

„EGÉSZSÉGES FALUNKÉRT” TÁMOP-6.1.2-11/1-2012-0963

Augusztus 20-án egy településre vonatkozó egészségügyi állapotfelmérés megvalósításával indult el Bodroghalomban a községi önkormányzat azon projektje, amely a településen lakók jobb egészségügyi állapotának elérését célozza.

Az Új Széchenyi Terv, Társadalmi Megújulás Operatív Program - TÁMOP-6.1.2-11/1/A jelű, „Egészségre nevelő és szemléletformáló életmód programok – lokális szintek” címet viselő pályázati kiírásán sikeresen támogatást nyert, települési szintű „Egészséges falunkért” című projektje keretében Bodroghalom Község Önkormányzata számos elemből álló egészségjavító, az egészséges életvitelre, szemlélet- és életmód kialakítására irányuló programokat valósít meg. Mostantól havonta jelentkezünk a projekt programjaihoz kapcsolódó témakörökkel, az egészséges életmód elérését, az egészségi állapot javítását, illetve a káros szenvedélyek megelőzését elősegítő tájékoztató írásainkkal, cikksorozatunk részeivel célunk, hogy hozzásegítsük a településen élő fiatalokat, a középkorosztályhoz tartozókat és időseket az ezekkel kapcsolatos ismereteik bővítéséhez.

AZ EGÉSZSÉGÜGYI ÁLLAPOTFELMÉRÉS FALUNKBAN

Az augusztus 20-án megtartott egészségügyi állapotfelmérés keretében négy különböző vizsgálati módszerrel mérték fel a program szakemberei Bodroghalom megjelent lakosságának egészségi állapotát.

Az állapot felmérésen csak az OEP által nem finanszírozott, „alternatív” diagnosztikai eljárásokat lehetett alkalmazni. Ezek a módszerek más országokban elfogadottak az orvosi praxisban, hazánkban a természetgyógyászat területébe soroltak. Részben tapasztalati, részben kísérleti adatok alapján jól alkalmazhatók diagnosztikai célra. A fülakupresszúrás addiktológia a fülön található akupresszúrás pontok érzékenysége alapján alkot képet a szervezet nagy szervcsoportjainak állapotáról.

A Voll-féle allergiasteszt a biofizikai állapotfelmérő módszerek közé tartozik. A szervezetünk bőr ellenállásának és a belső elektromos folyamatok megváltozását detektálja a használt műszer. A mérések során összeveti a készülék a saját, és az allergénnel provokált elektromos jeleket.

Az antropometria, testalkattan vizsgálat a három csiralemezből fejlődő szövetek arányát határozza meg a szervezetben, mely tükrözi betegségekre való hajlamainkat. Elsősorban az úgynevezett, nem fertőző népbetegségekre (magas vérnyomás, cukorbetegség, elhízás, idegrendszeri feszültség-zavarok stb.) való hajlamok szűrésére használják.

Az írisz-diagnosztika során mivel a szervek, mint mikrorendszeren, térképszerűen vetülnek a szivárványhártyára, innen olvassuk le az eltéréseket. Ennek alapján vizsgáljuk, mely szervekben zajlódhat káros folyamat.

A fülakupresszúrás vizsgálatok elvégzése és összegzése alapján megállapítható, hogy az életkor növekedésével nő a betegségek, kóros állapotok száma és hogy a vizsgálaton megjelent férfiak rosszabb egészségi állapota a magasabb életkorukkal magyarázható.

A nőknél a kiválasztó szervek (vese, húgyhólyag), a nemi szervek, a mozgásrendszer, a vérképzés és a táplálkozási szervrendszer (gyomor, máj, belek) megbetegedései gyakoribbak. Ebben fontos szerepet játszhat a mozgásszegény életmód következtében kialakuló elhízás.

A férfiaknál a keringési rendszer (erek, szív) és a légzőszervek (tüdő) megbetegedései fordulnak elő nagyobb arányban. Ez a fokozott stressz és a jelentős arányú dohányzás következményeként tudható be.

A Voll-féle étel intolerancia vizsgálat alapján a 60 vizsgált allergén (élelmiszer, nehézfém) közül személyenként átlagosan 17 anyagra lehetett intoleranciát kimutatni. A nőknél 17 a férfiaknál 18 anyagra. A nagymértékű étel intoleranciával küzdők aránya a népességben beül mindkét nem esetében magas. A nőknél eléri az 50, a férfiaknál a 60%-ot. Ez abból adódhat, hogy a táplálkozás terén nincs érdemi különbség a két nem között. Az étel intolerancia aránya nem nagyobb az idősebbeknél, mint a fiataloknál. Sőt az idősebbeknél kisebb! Ezt magyarázhatja az, hogy már fiatal korban jellemzővé válnak az egy-

ÚJ SZÉCHENYI TERV

oldalú táplálkozási szokások. Nem volt jellemző, hogy az iskolai végzettség növekedésével csökkenne az intolerancia. Ez viszont probléma, mert a magasabban kvalifikáltak körében a tudatosabb táplálkozásnak teret kellene nyernie. Azon személyeknek, ahol az átlagnál jóval kisebb volt az intolerancia aránya (10%-nál kisebb), jellemzően idősek, alacsony iskolai végzettségűek, de bevallásuk alapján inkább házi természetű és készítésű ételeket fogyasztanak rendszeresen.



Az antropometriai (testalkat) vizsgálatok elvégzése eredményeként megállapítható, hogy:

Az ektomorfia (sovány testalkat, szálkás testfelépítés, gyors anyagcsere) gyakorlatilag csak a fiatal nők esetében fordul elő.

Az endomorfia (lággy kerekded testalkat, hízákonyság, lassú anyagcsere, méregtelenítés) a fiatal nők és férfiak között is gyakori alkati komponens. Ez a fiatalkori elhízás és mozgásszegénység jelzője.

A mezomorfia (atlétikus alkat, normál emésztés és anyagcsere, fejlett csont- és izomrendszer) az idősebb életkorúak között gyakoribb. Az idősebb életkorúak között nagy a kevert endo-mezomorfi típus aránya.

Ezeket összefoglalva azt mondhatjuk, hogy az elmúlt évtizedek életmód változása miatt a fiatalabb életkorúak között háttérbe szorult az izom és csontvázrendszer fejlettségét tükröző mezomorfi komponens és a kövérséget jelző mezomorfia, illetve a fiatal lányok körében a soványság (ektomorfia) dominál.

Idősebb életkorban a centrális elhízás a fiatalkori mezomorfiával ötvöződve az endo- mezomorfi alkat gyakoribbá válását eredményezi.

Az íriszdiagnosztikai vizsgálatok eredményeként elmondható, hogy a férfiak az emésztőrendszer kivételével jobb egészségi állapotot mutattak, mint a nők. Az életkori megoszlást tekintve pedig a fiatalabbnál jellemzően kevesebb szerv esetén lehetett krónikus megbetegedést, esetlegesen korábbi vagy meglévő szervi gyulladásra utaló jelet kimutatni. Ez a különbség főleg a nők között jellemző.

A megbetegedéssel legérintettebb szervek az emésztőrendszer különböző részei: a gyomor, a belek és az epehólyag.

A második nagy csoport a mozgásrendszer, amely krónikus megbetegedései főleg az ízületeket érinti. A húgyvár rendszer megbetegedései a harmadik helyet foglalják el. Lényegesen kisebb mértékű a szív és érrendszer krónikus megbetegedéseinek gyakorisága. Ez feltehetően a stresszmentes életvitelnek köszönhető.



Összességében Bodroghalom lakosságának egészségügyi állapotfelmérése alapján megállapítható: A vizsgálaton résztvevők között az emésztőszervek megbetegedései fordultak elő a leggyakrabban.

A nőknél a táplálkozási megbetegedések aránya nagyobb, mint a férfiaknál. Az életkor előre haladtával nő a betegségek gyakorisága. Az érzékeny vizsgálati módszerek a fiatalabb korosztályban is jelzik a táplálkozási rendellenességek előfordulását és előrejelzik a később bekövetkező megbetegedések várható magas arányát.

A helytelen táplálkozás után a második legnagyobb problémakör a csontvázrendszer érintő gyulladásook magas aránya, ami részben a helytelen táplálkozással, részben pedig a rendszeres mozgás hiányával függ össze.

Nemzeti Fejlesztési Ügynökség
www.ujszechenyiterv.gov.hu
06 40 638 638



A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósul meg.