

Jak wynika z badania przeprowadzonego przez Wartę, ponad połowa Polaków bada się rzadko, a jednocześnie aż 72 proc. respondentów boi się zachorowania na choroby cywilizacyjne. Najniższy odsetek osób obawiających się zachorowania jest wśród milenialsów. Tymczasem eksperci zgodnie twierdzą, że jeśli ich sytuacja zdrowotna i finansowa nie ulegnie poprawie, będą żyć krócej niż poprzednie pokolenia.

Stały wzrost zachorowań na choroby cywilizacyjne to wyzwanie, z którym mierzy się nie tylko Polska, ale i cały świat. Jedną z przyczyn coraz gorszego stanu zdrowia Polaków jest współczesny styl życia: pośpiech, otyłość, zbyt mała aktywność fizyczna, zła dieta, zanieczyszczenie środowiska, przewlekły stres, nadużywanie alkoholu czy palenie papierosów. Choroby, które niegdyś były domeną starszych pokoleń obecnie dotyczą coraz młodszych ludzi. W ostatnich latach nastąpił chociażby 35-proc. wzrost liczby udarów u kobiet w wieku 18-34 lat czy 50 proc. wzrost liczby zachorowań na raka jelita grubego u pacjentów poniżej 50. roku życia. Coraz młodsze osoby doznają zawałów serca, chorują na nowotwory. Coraz więcej młodych kobiet pali papierosy, a Polska, Rumunia i Węgry to 3 kraje Unii Europejskiej, w których najmniej osób decyduje się na rzucenie papierosów.

Choć wielu z nas teoretycznie wie, jak powinniśmy dbać o nasz dobrostan, dane pokazują, że z praktyką jest już dużo gorzej:

- 21 milionów osób z podwyższonym poziomem cholesterolu,
- 12 milionów osób z nadciśnieniem tętniczym,
- 3 miliony osób z cukrzycą,
- 8 milionów osób palących,
- 8 milionów otyłych osób w naszym kraju.

Badanie przeprowadzone przez Wartę jasno wskazuje, że Polacy odczuwają lęk przed możliwością zachorowania na choroby cywilizacyjne. Aż 72 proc. obawia się diagnozy chorób nowotworowych, kardiologicznych, neurologicznych, depresji czy cukrzycy. Jednocześnie, pomimo obaw, nie dbamy o profilaktykę: niemal 60 proc. bada się rzadziej niż raz w roku bądź w ogóle. Należy pamiętać, że regularne wykonywanie badań, nawet gdy nie zauważamy niepokojących objawów, to podstawa dbania o zdrowie, o której często zapominamy. Co 5. Polak dodatkowo uznaje, że to raczej lub zdecydowanie nieprawdopodobne, by w ciągu najbliższych 5 lat mógł poważnie zachorować lub ulec wypadkowi. Co ciekawe, to milenialsi (30-45 lat) są grupą wiekową, w której najwięcej ankietowanych deklaruje brak lęku (30 proc.) przed chorobami. Jednocześnie eksperci wskazują, że jeżeli prognozy, mówiące o znacznym pogorszeniu stanu zdrowia i gwałtownym wzroście kosztów opieki zdrowotnej, okażą się prawdziwe, to właśnie to pokolenie będzie najprawdopodobniej żyć krócej, niż poprzednie.

- Patrząc na codzienne nawyki młodszego pokolenia, trudno nie uznać prawdopodobieństwa tych prognoz. Młode osoby ze wskazanej grupy żyją szybciej, intensywniej, zdrowie stawiając niekiedy na ostatnim miejscu na liście priorytetów. Zaniedbaliśmy edukację prozdrowotną w szkołach. Tak powszechna obecnie choroba otyłościowa, nadciśnienie tętnicze, podwyższony cholesterol czy cukrzyca to schorzenia, które wynikają z trybu życia, a których konsekwencją mogą być kolejne choroby, jak zawał serca, udar mózgu, a nawet wiele nowotworów: tytonio- czy dietozależnych. To, co zauważam wśród swoich pacjentów to fakt, że teoretycznie zdają sobie sprawę z tego, że długość i jakość ich życia zależy od codziennych nawyków, a jednocześnie wciąż uważają, że ich to bezpośrednio nie dotyczy. Lekceważenie własnego zdrowia teraz to poważne konsekwencje w przyszłości - mówi prof. dr hab. n. med. Krzysztof J. Filipiak, kardiolog, internista, hipertensjolog.

Polacy boją się chorób cywilizacyjnych, nie dbają jednak o profilaktykę

Kategoria: Polityka Zdrowotna

Opublikowano: piątek, 26, kwiecień 2024 08:23

Tomasz Smaś

Odsłony: 535

Źródło: IP