféleképpen értelmezték. A World Health Organization (1948) az egészséget a következőképpen definiálta: „Az egészség a teljes testi, lelki és társadalmi jólét állapota, és nem csupán a betegség vagy fogyatékosság hiánya”. David Speedhouse szerint: „Az egészség optimális állapota egyenlő azon feltételek összességével, amelyek megléte esetén az egyén kibontakoztathatja a számára adott lehetőségek teljes körét.” [15]. A két idézett definíció megfogalmazása között még azóta is finomodik az egészség pontos meghatározása annak köszönhetően, hogy a kutatások egyre jobban dolgozzák át az egészséget meghatározó tényezőket. 1984-ben a WHO definíciójában már megjelent az egyéni felelősség, 1986-ban pedig már az egyéni ismeretek is helyt kaptak [16]. Az ún. ökológiai egészségkép az egészség sokszereplős egyensúlyi állapotáról beszél. Arról a harmóniáról szól, amelyet egy általános jóllétnek nevezünk, amely minden ember számára mást jelent. Egyértelműen látszik milyen szubjektív az egészségértelmezés [17].

Az egészségi állapotot egyfajta jelzőrendszerként mutatja az életminőség. „Az életminőség az egyén észlelete az életben elfoglalt helyzetéről, ahogyan azt életterének kultúrája, értékrendszerei, valamint saját céljai, elvárásai, mintái és kapcsolatai befolyásolják. Szélesen értelmezett fogalom, amely bonyolult módon magába foglalja az egyén fizikai egészségét, pszichés állapotát, függetlenségének fokát, társadalmi kapcsolatait, személyes hitét. Valamint a környezet lényeges jelenségeihez fűződő viszonyát.” [18].

Az egészséget az ún. bio-pszicho-szociális paradigma mentén egy komplex állapotnak értelmezhetjük, amelynek biológiai, pszichikai, szociális és manapság már spirituális dimenziói vannak. Az újabb dimenzió rendkívül fontos elemként jelenik meg a mentális egészségi állapot tekintetében, hiszen egy egyedi látásmódot ad az élet értelmének és a fennálló élethelyzeteknek megértése során, amely bizalommal és nyugalommal töltheti el az embert [19].

Egészségtudatos magatartási modellek

Az egészségtudatos magatartási modellek célja annak vizsgálata, hogy milyen tényezők befolyásolják az egyének egészségét. Az erre vonatkozó kutatások keresik a beavatkozási pontokat, amely egy jobb világ lehetőségét vetíti előre. A következőkben néhány erre vonatkozó vizsgálat eredményei kerülnek bemutatásra, arra fókuszálva, van-e az egyének felelőssége saját egészsége, életminősége kapcsán, és ha igen, milyen és mekkora mértékű. A szakirodalmak között számos helyen találkozunk csoportosításokkal, felsorolásokkal erre vonatkozóan.

A Nemzeti Egészség Jelentésben (2004) leírt modell szerint az egészség alapvetően három tényezőcsoporttól függ. Az első tényezőcsoport az egyéni adottság és a magatartás csoportjába tartozó ismérvek, úgymint: *biológiai tulajdonságok, lelki tulajdonságok, képzettség* (mentális tulajdonságok) és az **egyéni magatartás**, amely kihat a másokkal és az önmagunkkal való tevékenységeinkre, leginkább a szervezetünkre. A második tényezőcsoport, amely kívülről hat a magatartásunkra: *család és ismerősök, értékek és ismeretek, háziorvos, lakó- és munkahely, anyagi helyzet, valamint a szabadidő eltöltése*. A harmadik tényezőcsoportba azt a meghatározó környezetet soroljuk, amely a második tényezőcsoportba felsorolt elemekre is hatnak. A *kulturális környezet* hat az értékekre, az ismereteinkre, a *társas környezet* hat a családukra és az ismerőseinkre, a *fizikai környezet* hat a lakó- és munkahelyünkre, a *gazdasági környezet* hat az anyagi helyzetünkre, a *politikai környezet* kihat a hétköznapi szabadidő eltöltésünkre, az *egészségügyi ellátó rendszer* pedig kihat az orvosi ellátáshoz való hozzáférésünkre [20].

Az egészséget meghatározó tényezők közül a leggyakrabban a *genetikai tényezőket*, a *külső tényezőket*, az **életmódot**, a *társas közeg* hatásait és az *egészségügyi ellátás* összefüggéseit emelik ki [21].

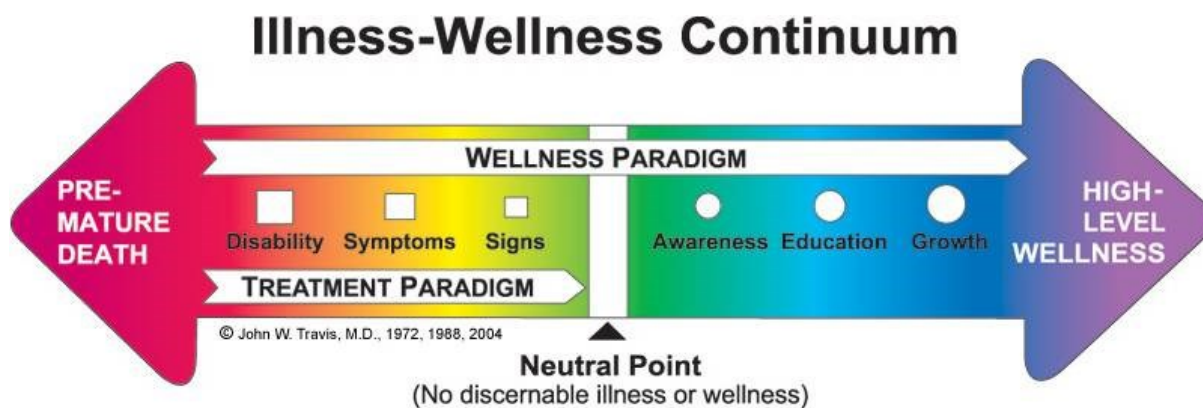
A Dzsakartai Nyilatkozat alapján, az egészség *külső környezeti tényezői* (external environmental factors), az **egyéni viselkedés tényezői** (personal behavior factors), valamint a *személyes tényezők* (host factors) együtthatásaként jellemezhető.

Szántó modellje szerint az egészségtudatos magatartás megjelenési formái közé *az egészséges táplálkozás, a testedzés és a szűrővizsgálatok igénybevétele*; míg az egészséget magyarázó tényezők közé a szabadidő, a neveltetés és az informáltság tartozik. **A fogyasztók egészségtudatossága a magatartásukkal, a motivációjuk pedig a cselekedeteiket magyarázó tényezők kombinációjának eredőjeként írható le.** A modell szerint az egészségtudatosság szintjét befolyásoló (1) belső tényezők a: családméret, nem, iskolai végzettség; (2) külső tényezők a: média, lakóhely, környezeti hatások; (3) motivációs tényezők a: neveltetés, szabadidő, informáltság. Az egészségtudatosság magatartás legmeghatározóbb tényezői az: egészséges táplálkozás, a testedzés-mozgás, a szűrés látogatása [22].

Az Amerikai Holisztikus Egészség Egyesület állásfoglalása szerint az egészségünket 50%-ban az **életmódunk**, 20%-ban az *öröklött tulajdonságaink*, 20%-ban a *környezetünk* és 10%-ban az *egészségügyi ellátó rendszer* határozza meg [23].

Az AHHA ezen eredményei alapján arra fókuszál, hogy információkat és módszereket juttasson el az emberek számára, hogy segítsen egyensúlyba hozniuk az egészségük fizikai, mentális, emocionális és spirituális területeit; segítsen létrehozniuk egészséges és tiszteletteljes kapcsolatot másokkal; valamint segítsen olyan döntések meghozatalában, amely a jólét és a jóllét irányába hat.

A Travis Illness-Wellness Continuum modell megtalálható az Amerikai Holisztikus Egészség Egyesület által is alkalmazott módszerek között [24].



1. ábra

Travis Illness-Wellness Continuum modell (Travis, 2004)

A modell lényege, hogy segít szemléltetni, hogy a jóllét állapota sokkal több, mint a betegség hiánya, ahogyan azt a WHO is definiálja. A kép bal oldala a hagyományos megközelítés lépcsőfokait mutatja be (jelek, tünetek, betegségek), amelyek idő előtti elhalálozáshoz vezetnek. A kezelések arra irányulnak, hogy megszüntesse a betegségeket, a tüneteket és eljuttassa az embereket egy olyan pontba, amikor is nincs semmilyen fizikai problémájuk. A wellness paradigma, a kép jobb oldalán azt mutatja, milyen lépések (*tudatosság*, oktatás, gyarapodás) vezetnek el az embereket egy magas jólléti állapotba.

KÖVETKEZTETÉS

Az egészség a fenntartható fejlődés forrása, mivel a fenntartható fejlődés céljai nem érhetők el abban az esetben, ha gyakori a súlyos betegség, az ugyanis akadályozza a gazdasági fejlődést és a szegénység enyhítését. A gazdasági fejlődéshez egészséges és produktív népességre van szükség. A lakosság egészsége viszont nem tartható fenn egészséges környezet és felelős egészségügyi rendszer nélkül. A környezet állapotának romlása, a természeti erőforrásokkal való helytelen gazdálkodás és az egészségtelen fogyasztási és életmódbeli szokások negatívan hatnak az egészségre és növelik az egészségügyi rendszer költségeit, visszahatva ezzel a gazdaságra. Ugyanakkor az egészség pozitívan hat mind a gazdasági, mind a társadalmi fejlődésre. Különösen a fejlődő országokban hozzájárul a nemek közötti egyenlőség növekedéséhez, valamint a társadalmi szolidaritáshoz. Az emberek egészségi állapotának fejlesztésébe történő befektetések multiplikátor hatásúak. Az egészség a fejlődés és a jóllét egyik fő indikátora, így végső soron a fenntartható fejlődés egy eredménye is. Összességében elmondhatjuk, hogy az egészség a fenntartható fejlődéshez való összetett kapcsolódása miatt, a fenntartható fejlődés központi elemének tekinthető [25].

Az egészség és az életminőség szervesen összekapcsolódik egymással. Az életminőség, mint jelzőrendszer, segít kialakítani és fenntartani a holisztikus egészsz tudatos magatartást, ami egy olyan alkalmazkodó képességet jelent, amely a külső és a belső impulzusok hatása mellett is fenn tudja tartani a harmóniát. Elméleti összefoglalónk kiindulópontját jelenti egy a fenntartható fejlődést elősegítő, több társadalmi stakeholdert magába foglaló, holisztikus egészségtudatosság modell kialakítását célzó kutatásnak, amely egészségügyi és gazdasági szakemberek kívánunk megvalósítani.

IRODALOMJEGYZÉK

- [1]WORLD COMMISSION ON ENVIRONMENT AND DEVELOPMENT 1987, 41. o.
- [2]UNITED NATIONS: **Sustainable Development: From Brundtland to Rio 2012. Background Paper prepared for consideration by the High Level Panel on Global Sustainability at its first meeting**, 19 September 2010.
http://www.un.org/wcm/webdav/site/climatechange/shared/gsp/docs/GSP1-6_Background%20on%20Sustainable%20Devt.pdf Letöltés: 2016. 01. 08.
- [3]UNITED NATIONS: **Report of the World Summit on Sustainable Development Johannesburg, South Africa**, 26 August- 4 September 2002.
http://www.unmillenniumproject.org/documents/131302_wssd_report_reissued.pdf
Letöltés: 2016. 01.08.
- [4]KEREKES S.: **A környezetgazdaságtan alapjai**. Aula Kiadó, 2009
- [5]MAGYAR TERMÉSZETVÉDŐK SZÖVETSÉGE: **„Riő+20” Nemzetközi Konferencia.Civil értékelés és javaslatok a fenntartható fejlődés folyamatairól**. 2012.
<http://mek.oszk.hu/10900/10978/10978.pdf> Letöltés: 2016. 01. 08.
- [6]UNITED NATIONS: **Declaration of the United Nations Conference on the Human Environment**. 1972.
<http://www.unep.org/documents.multilingual/default.asp?documentid=97&articleid=1503> Letöltés: 2016. 01.08.
- [7]WORLD COMMISSION ON ENVIRONMENT AND DEVELOPMENT 1987, 93. o.
- [8]UNITED NATIONS GENERAL ASSEMBLY: **Report Of The United Nations Conference On Environment And Development**. Rio de Janeiro, 3-14 June 1992. Annex I Rio Declaration on Environment and Development.
<http://www.un.org/documents/ga/conf151/aconf15126-1annex1.htm> Letöltés: 2016. 01. 08.
- [9]UN SYSTEM TASK TEAM ON THE POST-2015 UN DEVELOPMENT AGENDA: **Health in the post-2015 UN development agenda**. Thematic Think Piece UNAIDS, UNICEF, UNFPA, WHO. May 2012.
http://www.un.org/millenniumgoals/pdf/Think%20Pieces/8_health.pdf Letöltés: 2016. 01.08.
- [10]UNITED NATIONS GENERAL ASSEMBLY: **The Future We Want**. Resolution adopted by the General Assembly on 27 July 2012.
http://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/66/288&Lang=E Letöltés: 2016. 01. 08.
- [11]WORLD HEALTH ORGANIZATION: **World Summit on Sustainable Development**. <http://www.who.int/wssd/en/> Letöltés: 2016. 01.08.
- [12]UNITED NATIONS GENERAL ASSEMBLY: **Transforming our world: the 2030 Agenda for World Commission on Environment and Development 1987.; Our Common Future 2015**
<http://www.un-documents.net/our-common-future.pdf> Letöltés: 2016. 01. 08.
- [13]SUSTAINABLE DEVELOPMENT KNOWLEDGE PLATFORM: **Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development 2015**.
<https://sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld> Letöltés: 2016. 01. 10.
- [14]SUSTAINABLE DEVELOPMENT SOLUTIONS NETWORK: **Health in the Framework of Sustainable Development**. Technical Report for the Post-2015 Development Agenda. 18 February 2014. <http://unsdsn.org/wp-content/uploads/2014/02/Health-For-All-Report.pdf> Letöltés: 2016. 01. 08.

- [15]SEEDHOUSE, D. : **Health**: The Foundations for Achievement. 2nd edn. Chichester, Wiley. 2001
- [16]WORLD HEALTH ORGANIZATION: **WHO definition of Health** 1948. www.who.int/about/definition/en/print.html. Letöltés: 2016. 01. 08.
- [17]SHELDON, K.M. – BETTENCOURT, B.A.: **Psychological need-satisfaction and subjective well-being within social groups**. British Journal of Social Psychology 2002. 41. 25–38.
- [18]KULLMANN LAJOS – HARANGOZÓ JUDIT: **Az Egészségügyi Világszervezet életminőség-vizsgáló módszerének hazai adaptációja**. Orvosi Hetilap 1999. 140(35). 1947.
- [19]STEGER, M.F. – FRAZIER, P. – OISHI, S. – KALER, M.: **The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life**. Journal of Counseling Psychology 2006. 53. 80–93.
- [20]NEMZETI EGÉSZSÉG JELENTÉS, 2004
- [21]PIKÓ BETTINA: **Életmód helyett életvezetés? Egészségkockázatok a posztmodern társadalomban**. Valóság 2008. 51(5), 55–64.
- [22]SZÁNTÓ ÁKOS: **Egészségpiac és egészségtudatosság- vásárlói döntést befolyásoló tényezők-marketing szemléletű vizsgálata**, PhD disszertáció, 2008
- [23]AMERICAN HOLISTIC HEALTH ASSOCIATION, 2016
- [24]JOHN W. TRAVIS, M.D., AND REGINA SARA RYAN, Celestial Arts, Berkeley, CA. ©1981, 1988, 2004 www.wellnessworkbook.com
- [25]SUSTAINABLE DEVELOPMENT. **Resolution adopted by the General Assembly** on 25 September 2015.
http://www.un.org/ga/search/view_doc.asp?symbol=A/RES/70/1&Lang=E Letöltés: 2016. 01. 10.