

W trosce o zdrowie obywateli

7 grudnia 2008

Otyłość i szerzący się nawet wśród dzieci alkoholizm to współczesne epidemie, które masowo dotykają brytyjskie społeczeństwo. Jeśli dodać do nich bierne i czynne palenie, mamy receptę na schorowany i krótko żyjący naród.

Nie chcąc dopuścić do takiego scenariusza, tutejszy rząd dwoi się i troi, wydając przy tym kolosalne kwoty na kolejne uświadamiające kampanie. Wszystko w trosce o zapewnienie swoim obywatelom zdrowszego i szczęśliwszego życia.

Fast foody, napoje naszprycowane cukrem i dwutlenkiem węgla oraz pozbawiony ruchu i wysiłku fizycznego tryb życia zdecydowanie nie służą Brytyjczykom. Co więcej, w przyszłości grozi im nie tylko dyskomfort wiążący się z nadwagą, ale i problemy z nadciśnieniem, chorobami serca czy cukrzycą.

– Otyłość jest największym problemem zdrowotnym, z jakim od dawna się borykamy – twierdzi minister zdrowia, Alan Johnson. Z kolei David Hunter, ekspert zdrowotny z Durham University, porównuje szerzącą się nadwagę do zagrożenia, jakim dla Wielkiej Brytanii jest terroryzm.

O tym, że nadeszła pora na szybką i skuteczną rządową interwencję świadczą też zatrważające statystyki. Zgodnie z ostatnimi danymi, jedna trzecia brytyjskich dzieci w wieku 10–11 lat ma nadwagę, a 9 tys. dorosłych umiera rocznie na choroby wynikające z otyłości. Zamówiony przez rząd raport wskazuje, że jeśli nic się nie zmieni, w 2050 roku w Wielkiej Brytanii 90 proc. dorosłych i dwie trzecie dzieci będzie cierpieć na nadwagę lub wręcz otyłość. Skróci to średnią życia o dziewięć lat i zwiększy wydatki służby zdrowia o 50 miliardów funtów rocznie.

Bo faktem jest, że otyli kosztują społeczeństwo zdecydowanie więcej. I nie chodzi tylko o oczywiste następstwa, takie jak

generowanie coraz większych kosztów opieki zdrowotnej. Brytyjscy samorządowcy spostrzegali np., że z powodu rosnącej liczby grubasów trzeba kupować większe meble w szkołach, urzędach i szpitalach. Nawet w krematoriach palenie zwłok otyłych wymaga poszerzania pieców. A to przekłada się na wzrost lokalnych podatków, którymi obciążeni są wszyscy obywatele.

OTYŁOŚĆ MOŻE SIĘ OPŁACAĆ

W trosce o zdrowie i pieniądze mieszkańców Wysp podejmuje się wiele prób zahamowania epidemii otyłości. Niestety jak dotąd były one mało lub całkiem nieskuteczne. Dlatego ostatnio rząd znad Tamizy postanowił użyć bardziej przemawiającego argumentu – pieniędzy. Otóż w ramach najnowszej inicjatywy osoby otyłe będą zachęcane do zgubienia zbędnych kilogramów np. za pomocą kuponów na zdrową żywność czy karnetów na basen i siłownię.

Na programy pilotażowe, które ruszą w dziewięciu brytyjskich regionach, przeznaczono 30 milionów funtów. Zadaniem poszczególnych samorządów będzie wdrożenie krajowego planu, zgodnie z którym ma wzrosnąć popularność zdrowego trybu życia. Wśród konkretnych inicjatyw są karty lojalnościowe, na których mieszkańcy wybranych miast będą gromadzić punkty za kupowanie zdrowej żywności, korzystanie z siłowni i udział w grach zespołowych. Będzie je można później wymienić na modną odzież i sprzęt sportowy. Lokalne władze stworzą też więcej ścieżek rowerowych, zorganizują naukę jazdy i konserwacji rowerów oraz otworzą miejskie ogródki warzywne. Jedyną gminą w stolicy, która skorzysta z publicznych funduszy, jest znajdująca się na wschodzie Londynu dzielnica Tower Hamlets. Największa „strefa zdrowia” powstanie natomiast w Manchesterze.

– Po raz pierwszy nadaliśmy dziewięciu regionom status „zdrowej gminy”, co oznacza, że muszą one promować zdrowy tryb życia i wypracować własne sposoby na walkę z otyłością – powiedział minister zdrowia Alan Johnson. Narodowe Forum Otyłości w Wielkiej Brytanii z zadowoleniem przyjęło nowy

pomysł rządu, nie do końca wierzy jednak w jego powodzenie.

– Niestety, w wielu przypadkach to za mało i za późno. Rząd powinien był przygotować stosowne kampanie znacznie wcześniej – stwierdził przedstawiciel Forum, Tam Fry, ale dodał jednak, że od czegoś trzeba zacząć.

„5 A DAY”

Trzeba zacząć, i to jak najszybciej, bo otyłość dotyka kolejne pokolenia Brytyjczyków. Tymczasem rodzicom z nadwagą trudno jest chronić swoje dzieci przed tym problemem, ponieważ sami zwyczajnie nie wiedzą, jak to robić. I tak, mimo zaleceń ekspertów ds. żywienia, by zarówno dorośli, jak i dzieci, spożywały przynajmniej pięć porcji różnych warzyw i owoców dziennie, brytyjskie maluchy zjadają średnio tylko dwie. Co więcej, jak wykazała ogólnokrajowa ankieta, aż 20 proc. dzieci nie je żadnych owoców czy warzyw przez cały tydzień.

Dlatego też tutejszy rząd zainicjował kampanię o nazwie „5 a day” (5 dziennie), której symbol można obecnie znaleźć na wielu opakowaniach sprzedawanej w supermarketach żywności. Ułożone po ukosie kwadraciki służą za graficzny wskaźnik pokazujący, ile dziennych porcji owoców i warzyw znajduje się w opakowaniu danego jedzenia.

Częścią inicjatywy „5 a day” jest również program „Owoce i warzywa w szkole”, którego celem jest zapewnienie dzieciom w wieku od 4 do 6 lat bezpłatnej porcji owoców lub warzyw podczas każdego dnia ich pobytu w szkole. Może to być jabłko, gruszka, banan, mandarynka, marchewka, kilka małych pomidorków lub inne – zależnie od sezonu.

Program ten dotyczy wszystkich maluchów uczęszczających do szkół podstawowych (infants i primary) lub specjalnych, utrzymywanych przez Rejonowy Zarząd Edukacji (Local Education Authority), i jak pokazują statystyki, cieszy się dużą popularnością w szkołach i wśród rodziców – 96 proc. kwalifikujących się szkół bierze w nim udział.

SZKOLNE OBIADY OD JAMIEGO

Do krucjaty przeciw złemu odżywianiu dzieci włączył się też jeden z najśłynniejszych szefów kuchni na świecie – Jamie Oliver. Brytyjczyk, znany również jako „The Naked Chef”, chcąc zmienić sposób jedzenia w szkołach, postanowił osobiście zainicjować tam prawdziwą rewolucję. Jego telewizyjny program „Jamie’s School Dinners” miał zwrócić uwagę Brytyjczyków na konieczność zmiany przyzwyczajeń żywieniowych dzieci.

Oliver wydał walkę źle skomponowanym obiadom szkolnym, które mogą prowadzić do otyłości, a także niewłaściwym zachowaniom przy stole i szkodliwym nawykom, takim jak błyskawiczne pochłanianie tego, co ma się na talerzu. Postanowił też zwalczyć „śmieciowe jedzenie” – okazało się bowiem, że większość angielskich dzieci nie miało pojęcia, jak wyglądają podstawowe warzywa, a w jednej ze szkół uczniowie zjadali tygodniowo ćwierć tony frytek... Sympatyczny i popularny szef kuchni przeszkolił więc panie przygotowujące szkolne posiłki i nawoływał rząd do przyjęcia specjalnego programu, udowadniając, że odpowiednie żywienie dzieci pomoże w przyszłości zaoszczędzić mnóstwo pieniędzy, wydawanych na walkę ze skutkami otyłości.

KILKUMIESIĘCZNE GRUBASY

Niestety kolejne statystyki obrazujące skalę otyłości wśród tutejszych maluchów nie napawają optymizmem. Wręcz przeciwnie. Eksperci ds. żywienia alarmują o rosnącej liczbie półrocznych niemowląt z poważną nadwagą, oskarżając przy tym rodziców o przekarmianie ich. Część z lekarzy posuwa się nawet do twierdzenia, że jest to swego rodzaju wykorzystywanie.

Także otyłość u starszych dzieci coraz częściej rozpatrywana jest jako objaw złej opieki nad nimi. Dlatego Związek Samorządów Lokalnych (LGA), zrzeszający rady Anglii i Walii, oficjalnie dąży do przeforsowania zmian prawnych, które umożliwią przekazywanie opieki nad otyłymi dziećmi pomocy

społecznej. Dopuszczenie przez rodziców do roztycia się dziecka jest bowiem – zdaniem LGA – takim samym zaniedbaniem jak jego niedożywianie. Wzywają więc do podjęcia „drastycznych środków”, włącznie z odbieraniem rodzicom ich pociech.

Czy takie posunięcie rzeczywiście może pomóc dzieciom walczyć z nadwagą? Opinie są podzielone. Jedni tłumaczą, że ekstremalne sytuacje wymagają ekstremalnych rozwiązań. Inni, jak Izabela Wołodkiewicz, dietetyk i lekarz z Centrum Diagnostyki Medycznej i Hematologii BIOS w Warszawie, twierdzą, że to zbyt radykalne rozwiązanie.

– Skutek takich działań może być przeciwny do zamierzonego, ponieważ objadanie się ma często podłoże nerwowe. Dlatego dodatkowy stres związany z odcięciem od rodziny może doprowadzić wręcz do nasilenia przypadłości, jaką jest otyłość.

BINGE DRINKING

Jednak otyłość nie jest jedynym problemem społecznym, z jakim zmaga się Wielka Brytania. Kolejnym jest nadużywanie alkoholu, zwłaszcza wśród nieletnich. Jego konsumpcja z początkiem lat 60. wynosiła tu mniej niż sześć litrów na głowę mieszkańca, zaś w 2000 r. sięgnęła 11,5 l na głowę. Jeżeli ten trend się utrzyma, w ciągu dziesięciu lat Brytyjczycy zajmą pierwsze miejsce w Europie pod względem spożycia alkoholu.

Określenie „binge drinking” – czyli picie na umór, weszło już na stałe do słownika języka angielskiego, bo właśnie w ten sposób młodzi Brytyjczycy najczęściej spędzają weekendy.

Normalnym zjawiskiem stały się też grupy wrzeszczących i roznegliżowanych nastolatków, zwłaszcza dziewcząt, które krążą wieczorami po centrum Londynu. Ale jak wynika z opublikowanego na początku listopada raportu, w Wielkiej Brytanii alkoholu nadużywają nawet dzieci.

Co trzy dni do angielskiego szpitala trafia dziecko z

problemem alkoholowym. W ciągu ostatnich pięciu lat z objawami przedawkowania alkoholu trafiło tam 648 dzieci, które nie skończyły jeszcze 10. roku życia. Przyjętych z tego samego powodu na hospitalizację nastolatków poniżej 16. roku życia było w tym okresie 24 tysiące. To 95 proc. więcej niż w poprzedzającym lata 2002–2007 pięcioleciu.

Don Foster z partii liberalno-demokratycznej uważa, że obecny rząd zupełnie nie radzi sobie z tym problemem.

– Statystyki dotyczące pijanych dzieci są skandaliczne – powiedział Foster, dodając, że trzeba jak najszybciej ograniczyć dostęp nieletnich do alkoholu i zmienić brytyjską kulturę picia. Tylko jak tego dokonać?

SZEŚCIOPAK W PREZENCIE OD RODZICÓW

Obecny rząd dwoi się i troi próbując powstrzymać młodych ludzi przed piciem alkoholu, wydając przy tym ogromne sumy. Ale jak dotąd nic nie przyniosło zadowalających rezultatów. Brytyjscy politycy rozważają więc uprawnienie policji do odbierania małoletnim drinków. Do tej pory miała ona prawo konfiskować alkohol tylko osobom, które „sprawiają kłopoty”. Teraz policja zyskałaby uprawnienia odbierania alkoholu wszystkim osobom poniżej 18. roku życia.

Co więcej, obecne prawo zabrania sprzedaży alkoholu nieletnim, ale nie zabrania im jego spożywania. Z tą anomalią chce walczyć brytyjska minister spraw wewnętrznych, Jacqui Smith, która twierdzi, że Wielka Brytania osiągnęła w tym względzie punkt krytyczny. – Większość trzynastolatków rozpoczęło już picie alkoholu – mówiła w lutym.

Nowa strategia uporania się z tym społecznym problemem ma też objąć rodziców, którzy zdaniem Smith często sami zachęcają dzieci do picia albo nie czynią im żadnych trudności w tej kwestii. – Nie do pomyślenia jest, aby rodzic dawał dziecku sześciopak z poleceniem, by ulotniło się na wieczór – powiedziała minister.

Według nowych propozycji, istniejące tu tak zwane „kontrakty rodzicielskie” stosowane dotychczas wobec rodziców dzieci, które popełniają przestępstwa, zostałyby rozciągnięte także na rodziców, których dzieci piją. Umowy rodzicielskie pomiędzy pracownikami społecznymi a rodzicami polegają na tym, że zobowiązują się oni do pilnowania swoich pociech. Ci, którzy nie chcą współpracować, mogą zostać ukarani grzywną nawet do tysiąca funtów oraz obowiązkowymi zajęciami, które mają im pomóc zdobyć lepszy kontakt z dzieckiem.

ZNAJ SWOJE GRANICE, ALKOHOL JE ZNA

Trudno jest jednak przekonać młodych ludzi, żeby mniej pili. Przemówić im do rozsądku próbują najnowsze reklamy stworzone na potrzebę rządowej kampanii „Alcohol, Know Your Limits”. W dość kontrowersyjny sposób mają one uświadomić brytyjskim nastolatkom przykre skutki nadmiernego spożywania alkoholu.

Na najnowszą kampanię reklamową składa się kilka klipów pokazujących młodych ludzi, którzy szykując się na imprezę, nagle zaczynają robić rzeczy, których z pewnością nie zrobiliby na trzeźwo. To jak pokazanie zakrapianego alkoholem wieczoru, ale... od końca. Modelki sikają i wymiotują podczas pokazu mody. Chłopak rozdziera sobie koszulkę, z premedytacją brudzi się dopiero co wyjętym z lodówki jedzeniem i kopniakiem rozbija swój sprzęt muzyczny. Dziewczyna szykując się do wyjścia drze bluzkę i rajstopy, a później wymiotuje i nie przejmując się zbytnio resztkami jedzenia na włosach, rozmazuje sobie makijaż. Każdej ze scenek towarzyszy wymowne pytanie: „Nie rozpocząłbyś w ten sposób wieczoru, więc czemu tak go kończysz?”. No właśnie...

ZAKAZ PALENIA

Co ciekawe, w zakresie walki z paleniem działania brytyjskiego rządu przynoszą jak dotąd dobre rezultaty. W dużym stopniu stało się to za sprawą wprowadzonego 1 lipca 2007 r. zakazu palenia w miejscach publicznych. Według założeń rządowych

ekspertów miał on zredukować liczbę uzależnionych od nikotyny o 600 tys. w ciągu 5 lat i wiele wskazuje na to, że wszystko jest na dobrej drodze, aby ten cel osiągnąć.

W kwietniu prof. Robert West, dyrektor departamentu ds. badań nad uzależnieniami od nikotyny w Cancer Research UK, poinformował, że 8 proc. z 27 tys. przepytanych przez niego palaczy i eks-palaczy podjęło decyzję o zerwaniu z nałogiem w bezpośredniej reakcji na rządowy zakaz palenia. Oczywiście całkowite pozbycie się nałogu może być poprzedzone nawet kilkunastoma próbami zakończonymi porażką, ale zdaniem profesora: im więcej prób rzucenia podejmuje palacz, tym większe prawdopodobieństwo, że ostatecznie pokona nałóg.

– To bardzo dobrze, że prawny zakaz palenia zachęcił część palaczy do zerwania z uzależnieniem. Jednak fakt, że w Wielkiej Brytanii wciąż pali około 10 mln osób, a połowa z nich umrze na choroby wywołane tym nałogiem, nie pozwala nam spocząć na laurach. Rząd powinien kontynuować działania zmierzające do redukcji liczby palaczy w kraju – skomentowała wyniki badań Elspeth Lee, przewodnicząca Tobacco Control w Cancer Research UK. Ale wbrew jej obawom, nic nie wskazuje na to, żeby brytyjska służba zdrowia spoczęła na laurach. Dążąc bowiem do oczyszczenia płuc Brytyjczyków z nikotynowego dymu, Ministerstwo Zdrowia przeznaczyło ostatnio 8 mln funtów na kolejne antynikotynowe reklamy.

CHCĘ BYĆ TAKI JAK TY

Najnowsza kampania, emitowana w telewizji od początku czerwca, skierowana jest do rodziców i ma im uświadomić, że paląc narażają na uzależnienie swoje pociechy. Uzupełniają ją reklamy prasowe i billboardy, na których widnieje popielniczka z kredką ułożoną obok papierosowych niedopałków oraz dziecięce rysunki przedstawiające palących rodziców.

W telewizyjnych wersjach reklamy widzimy natomiast dzieci, które naśladując swoich rodziców, udają palenie papierosów.

Przesłanie filmów wzmacniają wykorzystane w nich piosenki: „Chcę być taki jak ty” znana z animowanego filmu Disneya „Księga Dżungli” i „Lubię to, co Ty”, którą dzieciennym głosem śpiewa Shirley Temple. Reklamy kończą się napisem: „Palenie. Nie zatrzymuj go w rodzinie”.

Kampania okazała się być dość kontrowersyjna. Widzowie zarzucali twórcom spotów, że szkodzą dzieciom, ponieważ nie rozumieją one ich ironicznego przesłania i tylko zachęcają się do palenia papierosów. Odbiorcy zauważyli też, że reklamy nie powinny być wyświetlane w kinach przed filmami przeznaczonymi dla młodych widzów. Odpowiedzialne za kampanię Ministerstwo Zdrowia tłumaczyło jednak, że stworzone przez agencję reklamową MCBd spoty odzwierciedlają statystykę, mówiącą, że dzieci, których rodzice palą w domu papierosy, trzy razy częściej same popadają w ten nałóg.

Pomimo licznych skarg, jakie brytyjski regulator rynku reklamowego otrzymał od oburzonych widzów, ASA (Advertising Standards Authority) ostatecznie pozwoliło na dalszą emisję spotów, wyrażając „maksymalną pobłażliwość” wobec treści mającej możliwie najskuteczniej wywołać odzew odbiorców. Instytucja zwróciła jedynie uwagę twórcom reklamy, żeby w przyszłości wzięli pod uwagę fakt, że samo pokazywanie dzieci udających palenie może je zachęcać do tego nałogu.

TERAPIA WSTRZĄSOWA

Palacze są też grupą docelową innej antynikotynowej inicjatywy podjętej przez tutejszy rząd. Otóż od października na paczkach papierosów w Wielkiej Brytanii pojawiły się mało przyjemne obrazki, takie jak np. gnijący ząb, płuca trawione przez nowotwór i zwłoki człowieka, którego zabiło palenie. Brytyjskie Ministerstwo Zdrowia ma nadzieję, że w ten sposób przekona większą liczbę osób do porzucenia zabójczego przyzwyczajenia.

Nie od dziś wiadomo jak trudne jest przekonanie palacza do

rozstania się z nałogiem. Dlatego oprócz napisów informujących o tym, że papierosy mogą wywołać raka i choroby serca, coraz więcej państw wprowadza obowiązek zamieszczania na paczkach wstrząsających zdjęć. Zdaniem naukowców to jedna z najskuteczniejszych metod zniechęcania do palenia. Według badaczy z Uniwersytetu w Waterloo, aż 15 proc. kanadyjskich palaczy, którzy jako pierwsi mieli okazję zetknąć się z odstraszającymi obrazkami na paczkach papierosów, skończyło z uzależnieniem właśnie z ich powodu. Trudno jest jednak powiedzieć, jakie rezultaty przyniesie ta inicjatywa w Wielkiej Brytanii.

CZAS POKAŻE

Wydawałoby się, że wysoko rozwinięty kraj pokroju Wielkiej Brytanii powinien umieć poradzić sobie z problemami, takimi jak otyłość, uzależnienie od tytoniu czy szerzące się wśród obywateli pijaństwo. Ale choć rząd znad Tamizy usilnie próbuje zahamować te współczesne epidemie, na razie wymierne rezultaty przynosi tylko walka z paleniem.

Rząd wydaje więc kolejne miliony funtów na różnego rodzaju inicjatywy i kampanie, mając nadzieję, że z czasem przyczynią się one do zmiany sposobu myślenia u mieszkańców Wysp i zapewnią im zdrowsze, a w rezultacie dłuższe i szczęśliwsze życie. Jedne są bardziej, inne mniej trafione. Ale choć wiele osób, podobnie jak Tam Fry z Narodowego Forum Otyłości uważa, że politycy powinni byli przygotować stosowne kampanie znacznie wcześniej, to przecież od czegoś trzeba było zacząć. Zawsze to lepiej, niż czekać z założonymi rękami na to, aż sytuacja sama się poprawi.

Autor: Martyna Porzezińska

Źródło: eLondyn.co.uk