

ZDRAVIE

ČERNOBYL' AŽ TAK NEOVPLYVNIL ZDRAVIE ČECHOV A SLOVÁKOV, BOLI TO SKÔR CIGARETY A ALKOHOL

Miera ožiarenia, akú sme vyfasovali bola prekvapujúco nízka a v priemere zodpovedala bežnej ročnej dávke z röntgenového vyšetrenia.

Je to zvláštne, ale podľa štúdie Štátneho ústavu radiačnej ochrany z roku 2017 to tak naozaj bolo. Je však pravda, že sa u nás v nasledujúcich rokoch objavil zvýšený výskyt rakoviny štítnej žľazy, leukémie, vrodených vád a tiež kardiovaskulárnych ochorení, ale viniť z toho priamo haváriu v Černobyle nie je možné.

To už v roku 1986 o mnoho viac trpeli naše pľúca. Fajčiť bolo normálne.

Smradľavé popolníky všade, kam ste sa pozreli. V práci, vo fabrike, v reštaurácii, doma, vo vlaku, na diskotéke, všade sa povalovali ohorky.

Z dnešného pohľadu absurdita, vtedy skôr „kto nefajčí s nami, fajčí proti nám“.

Podľa štúdie International Smoking Statistics dosahovala v roku 1986 **celková ročná spotreba cigariet v Československu 19,601 miliardy kusov**. Pri prepočte na obyvateľa pripadlo na jednotlivca 1 265 kusov ročne, teda tri cigarety denne na osobu. A to za predpokladu, že by si zapálili aj deti a nefajčiari.



S HLAVOU V OBLAKOCH (NIKOTÍNU), AJ KEĎ BEZ CIGARIET

Všetko, čo sme vtedy mali vedieť o škodlivosti fajčenia, sme už vedeli. Lekárska veda negatívny vplyv na zdravie dokázala už v 70. rokoch. Ale pasívne fajčenie?

Termín bol síce známy, ale povedomie o pasívnom fajčení až také veľké nebolo. Na riziká pasívneho fajčenia v zahraničí upozornila v roku 1986 správa amerického ministerstva zdravotníctva.

Uvádza sa v nej až dvojnásobný výskyt akútnych ochorení dolných dýchacích ciest, respiračných infekcií a príznakov zápalu stredného ucha, a to najmä u detí. O fajčení sa odvtedy prestalo hovoriť ako o niečom, čo si dospelý sám dobrovoľne zvolí. Pretože do tejto hry o zdravie sú úplne nedobrovoľne zatiahnutí aj ďalší ľudia.

Do kampane proti fajčeniu sa zapojil aj Fidel Castro



Socialistická Kuba sa umiestnila na treťom mieste vo svetovej spotrebe tabaku.

Na ostrove fajčilo 60 percent mužov a 30 percent žien starších ako dvadsať rokov.

Protifajčiarska kampaň sa niesla pod heslom Za zdravý život bez fajčenia. Fidel

Castro ako najvyšší kubánsky predstaviteľ a predovšetkým hrdý líder svojho ľudu, samozrejme, nemohol stáť bokom. Povedal, že fotografie, na ktorých fajčí obľúbené havanské cigary, sú už nenávratne minulosťou.

Niektó si dá k cigaretke kávu, iný radšej panáka. Pilo sa v západnej Európe, kde spotreba alkoholu medzi 60. a 80. rokmi narástla, a pilo sa aj u nás. Československo patrilo medzi krajiny s najvyššou spotrebou piva na svete – v roku 1986 to predstavovalo 150 litrov na obyvateľa. A boli sme znepokojivo zdatní aj v pití vína a tvrdého alkoholu, kde sme sa umiestnili v prvej desiatke.

AKUPRESÚRNE TOPÁNKY UZDRAVOVALI NA KAŽDOM KROKU

V Ústave racionalizácie kožiarskeho a obuvníckeho priemyslu v Partizánskom vyrobili 10 000 párov obuvi s akupresúrnou stielkou, ďalších 40 000 dodá na trh JAS Bardejov.



Stalo sa tak v spolupráci s odborníkmi z farmakologickej katedry lekárskej fakulty Palackého univerzity v Olomouci, ktorých zaujala informácia o zdravotných účinkoch akupresúry na ľudský organizmus.

Do podrážky topánok skúšobne zaliali výstupky a magnety, ktoré stimulujú reflexné body na chodidlách

a príslušné funkčné orgány. Konkrétne skúšali novú obuv so štyrmi typmi vkladanej stielky. Jedna mala pôsobiť na metabolizmus, druhá na pohybový systém, tretia sleduje anatomický profil chodidla a štvrtá stielka mala mať všeobecný stimulačný účinok. Používanie akupresúrnej obuvi malo teda zlepšiť celkový fyzický a psychický stav.

NOVÝ ZÁKON ZRUŠIL KOMISIE

Zákon č. 66/1986 Zb. o umelom prerušení tehotenstva bol prijatý jednomyseľne a začal platiť v polovici nasledujúceho roka. Vlastne je bez významnejších zmien platný dodnes.

Hlavnou zmenou, ktorú priniesol, bolo zrušenie interrupčných komisií rozhodujúcich o tom, či žiadosti tehotnej ženy vyhovejú, alebo nie. Je asi zbytočné hovoriť, aké ponižujúce a často až traumatizujúce bolo pred takúto komisiu predstúpiť a verejne prepierať svoj intímny život.

Ženy tak získali právo podstúpiť predčasné ukončenie tehotenstva do jeho 12. týždňa, a to na vlastnú žiadosť, teda bez predchádzajúcej spovede a nutnosti uvádzať dôvody. Zákon uľavil ženám, ktoré doteraz nerodili a ktorých žiadosti komisie predtým schvaľovali len výnimočne. Zrušenie „praniera“ samozrejme

celý proces urýchlilo, čo bolo dôležité najmä s ohľadom na použitie metódy miniinterrupcií (len do 8. týždňa gravidity).

Začalo celoplošné očkovanie dvojročných detí proti ružienke. Dovtedy chodili na „včielku“ len dievčatá. Lekári však zistili, že choroba sa šíri hlavne medzi chlapcami, preto dozrel čas na zmenu stratégie. Od roku 1986 sa všetky deti začali očkovať kombinovanou vakcínou proti osýpkam, príušniciam a ružienke. Opatrenie zabralo a ružienka ustúpila.

AIDS PRERÁSTOL NA CELOSVETOVÝ PROBLÉM

Svetová zdravotnícka organizácia (WHO) usporiadala v novembri 1986 prvé stretnutie s cieľom posúdiť globálnu situáciu súvisiacu s AIDS a začať ju sledovať v medzinárodnom meradle.

Choroba bola relatívne nová, respektíve vírus HIV bol identifikovaný ako príčina AIDS iba tri roky predtým. A až v máji 1986 Medzinárodný výbor pre taxonómiu vírusov oficiálne pomenoval vírus spôsobujúci AIDS ako „Human Immunodeficiency Virus“ (HIV). (Dovtedy sa používalo viac názvov.)

Čísla boli desivé a svedčili o rýchlom šírení choroby.

Na konci roku 1986 bolo v USA hlásených celkom 28 712 prípadov AIDS, čo predstavovalo zvýšenie o približne 85 percent oproti roku 1985.

Celosvetový počet prípadov AIDS medziročne vzrástol o 92 percent.

Zdravotníckej komunite začalo dochádzať, že HIV nie je len chorobou homosexuálov, ale môže sa šíriť aj medzi heterosexuálnymi ľuďmi, zvlášť prostredníctvom krvných transfúzií a tiež z matiek na deti. AIDS začal byť globálnou hrozbou pre verejné zdravie.

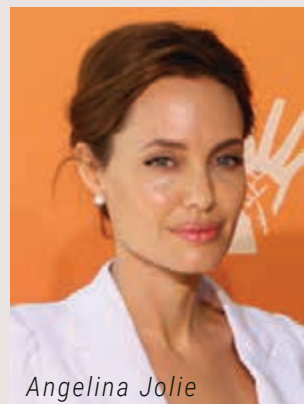
Stretnutie WHO predchádzalo niekoľko udalostí:

- 6. februára 1986 prezident Reagan vyhlásil objavenie lieku na AIDS za „jednu z najvyšších priorít verejného zdravia“ a hlavnému chirurgovi C. Everettovi Koopovi prikázal vypracovať správu o AIDS.

- 22. októbra Koop predložil prelomovú 36-stranovú správu o AIDS, ktorá okrem predpovede počtu nakazených a zomretých popisovala spôsoby prenosu AIDS, vyvracala bežné mýty a odporúčala tiež osvetu o bezpečnom sexe, vrátane používania kondómov.

AIDS malo už v tomto roku prvé obete medzi známymi osobnosťami:

- 30. mája vo veku 46 rokov zomrel módný návrhár **Perry Ellis**. A hoci oficiálne zverejnenou príčinou smrti bola vírusová encefalitída, kolegovia z módného priemyslu boli podľa niekoľkých indícií z Ellisovho života presvedčení, že išlo o AIDS.
- 2. augusta vo veku 59 rokov zomrel **Roy Cohn**, kontroverzný americký právnik, ktorý sa preslávil predovšetkým ako hlavný poradca senátora Josepha McCarthyho počas protikomunistického vyšetrovania v 50. rokoch. Príčinou jeho smrti boli komplikácie spojené s AIDS.
- 15. októbra zomrel 43-ročný futbalista **Jerry Smith**. Verejne priznal, že má AIDS, ale až niekoľko mesiacov pred smrťou. Dúfal, že zverejnením svojej choroby zvýši povedomie o nej a podporí výskum. K takému priznaniu bolo vtedy treba veľa odvahy! Smith však nikdy verejne neodhalil svoju orientáciu ani okolnosti toho, ako sa nakazil.
- 18. novembra zomrela vo veku 26 rokov supermodelka **Gia Maria Carangi**. Bola krásna, slávna, jej tvár ste mohli vidieť na obálkach luxusných magazínov ako Vogue alebo Cosmopolitan. Bohužiaľ, svoju slávu neunesla. Zápasila so závislosťou na heroíne a v roku 1986 jej v priebehu hospitalizácie so zápalom pľúc diagnostikovali ochorenie AIDS. Mohla za to najskôr použitá injekčná ihla. Pred smrťou bola Gia, ktorá trpela fyzicky aj psychicky, napojená



Angelina Jolie



Freddie Mercury

na dýchací prístroj a komunikovala len písanými odkazmi. Možno ste videli film *Gia* z roku 1998, v ktorom jej tragický osud stvárnila Angelina Jolie, ktorá za túto úlohu dostala Zlatý Glóbus.

V roku 1986 tlač špekulovala, že aj Freddie Mercury, britský spevák a frontman skupiny Queen, bol infikovaný vírusom HIV. Nikto však presne nevie, kedy ochorel. Mercury zomrel v roku 1991 – na oslabenú imunitu počas zápalu pľúc. A o tom, že má AIDS, informoval verejnosť iba deň pred svojou smrťou. Bohužiaľ, nedočkal sa pokročilej liečby, ktorá bola už na dosah a dokázala pacientom s HIV predĺžiť život o desiatky rokov a umožňovala im prežiť ho vcelku normálne.

*Od roku 1986 sa začala sledovať nákaza HIV aj v ČSSR. „V Československu je veľmi málo prípadov ochorenia – v lekárskejších publikáciách sa uvádzajú štyri prípady. Takže, kým my sa musíme brániť zvýšenému počtu chorých a zároveň bojovať už s chorobou, v Československu musíte dbať na to, aby chorých nepribúdalo,“ povedal v rozhovore pre Haló sobotu profesor **Jean Claude Cherman z Pasteurovho inštitútu v Paríži**, ktorý sa zameriaval na výskum a liečbu AIDS a v novembri 1986 k nám prišiel na medzinárodné sympóziu o zvyšovaní imunity živých organizmov.*

OTTAWSKÁ CHARTA: PREVENCIA NAMIESTO CHORÔB

V novembri 1986 bola prijatá Ottawská charta, ktorá priniesla prielom v tom, ako uvažujeme o zdraví a ako by mala vyzeráť oblasť verejného zdravia.

Stalo sa to na prvej Medzinárodnej konferencii o podpore zdravia v kanadskej Ottawe, keď charta ako dokument predovšetkým presunula našu pozornosť od liečby chorôb k prevencii a podpore zdravia. A zaviedla „pozitívnu“ definíciu zdravia ako zdroja pre každodenný život, nielen v zmysle absencie choroby.

Nešlo len o frázy a prázdne reči. Ottawská charta inšpirovala vytvorenie podobných dokumentov a stratégií v mnohých krajinách a ovplyvnila

smerovanie Svetovej zdravotníckej organizácie a ďalších medzinárodných organizácií. Prispela tiež ku konaniu série globálnych konferencií na podporu zdravia, ktoré ďalej rozvíjali jej princípy.

AKO SA RIEŠILI PROBLÉMY SO SRDCOM

Kardiostimulátor pre 108-ročného

Najstarší muž vo Veľkej Británii, 108-ročný John Evans, sa podrobil implantácii kardiostimulátora.

Zároveň to bol vôbec najstarší človek, ktorý taký zákrok podstúpil – a úspešne! Podľa hovorca univerzitnej nemocnice v Cardiffe bol jeho stav po operácii veľmi dobrý. Pacient mohol čítať a z postele sledovať televíziu. Kardiostimulátor mu mal predĺžiť život o niekoľko rokov, čo sa tiež stalo. Muž zomrel v roku 1990, vo veku 112 rokov a 295 dní. Je pozoruhodné, že John Evans pracoval ako baník v južnom Walese od 13 rokov a do dôchodku odišiel ako 73-ročný. Zdá sa, že bez práce nie je (tuhý) korienok!

Žena s umelým srdcom

Mary Lundová bola prvou ženou na svete, ktorá žila s umelým srdcom.

Lekári jej v roku 1985 implantovali miniverziu modelu Jarvik-7, len ako dočasné riešenie, kým sa nájde vhodný darca skutočného orgánu. Maryino srdce vážne poškodila vzácna vírusová infekcia, ktorá spôsobila, že stratilo schopnosť pumpovať krv. Umelá náhrada ju udržovala pri živote počas 45 dní. Na konci januára 1986 sa Lundová konečne podrobila transplantácii ľudského srdca od 14-ročného dievčaťa, ktoré zomrelo v Montane. Operácia, ktorá trvala necelé štyri hodiny, bola úspešná. Aj keď nakoniec predĺžila Mary život len o deväť mesiacov. Príčinou smrti nebolo srdce, ale zlyhanie viacerých orgánov.