



SINIŠA KOSIĆ

Jedna od najraširenijih zubnih bolesti na svijetu – karijes nije zaobišao ni Zagreb

Muče nas srce, depresija i karijes

Zanimljive podatke o broju stanovnika našeg grada, prosječnim godinama trajanja života, najčešćim bolestima... i ove je godine Nastavni zavod za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“ pretočio na čak 356 stranica zdravstveno-statističkog ljetopisa.

Tako u njemu nalazimo da žene u Zagrebu prosječno žive 82 godine a muškarci, 76 godina. Žena ima i više od muškaraca – 53,2 posto. Ukupan broj stanovnika metropole je oko 795.900, od čega je čak 136.770 stanovnika u skupini osoba starijih od 65 godina. Osoba s invaliditetom je 91.357. Prosječna starost stanovnika je – 42 godine.

Bolesti cirkulacijskog sustava najčešći su uzroci smrti (ishemična bolest srca) – 50 posto. Na drugom su mjestu novotvorine s udjelom od

30 posto. Kada govorimo o bolničkim pobolima s naglaskom na dužinu trajanja liječenja, onda su duševni poremećaji na prvome mjestu. To se odnosi na broj korištenih dana bolničkog liječenja i njihov je udio čak 30 posto. Inače, prema predviđanjima, do 2020. godine depresija će

“ Bolesti cirkulacijskog sustava najčešći su uzroci smrti. Zbog psihičkih tegoba najduže se leži u bolnicama. ”

biti drugi najvažniji svjetski zdravstveni problem općenito.

Zbog depresije se godišnje u stacionarnim psihijatrijskim ustanovama u Zagrebu liječi

oko 4.100 osoba, od čega je čak 60 posto žena.

Jedna od najraširenijih bolesti na svijetu – karijes, nije zaobišao ni Zagreb. Svaka druga dijagnoza zabilježena u djelatnosti za zaštitu i liječenje usta i zubi je zubni karijes. Kako u Zavodu ističu to je bolest kroničnog karaktera koja sporo napreduje, a simptomi se teško otkrivaju. Pojava prvih simptoma može nastupiti i godinu dana od početka samog procesa. Očituje se truljenjem zubnih supstancija: cakline (vanjski, prvi sloj zuba), dentina (sloj ispod cakline) i korijena zuba. Spontanog izlječenja i zacjeljenja zubnog karijesa nema. Etiološki glavni uzročnik nastanka zubnog karijesa je uz prisutnost povećanog broja bakterija zubni plak. Glavni cilj čišćenja zubi je upravo ukla-

njanje zubnog plaka. Razvijanje svijesti o važnosti oralne higijene preduvjet je oralnom zdravlju pojedinca i njegovog utjecaja na opće zdravlje.

Općepoznato je da je zdravi okoliš jedan od temelja očuvanja zdravlja. A kakav zrak udišemo? Za njegovo je praćenje zadužena, već 12 godina kontinuirano Služba za zaštitu okoliša i zdravstvenu ekologiju NZJZ „Dr. A. Štampar“. Na tu su se prevažnu temu za „Glas Zagreba“ osvrnuli stručnjaci Službe Matijana Jergović i Marko Marić.

- Svakodnevno se na našoj automatskoj mjernoj postaji na adresi Mirogojska 16 prati više onečišćujućih tvari - poput dušikova dioksida (NO₂), sumpor dioksida (SO₂), ozona (O₃), te ugljikova monoksida (CO) sukladno Europskom Common Air Quality Index-u (CAQI). Za svaku onečišćujuću tvar indeks se računa na teme-

lju izmjerene, satne koncentracije. Mreža automatskih mjernih postaja razvijena na lokalnim i nacionalnoj razini, u skladu s obilježjima pojedinih područja i pod nadzorom je više različitih institucija. Kvaliteta vanjskog i unutarnjeg zraka ima značajan utjecaj na ljudsko zdravlje. Sasvim je sigurno da zone pojačanog prometa, industrijskih aktivnosti, požari, oslobađanje ugljik dioksida radi izgaranja fosilnih goriva, neodgovorno gospodarenje otpadom, neracionalne upotrebe dušikovih spojeva tijekom poljoprivrednih aktivnosti, neodrživo stočarstvo, neodrživ sustav proizvodnje i distribucije hrane te nepravilna prehrana utemeljena na prekomjernoj konzumaciji mesa, imaju utjecaj na oslobađanje stakleničkih plinova i kvalitetu vanjskog zraka.

Praćenje parametara kvalitete zraka pruža vrijedne informacije stručnjacima, donositeljima odluka i samoj populaciji. Nadalje, u slučaju izvanrednih situacija, poput požara, široka mreža postaja



SINIŠA KOSIĆ

Najčešći razlozi posjeta liječniku u Zagrebu jesu cirkulacijske tegobe, novotvorine i depresija

uz mjerenja na mjestu događaja, pruža dodatne i vrijedne informacije u svrhu donošenja daljnjih odluka.

Na razini svakog pojedinca je mogućnost utjecaja na smanjenje emisije štetnih čimbenika u zrak. Učinci intervencija u svrhu smanjenja klimatskih promjena na nacionalnoj/lokalnoj razini

velikih sustava, ne samo u proizvodnji, nego i u ostalim sektorima poput zdravstvenog ili obrazovnog, možda su jasnije vidljivi u javnosti. No i na razini pojedinačnih inicijativa, na primjer usvajanjem zdravih navika poput učestalijeg bicikliranja, korištenjem javnog gradskog prijevoza umjesto vožnje automobi-

lom, izbjegavanjem pušenja, stručnim provjerama ventilacije ili emisija pojedinačnih objekata ili kroz redovne provjere parametara mikroklimatike u unutrašnjim prostorijama, osim pozitivnih utjecaja na zdravlje, doprinosi se i ublažavanju te prilagodbi klimatskim promjenama.

Dajana Kos Bučar

KAKO JE INTERAKTIVNA IZLOŽBA PRIDONIJELA DESTIGMATIZACIJI BOLESTI

“Vrapčanski jastuci” kao lijek

Procjenjuje se da gotovo 50 posto ljudi koji imaju neki oblik psihičkih poremećaja ne traži liječničku pomoć zbog stigme koja prati duševne bolesnike. Taj je podatak zabrinjavajući, pogotovo kada se primjerice zna da na vrijeme otkrivena depresija može biti izliječena i to u čak 90 posto slučajeva! Upravo s namjerom javnog dijaloga o toj tabu temi i s ciljem destigmatizacije duševnih bolesti i psihijatrije, tijekom prosinca, u Galeriji Forum KIC-a održana je interaktivna izložba „Vrapčanski jastuci“. Simboličnog naziva po imenu kvarta i mjesta gdje se nalazi naša stožerna psihijatrijska ustanova, u centar je Zagreba dovela pacijente koji su osobno postali akteri destigmatizacije u javnosti. Ukrašavali su tako jastuke vrapcima, osnaživali se... A zašto baš jastuci? - Jastuci su simboličan predmet u kojemu se objedinjuju asocijacije na toplinu i sigurnost doma te zazor od bolesničke sobe. (dkb)

