ПРИРОДНА СРЕДИНА И ЗДРАВЉЕАлександар Шћепановић¹, Момир Јањић², Никола Богуновић³**ENVIRONMENTS AND HEALTH**

Aleksandar Šćepanović, Momir Janjić, Nikola Bogunović

Сажетак

Природна средина директно утиче на здравље становништва.

Циљ рада је да укаже на врсту и обим утицаја природне средине на здравље људи.

Анализирани су подаци и литература у области здравља и природне средине у делу који се односи на утицај природне средине на здравље људи, са посебним акцентом на процесе старења.

Човек својим активностима мења природну средину, али истовремено под утицајем средине и сам трпи мање или веће промене. На тај начин сваки појединац расте и сазрева, претварајући се од чисто биолошког у биосоцијално биће. Значи, човек је у суштини производ свог окружења. Суштина је да људски организам непрекидно комуницира са својом средином и опстаје само ако се његов састав одржава у уским границама и равнотежи са окружењем.

Поремећај равнотеже човек–природна средина омогућава да узроци из спољне средине ремете структуру унутрашње средине човека, доводећи до бројних акутних и хроничних обољења, односно до могућих узрока смрти.

Кључне речи: *Природна средина, поремећај равнотеже, оболевање становништва.*

Summary

Natural environment conditions the life and work of people, relating directly to the health of the population.

The aim is to indicate the type and extent of the influence of the natural environment on human health.

We analyzed the data and literature in the area of health and the environment, in the part related to the impact of the environment on human health, with special emphasis on the aging process.

Man changes environment with their activities while under the influence of the environment suffered minor or major changes. In this way each individual grows and matures, turning from purely biological in bio-social being. So, man is essentially a product of your environment. The point is that the human body constantly communicate with their environment and can only survive if its composition is maintained within narrow limits and balance with the environment.

The imbalance man - natural environment allows the causes of the environment disturb the structure of the internal environment of man, leading to a number of acute and chronic diseases, respectively, to the possible causes of death.

Keywords: *Natural Environment, balance disorder, disease of the population.*

¹ Прим. др Александар Шћепановић. Клинички центар Подгорица, Црна Гора.

² Проф. др Момир Јањић, спец. хигијене и социјалне медицине, Српско лекарско друштво, Београд.

³ Прим. др Никола Богуновић, спец. социјалне медицине, Лекарска комора Србије, Београд.

УВОД

Природна средина условљава живот и рад људи, односно директно утиче на здравље становништва. Трајан утицај природне средине која садржи штетне биолошке, хемијске и физичке агенсе, преко загађене воде, ваздуха, земљишта и хране, угрожава биљке, животиње и људе. Људи и природна средина представљају целину коју људи својом делатношћу доводе до загађења. Неопходно је то загађење непрекидно контролисати и свести га на одговарају меру, која није или је мање штетна по здравље. Природна средина је приоритетан проблем јавног здравља.

Ради предузимања мера за заштиту природне средине, односно очување и унапређење здравља становништва, потребно је поћи од прихваћених дефиниција здравља и структуре природне средине. Познато је да на очување здравља природна средина учествује са око 50–55%, а да наследни фактори, навике и обичаји и здравствена делатност заједно чине остатак чинилаца који утичу на здравље.

Људска делатност у савременим развијеним земљама, кроз примењену технику и технологију, доводи до све већег загађивања природне средине. Организам човека реагује на промене у природној средини прилагођавајућим реакцијама ради његове заштите, за што се данас користи појам стресна реакција. Дуготрајан стрес, међутим, доводи до болести.

Познавање утицаја природне средине на људе омогућава и очување и унапређење њиховог здравља.

ЦИЉ РАДА

Циљ рада је да укаже на врсту и обим утицаја природне средине на здравље људи.

МЕТОД РАДА

Анализирани су подаци и литература у области здравља и природне средине у делу који се односи на утицај природне средине на здравље људи, са посебним акцентом на процесе старења.

ДЕФИНИЦИЈА ЗДРАВЉА И ПРИРОДНЕ СРЕДИНЕ

Здравље је физичко, психичко и социјално благостање, схваћено не само у односу на појединца, него и у односу на друштвену заједницу. Овакав концепт допринео је схватању здравља као дела социјалне политике. Због тога је медицина прихваћена не само као природна, него све више и као друштвена наука.

Полазећи од овог концепта здравља, долази се до сазнања да се здравље састоји из биосоцијалних компоненти појединца и еколошко-социјалних компоненти околине, што значи да произилази из динамичке равнотеже човека и природне средине.

Између човека и природне средине постоји сталан динамичан однос у облику интеракције међусобних утицаја. Својим активностима човек мења природну средину, али се под њеним утицајем мења и он сам. На тај начин човек се, под утицајима из окружења, развија од рођења, затим расте и сазрева, од чисто биолошког, постепено до биосоцијалног бића.

Човек је према оваквим схватањима производ своје средине.

Средину пак чини скуп спољашњих утицаја, који одређују живот и развој појединца, формирајући, између осталог, и његово понашање.

Природна средина је јединствена целина, али се ради лакшег изучавања може поделити на три дела; то су: физичка, биолошка и друштвена (социјална) околина.

Физичка околина: све неживо што окружује човека – земља, вода, сунчева енергија, ветрови, радијације, јонизација ваздуха,

време и временске прилике, климатске и метеоролошке промене.

Биолошка околина: биљни и животињски свет, природни и људском руком створени.

Социјална околина: створена активношћу човека. Промене у социјалној околини, створене на овај начин, толике су да се слободно може рећи да је целокупно окружење човека социјалног карактера. Човек је стварао постепено мање или веће заједнице, које су имале своју културу насталу на основу знања, веровања, обичаја, традиције, навика, закона, науке, уметности, начина понашања и одевања, друштвено-економских односа, урбанизације, индустријализације, међусобних комуникација у породици, радној и школској заједници, спортским и другим организацијама.

УТИЦАЈ ПРИРОДНЕ СРЕДИНЕ НА ЗДРАВЉЕ

Чињеница је да људи брзим темпом загађују природну средину, не улажући истовремено напоре да је заштите од загађења.

Становање

Једна од основних људских потреба је потреба за одговарајућим хигијенским стамбеним простором. Неодговарајући стан најчешће доводи до различитих обољења, смањења квалитета живота и умањења животне и радне способности људи.

Снабдевање водом за пиће и основне хигијенске потребе

Ситуација у Србији у овој области је релативно добра јер је изражен велики број водних објеката и у руралним и у урбаним срединама. Међутим, изражено је загађивање водотока отпадним материјама, што може да доведе до пораста ризика оболевања од разних заразних и токсичних обољења.

Климатски фактори и загађење ваздуха

Температурна колебања су доста изражена у Србији са температурним разликама и до 50°C. Температурна колебања, велика влажност ваздуха, ветрови, облачност, магле и загађеност ваздуха могу бити неповољни по здравље људи.

Исхрана

Правилна исхрана је један од најзначајнијих фактора спољне средине. Ако се о томе не води довољно рачуна, последице могу да буду фаталне. Највише могу да оштећују здравље недовољна и преобилна исхрана, као и загађена храна.

Услови рада

Велики део живота човек проведе на радном месту и школи. Због тога су општи услови околине на тим местима од прворазредног значаја за здравље.

ЖИВА ПРИРОДА И ЗДРАВЉЕ

Жива природа крије у себи три тајне, а то су:

- Настанак живота,
- Еволуција и
- Смрт.

Прва тајна није до данас потпуно разјашњена. И даље се улажу напори да се открије и створи живот у вештачким условима.

Исту сложеност има и друга тајна. Како се у различитим условима обезбеђује стабилност основних њених елемената у процесу еволуције од простих једноћелијских до виших организама.

Трећа тајна изгледа једноставна. Општи приступ нам говори да се сваки живот завршава смрћу, и да „живети значи умрети” (Енгелс). Шта је то што смрт чини неизбежном?

Теоријски гледано, неки једноћелијски организми су бесмртни, тако што после сваке деобе настају два потпуно иста

бића. Многоћелијски организми имају потенцијалну бесмртност само уколико се у њиховим ћелијама дешавају тзв. злоћудне промене. Шта то ограничава њихову дужину живота? Пре свега, то је природна средина, односно животно окружење. Дакле, сваки организам може постојати само ако се његов састав одржава у одређеним релативно уским границама. Постојаност унутрашње средине организма је неопходни услов за његово одржавање у животу. Размена материја, заснована на присутности воде и кисеоника у организму, обезбеђује постојаност његове унутрашње средине. Код једноћелијских организама, резерве енергетских материја су врло мале и зато они зависе од постојаности њихове спољне средине. Свака измена у њиховој спољној средини може бити и узрок њихове смрти.

Када је реч о људима, утицај спољних узрока се повезује са тзв. болестима цивилизације. Прекомерна или недовољна исхрана, недовољна физичка активност, емоционални стрес, отровне материје присутне у спољној средини, услови живота и рада, лоше животне навике, представљају узроке бројних болести људи, а тиме и могуће узроке смрти. Ипак, и уклањањем свих узрока, питање је да ли би то довело до неограничене дужине живота. Живот човека је ипак више или мање ограничен.

СТАРЕЊЕ

Прихватљиве независне појаве, које према данашњим сазнањима, ограничавају дужину живота људи су:

- Физички процес старења и
- Болести које са старошћу постају све бројније.

Ако би се све ове појаве одстраниле, животни век човека би се продужио за 18–20 година.

Сва жива бића старе и то је једна од основних њихових карактеристика. Старење људи је динамичан процес условљен

биолошко-физиолошким, временским и социјалним факторима, и не може се зауставити, али се може успорити.

Постоје бројне дефиниције старости код људи, од којих је најприхватљивија: „Човек је стар онолико колико је адаптиран у своју средину“. Према томе, основна одлика старења човека јесте смањивање прилагодљивости на услове животне средине.

Када започиње старење људи? Оно почиње већ од самог зачећа човека, а изражава се следећим променама:

- смањењем воде у организму,
- смањењем нуклеинских киселина и гликогена у ћелијама,
- снижењем базалног метаболизма,
- смањењем стварања енергије,
- смањењем ресорпције и активности ензима,
- опадањем способности и брзине памћења,
- смањењем искоришћавања органских материја,
- успорењем разградње и елиминације токсичних материја,
- смањењем и недостатком адаптационих механизма,
- смањењем снаге, окретности, брзине, издржљивости и укупне психичке и физичке активности,
- умањењем радне способности.

Старење може бити природно (физиолошко) и патолошко.

Проблеми старости и старења људи изучавају се са друштвеног, психосоцијалног и здравственог аспекта.

Друштвени аспект говори да су старе особе у различитим друштвеним заједницама имале различите статусе. Грци и Индијанци су старе особе уважавали, за разлику од Ескима, који су их излагали тзв. белој смрти. Код Римљана је доминирала младост. Данас, у многим земљама стари представљају оптерећење за друштво.

Психосоцијални ризици у старости су:

- повлачење из професионалног живота и губитак социјалног статуса и осећај мање вредности,
- губитак социјалних веза са породицом и својом средином,
- погоршање материјалног стања,
- погоршање стамбених услова,
- слабљење и губитак пријатељских веза,
- пад ауторитета,
- губитак вољених особа,
- усамљеност, досада, појава страха (од болести, смрти, усамљености и сиромаштва),
- појава болести.

Здравствени аспекти подразумевају пораст потреба у области здравствене заштите. Посете здравственим установама су учесталије због учесталијих хроничних обољења. Расте потрошња у области здравствене заштите.

Патолошко старење настаје у случају да се одговарајућим мерама не обезбеђује процес физиолошког старења. Потребна је стална борба са ризикофакторима током целог живота и борба да се старије особе задрже што је дуже могуће у породичном милеу.

Промене које се срећу у старости везане су за дешавања везана за хипоталамус, и за поремећај размене материја.

ЗАКЉУЧАК

Човек својим активностима мења природну средину, али истовремено под ути-

цајем средине и сам трпи мање или веће промене. На тај начин сваки појединац расте и сазрева, претварајући се од чисто биолошког у биосоцијално биће. Значи, човек је у суштини производ свог окружења.

Природна средина, ради лакшег изучавања, посматра се као физичка (све неживо што нас окружује), биолошка (биљни и животињски свет) и социјална (створена активношћу човека). Овај утицај човека је толико јак да се може рећи да је целокупна средина у суштини социјална средина.

Утицај живе природе је огроман, тако да се може рећи да су настанак живота, развој и смрт тајне које жива природа крије у себи.

Суштина је да људски организам непрекидно комуницира са својом средином и опстаје само ако се његов састав одржава у уским границама и равнотежи са средином. Ако се то поремети, онда узроци из спољне средине ремете структуру унутрашње средине, доводећи до бројних акутних и хроничних обољења, односно, до могућих узрока смрти.

Ограничење дужине људског века условљено је двома независним појавама: физиолошки процес старења и болести, које са старашћу постају све бројније.

Старење у суштини почиње самим зачећем и завршава се смрћу, ако патолошко старење не прекине живот раније.

У свим овим променама једну од битних улога има и хипоталамус, који, као регулатор бројних неуроендокриних функција, управља метаболичким процесима.

ЛИТЕРАТУРА

1. Clark G, Laevell H. Превентивна медицина за лекаре у комуни. Медицинска књига, Београд – Загреб, 1971.
2. Јањић М. Правилна исхрана – Исхрана и здравље. Републички одбор Црвеног

крста, едиција Здрав живот, Београд, 1971.

3. Савићевић М. и сар. Хигијена. VII издање, Elit Medica, Београд, 1997.
4. Јањић М. Социјална медицина. Медицински факултет у Крагујевцу, Крагујевац, 1998.

5. Коматина М. Медицинска геологија. Телур, Београд, 2001.
6. Јањић М, Тимотић Б. Примарна здравствена заштита. Elit Medica, Београд, 2004.
7. Јањић М. и сар. Лековите воде и бање Србије. Elit Medica, Београд, 2007.
8. Богуновић Н, Керкез Ж. Извори дуговечности. Elit Medica, Београд, 2008.
9. Коматина-Петровић С. Екогеофизика, Геофизика и заштита животне средине. 1-362, Асоцијација геофизичара Србије, Београд, 2011.
10. Јањић М, Пирнат М.: Примарна здравствена заштита и породична медицина. Dinex, Београд, 2013.
11. Миков И., Васовић В., Миков М., Голочорбин-Кон С., Шпановић М., Туркаљ И., Миличевић Б. Утицај професионалне изложености пестицидима и конзумирања алкохолних пића на функције јетре. Здравствена заштита, 2013; 2: 47–55.
12. Милутиновић С., Стошић Љ., Тадић Љ.. Утицај аерозагађења на хоспитализације због респираторних болести. Здравствена заштита, 2013; 3: 36–42.
13. Арсић-Комљеновић Г., Микић Д., Кенић Ј., Анђелски Х. Последице стреса на нивоу ћелије. Здравствена заштита, 2013; 3: 67–72.
14. Обрадовић М., Васиљевић – Пантелић К., Анђелски – Радичевић Б. Исхрана старог становништва Србије. Здравствена заштита, 2013; 4: 31–40.
15. Богуновић Н., Јањић М., Анђелски Х., Савић-Јоксимовић Ј., Ждрале З., Керкез Ж., Радојловић Ј. Извештавање о здравственом стању становништва Србије. Здравствена заштита, 2013; 5: 31–43.
16. Арсић М., Миков И., Васовић В., Драгнић Н. Учесталост фактора ризика хроничних незаразних обољења код одраслог становништва Новог Сада. Здравствена заштита, 2013; 6: 7–13.
17. Обрадовић М., Митровић Б., Анђелски Радичевић Б. Здравље, квалитет живота и задовољство животом старијих особа. Здравствена заштита, 2014; 4: 18–27.
18. Ждрале З., Међедовић С., Богуновић Н., Анђелски Х., Ждрале С., Јањић М., Керкез Ж. Процена здравственог стања становништва Војводине. Здравствена заштита, 2014; 4: 28–35.

Контакт: Прим. др Александар Шћепановић, Клинички центар Подгорица, Црна Гора, 0038267213138, e-mail: nada.s@t-com.me