

Zieleń w miastach wspomaga zdrowie psychiczne mieszkańców

24 lutego 2024

Mieszkańcy miast, którzy mieszkają w bardziej zielonej okolicy, rzadziej cierpią na problemy natury psychicznej, donoszą naukowcy ze School of Public Health na Texas A&M University. Wyniki badań prowadzonych pod kierunkiem profesora Jaya Maddocka we współpracy ze specjalistami z Center for Health and Nature, zostały opublikowane w piśmie International Journal of Environmental Research and Public Health.

Naukowcy zbadali stopień zazielenienia przestrzeni miejskich za pomocą współczynnika NatureScore, który bierze pod uwagę takie czynniki jak zanieczyszczenie powietrza, zanieczyszczenie dźwiękiem i światłem czy przestrzeń pokrywaną przez korony drzew dla każdego adresu na terenie USA i niektórych innych krajów. Dane takie porównali z danymi z Texas Hospital Outpatient Public Use Data Files za lata 2014–2019. Dane te zawierają informacje o związanych ze zdrowiem psychicznym wizytach lekarskich pacjentów identyfikowanych na podstawie kodu pocztowego. Znane są więc dość dokładne miejsce zamieszkania pacjenta, jego wiek, płeć, rasa, status zawodowy, poziom wykształcenia, status ekonomiczny oraz diagnoza.

W sumie przeanalizowano informacje o niemal 61 milionach 400 tysiącach wizyt lekarskich mieszkańców Teksasu, które były związane z depresją, zaburzeniami afektywnymi dwubiegunowymi, stresem i niepokojem. Pacjenci mieszkali w miastach, pod 1169 kodami pocztowymi. Mediana NatureScore dla tych kodów wynosi 85,8. około połowy z nich ma wysoki, powyżej 80, NatureScore, a w około 22% było to poniżej 40. Wśród analizowanych osób kobiety stanowiły 63%, a 30% pacjentów miało co najmniej 65

lat. Ponadto 27% miało co najmniej stopień licencjata, 58% miało stałą pracę, 14% żyło poniżej granicy ubóstwa, a 17% nie posiadało ubezpieczenia zdrowotnego.

Analiza wykazała, że osoby żyjące w okolicach o wyższym NatureScore miały mniej problemów psychicznych. Ich liczba była o około 50% niższa tam, gdzie NatureScore było wyższe niż 60. Osoby, które żyły w okolicach, w których było najwięcej miejskiej zieleni, miały znacząco mniej problemów psychicznych niż osoby, których okolica zamieszkania otrzymała najmniejszą liczbę punktów.

„Wydaje się, że granicą, powyżej której możemy mówić o dobrym zdrowiu psychicznym populacji jest 40 punktów NatureScore. U osób mieszkających w takich miejscach ryzyko rozwoju depresji jest o 51% niższe, a choroby dwubiegunowej afektywnej spada aż o 63% w porównaniu z okolicami, gdzie NatureScore jest poniżej 40” – mówi Maddock.

Odkrycie może wpłynąć na sposób planowania miast. „Zwiększenie ilości terenów zielonych w miastach może poprawiać dobrostan i zdrowie psychiczne społeczeństwa. To niezwykle ważne, szczególnie w obliczu faktu, że ponad 22% dorosłych mieszkańców USA zmaga się z różnymi problemami natury psychologicznej” – stwierdza współautor badań, Omar M. Makram.

Autorstwo: Mariusz Błoński

Na podstawie: [NatureQuant.com](https://www.naturequant.com), [TAMU.edu](https://www.tamu.edu), [MDPI.com](https://www.mdpi.com)

Źródło: [KopalniaWiedzy.pl](https://kopalnia wiedzy.pl)